

La relation d'amitié dans le jumelage

Nous avons tous besoin de relation d'amitié. On vient au monde à travers un réseau de relations et on passe sa vie à construire des liens et à rechercher des relations satisfaisantes. Nous attendons beaucoup de nos relations et nous attendons beaucoup de soi-même en relation.

Il existe différents types de relations. **En ce qui concerne la relation de parrainage, elle doit tendre vers une relation du type amical.**

Qu'est-ce que l'amitié : Sentiment **récioproque** d'affection ou de sympathie qui ne se fonde ni sur les liens du sang ni sur l'attrait sexuel; relations qui en résultent.
« L'attachement peut se passer de retour, jamais l'amitié. Elle est un échange, un contrat comme les autres; mais elle est le plus saint de tous. » (J-J. Rousseau)

Différences et buts recherchés dans nos relations	
Relation d'amitié	Relation de parrainage
Réciprocité : chacun de nous gagne en support, en détente, etc.	Réciprocité : la relation de parrainage nous apporte ses bienfaits (sentiment d'utilité, etc.), mais c'est lorsque la relation d'amitié se développera qu'elle nous fera bénéficier des bienfaits de l'amitié.
Début : basée sur des points communs; chacune des personnes impliquées cherche à connaître davantage l'autre pour vérifier la possibilité d'une amitié.	Début : la relation de parrainage est basée sur des points en commun, mais le bénévole, aidé du TUM, est amené à avoir la responsabilité de la relation qui sera partagée avec le participant à plus ou moins long terme.

Différences et buts recherchés dans nos relations	
Relation d'amitié	Relation de parrainage
La relation d'amitié répond à différents besoins (affectif, matériel, distraction, etc.)	La relation de parrainage vous permet d'exercer une forme de bénévolat qui répond à vos besoins (rencontrer des gens, se sentir utile, etc.) pour éventuellement répondre à un besoin d'amitié (sous différentes formes).
Dans l'amitié je recherche : la sympathie, l'écoute, le respect, l'entraide, la détente, le rire, etc.	Dans la relation de parrainage, je cherche à faire du bénévolat pour différentes raisons (connaître un peu mieux la santé mentale, expérimenter un contact différent, connaître des gens, permettre à une personne d'avoir quelqu'un sur qui compter, etc.)
	Dans la relation de parrainage, je cherche l'amitié pour la sympathie, l'écoute, le respect, l'entraide, la détente, le rire, ... mais l'amitié ne se construira pas en une rencontre.
L'amitié demande du temps. Le temps de se rencontrer, de se voir, le temps de s'écouter, etc.	Le parrainage demande du temps. Le temps de se rencontrer, de se voir, le temps de s'écouter, etc.
Les efforts doivent se faire de part et d'autre pour construire une relation satisfaisante.	Les efforts se font à différents niveaux de part et d'autre : le participant fait des efforts pour franchir différents obstacles dus à sa santé mentale et le bénévole, aidé du TUM, s'efforce que la relation soit positive pour les deux.

Différents genres de relations :

1. Les relations de type connaissance :

Ce sont nos collègues, la serveuse de notre resto préféré, la voisine, etc.

Ce genre de relation nous permet d'acquérir des compétences relationnelles et est essentielle au développement social et professionnel. Ces relations nous permettent d'être plus satisfait de nos rapports sociaux et augmentent la confiance en soi.

2. Les relations de type personnel :

Ce sont nos amis, notre amoureux(se), notre famille, etc.

Ce genre de relation plus profonde répond aux enjeux de l'identité, du développement personnel et de l'expression de soi. Elle permet l'épanouissement de soi en répondant à des besoins fondamentaux d'affection.

Différents genres de relations personnelles :

1. L'amitié
2. L'amour
3. La famille

Différents genres d'amitiés :

1. **Le confident** : Il est l'ami à qui l'on se confie. Il est l'ami que nous écoutons et avec qui nous partageons nos secrets.
2. **Le joker** : Il est l'ami avec qui l'on rit, l'on se détend. Avec lui on sort, on fait des activités de loisirs.
3. **L'intellectuel** : L'ami avec qui on se cultive, on tente d'apprendre toutes sortes de choses. On fait la part des choses, on est curieux, on questionne le système, la vie, etc.

4. **Le passionné** : Partageant la même passion, le passionné devient un partenaire avec qui on profite agréablement de cette passion.
5. **L'ami de service** : Il est toujours là pour donner un coup de main physique (déménager, peindre, faire des commissions, etc.)

Nous avons besoin de tous ces genres d'amis, à différents niveaux et chacun de nos amis peut remplir plusieurs fonctions. C'est ce qu'on appelle un **jardin relationnel**.



Un jardin est composé de plusieurs plantes : certaines se mangent; d'autres sentent bon; d'autres sont simplement belles à regarder. Il y aura toujours des plantes qui réussiront à faire tout ça en même temps, mais avouez qu'une seule variété pourrait nous "tanner" à la longue. C'est la même chose pour le jardin relationnel. Il est important de prendre soin de toutes nos relations et *d'en varier les saveurs, les odeurs et la beauté*.

La relation de parrainage représente un danger à ce niveau. En effet, trop souvent le parrain ou la marraine représente pour le participant la plante qui doit tout faire en même temps, soit être belle, odorante et savoureuse ou encore être le confident, le joker, l'intellectuel, le passionné et l'ami de service. **C'est bien difficile d'être à la hauteur de toutes ces attentes.**

Il est donc important d'encourager votre participant à se cultiver un jardin relationnel qui soit varié. Pour ce faire, vous devrez **l'aider à développer ses compétences relationnelles** et l'encourager à faire de nouvelles rencontres ou à entretenir certaines relations significatives.