

En quoi consiste le soutien entre pairs?

Philosophie

Les programmes de soutien entre pairs offerts par SP Canada et destinés aux personnes touchées par la sclérose en plaques (SP) permettent à ces dernières de bénéficier d'un soutien personnel crucial dans le cadre d'interactions individualisées, de rencontres en personne ou de discussions de groupe. Ils sont fondés sur le concept d'inclusion et celui de renforcement de l'autonomie et des capacités personnelles.

Objectifs

- Permettre aux participants¹ de donner et de recevoir un soutien bienveillant et d'échanger des solutions pratiques.
- Offrir aux participants l'occasion de faire part de leurs réussites et de leurs stratégies d'adaptation.
- Offrir un environnement sûr et confidentiel qui s'avère propice à la discussion et au partage d'information, autrement dit à l'écoute et à la compréhension.

Base du soutien entre pairs

Il s'agit d'un partenariat qui repose sur la volonté de s'aider mutuellement à progresser et à s'épanouir dans le cadre d'échanges d'expériences se déroulant dans un cadre respectueux, inclusif et propice à l'autonomisation.

C'est un processus qui consiste à être à l'écoute et à éprouver de l'empathie pour autrui, ce qui permet aux participants de :

- renforcer leur confiance en eux;
- trouver des solutions qui leur conviennent;
- se découvrir des capacités qu'ils ne pensaient pas avoir.

Valeurs à la base du Programme de soutien entre pairs

- Respecter la dignité et les droits individuels d'autrui.
- Respecter les croyances, valeurs, pensées et décisions d'autrui, même si vous ne les partagez pas.

¹ Dans ce document, l'emploi du masculin pour désigner des personnes n'a d'autres fins que celle d'alléger le texte.

- Respecter l'autonomie des personnes et reconnaître leur aptitude à prendre des décisions éclairées.
- Tenir compte du fait que les croyances et les valeurs d'une personne constituent souvent le fondement du comportement, des besoins et des décisions de cette dernière.

Vos responsabilités en tant que bénévole œuvrant dans le cadre du Programme de soutien entre pairs

Valeurs fondamentales et conduite éthique

- Respecter la confidentialité, la vie privée, de même que la confiance que vous accordent les personnes que vous soutenez.
- Respecter la dignité de chaque personne et la valeur de la diversité parmi les personnes. Aucune forme de discrimination ne sera tolérée.
- Maintenir une relation équitable et un partage des pouvoirs équilibré.
- Observer des normes élevées en matière de conduite professionnelle et d'éthique personnelle dans le cadre de vos fonctions liées à SP Canada.
- Conformément aux directives de SP Canada, ne pas accepter de cadeaux ni d'argent de la part des personnes que vous soutenez.
- Conformément [aux politiques de SP Canada](#), mener vos activités de façon ouverte, équitable et transparente.

Communications et engagement axés sur le soutien

- Explorer diverses questions et expériences.
- Apporter du soutien relativement aux difficultés qu'impose la sclérose en plaques en démontrant de l'empathie, de la compréhension et du respect.
- Faire preuve d'une bonne capacité d'écoute.
- Faire preuve d'ouverture d'esprit.
- Avoir conscience de la façon dont vous vous exprimez et répondez aux personnes que vous soutenez.

Soutien favorisant l'autonomisation

- Offrir du soutien et formuler des encouragements quant à l'établissement d'objectifs.
- Transmettre de l'information.
- Connaître les ressources communautaires pertinentes (s'il y a lieu).

Relations professionnelles et limites

- Avoir conscience de vos propres limites et besoins, et veiller au respect de vos limites personnelles et de celles des pairs que vous soutenez.
- Garder à l'esprit que le rôle d'un bénévole chargé d'offrir du soutien à un pair diffère de celui d'un professionnel de la santé ou d'un conseiller professionnel.
- Avoir acquis des connaissances sur la SP (ou la maladie connexe concernée) ainsi que sur l'impact de cette affection.
- Informer SP Canada d'éventuels problèmes, au besoin.