

Gruppen

Hvis der opstår **problemer** i gruppen eller den er inaktiv

Grupper kan løbe ind i forskellige problemer og de kan også have svært ved at komme i gang med at mødes eller ”løbe ud i sandet” og blive inaktive.

Problemer i gruppen

Vi lægger op til, at der skal skabes et fortroligt og tillidsfuldt rum i peer-grupperne, hvor alle åbner op overfor hinanden, udviser respekt for de andre og giver plads til alle.

Det kan både være udfordrende og krævende at fortælle om noget sårbart til andre, samt at være en god lytter overfor det andre i gruppen har på hjerte, ikke mindst, hvis man samtidig er ramt af et høreproblem.

Mennesker håndterer den slags situationer forskelligt, og den enes måde at håndtere eller reagere på noget, kan være problematisk for en anden, og så videre. Peer-grupperne består af mennesker, som er forskellige og har forskellige behov, præferencer, reaktionsmønstre og er forskellige steder i deres liv.

Prøv at være nysgerrig og overbærende overfor forskellighederne, men samtidig også opmærksom på hinanden og hinandens grænser.

Tal om gruppen, ikke individet

Udfordringer i grupper og gruppedynamikker kan ligeledes være vidt forskellige. Et gruppemedlem kan være for dominerende, der kan være stor forskel mellem gruppemedlemmer eller tonen til gruppens møder kan være ubehagelig. Det kan være svært at finde et mødested alle kan nå, der kan være et eller flere gruppemedlemmer, som arbejder eller rejser meget og derfor sjældent kan mødes, til frustration for de andre osv.

Husk at gruppen er social, og at det er gruppen og dens dynamik, der har udfordringer, som skal løses - ikke de enkelte medlemmer. Pas på med at pege fingre eller placere skyld og fokusér i stedet på gruppen i måden at omtale

udfordringerne på. I stedet for at være absolut og konkluderende, så vær i stedet konstruktiv og spørgende.

Det vil sige, at fremfor f.eks. at sige: ”Ulrik, du er alt for dominerende og taler hele tiden. Stop med det. Det ødelægger vores møder”, så prøv i stedet f.eks. at sige: ”På vores møder er det ikke alle, der siger lige meget, og det synes jeg vi skal forsøge at ændre på. Hvordan kan vi gøre det i fællesskab?”. På den måde åbnes der op for en dialog, hvor hele gruppen kan være med og blive klogere af situationen, og komme med forslag til løsninger, i stedet for at lægge op til en ophedet diskussion med forsvar og angreb mellem enkeltpersoner.

Husk også at opsummere eller afrunde de samtaler, så I er enige om, hvad I når frem til.

Time-out og principper

Vi håber, at I, i grupperne, vil tage problemer og uenigheder op løbende. Eventuelt kan I indføre en ’time-out’ mulighed til jeres møder, hvor I enten kan sige: ”Jeg har brug for en time-out” eller et andet aftalt ord, hvorefter den, der har taget time-outen, kan forklare konstruktivt og spørgende om et problem, vedkommende oplever i gruppen/situationen, og I kan tage en snak om det sammen, hvor alle kommer til orde.

En anden mulighed er, at I kan tage fat i principperne for grupper igen, hvis der opstår problemer og tage en snak om noget, der udfordrer jer, og snakke om en mulig løsning, hvorefter I kan skrive den ind i principperne for jeres gruppe. Hvis der bliver ved med at være store uenigheder eller problemer i jeres gruppe, er I også velkomne til at kontakte projektleder Tue på thl@hoeforeningen.dk, og så vil vi prøve at bidrage til at løse dem.

Hvis gruppen ikke er kommet i gang

Nogle peer-grupper kan risikere at komme skævt fra start. Ikke alle gruppemedlemmer var med til intromødet. Hvem fik egentlig ansvaret for at sætte opstartsmødet op – og hvad er det egentlig, det kræver? Det er der nok en af de andre, som ved.

Men så kommer invitationen til mødet ikke.

Var det mit ansvar, hørte jeg ikke det, da det blev sagt?

Og så kan man måske gå og få dårlig samvittighed over det, og derfor ikke have lyst til at spørge nogen, eller simpelthen gå hen at glemme det.

Derfor vil vi anbefale, at man - hvis man er blevet tildelt en gruppe, hvor man ikke har hørt noget fra de andre efter intromødet, og måske er i tvivl om, hvad der skal ske eller hvem, der er tovholder for det næste møde i gruppen eller lignende – ikke tøver med at skrive til Tue på thl@hoeforeningen.dk, og så vil vi gøre en indsats for at få sat gruppen i gang.

Hvis gruppen bliver inaktiv

En anden problematik kan være, hvis gruppen efterhånden bliver inaktiv, fx ved at det næste aftalte møde i gruppen bliver aflyst, og der så ikke er nogen, der efterfølgende inviterer til et nyt møde. Eller måske får man ikke lige skrevet sammen efter sommerferien, som man havde aftalt. Og at det derfor ”løber ud i sandet” med at få arrangeret et nyt møde.

Der synes vi godt, at man kan skrive rundt i gruppen om man ikke skal mødes igen, eller bare skrive eller ringe til tovholderen for det næste møde, om ikke vedkommende vil tage det op igen.

Ellers skriv til Tue på thl@hoeforeningen.dk, og så vil vi hjælpe med at få gruppen i gang igen.