

RECOMMANDATION



INFOENTRAIDESUISSE

Groupes d'entraide vidéo

LES GROUPES D'ENTRAIDE
VIDÉO SONT UN ENRICHISSEMENT
ET UNE POSSIBILITÉ
SUPPLÉMENTAIRE POUR
SE RENCONTRER.



CONSEILS ET ASTUCES
POUR LE SUCCÈS DE
VOS RÉUNIONS VIDÉO.



Situation initiale

La pandémie de coronavirus a posé des défis majeurs à l'entraide autogérée et à sa promotion. Au-delà des difficultés et des nouvelles contraintes, la crise a permis de souligner l'importance de l'entraide autogérée au niveau national et cantonal. En outre, il a fallu chercher – et trouver – des solutions pour se rencontrer de manière virtuelle. Les groupes d'entraide vidéo constituent un enrichissement et une possibilité supplémentaire de se réunir, mais ne remplaceront pas les réunions physiques. Le contact physique reste important. Cependant, il existe désormais des formes virtuelles qui peuvent améliorer l'accessibilité à l'entraide autogérée. Le mouvement d'entraide devrait s'ouvrir à cette nouvelle tendance.

Définition du groupe d'entraide vidéo

- Groupe d'entraide vidéo : Les groupes d'entraide qui se réunissent en ligne (son et image) sont appelés groupes d'entraide vidéo. Les groupes de soutien vidéo ont lieu à l'aide d'un outil de conférence avec son et images (par exemple Zoom, Webex, Skype).
- Il existe également la possibilité d'alterner entre les réunions virtuelles et en présentielles. Les réunions de groupes d'entraide hybrides sont des réunions où certaines personnes sont physiquement présentes et d'autres se connectent virtuellement.

Opportunités et défis des groupes de soutien vidéo

Les groupes d'entraide vidéo sont des réunions dans un espace virtuel. Les participants choisissent les réunions vidéo pour différentes raisons (telles que la distance, la simplicité, l'impossibilité de se réunir physiquement), tout comme d'autres groupes choisissent de se réunir dans un centre ou dans un autre espace (tel qu'un lieu de rencontre de quartier).



OPPORTUNITÉS:

Les barrières d'accès à l'entraide autogérée sont abaissées

- **Pour les personnes ayant un sujet rare**
Un groupe d'entraide vidéo peut être une alternative pour les personnes ayant un sujet rare pour lequel aucun groupe ne peut être établi physiquement dans une région sans avoir à parcourir de longues distances.
- **Pour les personnes à mobilité réduite**
Il n'est pas nécessaire de se déplacer physiquement, ce qui permet aux personnes qui ne sont pas mobiles en raison d'un handicap physique ou mental de prendre part à la réunion.
- **Pour les personnes disposant de peu de temps**
Avec un faible engagement en termes de temps (car plus de déplacements), les personnes ayant de nombreux engagements peuvent également participer, comme les parents qui s'occupent d'un enfant ou le soutiennent et qui ne peuvent pas sortir de chez eux.
- **Pour les personnes ayant moins d'argent**
Pas de frais de location de la salle, ni pour les trajets. (mais il peut y avoir des coûts supplémentaires pour l'outil de conférence).
- **Pour les personnes qui souhaitent plus d'anonymat**
Les groupes d'entraide vidéo peuvent être une option pour les personnes timides et inhibées. En effet, certains sentiments sont «filtrés» à travers l'écran et il peut être plus facile de garder une certaine distance.

Les réunions sont enrichies

- **Peu d'efforts pour une contribution externe**
Les professionnels peuvent être invités et participer plus facilement.

LES DÉFIS:

- **Une structure claire est nécessaire**

Il faut davantage de modération et de structuration => Le modérateur doit être particulièrement attentif lors de la l'attribution de la parole, car le contact visuel direct est absent. Toutefois, l'expérience montre que la structure plus solide est également appréciée par beaucoup.

- **La démarcation peut être difficile**

Pour les personnes qui ne disposent pas d'une pièce calme chez eux, la participation peut être difficile.

- **Le contact humain manque**

Les groupes de soutien vidéo peuvent être perçus comme plus distants que les groupes physiques.

- **Les participants participent moins facilement**

L'engagement à participer peut être moindre que dans une réunion physique.

- **Une compréhension de la technologie est nécessaire**

Une petite compréhension technique est nécessaire, ainsi qu'un équipement technique. En particulier pour les personnes qui n'ont pas ou peu d'accès à internet, participer à un groupe de soutien vidéo n'est pas possible pour eux.

- **Garantir la confidentialité est plus difficile**

Étant donné que d'autres personnes peuvent écouter/visualiser en arrière-plan, il est important d'assurer la confidentialité au sein du groupe de soutien vidéo.

OPPORTUNITÉS ET DÉFIS DES RÉUNIONS HYBRIDES:

- Les réunions hybrides sont appréciées lorsqu'une personne n'est pas en mesure d'assister à la réunion de manière ponctuelle en raison d'un empêchement, mais qu'elle souhaiterait néanmoins participer à la réunion. Le défi à relever ici est celui de la technologie. Souvent, un bon microphone externe et un haut-parleur suffisent pour participer, et ceux qui ont rejoint le groupe de manière virtuelle peuvent suivre les discussions des autres membres qui participent à la réunion en présentiel.
- Des réunions supplémentaires aux réunions physiques sont possibles par vidéoconférence sans grand effort d'organisation. La variante consistant à alterner les réunions physiques et vidéo peut alléger la charge des déplacements.

Plus d'informations sur: www.infoentraidesuisse.ch