

Как да се свързваме с хората и да усещаме настроението в групата?, част 2

В работата с група емпатията, вниманието и опитът играят огромна роля. Не всичко е толкова, каквото изглежда. Доброто настроение в група и присмехът на предложените упражнения може да бъде например проява на страх от провал. Това може да бъде и опит да се угоди на групата от един от участниците и да се спечелят симпатиите на други хора.

Не забравяйте, че необичайното поведение на участника или липсата на сътрудничество от негова страна може да бъде причинено от много фактори. Може би е получил обезпокоително съобщение или не се чувства добре. Не забравяйте, че не всяко поведение е свързано с вас и че съпротивата срещу ангажираността може да има много различни причини.

Ето защо е толкова важно да реагирате на смущаващи сигнали и да сте готови да промените предварително подготвения сценарий на класовете. Не се опитвайте насила да реализирате планираната програма. Емоционалните разходи могат да бъдат твърде високи и да доведат до разпадане на групата. Вместо това се опитайте да обясните ситуацията, провеждайте интегриращи/стимулиращи/успокояващи упражнения.

Ако съпротива или трудни емоции засягат някой от участниците, бъдете готови да говорите индивидуално по време на почивката и да коригирате по-нататъшните дейности, така че човекът да се чувства сигурен и комфортен.

Ако ви е трудно да усетите настроението на групата, можете да направите кратко упражнение, в което да помолите участниците да изразят как се чувстват в момента по определен начин. Те могат да направят това по няколко начина:

1. Дайте изявление в конкретна формула: Чувствам се като (напр. буреносен облак), аз съм (идва ми да стрелям мълния).
2. Начертайте рисунка, изобразяваща тяхното благосъстояние и я обяснете на цялата група.
3. Представете вашето благополучие / емоции чрез пантомима или дори изражение на лицето.
4. Отговорете на въпроса: Какво искате сега и защо?

Отговорите на участниците ще ви позволят да разберете поведението на групата и ще ви помогнат да решите какво да правите по-нататък. Може би е достатъчно да забавите малко темпото или да въведете допълнително упражнение. Или може би участниците трябва да се проветрят.

Винаги помнете, че като форсирате хода на занятията въпреки съпротивата на участниците, така или иначе няма да получите желаните резултати. Най-много ще накарате участниците да оцелеят до края на планираното време и след това да избягат бързо от стаята. Така че бъдете внимателни към нуждите на участниците и не се страхувайте да ги попитате какво се случва, ако не можете сами да го усетите.