



## Δυναμική ομάδα - Η θεωρία

Η ψυχοδυναμική προσέγγιση του Lewin θεωρεί ότι η συμπεριφορά των ανθρώπων σε μία ομάδα, έχει τις ρίζες της στην παιδική ηλικία και συγκεκριμένα στις οικογενειακές σχέσεις και στην ποιότητά τους (π.χ. συγκρουσιακές, ήρεμες). Όταν η ομάδα προσφέρει ασφάλεια και σέβεται το δικαίωμα έκφρασης των εκπαιδευομένων και των εκπαιδευτών, χωρίς να τους 'ειρωνεύεται', να τους 'υποτιμά' ή να τους 'εξοστρακίζει', τότε εκπαιδευόμενοι και εκπαιδευτές μπορούν να επιβληθούν στα δυσάρεστα συναισθήματά τους.



## Στάδια εξέλιξης μιας ομάδας

- **Συμβόλαιο:**

Τα μέλη γνωρίζονται μεταξύ τους, διασαφηνίζονται οι στόχοι και καθορίζονται τα όρια. Η συμμετοχή των μελών μπορεί να χαρακτηρίζεται από δισταγμό ενώ παρατηρείται τάση εξάρτησης από τον θεραπευτή.

- **Εδραίωση ταυτότητας:**

Διευκρινίζονται οι προσωπικοί στόχοι και καθιερώνεται το είδος επικοινωνίας της ομάδας. Εμφανίζονται οι πρώτες συγκρούσεις και φαίνονται τα μέλη που διεκδικούν να κυριαρχήσουν καθώς και αυτοί που επαναστατούν.

- **Συνεργασία - Διερεύνηση ομαδικής ταυτότητας:**

Αρχίζει η βαθύτερη αποκάλυψη των μελών της ομάδας.

Εδραιώνονται πιο ισότιμες σχέσεις και αναπτύσσονται δεξιότητες αποτελεσματικότερης επικοινωνίας.



- **Εγγύτητα - Οικειότητα:**

Τα μέλη της ομάδας έρχονται πιο κοντά και εκφράζουν συνοχή, τρυφερότητα και εμπιστοσύνη.

Ανοίγονται ως προς τα πιο ευάλωτα κομμάτια τους και είναι θετικοί να επεξεργαστούν τα θέματά τους μέσα από το παιχνίδι και τη φαντασία.

- **Διερεύνηση αμοιβαιότητας:**

Παρατηρείται το αποτέλεσμα της εγγύτητας. Σε κάποιους προκαλείται άγχος δέσμευσης ενώ σε άλλους τάση εξάρτησης. Σε αυτή τη φάση της ομάδας είναι γόνιμο να προστεθούν νέα μέλη.

- **Αυτονόμηση και Αναδιοργάνωση της δομής της ομάδας:**

Η ομάδα επαναπροσδιορίζεται και οι ρόλοι αναδιοργανώνονται. Εάν έχουν μπει νέα μέλη υπάρχει εκ νέου δέσμευση στο συμβόλαιο και τους στόχους που έχουν τεθεί.



- **Αντιμετώπιση των θεμάτων του εαυτού και εκπλήρωση αλληλεξάρτησης:**

Σε αυτό το στάδιο τα μέλη εστιάζουν και πάλι στα ατομικά τους θέματα και δουλεύουν σε βάθος. Η ομάδα συμμαρύνεται και στηρίζει το κάθε μέλος, αναγνωρίζοντας τις ανάγκες του.



- **Ανεξαρτητοποίηση και χρήση της αποκτηθείσας γνώσης:**

Πρόκειται για την φάση ανακεφαλαίωσης των θεμάτων και την επέκταση της εμπειρίας και της γνώσης στον έξω κόσμο.

- **Τερματισμός - Αποχωρισμός:**

Κάθε μέλος αποτιμά τη διαδρομή του μέσα στην ομάδα και αναγνωρίζει τη σημαντικότητα των άλλων. Σε αυτό το στάδιο δουλεύονται θέματα απώλειας και πένθους.



Drama Therapy contains several different forms of expression such as movement, sound, body language, and speech.

## Φάσμα ρόλων σε μια ομάδα

- **Ο κυριαρχικός**, βιώνει άγχος που του δημιουργεί την ανάγκη να ελέγξει την ομάδα προκειμένου να το μειώσει. Μιλάει συνεχώς για να προσελκύσει την προσοχή, αποφεύγει τα δύσκολα θέματα και τις στενές σχέσεις με άλλους στην ομάδα.
- **Ο λεπτολόγος**, ρωτάει συνεχώς, αποφεύγοντας να μιλήσει για τον εαυτό του. Συχνά οι άλλοι του αποδίδουν το ρόλο του *μαύρου πρόβατου*.
- **Ο ομιλητικός**, μιλάει συχνά, όχι όμως επί της ουσίας, και συνήθως αμέσως από κάποιον άλλον σχολιάζοντας τα όσα **είπε**.

- **Το θύμα**, διηγείται συνήθως θλιβερές ιστορίες και δράματα και την ίδια στιγμή ελέγχει να δει εάν οι άλλοι τον ακούν.
- **Ο αφηγητής**, έχει συνήθως δυσκολίες στην έκφραση και χρειάζεται πολύ χρόνο μέχρι να πει αυτά που θέλει, χωρίς να ξέρει πότε να σταματήσει.

- **Ο ευαίσθητος**, συνήθως προσβάλλεται με το παραμικρό. Μοιάζει με το θύμα, αλλά συχνά είναι πολύ ευαίσθητος και πληγώνεται πραγματικά.
- **Ο επιθετικός**, νιώθει συνήθως θυμό που θέλει να τον εκφράσει προς τα έξω, χωρίς να ενδιαφέρεται για τον αποδέκτη.

- **Ο προσαρμοστικός**, έχει συνήθως όλες τις σωστές απαντήσεις για την ομάδα, αλλά αποφεύγει το προσωπικό ρίσκο κάνοντας γενικές διαπιστώσεις. Συχνά κριτικάρει τους άλλους ότι δεν έχουν ομαδικό πνεύμα.



- **Το στρείδι**, το οποίο δίνει γενικές απαντήσεις, ακόμη και όταν του απευθύνουν ερώτηση ευθέως, και δεν συνεισφέρει κάτι ουσιαστικό στην ομάδα
  - **Το φάντασμα**, χρησιμοποιεί την ομάδα για προσωπικό όφελος. Συχνά προκαλεί συγκρούσεις στην ομάδα και μετά βρίσκει τρόπο να κατηγορήσει τους άλλους.



# Βιβλιογραφία

Υalom, Ι. (2006). *Θεωρία και Πράξη της Ομαδικής Ψυχοθεραπείας*. Αθήνα: Άγρας.

Τσιμπουκλή, Α. (2012). *Δυναμική Ομάδας και Επικοινωνία στην Εκπαίδευση Ενηλίκων*. Αθήνα: ΙΝΕ/ΓΣΕΕ. Ανακτήθηκε από [http://www.inegsee.gr/wp-content/uploads/2014/02/ekpaideutiko\\_yliko2.pdf](http://www.inegsee.gr/wp-content/uploads/2014/02/ekpaideutiko_yliko2.pdf)