

Centre d'action bénévole du grand Châteauguay
10 rue Gilmour
Châteauguay, Québec
J6J 1K4
Téléphone : 450-699-6289
Télécopieur : 450-699-6292

Guide du bénévole animateur



Décembre 2010

Ce guide appartient à :





Bienvenue

Aux bénévoles animateurs

Bienvenue au Centre d'action bénévole du grand Châteauguay. Je souhaite que votre expérience d'animateur soit positive. C'est pour cette raison que je vous remets, par le biais de ce guide, des outils nécessaires à la réussite d'une bonne rencontre.

Vous retrouverez donc, à l'intérieur de ce guide quelques conseils pour obtenir une interaction positive avec les personnes du groupe que vous animerez.

Je vous souhaite de prendre plaisir à être actif dans ce service.

La coordonnatrice du service

Le CABGC

Le Centre d'action bénévole du grand Châteauguay (CABGC) est un organisme à but non lucratif. Il a vu le jour en août 2006. Nous offrons des services à la population, aux bénévoles et aux organismes.

Sa mission

Faire la promotion de l'action bénévole. Par ses bénévoles, il aide des centaines de personnes, principalement âgées ou en perte d'autonomie, à trouver le réconfort, le soutien et l'accompagnement dont ils ont besoin.

Services aux personnes aînées

- ☞ Accompagnement-transport médical
- ☞ Accompagnement-transport pour les courses essentielles (banque, pharmacie, épicerie.)
- ☞ Accompagnement-transport pour une visite à un proche hospitalisé ou en résidence
- ☞ Club de marche pour aînées ayant un handicap visuel ou en perte d'autonomie
- ☞ Visite d'amitié
- ☞ Programme PAIR (programme de sécurité pour les personnes vivant seules).
- ☞ Aide et soutien aux proches aidants
- ☞ Aide à l'impôt (ce service s'adresse aussi aux familles et personnes à faible revenu).

Services aux organismes de la région

- ☞ Soutien aux organismes (support, formations, recrutement de bénévoles, etc.).

Les dons

Nous désirons continuer à offrir nos services gratuits ou au plus bas prix. Les dons nous permettent d'offrir des services gratuits ou au plus bas prix aux personnes dans le besoin. Vous pouvez aussi faire un don via notre site internet. Le CABGC peut produire des reçus pour fin d'impôt.

Bénévoles recherchés

Quelle satisfaction d'aider les autres! Quelle valorisation que de mettre nos talents, intérêts et aptitudes à profit!

Le CABGC supporte et forme ses bénévoles en plus de reconnaître leur travail.

Le CABGC est toujours à la recherche de bénévoles. Il peut aussi référer les personnes désirant faire du bénévolat dans d'autres organismes selon leurs goûts et intérêts.

Nous pouvons vous guider pour trouver l'endroit idéal pour vous!

Nos heures d'ouverture

Le Centre d'action bénévole situé au :
10 rue Gilmour, Châteauguay, Qué., J6J 1K4

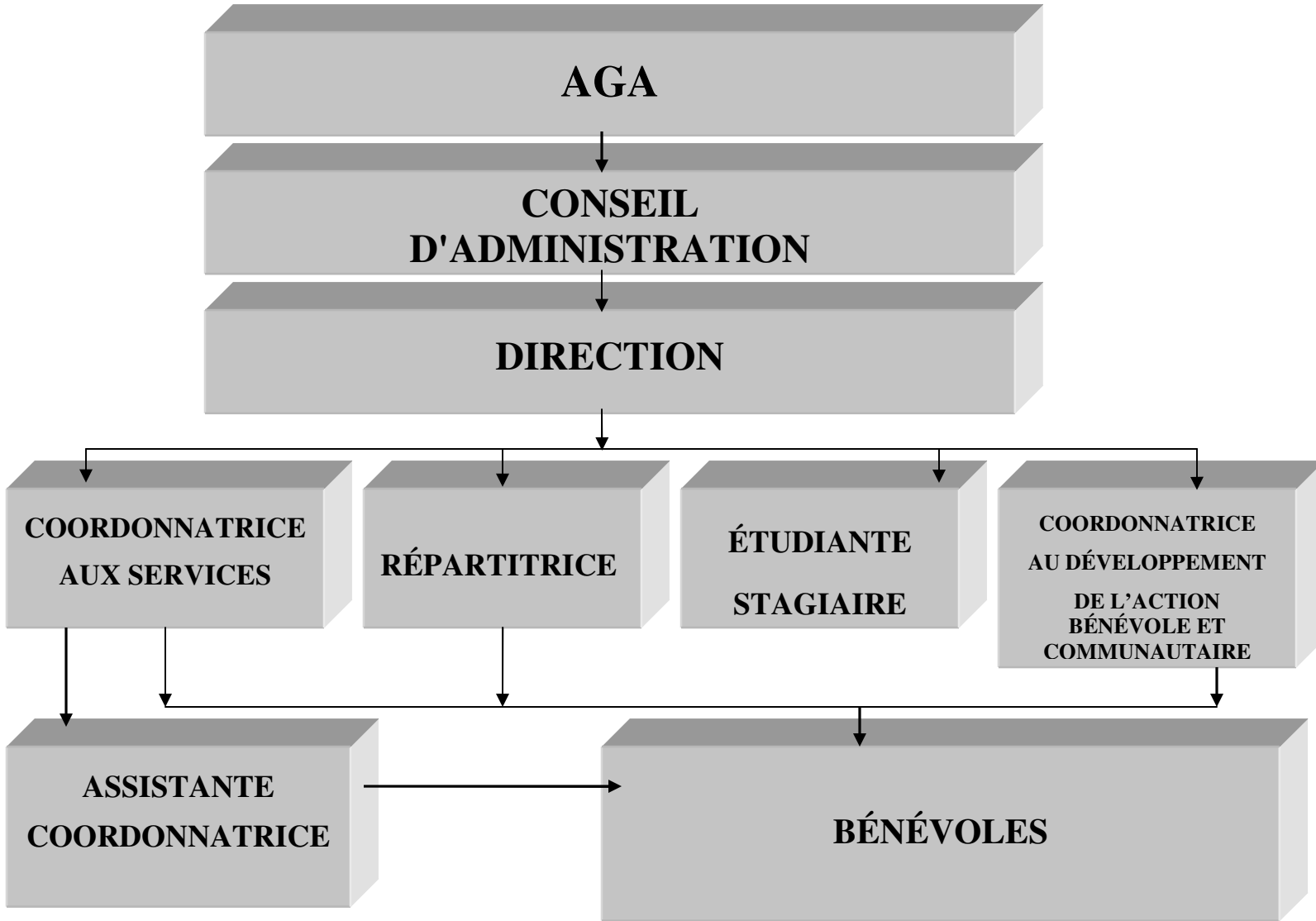
est ouvert du :
lundi au jeudi de 8h30 à 12h et de 13h à 16h30
le vendredi de 8h30 à 12h et de 13h à 15h

de nombreuses places de stationnement sont disponibles à l'avant et sur le côté de l'édifice.

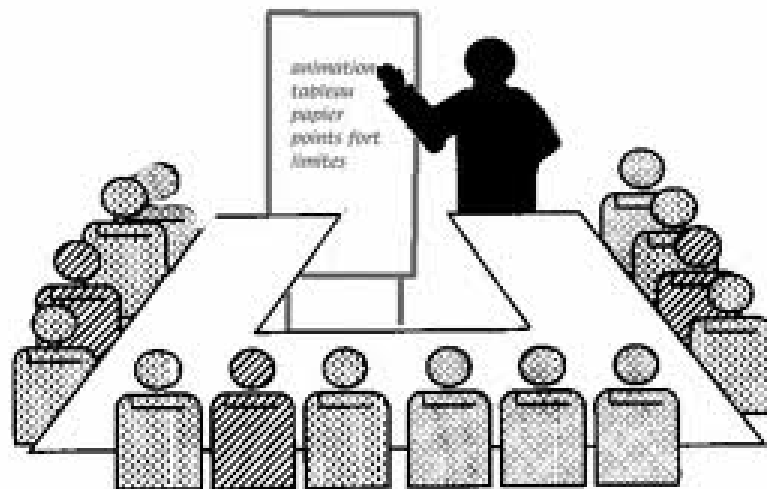
Les voies de communication

Le CABGC peut communiquer avec ses bénévoles à l'aide de son journal interne, par courriel, par des notes ou affiches sur le babillard d'information, par téléphone ou par son site web

Voici l'organigramme de l'organisme



POUR ANIMER UN GROUPE



L'animateur est le pilier du groupe, il est le technicien qui aide un groupe à bien fonctionner durant la rencontre.

RÔLE ET TÂCHES DE L'ANIMATEUR

Il accueille les participants
Il prépare le café et la collation si nécessaire
Il se présente et demande aux participants de se présenter
Il précise le but de la rencontre du groupe.
Il nomme brièvement les différentes étapes de la rencontre.
Il facilite les échanges d'opinion entre les participants.
Il maintient l'ordre dans la discussion.
Il accorde avec justice le droit de parole.
Il ramène les « hors d'ordre » sur le sujet.
Il fait de temps à autre un résumé de ce qui c'est dit.

L'ANIMATEUR DOIT-IL TOUT SAVOIR?

NON, l'animateur ne doit pas tout savoir car son rôle n'est pas de donner des réponses, mais d'animer. Il n'a pas à être un expert toutefois, une connaissance suffisante de la question est requise pour animer correctement le groupe.

RÈGLES DE BASE POUR UN ANIMATEUR

Respecter les idées et les personnes
Ne pas avoir d'idées préconçues sur les membres du groupe et leurs points de vue
Questionner et laisser les membres du groupe répondre
Assigner les tâches clairement s'il y a lieu
Écouter attentivement
Structurer les rencontres
Doit savoir adapter son style d'animation selon le groupe
Avoir le sens de l'humour peut aider

COMMENT COMMENCER AVEC LE GROUPE

Les premières minutes de votre rencontre sont d'une importance cruciale. Elles donneront aux participants une impression générale de la rencontre ou des rencontres à suivre.

Il ne faut pas créer une atmosphère trop légère ni trop lourde.

Vous pouvez commencer par une question sur le sujet de votre animation.

Ex : Comment voyez-vous votre rôle d'aidant?

Avez-vous déjà été victime d'un accident bête à la maison?

À votre époque comment obtenait-on son permis de conduire?

COMMENT PROCÉDER À LA PRÉSENTATION DES MEMBRES

Il y a plusieurs façons de présenter les membres d'un groupe. Si le groupe est nombreux on peut simplement leur demander de se nommer à tour de rôle, mais il n'est pas nécessairement obligatoire que les participants se présentent surtout si la formation est de courte durée et présentée sous forme de conférence.

Dans un petit groupe qui se réunira pendant quelques semaines il est bon de se présenter afin d'obtenir une plus grande ouverture face aux autres. On peut demander aux participants de se placer en équipe de deux et leur donner une minute, répartie en 30 secondes chacun, pour donner des informations ou poser des questions afin de se familiariser avec l'autre. Une fois le temps écoulé, les personnes sont présentées par l'autre personne. Cette technique rend la présentation à la fois chaleureuse et facile pour tous.

Les participants peuvent aussi se présenter eux-mêmes à tour de rôle en ajoutant à leur nom un détail comme leur animal préféré et pourquoi il l'a choisi. Ex : mon nom est Johanne et mon animal favori est le chien parce que je trouve cet animal intelligent.

COMMENT INTERROMPRE UN PARTICIPANT

1. interrompre et rester avec la personne
demandez aux autres participants ce qu'ils pensent de l'intervention de la personne que l'on veut interrompre.

2. interrompre et rester sur le même sujet
cette option peut devenir nécessaire lorsque la personne qui parle mine l'énergie du groupe. Par exemple, si Joe parle de son père, vous pouvez simplement dire : écoutons d'autres personnes s'exprimer sur leur relation avec leur père.

3. interrompre et laisser la personne et le sujet
ex. : poursuivons en modifiant le sujet, lequel vous intéressera sûrement

Utilisez aussi vos propres signes non-verbaux pour interrompre (vos mains, vos yeux).

CE QUI PEUT NUIRE À L'ANIMATION

La volonté d'imposer ses idées (l'animateur ne doit pas imposer ses idées)

L'envie de parler (l'animateur bavard est un personnage redoutable)

Une trop grande rigidité

Une trop grande souplesse

L'excès ou l'insuffisance d'autorité

Le manque d'assurance

SAVIEZ-VOUS QUE



CAPACITÉ D'APPRENTISSAGE

Une personne apprend mieux si elle est activement engagée dans la formation et si elle y trouve une réponse aux questions qu'elle rencontre dans sa pratique.

Il est prouvé que l'on

Retient	10% de ce qu'on lit
	20% de ce qu'on entend
	30% de ce qu'on voit
	50% de ce qu'on voit et entend

PAR CONTRE

On retient	80% de ce qu'on dit
	90% de ce qu'on fait

SE CONNAÎTRE, COMPRENDRE LES AUTRES.

Voici quelques attitudes-types que l'on rencontre dans nos relations interpersonnelles et qui pourraient aider l'animateur à se situer par rapport aux autres, à situer les autres par rapport à lui et finalement à moduler en conséquence sa manière d'animer.

1. SI VOUS DONNEZ DES ORDRES, DIRIGEZ, COMMANDEZ

On ne tient pas compte de l'intérêt, de l'opinion de l'autre.

Ex : à partir de la semaine prochaine j'ai décidé que.....

CETTE ATTITUDE ENGENDRE :

Chez les autres

- l'incompréhension

- un sentiment de dépendance

- la résistance passive (on fait semblant de se soumettre)

chez celui qui anime

- l'insécurité (on vous critique)

- l'hostilité / la tension parce que vous vous sentez incompris)

2. SI VOUS MENACEZ, AVERTISSEZ

Le pessimisme est de rigueur! De plus on ne fait pas confiance

Ex : si tu continues comme ça, tu ne pourras pas rester dans le groupe.

CETTE ATTITUDE ENGENDRE

Chez les autres

- de la frustration (il ne me fait pas confiance)

- du je m'enfoutisme Et puis!

- de la provocation : Vas-y fais le

chez celui qui anime

- l'isolement (on vous évite)

- un sentiment d'inutilité

- un sentiment d'échec

3. SI VOUS MORALISEZ, PRÊCHEZ, FAITES LA LEÇON

On piétine la liberté des autres, on veut changer le monde à son image

Ex : Dans notre organisme, on fait ça de telle façon et on n'a jamais de problème...

CETTE ATTITUDE ENGENDRE

Chez les autres

- un manque de confiance en soi

(je n'ai pas un bon jugement

- un sentiment de culpabilité

J'aurais dû, je n'aurais pas dû suivre...

- de la frustration / de l'agressivité

On attaque ma liberté

chez celui qui anime

- un sentiment de rejet lorsque vos conseils ne passent pas

- de l'humiliation lorsqu'on vous remet à votre place

- de la perplexité : Mais pourquoi est-ce qu'ils m'en veulent?

4. SI VOUS PERSUADEZ PAR LA LOGIQUE, ARGUMENTEZ, DONNEZ DES INSTRUCTIONS

On essaie d'influencer l'autre en se basant sur des faits, des contre-arguments, de la logique, des renseignements.

Ex : Ça se peut pas, la preuve....

CETTE ATTITUDE ENGENDRE

Chez les autres

- un sentiment d'infériorité
- le réflexe d'être sur la défensive
- Le désir d'abandonner la discussion

chez celui qui anime

- le sentiment d'être le seul à voir clair
- un sentiment d'échec
- du ressentiment : tête dure!

5. SI VOUS AVEZ UNE ATTITUDE NÉGATIVE : CRITIQUEZ, BLÂMEZ, ATTAQUEZ PERSONNELLEMENT

On porte des jugements négatifs ou des évaluations négatives ou erronées à l'endroit des autres.

Ex : Il n'est pas capable de parler en public

CETTE ATTITUDE ENGENDRE

Chez les autres

- un sentiment d'infériorité
- de la révolte, du mépris
- le rejet catégorique des jugements apportés même s'ils sont réalistes et bons
- le désir d'abandonner toute activité

chez celui qui anime

- un sentiment de rejet
- le désir de critiquer encore davantage

6. SI VOUS ÉCOUTEZ, REFORMULE, POSEZ DES QUESTIONS DIRECTES OU INDIRECTES

On s'assure d'avoir très bien compris. On demeure objectif

Ex : d'après ce que tu me dis, le problème c'est...

CETTE ATTITUDE ENGENDRE

Chez les autres

- la confiance en soi
- la confiance en l'autre
- le désir de pousser plus loin la conversation
- le sentiment de savoir où on s'en va
- la revalorisation

chez celui qui anime

- une certaine satisfaction
- le sentiment d'être accepté et apprécié
- le désir de pousser plus loin la discussion

TECHNIQUES D'ANIMATION

Principaux types de techniques

fonctions sur le plan

Définition des objectifs
Reformulation des choses exprimées
Cohérence et liens entre les interventions
Résumés et synthèses à intervalles réguliers
Clarification des termes importants / ambigus

de la Clarification
(fait en sorte que tout est clair)

Régulation de tours de parole
Sensibilisation du groupe au temps
Utilisation des outils (ordre du jour...etc)
Intervention lors de périodes de confusion ou de désordre pour rétablir le calme
énonciation des consignes de fonctionnement, des règles du jeu

du Contrôle
(garder la situation en main)

accueil chaleureux
verbalisation des tensions
objectivation lors de désaccords
détente de l'atmosphère et emploi de l'humour

du Climat
(atmosphère agréable)

LES RAISONS DU SILENCE DANS UN GROUPE

RAISONS INHÉRENTES À L'INDIVIDU

1. On estime que l'on est incompetent en la matière
2. On a l'impression de mal s'exprimer; manque de vocabulaire, hésitations, bégaiement,
3. On a un défaut physique
4. D'autres plus vifs et plus rapides, ont déjà exprimé ce que l'on voulait communiquer
5. On est fatigué
6. On ne comprend pas ce qui se dit ou ce qui se fait
7. On a donné son avis précédemment, et le groupe n'en a pas tenu compte
8. On rêve
9. On se tait pour mieux observer et analyser les autres membres
10. On garde le silence afin d'écouter les autres entièrement et attentivement.

RAISONS SE RAPPORTANT AU GROUPE

1. On craint d'être rejeté par le groupe
2. On redoute d'être évalué ou jugé par les autres membres
3. Il y a de l'agressivité dans l'air, et l'on a peur de subir des assauts de la part de certains membres
4. Il y a des bavards qui monopolisent les interventions
5. Le groupe est dur; il y a de l'ironie, de la taquinerie, des moqueries, de la causticité
6. Les membres ne sont pas à la hauteur; incompetents, infantiles, incapables.
7. Le groupe est peu sympathique; l'ambiance est froide, glaciale, et peu favorable. Il y a des irréductibles.

RAISONS QUI CONCERNENT L'ANIMATEUR

1. On a peur de l'animateur, qui est rébarbatif ou inquiétant
2. L'animateur est trop âgé, ou trop jeune. On estime qu'il est hors du coup
3. L'animateur parle tout le temps et intervient à tous propos
4. L'animateur impose son point de vue et cela ne sert absolument à rien de discuter.
5. L'animateur incarne des valeurs, des principes, des idées que l'on n'accepte pas, ou que l'on rejette momentanément
6. L'animateur a coupé une ou plusieurs interventions précédentes
7. L'animateur a des préférés parmi les membres