



COMMENT LE BÉNÉVOLE SE PAIE-T-IL ?

La lecture de l'article de Jacques Ricot (1) :

" **La bienveillance du bénévole** ", m'a donné l'envie de rebondir sur la question :

« **Comment s'établit l'équilibre qui permet à l'autre, celui dont je prends soin, de ne pas être en dette vis à vis de moi ? [...] Mais comment donc le bénévole se paie-t-il ?** »

En donnant du temps, de l'énergie, de l'affection, «j'agis» quelque chose de ma propre histoire, de mon expérience.

Cela me concerne moi bien avant l'autre ; c'est mon désir et même parfois mon besoin. En tout cas c'est ma décision, cela m'appartient. Pour l'instant tout cela ne parle que de moi.

Puis l'autre apparaît, mais quel autre ?

Ce n'est jamais tout à fait par hasard ni au hasard que je décide de m'investir " bénévolement " auprès de certaines catégories de personnes.

Les besoins sont en nombre : soutien scolaire des enfants en difficulté, entraînement sportif de jeunes adolescents, alphabétisation, accompagnement de personnes emprisonnées, hospitalisées, en fin de vie.....

A quelle blessure, à quel manque, à quelle angoisse le choix, mon choix me renvoie-t-il ? Consciemment ou inconsciemment ?

En décidant d'accompagner des personnes arrivant à la fin de leur vie, qu'est-ce que je fais ?

Qu'est-ce que je veux découvrir, comprendre ?

Qu'est-ce qui soutient au plus profond de moi cet engagement ?

J'apprivoise quelque chose de la réalité ?

Je me répare ? Je me prépare ?

Cet engagement me permet d'avoir une image satisfaisante de moi. Cette forme de narcissisme, nécessaire à notre équilibre, à notre bien-être est positive.

Nous avons besoin d'être suffisamment content de nous.

Être content, se contenter, c'est n'avoir besoin de rien d'autre, de rien de plus, même pas d'un merci. Les comptes sont bons alors.

La période s'y prêtant avec l'approche de Noël, il est intéressant de se rappeler que nous venons au monde à partir d'une longue filiation et que nous nous sommes maintenus en vie parce que d'autres ont pris soin de nous.

L'être humain est, il est vrai, une entité séparée mais totalement reliée. L'échange, la relation, qu'il le vive consciemment ou non, est son mode d'être.

Je donne parce que j'ai reçu, je donne par ce que je reçois ;

Je donne parce que je suis vivant(e).

Joyeux Noël à chacun(e)

Jocelyne Colson
Psychologue, Psychothérapeute

(1) Notre précédent bulletin N°39, page 2.