

ИЗРАБОТВАНЕ НА ПРАВИЛА В ГРУПИ ЗА СОЦИАЛНА ПОДКРЕПА

Красимира Петрова

Един от основните компоненти на групата са груповите *норми и правила*, благодарение на които става възможно дейността на групата. Те са писани и неписани, създават се неформално, при съгласието на всички членове и са индивидуални за всяка група. При неспазването им нарушителите биват санкционирани отново по начин, избран от групата. Груповите санкции имат коригиращ и социализиращ ефект върху личността и върху останалите членове на групата, които при наблюдаване на санкциите, си правят изводи за собственото поведение.

Целта на статията е да открием механизмите на изработване на правила и норми на поведение и общуване в помагащите групи, като на тази основа, всеки член от групата да осъзнае и своята отговорност към себе си, към другите в групата, към водещия.

Изработването на груповите правила и норми на поведение в групите за социалнопсихологична подкрепа се разграничава от това във формалните, защото социалните правила и норми нямат легитимен характер, което и позволява на членовете им да ги променят често, отколкото това е възможно в другите групи. Тоест може да се твърди, че тази социална група се отличава от останалите и по това, че е по-мобилна като начин на организация и структурни промени.

Правилата на групата се основават в голяма степен от съществуващите в обществото норми и засягат преди всичко поведенческата и емоционалната страна на приемане или отхвърляне на правилото. Всъщност социалните правила притежават и конгнитиви измерения, свързани с осъзнаването и интернализирането на правилото.

За изработването на правилата в една група за опора служи желанието на хората да проявят степен на оригиналност, която да ги отличава от другите групи. Въпреки това и най-оригиналното виждане за съответното правило почива на вече изработено в някоя група такова, но модифицирано от новата, то има претенции за неповторимост.

Изработването на груповите правила е форма на креативност на конкретната група поради това, че правилата се изработват така,

че да удовлетворяват нейните членове, тяхното спазване запазва илюзията за групово единство и групова принадлежност. Изпълняват няколко функции:

- регулират взаимодействието в групата;
- осигуряват устойчивостта на групата;
- определят правата и задълженията на всеки член;
- позволяват на всеки да оценява постъпките на другите и да се самооценява.

Най-общо груповите правила (норми) биват:

- ролеви, като за всяка социална роля си има неписани правила-предписания за ролевото изпълнение, ролеви санкции, поемане на социална роля и т.н.;

- референтни – еталони на поведение, които се следват поради значимостта на една група за определена личност или индивиди.

Като **основни правила** в една група могат да се изведат следните:

- “*Тук и сега*”, принцип, който задава ориентацията на работа към преживявания и поведение дадения момент, а не към миналото или бъдещето, за разлика от по-голямата част от терапевтичните групи, които са ориентирани към миналото и преживяванията в детството.

- *Искреност и откритост* – не се допуска лъжа и лицемерие, тъй като те затрудняват получаването на “обратна връзка”, пречат на личността в нейното саморазвитие, както и ограничават възможностите за оказване на помощ и подкрепа.

- *Принципът “Аз”* – в центъра е личността, нейните преживявания, чувства, състояния, затова се подчертава необходимостта изреченията започват с “Аз...”, чувствата да са насочени към личността с конкретните ѝ преживявания и тя да не се крие зад изрази като: “всички хора..., повечето от нас... и т.н.”.

- *Активност* – всички упражнения са насочени към активизиране на личността и недопускане на пасивно отношение. Активността означава договореност в отношенията, а не състояние на изчакване на влиянието на другите, както е например в медицинския модел на оказване на подкрепа.

- *Конфиденциалност* – етично споразумение за запазване на тайна в споделянето на информацията. Изхожда се от идеята, че

конфиденциалността е право и задължение на участниците в групата и водещия.

Технологията на изработването на правила включва поставяне на задача в малките групи да си изготвят правила за работа, след което се избира говорител, който докладва за работата в малката група, обсъждат се правилата в голямата под формата на групова дискусия, след които приетите от всички правила се записват на дъската и се съблюдават през цялото време на работа, независимо от дните, месеците или часовете на работа. При нарушаване се санкционира нарушителят. Правилата не са веднъж завинаги дадени и подлежат на промяна, ако групата прецени, че такава е наложителна.

За да се научат да спазват правилата в групата, участниците трябва да бъдат предупредени за (Петрова, 2007, 78):

- Спазването на принципа за конфиденциалност.
- Задължителност на посещенията – разбира се, с изключения.
- Отговорност, искреност, откритост.
- Свобода в рамките на нормите в групата.
- Общуване извън групата не се препоръчва – възможност за избягване на сексуални и приятелски взаимоотношения.

• Готовност за изпълняване на домашни задачи – например, водене на дневник с отчитане на своите и чуждите постижения – “обратна връзка” за водещия, ако иска клиентът да сподели вижданията си.

Накрая, за да бъде групата полезна за всеки един участник, то той е добре да помни следните **правила** (Кочюнас, 2000, 103 – 104):

- Да бъде съсредоточен – да знае какво иска от групата и да следи дали го постига.
- Да бъде гъвкав – да приема и онова, което му се струва извън неговите планове и цели.
- Да бъде “жаден” за работа – активен, инициативен, да не си губи времето и времето на останалите в групата.
- Да говори за чувствата си – да използва повече “аз чувствам...”, вместо “аз мисля...”.
- Да изразява себе си – да не го е страх да бъде себе си.
- Да не очаква – да не е насочен само да получава от групата, а и да дава.
- Да не мълчи – когато не говориш има голяма опасност да не те разберат другите, а отгук и да не ти помогне участието в групата.

- Да експериментира – ако не опиташ в групата, едва ли ще опиташ и извън нея – групата създава увереност, заради безопасната среда.

- Да не очакваш, че всичко ще се измени внезапно – важна е посоката на промяна и процесът, а не бързите резултати.

- Избягване на съветите и задаването на въпроси – твоите мисли са по-важни от съветите и задаването на въпросите да е ползотворно, а не губене на време.

- Да се обръщаш пряко към другите – да не се допуска говорене в трето лице и дори разговори за хора, които отсъстват.

- Да не се злоупотребява с помощта – понякога преживяването на болката е толкова важно, колкото и утешаването – да не се прекалява с помагането.

- Да реагираш – не се притеснявай от неподходящи реакции, те отразяват същността на човека и поддържат доверието в личността.

- Бъди открит към реакциите на другите – не трябва непременно да се съгласяваме с другите – възможно са и реакции на несъгласие, вместо прикриване на истинското мнение, поведение и т.н.

- Да се реагира на водещия – реакцията спрямо него е реакция спрямо авторитети и е добре личността да види как реагира спрямо значимите за нея хора.

- Решавай сам – групата помага, но решенията ги взимаш ти.

- Използвай опита на групата – бъди “егоист”, възползвай се от групата.

- Не си оставяй магарето в калта – не позволявай групата да те пречупи.

В същото време, правилата в групата не следва да нарушават следните права на участниците в нея, за да не се достигне до съпротиви и да се запази увереността и самочувствието на личността, обвързано с поддържането на стабилен „Аз“-образ (Кели, 1979, 58 – 59):

- Уедниняване – нужно е, когато личността осмисля собственото си поведение, съотнася собствените си поведенчески модели към някакъв нормативен групов модел и т.н.

- Право на независимост, в смисъл и на несъгласие с цялата група, в т.ч. и с водещия.

- Право на успех, както и на неуспех.

- Право на изслушване и сериозно приемане.
- Право да получи това, което е изисквала – разбира се, стига да не е в разрез с правата на останалите.
- Право да не е права, но да отстоява своето.
- Право да прави грешки и да отговаря за тях.
- Право да се обръща за помощ към останалите и да я получава, ако те са в състояние да помогнат.
- Право да не иска да използва правата си.

Малко по-различни, но и допълващи са правата, изведени от Дж. Кори (Кори, 2003, 92):

- Право да знае какво може да му се случи в групата.
- Право на кризи, на затруднения, на фрустрация и т.н.
- Право на максимална защита от водещия.
- Уважение на личния му живот.
- Право на собствени решения за себе си.
- Право да използва ресурса на групата.
- Право на собствена ценностна система.
- Право на самоуважение и съхраняване на достойнството му.

Повечето автори, работещи в сферата на груповата работа, посочват и конфиденциалността като основно правило и основно право на клиента. Това е така, но съществуват и ситуации, в които конфиденциалността се нарушава целенасочено, за което трябва да се предупредят клиентите, а именно: при опасност за личността (например, самоубийство) или при опасност за другите – от близкото и по-далечно обкръжение. Обобщението води до твърдението, че правилата и правата са взаимосвързани, взаимопроницащи, социално детерминирани от обществените отношения. Не бива да се нарушават, но се нарушават тогава, когато е в интерес на клиента или на групата, тоест отново се позоваваме на отговорността на водещия за спазването на правата и правилата в помагачия процес.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Кори, Дж.* Теория и практика групового консултирования. М., 2003
2. *Кочюнас, Р.* Психотерапевтические группы. М., 2000
3. *Петрова, Кр.* Работа в група. Тренингови и психотерапевтични техники. В. Търново, 2007.

4. Рудестам, К. Групповая психотерапия. Санкт Петербург, 1999.
5. Kelley, C. Assertion training. California, 1978.

ИЗРАБОТВАНЕ НА ПРАВИЛА В ГРУПИ ЗА СОЦИАЛНА ПОДКРЕПА

КРАСИМИРА ПЕТРОВА

Резюме

Целта на статията е да открием механизмите на изработване на правила и норми на поведение и общуване в помагащите групи, като на тази основа, всеки член от групата да осъзнае и своята отговорност към себе си, към другите в групата, към водещия. Без да бъдат нарушавани правата му като член на групата, е необходимо да се изработят такива правила, които да спомогнат за ефективна групова работа.

Ключови думи: норми и правила, права на участниците в групата, конфиденциалност, искреност, активност, санкции.

CONSTRUCTION OF RULES IN SOCIAL SUPPORT GROUPS

KRASIMIRA PETROVA

Summary

The purpose of this article is to highlight the mechanisms of development of rules and standards of behavior and communication in assisting groups and on this basis, each member of the group and to realize their responsibility to themselves, to others in the group to lead. Without prejudice to his rights as a member of the group, it is necessary to develop such rules to facilitate effective group work.

Key words: rules and regulations, rights of group members, confidentiality, integrity, activity, penalties.