|  |
| --- |
| **Instrucciones para establecer un grupo de apoyo entre pares de voluntarios comunitarios** |

**Descripción ¿Qué es?:** El manual para establecer grupos de apoyo entre voluntarios de la comunidad es una herramienta para los voluntarios que quieran crear un grupo para apoyarse mutuamente.

**Propósito de la herramienta ¿Para qué sirve?:** Para orientar a los voluntarios a crear un grupo de apoyo entre compañeros e instrucciones sobre lo que se necesita para mantener los grupos en funcionamiento**.**

**¿Cuándo utilizar la herramienta?:** Esta herramienta puede utilizarse en cualquier fase de la programación. La dirección o los supervisores de protección de la niñez pueden compartir esta herramienta directamente con los voluntarios de más experiencia que quieran iniciar un grupo, o pueden guiar a los voluntarios en el proceso de creación si solicitan apoyo adicional.

En la 8ª sesión de formación, "Mi bienestar emocional como voluntario comunitario", existe la oportunidad de presentar a los voluntarios la Herramienta del Grupo de Apoyo entre Pares.

**Instrucciones ¿Cómo emplearlo?:** Es importante que los voluntarios tomen propia iniciativa de los grupos de apoyo entre iguales desde el principio. Por lo tanto, un gestor o supervisor de protección de la niñez puede apoyar o dar consejos desde fuera, pero se les anima a los voluntarios a que establezcan y administren los grupos ellos mismos. Es responsabilidad de la organización de protección de la niñez proporcionar los materiales básicos como rotafolios, rotuladores y, posiblemente, un pequeño presupuesto para refrigerios, para que el grupo pueda prosperar.

**Instrucciones para establecer un grupo de apoyo entre pares de voluntarios comunitarios**

***¿Qué es un grupo de apoyo entre pares?***

Ser voluntario de la comunidad puede ser estresante; puede sentir que siempre está "en el trabajo" y que hay grandes expectativas que son imposibles de cumplir tanto por parte de la organización, así como de tu comunidad. Una forma de navegar estos particulares contratiempos es establecer un grupo de apoyo entre pares.

Los grupos de apoyo entre compañeros son grupos dirigidos por voluntarios donde compartir dificultades y apoyarse mutuamente. Normalmente, los grupos de apoyo entre iguales están formados por voluntarios que viven cerca unos de otros y se reúnen mensualmente en un espacio privado para mantener la confidencialidad.

***¿Por qué crear un grupo voluntario de apoyo entre iguales****?*

* **Para compartir conocimientos o aprender algo nuevo.** Al reunirse con regularidad, los nuevos voluntarios pueden aprender de los que tienen más experiencia y el grupo también puede invitar a que profesionales, como un proveedor de servicios de salud a que comparta con ellos u organizar una sesión para aprender en grupo en un recurso de capacitación.
* **Porque resolver los problemas** en grupo ayuda. Al reflexionar en equipo sobre los problemas o las dificultades, el grupo puede buscar soluciones y estrategias en respuesta a los desafíos.
* **Para apoyarse** mutuamente. Los casos de protección de la niñez pueden producir tristeza o enfado en los voluntarios y es importante contar con un grupo de personas que los comprendan. Compartir nuestros sentimientos puede ayudarnos a afrontarlos mejor.
* **Para promover** dentro de la comunidad y con la dirección o supervisores. Siempre es más fácil señalar algo que hay que cambiar si hablamos como grupo en vez de hacerlo individualmente.

***¿Cómo establecer un grupo de apoyo voluntario entre iguales?***

Hay muchos pasos para poner en marcha un grupo. Puedes compartir estas responsabilidades con otros voluntarios:

1. Hacer una lista de un grupo de voluntarios que vivan lo suficientemente cerca como para reunirse regularmente. No es conveniente que nadie tenga que recorrer un largo camino, ni pagar transporte para acudir a la reunión.
2. Reunirse con los demás voluntarios y sugerir la idea de un grupo.
3. Organizar la primera reunión y hablar sobre por qué sería útil crear un grupo. Durante la reunión, pedir al grupo que sugiera temas que quieran tratar en el grupo, pueden ser temas de aprendizaje, dificultades que pasan o incluso simplemente compartir cómo se sienten ejerciendo de voluntario.
4. Tomar algunas decisiones sobre cómo operaría el grupo en conjunto para que los miembros tengan las mismas expectativas. Elegir fecha, lugar y un tema para la próxima reunión. Por ejemplo, algunos grupos se reunirían en casa de diferentes voluntarios, otros podrían reunirse en una sala de reunión del pueblo. Es importante que el lugar que se decida para las reuniones sea de fácil acceso para todos los miembros y sea un espacio que permita que las conversaciones queden confidenciales. Algunas decisiones importantes en las que hay que pensar son:

|  |  |
| --- | --- |
| **Logística** | **Sugerencias** |
| ¿Cuántos miembros queremos en nuestro grupo? | 6-10 miembros (a menudo, tener grupos más grandes disminuye la oportunidad de que todos tengan un turno para hablar) |
| ¿Con qué frecuencia queremos reunirnos? | Una vez al mes |
| ¿Cuánto queremos que duren nuestras reuniones? | 1 hora |
| ¿Dónde tendrán lugar las reuniones? | Un lugar confidencial, sentados en círculo |
| ¿Qué materiales necesitamos? | Papeles de rotafolio, rotuladores, notas adhesivas, refrescos |
| **Colaboración en equipo** | **Sugerencias** |
| ¿Cuál será nuestro objetivo? | Escucharnos y apoyarnos mutuamente en nuestras funciones particulares |
| ¿Quién lo facilitará? | Puede asignarse a un solo individuo o hacerlo en rotación |
| ¿Cómo debemos actuar y tratarnos? (Reglas básicas y expectativas) | Es importante que los miembros del grupo se sientan respetados y reciban el mismo tratamiento, que se acuerde una política para los teléfonos móviles, etc. |
| ¿Cómo nos aseguremos de mantener la confidencialidad? | Es importante que todos los miembros se comprometan a mantener la confidencialidad de todo lo que se hable en la reunión. |
| ¿Cómo debemos responder cuando observamos que los miembros no siguen estas normas y expectativas? | Se sugiere dar recordatorios sobre el compromiso que cada uno comparte como miembro del grupo y que todos los miembros pertenecen igualmente al grupo. |
| ¿Queremos abrir y cerrar reuniones de una manera en particular? | A muchos grupos les gusta tener un ritual (como una canción o un saludo) |
| ¿En qué ocasiones deberíamos buscar apoyo externo? | Aquí se deberían incluir cuestiones como salvaguardia de niños y niñas, amenazas físicas y casos complejos |

***¿Qué tipo de facilitación y participación se espera en una reunión del Grupo de Apoyo entre Pares?*[[1]](#footnote-1)**

* Abrir hablando sobre cómo ha ido el último mes, dar a todos la oportunidad de hablar, pero permitir también si la gente no prefiere hablar.
* Dedicar un tiempo a compartir los problemas que han surgido en la reunión del último mes y cómo pueden resolverse.
* Aprender juntos y en equipo alguna herramienta de capacitación o planear una actividad
* Terminar con un ritual, una canción o una actividad de clausura

***¿Cómo nos aseguramos de que el grupo continúe funcionando?***

* Pedir al grupo que se comprometa a seguir reuniéndose es importante. Se puede pedir a todos que firmen un acuerdo, ya que esto puede ayudar a que la gente se tome el grupo en serio.
* Si alguien no asiste, pedir a un voluntario que averigüe si está bien, sin enfadarse con él/ella por no asistir, informarle de que se le echa de menos en las reuniones.
* Trabajar en equipo para asegurarse de que ninguna persona domine la reunión, que todos tengan la oportunidad de hablar y compartir ideas. Esto motivará a que todos acudan a las reuniones.
* Animar a los voluntarios con más experiencia y más razonables a explicar con delicadeza a quien intente dominar el grupo o esté hablando demasiado que todos pertenecen al mismo grupo y que siendo todos iguales y necesitan el mismo tiempo para comunicarse.

1. Centro de Salud y Desarrollo Comunitario de la Universidad de Kansas. Aplicando intervenciones prometedoras en la comunidad, Capítulo 21. Creando y facilitando grupos de apoyo entre pares. <https://ctb.ku.edu/en/table-of-contents/implement/enhancing-support/peer-support-groups/main> (*enlace en inglés*) [↑](#footnote-ref-1)