



# Guide de Mentorat

## Suggestions pour l'utilisation de ce guide

"L'objectif du mentorat spirituel c'est une amitié: des personnes qui t'écoutent profondément... et qui t'aident à discerner la volonté de Dieu." — Leighton Ford

Merci de vous engager dans la vie des jeunes adultes en tant que mentor alors qu'ils entament le prochain chapitre de leur vie. **Votre rôle aura un grand impact, non seulement dans le présent mais aussi dans le futur.** Chaque cheminement de foi est marqué par un pas après l'autre vers Jésus. Des études ont souligné le rôle essentiel qu'ont les mentors et la communauté chrétienne pour aider les adolescents et les jeunes adultes à prendre ces pas, les menant à **une foi fervente et enracinée en Jésus.**

Ce guide a pour objectif de faciliter la relation entre le mentor et la personne accompagnée au cours d'une période de 14 mois, qui commence généralement à l'automne de l'année qui précède leur entrée au CÉGEP ou à l'université. Ce document fournit au mentor des suggestions de sujets à aborder qui concernent la personne accomp aujourd'hui et dans l'avenir, **vous aidant à avoir des conversations sincères et intentionnelles.**

# Échéancier recommandé

- 10 conversations mensuelles, de septembre à juin
- une conversation en été
- une conversation à l'automne (ou au début de leur première année au CÉGEP ou à l'université)

\*N'hésitez pas à adapter le calendrier, à combiner les leçons ou à les compléter en fonction de votre contexte.

## Pour commencer

- **Invitez un(e) jeune adulte** à participer intentionnellement à une relation de mentorat.
- **Montrez-lui le document** que vous utiliserez pendant vos conversations.
- **Mettez-vous d'accord sur la fréquence et la durée** de vos conversations (par exemple, 60 minutes par conversation).
- **Après quelques semaines, faites le point ensemble.** Permettez à la personne que vous accompagnez de décider si elle souhaite continuer cette relation de mentorat. Si oui, évaluez votre temps ensemble et faites les ajustements nécessaires.

## Autres astuces

- Avant votre conversation, prenez le temps de vous familiariser avec les sujets abordés.
- N'hésitez pas à garder ce document visible pour vous y référer.
- Écoutez bien, faites preuve d'empathie, et partagez vos propres expériences avec vulnérabilité.

## Structure de la conversation

Chaque page commence par une présentation de l'objectif de la conversation, suivie de trois sections qui guident la progression de la discussion avec la personne que vous accompagnez.

### Cheminement



Cette section soulève des questions sur différents aspects de la vie quotidienne pour favoriser l'atteinte des objectifs soulignés plus tôt dans la conversation.

### Vie avec Dieu



Cette section explore la pertinence de Jésus dans chaque domaine de la vie, et comment l'Évangile peut s'y appliquer.

### Prière



Cette section vous invite à prier ensemble. En toute humilité, reconnaissez et accueillez la présence et l'amour de Dieu pour chacun de vous.

Note: Cette ressource a été conçue pour favoriser l'écoute et le dialogue avec la personne accompagnée. N'hésitez pas à y ajouter des passages bibliques pertinents ou d'autres ressources utiles, mais gardez en tête que les adolescents et les jeunes adultes cherchent un " accompagnateur ", pas un expert.

L'objectif de cet outil n'est pas de cocher une liste de sujets ou de conversations discutées, mais de faciliter des conversations qui contribuent au développement d'une relation authentique avec la personne que vous accompagnez, afin qu'elle soit assurée de votre intérêt sincère pour elle.

Les gens ne prêteront pas attention à nos connaissances tant qu'ils ne savent pas qu'on s'intéresse à eux.

## Impliquer d'autres personnes

En tant que mentor, vous apportez assurément une contribution importante à la vie de la personne que vous accompagnez. Il est aussi important de l'aider à se connecter à d'autres ressources et communautés qui pourront éventuellement continuer ce suivi avec elle.

- Quelles personnes ressources et communautés pouvez-vous lui recommander?
- Existe-t-il une communauté de jeunes adultes à son église, ou à une église dans sa nouvelle ville ?
- Existe-t-il des ministères pour étudiant(e)s (comme Pouvoir de Changer-Étudiants) à son cégep ou à son université?

Pour obtenir plus de ressources, faire des commentaires ou poser des questions:  
Visitez : <https://p2c.com/etudiants/> ou écrivez-nous à [etudiants@p2c.com](mailto:etudiants@p2c.com).

Ensemble, formons des disciples de Jésus résilients.

# SEPTEMBRE

Apprenez à mieux connaître la personne que vous accompagnez et découvrez les personnes et éléments qui exercent une **influence** sur sa vie. Aidez-la à identifier ces sources d'influence et à discerner si elles apportent des conséquences positives ou négatives. Ensuite, réfléchissez ensemble à comment ces sources d'influence affectent sa relation avec Jésus. Explorez quels changements positifs pourraient être apportés pour l'aider à développer sa foi cette année.

## Cheminement



- Quels personnes ou éléments exercent le plus d'influence sur ta vie en ce moment? (Amis, parents, chum/blonde, membres de l'église, médias sociaux)
- Quels effets ces sources d'influence produisent-elles en toi?
- Réfléchis à ce que tu veux devenir et à ce que tu veux accomplir d'ici la fin de l'année; ces sources d'influence t'aideront-elles à atteindre tes objectifs ? Pourquoi? Pourquoi pas?

## Vie avec Dieu



- Quels effets ces sources d'influence ont-elles sur ta relation avec Jésus?
- Es-tu satisfait(e) de la trajectoire de vie qui se trace devant toi en ce moment?

## Prière



Priez pour la sagesse et pour le discernement qui vous permettront de voir les effets à long terme des principales sources d'influence sur sa vie. Priez pour sa relation avec Jésus.

# OCTOBRE

Ce mois-ci, vous aiderez la personne que vous accompagnez à réfléchir à **l'impact potentiel qu'elle peut avoir sur les gens de son cégep/son université et de son église**. Réfléchissez ensemble à l'utilité et aux buts des études, puis de sa communauté à l'église. Demandez-lui: quelle est sa participation actuelle à l'église? Comment ses rôles pourraient-ils changer **au cours de la prochaine année**? Aidez-lui à formuler des idées sur la manière dont elle peut se préparer à ces changements.

## Cheminement



- **À quoi sert l'école secondaire (ou CÉGEP)?** Qu'est-ce que tu espères retirer de ton temps dans cette saison? Est-ce que tu es là pour apprendre? Est-ce que tu es là pour faire plaisir à tes parents?
- Comment grandis-tu en tant que personne pendant que tu es à l'école secondaire (ou au CÉGEP)?
- Comment profiter au maximum du temps qu'il te reste dans ton école? Que voudrais-tu faire ou accomplir avant de terminer tes études?

## Vie avec Dieu



- **À quoi sert l'église locale?** Pourquoi vas-tu à l'église? Est-ce que ta participation a un effet sur ta vie? Lequel?
- A quoi ressemble ta "vie d'église" ? (Participation à différents ministères, études bibliques, assistance aux cultes).
- L'année prochaine, en quoi ta participation à l'église va-t-elle changer? Est-ce que tu vas devoir changer d'église ? Si oui, comment peux-tu t'y préparer?

## Prière



Priez pour une réflexion honnête alors que la personne que vous accompagnez continue de se demander à quoi sert son parcours scolaire et comment elle peut en profiter au maximum pendant sa dernière année.

Priez qu'elle participe activement à son église locale.

Remerciez Dieu pour son église locale.

# NOVEMBRE

Ce mois-ci, offrez un espace à la personne que vous accompagnez pour lui permettre d'identifier **ses forces et ses talents**. Ensuite, rêvez ensemble à la manière dont ceux-ci pourraient être utilisés pour servir Dieu, pour de futurs projets, et même pour le service dans le contexte de son église. Cela peut s'appliquer aussi bien au présent qu'à l'avenir. Cherchez à comprendre la manière unique dont Dieu lui a donné des dons.

## Cheminement



- Qu'est-ce que tu apprécies de toi-même (**caractéristiques, compétences, personnalité, intérêts**)? Pourquoi?
- Lorsque tu penses à l'année prochaine, comment pourrais-tu utiliser tes dons?
- Comment tes forces, tes aptitudes et tes intérêts peuvent-ils influencer ce que tu feras après l'école secondaire (ou le cégep)?

## Vie avec Dieu



- Comment utilises-tu tes talents, tes intérêts et tes dons pour servir ton église et ta communauté?
- Quel rôle le service joue-t-il dans ta vie?
- As-tu parlé avec Dieu des différents domaines de ministère dans lesquels tu pourrais servir?
- De quelles façons Dieu peut-il utiliser ton service pour avoir un impact sur ta vie?

## Prière



Remerciez Dieu qu'il a créé la personne unique que tu accompagnes, et pour les dons qu'il lui a accordés. Priez qu'elle fasse preuve de discernement alors qu'elle réfléchit à la manière dont elle pourrait utiliser ses aptitudes, ses talents et ses dons pour servir Dieu, maintenant et après le secondaire (ou le cégep).

# DÉCEMBRE

Le mois de décembre est un moment idéal pour inviter Dieu dans le **processus de prise de décision** alors que la personne que tu accompagnes envisage l'université, le CÉGEP, une année sabbatique ou un travail à temps plein. Demandez-lui quels sont **ses objectifs pour l'avenir** et quelles personnes ou éléments influencent ses décisions. Priez ensemble, en demandant à Dieu sa sagesse quant à la voie à suivre.

## Cheminement



- Qu'est-ce qui t'empêche ou t'aide à choisir ce que tu vas faire?
- Quelles sources d'**influence** affectent tes décisions?
- Quel impact les périodes de changement ont-elles sur ta **santé mentale**?

## Vie avec Dieu



- As-tu l'impression que Dieu **te guide** dans tes décisions? Comment le fait-il?
- As-tu demandé à Dieu de t'aider à prendre ta décision?
- Si oui, que lui as-tu demandé ? Si non, pourquoi pas?

## Prière



Priez pour que la personne que vous accompagnez soit guidée dans ses réflexions sur ce qu'elle fera après le secondaire (ou le cégep). Priez qu'elle dépende de Dieu pour le processus de prise de décision. Priez qu'elle entende et suive ses conseils.

# JANVIER

En janvier, concentrez-vous sur la prise de décision. Cela pourrait impliquer **une réflexion sur les décisions à venir**, sur les difficultés rencontrées en chemin, sur les doutes potentiels et même sur les regrets du passé. Offrez à la personne que vous accompagnez un lieu sûr pour parler de ses choix et de ses sentiments. Orientez-la vers Jésus et montrez-lui qu'Il est capable d'apporter la paix au milieu de l'incertitude.

## Cheminement



- Quelles sont les **prochaines décisions que tu dois prendre** (choisir un cégep/une université, choisir un lieu de travail)?
- Comment te sens-tu à l'idée de devoir prendre ces décisions?
- Y a-t-il des personnes dans ta vie qui influencent ces décisions? Quel est le degré d'influence de leurs opinions sur tes décisions? Pourquoi?
- À quand remonte la dernière fois que tu as douté d'une décision? Comment réagis-tu à ces doutes dans ton esprit (attendre, réévaluer ta décision, en parler à Dieu)?

## Vie avec Dieu



- De quelle manière dépends-tu de Jésus dans les moments où tu doutes de tes décisions passées?
- De quelle manière peux-tu dépendre de Jésus pour les décisions à venir?
- Dieu influence-t-il les décisions que tu dois prendre? Quel est le degré d'influence de ses opinions sur tes décisions?
- Es-tu satisfait(e) de la manière dont tu laisses Dieu influencer tes décisions? Pourquoi? Pourquoi pas?

## Prière



Priez que la personne que vous accompagnez remette à Dieu ses expériences passées. Priez qu'elle invite Dieu à guider ses décisions au cours des prochaines semaines. Priez qu'elle lui fasse confiance de tout son cœur.



# FÉVRIER

Ce mois-ci, vous aiderez la personne que vous accompagnez à identifier **l'importance de la communauté**. Quelles sont les communautés auxquelles elle participe actuellement, et à quelles communautés souhaite-t-elle participer une fois diplômée? Y a-t-il des communautés avec lesquelles elle souhaite rester en contact après les études?

Ensemble, réfléchissez aux raisons pour lesquelles elle veut faire partie de ces communautés. Qu'est-ce qui la motive? Enfin, parlez de l'impact de la communauté chrétienne sur sa foi et de l'importance de trouver une communauté chrétienne après l'obtention de son diplôme (et éventuellement son déménagement).

## Cheminement



- Quels types de groupes sociaux fréquentes-tu actuellement (équipes sportives, groupe des jeunes, groupes parascolaires, église)?
- **Comment comptes-tu t'impliquer** dans ces communautés alors que tu entames le prochain chapitre de ta vie?
- Lorsque tu penses à la situation dans laquelle tu aimerais être à la fin de l'année, dans quelles communautés te vois-tu?
- Qu'est-ce qui te donne envie de faire partie de ces communautés?

## Vie avec Dieu



- Quel effet la participation à une communauté chrétienne a-t-elle sur ta foi et sur ta relation avec Jésus?
- Comment la connexion à une communauté chrétienne t'aidera-t-elle à avancer dans ta marche avec le Seigneur, alors que tu entres dans cette nouvelle étape de ta vie?

## Prière



Priez que la personne que vous accompagnez puisse discerner dans quelles communautés elle pourra s'épanouir et approfondir sa relation avec Jésus.

Priez qu'elle puisse éventuellement être connectée à d'autres communautés où elle pourra avoir un témoignage chrétien.

# MARS

En mars, discutez des valeurs avec la personne que vous accompagnez. Ensemble, **déterminez comment ces valeurs sont enracinées dans sa foi et dans sa vie**. Réfléchissez: D'où viennent ces valeurs? Qu'est-ce qui pourrait potentiellement les changer? Aidez la personne à découvrir comment une foi enracinée peut lui servir au quotidien.

## Cheminement



- Quelles sont les valeurs qui te guident?
- Comment ces valeurs influencent-elles tes actions et tes décisions au quotidien?
- Comment as-tu décidé de vivre selon ces valeurs?
- Tes valeurs ont-elles changé au fil du temps ? Si oui, pourquoi?
- Qu'est-ce qui influence actuellement tes valeurs et ta façon de vivre?

## Vie avec Dieu



- Comment décrirais-tu ta foi en ce moment? Dans quoi est-elle enracinée (parents, amis, traditions, cheminement personnel)?
- Dans quoi aimerais-tu voir ta foi s'enraciner? À quoi cela ressemble-t-il d'avoir une foi enracinée?
- Quel rôle joue ta foi dans ta vie quotidienne?

## Prière



Priez que la personne que vous accompagnez se rapproche de Jésus et qu'elle voit l'espérance de l'Évangile dans tous les domaines de sa vie. Priez que sa vie et que ses paroles attestent que l'évangile est une bonne nouvelle.

# AVRIL

Créez un espace sûr pour que la personne accompagnée puisse parler de son environnement familial. Écoutez-la et soutenez-la lorsqu'elle parle. Aidez-la à voir l'effet de ses relations familiales sur sa vie. Examinez ensemble comment Jésus pourrait influencer sa famille, et comment la personne pourrait leur témoigner de Jésus.

## Cheminement



- Comment décrirais-tu ta relation actuelle avec les membres de ta famille?
- Comment votre relation actuelle affecte-t-elle ta vie?
- À quoi ressemblerait une relation idéale avec les membres de ta famille?

## Vie avec Dieu



- En quoi est-ce que ta relation avec Jésus peut-elle avoir un impact sur tes interactions familiales ?
- De quelles manières pourrais-tu refléter Jésus dans ta famille cette semaine?

## Prière



Priez que l'Esprit agisse afin d'aider la personne accompagnée à refléter Jésus dans sa famille cette semaine.

Ce mois-ci, abordez le sujet des fréquentations et des **relations amoureuses**. Tu aideras la personne que tu accompagnes à imaginer l'avenir qu'elle souhaite dans ce domaine, et à réfléchir au passé.

Vous allez discuter de la façon dont ses relations avec une personne significative peuvent influencer sa vie avec Jésus. Prenez le temps de prier avec sincérité pour ces éventuelles relations.

## **Cheminement**



- Comment décrirais-tu la relation amoureuse idéale que tu souhaites avoir un jour? Peux-tu donner des exemples concrets?
- Quel exemple ta famille a-t-elle donné? Que souhaite-t-elle pour toi? Est-ce également ce que tu veux?
- Quelle est ton expérience en matière de relations amoureuses?
- Dans le prochain chapitre de ta vie, quels dangers relationnels veux-tu éviter et à quelles opportunités veux-tu t'ouvrir?

## **Vie avec Dieu**



- Comment une relation amoureuse peut-elle influencer ta relation avec Jésus?
- Si l'on considère que Jésus nous invite à se tourner vers lui pour trouver notre épanouissement ultime, comment une relation amoureuse peut-elle te rapprocher ou t'éloigner de Jésus?
- Comment aimerais-tu confier ta relation actuelle ou future à Dieu?

## **Prière**



Priez pour la guérison de toute blessure passée, et pour une vision de relations saines dans l'avenir.

Priez que la personne accompagnée trouve son épanouissement ultime dans sa relation avec Jésus.

Priez qu'elle trouve et qu'elle apprécie des relations profondes et significatives, et que celles-ci l'amènent à mieux connaître Jésus et à le servir plus authentiquement.



# ÉTÉ

C'est l'été! Passez du temps à **célébrer** la fin de l'année scolaire. Demandez à la personne que vous accompagnez quelles sont **les prochaines étapes dans son cheminement, et comment elle s'y prépare** (financièrement, physiquement, émotionnellement et spirituellement). Accompagnez-la dans sa **transition** entre la fin d'une étape de sa vie et le début d'une autre. Aidez-la à considérer comment Dieu est présent dans cette période de transition.

## Cheminement



- Comment te **sens**-tu à l'idée d'avoir terminé ton année (année sabbatique, diplôme d'études secondaires)?
- Comment as-tu **célébré** la fin de ce chapitre?
- Comment te **pré pares**-tu pour la prochaine étape?
- Quelles sont les choses spécifiques que tu penses **devoir encore faire** afin d'être prêt(e) pour les changements à venir? (par exemple, faire des plans pour entrer en contact avec une nouvelle communauté chrétienne).

## Vie avec Dieu



- Comment te prépares-tu spirituellement pour la transition qui s'en vient?
- De quelles manières vois-tu la présence de Dieu dans cette période de transition?
- Quelles sont les démarches que tu veux entreprendre pour te rapprocher de Jésus?

## Prière



Remerciez Dieu pour ce qu'il a fait pour la personne que vous accompagnez au cours de ses études secondaires (ou au cégep). Priez qu'elle vive un sentiment d'intimité avec Dieu alors qu'elle se prépare aux transitions à venir.

# SUIVI D'AUTOMNE

Maintenant que l'automne est arrivé, c'est le temps de faire un suivi avec la personne que vous accompagnez et de voir comment elle va dans cette nouvelle étape de sa vie. Comment s'adapte-t-elle? Quel impact ce changement a-t-il eu sur ses relations et sur sa vie personnelle? Est-ce qu'elle a établi des liens avec une communauté chrétienne locale? Si ce n'est pas le cas, réfléchissez à une manière de l'aider à établir ces liens essentiels (par exemple, entrer en contact avec un groupe comme P2C-Étudiants).

## Cheminement



- Comment as-tu vécu le début de ce nouveau chapitre de ta vie?
- Comment as-tu tissé des liens avec une communauté chrétienne locale?
- Quand tu as pris la décision d'aller dans cette direction au printemps, t'attendais-tu à être là où tu es maintenant ? Pourquoi/pourquoi pas?
- Comment ces changements ont-ils affecté tes amitiés, tes objectifs et tes rêves?

## Vie avec Dieu



- Quel effet les changements récents ont-ils eu sur ta relation avec Jésus?
- Es-tu satisfait(e) de la **trajectoire** actuelle de ta foi ? Pourquoi/pourquoi pas ?
- Quel sera ton **prochain pas** vers Jésus?
- Comment Dieu pourrait-il te conduire à **aider les autres** à prendre leurs prochains pas vers Jésus?

## Prière



Priez que la personne que vous accompagnez progresse dans sa vie et dans sa foi, en faisant confiance à Jésus dans tous les domaines de sa vie. Priez que sa vie et que ses paroles reflètent la bonne nouvelle de Jésus, qui conduira au renouveau des communautés auxquelles elle participe et à l'épanouissement de l'humanité.