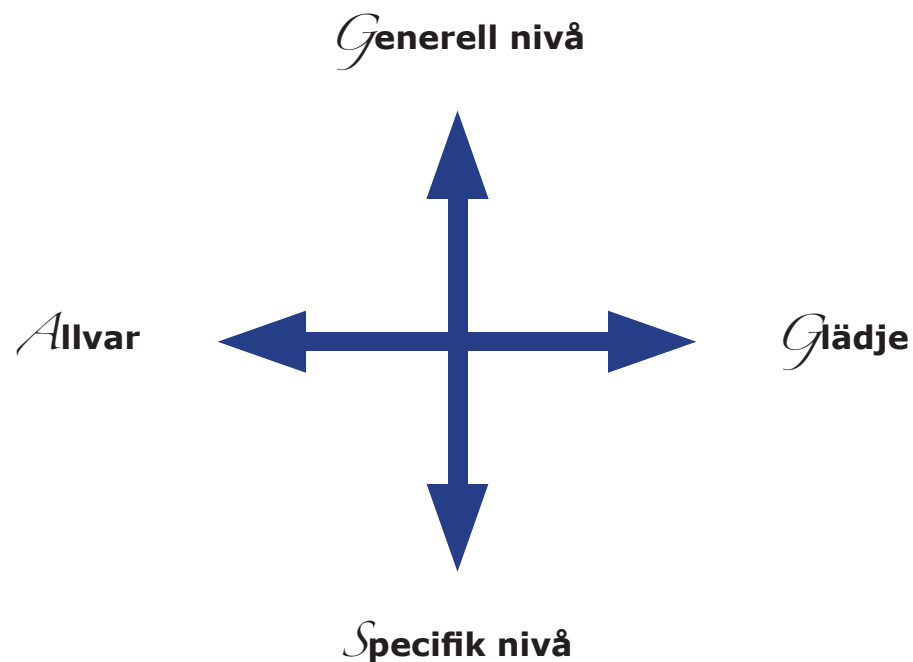


Aspekter i en bra grupp...



Illustrationen här visar olika aspekter som kan finnas i en grupp. Det allra bästa är när alla fyra dimensionerna finns med i gruppen. Då får man en bra balans. Om man saknar någon riskerar man att hamna i något av följande diken:

Glädje: Om det bara finns glädje i gruppen utan något allvar, så riskerar glädjen att bli urvattnad och ytlig. Deltagarna känner att man måste "käckta till sig" för att vara med i gruppen. Man tappar djupet.

Allvar: Om det bara finns allvar, utan någon glädje, blir det hela väldigt trist och tråkigt. Gruppen blir inte längre något som är roligt och attraktivt att vara med i.

Generell nivå: Om man bara har den generella synvinkeln i ett samtal blir allt bara teori. Det man samtalar om landar aldrig på ett personligt plan. Man blir inte berörd.

Specifik nivå: Om man bara pratar utifrån en specifik nivå kan det leda till att man blottar sig alltför mycket, kanske utan att tryggheten finns i gruppen. Det kan också leda till att man endast ältar varandras problem, utan att komma någon vart.

Det gäller att balansera upp det ena med det andra för att inte fastna åt något håll. Både glädje och allvar behövs, liksom både en generell och en specifik nivå behövs. Då skapas en sund helhet som kan få deltagarna att tillsammans växa och utvecklas i en trygg miljö. Det är ju inte så att någon av dimensionerna är farliga. Det är snarare avsaknaden av en dimension som kan ställa till problem.

Att samtala om

- Finns det tendenser i vår grupp att vi tippas över åt något håll?
- Vad kan vi göra för att motverka att fastna där?