

OUI, JE LE VEUX

En voyant un tel titre accrocheur, on pourrait se méprendre si l'on pense à une promesse de vie commune perpétuelle. Il sera plutôt question ici de bénévolat.

Origine. Le mot *bénévole*, d'origine latine, apparaît dans la langue française dès la fin du XIII^e siècle mais il fut peu utilisé avant le XIX^e siècle. Assez étrangement, on a commencé par désigner la personne (*bénévole*) plutôt que l'acte lui-même (*bénévolat*), puisque le premier fut noté au dictionnaire avant le second.

Définition. L'étymologie du mot même contient sa définition : *bene* = bien, *volo* = je veux. Littéralement : je veux bien. Ou j'acquiesce, je consens, je suis d'accord; j'accepte de plein gré, sans y être tenu. Déjà se profilent ici deux notions fondamentales, propres au bénévolat : celle de la participation ou de l'engagement, et celle du libre choix ou de la liberté.

Caractéristiques. Bien que certains textes de loi reconnaissent son utilité, la personne *bénévole* n'a pas de statut officiel. Elle n'appartient ni au réseau des personnes actives salariées (avec déductions fiscales à la source, fonds de pension, cotisations diverses, etc.), ni au réseau des activités commerciales basées sur l'acquisition de biens, le calcul, le troc, etc. Elle n'obéit pas à des normes fixes qui relèveraient de la simple justice, de l'égalité ou de la réciprocité; bien au contraire, elle change les normes au besoin,

les transgresse et même les dépasse sans encourir de sanctions. Elle s'engage librement et volontairement de telle sorte qu'en tout temps, elle peut mettre fin à sa participation, explorer d'autres avenues, changer ses priorités de don gratuit.

La personne *bénévole* se situe comme à l'inverse du courant matérialiste actuel (le temps, c'est de l'argent). Elle donne du temps sans se faire payer et sans attendre quelque forme de retour. Elle s'inscrit dans une expérience de générosité dont les assises reposent sur la solidarité, l'appartenance à un groupe, la collaboration, l'autosuffisance, et le dynamisme organisationnel.

La personne *bénévole* ne reçoit aucune rémunération autre que le remboursement de frais, dans certains cas, lequel remboursement elle peut même refuser. Parallèlement, la personne qui reçoit n'a pas l'impression d'être en dette, au sens économique du terme. Cette dernière parlera plutôt d'une dette de reconnaissance, sans éprouver cependant l'obligation de donner en retour. Cela ressemble à une vague forme de gratitude où serait supprimé le lien de culpabilité ou d'inquiétude rattaché à un remboursement quelconque.

Les deux parties en cause (le donneur et le receveur) retirent du bénévolat une satisfaction apparemment égale bien que difficilement mesurable. Ce degré de satisfaction n'est pas lié à des normes d'échange (il n'y a pas d'échange car le retour n'est pas obligatoire) ou à des règles de justice qui voudraient que la rétribution varie selon le service rendu. Le degré de satisfaction dépend plutôt de la

manifestation et de la qualité du lien établi entre les deux parties.

Motivations. Puisqu'une personne s'adonne au bénévolat sur une base volontaire, il convient d'examiner, en premier lieu, les raisons individuelles qui pourraient la pousser à cette pratique.

La personne bénévole veut se sentir utile et efficace tout en rendant service. Ou bien elle répond à des préoccupations plus personnelles : être connue et respectée dans son milieu; être estimée par ses pairs; rompre l'isolement ou la monotonie; diversifier ses liens sociaux; éprouver du bonheur à donner sans conditions, à recevoir plus qu'on ne donne (le retour étant souvent d'ordre psychologique ou moral). Ou encore, elle veut explorer divers modes de contentement : pratiquer sa forme de loisir préférée; se découvrir de nouvelles capacités de communication et d'organisation; gagner de la confiance en soi; vivre une relation qui ne soit plus anonyme ou dévalorisante; goûter à une atmosphère d'entraide et d'amitié; « remettre » ce qu'on a reçu auparavant; même être simplement remerciée de sa collaboration.

En second lieu, des raisons plus collectives peuvent inciter une personne à pratiquer le bénévolat. Alors, elle travaille pour une cause qui lui est chère. Elle veut assurer la survie et le bon fonctionnement d'un organisme qui a besoin de toutes formes de don pour exister, à plus forte raison pour prendre de l'expansion. Elle contribue à satisfaire les exigences de la clientèle, à améliorer une situation, et à propager la qualité de vie. Elle considère comme prioritaire l'autofinancement d'une organisation, l'appartenance à un groupe, le maintien des liens qui s'y sont développés, ou le service à une collectivité.

Bienfaits. Ses motivations individuelles ou collectives mises à part, la personne bénévole retire de son action, parfois sans même le savoir, d'autres bénéfices qui pourraient être apparentés à des avantages sociaux.

D'après l'Enquête nationale de 2000 sur le don, le soutien aux autres a un effet réducteur sur le stress et la maladie. Il existe un lien important entre le bénévolat et la santé, lien qui serait dû à des effets positifs sur les pensées, les comportements et les émotions. Parmi ces effets positifs, la confiance et l'estime de soi feraient baisser la tension artérielle et accroîtraient la fonction immunitaire. En outre, chez les personnes qui élargissent et accroissent leurs contacts sociaux, on constate non

seulement des taux plus faibles de décès prématuré et de maladie cardiaque, mais aussi une nette tendance à privilégier un mode de vie sain. En somme, il existe une corrélation certaine entre la taille du réseau social et la santé.

Selon cette même enquête, la personne bénévole développe des habiletés en relations interpersonnelles, se découvre des capacités insoupçonnées, et enregistre un niveau de bien-être psychologique valorisant qui, en certains cas, pourrait même aller jusqu'à l'euphorie. Bien plus, elle voit dans le bénévolat une occasion idéale de vérifier et d'ajuster ses modes d'adaptation à de nouvelles situations, de multiplier ses intérêts, d'agrandir ses perspectives et de rechercher des moyens qui répondront adéquatement aux responsabilités qu'elle a librement choisi d'assumer.

Les recherches menées par Glasgow et Young semblent démontrer que des bienfaits distincts supplémentaires découleraient de l'appartenance à un organisme communautaire. Elles invoquent la satisfaction éprouvée dans le soutien à autrui, dans le soulagement des épreuves, dans le bon fonctionnement et l'avancement d'un organisme, dans la réalisation d'un projet (si minime soit-il) qui tient à coeur, dans l'engagement pour une cause à laquelle on croit, bref dans l'amélioration de la qualité de vie d'une collectivité.

Importance. C'est justement dans le cadre d'une association que le bénévolat prend toute son importance. En France, 800 000 associations dépendent du travail de 10 millions de bénévoles. Les personnes actives (sur le marché du travail) lui consacrent en moyenne 16 heures par mois; les personnes retraitées, 24 heures. Une personne bénévole sur deux organise des activités de loisirs; une sur 5 oeuvre dans les domaines sociaux et de la santé¹. Comme la France actuelle compte près de 60 millions de personnes et le Canada 30 millions, une simple règle de trois permet de croire que 400 000 associations dépendent, ici, du travail de 5 millions de bénévoles, que les personnes actives lui consacrent en moyenne 16 heures par mois et les personnes retraitées, 24 heures. Quant aux domaines où s'exerce le bénévolat, on peut assumer que les chiffres se ressemblent globalement.

L'Enquête canadienne citée plus haut démontre que les personnes âgées, dont 23% pratiquent une forme de bénévolat, lui consacrent en moyenne plus d'heures que

¹ <http://www.cvs-infoasso.org/agirbenevolat.cfm>

les autres groupes d'âges. Si les jeunes s'y adonnent en vue d'accroître leurs possibilités d'emploi (54%) et de découvrir leurs propres capacités (68%), les personnes bénévoles âgées invoquent plusieurs autres raisons parmi lesquelles nous retiendrons celles-ci : bien vieillir; éprouver un sentiment de bien-être intérieur; se sentir utile; maintenir la confiance en soi à un niveau satisfaisant; voir à sa croissance personnelle; rester adapté à son milieu de vie et à de nouvelles données; rompre la dépendance, l'isolement et le stress trop souvent reliés au vieillissement.

Relève. Dans une société ultra-individualiste qui prêche en faveur du cocooning (recherche du confort douillet), il semble difficile parfois de recruter de nouvelles personnes pour assurer la relève. Dans ce cas, il devient impératif de prendre une autre direction que celle de déplorer la situation. Avant toute chose, une campagne de promotion du bénévolat, lancée à l'échelle provinciale ou nationale, serait de mise. On ne peut certes dire qu'il y a eu abus, de ce côté-là...

Mais il existe aussi d'autres directions d'autant plus attrayantes qu'elles sont accessibles à toute organisation. Tout d'abord, on mettra en place des orientations attirantes : prévoir un moment d'accueil plaisant et chaleureux; organiser de brèves sessions de formation, si nécessaire; assurer une présence et un soutien adéquats; définir un profil de tâches pas trop complexe; permettre à la personne de s'adonner aux activités qu'elle préfère, à des événements non contraignants et différents de la vie ordinaire; faire en sorte que la personne recrutée se sente créative et responsable, qu'elle puisse satisfaire son besoin d'évolution, explorer et ajuster les diverses composantes de son identité personnelle, et intégrer de nouvelles valeurs.

Ensuite, on assurera un suivi pratique : faire vivre le bénévolat dans l'amitié, la confiance, le respect et la pensée positive; ménager des réunions (pas trop longues) où se côtoient travail et plaisir; ajouter de la transparence dans la prise de décisions; garder des exigences réalistes et proportionnelles aux moyens dont dispose le groupement; mettre l'accent sur les buts réalisables de l'organisme et les attentes de la clientèle; exclure toute mesure qui divise; rallier en souplesse les divergences de vue; éviter l'essoufflement propre aux tâches irréalistes; maintenir une vision de la cause et un dynamisme orientés vers le bien commun du groupement.

Enfin, on accentuera toutes les mesures axées autour de la reconnaissance : souligner l'arrivée de nouvelles

recrues; savoir remercier et les individus et les comités; souligner le travail accompli et l'éthique démontrée; montrer l'utilité de toutes les tâches et les progrès réalisés grâce au bénévolat; sur un ton d'appréciation bien sentie, parler de l'efficacité du travail individuel ou d'équipe; organiser, au moins une fois l'an, une fête de la reconnaissance où sera clairement identifié l'apport collectif; à cette occasion, remettre à chaque personne bénévole un cadeau tangible (pas besoin qu'il coûte une fortune!) en témoignage d'appréciation.

Épilogue. À l'image du commerce, le don de soi présent dans le bénévolat marque actuellement des signes de mondialisation. Des organisations humanitaires (Association Rêves, Centraide, Croix-Rouge, Enfant-soleil, Médecin sans frontières, Oxfam, Unicef, etc.) demandent régulièrement des gestes dont la réalisation, en grande partie, dépend du bénévolat : aide aux sinistrés de la guerre, vivres pour compenser la sécheresse et soulager la famine, adoption d'enfants délaissés, réseaux mondiaux d'entraide pour contrer divers maux de société : alcoolisme, violence, toxicomanies, suicide, sida, mal de vivre, dépression, deuils subits et monoparentalité; don d'organes (on ne sait pas où aboutira l'organe donné); collectes de sang; téléthons.

Cette récente tendance de la mondialisation du don répond peut-être à une profonde aspiration des personnes. Qui n'a pas entendu dire un jour : *je ne pourrai jamais remettre tout ce qui m'a été donné?* Par cette affirmation, la personne bénévole indique son intention ferme de donner à son tour. C'est comme si elle voulait se joindre à un nouvel univers indéfini où elle assurerait un retour des choses nécessaire pour que le monde continue de bien tourner, pour qu'il soit de plus en plus intéressant d'y vivre.

Voilà pourquoi la personne bénévole, peu important son âge et son rang social, devrait être considérée comme faisant partie des gens les plus conscients d'une réalité collective incontournable : **sans le bénévolat sous toutes ses formes, c'est un pan entier du bastion de la bienfaisance généreuse et des services gratuits qui s'écroulerait.** ■

Source :

GODBOUT, Jacques T. *Le don, la dette et l'identité*, Montréal, Éditions La Découverte et du Boréal, 2000, 190 pages.

Claude Le May (1491)