

af *Peter Mortensen*
Aut. cand.psych. og familierapeut, MPF
Direktør og partner, DFTI

Kursusforløb i gruppemetoder

Mange fagpersoner oplever i disse år krav om at fokusere mere på at arbejde med grupper. Det gør sig gældende på områder, hvor man har lang tradition for denne form for arbejde, men mange nye målgrupper og institutionstyper kommer til, og stiller derved både brugere og medarbejdere overfor nye udfordringer.

Vi har gennem mange år undervist i gruppemetoden, og vil på den baggrund gerne bidrage med viden og erfaringer indenfor dette område.

Hvorfor?

Motiverne for at vælge gruppetilgangen kan være mange. At der kan være tale om en mulig rationaliseringsgevinst er indlysende. Ved at arbejde med en gruppe kan de samme fagpersoner nå flere på samme tid, oplysninger kan gives samtidig, og deltagerne kan lære af at se og høre hinanden få råd og vejledning.

Gruppemetoden kan imidlertid mere end det, hvis man tager dens grundtanke alvorligt.

Denne grundtanke er, at der hos gruppens deltagere ligger erfaringer og kompetencer, som i en traditionel behandler-klient relation for sjældent kommer til udfoldelse. Rollefordelingen bliver her ofte, at behandleren repræsenterer ressourcerne og myndigheden, mens 'klienten' ses som den ressourcefattige, som ikke magter sin egen situation.

Gruppemetodens væsentligste formål er at bryde denne forståelse, og opnå det der med et moderne udtryk hedder empowerment, og som på dansk kunne hedde mestring og bestyrkelse.

Det, som skal mestres, er de livsvilkår der for tiden er vanskelige at håndtere alene, og det, som bestyrkes, er troen på egne erfaringers værdi og nytte.

Hele ideen er at bringe mennesker sammen, som umiddelbart kan genkende sider af deres egen livssituation hos hinanden.

Hvordan?

Gennem samvær og udveksling af tanker, følelser og reaktioner når deltagerne frem til nye handlemuligheder samtidig med, at de får nye fasetter på selvopfattelsen.

Gruppetoden sikrer et rum, hvori dette kan fremmes.

Det kan ske gennem fælles aktiviteter, - selvvalgte eller valgt af gruppelederne. At være sammen om noget – hvad enten det er madlavning, reovering af møbler, rejser, kulturelle aktiviteter eller noget helt femte – sikrer samspil, forhandling, tydeliggørelse af færdigheder, og skaber samhørighed gennem det fælles tredje.

Det kan også ske gennem mere procesorienterede forløb, hvor man er sammen for at tale om de fælles vilkår – og hvordan den enkelte forholder sig til sin situation. Grupper der hjælper til at bearbejde sorg, lære at leve med handicaps og sygdom, eller bare vanskelige livsvilkår, med arbejdsløshed, misbrug eller andet.

Ved at være sammen i en gruppe over tid, skabes rum for dialog, for samspil og for de reaktioner vi får på hinanden, når vi er sammen om noget, vi finder væsentligt. Gruppen bliver på den måde også et beskyttet miljø, hvor der udover aktiviteter og dialog, hele tiden også inddrages eftertanke – læring om, hvad der fik mig til at reagere som jeg gjorde. Hvor jeg kender det fra andre områder af mit liv, og modsat – de ting jeg støder ind i, i livet, kan drøftes og forstås gennem dialog og samspil med gruppen.

Ledelse af grupper

Det kræver noget helt særligt at være leder af denne form for gruppesamvær. Rollen som gruppeleder skal kunne omfatte traditionel ledelse, hvor man tager initiativer, beslutter og har hovedansvaret. Den skal også kunne omfatte en åben, procesorienteret tilgang, hvor man i tillid til gruppens iboende ressourcer lader sig selv glide i baggrunden, mens gruppens liv udfolder sig, og ens væsentligste opgave er at hjælpe til at samspillet fortsætter, og at situationerne der opstår får den nødvendige tid og opmærksomhed, der sikrer at deltagerne fortsat lærer af at være der.

For at opnå det, skal gruppen planlægges omhyggeligt. Der skal gøres overvejelser om målgruppen, gruppens størrelse, forløbets tydelige formål og varighed. Der skal tages stilling til balancen mellem styring og proces, og man skal som gruppeleder forholde sig til, hvordan ens egen rolle vil skulle ændres undervejs i forløbet.

Det er en fantastisk udfordrende og givende arbejdsform når man først får smag for den.

Læs mere om DFTI's kursus i gruppetode:

<http://www.dfti.dk/gruppetoder-og-ledelse-af-grupper.asp>