



ГРУПОВАТА СОЦИАЛНА РАБОТА СЪС СТАРИ ХОРА

доц. дпсн Красимира Петрова
ВТУ „Св. св. Кирил и Методий“

GROUP SOCIAL WORK WITH OLDER PEOPLE

Assoc. Prof. Krasimira Petrova
St Cyril and St Methodius University of Veliko Turnovo

РЕЗЮМЕ: Тази статия представя характеристиките на социалната и психологична подкрепа за хора от третата възраст, трудностите при оказването ѝ и възможностите за оптимизиране на дейността. Откроява се и ролята на помагачите за ефективната подкрепа на старите хора, като се конкретизират ролите и функциите на помагачите.

Ключови думи: социална и психологична подкрепа за стари хора; социална работа с възрастни клиенти; роли и функции на помагачите в процеса на помощ за старите хора.

ABSTRACT: The purpose of this report is to indicate the characteristics of group work with older people to propose topics for discussion in the group and to analyze typified behavioral patterns of participation in the group.

Key words: group social work, therapeutic factors, patterns of participation in a group, the elderly, stages in the functioning of the group.

В последните десетилетия все повече се налагат групови психотерапевтични методики, чиято насоченост е към социалното подпомагане на хората при тяхното вграждане в обществото, при развиване на техните умения за общуване, за взаимодействие с другите, при повишаване на тяхната психологическа и социална компетентност, самоусъвършенстване и саморазбиране. Определя се като активна методика на взаимодействие на индивиди, включени в група, които имат сходни цели, проблеми, без да са непременно клинично болни.

Целта на този доклад е да посочи особеностите на работа в група със стари хора, да предложи теми за обсъждане в групата и да анализира типологизирани поведенчески модели на участие в група.

А що се отнася до целите на груповата работа, то те могат да се определят така [1, 3]:

- повишаване на способността за усещане, възприятие, увеличаване на сензитивността на личността към себе си и към другите;
- задълбочаване, разбиране, толерантност към чужди мнения, схващания, начин на поведение, осъзнаване на чувствата на другия и разбиране на тяхната структура;



- повишаване адекватността на самооценката и оценката за поведенческите изяви;
- промяна в поведението към контролиране, самооценяване, изграждане на правилна преценка, отговорност;
- получаване на по-добра обратна връзка за собственото поведение и повишаване на възможностите за изпращане на реалистична обратна връзка към другите;
- съобразяване с нормите на поведение в обществото;
- осъзнаване на процесите на обучение, възпитание, социализация и механизмите за тяхното регулиране както за собствената личност, така и по отношение на другите;
- изясняване на собствените позиции по определени въпроси, промяна в позициите и нагласа за промяна;
- разпознаване на напреженията и конфликтните ситуации, произтичащи от групата и от самата личност;
- осъзнаване на необходимостта от развиване и самоусъвършенстване, както за себе си, така и за другите;
- получаване на по-голяма свобода в избора.

Целите помагат да се открият и функциите на работата в група:

- Комунитативна – свързва се с общуването, предаването и получаването на информация.
- Гносеологическа – получаване на знания за себе си, другите и света и формиране на умения за тяхното прилагане.
- Компенсаторна – попълване на някои дефицити в индивидуално-психологически и социалнопсихологически аспект.
- Терапевтична – помощ при разрешаване на конкретен проблем или личностно затруднение.

Фактори, влияещи върху ефективността на груповата социална работа [2, 4]: всесилна надежда и оптимизъм; алтруизъм; Подражателно поведение; Наличие на информация; корективно повторение на първична семейна група; развитие на умения за социализация; междуличностно научаване; групова сплотеност; катарзис; екзистенциални фактори.

Особена роля за ефективността на една група изиграват подборът на членовете на групата – за предпочитане е да са със сходни проблеми, сходен статус, сходни възгледи и хетерогенен възрастов и полов характер, да не надвишават 15 души и водещият да притежава достатъчно умения за работа със специализираната група.

Етапите на груповата работа като процесуална дейност са основно три, като е възможно да се открият и подетапи:



- Начало на групата – запознаване, сработване, поставяне на правила, ограничения, режим на работа.
- Зряла група – същинската групова работа в зависимост от поставената цел и задача, както и реално интерпретиране на проблемите на членовете на групата с идея или поне насока за тяхното разрешаване – напълно или частично, преодоляване на конфликтните зони и ситуации, усъвършенстване и развитие на членовете на групата, повишаване на самоувереността и самооценката им, усвояване на методи за разрешаване на предстоящи проблеми, формиране на умения за само разкриване, самоконтрол над поведение, формиране на качества и способности, които ще позволят на членовете на групата да се вградят успешно, да преодолеят изолация и да се адаптират към променящия се свят.
- Край на групата – преценка на работата, самооценка на постигнатото, очертаване на перспективи за развитие, начало на живот без групата и водещия.

За по-възрастните клиенти не всички видове групи са еднакво подходящи не само заради възрастовите промени, а и заради характера на изменилата се за стария човек ситуация, въпреки че с модификация на същността на един вид група това би я направило адекватно и за този възрастов период. Включването в групи на старите хора помага за преодоляването на един основен техен проблем – удовлетворяване на нуждата от създаване и поддържане на социални контакти. Групата е формата, която напълно покрива представите им за социално обкръжение и удовлетворява потребността от споделяне, разбиране, доверие, осмисля и структурира времето им, организира динамичния им стереотип и ги прави значими в собствените им представи за себе си. Подходящи за старите хора са преди всичко групите с насоченост към движенията, танцувалната терапия, групи за формиране на определени социални умения /споделяне, емпатия, социална адаптация, преодоляване на зависимостта/, групи за телесна терапия, за арт техники, групи за срещи /осмисляне на преживяното/, темоцентрирани групи /избор на тема за разговор/ и модифицирани техни форми, които удовлетворяват вербалните потребности, но и способстват за развиване и поддържане на жизнения телесен тонус. Съчетани с подходящи упражнения и медитативни техники, създават предпоставки и за продължителност на живота.

Целта на тренингите занятия е да се сплотят хората, да преживеят заедно радостите и болките си, страховете и притесненията си, да се формират у тях различни социални умения, свързани с рехабилитацията и социализацията им, да се научат заедно да работят в екип, да преодолеят социалната си изолация, да ги направят емпатични, уверени в себе си личностни, стремящи се към личностно усъвършенстване и мотивация за личностна промяна. Основна форма за социалната интеграция са и са право на старите хора да получат и такава услуга. Темите предварително се договарят и се съобщават на потребителите ден-два преди провеждането им. Те могат да се разделят в няколко направления:



- „Аз”-ът и неговото значение за мен – Кой към аз?; Моята професия, хоби; Моите интереси, потребности, нужди; Какво умея – формиране на социални умения; Как управлявам емоциите си; Моите мечти и надежди – определено целта е да научи личността повече за себе си, да се научи да споделя, да се доверява, да осъзнае потребности, интереси, нужди, възможности и как да се възползва от наученото;
- Личността и другите – Моето семейство; Аз и приятелите ми; Аз и различните от мен /толерантност/; Моите празници; Кака се справям по време на конфликтна ситуация; Любовта в моя живот; общуването между хората – осъзнава се социалния статус на личността, ролите в най-близкото обкръжение и възможността да се култивират и запазят човешките взаимоотношения;
- Личността в обществото – Гражданин на България и на света; Перфектният подарък; Празник е!; Разделите – ново начало; Не пожеланото добро – формиране на адекватна гражданска позиция и недопускане на мисълта, че са излишен товар на обществото, а са част от случващото се;
- Екзистенциални теми – Страхът; Парите; Смъртта; Смисълът на живота; Ценностите; Дали стресът е задължително вреден; Приятелството – подготвят личността за размисъл, за търсене на значимото, за смисъла, избора и т.н.

В хода на груповата социална работа могат да се разгледат основно три модела на участие в група, различаващи се по степен на активност.

I. Резултати от най-активно включващите се членове:

- По-често отстояване на собствена позиция, противоречаща на тази на групата и на значими за нея личности.
- Строго положителна обратна връзка от страна на групата, която повишава вярата в себе си, емпатийно отношение и активно участие.
- Чрез груповите техники на работа се затвърждава убеждението, че е с висок социален статус и в социалната, и в трудовата група.
- Поддържане на активното присъствие в групата, включване в задачи с по-висока степен на отговорност.
- Включване в тренинговите занятия за изразяване на собствена позиция, активизиране на когнитивните способности.
- Активно включване във всеки етап от груповия процес, смело изказване на мнения и даване на приоритетно позитивна „обратна връзка” за останалите членове на групата.
- Лидиране в групата, позоваване на опита и познанията в сфери, в които останалите не са толкова компетентни.
- Получаване на постоянна положителна „обратна връзка” от хората в групата, която да стабилизира самооценката на клиентите.
- Групата стимулира личността за саморазвитие, самоусъвършенстване в повечето сфери.



- Затвърждаване на вече формирани социални умения, разнообразяване в различните групово терапевтични ситуации.
- В груповите занятия се проявява все по-добре креативността, оригиналността на личността.

II. Резултати от неутрално включващите се клиенти:

- Сnižаване на тревожността от работата с психолога и преодоляване на чест от съпротивите за индивидуална работа.
- Поддържане на вече формираното положително отношение към себе си в социален и професионален аспект.
- Активно включване в тренинговите занятия и приобщаване към груповия начин на живот.
- Чрез групова работа приобщаване, равнопоставеност и изслушване на мнението по различни въпроси;
- Включване в групови форми на работа за по-адекватното възприемане на промените в ежедневието.
- Търсене на „обратна връзка” от групата с цел формиране на положителна, оптимистична нагласа.
- Повишаване на усетливостта към собствената й личност, групови задачи за отдалечаване от доминиращите проблемни области.
- Груповите занятия активизират до степен да се разбере смисъла и съдържанието им, да мотивират за промяна.
- Тренинговите занятия мотивират, както за трудова така и за социална дейност.
- Тренинговите занятия помагат за развитие на когнитивната сфера – клиентите изразяват мнения, оценки, сравняват се с другите.
- Част от груповите задачи /особено сюжетно-ролевите/ правят възможна идентификацията с другите.
- Груповите форми на работа са предпоставка за осъзнаване на социалния и трудово-ролевия статус на клиентите.
- Упражненията по време на тренинг позволяват по-адекватно да се вербализират собствените преживявания, да изкажат открито мнение.
- Позитивната нагласа към членовете на трудово социалната група помагат за преодоляването на евентуални конфликтни ситуации.

III. Резултати при най-малко активните клиенти:

- Възприемане на групата като подкрепяща, помагача и емпатично настроена към различността му.
- Чрез участието си в груповите дейности се осъзнава своето място, отношението на другите и евентуално онези свои страни, които са пречка за ефективно общуване.
- Групата мотивира за промяна или поне за съобразяване с правилата.



- Постепенно приобщаване към групата, особено в случаите на тестване, без оглед на това дали им харесва или не – спазване на груповите правила.
- В групата се сравняват социално с останалите и донякъде осъзнават и собствените си дефицити.
- Груповата дейност дава възможност да бъдат положително оценени от хората в групата, да се почувстват, че точно групата ги прави силни и независими.
- Чрез ролевото включване все по-адекватно осъзнаване на характерови особености, които са причина за тревожност, несигурност.
- Упражненията помагат да не се чувстват изолирани, а да е част от общност, която одобрява поведението им.
- От целенасочените упражнения в тренинговите занятия се усеща увереност у клиентите, че въпреки посочените от тях затруднения, хората ги приемат такава, каквата са.
- Чрез груповите форми на работа се осъзнават различията, но и възможността за сходно преживяване и т.нар. „всесилна надежда в групата”.
- Създава се усещане за групова сплотеност като лично преживяване.

Първоначалните съпротиви, свързани с непознаването на този тип работа се изместват в посока на демонстриране на някои неадекватни модели за себе утвърждаване и приемане на членовете на групата като приятелски настроена и не враждебна среда, в която е по-добре за личността да сподели, да потърси разбиране, да авансира доверие, за да получи самата тя доверително общуване, топъл прием, нужната критика и възможната корекция на собственото поведение. Постепенно се отказват клиентите от маските, които носят, защото осъзнават, че маската само пречи в социалните контакти и затруднява себепознанието и получаването на обратна връзка, чрез която да се коригират онези страни, които се явяват пречка за социалната адаптация и ре социализация на личността.

От направените аналитични разсъждения се потвърждават вижданията на редица специалисти в сферата на груповата работа, че клиентите не могат да бъдат еднакво приобщени към формите на дейностите, но значимото въздействие на групата се усеща дори и при тези, които не се чувстват толкова добре приети. Освен това, от съществено значение за резултатността на работата е преди всичко положителната насоченост на психотерапевтичната работа и откривателството, че е възможна промяната дори и в третата възраст.

Литература:

1. Vatchkov, I. Osnovnoj tehnologij grupovova treninga.. Psihotechniki. M., 1999.
2. Kotchiunas, R. Psichoterapevticheskie grupi: teoriya i praktika. M., 2000.
3. Petrova, Kr. Rabota v grupa. Treningovi i psichoterapevtichni tehniki. VT, 2007.
4. Yalom, I. Teoriya i praktika grupovoy psichoterapii. Sankt Peterburg, 2000.