

# J'ai des amis!<sup>TM</sup>

## **Si tu perds un ami...**

Nous avons tous des amitiés qui ne durent qu'un temps. Mais certaines amitiés durent longtemps. Certaines durent toute la vie.

Il arrive qu'un ami que l'on croyait pour la vie démontre moins d'enthousiasme que nous dans la relation, ce qui risque de nous surprendre et nous décevoir. Si cela arrive, dis ce que tu penses. Parle à ton ami, discute avec lui de ce qui ne va pas. Cherchez ensemble comment résoudre votre problème.

Il y a des questions que tu peux te poser:

- Ai-je blessé mon ami? (Si oui, pense à demander pardon et à ce que tu peux faire pour changer)

Si tu ne le sais pas, demande à ton ami. On ne se rend pas toujours compte d'avoir mal agi. On a parfois des attentes trop grandes pour nos amis ; ils sont alors tentés de prendre leurs distances ; ils sont parfois même tentés de laisser tomber notre amitié.

- Se passe-t-il quelque chose dans la vie de mon ami qui l'empêche de me voir?
- A-t-il déménagé?
- A-t-il changé de travail?
- A-t-il commencé des études?
- A-t-il(elle) une copine ou un copain?
- Est-il malade?
- Un des ses proches est-il malade?

**Vous pourrez peut-être rester amis – mais tu devras peut-être aussi changer tes attentes. Parle avec ton ami.**

**Voici quelques pistes :**

- Dis à ton ami qu'il est important pour toi et que son amitié t'est précieuse.
- S'il vit des changements dans sa vie, sois compréhensif et offre-lui ton soutien. Demande-lui comment il va. Écoute-le.
- Dis-lui que tu voudrais rester son ami même si ne vous pouvez pas vous voir aussi souvent qu'avant.
- Demande à ton ami s'il a des idées sur comment prendre soin de votre amitié et l'approfondir.

Si ton ami vit des changements, peut-être le verras-tu moins souvent. Ce n'est pas grave. Si vous êtes tous les deux d'accord, vous pourrez rester amis en communiquant par téléphone ou par e-mail. Certaines personnes restent amies même si elles ne se voient pas souvent, parce qu'elles restent proches par le coeur.

