

Le participant et l'amitié

Le réseau social du participant :

Nous avons tous un réseau social, mais il peut être plus ou moins bien garni et peut répondre plus ou moins bien à nos besoins.

Chaque participant a un réseau social différent, il est dur de généraliser, mais c'est ce que nous allons tenter de faire.

D'abord, chaque participant vit une difficulté émotionnelle qui lui amène une souffrance plus ou moins grande selon le cas. Nous le savons tous, lorsque l'on souffre on se centre sur nous-mêmes et on néglige notre entourage, mais lorsque cette souffrance dure dans le temps, notre entourage s'essouffle de cette négligence et trop souvent l'on se retrouve seul. Donc, beaucoup de participants souffrent de ce genre de solitude.

La plupart de nos participants ont très peu de contact significatif avec les membres de leur famille.

Différentes raisons peuvent expliquer l'éloignement de la famille. Par exemple, la famille peut s'être essoufflée peu à peu, elle peut avoir eu peur de la santé mentale, peut-être même que la distance physique entre les membres de la famille et le participant est la cause de cet isolement.

Les amis se sont épuisés..

La plupart des participants, ne travaillant plus, ont perdu une occasion de briser leur solitude, ce qui les amène à rechercher **davantage** le contact avec les amis qui, eux, ont poursuivi leur rythme de vie normal. En cherchant à côtoyer davantage leur réseau

social, les participants ont, pour la plupart, brûlé leurs contacts qui ne pouvaient accorder tout le temps demandé.

Le réseau social du participant est constitué de :

1. Intervenant;
2. Personnes vivant des situations semblables aux leurs;
3. Famille ou résidence d'accueil;
4. Amis et famille à l'occasion;
5. Etc.

Il y a des participants plus isolés que d'autres.

Les conséquences sont nombreuses :

- la personne se sent inutile à la société;
- elle perd confiance en elle;
- elle trouve de plus en plus difficile de se créer de nouveaux contacts, etc.

Les obstacles rencontrés par les participants dans ses relations sociales :

1. La santé mentale du participant peut rendre difficile les relations sociales.

Par exemple : L'agoraphobie fait souvent en sorte que la personne évite toutes les occasions de sortir en public ce qui l'isole et la prive de nouveaux contacts sociaux.

2. Les différents handicaps physiques et la perte d'autonomie du participant.

Par exemple : La personne âgée en fauteuil roulant a besoin d'une aide particulière pour sortir.

3. Le participant qui a perdu l'habitude des relations amicales au profit des relations d'aide (entouré d'intervenants).

4. Les participants qui ont été "trop" institutionnalisés ont eu **peu d'occasions d'acquérir des compétences de socialisation.**
5. Lorsqu'on est seul depuis longtemps, que l'on est absent du marché du travail et de différents clubs sociaux, les occasions de pratiquer les relations humaines sont restreintes et on **en perd l'habitude.**
6. **Le manque d'argent** diminue les occasions de participer à des activités sociales qui permettent de briser l'isolement.
7. **Vivre en milieu rural** ou dans un milieu **éloigné des services de transport en commun** limite l'accès à une vie sociale active.
8. Le manque d'occasion de socialiser entraîne souvent une **difficulté ou une gêne à s'exprimer.**
9. La **peur d'essayer** de nouvelles choses ou de **recommencer** les activités cessées il y a longtemps.
10. Tout **changement** dans la vie amène souvent des changements dans les occasions de socialiser (rupture, décès, déménagement, etc.)

Le participant en relation et ses réactions :

Le participant a le "TRAC" dans ses relations sociales, et ce, même avec son parrain ou sa marraine.

Étant donné qu'il n'a pas l'habitude des relations sociales, le participant peut manifester de différentes façons ce qu'il ressent lors de ses contacts sociaux :

Les réactions possibles du participant :

Le participant ressent du TRAC, de la timidité, du malaise, ...

↓
Manifestations

Physiologiques :

- Transpiration excessive;
- Rougeur ou pâleur;
- Bégaiement;
- Raideurs musculaires.

Psychologiques :

- Paralysé;
- Attitude où il se laisse dominer;
- Fuite;
- Dévalorisation;
- etc.