|  |
| --- |
| Outil 8 : Mise en place d’un groupe de soutien par les pairs |

**Définition :** l'outil intitulé Mise en place d’un groupe de soutien par les pairs

» donne des conseils aux volontaires qui souhaitent créer un groupe pour se soutenir mutuellement.

**Objectif de l'outil :** guider les volontaires dans la mise en place d'un groupe de soutien par les pairs et leur indiquer ce dont ils ont besoin pour maintenir l’activité du groupe**.**

**Quand utiliser cet outil :** cet outil peut être utilisé à n'importe quel stade de la programmation. Les responsables ou les superviseurs peuvent partager cet outil directement avec des volontaires expérimentés qui veulent créer un groupe, ou peuvent guider les volontaires tout au long du processus si un soutien est demandé.

**Orientation** : Il est important que les volontaires s'approprient les groupes de soutien par les pairs dès le début. Ainsi, un responsable ou un superviseur peut fournir un soutien ou une orientation externe, mais les volontaires doivent être encouragés à établir et à gérer les groupes eux-mêmes. Il incombe à l'organisation de PE de fournir le matériel de base nécessaire à la réussite du groupe, comme des flipchart, des marqueurs, et éventuellement un petit budget pour des rafraîchissements.

***Qu'est-ce qu'un groupe de soutien ?***

Être volontaire dans une communauté peut être stressant ; vous pouvez avoir l'impression d'être toujours "au travail" et d’être confrontés à des attentes élevées de la part de l'organisation et de votre communauté, qui sont difficiles à satisfaire. Une façon de gérer ce stress est de créer un groupe de soutien par les pairs.

Les groupes de soutien par les pairs sont des groupes gérés par des volontaires qui partagent leurs difficultés et se soutiennent mutuellement. En général, les groupes de soutien par les pairs sont constitués de volontaires qui vivent à proximité les uns des autres et se réunissent une fois par mois dans un espace privé afin de préserver la confidentialité.

***Pourquoi mettre en place un groupe de soutien volontaire par les pairs*** *?*

* **Partager des connaissances ou apprendre quelque chose de nouveau.** En se réunissant régulièrement, les nouveaux volontaires peuvent apprendre des volontaires plus expérimentés et le groupe peut également organiser la participation d’intervenants extérieurs comme un prestataire de services de santé ou travailler ensemble sur une ressource d'apprentissage.
* Il est utile de **résoudre les problèmes** en groupe. En réfléchissant ensemble aux problèmes ou aux difficultés, le groupe peut souvent trouver des solutions et des approches pour relever les défis.
* Se **soutenir mutuellement**. Les cas de protection de l'enfant peuvent rendre les volontaires tristes ou en colère et il est important d'avoir un groupe de personnes qui comprennent. Partager nos sentiments peut nous aider à mieux les gérer.
* **Plaidoyer** au sein de la communauté et auprès des responsables ou des superviseurs. Il est toujours plus facile de parler de quelque chose qui doit être changé si nous parlons en tant que groupe plutôt qu'en tant qu'individus.

***Comment mettre en place un groupe de soutien par les pairs volontaire ?***

Il y a de nombreuses étapes pour mettre en place un groupe. Vous pouvez partager ces responsabilités avec d'autres volontaires :

1. Dressez la liste d'un groupe de volontaires qui vivent assez près les uns des autres pour se rencontrer régulièrement. Il n’est pas opportun que quelqu'un doive faire un long trajet à pied ou payer un transport pour se rendre à la réunion.
2. Rencontrez les autres volontaires et proposez l'idée d'un groupe.
3. Organisez la première réunion et discutez de l'utilité d'un groupe. Au cours de la réunion, demandez aux membres du groupe de suggérer des sujets de discussion. Il peut s'agir de sujets d'apprentissage, de défis auxquels vous êtes confrontés ou même simplement de ce que vous ressentez en tant que volontaire.
4. Prenez des décisions sur la façon dont le groupe travaillera ensemble afin que les membres aient les mêmes attentes. Choisissez une date, un lieu et un sujet pour la prochaine réunion. Par exemple, certains groupes peuvent se réunir au domicile des membres du groupe, de manière tournante, d'autres au lieu de réunion habituelles du village. Il est important que le lieu des réunions soit facile d'accès pour tous les membres et permette à la conversation de rester confidentielle. Voici quelques décisions importantes auxquelles il faut réfléchir :

|  |  |
| --- | --- |
| **Logistique** | **Suggestions** |
| Combien de membres y aura-t-il dans notre groupe ? | 6-10 membres (souvent, les groupes plus importants ne permettent pas à chacun d'avoir son tour de parole) |
| À quelle fréquence nous rencontrerons-nous ? | Une fois par mois |
| Quelle sera la durée de nos réunions ? | 1 heure |
| Où les réunions auront-elles lieu ? | Un lieu confidentiel, assis en cercle |
| Ressources nécessaires | Papier pour tableau de conférence, marqueurs, notes autocollantes, rafraîchissements. |
| **Travailler ensemble** | **Suggestions** |
| Quel sera notre objectif ? | S'écouter et se soutenir mutuellement dans nos rôles. |
| Qui facilitera les choses ? | Il peut s'agir d'un seul membre ou d'une rotation |
| Comment allons-nous nous traiter mutuellement ? (Règles de base et attentes) | Il est important que les membres du groupe se sentent respectés et traités sur un pied d'égalité, qu'ils se mettent d'accord sur une politique concernant les téléphones portables, etc. |
| Comment assurer la confidentialité ? | Il est important que tous les membres s'engagent à garder confidentiel tout ce qui est dit au cours de la réunion. |
| Comment devons-nous réagir lorsque nous constatons que des membres ne respectent pas ces règles et ces attentes ? | Il est suggéré de se rappeler mutuellement les engagements partagés et que le groupe appartient à tous les membres. |
| Comment ouvrir et clôturer une réunion ? | De nombreux groupes aiment avoir un rituel (comme une chanson ou une salutation). |
| Quand faut-il chercher un soutien extérieur ? | Cela devrait inclure des questions telles que la protection des enfants, les menaces physiques et les cas complexes. |

***Comment faciliter et participer à une réunion du groupe de soutien par les pairs ?*[[1]](#footnote-1)**

* Faites un point sur la réunion passée en donnant à chacun la possibilité de s'exprimer mais laissez les gens choisir de ne pas parler.
* Passez un peu de temps à discuter des questions qui ont été soulevées au cours de la réunion passée, et de la façon dont elles peuvent être résolues.
* Travailler sur un outil d'apprentissage ou planifier une activité.
* Terminez par un rituel, une chanson ou une activité de clôture.

***Comment faire pour que le groupe continue à fonctionner ?***

* Il est important de demander au groupe de s'engager à continuer à se réunir. Vous pouvez demander à chacun de signer un accord, car cela peut aider les gens à prendre le groupe au sérieux.
* Si une personne ne vient pas, demandez à un volontaire de s’enquérir de sa situation, mais ne lui faites pas de reproches ; faites-lui juste savoir que sa présence a manqué au groupe lors de la dernière réunion.
* Travaillez ensemble pour faire en sorte que personne ne prenne le contrôle du groupe, que chacun ait la possibilité de s'exprimer et de partager ses idées, ce qui motivera tout le monde à venir.
* Encouragez les volontaires expérimentés et sages à expliquer gentiment à toute personne qui tente de prendre le contrôle du groupe ou qui parle trop que le groupe appartient à tout le monde, que chacun est égal et a besoin de temps pour s'exprimer.

1. Centre pour la santé et le développement communautaires de l'Université du Kansas. Implementing Promising Community Interventions, chapitre 21. Créer et animer des groupes de soutien par les pairs. <https://ctb.ku.edu/en/table-of-contents/implement/enhancing-support/peer-support-groups/main> [↑](#footnote-ref-1)