

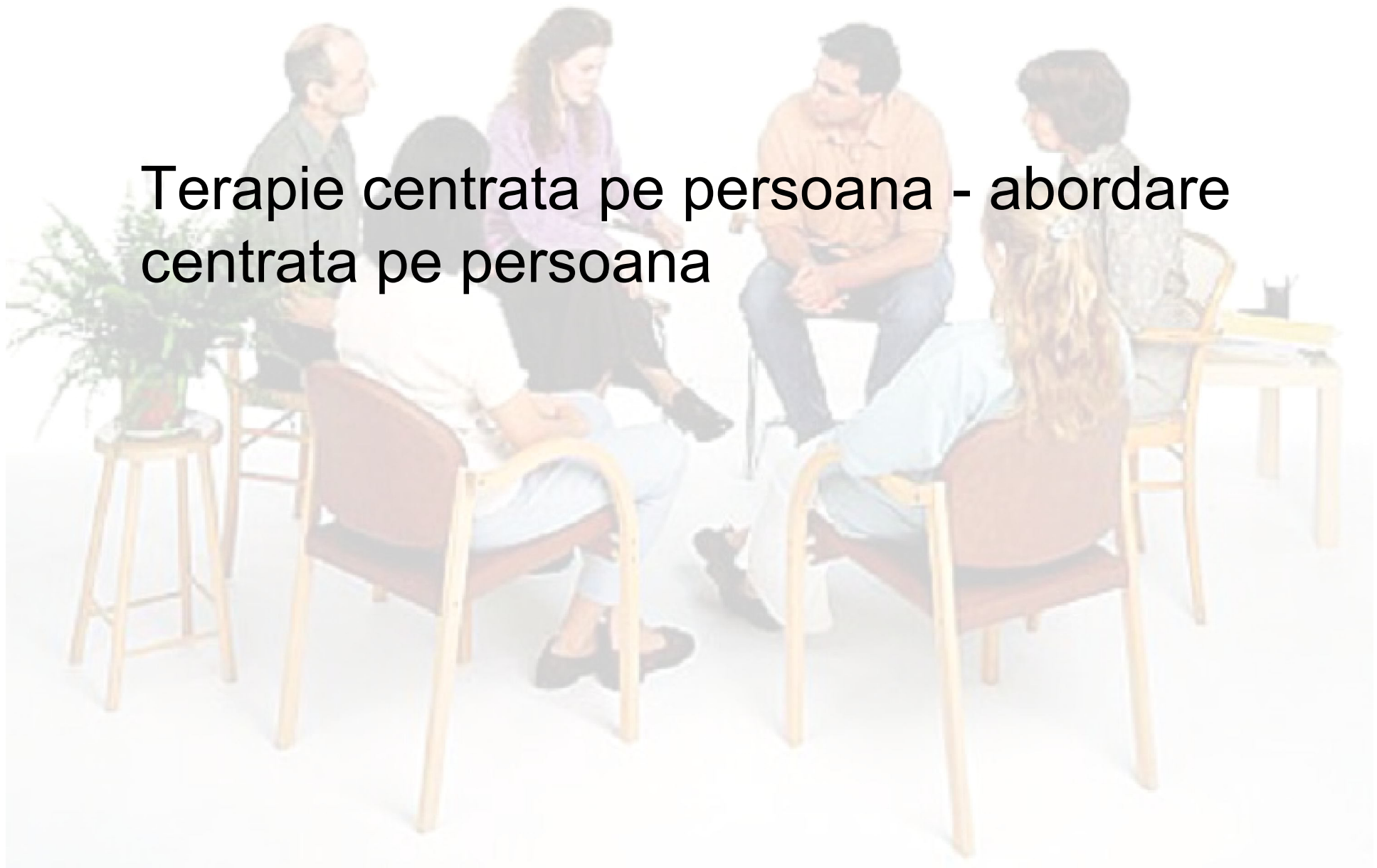


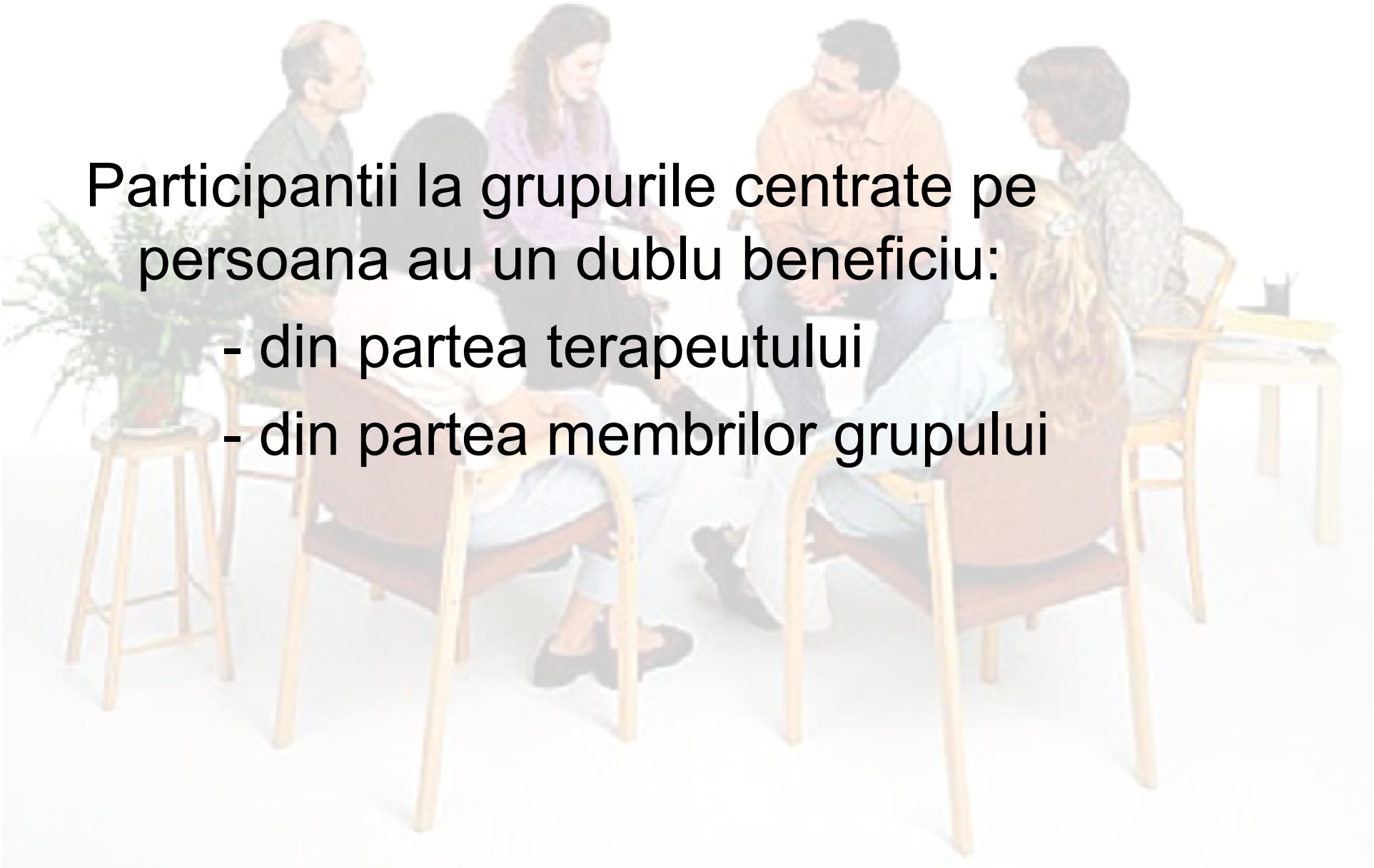
# Grupurile centrate pe client

-un pas in abordarea centrata pe persoana –

Daniela Crasan

# Terapie centrata pe persoana - abordare centrata pe persoana



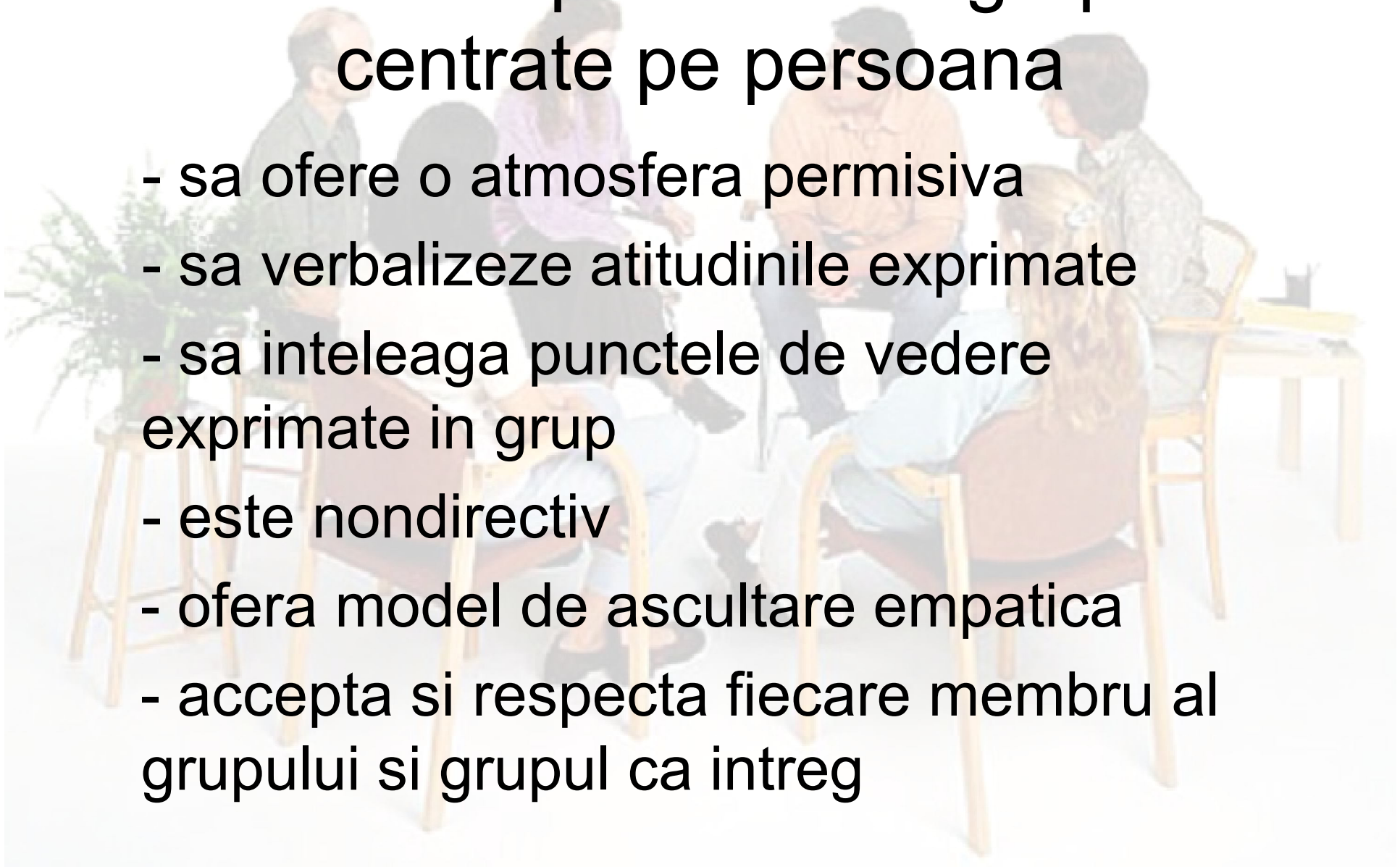
A group of six people, including a therapist and five clients, are seated in a circle in a therapy room. The therapist, a man in a dark shirt, is on the left. The clients are a woman in a purple shirt, a man in an orange shirt, a woman in a patterned shirt, a woman with long blonde hair in a light blue shirt, and a woman in a white shirt. They are all looking towards the center of the circle. The room has a white background, a small table with a plant on the left, and a small table with a laptop on the right.

Participantii la grupurile centrate pe persoana au un dublu beneficiu:

- din partea terapeutului
- din partea membrilor grupului

# Sarcina terapeutului din grupurile centrate pe persoana

- sa ofere o atmosfera permisiva
- sa verbalizeze atitudinile exprimate
- sa inteleaga punctele de vedere exprimate in grup
- este nondirectiv
- ofera model de ascultare empatica
- accepta si respecta fiecare membru al grupului si grupul ca intreg

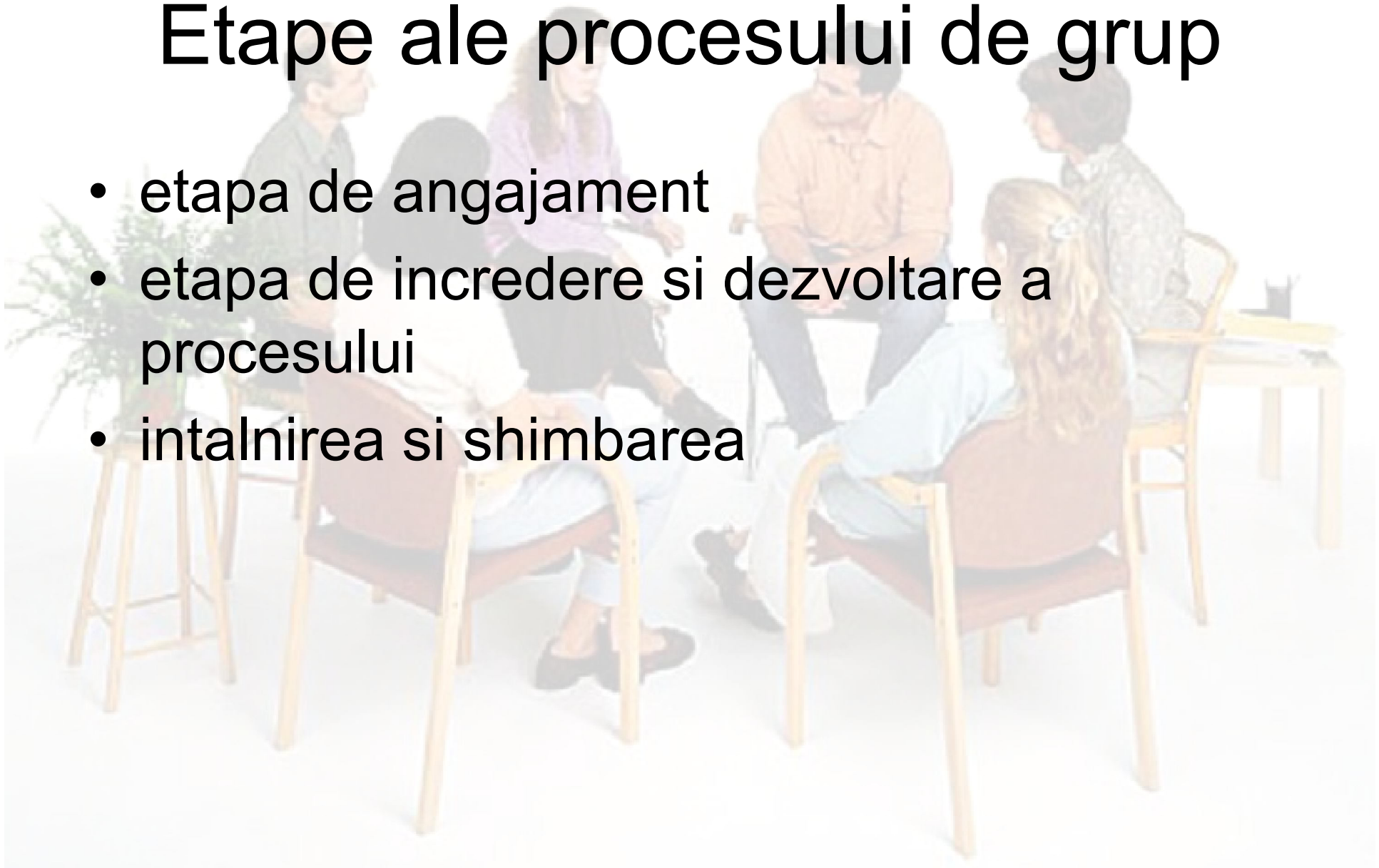


# Pasii procesului de grup

1. miscarea dezorganizata;
2. rezistenta la explorarea si exprimarea personala;
3. descrierea sentimentelor trecute;
4. exprimarea sentimentelor negative;
5. exprimarea si explorarea materialului personal semnificativ;
6. exprimarea sentimentelor interpersonale imediate in grup;
7. dezvoltarea capacitatii de vindecare in grup;
8. autoacceptarea si inceputul schimbarii;
9. spargerea fatadelor;
10. individul primeste feedback;
11. confruntarea;
12. relatiile de ajutor in afara sedintelor de grup;
13. intalnirea de baza;
14. exprimarea sentimentelor pozitive si de apropiere ;
15. comportament schimbat in grup.

# Etape ale procesului de grup

- etapa de angajament
- etapa de incredere si dezvoltare a procesului
- intalnirea si schimbarea



# Intalnirea de baza

Este acea intalnirea in care cel putin o persoana din grup raspunde cu empatie celui alt care impartaseste, fara nici o piedica, un eveniment sau un sentiment semnificativ pentru el.

Caracteristicile intalnirii de baza:

- impartasirea sentimentelor este nepremeditata
- apare intre doi membrii simultan
- acelasi sentiment este impartasit si rezulta in cadrul apropierei interumane
- sentimentul de a fi impreuna cu alta persoana.

# Fazele dezvoltarii grupului

- faza initiala – formarea , toleranta politicoasa – in care liderul grupului trebuie sa ofere o structura minimala in timp ce fiecare participant testeaza situatia, isi formeaza o parere despre relatia lui cu liderul si cu ceilalti participanti ;
- faza de inceput – confuzie si dezorientare – in care sunt subliniate diferentele de interese, valori, norme si obiective, ceea ce poate duce la frustrare si conflict ;
- faza de lucru matur – rezolvarea, licarirea potentialului – in care indivizii au de-a face cu modificarea comportamentelor si scopurilor originale, are loc renuntarea la fatade si o crestere a autodescoperirii, interactiunea dintre membrii grupului fiind caracterizata prin empatie ;
- faza terminala, valorizarea si lucrul intr-un proces deschis.

# Ce poate impiedica dezvoltarea grupului ?

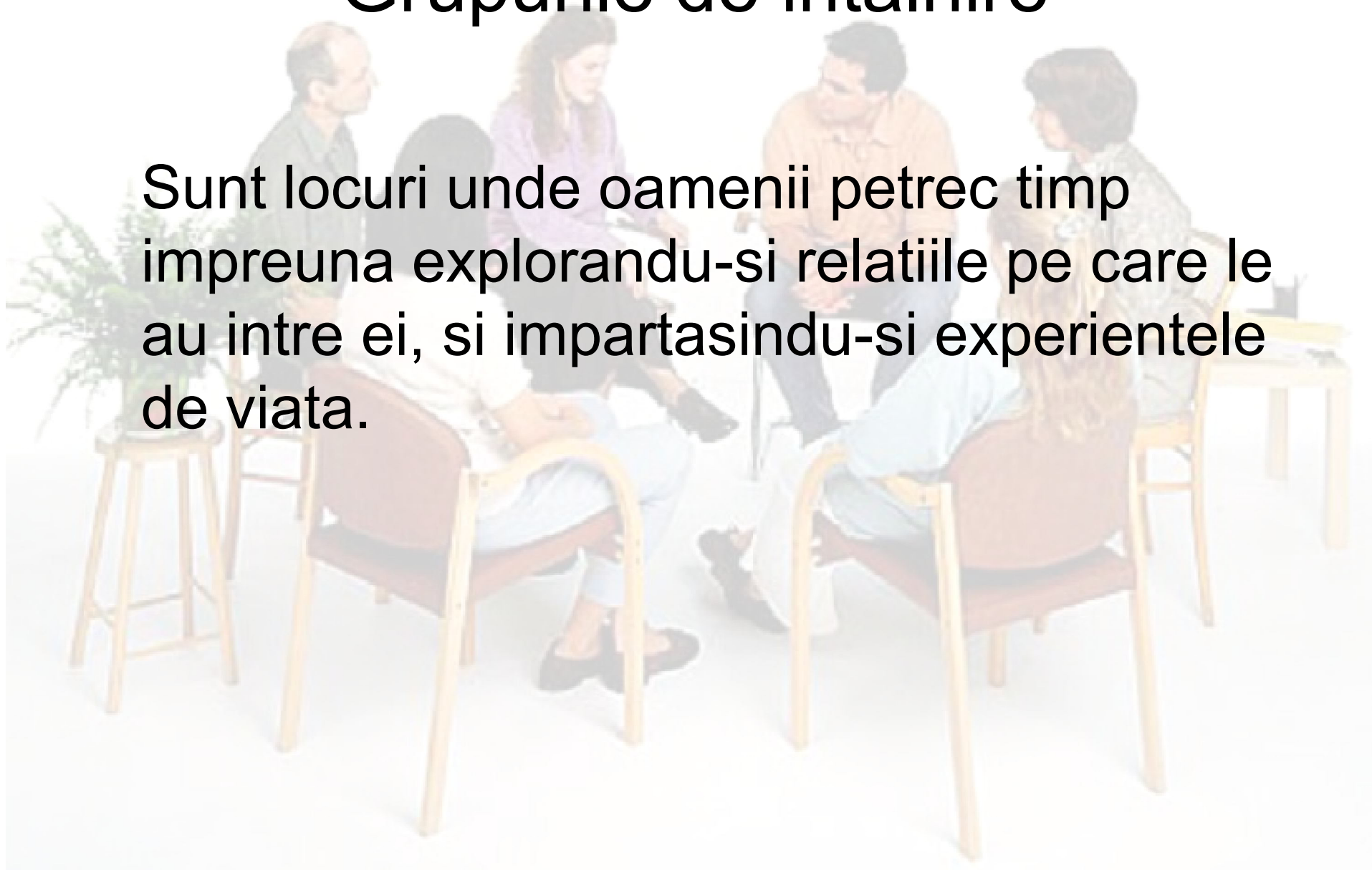
- lipsa relativa de preocupare in ceea ce priveste selectia participantilor ;
- concentrarea pe sentimentele si atitudinile individuale ale fiecarui membru si mai putin pe sarcina grupului si pe orientarea muncii acestuia ;
- absenta unei finalitati a conflictului din grup si confruntarea cu liderul ;
- perceperea liderului ca un participant la grup.

# Stadiile dezvoltarii grupului

1. Comunicarea este despre lucruri externe grupului. Exista o incapatanare de a nu comunica despre sine. Relatiile apropiate sunt vazute ca fiind periculoase.
2. Oamenii sunt indepartati de experienta lor subiectiva, iar sentimentele raman necunoscute si externe. Poate exista o oarecare recunoastere a conflictului inten, dar este vazut ca fiind extern.
3. Sentimente care nu apartin lui "aici si acum" sunt descrise si sunt deseori caracterizate ca fiind neacceptabile. Incepe sa fie recunoscut faptul ca problemele exista in interiorul persoanei mai degraba decat in afara lui.
4. Sentimentele intense sunt descrise ca nefiind acum, in prezent. Este recunoscut faptul ca sentimente negate pot trece in prezent si aceasta este o posibilitate nedorita. Creste autoresponsabilizarea pentru diferite probleme. Exista o bunavointa ocazionala de a relata celorlalti din grup despre sentimentele proprii.
5. Sentimentele proprii sunt pe deplin exprimate asa cum sunt traite in prezent si sunt acceptate. Sentimente negate inainte incep sa fie constientizate. Exista o dorinta exprimata de a fi "cu adevarat eu" si individul are un sentiment definit al responsabilitatii pentru problemele si conflictele existente in el.
6. Sentimentele imediate nu mai sunt negate. Aceasta experienta este adesea o eliberare dramatica pentru individ. Este o acceptare in intregime a faptului ca sentimentele ofera intelegerea propriei vieti.

# Grupurile de intalnire

Sunt locuri unde oamenii petrec timp impreuna explorandu-si relatiile pe care le au intre ei, si impartasindu-si experientele de viata.



# Liderul grupului de intalnire

Liderul grupului de intalnire este numit facilitator.

Rolul facilitatorului este:

- de a se asigura ca toti membrii grupului sunt in intregime ascultati;
- urmeaza grupul in directia in care acesta alege sa o ia;
- nu directioneaza;
- nu e pasiv;
- acorda atentie la tot ce este exprimat in grup;

# Diferenta dintre grupul de terapie si grupul de intalnire

In grupurile de terapie activitatile tind sa se concentreze pe fiecare participant pe rand.

In grupurile de intalnire accentul tinde sa fie mai mult pe relatiile dintre membrii grupului si pe modurile in care acestia se pot ajuta intre ei.

Grupurile de terapie contin adeseori persoane care traiesc unele probleme personale, serioase.

Grupurile de intalnire tind sa fie mai mult pentru persoane care au o functionare rezonabila, dar care cauta sa-si imbogateasca dezvoltarea personala.

- Exprimare deschisa → comunicare → intelegere → disparitia barierelor vechi.

