

Richtlijnen om internetgroepen te beoordelen

Een paar tips die kunnen helpen bij het beoordelen van de waarde van een online ontmoetings- of zelfhulpgroep:

- Ga na of er 'leven is' op de betreffende website, het forum, de discussiegroep. Iedereen kan zeggen dat er een 'online support group' is, terwijl er in de praktijk weinig of geen activiteit valt vast te stellen.

Probeer te ontdekken of er een redelijk aantal mensen regelmatig deelneemt en of er recente berichten zijn. Een behoorlijk aantal deelnemers verzekert het uitvlakken van extreme informatie.

Uiteraard moet men ermee rekening houden dat de deelname aan groepen rond zeldzame aandoeningen beperkter is.

- Bekijk niet alleen het volume van inzendingen of het aantal deelnemers, maar ga ook na of mensen elkaar inderdaad proberen te helpen. Werken ze oplossingsgericht of blijven ze hangen bij details en wordt er niet te veel geklaagd? Is er interesse en betrokkenheid op elkaar of probeert men vooral zijn eigen gram te halen? Is er sprake van collectieve ondersteuning of is dat een éénmanszaak?
- Worden afwijkende opvattingen getolereerd of is het een elitair clubje van gelijkgezinden die andere meningen afstoten? Is men beleefd en hanteert men niet-beledigende taal?
- Krijgt men het gevoel erbij te horen? Ernstig genomen te worden?
- Is het een echte online support group of een verkapte vorm van reclame, een site die in feite onderdeel uitmaakt van een groter, misschien schimmiger geheel? Respecteert men anonimiteit en is daarvan een verklaring terug te vinden?

De uiteindelijke persoonlijke graadmeter voor een bezoeker of deelnemer aan een online zelfhulpgroep, de sleutel tot tevredenheid, is ten slotte of men er terecht kan voor zijn noden en wensen. Er bestaat een grote verscheidenheid aan groepen die verschillende waarden en persoonlijkheden vertegenwoordigen. En net als in het 'echte' leven moet het tussen de gebruiker en de mensen in de groep 'klikken'.