

# Un jumelage n'est pas éternel...

***Saviez- vous qu'il y a environ 32,5 jumelages qui se terminent durant l'année, pour environ 50 qui se créent chaque année.***

Il est donc fort probable qu'un jour ou l'autre vous en arriviez à vous questionner sur la pertinence de poursuivre votre relation de jumelage.

## **Pourquoi arrêter mon jumelage?**

- Nos horaires ne concordent plus et l'on ne se voit plus.
- J'ai besoin de relever de nouveaux défis.
- Je déménage trop loin pour continuer la relation.
- Mon participant a atteint les objectifs qu'il s'était fixés et désire voler de ses propres ailes.
- Je me rends compte que je ne suis pas à l'aise dans la relation et j'aimerais aider quelqu'un d'autre (mais attention, ce ne sont pas des cobayes, alors si vous abusez de cette raison, il se peut que nous perdions confiance en vos intentions).
- etc.

## **Importants :**

- \* Ces trucs sont là pour éviter qu'un jumelage cesse sans explication ni au revoir.
- \* N'oubliez pas que bien qu'un jumelage ne soit pas éternel, ce n'est pas une raison pour cesser tous les jumelages du TUM. Rappelez-vous vos engagements premiers.
- \* Il est important **d'être vrai** dans vos explications. L'autre a besoin de comprendre pour bien vivre cette « séparation ».
- \* **Prenez le temps de terminer la relation.** Offrez-vous un dernier bon souvenir des temps passés ensemble ou dites merci à l'autre pour tous les bons moments que vous avez eus.
- \* Mentionnez à l'autre **tout ce que ce jumelage vous a apporté**, combien la relation a été agréable pour vous.
- \* **Parlez-en**, cette « séparation » vous fera vivre des émotions et suscitera des réactions chez votre ami, toutes ces réactions auront un impact sur vous.

Bref, plusieurs raisons peuvent vous amener à cesser votre jumelage.

### **Comment mettre fin à mon jumelage?**

1. Nous vous conseillons tout d'abord de prendre connaissance de **vos motivations** à cesser votre jumelage.
2. **Donnez une explication à l'autre** (en personne ou par écrit) en prenant des précautions pour choisir un endroit et un moment appropriés pour faire cette annonce.
3. **Avisez le Trait d'Union** de cette fin de jumelage.
4. **Avisez l'entourage** (psychologue, famille d'accueil, etc.) lorsque vous les connaissez tout en respectant la confidentialité.
5. **Préparez-vous** à la réaction de l'autre personne, qu'elle soit négative ou positive. Ce n'est pas le temps de vous sentir coupable et de revenir sur votre décision. Rappelez-vous vos motivations à cesser ce jumelage.
6. Adoptez une **attitude respectueuse**.

***N'oubliez pas : sans le faire à votre place, le TUM peut vous aider à préparer cette dernière rencontre.***