

**VILNIAUS UNIVERSITETAS**

**BIRUTĖ JAKUBKAITĖ**

**BŪSIMŲJŲ GRUPĖS TERAPEUTŲ PATIRTIES  
DAUGIALYPIŠKUMAS ILGALAIKĖJE PATIRTINĖJE GRUPĖJE**

**Daktaro disertacija**

**Socialiniai mokslai, psichologija (06 S)**

**Vilnius, 2014 metai**

**Disertacija rengta 2009 – 2013 metais Vilniaus Universitete**

**Mokslinis vadovas**

**Prof. dr. Rimantas Antanas Kočiūnas (Vilniaus universitetas, socialiniai mokslai, psichologija – 06 S)**

## TURINYS

|                                                                                                                     |           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Pagrindinės sąvokos .....</b>                                                                                    | <b>6</b>  |
| <b>Pratarmė .....</b>                                                                                               | <b>7</b>  |
| <b>1. Literatūros ir mokslinių tyrimų apžvalga .....</b>                                                            | <b>12</b> |
| 1.1. Grupių teorijos ir praktikos samprata pagal tarpasmeninės sąveikos modelį.....                                 | 12        |
| 1.2. Patirtinės grupės reikšmė, rengiant grupių terapeutus .....                                                    | 17        |
| 1.2.1. Grupės terapeuto vaidmuo .....                                                                               | 18        |
| 1.2.2. Teorinių žinių ir praktinių įgūdžių integravimas, dalyvaujant patirtinėje grupėje .....                      | 23        |
| 1.2.3. Patirtinė grupė kaip terapeuto savęs pažinimo būdas .....                                                    | 26        |
| 1.3. Patirtinių grupių bruožai grupių terapeutų rengimo kontekste ....                                              | 33        |
| 1.4. Patirtinės grupės daugialypiškumas.....                                                                        | 35        |
| 1.5. Literatūros ir tyrimų apžvalgos apibendrinimas ir problemos formulavimas .....                                 | 41        |
| 1.6. Tyrimo tikslas ir uždaviniai .....                                                                             | 44        |
| <b>2. Tyrimo metodika .....</b>                                                                                     | <b>45</b> |
| 2.1. Tyrėjo vaidmuo .....                                                                                           | 45        |
| 2.2. Tyrimo dalyviai .....                                                                                          | 46        |
| 2.3. Informacija apie Humanistinės ir egzistencinės psichologijos instituto programą „Grupinė psichoterapija“ ..... | 47        |
| 2.4. Bendra informacija apie tyrinėtą grupę .....                                                                   | 49        |
| 2.5. Tyrimo metodai .....                                                                                           | 50        |
| 2.6. Tyrimo eiga .....                                                                                              | 53        |
| 2.7. Duomenų analizė .....                                                                                          | 54        |
| 2.8. Kokybinio tyrimo kokybės užtikrinimas .....                                                                    | 57        |
| 2.9. Tyrimo etika .....                                                                                             | 58        |

|                                                                                                                                                                      |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>3. Rezultatai.....</b>                                                                                                                                            | <b>59</b> |
| 3.1. Pirmas tyrimo etapas: patirtinių grupių, kurias veda patyrę grupių terapeutai, daugialypiškumas (I ir II interviu) .....                                        | 59        |
| 3.1.1. Temos, kylančios iš programos dalyvio santykio su grupe..                                                                                                     | 59        |
| 3.1.1.1. Išankstiniai dalyvių lūkesčiai .....                                                                                                                        | 61        |
| 3.1.1.2. Patirtinės grupės tikslai .....                                                                                                                             | 62        |
| 3.1.1.3. Grupės silpnumo ir nesaugumo išgyvenimas .....                                                                                                              | 65        |
| 3.1.1.4. Grupės formavimasis .....                                                                                                                                   | 68        |
| 3.1.1.5. Patirtinės grupės proceso nenutrūkstamumas .....                                                                                                            | 70        |
| 3.1.1.6. Patirtinė grupė kaip žinių įprasminimo ir asmeninių pokyčių priemonė .....                                                                                  | 71        |
| 3.1.2. Temos, kylančios iš tarpasmeninio konteksto .....                                                                                                             | 72        |
| 3.1.2.1. Santykiai su kitais grupės dalyviais .....                                                                                                                  | 73        |
| 3.1.2.2. Grupės terapeuto vaidmuo patirtinėje grupėje .....                                                                                                          | 75        |
| 3.1.2.3. Supervizoriai kaip autoritetai, mokytojai ir netiesioginiai grupės terapeutai .....                                                                         | 76        |
| 3.1.3. Temos, kylančios iš mokymosi programos struktūros ir formalių reikalavimų konteksto .....                                                                     | 78        |
| 3.1.3.1. Grupės aptarimų suvokimas .....                                                                                                                             | 79        |
| 3.1.3.2. Laiko struktūravimas, analizių rašymas ir mokymosi aplinka .....                                                                                            | 83        |
| 3.2. Antrasis tyrimo etapas: patirtinių grupių, kuriose programos dalyviai būna tiek grupės dalyviais, tiek terapeutais, daugialypiškumas (III ir IV interviu) ..... | 84        |
| 3.2.1. Temos, kylančios iš programos dalyvio santykio su grupe..                                                                                                     | 84        |
| 3.2.1.1. Patirtinės grupės tikslai .....                                                                                                                             | 85        |
| 3.2.1.2. Grupės silpnumo ir nesaugumo išgyvenimas .....                                                                                                              | 86        |
| 3.2.1.3. Patirtinės grupės proceso nenutrūkstamumas .....                                                                                                            | 88        |

|           |                                                                                           |            |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 3.2.1.4.  | Patirtinė grupė kaip žinių įprasminimo ir asmeninių pokyčių priemonė .....                | 89         |
| 3.2.2.    | Temos, kylančios iš tarpasmeninio konteksto .....                                         | 89         |
| 3.2.2.1.  | Santykiai su kitais grupės dalyviais .....                                                | 90         |
| 3.2.2.2.  | Buvimo terapeutu patirtis .....                                                           | 91         |
| 3.2.2.3.  | Santykis su supervizoriais .....                                                          | 94         |
| 3.2.3.    | Temos, kylančios iš mokymosi programos struktūros ir formalių reikalavimų konteksto ..... | 96         |
| 3.2.3.1.  | Grupės aptarimų suvokimas .....                                                           | 96         |
| 3.3.      | Rezultatų analizė ir aptarimas .....                                                      | 97         |
| 3.3.1.    | Daugialypiškumas dalyvių santykyje su grupe .....                                         | 98         |
| 3.3.2.    | Daugialypiškumas tarpasmeniniuose santykiuose ir vaidmenyse .....                         | 110        |
| 3.4.      | Tyrimo ribotumai ir tolesnių tyrimų galimybės .....                                       | 117        |
| <b>4.</b> | <b>Išvados .....</b>                                                                      | <b>119</b> |
| <b>5.</b> | <b>Literatūra .....</b>                                                                   | <b>121</b> |
| <b>6.</b> | <b>Priedai .....</b>                                                                      | <b>129</b> |
| 6.1.      | Sutikimas dalyvauti tyrime .....                                                          | 129        |
| 6.2.      | Disertacijos terminų patvirtinimas .....                                                  | 131        |
|           | <b>Publikacijos ir pranešimai disertacijos tema.....</b>                                  | <b>132</b> |
|           | <b>Padėka .....</b>                                                                       | <b>134</b> |

## PAGRINDINĖS SĄVOKOS

Mokomoji **patirtinė grupė** (angl. *experiential group*) yra grupė, kurios tikslas suteikti jos dalyviams, būsimiems grupių terapeutams, buvimo grupės dalyviu, grupės dinamikos patyrimo ir grupės vedimo patirties. Patirtinė grupė, rengiant grupės terapeutus, pasižymi savitais bruožais, kurie skiria ją nuo kitų patirtinių grupių (pavyzdžiui, skirtų vien asmeninei būsimų terapeutų raidai ar konsultavimo įgūdžių formavimui ir tobulinimui): suteikiant buvimo grupės dalyviu patirties ir lavinant grupės dinamikos supratimą, tokią grupę pakaitomis veda skirtingi patyrę grupės terapeutai; suteikiant grupės vedimo patirties, patys patirtinės grupės dalyviai pakaitomis veda grupę. Be to, tos pačios patirtinės grupės dalyviai yra ir bendramoksliai, kurie drauge dalyvauja paskaitose, seminaruose ir pan.; tokios grupės yra stebimos supervizorių, kurie, nors ir neveda grupių, bet dalyvauja mokymo procese dėstydami, vesdami seminarus ir pan. Šie bruožai ir sukuria dalyvių patirties daugialypiškumą.

**Patirties daugialypiškumas** šiame darbe suprantamas kaip vienoje ir toje pačioje grupėje susipinantys žinių ir įgūdžių įgijimo bei asmeninio keitimosi, augimo kontekstai, su juose egzistuojančiais skirtingais (mokymosi ir terapiniais, asmeninio augimo) tikslais ir sumišusiais įvairiais programos dalyvių vaidmenimis bei tarpusavio santykiais (studentų, bendramokslių, patirtinės grupės dalyvių ir vedėjų, supervizorių, dėstytojų).

**Grupės dinamika** šiame darbe, remiantis Yalom ir Leszcz (2005) grupių teorijos ir praktikos samprata, grįsta tarpasmeninės sąveikos teoriniu modeliu, suprantama kaip tarpasmeninės sąveikos ir įvykių grupėje visuma, kuri apima grupės dalyvių ir terapeutų elgesį grupėje, jų atliekamus vaidmenis, grupės sutelktumo, joje vyraujančių normų ir grupės raidos proceso ypatumus.

## PRATARMĖ

Grupių psichoterapija yra savita psichologinės pagalbos forma, ypatinga tuo, kad sąveika joje vyksta tuo pačiu metu įvairiuose grupės funkcionavimo lygmenyse: individualiame, tarpasmeniniame ir grupės kaip visumos. Kiekvienam iš šių funkcionavimo lygių būdinga sava asmeninė dinamika. Būtent ši grupės funkcionavimo lygių dinaminė sąveika ir sukuria prielaidas grupės psichoterapinio potencialo raiškai (Kočiūnas, 2009). Rowan (1993) bei Brabender, Smolar ir Fallon (2004) nuomone, gebėjimas vienu metu stebėti visus šiuos lygmenis ir jų dinamiką yra vienas svarbiausių grupės terapeuto įgūdžių, o pasirinkimas, iš kurio lygmens į kurį, kada ir kaip nukreipti ar atlikti intervenciją, yra vadovavimo terapinei grupei esmė (Pollack & Slan, 1995).

Todėl grupės terapeutui nepakanka vien gerų individualaus konsultavimo ar psichoterapijos įgūdžių (Yalom & Leszcz, 2005; Markus & King, 2003). Jo pasirengimas reikalauja integruoti žinias ir patyrimą. Juos įprasminti ir sisteminti grupės terapeutui padeda asmeninio darbo grupėse pagrindai. Atsižvelgdami į tai daugelis grupinės terapijos teoretikų ir praktikų (pvz., Yalom & Leszcz, 2005; DeLucia, Bowman & Bowman, 1989; Brabender et al., 2004) be didaktinių mokymo būdų akcentuoja profesionalių grupės terapeutų darbo stebėjimo, nuoseklios ir kruopščios besimokančiojo savarankiškai vedamų grupių profesinės priežiūros (supervizijų), asmeninės dalyvavimo grupėje patirties bei asmeninės terapijos svarbą grupių terapeutų rengimo programose. Tokius reikalavimus kelia daugelis šiuos specialistus akredituojančių organizacijų (pvz., The Council for Accreditation of Counseling and Related Education Programs Training Standards ar The Association for Specialist in Group Work), taip pat daugelis psichologijos magistrų ir daktarų rengimo programų (Shumaker, Ortiz, & Brenninkmeyer, 2011). Į šiuos standartus orientuojamasi ir Lietuvoje (pvz., Humanistinės ir egzistencinės psichologijos institutas rengia grupių terapeutus; Lietuvos grupinės analizės draugija ir Vilniaus universitetas – bendrą grupinės analizės programą).

Patirtinės grupės tapo plačiausiai paplitusia grupių terapeutų rengimo forma, užtikrinančia šiuos grupinės terapijos mokymams keliamus reikalavimus (Shumaker et al., 2011; Anderson & Price, 2001; Merta, Wolfgang, & McNeil, 1993). Tačiau nepaisant to, kad tokios grupės vis dažniau privalomai įtraukiamos į grupių terapeutų rengimo programas (Shumaker et al., 2011; Markus & King, 2003; Merta et al., 1993), bendro požiūrio į jas nėra iki šiol.

Vieni autoriai (pvz., Anderson & Price, 2001; Yalom & Leszcz, 2005; Geller, Norcross, & Orlinsky, 2005) atskleidžia šių grupių privalumus ir tvirtina, jog toks asmeninis dalyvavimas grupėje padeda besimokantiesiems geriau suprasti eilinių grupės dalyvių išgyvenimus bei asmeniniame ir emociniame lygmenyse įprasminti įgytas teorines žinias. Kaip nurodo Yalom ir Leszcz (2005), daugelis besimokančių vesti grupės studentų įvertino dalyvavimą patirtinėje grupėje kaip naudingiausią patirtį visoje mokymo programoje. Geller ir kiti (2005) pateikia panašių duomenų. Jų minimoje tarptautinėje grupių terapeutų apklausoje 85 % visų, dalyvavusiųjų mokomosiose patirtinėse grupėse, atsakė, kad turėjo bent vieną asmeniškai naudingą patirtį, ir daugiau nei 75 % atsakė, kad ši patirtis turėjo teigiamą įtaką tiek asmeniniam patyrimui, tiek profesionalumui. Anderson ir Price (2001) nurodo, kad nuo 3 % iki 29 % besimokančiųjų šiose grupėse susiduria su sunkumais, kylančiais dėl dvigubų santykių grupėje ir privatumo; nuo 3 % iki 33 % jose besimokančiųjų patiria diskomfortą. Tačiau nepaisant minimų neigiamų tokio patyrimo vertinimų, besimokantieji jas suvokia kaip naudingas ir akcentuoja jų profesinę bei asmeninę naudą: nuo 77 % iki 97 % dalyvavusiųjų patirtinėse grupėse jas įvardijo kaip reikšmingą teigiamą patyrimą. Ieva, Ohrt, Swank ir Young (2009) tyrimo dalyviai kalbėdami apie reikalavimus specialistų rengimo programoms įvardino patirtines grupes kaip būtiną patirtį, nepaisant to, ar patys savo dalyvavimą patirtinėje grupėje vertino teigiamai ar neigiamai. Jų įsitikinimu, net neigiamas patyrimas jiems suteikė svarbių įžvalgų, kokiais grupių terapeutais jie nenorėtų būti. Grimmer ir Tribe (2001) pritaria, kad asmeninė pažintis su grupės dalyvio ar kliento vaidmeniu ir

labiau patyrusio specialisto darbo stebėjimas yra naudingi net tada, kai pati patirtis nėra vertinama kaip sėkminga.

Kiti autoriai daugiau dėmesio kreipia į sunkumus, kylančius besimokantiems šiose grupėse: sudėtingus neigiamus išgyvenimus bei nepageidaujamą įtaką mokslo rezultatams. Greta teigiamo požiūrio į šiose grupėse gaunamą patirtį DeLucia-Waack, Gerrity, Kalodner ir Riva (2004) nurodo tokius jose iškylančius sunkumus: varžymąsi su kolegomis, per didelį poreikį gerai pasirodyti, gynybiškumą, pasmerkimo ir nuvertinimo baimę, bandymus nuolat asistuoti grupės terapeutui ir taip vengti nuoširdaus asmeninio dalyvavimo.

Lennie (2007), kviesdama geriau suprasti šiose grupėse vykstančius procesus, pažymi, kad optimistinis požiūris į mokomąsias patirtines grupes gali kilti dėl jų dominavimo mokymų programose ir mokslinių tyrimų stygiaus. Ji rašo, jog plačiai plintantis šių grupių taikymas ir stiprūs jose kylantys išgyvenimai yra sistemingų empirinių tyrimų reikalaujantis reiškinys, ir stebisi, kiek daug autorių vis dar nurodo šių tyrimų stoką. Dar 1980 metais Stockton pažymėjo, kad nepaisant įspūdingai gausėjančios literatūros apie grupių darbą, literatūra apie grupės terapeutų vaidmenį ir kompetencijas nėra gausi ir dažnai remiasi neturinčiais mokslinio pagrindo teiginiais arba pernelyg apibendrintomis, abstrakčiomis idėjomis. Tai, Stockton, Morran ir Krieger (2004) nuomone, tebėra aktualu. Be to, ribota empirinė bazė dar yra ir labai prieštaringa (Lennie, 2007).

Taigi, tyrimų, nagrinėjančių mokomųjų patirtinių grupių problematiką, atliekama nepakankamai ir juose stokojama nuoseklumo. Taip pat per mažai žinoma apie patirtinių grupių, vedamų mokymuose, dalyvių asmeninę patirtį ir psichologinius pokyčius. Mažai mokslinių duomenų yra apie teigiamų ir neigiamų šių grupių dalyvių patirčių santykį ir reikšmę tolesnei jų profesinei veiklai ir asmeniniam gyvenimui. Stokojama sistemingų ir išsamių tyrimų, kurie galėtų atskleisti ir paaiškinti, kokią įtaką tokios grupės daro grupės terapeutų profesiniam ir asmeniniam brandumui.

Patirtinių grupių moksliniai tyrimai yra svarbūs, nes leidžia pažvelgti į jose vykstančių sudėtingų procesų visumą, išryškinant tai, kas svarbu rengiant būsimus grupių terapeutus.

Šiame darbe dėmesys skiriamas patirtinės grupės dalyvių patirčiai. Jie pasirinko grupių terapeutų rengimo programą, kurioje patirtinė grupė yra pagrindinis mokymo būdas. Šio **darbo tema yra nauja**, kadangi patirtinės grupės, skirtos rengti grupių terapeutus, yra tyrinėtos itin mažai. Tik pastarąjį dešimtmetį, orientuojantis į įrodymais grįstą praktiką, aktyviau susirūpinta moksliskai empiriskai pagrįsti šiose grupėse vykstančius procesus. Patirties daugialypiškumas yra mažiausiai moksliskai atskleistas ir pagrįstas patirtinių grupių bruožas. Be to, šiame darbe nagrinėjama ne tik būsimųjų grupių terapeutų dalyvavimo patirtinėje grupėje, bet ir vadovavimo jai patirtis.

Vadovavimas psichoterapinei grupei yra svarbus veiksnys, lemiantis jos efektyvumą, todėl grupės terapeuto profesinė ir asmeninė kompetencija yra svarbi. Šio **darbo tema yra aktuali**, kadangi patirtinės grupės yra vis dažniau įtraukiamos į psichologų ir psichoterapeutų (tiek dirbančių individualiai, tiek grupėse) rengimo programas ir jų paplitimas ženkliai lenkia mokslinius tyrinėjimus (taip pat ir Lietuvoje). Nors patirtinės grupės yra pagrindinis būsimųjų grupių terapeutų rengimo būdas, dauguma jose vykstančių procesų yra menkai moksliskai pagrįsti. Šis darbas yra aktualus tiek moksliskai pagrindžiant šiose grupėse vykstančius procesus, tiek apmąstant praktinį patirtinių grupių pritaikymą.

Nuoseklios analizės rezultatai leido giliau pažvelgti į konkrečios programos dalyvių patirtį ir atskleisti jų santykį su patirtine grupe, jos dalyviais, terapeutais ir supervizoriais.

Tyrimas atliktas ir aprašytas remiantis kokybinių tyrimų tradicija, todėl pirmiausia pristatomos anksčiau įgytos ir jau turimos žinios apie tyrinėjamą problemą ir fenomeną. Be to, kaip reikalauja kokybinių tyrimų tradicija, vengiama išankstinių hipotezių, spėlionių ir teiginių, kuriuos reiktų patvirtinti ar atmesti. Disertacijoje yra ginamos tyrimu gautos ir grupių teorijos ir praktikos samprata grindžiamos išvados. Atliekant tyrimą ir apibendrinant

duomenis buvo siekiama pažinti, atskleisti ir struktūruoti pačių tyrimo dalyvių patirties refleksijas, kurios ir pasakojamos ir atskleidžiamos konkrečioje situacijoje (per konkrečios patirtinės grupės patirtį), todėl yra veikiamos tiek konkrečios situacijos, tiek dalyvių noro ir pasirengimo atsiskleisti, ir perteikia subjektyvią jų patirtį, nagrinėjamą tyrėjų.

## 1. LITERATŪROS IR MOKSLINIŲ TYRIMŲ APŽVALGA

Siekiant atskleisti atliekamo mokslinio tyrimo problematiką, šioje dalyje bus apžvelgta ir aptarta pagrindiniai patirtinių grupių taikymo, rengiant grupių terapeutus, aspektai: patirtinių grupių reikšmė, rengiant grupių terapeutus, patirtinių grupių bruožai ir patirtinių grupių daugialypiškumas bei bus pristatyta teoriniu tarpasmeninės sąveikos modeliu pagrįsta grupių teorijos ir praktikos samprata, kuria remiantis bus aptarti atlikto tyrimo rezultatai. Skyriaus pradžioje bus pristatyta grupių teorijos ir praktikos samprata. Vėliau bus aptarta tai, dėl ko patirtinės grupės tapo svarbia ir dažnai privaloma grupių terapeutų rengimo dalimi.

### 1.1. Grupių teorijos ir praktikos samprata pagal tarpasmeninės sąveikos teorinį modelį

Šiame darbe, analizuojant ir aptariant gautus tyrimo rezultatus, remiamasi Yalom (1985) bei Yalom ir Leszcz (2005) grupių teorijos ir praktikos samprata, grįsta tarpasmeninės sąveikos teoriniu modeliu. Šis modelis pasirinktas todėl, jog yra artimas patirtinėms grupėms, skirtoms rengti būsimus grupių terapeutus. Grupės dinamika šiame modelyje apibūdinama kaip tarpasmeninės sąveikos ir įvykių grupėje visuma: ji apima tai, ką grupės terapeutas ir dalyviai veikia grupėje, bei tai, kaip jie tai daro.

***Grupės dinamikos lygmenys.*** Kiekvienos grupės dinamika apima tris tarpusavyje glaudžiai susijusius lygmenis: individualų, tarpasmeninį ir grupės kaip visumos. Visi šie lygmenys egzistuoja kiekvienoje grupėje, tačiau skirtingose terapinėse grupėse daugiau pabrėžiamas kuris nors vienas lygmuo. Be to, skirtingais grupės raidos etapais gali daugiau dominuoti kuris nors vienas iš jų. Grupės terapeutas privalo suprasti visų šių lygmenų grupės dinamiką.

***Individualus grupės dinamikos lygmuo.*** Jis apima kiekvieno atskiro grupės dalyvio asmeninę vidinę psichologinę dinamiką grupėje. Kiekvieno

dalyvio asmenybės ypatumai, jo individualūs sunkumai ir problemos, įprasti santykių su kitais palaikymo būdai veikia grupės dinamiką. Joje atsispindi tai, kaip kiekvienas grupės dalyvis supranta ir vertina save, kokius vaidmenis bendraudamas su kitais jis įprastai prisiima, kaip išsako savo nuomonę ir poreikius, kaip ir kokius jausmus jis reiškia. Todėl psichoterapinės grupės darbe grupės terapeutui yra svarbūs ir individualaus psichoterapinio darbo įgūdžiai bei individualios kiekvieno dalyvio dinamikos supratimas.

Tarpasmeninės sąveikos grupėje lygmuo. Šis lygmuo apima dalyvių tarpusavio sąveiką ir sąveiką su terapeutu. Grupės dinamika priklauso nuo grupės dalyvių santykių grupėje, taip pat nuo jų ir grupės terapeuto santykių. Šis lygmuo – tai tarpasmeninių santykių *čia ir dabar* grupėje lygmuo.

Grupės kaip visumos lygmuo. Grupė nėra tik ją sudarančių dalyvių kiekis. Šis grupės dinamikos lygmuo apima bendrus grupės formavimosi ir egzistavimo dėsningumus bei grupinius veiksnius. Kiekviena grupė turi savo egzistavimo kultūrą, kurią sudaro elgesio grupėje taisyklės ir normos, priimtini ar pageidautini jausmų ir minčių raiškos bei grupėje kylančių sunkumų ar konfliktų sprendimo būdai.

**Pagrindiniai grupės terapiniai veiksniai.** Yalom (1985) išskiria vienuolika grupės terapinių veiksnių: vilties skatinimą, universalumą, informavimą, altruizmą, pirmosios šeimos patyrimo korekciją, socialinių įgūdžių tobulinimą, imitavimą, iškrovą (katarsį), tarpasmeninį mokymąsi, sutelktumą ir egzistencinius veiksnius. Du iš jų – tarpasmeninį mokymąsi ir grupės sutelktumą – Yalom ir Leszcz (2005) įvardina kaip pagrindinius grupės terapinius veiksnius, apimančius visus kitus. Drauge su grupės terapiniais veiksniais bus aptariamos ir grupės normos, nes jos kuria sąlygas šiems veiksniams įgyvendinti.

Tarpasmeninis mokymasis grupėje. Yalom (1985) įvardina tarpasmeninį mokymąsi kaip svarbų, sudėtingą ir unikalų grupės terapinį veiksnį. Jis remiasi prielaida, kad reikšmingų artimų santykių ir buvimo priimtu poreikiai yra tokie pat stiprūs kaip ir biologiniai. Todėl Yalom (1985) susitelkia ties tarpasmenine sąveika grupėje, kuri, jo nuomone, atspindi dalyvių tarpasmeninės sąveikos

būdus ne tik grupėje, bet ir už jos ribų. Yalom (1985) teigia, kad kitus asmenis galima suprasti tik jų santykių su aplinkiniais kontekste, todėl ir visus jų psichologinius bei psichinius sunkumus ar sutrikimus galima nusakyti tarpasmeninių santykių terminais. Bet kuri grupė dėl joje vykstančios tarpasmeninės sąveikos anksčiau ar vėliau tampa savitu socialiniu mikrokosmosu jos dalyviams: grupės dalyviai pradeda joje elgtis taip, kaip elgiasi savo kasdieniniame gyvenime, taip atskleisdami ir jų efektyviam funkcionavimui trukdančius elgesio būdus. Šiame grupėje susikūrusiame socialiniame mikrokosmose atsiskleidžia dalyvių bendravimo stilius. Kuo tarpasmeninė sąveika grupėje yra spontaniškesnė, tuo greičiau ir lengviau kuriasi grupės socialinis mikrokosmosas. Todėl Yalom (1985) bei Yalom ir Leszcz (2005) akcentuoja *čia ir dabar* principą grupės darbe. Terapinė grupė, kaip teigia Yalom (1985), kuria ne tik terpę, atskleidžiančią neadaptyvius dalyvių elgesio būdus, bet ir tampa savita laboratorija, kurioje grupės dalyviai mokosi keisti tokį savo elgesį. Dalyvių elgesio pokyčius skatina kitų dalyvių ir grupės terapeuto grįžtamasis ryšys, kurio efektyvumas priklauso nuo jo savalaikiškumo ir tinkamo raiškos būdo. Todėl, Yalom (1985) nuomone, kitas esminis grupės darbo elementas yra empatija. Tam, kad grupės dalyviai galėtų empatiškai priimti vieni kitus, būtina atskleisti ir aptarti dalyvių elgesio prasmę ir jo įtaką kitiems grupės dalyviams. Todėl grupės dinamikos atskleidimas ir aiškinimas yra pagrindinis grupės terapeuto darbo grupėje būdas. Būtent grupės dinamikos aiškinimas padeda dalyviams pamatyti save kitų akimis ir geriau suprasti kaip jų elgesys veikia kitų jausmus.

Grupės sutelktumas. Grupės sutelktumas, kaip nurodo Yalom ir Leszcz (2005), yra svarbus grupės darbo efektyvumą lemiantis veiksnys, kuris reiškiasi visuose jos funkcionavimo lygmenyse (asmeniniame, tarpasmeniniame ir grupės kaip visumos) ir apibrėžia jį kaip grupės patrauklumą jos dalyviams. Sutelktoje grupėje lengviau ir greičiau formuojasi reikšmingi dalyvių santykiai: dalyviai lengviau atsiskleidžia, yra linkę tyrinėti save, savo elgesį, aktyviau rizikuoja. Grupės sutelktumas, nors ir glaudžiai siejamas su dalyvių tarpusavio parama, pastangomis suprasti ir priimti

vieniems kitus, nėra tapatus komforto grupėje patyrimui. Konstruktyvi neigiamų jausmų raiška ir konfliktų sprendimas stiprina grupės sutelktumą. Sutelktose grupėse dalyviai lengviau išsako nepritarimą, atskleidžia priešiškus jausmus ir konfliktuoja. Priešiško ir konfliktų slopinimas ar vengimas juos atskleisti trukdo tiek formuoti, tiek išlaikyti grupės sutelktumą.

Grupės normos. Kaip teigia Yalom ir Leszcz (2005), grupės normos padeda kurti socialinę terapinę sistemą grupėje. Jos nurodo grupėje pageidautiną elgesį, padeda realizuoti grupės terapinius veiksmus ir kontroliuoja tarpasmeninę sąveiką grupėje, stabdydamos netinkamo elgesio apraiškas. Visų pirma grupės normos telkia grupę. Įprastai pageidautinos grupės normos yra: reguliarus lankymas, aktyvumas, atvirumas, pirmenybės teikimas išgyvenimui, o ne intelektualiems svarstymams, orientavimasis į grupėje kylančių asmeninių ir tarpasmeninių problemų aptarimą bei konfliktų sprendimą, noras suprasti save ir keistis. Be to, Yalom ir Leszcz (2005) nurodo ir tokias efektyviam grupės darbui svarbias normas kaip grupės dalyvių atsakomybė už grupės funkcionavimą, grupės dalyvių atsiskleidimas, grupės reikšmingumas jos dalyviams, tarpasmeninė pagalba, parama ir konfrontacija. Grupės normas formuoja grupės dalyvių lūkesčiai ir grupės terapeuto ar reikšmingiausių grupės dalyvių pavyzdys bei tiesioginiai ir netiesioginiai nurodymai.

***Grupės terapeuto ir grupės dalyvio vaidmenys.*** Dabar trumpai bus apžvelgta grupės terapeuto ir dalyvių vaidmenys psichoterapinėje grupėje. Vaidmuo parodo, kaip reikia elgtis, ir padeda numatyti, ko galima tikėtis iš kito ir kaip su juo elgtis. Vaidmens supratimas apima tipiško arba laukiamo elgesio būdų grupėje žinojimą ir panaudojimą.

Grupės terapeutas. Kaip nurodo Yalom (1985), grupės terapeutas yra tas asmuo grupėje, kuris pradeda rūpintis grupės normomis ir sutelktumu. Grupės terapeutas informuoja dalyvius apie grupės darbo taisykles ir formuoja grupės darbo normas, rūpinasi grupės darbo struktūros išlaikymu. Jis skatina dalyvius teikti pirmenybę tiesioginei dalyvių sąveikai grupėje, mokydamas juos produktyvaus aktyvumo, padeda suprasti grupėje vykstančius procesus ir

dalyvių atsakomybę už juos. Grupės terapeutas atkreipia dalyvių dėmesį ir skatina juos tyrinėti bendras grupės dalyviams temas, taip skatindamas ir palaikydamas grupės dalyvių tarpusavio sąveiką. Grupės terapeutas yra tas asmuo, kuris atsako už saugios grupės darbo atmosferos kūrimą ir palaikymą, todėl jis turi skatinti grupės dalyvius gerbti vienas kito jausmus ir psichologinę gynybą, rūpindamasis suteikti rizikuojantiems grupės dalyviams jiems reikalingą paramą ir padėdamas jiems suprasti pasirenkamus elgesio būdus ir jų pasekmes. Grupės terapeutas daugiausia dėmesio skiria dalyvių tarpusavio sąveikai ir dalyvių sąveikai su grupės terapeutu, rūpindamasis suprasti ir atskleisti pasirenkamų tarpasmeninės sąveikos būdų reikšmę dalyviams, jų santykiams su aplinkiniais ir grupės kaip visumos funkcionavimui. Jis padeda grupės dalyviams suprasti jų dalyvavimo grupėje prasmę ir pasiektus rezultatus (Yalom & Leszcz, 2005). Viena iš svarbiausių grupės terapeuto užduočių yra pagalba grupės dalyviams apibrėžiant dalyvavimo grupėje tikslus ir išreiškiant turimus lūkesčius ir baimes, kylančias dėl dalyvavimo grupėje. Be to, grupės terapeutas padeda dalyviams įvardinti ir spręsti tiesiogiai grupėje kylančius konfliktus.

Grupės dalyvis. Yalom (1985) nurodo, kad grupės dalyvio vaidmuo apima dalyvio jausmų ir minčių raišką grupėje. Grupės funkcionavimui ir efektyvumui yra svarbus dalyvių aktyvumas grupėje tiek kuriant grupės darbo normas ir pasitikėjimo atmosferą, tiek įvardinant ir apibrėžiant asmeninius tikslus, tiek įsitraukiant į tarpasmeninę sąveiką ir mokantis suprasti grupės dinamiką. Grupėje dalyviai mokosi atpažinti ir reikšti tiesiogiai kylančias reakcijas, konfrontuoti su kitais, spręsti grupėje kylančius konfliktus ir priimti kitų dalyvių reakcijas. Be to, grupės dalyviai mokosi rizikuoti ir tyrinėti save, savo elgesį, psichologinę gynybą bei kitus jiems rūpimus ir svarbius dalykus. Grįžtamasis ryšys įgalina grupės dalyvius lavinti savęs vertinimo gebėjimą, tad remdamiesi gaunama informacija jie gali nuspręsti, ar nori keistis, ir kaip.

**Grupės procesas.** Yalom ir Leszcz (2005) nurodo, kad grupė pereina tam tikrus raidos etapus. Šie etapai yra sąlyginiai, t. y. jų trukmė, eilės tvarka ir rezultatyvumas priklauso nuo individualios kiekvienos grupės dinamikos.

Pradinis grupės darbo etapas. Šis grupės raidos etapas paprastai yra skirtas susipažinti grupės dalyviams. Jo metu pradeda formuotis grupės darbo normos ir grupės dalyvių vaidmenų grupėje struktūra. Šiame etape vyksta atsakomybės už grupės darbą pasidalinimas tarp grupės terapeuto ir dalyvių. Pasitikėjimo grupe, terapeutu ir kitais dalyviais paieška bei grupės ir asmeninių tikslų apibrėžtis yra pagrindiniai šio grupės raidos etapo uždaviniai. Dalyviai šiame etape mokosi empatijos ir pagarbos vieni kitiems. Be to, vienas svarbiausių šio grupės raidos etapo uždavinių yra įveikti priešinimąsi grupės darbui.

Pereinamasis grupės darbo etapas. Šis etapas paprastai yra lydimas nerimo ir įvairių gynybinio dalyvių elgesio apraiškų. Dalyviai yra susirūpinę kitų dalyvių santykiu ir požiūriu į juos. Jie išgyvena atsiskleidimo sunkumus, atstūmimo baimę, mokosi teikti ir priimti grįžtamąjį ryšį. Šiame etape svarbu atskleisti ir įvardinti kylančius konfliktus.

Produktyvusis grupės darbo etapas. Šiame etape grupė pasižymi didžiausiu sutelktumu, dalyvių tarpusavio pasitikėjimu, atvira ir laisva tarpusavio sąveika. Konfrontacija yra rūpestinga, konfliktai – pripažįstami ir sprendžiami.

Baigiamasis grupės darbo etapas. Grupės dalyvių sąveikos intensyvumas šiame grupės raidos etape mažėja dėl artėjančios grupės darbo pabaigos, iškyla nerimas dėl ateities, susijęs su artėjančiu išsiskyrimu. Šiame etape apibendrinami grupės darbo rezultatai.

## **1.2. Patirtinės grupės reikšmė, rengiant grupių terapeutus**

Norint aiškiau atskleisti patirtinių grupių svarbą rengiant grupių terapeutus, šioje dalyje bus išsamiau aptarta grupės terapeuto vaidmuo ir jo reikšmė psichoterapinės grupės darbe.

### 1.2.1. Grupės terapeuto vaidmuo

Riva, Wachtel ir Lasley (2004) nuomone, vadovavimas psichoterapinei grupei yra esminis dalykas, susijęs su jos efektyvumu. Grupės terapeutas atlieka svarbų vaidmenį grupės dinamikoje ir daro įtaką grupės dalyviams. Morran, Stockton ir Whittingham (2004) rašo, kad grupės dinamiką reikšmingai veikia grupės terapeuto bendravimo ir sąveikos su grupės dalyviais stilius, grupės terapeuto asmeninės savybės ir nuostatos. Todėl svarbiausias grupės terapeuto uždavinys yra kurti sąlygas, kuriose tarpasmeninė dalyvių sąveika būtų kuo efektyvesnė. Jis turi nuolat nukreipti grupę nuo abstrakčių link konkrečių problemų, nuo bendražmogiškų link asmeninių klausimų; informuoti ir mokyti grupės dalyvius įgūdžių, svarbių efektyviam dalyvavimui grupės darbe; skatinti emocinio išgyvenimo procesą ir vadovauti grupės proceso analizei ir aiškinimui. Jis privalo suprasti grupėje kylančius jausmus ir tiksliai atspindėti juos grupės dalyviams. Grupės terapeutas turi mokėti tiek atvirai reikšti savo jausmus, tiek atvirai reaguoti į grupės dalyvius. Būtent grupės terapeuto atvirumas skatina dalyvius būti atviresnius savo jausmams, nuostatoms ir vieni kitiems. Be to, grupės terapeutas turi laiku įžvelgti ir tinkamai nutraukti neproduktyvią ar net žalingą įvykių raidą grupėje. Netinkamo elgesio blokavimas grupėje užtikrina kryptingesnį grupės darbą ir apsaugo dalyvius nuo netinkamų veiksmų ir nepageidaujamų pasekmių. Grupės terapeuto pastangos kuriant pasitikėjimo atmosferą grupėje, sudarant sąlygas efektyviam tarpasmeniniam mokymuisi mažina grupės priklausomybę nuo terapeuto ir didina grupės psichoterapinį potencialą (Corey, Corey, & Corey, 2014; Kočiūnas, 1998; Yalom & Leszcz, 2005;).

Pirmuoju tyrimu, siejančiu grupės terapeuto elgesį su grupės darbo rezultatais, galima laikyti Powdermaker ir Frank (1953) grupės dinamikos tyrimą (pgl. Stockton et al., 2004). Lygindami situacijas, kurios grupėje prasidėdavo vienodai, bet baigdavosi skirtingai, jie padarė išvadą, kad sėkmę lemia grupės terapeuto gebėjimas atvirai priimti grupės dalyvių puolimą ir konfrontaciją. Lieberman, Yalom ir Miles (1973) nagrinėjo, koks vadovavimo

grupei stilius yra produktyviausias grupei. Jų tyrimo rezultatai atskleidė, kad efektyviausias vadovavimo grupei stilius apėmė:

- nuosaikumą skatinant grupės dalyvių emocijų raišką bei atskleidžiant jų įsitikinimus, nuostatas ir požiūrius;
- rūpinimąsi grupės dalyviais, skatinant grįžtamąjį ryšį, rodant pritarimą ir drąsinant;
- grupės dinamikos ir dalyvių elgesio grupėje aiškinimą ir interpretavimą;
- nuosaikumą apibrėžiant ir kontroliuojant grupės darbo normas ir formalias ribas.

Ne tokį efektyvų vadovavimo grupei stilių lėmė:

- arba itin intensyvus, arba itin silpnas grupės dalyvių emocijų raiškos skatinimas ir jų požiūrių, nuostatų bei įsitikinimų atskleidimas;
- rūpinimosi grupės dalyviais stoka (tyrimo dalyviai, įvardinę dalyvavimą grupėje kaip neigiamą patirtį, dažniausiai minėjo, kad buvo puolami ar spaudžiami grupės terapeutų);
- grupės dinamikos aiškinimo stoka;
- arba pernelyg griežta, arba pernelyg atsaini grupės normų formavimo bei formalių ribų kontrolė.

Šis tyrimas atskleidė grupės dinamikos aiškinimo ir interpretavimo reikšmę sėkmingam grupės darbui. Grupės dinamikos aiškinimas padeda suprasti tai, kas vyksta tiek pačioje grupėje, tiek už jos ribų (t. y. dalyvių asmeniniame gyvenime). Vėlesni tyrimai (Dies, 1983, 1994; Fuhrman & Burlingame, 1990) tik patvirtino tokius rezultatus.

Siekdami išsiaiškinti, kas svarbu sėkmingam vadovavimui terapinei grupei, Hines, Stockton ir Morran (1995) savo tyrime lygino, kuo skiriasi pradedantieji ir įgudę grupių terapeutai. Gauti rezultatai parodė, kad jie skiriasi tuo, ką galvoja apie grupę ir jos darbą. Kuo grupės terapeutas buvo mažiau įgudęs, tuo jis daugiau galvojo apie tai, ar jo grupėje taikomos intervencijos yra

terapinės. O įgudę grupių terapeutai daugiau dėmesio skyrė grupėje vykstančių procesų aiškinimui, dažniau juos interpretavo, daugiau domėjosi grupės dalyvių elgesiu grupėje, o ne už jos ribų. Kivlighan ir Quigley (1991) tyrimo rezultatai yra panašūs. Jie parodė, kad labiau įgudę grupių terapeutai turi visybiškesnį požiūrį į dalyvius ir jų sąveiką grupėje, jie tiksliau konceptualizuoja grupės darbo procesą nei pradedantieji. Taip pat labiau įgudę grupių terapeutai suvokė grupės dalyvius įvairesnėse nei pradedantieji dimensijose: dominuojantis – paklusnus; draugiškas – nedraugiškas; skatinantis grupės terapinį darbą – trukdantis grupės terapiniam darbui. Pradedantieji grupių terapeutai suvokė grupės dalyvius tik dvejose dimensijose: dominuojantis – paklusnus ir pagal jų dalyvavimo dažnumą. Be to, įgudę grupių terapeutai ne tik geriau tarpusavyje siejo grupėje taikomas intervencijas, bet ir jungė jas į įvairius tarpusavyje susietus kompleksus, ko nedarė pradedantieji.

Šie tyrimai rodo, kad labiau patyrę grupių terapeutai turi daugiau žinių ir geriau supranta grupės dinamiką. Tai padeda jiems efektyviau dirbti su grupe kaip visuma. Šis sugebėjimas yra svarbesnis nei geri individualaus darbo su kiekvienu grupės dalyviu įgūdžiai ar individuali pagalba dalyviui, jam siekiant savų tikslų ir gerų rezultatų grupėje (Kivlighan & Tarrant, 2001; Yalom, 1985). Dėl to grupės terapeutui svarbu įgauti ir lavinti gebėjimą tinkamai orientotis grupės dinamikoje.

Grupės dinamikos supratimas ir analizė. Yalom (1985) apibrėžia grupės dinamikos aiškinimą kaip grupės terapeuto elgesį, kuris padeda grupės dalyviams atpažinti, tyrinėti ir suprasti grupėje vykstančius procesus, savo pačių reakcijas, tarpusavio sąveiką, ir remiantis šiuo tyrinėjimu perstruktūruoti savo patyrimą. Ward ir Litchy (2004) pažymi, kad didelis dėmesys grupės dinamikai gali būti laikomas bendru šiuolaikinės grupių terapijos bruožu. Grupės dinamika apibūdinama kaip tarpasmeninės sąveikos ir įvykių grupėje visuma. Ji yra tai, ką grupės dalyviai ir terapeutas veikia grupėje, ir tai, kaip jie tai daro. Aiškindamas grupės dinamiką grupės terapeutas paaiškina svarbiausius įvykius grupėje ir susieja juos su kiekvieno grupės dalyvio elgesiu

ir individualiais tikslais. Be to, grupės dinamika apima ir grupės kaip visumos funkcionavimą. Grupės dinamikos analizė ir aiškinimas gali būti apibūdinami kaip nuolatinis grupės dalyvių elgesio tyrinėjimas ir apmąstymas, siekiant geriau jį suprasti ir taip gerinti grupės funkcionavimą ir jos darbo rezultatus. Dinamikos atskleidimas padeda grupės dalyviams perkelti grupėje įgytą patirtį į savo kasdieninį gyvenimą už grupės ribų. Nors tiek grupės dalyviai tiek grupės terapeutas grupėje vadovaujasi tiesiogine *čia ir dabar* sąveika ir grįžtamojo ryšiu, už grupės dinamikos supratimą ir aiškinimą pirmiausia yra atsakingas grupės terapeutas. Yalom (1985) yra įsitikinęs, kad dinamikos aiškinimas yra būtinas terapinis veiksnys, nes tinkamai neatskleidęs grupės dinamikos grupės terapeutas negali tikėtis, kad grupėje vyksta tarpasmeninis mokymasis, kurį Yalom (1985) įvardina kaip vieną svarbiausių grupės psichoterapinių veiksnių. Kivlighan ir Kivlighan (2009) tyrimų rezultatai patvirtina, kad įgudę grupių terapeutai daugiau dėmesio skiria pačiai grupei, o ne atskiriems jų dalyviams.

Tarpasmeninės sąveikos skatinimas grupėje. Dies (1983, 1994) apžvelgęs mokslinius vadovavimo terapinėms grupėms tyrimus, padarė išvadą: nors grupės terapeuto vaidmuo grupėje yra svarbus, didžiausią įtaką turi tarpasmeninė grupės dalyvių sąveika. Todėl svarbiausias grupės terapeuto uždavinys yra skatinti prasmingą grupės dalyvių sąveiką. Yalom (1985) taip pat mano, kad pagrindinis psichoterapinių pokyčių veiksnys yra betarpiška tarpasmeninė sąveika grupėje, ilgainiui tampanti socialiniu mikrokosmosu, atspindinčiu grupės dalyvių santykių įvairumą. Jis remiasi prielaida, kad žmones galima suprasti tik jų praeities ir dabarties santykių kontekste. Grupėje anksčiau ar vėliau kiekvienas dalyvis pradeda būti toks, koks yra realiame gyvenime. Kiekvieno dalyvio problemos pradeda atsispindėti grupės tarpasmeniniuose santykiuose. Tai ir tampa tarpasmeninio mokymosi grupėje pradžia. Tarpasmeninis mokymasis grupėje vyksta dėl dalyvių teikiamo grįžtamojo ryšio ir savistabos. Jais remdamiesi grupės dalyviai pradeda suvokti savo stipriąsias ir silpnąsias puses, ribotumą, netinkamą elgesį, sukeliantį nepageidaujamas kitų reakcijas. Be to, kiekvienas dalyvis gali įvertinti savo

elgesio įtaką kitų žmonių jausmams, jų nuomonei apie jį bei jo paties nuomonei apie save (Kočiūnas, 1998).

Tarpasmeninis mokymasis grupėje vyksta keliuose lygmenyse, kuriuose susipina dalyvių ankstesnė patirtis, grupėje gaunamos įžvalgos ir koreguojantis emocinis patyrimas (Путан и Стоун, 2002). Pirmas tarpasmeninio mokymosi lygmuo apima grupės dalyvio įsisąmoninimą, kaip jį suvokia kiti dalyviai. Antras lygmuo apima savo elgesio su kitais dalyviais ypatumų įsisąmoninimą. Trečias tarpasmeninio mokymosi lygmuo apima grupės dalyvio suvokimą, kodėl jis renkasi būtent tokius elgesio su kitais būdus. Ketvirtas tarpasmeninio išmokymo lygmuo padeda dalyviams suprasti savo elgesio formavimosi mechanizmus. Yalom (1985) nuomone, tam, kad vyktų psichoterapiniai pokyčiai dalyviams pakanka įsisąmoninti jau pirmų trijų lygmenų tarpasmenines įžvalgas.

Yalom ir Leszcz (2005) mano, kad gebėjimas identifikuoti ir panaudoti grupės dalyvių neadaptyvius elgesio būdus grupės labui yra labai svarbus grupių terapeutams, todėl jų rengimo programose šiems klausimams turi būti skiriama nemažai dėmesio. Grupė ne tik yra socialinis mikrokosmosas, kuriame atsiskleidžia neadaptyvūs jos dalyvių elgesio būdai, bet ir savita laboratorija, kurioje aiškiai parodoma tokio elgesio dinamika ir prasmė. Grupės terapeutas pastebi ne tik neadaptyvų elgesį, bet ir jį provokuojančius įvykius bei kitų dalyvių reakcijas į jį.

Atpažinti neadaptyvius elgesio būdus padeda kitų grupės dalyvių ir paties grupės terapeuto emocinės reakcijos į juos. Grupės terapeuto gebėjimas tinkamai naudoti savo emocines reakcijas grupės darbe yra dar vienas svarbus grupės terapeuto darbo įgūdis. Pažindamas save, savo emocines reakcijas ir elgesio būdus, efektyviai dirbantis grupės terapeutas nereaguoja į grupės dalyvių neadaptyvų elgesį taip, kaip yra jo provokuojamas, o atkreipia į jį dėmesį ir skatina jį suprasti.

Neadaptyvus elgesys grupėje kartojasi daug kartų ir grupės dalyviai turi pakankamai galimybių jį apmąstyti ir suprasti. Tam, kad toks elgesys keistųsi, reikia aiškaus ir tinkamo grįžtamojo ryšio. Tinkamas grįžtamasis ryšys yra

glaudžiai susijęs su gebėjimu įsijausti į situaciją, grupės dalyvių išgyvenimus ir giluminę elgesio prasmę, o tam būtini empatijos gebėjimai.

Apžvelgus grupės terapeuto vaidmenį grupės darbe ir specifinių įgūdžių – grupės dinamikos aiškinimo ir tarpasmeninės sąveikos grupėje skatinimo – svarbą grupės procese, bus pereita prie patirtinės grupės pagrindinių tikslų: teorinių žinių ir praktinių įgūdžių įprasminimo asmenine patirtimi bei nuo šių gebėjimų ugdymo neatsiejamą terapeuto asmeninės raidos.

### **1.2.2. Teorinių žinių ir praktinių įgūdžių integravimas, dalyvaujant patirtinėje grupėje.**

Sėkminga mokymo programa turi įgalinti besimokančiuosius gauti žinių, kaip grupėje vykstantys procesai lemia grupės darbo rezultatus ir kaip grupės terapeutas gali veikti šį procesą ir jo dinamiką. Yalom ir Leszcz (2005) nuomone, patirtinių grupių įtraukimas į grupės terapeutų rengimo programą padeda realizuoti šį reikalavimą. Dalyvaudami patirtinėje grupėje būsimieji grupių terapeutas įgyja buvimo grupės dalyviais patyrimą, kuris DeLucia, Bowman ir Bowman (1989) nuomone, padeda geriau suprasti grupės procesą ir jame taikomas ir reikiamas intervencijas. Asmeninė patirtis reintegruoja teorines žinias ir tai padeda sąmoningai pasirinkti tinkamas terapines intervencijas grupės darbe.

Patirtinės grupės dalyviai, remdamiesi asmeniniu patyrimu, susipažįsta su grupinės terapijos tikslais, grupės raidos etapais, terapiniais veiksniais, dalyvių vaidmenimis grupėje, skirtingais grupės terapeutų darbo stiliais. Ieva ir kiti (2009) atliko kokybinį tyrimą, kuriame dalyvavo studentai magistrantai, studijuojantys psichologinį konsultavimą ir besimokantys grupių terapijos. Tyrėjai siekė atskleisti, kaip patys studentai suvokia patirtinių grupių įtaką jų profesinei ir asmeninei raidai. Šio tyrimo rezultatai atskleidė profesinei raidai svarbius darbo grupėje įgūdžius, kurie, tyrimo dalyvių nuomone, yra būtini norint efektyviai vadovauti psichoterapinei grupei. Vienas iš jų yra teorinių

sąvokų susiejimas su konkrečiais grupės darbo faktais. Taip pat tyrimo dalyviai pabrėžė po dalyvavimo patirtinėse grupėse atsiradusį didesnį pasitikėjimą savimi imantis darbo su grupėmis ir didesnį komforto jausmą jas vedant. Kitas šio tyrimo dalyviams pasirodęs svarbus patyrimas – empatijos grupių dalyviams pajautimas. Patys išgyvenę savo pažeidžiamumą, atsiskleidimo sunkumus, jie geriau supranta, ką grupėje patiria dalyviai, ir labiau vertina bei priima dalyvio patirtį ir išgyvenimus grupėje. Trečia, ką akcentavo tyrimo dalyviai, tai galimybę stebėti grupės terapeuto elgesį ir iš jo mokytis. Po dalyvavimo patirtinėse grupėse tyrimo dalyviai išsakė daugiau pasitikėjimo savo gebėjimu vadovauti grupei. Nepaisant to, ar sutiko su patirtinės grupės terapeuto veiksmais, ar ne, tyrimo dalyviai buvo įsitikinę, kad dalyvavimas patirtinėje grupėje skatina asmeninio stiliaus darbe su grupėmis formavimąsi ir raidą. Taigi, kalbėdami apie profesinę raidą tyrimo dalyviai akcentavo grupės proceso patyrimą (grupės darbo etapus, dinamiką ir suvokimą, kad grupė išties yra veiksminga psichologinio poveikio priemonė), empatiją (didesnį grupės dalyvių išgyvenimų priėmimą ir supratimą) ir mokymąsi modeliuojant (vadovavimo grupei įgūdžių stebėjimas).

Kivilghan, Markin, Stahl ir Salahuddin (2007) bei Kivilghan ir Kivilghan (2009) siūlo ne tiek tyrinėti, kokių žinių įgyja besimokantieji grupių terapijos, kiek nagrinėti tai, kaip asmeninis patyrimas struktūruoja žinias. Jų nuomone, būsimieji grupių terapeutai turi suprasti grupių dalyvių dinamiką ir ryšius tarp savo taikomų terapinių intervencijų, o ne tik jas žinoti. Savo tyrimuose jie rėmėsi trijų pakopų kognityvinių struktūrų formavimosi modeliu. Pirmąją pakopą sudaro įgyjamos faktinės žinios. Jos apima sąvokų, procedūrų, taisyklių apibrėžimus. Kita pakopa – tai procedūrinės žinios, kurios apima supratimą, kada ir kaip taikyti žinomas sąvokas, procedūras ir taisykles. Struktūrinės žinios apima žinojimą, kaip tos sąvokos, procedūros ir taisyklės yra susijusios ir organizuojamos tarpusavyje. Per patirtį įgyjamos žinios struktūruojamos hierarchiškai ir jungiamos į tarpusavyje susijusią visumą. Jie tyrė, kaip besimokantieji grupių terapijos, kurie stebėjo, dalyvavo ir patys vedė patirtines grupes, struktūruoja savo žinias apie grupės dalyvius, terapeutų taikomas

technikas ir intervencijas, ir lygino su tuo, kaip tai daro įgudę grupių terapeutai. Tyrimų rezultatai atskleidė, kad taip besimokantieji grupių terapijos įgyja visybiškesnį tiek grupės dalyvių ir jų asmeninės dinamikos, tiek grupės terapeutų taikomų intervencijų supratimą. Be to, jiems yra aiškiau, kaip atliekamos efektyvesnės grupės terapeuto intervencijos. Besimokančiųjų kognityvinės struktūros reikšmingai supanašėjo su įgudusių grupių terapeutų. Jie išmoksta tarpusavyje sieti intervencijas ir pradeda sudaryti įvairesnius jų kompleksus. Tyrimo autorių nuomone, gauti rezultatai rodo, kad iš pradžių besimokantieji įsivaizduoja, kad yra vienintelis teisingas reagavimo būdas tinkamas vienai ar kitai situacijai grupėje, tačiau asmeninė patirtis jiems atskleidžia, kad yra daug būdų tiems patiems tikslams grupėje pasiekti. Šis supratimas skatina daugiau pasitikėti pačia grupės dinamika. Granello ir Underfer-Babalis (2004) pritaria, kad kognityvinių žinių struktūrų sudėtingumas yra susijęs su daugeliu svarbių konsultavimo įgūdžių: tinkamesnių klinikinių hipotezių kėlimu, didesniu lankstumu, pasirenkant taikomus metodus, didesniu pasitikėjimu ir orientacija į darbo efektyvumą, mažesniu susitelkimu ties pačiu savimi, geresniais empatijos ir kliento konceptualizavimo gebėjimais, mažesne priklausomybe nuo išankstinių nuostatų ir prietarų.

Corey (2004) tvirtina, kad patirtinės grupės ne tik keičia būsimųjų grupių terapeutų savęs suvokimą, bet yra pats geriausias būdas mokytis padėti problemų patiriantiems būsimiems savo klientams. Dalyvaudami grupėse būsimieji grupių terapeutai sužino, kaip kurti pasitikėjimo atmosferą grupėje ir grupės sutelktumą, išgyventi konfrontaciją ir nemalonius momentus, mokantis įveikti dalyvių sunkumus, baimę ir pasipriešinimą. Kline (2003) prideda, kad tie grupių terapeutai, kurie patys dalyvavo grupėse geriau supranta, kaip grupėje vyksta terapiniai pokyčiai.

Grupės dinamikos refleksijos įgūdis. Conyne, Wilson ir Ward (1997) savo darbe akcentavo grupės terapeuto gebėjimą reflektuoti ir iš didelio informacijos kiekio grupėje išskirti esmę, ir taip padėti grupės dalyviams atsirinkti jiems tinkamą informaciją bei suvokti jos reikšmę asmeniniams

pokyčiams. Atkreipdamas dėmesį į svarbius grupei ir jos dalyviams momentus, grupės terapeutas juos įvardina ir struktūruoja, taip apibrėždamas ir konstruodamas unikalų grupės gyvenimo pasaulį. Tam, kad grupės terapeutas galėtų rinktis į ką ir kaip reaguoti grupėje, jis turi nuolat reflektuoti grupės dinamiką. Ši refleksija prasideda nuo naudojimosi žiniomis, kurios apima stebimo fenomeno supratimą, savo uždavinių žinojimą, grupės dalyvių ir grupės darbo sunkumų atpažinimą ir įvardinimą bei strategijos, tinkamos tai situacijai įveikti, pasirinkimą. Refleksija padeda nuolat peržvelgti ir modifikuoti šias jau turimas žinias ir supratimą taip, kad jos kuo geriau tiktų esamai situacijai grupėje. Todėl grupės terapeutų supratimas, dėl ko jie pasirenka vieną ar kitą intervenciją, turėdami įvairias pasirinkimo galimybes, yra svarbus efektyviam grupės darbui. Tuo labiau, kad vienos intervencijos pasirinkimas neretai nulemia ir tolesnių intervencijų pasirinkimą. Dalyvavimas patirtinėje grupėje ir jos patirties refleksija kaip tik ir padeda būsimiems grupių terapeutams mokytis reflektuoti įvykius ir savo elgesį grupėje.

### **1.2.3. Patirtinė grupė kaip terapeuto savęs pažinimo būdas**

Patirtinės grupės nauda jos dalyviams padidėja, jei grupė ugdo ne tik profesines kompetencijas ir įgūdžius, bet duoda ir asmeninės naudos, skatindama asmenybės augimą bei tobulindama bendravimo įgūdžius (Corey, 2004; Kline, 2003). Corey (2014) rašo, kad psichoterapija yra artimu santykiu pagrįstas mokymosi būti efektyvesniam būdas. „Jei mes slepiamės už savo profesinio vaidmens, mūsų klientai taip pat slepiasi nuo mūsų. Jei mes siekiame vien techninio meistriškumo ir paliekame savo savastį ir asmenines reakcijas už terapijos ribų, mūsų darbas dažnai bus neefektyvus. Mūsų autentiškumas ir nuoširdumas reikšmingai veikia mūsų santykius su klientais.“ (cit. Corey, 2014; 18 psl.). Rose (2008) manymu, jei terapiniai pokyčiai yra santykių tarp dviejų ar daugiau žmonių rezultatas, yra nelogiška ir neetiška manyti, kad asmuo, vadinamas terapeutu yra neutralus veiksnys: tai, kokie mes

esame kaip asmenybės, veikia santykius su tais, kuriems teikiame psichoterapinę ar psichologinę pagalbą.

Tai, kad psichoterapinius pokyčius skatina buvimo su klientais būdas, patvirtina ir moksliniai tyrimai. Norcross ir Lambert (2011) teigia, kad psichoterapeuto asmenybė yra neatsiejama nuo psichoterapijos efektyvumo, o gaunantys psichoterapinę pagalbą labiau vertina psichoterapeuto asmenybę nei jo taikomas specifines technikas. Wampold (2001) atliktos daugelio empirinių psichoterapijos efektyvumo tyrimų metaanalizės išvada teigia, kad asmenybiniai ir tarpasmeniniai veiksniai, o ne taikomos technikos, yra svarbiausi efektyviai psichoterapijai.

Remdamiesi mokslinių tyrimų rezultatais Corey ir kiti (2014) įvardina tai, kas yra svarbu sėkmingo terapeuto asmenybei. Jie akcentuoja savęs ir savo nuostatų, vertybių pažinimą, pagarbą sau, atvirumą pokyčiams, nuoširdumą ir autentiškumą, gebėjimą atsižvelgti į supantį kontekstą, rūpinimąsi kitų gerove, gerus tarpasmeninių santykių palaikymo įgūdžius, gebėjimą palaikyti aiškias ribas ir mokėjimą pripažinti klydus. Efektyviai dirbančiam grupės terapeutui svarbu pažinti save ir turėti gerus savirefleksijos įgūdžius.

Būtent prielaida, kad grupės terapeuto asmenybė yra svarbus terapinis veiksnys, sukuria pagrindą įtraukti patirtines grupes į terapeutų rengimo programas. Robson ir Robson (2008) nuomone, patirtinės grupės skatina savęs tyrinėjimą, didina dalyvių sąmoningumą ir vidinį kongruentiškumą. Mokomųjų patirtinių grupių tikslas – lavinti dalyvių savęs suvokimą, gebėjimą reflektuoti tiek savo išgyvenimus, tiek savo darbą, gebėjimą atpažinti santykiuose su kitais ir savimi kylančius asmeninius sunkumus.

Izzard ir Wheeler (1995) akcentuoja, kad dalyvavimas patirtinėje grupėje padeda atskleisti vadinamąsias savęs ir kitų supratimo „akląsias dėmes“. Jų atskleidimas siejamas su gebėjimu laiku pastebėti ir kontroliuoti asmenines projekcijas, atpažinti asmeninę gynybą, pastebėti savo jausmus ir tinkamai juos reikšti. Kline, Falbaum, Pope, Hargraves ir Hundley (1997) apklausė 23 terapeutų rengimo programos dalyvius, lankiusius patirtinę grupę. Kaip reikšmingiausią savo dalyvavimo joje patirtį jie įvardino didesnę savęs

įsisąmoninimą ir tarpasmenines išvalgas. Luke ir Kiweewa (2010) nuomone, asmeninė raida ir savęs įsisąmoninimas per dalyvavimą patirtinėje grupėje apima besimokančiųjų tikslesnį savo minčių, emocijų, pojūčių supratimą, aiškesnį savo vertybių, įsitikinimų, interesų ir pasaulėžiūros suvokimą bei gebėjimą įvertinti tiek savo įtaką kitiems, tiek tai, kaip kiti juos suvokia. Payne (1999) teigia, kad patirtinės grupės sukuria pagrindą savarankiškai praktikai. Jos padeda grupės terapeutams apmąsčius grupėje gaunamas išvalgas geriau suprasti save, tapti sąmoningesniems ir gerinti bendravimo įgūdžius. Tačiau, jos nuomone, tikslesnis grupės terapeuto savęs suvokimas dar nebūtinai reiškia, kad jis tampa geresniu grupės terapeutu. Neretai terapeutų sąmoningumo augimas lemia jų suvokiamų gebėjimų mažėjimą. Taip gali būti dėl to, kad patirtinių grupių dalyviai pradeda realiau vertinti savo gebėjimus ir įgūdžius, aiškiau suvokti savo privalumus ir trūkumus.

Berger (1967) tyrinėjo patirtines grupes, įtrauktas į grupinės terapijos mokymo programas, ir pabrėžė tokius jų teikiamus privalumus: geresnius bendravimo įgūdžius ir geresnį gebėjimą suteikti grįžtamąjį ryšį. Skovholt ir Ronnestad (1992) tyrimų rezultatais, būsimiems terapeutams svarbu vieniems iš kitų gauti grįžtamąjį ryšį apie savo silpnąsias ir stiprias puses. Be to, būsimieji terapeutai dažniausiai nerimauja dėl savo galimybių teikti pagalbą kitiems ir įgauna daugiau pasitikėjimo, kai iš kitų grupės dalyvių gauna grįžtamąjį ryšį apie tai, kad jiems padėjo.

Besimokantieji grupinės terapijos išgyvena mokymosi periodą kaip intensyvią savęs tyrinėjimo ir pokyčių procesą. Prieš ateidami į grupę būsimieji terapeutai turi savo požiūrį į tai, kas ir kokie jie yra, kaip elgiasi, bendrauja. Patirtinės grupės patirtis skatina kritiškai peržiūrėti šį požiūrį (Bor & Watts, 2011). Kaslow (1984) nuomone, būtent mokomosios patirtinės grupės suteikia būsimam grupės terapeutui daugiamačių savęs patyrimo atspindį grupėje, gaunamą tik kitų grupės dalyvių dėka.

Ieva ir kiti (2009) tyrinėjo, kaip patirtinės grupės dalyviai suvokė šios grupės įtaką jų asmeninei (pvz., santykių) ir profesinei (pvz., įgūdžių, vadovavimo grupei stiliui) raidai bei tai, kaip patirtinės grupės dalyviai suvokė

formalius tokios specifinės grupės darbo aspektus. Jų tyrimo rezultatai, susiję su asmeninio sąmoningumo ir asmeninės raidos tema, atskleidė įžvalgas apie stipriąsias ir tobulinimo reikalaujančias puses. Kaip nurodo tyrimo dalyviai, asmeninė raida patirtinėje grupėje prasideda išankstiniu nuogastavimu ir nerimu dėl būtinybės dalintis asmenine informacija. Šių nuogastavimų įveikimas jiems padėjo geriau suvokti atsivėrimo grupėje riziką ir naudą. Kitų grupės dalyvių reakcijos padėjo labiau priimti save ir mažiau rūpintis tuo, koks esi. Kita tema, siejama su asmenine raida grupėje, buvo apie tarpasmeninius santykius. Tyrimo dalyviai kalbėjo apie geresnius bendravimo įgūdžius ir intensyvesnius tarpasmeninius santykius bei geresnius gebėjimus juos išlaikyti ir plėtoti. Dalyvavimas patirtinėje grupėje padėjo tyrimo dalyviams suvokti savęs įsisąmoninimo reikšmę tiek konsultavimo procesui, tiek išlaikant savyje pusiausvyrą tarp asmens ir profesionalo. Grupės dalyviai pradeda suvokti asmeninės ir profesinės raidos susietumą. Jie lengviau atpažįsta asmeninius dalykus, kurie gali turėti įtakos jų darbui su grupėmis, geriau supranta, kuo savęs suvokimas ir įsisąmoninimas yra svarbūs grupės terapeuto darbui.

Luke ir Kiweewa (2010) ieškojo veiksmų, turinčių įtakos dalyvavusiųjų patirtinėse grupėse asmeninei raidai ir savęs įsisąmoninimui. Jie rado 30 su asmenine raida grupėje susijusių veiksmų, suskirstė juos į keturias grupes – vidinius, su pačiais dalyviais susijusius veiksmus (pvz., nuoširdumas, aktyvumas ir kt.); tarpasmeninius veiksmus (pvz., saugumas, tarpusavio priėmimas ir kt.); grupės veiksmus (pvz., grupės struktūra, normos); „virš grupinius“ veiksmus (pvz., grupės terapeuto taikomos technikos, užrašų vedimas, grupės stebėtojų buvimas). Gauti rezultatai parodė, kad būtent tarpasmeniniai veiksniai buvo minimi kaip tie, kurie padeda susieti visus kitus. Atsižvelgus į šio tyrimo rezultatus galima teigti, kad būtent tarpasmeninis lygmuo suteikia galimybę pažinti vidinius ir grupinius procesus.

#### *Patirtinės grupės kaip terapeuto savęs pažinimo būdo tyrimų tendencijos.*

Johns (2012) nuomone, nepaisant akcentuojamo grupės terapeuto savęs pažinimo, grupės terapeuto asmeninė raida patirtinėje grupėje yra mažiausiai

moksliškai apibrėžta ir nagrinėta. Ji mano, kad šios srities tyrimai turėtų padėti apibrėžti:

- kokius grupės terapeuto asmenybei svarbius pokyčius lemia patirtinė grupė;
- kaip ir kiek šie pokyčiai yra susiję su patirtine grupe, o kiek ir kaip su visa mokymo programa (kiek šiems pokyčiams įtakos turi būtent pati patirtinė grupė);
- kokie patirtinės grupės veiksniai skatina ir stabdo šiuos pokyčius;
- kaip ir kiek šie pokyčiai veikia besimokančiųjų darbinę praktiką.

Tačiau kol kas šios srities tyrimai yra pavieniai. Apžvelgdama tyrimus, kuriuos jai pavyko rasti, Payne (1999) teigia, kad taip ir lieka neaišku, ar būtent patirtinė grupė lemia su asmenine raida susijusius pokyčius, ar visa terapeutų rengimo programa, ir kurios programos dalies indėlis į pokyčius yra svariausias. Taip pat ji teigia, kad yra mažai tyrinėta, kokią naudą dalyvavimas patirtinėse grupėse duoda darbui su grupėmis. Rushton ir Davis (1992) mano, kad besimokančiųjų įvardinti reikšmingi pokyčiai nebūtinai duos naudos jų klientams.

Poser (1966) lygino mokytų grupių terapeutų ir neturinčių parengimo grupių vedėjų darbo rezultatus. Tyrimo rezultatai nustebino. Jie parodė, kad grupių vedėjai, neturintys specialaus parengimo, pasiekė didesnių rezultatų nei mokyti grupių terapeutai. Tačiau, atkreipus dėmesį į didelį nemokytų grupių vedėjų darbo rezultatų įvertinimų netolygumą buvo iškelta prielaida, kad ženkliai geresni vienos grupės dalyvių rezultatai buvo pasiekti kitų grupės dalyvių sąskaita. Mokyti grupių terapeutai pasiekė nuosaikesnių, bet kur kas tolygesnių rezultatų. Taigi kiekvienas jų grupių dalyvis gavo sau naudos.

O'Leary ir Crowley (1994) vertino, kaip keičiasi besimokančiųjų psichologinio konsultavimo savęs vertinimas po dalyvavimo patirtinėje grupėje. Jų tyrimo rezultatai parodė, kad savęs vertinimas reikšmingai padidėja, tačiau reikšmingų skirtumų su kontroline grupe, kuri nedalyvavo patirtinėje grupėje, jie negavo. Tik kokybinė atsiliepimų apie dalyvavimo patirtinėje grupėje rezultatus analizė atskleidė tokius su dalyvavimu patirtinėje

grupėje siejamus pokyčius: didesnę savęs įsisąmoninimą, didesnę asmeninį kongruentiškumą ir dvasingumą, padidėjusį dėmesingumą jausmams (tiek teigiamiems, tiek neigiamiems) ir aiškesnę asmeninio keitimosi kaip dinaminio proceso suvokimą.

Lennie (2007) domėjosi, kokie veiksniai skatina dalyvių savęs suvokimą patirtinėje grupėje. Vertindama grupės dalyvių savęs įsisąmoninimo pokyčius, kuriuos galima būtų sieti su dalyvavimu patirtinėje grupėje, autorė negavo reikšmingų skirtumų su kontroline grupe, kuri nedalyvavo patirtinėje grupėje. Tačiau ji iškėlė prielaidą, kad taip gali būti dėl to, kad grupės dalyviai pradėjo vertinti save realiau nei vertino prieš dalyvavimą patirtinėje grupėje, o skalių rezultatai negali atspindėti tokio pokyčio. Tyrimo rezultatai atskleidė tik skirtumus tarp lyčių: vyrų savęs įsisąmoninimo pokytis po dalyvavimo patirtinėje grupėje buvo didesnis. Tyrimo autorė sieja šį skirtumą su tuo, kad patirtinėje grupėje vyrai išgyvena dažnesnį ir intensyvesnį atsiskleidimą, nes vyrų atsiskleidimas kasdieniniame gyvenime už grupės ribų nėra taip skatinamas ir įprastas kaip grupėje. O moterys kasdieniniame gyvenime dažniau remiasi šiais emociniais ir bendravimo įgūdžiais.

Payne (2001) nerado tyrimų, kurie nagrinėtų būsimų grupių terapeutų asmeninę patirtį, susijusią su mokymusi dalyvaujant patirtinėse grupėse. Autorė teigia, kad yra atlikta itin mažai asmeninio patyrimo grupėje, o ne individualioje terapijoje tyrimų. Jos nuomone, patys dalyviai gali suteikti vertingų įžvalgų apie tose grupėse vykstančius procesus ir jų reikšmę mokymuisi ir profesinei praktikai. Dalyvių įžvalgos ir vertinimai gali būti kitokie nei tų, kurie veda šias grupes ar įtraukia jas į terapeutų rengimo programas. Savo tyrime ji nagrinėjo patirtinės grupės dalyvių, kurie mokėsi šokio terapijos, patirtį. Gauti rezultatai parodė, kad viena svarbiausių temų, rūpimų šios patirtinės grupės dalyviams ir įvairiais pavidalais iškylančių visuose grupės darbo etapuose, yra saugumo tema. Saugumas yra svarbus atsiskleidžiant grupėje. Jis būtinas formuojantis terapiniam santykiui. Tyrimo autorė savo straipsnyje aprašė saugumo temos dinamiką patirtinėje grupėje. Baimė, kad grupėje atskleista informacija gali būti kaip nors paviešinta, yra

ypač ryški patirtinės grupės darbo pradžioje, tačiau ir vėliau ji vis atsikartoja. Dėl to patirtinėje grupėje konfidencialumas ir aiškios grupės ribos yra labai svarbūs. Nesaugu sąveikauti grupėje, jei tai gali paveikti santykius už jos ribų. Nesaugumo jausmas grupėje tampa akivaizdesnis, kai įvykiai už grupės ribų tampa grupės dinamikos dalimi. Vėlesniuose grupės darbo etapuose susirūpinimas saugumu daugiau siejamas su poreikiu išlaikyti pastovią grupės struktūrą ir sudėtį. Kai grupės dalyviai geriau pažįsta vieni kitus, saugumo klausimas iškyla, atskleidžiant asmeninį pažeidžiamumą ir intensyvius jausmus grupėje. Dalyviams tampa svarbus emocinis saugumas. Dalyviams susirūpinimą kelia kitų grupės dalyvių, terapeuto ir programos vadovų vertinimai. Abejonės saugumu grupėje kyla ir susidūrus skirtingiems grupės ir asmeniniams poreikiams. Susirūpinimas saugumu suintensyvėja, kai grupėje kyla tokios asmeniškios temos kaip seksualumas, konkurencija ir pavydas. Saugumą patirtinės grupės pradžioje kuria ir palaiko aiškus ją vedančio terapeuto direktyvumas. Toks direktyvumas yra svarbus grupės dalyviams, nes grupės darbo pradžioje jie išgyvena itin stiprią neapibrėžtumo baimę, kylančią dėl nežinojimo, ką ir kaip daryti grupėje. Vėliau saugumo grupėje palaikymui kur kas svarbesnis yra grupės sutelktumas – kuo jis didesnis, tuo grupės dalyviai joje jaučiasi saugiau.

Robson ir Robson (2008) atliktame tyrime buvo nagrinėjama tris mėnesius trukusios patirtinės grupės dalyvių patirtis. Tyrimo autorės domėjosi, kaip patirtinės grupės dalyviai ją suvokia. Tyrimą paskatino asmeniniai pastebėjimai, jog vieniems patirtinių grupių dalyviams šios grupės yra svarbiausiais patyrimas visoje mokymo programoje, o kitiems ši patirtis atrodo visiškai nereikšminga. Viena iš dominuojančių temų, atskleistų Robson ir Robson (2008) tyrimo, taip pat buvo saugumo tema – ar grupėje yra saugu ir kas gresia saugumui grupėje. Gauti tyrimo rezultatai atskleidė, kad saugumą patirtinėje grupėje užtikrina: aiškus grupės darbo kontraktas, kuris pirmiausia apima ne formalių, o visos grupės drauge priimtų bendrų taisyklių apibrėžimą; dalinimasis vienu su kitais; tarpusavio pažinimas; pasitikėjimas savimi ir kitais; aplinka, kurioje vyksta grupė; grupės tikslų bendrumas; jausmas, kad esi

girdimas grupėje; grupės sudėties stabilumas. Nagrinėdamos šiuos veiksnius autorės padarė išvadą, kad būtent saugumo jausmas lemia pasitenkinimo grupės patyrimu jausmą.

### **1.3. Patirtinių grupių bruožai grupių terapeutų rengimo kontekste**

Patirtinių grupių ištakos yra asmenybės augimo ir įgūdžių lavinimo grupės, kurios savo esme artimos susitikimų (dar kitaip vadinamoms žmogiškojo ryšio) grupėms, T-grupėms, maratono grupėms (Yalom, 1985). Kaip ir šiose grupėse, taip ir patirtinių grupių darbe pabrėžiamas spontaniškumas, jausmų raiška ir skatinama konfrontacija tarp grupės dalyvių. Dalyviai skatinami kalbėti apie tai, kas tiesiogiai vyksta grupėje ir ką dalyviai tuo metu jaučia. Jos skirtos bendravimo įgūdžiams lavinti, ugdyti asmeninėms savybėms ir galioms bei įveikti vidines kliūtis, trukdančias saviraiškai ir atviriems, nuoširdiems tarpasmeniniams santykiams. Taigi, visos šios grupės orientuojasi į tiesiogiai grupėje vykstančius procesus, nes jose remiamasi *čia ir dabar* principu (t. y. aptariami tiesiogiai grupėje užsimezgantys santykiai ir kylantys jausmai). Jose skatinamas psichosocialinis įsisąmoninimas ir daug dėmesio skiriama pačios grupės raidos analizei – kas keičiasi grupėje jai nuosekliai pereinant grupės raidos etapus. Grupės dalyviai mokomi suprasti, kas jiems nutinka grupėje, kaip funkcionuoja grupė, kaip dalyviai palaipsniui gali prisiimti vedėjo vaidmenį. Šios grupės padeda dalyviams patirti, suprasti ir keisti savo elgesį. Pirmomis tokiomis grupėmis galima vadinti Kurt Lewin 1946 metais rengtas grupes, skirtas vadovams, dirbantiems su skirtingomis etninėmis grupėmis, ir sprendžiantiems tarp jų kylančius nesutarimus (Yalom, 1985). Šios grupės pasižymėjo tokiu ypatumu: kiekviena grupė buvo stebima ir stebėtojai fiksavo visas elgesio grupėje apraiškas ir pokyčius, o vakarais šių grupių vedėjai ir stebėtojai, aptardavo tai, ką pastarieji buvo užfiksavę. Sužinoję apie tokius aptarimus juose panoro dalyvauti ir grupių dalyviai. Organizatoriai ne itin noriai sutiko leisti grupių dalyviams stebėti šiuos aptarimus (o vėliau ir aktyviai juose dalyvauti), nuogąstaudami, kad taip

dalyviai sužinos grupės vedėjų klaidas, be to, buvo neaišku, kaip šie aptarimai paveiks grupės dalyvių elgesį. Tačiau dalyvavimas šiuose aptarimuose ženkliai išplėtė grupių dalyvių galimybę suprasti savo elgesį. Taip netikėtai buvo atrastas efektyvus būdas mokytis tarpasmeninių santykių – mokymasis per asmeninę patirtį ir išgyvenimus – nes daugiausia ir lengviausia išmokstama iš tų santykių, kuriuose tiesiogiai dalyvaujama. Taip galima pažinti savo bendravimo stilių, reagavimo į kitus žmones būdus ir geriau suprasti elgesį grupėje apskritai.

***Patirtinės grupės struktūra.*** Grupėje gali dalyvauti nuo 8 iki 20 žmonių. Tokia grupė yra pakankamai didelė, kad jos dalyviai galėtų lengvai sąveikauti vieni su kitais, ir pakankamai maža, kad visi dalyviai galėtų būti aktyvūs (Yalom, 1985). Toks dalyvių skaičius palankus ir studijuojančiųjų grupei. Paprastai tokios grupės yra ribotos laike – trunka aiškiai apibrėžtą valandų skaičių. Vienos patirtinių grupių labiau akcentuoja įgūdžių lavinimą, kitos – asmenybės augimą. Mokomosios patirtinės grupės yra organizuojamos pradedantiesiems ar būsimiems specialistams (pvz., konsultantams, psichoterapeutams). Taip pat jos gali būti organizuojamos ir tiems, kurie nori tobulinti savo jau turimus įgūdžius, kelti profesinę kvalifikaciją. Patirtinėse grupėse nėra tokios kruopščios dalyvių atrankos kaip, pavyzdžiui, psichoterapinėse grupėse, nes atranka vyksta ne į pačią grupę, o į mokymo programą. Rose (2008) tai įvardina kaip vieną iš galimų neigiamos patirties patirtinėje grupėje priežasčių. Paprastai pereidami atranką bet kokios psichologinės ar psichoterapinės grupės dalyviai turi galimybę iš anksto aptarti savo baimes ir nuostatas, susijusias su dalyvavimu grupėje. Patirtinių grupių dalyviai turi mažai galimybių tiksliai aptarti savo lūkesčius ir konkrečius mokomosios patirtinės grupės tikslus.

***Patirtinių grupių vedėjai.*** Dalyvavimas mokomojoje patirtinėje grupėje yra stiprus emocinis patyrimas, veikiantis tiek mokymosi procesą, tiek studijuojančiuosius grupių terapiją. Todėl patirtinės grupės būsimiems grupių terapeutams turėtų vesti tik patyrę ir tikrai kvalifikuoti darbuotojai, nes jie ne tik kuria grupės darbo sąlygas, bet ir rodo grupės vedimo pavyzdį,

įgyvendindami dalyvių mokymosi poreikius (Yalom & Leszcz, 2005). Kitaip nei įprastose psichoterapinėse ar psichologinio konsultavimo principais paremtose grupėse, patirtines grupes vedantys specialistai yra atsakingi ne tiek už grupės dalyviams svarbių asmeninių ar terapinių pokyčių skatinimą, kiek už grupės proceso valdymą. Patirtinėje grupėje yra svarbi intensyvi grupės patirtis, jausmų raiška ir betarpiško grupės proceso analizė, o individualūs grupės dalyvių terapiniai pokyčiai yra antrinės reikšmės. Dėl etinių sumetimų rekomenduojama, kad tokias grupes vedantys specialistai nebūtų programos vadovai, ar tie, kurie vertins studentų kompetencijas. Vertinimo situacija didina patirtinės grupės dalyvių pažeidžiamumą ir konfidencialumo bei privatumo poreikį.

#### **1.4. Patirtinės grupės daugialypiškumas**

Šiuolaikinių patirtinių grupių savitumą ir daugialypiškumą, rengiant grupių terapeutus, lemia mokymosi ir terapinio kontekstų susidūrimas. Patirtinės grupės daugialypiškumas yra ryškiausias, nors mažiausiai įvardinamas ir nagrinėjamas šių grupių bruožas.

***Daugialypiškumas, kylantis iš mokymosi ir terapinio kontekstų sąlyčio patirtinėje grupėje.*** Yalom ir Leszcz (2005) rašo, kad patirtinės grupės santykis su terapine grupe nėra vienareikšmis ir svarbu jų nesutapatinti. Nepaisant to, mokomoji patirtinė grupė net ir nebūdama terapine grupe sukuria sąlygas terapiniams procesams ir pokyčiams. Yalom ir Leszcz (2005) nuomone, kiekvienoje intensyviai dirbančioje grupėje jau savaime egzistuoja reikšmingas terapinis potencialas: mokomosios patirtinės grupės dalyviai negalėtų pilnai prisiimti dalyvio vaidmens grupėje be gilesnio asmeninio įsitraukimo į ją. Tiek psichoterapinė, tiek patirtinė grupė turi tą patį bendrą pagrindą – abipusius prasmingus dalyvių santykius, kruopščiai kuriamus grupėje, ir gaunamą patirtį. Abiejų grupių dalyviai atsako už savo elgesį ir įtaką kitiems. Grupės dinamika būdinga tiek psichoterapinei grupei, tiek patirtinei grupei. Šiai dinamikai galioja tie patys dėsniai. Tačiau, nepaisant šių

pastebėjimų, svarbu skirti patirtinę ir psichoterapinę grupes. Rose (2008) pažymi, kad visų pirma skiriasi patirtinės ir psichoterapinės grupių tikslai. Patirtinės grupės tikslai nėra tokie aiškūs kaip psichoterapinės grupės. Nors jose akcentuojama teorinių žinių įprasminimas, grupės dalyvio patirties įgijimas ir susipažinimas su grupės dinamika ir raida, konkretūs šių grupių tikslai yra mažai apibrėžti. Todėl klausimą „Ko mes čia susirinkome?“ kur kas dažniau galima išgirsti būtent patirtinėje, o ne terapinėje grupėje.

Terapinės grupės dalyviai susitinka ieškodami pagalbos. Jų tikslas yra individualūs pokyčiai, mažinantys tą kančią, dėl kurios jie atėjo į grupę, todėl šios grupės dalyviai paprastai yra klientai arba pacientai. Psichoterapinės grupės dalyviai jau ateidami į grupę žino, kad jie yra pažeidžiami.

Patirtinės grupės dalyviai ateina į grupę, nes nusprendė mokytis padėti kitiems. Ši grupė sudaryta iš studijuojančiųjų terapiją ir jos susikūrimo pagrindas yra mokymasis, o ne pagalbos paieška. Patirtinės grupės dalyviai taip pat yra pažeidžiami, bet jų pažeidžiamumas nėra priežastis, dėl kurios jie susirinko į grupę. Patirtinių grupių dalyviai pirmiausia mokosi, kaip bendrauti ir veikti grupėje. Jos skirtos sveikiems žmonėms, siekiantiems per intensyvius išgyvenimus geriau pažinti save, užmegzti glaudesnius ir nuoširdesnius ryšius su kitais žmonėmis, atrasti ir šalinti kliūtis, neleidžiančias visapusiškiau realizuoti savo galimybių. Savo galių ir ribų pažinimas neišvengiamai susijęs su pažeidžiamumu. Patirtinė grupė yra skirta asmenims savybėms atskleisti ir išskleisti, o psichoterapinė grupė – gydyti.

Yalom ir Leszcz (2005) rašo, kad paprastai dalyvavimas psichologinėse ir psichoterapinėse grupėse yra savanoriškas. Jei praktika patirtinėje grupėje yra mokymosi programos dalis, dalyvavimas grupėje pasirenkamas jau renkantis pačią programą, o pasirinkus programą būtina vykdyti jos reikalavimus. Dėl to iškyla tik patirtinėms grupėms būdingas klausimas: kiek savanoriškas gali būti dalyvavimas mokomojoje patirtinėje grupėje? Yalom ir Leszcz (2005) pažymi, kad mokomoji patirtinė grupė yra efektyvesnė, jei programos dalyviai dalyvavimą joje supranta ne kaip privalomą mokymosi užduotį, bet kaip galimybę asmeniniam ir profesiniam augimui. Šių autorių nuomone, tai, ar

dalyviai suvoks dalyvavimą patirtinėje grupėje kaip savanorišką, priklauso nuo to, kaip patirtinė grupė jiems yra pristatoma, kiek erdvės grupėje dalyviai gali įžvelgti savo asmeniniams ir profesiniams tikslams realizuoti (Yalom & Leszcz 2005). Tačiau, kiek pozityviai galima reaguoti į kvietimus atvirai reikšti jausmus, betarpiškai ir nuoširdžiai reaguoti, dalintis savo patirtimi ir išgyvenimais patirtinėje grupėje, kai dalyviai pirmiausia susirenka mokytis, o ne dalintis savo patirtimi ar norėdami keistis, išlieka neaišku. Be to, mokymosi ir vertinimo kontekstas taip pat skatina slėpti savo pažeidžiamumą. Dėl to mokomosiose patirtinėse grupėse kyla daug etinių klausimų (Goodrich, 2008; Davenport, 2004; Merta & Sisson, 1991).

Tyrimų, kurie detaliau nagrinėtų šiuos patirtinių grupių ypatumus, trūksta. Kaip patirtinėje grupėje dera mokymosi ir terapinis kontekstai, kaip šis derinys veikia mokymosi programų dalyvius nėra aišku – šie klausimai yra per mažai tyrinėti.

#### ***Patirtinės grupės vaidmenų ir santykių daugialypiškumas.***

Populiariausias mokomųjų patirtinių grupių modelis yra grupė iš kitų mokinių, būsimų grupių terapeutų (Yalom & Leszcz, 2005). Grupė yra pagrindinis grupinės terapijos mokymo komponentas, nes joje vyksta paskaitos, atvejų aptarimas ir asmeninė terapija (Lennie, 2007). Nors paprastai stengiamasi išvengti sunkumų, kylančių dėl toje pačioje grupėje atliekamų skirtingų vaidmenų (Goodrich, 2008; Davenport, 2004; Merta & Sisson, 1991), ne visuomet tai yra įmanoma (Yalom & Leszcz, 2005), todėl mokomosioms patirtinėms grupėms yra būdinga savita daugialypė struktūra. Patirtinės grupės dalyviai pakankamai intensyviai bendrauja įvairiuose kontekstuose. Jie susitinka seminaruose, paskaitose, praktikumuose, neretai kartu pietauja ar užsiima kita bendra socialine ar profesine veikla. Dalyvių sąveika neapsiriboja vien grupe, todėl patirtinėse grupėse yra sunkiau išlaikyti konfidencialumą. Ne tokios aiškios yra ir šių grupių ribos bei normos.

Viena vertus, mokomoji patirtinė grupė yra formaliai sukurta grupė, turinti aiškiai apibrėžtus tikslus – rengti grupių terapeutus. Antra vertus, tai yra grupė, kurioje keliama ne vien profesinio mokymosi, bet ir asmeniniai ar

psichoterapiniai tikslai, sukuriantys terpę grupės procesams. Drauge tai ir kolegų grupė, kurių asmeninės savybės ir patirtis daro įtaką tarpasmeninei sąveikai grupėje. Taip besimokantieji vesti grupės vienu metu yra įtraukiami į daugelį vaidmenų (tokių kaip grupės terapeutas, grupės dalyvis, studentas, suprevizuojamasis ir kolega) ir susiduria su sunkumais jų mokydami bei atlikdami juos simultaniškai (Olk & Friedlander, 1992).

Skirtingi lūkesčiai, keliami toje pačioje grupėje atliekamiems vaidmenims, mokantis grupių psichoterapijos, kelia ne tik skirtingus, bet dažnai prieštarigus ir tarpusavyje konkuruojančius reikalavimus. Iš besimokančiųjų, kaip iš grupės vedėjų, būsimųjų grupių terapeutų, tikimasi efektyvaus terapinių įgūdžių taikymo, dirbant su grupe. Kaip iš studentų, iš programos dalyvių tikimasi, kad jie ugdytų situacijų vertinimo ir grupės valdymo įgūdžius, mokysis taikyti psichologines teorijas, strategijas ir konkrečias technikas grupės darbe, taip pat vykdys dėstytojų rekomendacijas ir užduotis. Grupės dalyvių vaidmuo reikalauja iš jų asmeninio atvirumo bei spontaniško, nuoširdaus reagavimo į įvykius ir santykius grupėje. Jie, kaip grupės dalyviai, yra skatinami siekti asmeninio tobulėjimo ir brandos tikslų, padedančių sėkmingiau dirbti ir gyventi. Būdami supervizuojamaisiais, programos ir patirtinės grupės dalyviai leidžia kitiems nagrinėti ir vertinti savo darbą, aptaria profesinio tobulėjimo klausimus. Suteikdami grįžtamąjį ryšį pradedančiajam grupės terapeutui apie jo darbą, patys tampa jo supervizoriais. Kaip kolegos jie dalyvauja atsakinguose ir lygiaverčiuose tarpusavio santykiuose. Kai kurie užmezga neformalius draugiškus ryšius. Taigi, kiekvienas iš šių vaidmenų sukuria tam tikrus lūkesčius, kaip jo atlikėjas turėtų elgtis (Olk & Friedlander, 1992). Kaip psichoterapinės grupės dalyviai besimokantieji turi atskleisti savo silpnąsias puses ar asmeninius sunkumus, o kaip grupės vedėjai ar studentai jie turi rodyti savo įgūdžius ir mokėjimus. Psichoterapinėje grupėje yra svarbesni artimi, reikšmingi, lygiaverčiai tarpasmeniniai santykiai. Tačiau tuo pat metu studentai turi mokėti išlaikyti subordinaciją ir paklusti bendriesiems mokymų reikalavimams (Olk & Friedlander, 1992). Tai sukelia nemažai vidinės sumaišties ir įtampų. Dėl to

grupės nariai susiduria su įvairiais sunkumais atlikdami konkrečius vaidmenis. Jei jie nesupranta savo atliekamų vaidmenų atsakomybių platumo, menkėja tiek elgesio rezultatai tiek savo galimybių suvokimas (Friedlander, Keller, Peca-Baker, & Olk, 1986). Pavyzdžiui, grupės dalyvis, kuriam pagal mokymo programą iš patirtinės grupės dalyvio reikia tapti jos vedėju, dėl įgūdžių, patirties, kompetencijos, kurių reikia norint sėkmingai atlikti šį vaidmenį, stokos gali ir toliau elgtis kaip grupės dalyvis, taip nutoldamas nuo grupės vedėjo tikslų ir kitų dalyvių lūkesčių, pasikeitusiam jo vaidmeniui grupėje. Be to, kiti grupės dalyviai tokiam grupės vedėjui gali kelti tokius pačius lūkesčius kaip ir psichoterapinės grupės dalyvio vaidmens atlikėjui ir reikalauti elgtis ir reaguoti kitaip nei galima būtų tikėtis iš grupės vedėjo. Tikėtina, kad susidūręs su neįprastomis ar sudėtingomis situacijomis, grupės narys prisiims tą vaidmenį, kuris jam yra pažįstamesnis, įprastesnis ir teikia daugiau pasitikėjimo savimi, t. y. pasirinks tą vaidmenį, kurį jam lengviau atlikti (Olk & Friedlander, 1992). Lennie (2007) pastebi, kad dalyvavimas patirtinėje grupėje yra tarsi buvimas „tarp“ – nuolatinis judėjimas tarp grupės dalyvio ir grupės terapeuto vaidmenų grupėje. Tai gali trukdyti pilniau įsisąmoninti save ir skatinti paviršutiniškai dalyvauti grupėje.

Įtampa ir nesutarimai, atsirandantys dėl tokios vaidmenų sumaišties, gali grupėje skatinti nesutarimus, nepasitenkinimą grupe, jos darbu, mokymosi reikalavimais bei rezultatais ir taip menkinti jos darbo bei profesinio mokymosi efektyvumą. Derinti skirtingus vaidmenis padeda aiškus esamos situacijos suvokimas (Myers & Anderson, 2008). Todėl grupių terapijos programų vadovai gali mažinti sunkumus atliekant prieštarigus vaidmenis iš anksto supažindindami dalyvius su reikalavimais skirtingiems vaidmenims, įvardindami, kokiame mokymų etape, kuris vaidmuo yra svarbiausias, aptardami mokymų dalyvių lūkesčius ir tai, kaip jie supranta skirtingus vaidmenis, padėdami besimokantiejiems aiškiai apibrėžti asmeninius ir profesinius tikslus grupėje ir skatindami nuolat prie jų sugrįžti, atvirai kalbėdami apie mokymosi grupių daugialypiškumą. Taip galima užkirsti kelią daugeliui neaiškumų. Vaidmenų prieštaringumas kels mažiau rūpesčių, jei

suprevizijose dėmesys bus sutelkiamas ties besimokančiojo profesine raida, o ne ties jo asmenybe. Tai padeda palaikyti pusiausvyrą tarp mokymo ir terapinio procesų (Yalom & Leszcz, 2005).

Visi vaidmenys yra išmokstami. Gebėjimą derinti prieštarigus vaidmenis ir lankstumą keičiant juos toje pačioje grupėje taip pat galima lavinti. Dažniausiai šis gebėjimas yra susijęs su grupės dalyvių asmeninio sąmoningumo augimu. Kuo aiškiau grupės dalyvis įsisąmonina save, savo elgesį ir grupės įvairumą ar daugialypiškumą, tuo tiksliau atlieka jam skirtus ar paties pasirinktus vaidmenis, derindamas juos su darbo tikslais (Myers & Anderson, 2008). Kaip grupės dalyvis, jis gauna gilių tarpasmeninių santykių patyrimą: kas ir koks esi tarp kitų ir su kitais; ką reiškia atsiskleisti kitiems, būti jų priimamam ar atmetamam. Tai grupės dinamikos patirtis, kuri neįgyjama jokiais kitais būdais tik dalyvaujant grupėje. Dėl to toks darbo būdas turi ne tik savo trūkumų, bet reikšmingų privalumų (Yalom & Leszcz, 2005).

Tačiau norint tiksliau ir išsamiau aprašyti ir pagrįsti šiuos sąveikos ypatumus, reikalingi nuoseklūs moksliniai jų aprašymai ir tyrinėjimai, kurie padėtų įvertinti skirtingų vaidmenų atlikimo toje pačioje grupėje įtaką grupinės psichoterapijos mokymuisi bei asmeninei besimokančiųjų patirčiai. Moksliniai tyrimai plačiau atskleistų ir tiksliau įvertintų galimybę derinti skirtingus vaidmenis. Kol kas tokių tyrimų yra atlikta nedaug ir dauguma iš jų orientuojasi arba į lūkesčių atskiriems vaidmenims, tokiems kaip konsultantas, klientas, supervizorius ir supervizuojamasis, tikslesnį aprašymą, arba į supervizorių ir supervizuojamųjų santykių ypatumų atskleidimą, arba į psichologo ar psichoterapeuto vaidmens atlikimo ypatumus bendruomenėse, psichikos sveikatos centruose ar kitose didesnėse institucijose (Boëthius, Sundin, & Ögren, 2006; Friedlander, Keller, Peca-Baker, & Olk, 1986; Olk, & Friedlander, 1992; Slaterry, 2005). Be to, šie tyrimai menkai atspindi grupinės psichoterapijos realybę, nes yra paremti individualios psichoterapijos teorija ir praktika.

### **1.5. Literatūros ir tyrimų apžvalgos apibendrinimas ir problemos formulavimas**

Atlikta literatūros ir mokslinių tyrimų apžvalga atskleidė grupės terapeuto įtaką efektyviam grupės darbui. Vieni iš svarbiausių grupės terapeutų įgūdžių yra gebėjimas suprasti ir paaiškinti grupėje vykstančius procesus ir jos dinamiką, palaikyti ir skatinti grupės dalyvių tarpusavio sąveiką, gebėti atsižvelgti ir tinkamai naudotis savo emocinėmis reakcijomis grupės darbe bei tinkamai teikti grįžtamąjį ryšį (Conyne, Wilson, & Ward, 1997; Lieberman et al., 1973; Riva et al., 2004; Yalom & Leszcz, 2005). Be to, grupės terapeuto darbo efektyvumas neatsiejamas nuo jo asmeninių savybių (Corey, 2004; Kline, 2003). Šiems įgūdžiams formuoti ir lavinti bei skatinti terapeuto asmenybės augimą ir tobulinti bendravimo įgūdžius yra skirtos patirtinės grupės. Šiuo metu jos vis dažniau įtraukiamos į privalomus grupių terapeutų rengimo reikalavimus. Shumaker ir kiti (2011) pažymi, kad lyginant su Merta ir kitų (1993) atliktu tyrimu, vertinančiu tokių grupių paplitimą, matomas polinkis vis dažniau įtraukti tokias grupes į grupių terapeutų rengimo programas. Patirtinėms grupėms keliami reikšmingi ir ambicingi tikslai – skatinti grupių terapeutų profesinę ir asmeninę raidą, tačiau apie tai, kaip ir dėl ko ši raida vyksta (ar nevyksta), žinoma nedaug (Lennie, 2007; Johns, 2012). Mažai žinoma, kaip šie tikslai dera tarpusavyje, kokią įtaką šis derinys turi patirtinių grupių dinamikai ir dalyvių patirčiai.

Tyrinėdami mokomąsias patirtines grupes mokslinių darbų autoriai daug dėmesio skiria tokių grupių paplitimo ir struktūros aprašymams (Shumaker et al., 2011; Markus & King, 2003; Merta et al., 1993), nagrinėja etines dilemas, kylančias darbe su būsimais profesionalais (Goodrich, 2008; Davenport, 2004; Merta & Sisson, 1991), siekia išsiaiškinti, kaip dalyvaujantieji grupių terapeutų mokymo programose, vertina tokias patirtines grupes (Anderson & Price, 2001; DeLucia-Waack et al., 2004; Geller et al., 2005; Ieva et al., 2009; Yalom & Leszcz, 2005). Nemažai dėmesio yra skiriama tyrimams, kuriuose aiškinamasi, kuo skiriasi pradedantieji ir patyrę grupių vedėjai (Hines,

Stockton, & Morran, 1995; Kivligan & Quigley, 1991). Nagrinėjant grupių terapeutų pokyčius, siejamus su dalyvavimu grupių terapeutų mokymo programose ir patirtinėse grupėse, daug dėmesio skiriama žinių ir įgūdžių kognityvinių struktūrų pokyčiams aprašyti (Kivligan & Kivligan, 2009; Kivligan et al., 2007; Kivligan & Quigley, 1991).

Payne (1999), atlikusi tyrimų apžvalgą daro išvadą, kad patirtinės grupės turi būti kur kas išsamiau ir aktyviau tyrinėjamos. Jos nuomone, tai svarbu norint tiksliau identifikuoti šių grupių tikslus, jose vykstančius procesus ir gaunamus rezultatus. Tai padėtų apibrėžti, kaip ir kiek šios grupės yra naudingos būsimiems grupių terapeutams. Ji taip pat nurodo, kad tyrimų, nagrinėjančių, kaip patirtinių grupių dalyviai jas suvokia, yra itin mažai, o būtent tokie tyrimai turi suteikti daugiausia informacijos apie tai, kas būtina būsimiems grupių terapeutams (Payne, 2001). Ieva ir kiti (2009) pritaria, kad trūksta tyrimų, kurie nagrinėtų dalyvių požiūrį į šias grupes. Autorių nuomone, nėra pakankamai duomenų, kaip patirtinių grupių dalyviai suvokia šių grupių įtaką jiems, kas šiose grupėse skatina ar trukdo jų raidai, kokia jų pačių nuomonė apie tokias grupes, kaip jie išgyvena, ir ar išgyvena dvigubų santykių bei kitus etinius sunkumus. Autoriai teigia, kad neatskleidus pačių dalyvių požiūrio į šių grupių teikiamą patirtį, neįmanoma nuspręsti, kaip šios grupės turėtų būti organizuojamos ir vedamos. Šių autorių nuomone, būtent kokybiniai tyrimai gali pateikti giluminę patirtinėse grupėse gaunamos patirties sampratą.

Nepavyko rasti tyrimų, kurie daugiau dėmesio skirtų patirtinių grupių ypatumams, tarp jų ir šių grupių daugialypiškumui, ir jų įtakai patirtinių grupių ir jų dalyvių dinamikai atskleisti ir įvertinti. Nėra tyrimų, kurie nagrinėtų įvairiuose kontekstuose susipinančius santykius, skirtingus dalyvių vaidmenis ir pan. Lennie (2007), kviesdama geriau suprasti šiose grupėse vykstančius procesus, pažymi, kad optimistinis požiūris į mokomąsias patirtines grupes gali kilti tiesiog dėl jų dominavimo mokymų programose ir empirinių tyrimų stygiaus. Ji rašo, kad plačiai plintantis šių grupių įtraukimas į specialistų mokymo programas ir stiprūs dalyvių išgyvenimai, kylantys jose, yra

sistemingų ir nuoseklių empirinių tyrimų reikalaujantis reiškinys, ir stebisi, kiek daug autorių vis dar nurodo šių tyrimų stoką. Taigi, mokslinis empirinis mokomųjų patirtinių grupių pagrindimas kol kas yra menkas ir skurdus, ir pateikia daugiau klausimų nei atsakymų.

Lietuvoje patirtinės grupės taip pat yra tyrinėtos itin mažai. Pavyko rasti vos porą tyrimų. 1998 metais ir 2002 metais Lorentzen ir kiti (Lorentzen et al., 1998; Lorentzen, Maar, & Sørli, 2002) atliko tyrimus, pateikiančius grupių terapijos mokymo Baltijos šalyse patirties vertinimą. Norvegijos Grupinės analizės instituto atstovai Lietuvoje, Vilniuje, nuo 1995 metų rengė savaitgalinius seminarus, kurių tikslas buvo parengti grupinės analizės specialistus, kurie toliau galėtų mokyti kolegas Lietuvoje. Mokymo programą sudarė dalyvių patyrimas mažosiose ir didžiosiose grupėse, supervizijos ir teoriniai seminarai. Tyrimuose buvo vertinamas programos dalyvių pasitenkinimas programa. Tyrimų rezultatai atskleidė, kad mažiausiai vertinga mokymų dalyviams buvo didžioji grupė, kurioje susitikdavo kelių patirtinių grupių dalyviai. Profesinę naudą dalyviai vertino labiau už asmeninę. Taip pat tokio mokymosi vertė dalyviams išauga jau įgijus tam tikrą kompetencijos lygį (t. y. programą geriau vertino labiau pažengę jos dalyviai nei tie, kurie tik pradėjo mokytis).

Patirtinių grupių, įtrauktų į grupės terapeutų rengimo programas, tyrimai yra reikšmingi ir reikalauja daugiau mokslininkų tyrėjų dėmesio. Be to, galima pastebėti, jog daugelyje tyrimų patirtinės grupės tyrinėjamos daugiau atsietai nuo formalaus mokymo konteksto, kurio dalis jos yra.

Patirtinės grupės, skirtos rengti grupės terapeutus, yra specifinės, nes jose susipina įvairios jų dalyvių patirtys. Šį susipynimą šiame darbe įvardiname kaip dalyvių patirties daugialypiškumą, kuris iki šiol nėra detaliau tyrinėtas. Patirtinės grupės, vedamos rengiant grupių terapeutus, nėra įprastinės asmeninio augimo, įgūdžių lavinimo ar terapinės grupės. Patirtinė grupė, skirta rengti grupės terapeutams, kuriasi kitomis sąlygomis nei įprastos psichoterapinės grupės. Tai suteikia patirtinėms grupėms savų privalumų ir savų, tik joms būdingų, sunkumų. Patirtinės grupės, vedamos rengiant grupių

terapeutus, įgyja savitų bruožų, kuriuos ir atspindi dalyvių patirties daugialypiškumas. Dalyvaujantieji patirtinėse grupėse susiduria su grupės ir dalyvavimo joje tikslų, vaidmenų ir santykių daugialypiškumu. Todėl galima kelti prielaidą, kad toks daugialypiškumas įneša sumaištį į grupės tikslų ir santykių suvokimą, keičia įprastą grupės dinamiką. Apie tai mokslinėje literatūroje rašoma mažai ir trūksta mokslinių tyrimų, kaip šiose specifinėse grupėse pasireiškia šis daugialypiškumas.

Todėl šiame tyrime buvo pasirinkta, remiantis konkrečios patirtinės grupės dalyvių patirtimi, atskleisti patirtinės grupės, įtrauktos į grupių terapeutų rengimo programą, daugialypiškumą ir jo įtaką grupės dinamikai. Patirties daugialypiškumas šiame darbe yra suprantamas kaip vienoje ir toje pačioje grupėje susipinantys skirtingi (mokymosi ir terapiniai, asmeninio augimo) tikslai ir susimaišę įvairūs programos dalyvių vaidmenys ir tarpusavio santykiai (studentų, bendramokslių, patirtinės grupės dalyvių ir vedėjų, supervizorių, dėstytojų).

Šiam tikslui įgyvendinti buvo pasirinkta kokybinių tyrimų strategija, kadangi ji suteikia galimybę išsamiai atskleisti ir struktūruotai aprašyti tokį patyrimą.

## **1.6. Tyrimo tikslas ir uždaviniai**

Tyrimo tikslas – remiantis ilgalaikės patirtinės grupės dalyvių patirtimi, atskleisti, kaip reiškiasi patirtinės grupės daugialypiškumas, susijęs su vienoje ir toje pačioje grupėje susipynusiais mokymosi ir terapiniu kontekstais, akcentuojančiais skirtingus tikslus, skirtingus programos dalyvių vaidmenis ir tarpusavio santykius, ir kokią įtaką daugialypiškumas daro grupės dinamikai.

### Tyrimo uždaviniai:

1. Išskirti pagrindines temas, atspindinčias dalyvių patirtį ilgalaikėje patirtinėje grupėje.
2. Susieti išskirtas temas su daugialypiškumu ir jo įtaka grupės dinamikai.

## 2. TYRIMO METODIKA

Šiam tyrimui pasirinkta **kokybinė tyrimo strategija**, nes ji ypač tinka tais atvejais, kai tyrimo objektas yra itin mažai tyrinėtas, esamų tyrimų rezultatai yra prieštaringi, per mažai žinoma apie nagrinėjamą sritį ir dėl to neįmanoma suformuluoti ir iškelti aiškių hipotezių (Barker, Pistrang, & Elliot, 2002). Tiriant patirtines grupes, skirtas rengti grupių terapeutus, kaip tik ir susiduriama su šiais sunkumais. Kokybinis tyrimas leidžia sudaryti pilnesnį ir išsamesnį tyrinėjamo objekto vaizdą, aiškiau ir tiksliau jį aprašyti ir suteikia galimybę ateityje kelti ir formuluoti konkrečias hipotezes. Be to, per mažai žinoma apie patirtinių grupių dalyvių patirtį, kurią taip pat geriausiai gali atskleisti kokybinis tyrimas. Būsimųjų grupių terapeutų nuomonė ir patirtis yra svarbios, nes nuo jų nemaža dalimi priklauso grupinės terapijos kokybė, todėl ir atliekami kokybine analize grindžiami moksliniai tyrimai.

### 2.1. Tyrėjo vaidmuo

Atliekant kokybinius tyrimus yra svarbus pačių darbo autorių vaidmuo, renkant ir analizuojant rezultatus. Šio darbo autorė yra susipažinusi su kokybinių tyrimų tradicija ir praktika bei turi psichologinių grupių vedimo patirties. Todėl neišvengiamai šio tyrimo organizavimas, keliamų klausimų ir tikslų pasirinkimas bei pirminės prielaidos yra formuojamos autorės nuostatų: (a) grupinis patyrimas yra vertingas; (b) dalyvavimas patirtinėse grupėse mokymo procese padeda įsisavinti teorines žinias ir įgyti svarbių vadovavimo grupei įgūdžių; (c) dalyvavimas patirtinėse grupėse, įtrauktose į mokymo programas, padeda patirti grupės dinamikos ir santykių įvairumą; (d) dalyvavimas tokiose grupėse yra intensyvus asmeninis patyrimas; (e) patirtinių grupių, įtrauktų į mokymo programas, dalyviai susiduria su daugialypiais santykiais. Todėl renkant ir analizuojant duomenis daug dėmesio buvo skiriama ir šių nuostatų bei galimos jų įtakos refleksijai.

## 2.2. Tyrimo dalyviai

Pirmame tyrimo etape dalyvavo 8 asmenys – 7 moterys ir 1 vyras, Humanistinės ir egzistencinės psichologijos instituto tarptautinės programos „Grupinė psichoterapija“ vienos ir tos pačios grupės studentai.

Antrame tyrimo etape dalyvavo 5 asmenys – 4 moterys ir 1 vyras, tos pačios programos ir grupės studentai, kurie dalyvavo šio tyrimo pirmame etape (3 studentės dėl su programa nesusijusių aplinkybių atidėjo studijas po pirmojo programos etapo). Šiame studijų etape prie tiriamos grupės studentų prisijungė 1 studentas, kuris pirmąjį programos etapą baigė su viena iš ankstesnių grupių. Jo interviu duomenys į šį tyrimą neįtraukti, norint išlaikyti šios patirtinės grupės dalyvių patirties homogeniškumą.

Tyrimo dalyvių amžius buvo nuo 29 iki 48 metų (amžiaus vidurkis 38). 6 dalyviai turi psichologinį išsilavinimą, po vieną dalyvį – gydytojo psichiatro ir socialinio darbuotojo. 3 iš tyrimo dalyvių atėjo mokytis grupinės psichoterapijos prieš tai neturėję jokios grupių vedimo patirties.

Kadangi programa yra tarptautinė, 4 dalyviai yra atvykę iš Rusijos, 1 iš Latvijos ir 3 iš Lietuvos.

1 lentelėje pateikiami svarbiausi faktai apie šio tyrimo dalyvius: jų vardai (visų vardai pakeisti), amžius tyrimo metu, išsilavinimas, ankstesnė grupių vedimo patirtis.

**1 lentelė. Informacija apie tyrimo dalyvius**

| Vardas  | Am-<br>žius | Išsilavini-<br>mas      | Ankstesnė<br>grupių vedimo patirtis                           | Interviu<br>skaičius I<br>tyrimo<br>etapo metu | Interviu<br>skaičius<br>II tyrimo<br>etapo metu |
|---------|-------------|-------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| Aleksas | 48          | Aukštasis<br>gydytojas  | 4 metai epizodiškai veda<br>trumpalaikes grupes<br>stacionare | 2                                              | 2                                               |
| Ramunė  | 38          | Aukštasis<br>psichologė | 3 metų nuolatinio darbo<br>su grupėmis                        | 2                                              | 2                                               |

|         |    |                                      |                                                                                                             |   |   |
|---------|----|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|
|         |    |                                      | klinikiniame stacionare<br>ir 2 metų ilgalaikių<br>ambulatorinių klinikinių<br>grupių vedimo patirtis       |   |   |
| Inga    | 47 | Aukštasis<br>psichologė              | Nėra                                                                                                        | 2 | 2 |
| Tamara  | 29 | Aukštasis<br>psichologė              | Nėra                                                                                                        | 2 | 2 |
| Ona     | 38 | Aukštasis<br>psichologė              | 10 metų įgūdžių<br>lavinimo grupių vedimo<br>patirtis                                                       | 2 | 2 |
| Oksana  | 33 | Aukštasis<br>psichologė              | Nėra                                                                                                        | 2 | 0 |
| Skaistė | 42 | Aukštasis<br>psichologė              | 1 metų patirtis, dirbant<br>su savęs pažinimo<br>grupėmis, ir 5 metų<br>dinaminių grupių<br>vedimo patirtis | 2 | 0 |
| Renata  | 30 | Aukštasis<br>Socialinė<br>darbuotoja | 5 metų bendravimo<br>įgūdžių lavinimo grupių<br>vedimo patirtis                                             | 2 | 0 |

### 2.3. Informacija apie Humanistinės ir egzistencinės psichologijos instituto programą „Grupinė psichoterapija“

Norint mokytis šioje programoje, darbo su terapinėmis grupėmis patirtis nėra būtina, tačiau pageidautini bent minimalūs individualaus psichologinio konsultavimo ar psichoterapinio darbo įgūdžiai ir patirtis.

Mokymo programą veda Instituto specialistų grupė. Visi programos mokytojai, supervizoriai ir patirtinių grupių terapeutai turi ilgametę psichoterapinių grupių vedimo ir supervizijų praktiką (vidurkis 25 metai).

Grupinės psichoterapijos mokymo programa susideda iš 3 etapų:

1. Grupinės psichoterapijos teorija. Grupinės psichoterapijos praktinis patyrimas ir jo analizė (248 val.).
2. Trumpalaikių mažųjų grupių vedimo patyrimas (348 val.).
3. Savarankiškas psichoterapinės grupės organizavimas ir darbas su ja.

Mokymasis vyksta blokais (10 – 12 dienų trukmės seminarai, rengiami apytiksliai kas 5 mėnesiai). Mokymo grupės dydis – ne daugiau nei 10 dalyvių.

Pirmąjį etapą sudaro trys, antrąjį – keturi seminarai. Pirmojo etapo trukmė – 1 metai, antrojo – daugiau nei 1,5 metų. Trečiasis programos etapas į šį tyrimą nėra įtrauktas, kadangi nėra susijęs su patirtinėmis grupėmis.

Pirmame programos etape programos studentai dalyvauja trijuose seminaruose, kurie baigiasi patirtine grupe – pirmasis baigiasi psichodramos, antrasis baigiasi grupinės analizės, trečiasis baigiasi geštaltgrupe – kurią veda patyrę, sertifikuoti šių kryptių grupių terapeutai. Grupę visada stebi du programos supervizoriai.

Darbas patirtinėje grupėje vyksta intensyviai: kiekviename seminare patirtinė grupė trunka tris dienas; kiekvieną dieną vyksta po keturias 1,5 valandos sesijas. Po šių keturių darbo sesijų kiekvieną vakarą vyksta dviejų valandų trukmės grupės dinamikos aptarimas, kuriam vadovauja grupę stebėję supervizoriai. Aptarimo metu grupės dalyviai, terapeutai ir supervizoriai pateikia savo požiūrį į grupėje vykstančius procesus. Po trijų dienų vyksta visos to seminaro patirtinės grupės ir visų jos aptarimų apibendrinimas. Pasibaigus seminarui, per vieną mėnesį programos dalyviai turi parašyti praėjusios grupės profesinę analizę, pagal Instituto dėstytojų supervizorių parengtą schemą. Parašyta profesinė analizė yra vertinama ir aptariama individualiai su kiekvienu programos dalyviu. Grupės darbo analizę rašo ne tik programos studentai, bet ir supervizoriai. Su jų parašyta analize supažindinami visi programos dalyviai (jas dalyviai iš anksto gauna elektroniniu paštu).

Antrame programos etape kiekvienas programos studentas veda vienos dienos, t. y. keturių sesijų (kiekviena po 1,5 valandos trukmės) mažąją patirtinę grupę, kurios dalyviai yra tos pačios mokymosi grupės studentai. Vieno

seminaro metu vyksta trys tokios keturių sesijų grupės, t. y. vieno seminario metu grupės terapeutais pabūna trys programos studentai; grupės terapeutai keičiasi kas dieną – vieną dieną programos dalyvis yra grupės terapeutas, kitas dvi dienas jis yra grupės dalyvis. Grupės darbą stebi du patyrę supervizoriai. Po mažosios patirtinės grupės vyksta dviejų valandų aptarimas, kuriame didžiausias dėmesys skiriamas besimokančiojo grupės psichoterapeuto darbui su grupe. Taip pat grupės dalyviai ir supervizoriai rašo grupės ir terapeuto darbo analizes, kuriose kiekvienas programos dalyvis vertina grupės terapeuto darbą balais. Grupės vedę programos dalyviai yra supažindinami su šiais vertinimais bei gauna supervizorių rašytą grupės ir terapeuto darbo analizę.

Mokymų programa vyko rusų kalba.

## **2.4. Bendra informacija apie tyrinėtą grupę**

Šiame skyrelyje pateiksime keletą šios mokomosios patirtinės grupės ypatumų, galėjusių turėti įtakos grupės dinamikai.

I programos etapo pirmame seminare dalyvavo devyni programą pasirinkę studentai. Viena dalyvė dėl asmeninių priežasčių nutraukė mokslus programoje jau po pirmojo seminario. Ši dalyvė niekaip tyrime nedalyvavo. Po I programos etapo (trijų pirmųjų seminarų) buvo iškilęs klausimas apie tolesnį šios mokymosi grupės egzistavimą, kadangi dalis dalyvių jautėsi nepasirengę tęsti programos, taip pat buvo dalyvių, kurie dėl asmeninių priežasčių negalėjo tęsti mokslų numatytu laiku. Todėl pirmasis II programos etapo seminaras po ilgų dalyvių diskusijų ir ginčų bendru jų sutarimu buvo atidėtas trims mėnesiams. Pasikeitus aplinkybėms asmeniniame gyvenime, į šį seminarą atvyko ne visi dalyviai, kurie planavo jame dalyvauti, dėl to grupė sumažėjo iki penkių dalyvių, prie kurių prisijungė vienas dalyvis, kuris baigė I mokymosi etapą ne su šia grupe.

## 2.5. Tyrimo metodai

Duomenys šiame tyrime buvo renkami su kiekvienu tyrimo dalyviu kiekviename tyrimo etape atliekant po du pusiau struktūruotus interviu. Šis metodas yra tarpinis tarp nestruktūruoto interviu, kuriame pasiūloma tik bendra pokalbio tema, ir struktūruoto, kai visiems tyrimo dalyviams užduodama ta pati iš anksto parengtų klausimų seka. Pusiau struktūruotame interviu, nors ir remiamasi tam tikromis išankstinėmis žiniomis, klausimai pateikiami lanksčiau ir laisviau, jų formuluotės ir eilės tvarka nėra griežtai nustatyta, o kyla iš laisvos pokalbio tėkmės. Turimi klausimai padeda turėti aiškią pokalbio struktūrą. Be to, paliekama pakankamai erdvės ir individualiai tyrimo dalyvių raiškai. Dėl to pusiau struktūruotas interviu suteikia galimybę gauti išsamią ir turtingą informaciją.

Toks duomenų rinkimo metodas šiam tyrimui buvo pasirinktas todėl, kad tyrimas pradedamas jau turint tam tikrų išankstinių žinių ir nuostatų apie mokomąsias patirtines grupes, kylančių iš literatūros ir šioje srityje atliekamų tyrimų apžvalgos, tačiau atliekamu tyrimu siekiama ne tiek patvirtinti ar paneigti jas, kiek atskleisti pačių patirtinių grupių dalyvių subjektyvią patirtį, ir taip tas žinias praplėsti ir patikslinti.

Visų keturių interviu klausimai yra panašūs, tik pritaikyti konkrečiai grupei. Visi interviu klausimai buvo išbandyti žvalgomojo tyrimo metu (Jakubkaitė & Kočiūnas, 2013), atliekant interviu su jau baigusiais šią programą. Šiame tyrime dalyvavo 5 asmenys – 1 vyras ir 4 moterys, kurių amžius nuo 32 iki 58 metų (amžiaus vidurkis 49 metai). 4 dalyviai turi psichologinį, 1 – pedagoginį išsilavinimą. Tik vienas programos dalyvis nėra turėjęs jokios grupių vedimo patirties. Visi dalyviai yra anksčiau (ne šios programos rėmuose) dalyvavę įvairiose patirtinėse grupėse. Kadangi programa yra tarptautinė 2 dalyviai yra atvykę iš Rusijos, 2 iš Latvijos ir 1 iš Lietuvos. Tyrimui pasirinkti visi tos pačios mokymų grupės dalyviai, baigę pirmus du programos etapus ir įvykdę visus šiuose etapuose jiems keliamus reikalavimus. Prieš atliekant žvalgomąjį tyrimą, jo dalyviai pasirašė tokį pat sutikimą

dalyvauti tyrime kaip ir šio tyrimo dalyviai. Be to, žodžiu buvo aptarti visi žvalgomojo tyrimo dalyviams rūpimi klausimai. Žvalgomojo tyrimo dalyvių buvo prašoma pasidalinti dalyvavimo minėtuose dviejuose mokymų etapuose patyrimu, daugiausia dėmesio skiriant patirtinėms grupėms ir jų aptarimams. Klausimai tyrimo dalyviams buvo formuluojami taip: (a) pasidalinkite savo dalyvavimo šioje programoje patirtimi; (b) pasidalinkite savo dalyvavimo patirtinėse grupėse, kuriose buvote dalyvis, patirtimi; pasidalinkite savo dalyvavimo patirtinėse grupėse, kuriose buvote ir dalyviai, ir vedėjai, patirtimi; (c) pasidalinkite savo dalyvavimo patirtinių grupių aptarimuose patirtimi, po to, kai buvote jų dalyvis ir po to, kai buvote grupės vedėjas. Taip pat interviu metu buvo užduodami tikslinantys klausimai, kylantys iš dalyvių pasakojimų, ir skirti kuo aiškiau atskleisti dalyvių patirtį bei jos supratimą. Interviu trukdavo nuo 35 min. iki 1 val. 05 min. (vidutinė interviu trukmė – 55 min.). Su tyrimo dalyviais, kurie atvyko iš Rusijos ir Latvijos, interviu vyko rusų kalba.

Atsižvelgiant į žvalgomojo tyrimo rezultatus, interviu klausimai buvo patikslinti, sudaryta patogi jų seka. Taip pat nuspręsta atlikti būtent keturis interviu, po du kiekviename etape, nes atliekant žvalgomąjį tyrimą buvo pastebėta, kad vieno interviu metu labai sunku aptarti kiekvienos grupės patirtį ir dėl to labai sumažėja informacijos turtingumas ir prarandama nemažai niuansų. Norint juos išsaugoti, interviu buvo atliekami po kiekvienos patirtinės grupės. Tik pirmasis I etapo interviu buvo atliktas jau po dviejų patirtinių grupių, nes pats tyrimas prasidėjo vėliau nei mokymo programa. Be to, antrajame etape buvo svarbu atlikti du interviu, kad kiekvienas tyrimo dalyvis būtų turėjęs šios grupės vedimo patirties. Vieni trys mokomosios grupės dalyviai buvo grupės terapeutais pirmame, kiti trys – antrame II mokymosi etapo seminare.

Interviu klausimai buvo pasirinkti norint atskleisti, ar keičiasi ir jei keičiasi, tai kaip, subjektyvus dalyvių požiūris į mokomąją patirtinę grupę, didėjant subjektyviai jų patirčiai, keičiant studento, grupės dalyvio ir grupės terapeuto vaidmenis toje pačioje grupėje. Tyrimo dalyvių buvo prašoma

pasidalinti dalyvavimo minėtuose dviejuose mokymų etapuose patyrimu, daugiausia dėmesio skiriant patirtinėms grupėms ir jų aptarimams.

***Pusiau struktūruoto interviu klausimai tyrimo dalyviams.*** Tyrimo dalyvių buvo prašoma:

- Papasakokite apie savo dalyvavimą šioje programoje. Kas Jums yra svarbiausia?
- Kiek galite smulkiau papasakokite apie savo dalyvavimo patirtinėje grupėje patirtį. (Papildomi klausimai: „Papasakokite savo dalyvavimo grupėje, kuri yra stebima, patirtį“; „Ką Jums reiškia dalyvauti patirtinėje grupėje drauge su kitais programos dalyviais?“).
- Kiek galite smulkiau papasakokite apie savo dalyvavimo patirtinėje grupėje, kurioje Jūs buvote ir grupės dalyvis, ir vedėjas, patirtį (Šis klausimas buvo užduodamas tik antrame tyrimo etape).
- Kiek galite smulkiau papasakokite savo patirtį dalyvaujant patirtinės grupės aptarimuose? (Papildomas klausimas: „Ką Jums reiškia dalyvauti patirtinės grupės aptarime drauge su kitais jos dalyviais?“).

Šie klausimai buvo pasirinkti norint gauti tiek faktinių su programos pasirinkimu susijusių duomenų (jos pasirinkimo aplinkybes ir lūkesčius, siejamus su programa), tiek atkleisti subjektyvų tyrimo dalyvių patyrimą. Klausimai buvo pasirinkti remiantis literatūros ir jau atliktų tyrimų apžvalga, kuri parodė, kad patirtinėje grupėje orientuojamasi į tarpasmeninę sąveiką ir darbą *čia ir dabar*, ir laikantis prielaidos, kad būtent per asmeninį santykį į patirtines grupes ir kitus dalyvius lengviausia bus perteikti mokomosios patirtinės grupės daugialypiškumą.

Interviu tikslas – kuo pilniau atkleisti subjektyvią tyrimo dalyvių patirtį, todėl buvo naudojamos aktyvaus klausymosi metodais, skatinant pašnekovus kalbėti, patikslinti ar išplėsti išsakomas mintis. Interviu metu tyrimo dalyviams

buvo suteikiama laisvė nukrypti nuo klausimo, visą gaunamą informaciją laikant naudinga ir informatyvia, tačiau sekama, kad būtų gauti atsakymai į visus pagrindinius klausimus ir būtų išlaikytos rekomenduojamos laiko ribos (Kvale & Brinkmann, 2009). Taip pat interviu metu buvo užduodami tikslinantys klausimai, kylantys iš dalyvių pasakojimų, ir skirti kuo aiškiau atskleisti dalyvių patirčiai ir jos supratimui. Visų interviu pabaigoje tyrimo dalyviams buvo suteikiama galimybė pridėti tai, ko jie jautėsi nepasakę interviu metu ir mano, kad tai yra svarbu pasakyti. Su tyrimo dalyviais, kurie atvyko iš Rusijos ir Latvijos interviu vyko rusų kalba.

## **2.6. Tyrimo eiga**

Tyrimas buvo atliekamas gavus programos vadovo sutikimą. Jis informavo studentus apie galimybę dalyvauti tyrime. I etapo antrojo seminaro metu, susitarus dėl dalyviams patogaus laiko, tyrėja atvyko į Institutą ir susitiko su visais potencialiais tyrimo dalyviais kartu. Šiame susitikime buvo pristatyti tyrimo tikslai ir susitarta dėl kiekvienam potencialiam tyrimo dalyviui patogaus laiko individualiam pokalbiui. Šio pokalbio metu buvo aptarti visi iškilę klausimai, detaliau pristatyti tyrimo tikslai, jo eiga, konfidencialumo ribos, primenama galimybė bet kuriuo metu pasitraukti iš tyrimo, ir sutikus dalyvauti tyrime buvo pasirašytas sutikimas jame dalyvauti, aptartos visos rūpimos šio sutikimo detalės. Atsisakiusiųjų dalyvauti tyrime nebuvo. Visi dalyviai sutiko su tyrimo sąlygomis. Vėliau susitikimo metu tyrimo dalyviams buvo pateikti pirmojo etapo interviu klausimai.

Kiekvienas interviu vyko pasibaigus mokomajam seminarui ne anksčiau nei po savaitės ir ne vėliau nei po 5 savaičių. Šis laikotarpis pasirinktas norint išvengti dalyvių nuovargio, kuris būdavo juntamas pasibaigus seminarui, įtakos, ir siekiant atitolimo nuo pačių paskutinių seminaro įspūdžių, kurie galėtų trukdyti susitelkti ties visos patirtinės grupės patirtimi, o ne vien ties paskutiniais įvykiais ir išgyvenimais joje.

Su kiekvienu tyrimo dalyviu dėl interviu laiko ir vietos buvo tariamasi individualiai. Su dalyviais iš Lietuvos interviu vykdavo arba tyrėjos kabinete arba Instituto patalpose, atskirame kabinete, kuriame nevykdavo mokymai. Su dalyviais iš kitų šalių dalis interviu vykdavo naudojantis „Skype“ programa. Jei šie dalyviai tuo metu būdavo Lietuvoje, interviu vykdavo arba Instituto patalpose, arba tyrėjos kabinete.

Vidutinė pirmojo interviu trukmė buvo 53 min., antrojo – 1 val. 6 min., trečiojo – 1 val. 14 min., ketvirtojo – 54 min. Bendros interviu ribos buvo nuo 30 min. iki 1 val. 33 min.

Prieš kiekvieną interviu tyrėja atvykdavo į Institutą, kur vykdavo seminaras ir su tyrimo dalyviais susitardavo dėl jiems patogaus interviu laiko ir vietos. Interviu metu pokalbis buvo įrašomas į diktofoną, tyrėja taip pat pasižymėdavo svarbius tyrimo dalyvių neverbalinio elgesio ženklus, o interviu pasibaigus – ir savo emocines reakcijas, mintis ar asociacijas, kilusias pokalbio metu.

## **2.7. Duomenų analizė**

**Transkribavimas.** Iškart po interviu kiekvienas pokalbis buvo transkribuojamas pačios tyrėjos, stengiantis kuo tiksliau perteikti verbalinį pokalbio turinį, nurodyti pauzes, balso tono, garsumo pokyčius, neverbalines reakcijas (pavyzdžiui, juoką, ryškius gestus), emocinį žodžių atspalvį (pavyzdžiui, nepasitenkinimą, susierzinimą). Toks transkribavimo stilius padeda tiksliau atskleisti ir lengviau interpretuoti tyrimo dalyvių patirtį.

**Transkribuoto teksto analizė.** Transkribuotas tekstas buvo analizuojamas dviem būdais:

1. Atliekama temų, atskleidžiančių dalyvavimo patirtinėje grupėje patirties ypatumus kiekvieno tyrimo dalyvio kiekvieno interviu duomenyse, paieška.
2. Atliekama temų, apibūdinančių dalyvavimą kitų studentų ir savo paties/čios vedamose grupėse ir jų aptarimuose, paieška.

**Bendrų temų paieška.** Interviu tekstai buvo analizuojami remiantis **teminės analizės** principais ir reikalavimais (Braun & Clarke, 2006). Vienas iš šio metodo privalumų yra jo lankstumas, siejamas su gebėjimu atitikti įvairius teorinius požiūrius. Taip pat atsiranda galimybė interpretuoti gautus duomenis, remiantis geriausiai tyrimo tikslus atitinkančiu teoriniu modeliu (Boyatzis, 1998). Remiantis šiais principais, išsikristalizuojančios temos nėra įspraudžiamos į išankstinius teorinius rėmus, o kyla tiesiogiai iš turimų duomenų. Interviu gauti duomenys yra skirstomi į prasmines grupes. Kodas yra smulkiausias teminės analizės elementas ir nurodo tam tikrą dominančios temos bruožą. Atsižvelgiant į šiame darbe keliamus tikslus buvo pasirinkta indukcinė teminė analizė (Braun & Clarke, 2006), kurioje temos yra glaudžiai siejamos su gautais duomenimis, t. y. yra identifikuojamos, analizuojamos ir pristatomos duomenyse išskylančios temos. Tai padeda atskleisti turimos medžiagos unikalią prasmę ir nesusiaurina jos iki iš anksto numatytų kategorijų – suteikiama galimybė įžvelgti ir naujas, anksčiau neaprašytas temas. Šiame tyrime siekiama atsakyti į klausimą, kaip grupės terapeutų rengimo programos dalyvių patirtyje atsispindi patirtinės grupės daugialypiškumas ir jo įtaka grupės dinamikai, todėl buvo identifikuojami ir koduojami visi su šia tema susiję teksto fragmentai.

Duomenų analizė buvo atliekama Braun ir Clarke (2006) aprašytais teminės analizės etapais. Visas analizės procesas buvo atliekamas su kiekvieno interviu duomenimis.

#### **Teminės analizės etapai:**

***Susipažinimas su duomenimis.*** Jis prasideda daugkartiniu interviu įrašų perklausymu, interviu duomenų transkribavimu ir daugkartiniu įsiskaitymu į transkribuotų interviu tekstus. Šis procesas suteikia tyrėjui pirmąsias duomenų kodavimo idėjas. Kiekvienas interviu buvo klausomas ir skaitomas tiek kartų, kiek reikia suprasti ir pajusti jo turinį.

***Pirminių kodų suteikimas.*** Po pirmo etapo, visų tyrimo dalyvių interviu transkripcijos buvo iš naujo atspausdintos, tekstas suskirstomas į smulkesnes dalis ir greta jų nurodomas jas apibūdinantis kodas. Buvo stengiamasi koduoti

kuo smulkiau. Kai kurioms teksto dalims iš pradžių buvo suteikiama daugiau nei vienas kodas. Kai kurie kodai kartodavosi, kai kurie buvo panaudoti tik vieną kartą. Taip buvo sukoduoti visi visų tyrimo dalyvių interviu.

***Temų paieška.*** Ieškant temų, gauti kodai analizuojami, ieškant juos jungiančių bruožų, skirstomi į platesnes pirmines temas. Kiekvienai temai buvo suteiktas pavadinimas ir greta jos pateikti ją sudarantys kodai ir interviu ištraukos.

***Temų peržiūrėjimas.*** Baigus pradinį kodų jungimą į temas, visa kodavimo medžiaga buvo dar kartą peržiūrėta, stengiantis įvertinti, ar visų temų turinys yra vientisas, ar jame nėra vidinių prieštaravimų (vidinio homogeniškumo kriterijus), ar atskiros temos skiriasi viena nuo kitos. Jei temos atkartodavo viena kitą, jos būdavo sujungiamos arba tiksliau performuluojamos. Jei temose būdavo prieštaravimų, jos būdavo išskaidomos į kelias. Baigus šį teminės analizės etapą, buvo parengtas galutinis temų sąrašas bei kiekvienos temos apibūdinimai.

***Temų apibrėžimas ir pavadinimas.*** Peržiūrėtos temos buvo galutinai įvardinamos ir apibrėžiamos. Šios įvardintos ir apibrėžtos temos ir yra atlikto tyrimo rezultatas.

***Ekspertų dalyvavimas.*** Siekiant didesnio mokslinio kritiškumo tyrimo duomenų analizei, buvo pasitelkta ekspertės pagalba. Ši ekspertė turi socialinių mokslų daktarės laipsnį, suteiktą apgynus disertaciją, kurioje buvo atlikta kokybinė tyrimo duomenų analizė. Ji buvo supažindinta su teminės analizės etapais, tyrimo tikslu bei teorinėmis prielaidomis ir dalyvavo peržvelgiant analizės duomenis. Remdamasi interviu teksta, ji išnagrinėjo kodus, temas, susipažino su jų apibrėžimais. Ekspertės išsakytą nuomonę ir pastabas buvo aptartos ir pasirinktas galutinis temų įvardinimas ir apibrėžimas. Remiantis šių aptarimų medžiaga parengti galutiniai temų aprašymai.

## 2.8. Kokybinio tyrimo kokybės užtikrinimas

Yardley (2000, 2008) pateikia tokius pagrindinius kokybinio tyrimo kokybės vertinimo principus:

***Jautrumą kontekstui***, kuris apima konteksto, kuriame organizuojamas ir vykdomas tyrimas, supratimą, tinkamo tyrimo metodo pasirinkimą, būtinų tyrimui atlikti įgūdžių turėjimą. Todėl siekdama užtikrinti šio tyrimo kokybę darbo autorė daug dėmesio skyrė išsamiai su tyrimo tema susijusios literatūros ir jau atliktų mokslinių empirinių tyrimų apžvalgai, dalyvavo kokybinių tyrimo metodų mokymo seminare ir lavino giluminio interviu rinkimo įgūdžius. Be to, tyrėja turi ilgametę klinikinio interviu rinkimo patirtį, kurio pagrindiniai principai labai artimi pusiau struktūruotam interviu, kuris buvo naudotas atliekant šį tyrimą.

***Rūpestingumą***, kuris apima rūpinimąsi tyrimo dalyviais, kurie dalindamiesi su tyrėju savo asmenine patirtimi dažnai yra pažeidžiami. Šio principo užtikrinimui didelis dėmesys buvo skiriamas tyrimo organizavimo, atlikimo ir duomenų pateikimo etiniams reikalavimams.

***Tikslumą/kruopštumą***, kuriuo šiame tyrime buvo rūpintis tikslingai pasirenkant tyrimo dalyvių grupę bei viso tyrimo metu tiksliai laikantis duomenų rinkimo ir analizės procedūros.

***Skaidrumą ir darną***, kurių šiame tyrime buvo siekiama aiškiai aprašant tyrimo atlikimo ir duomenų analizės eigą, tyrimo rezultatų pagrindimą konkrečių interviu ištraukų pavyzdžiais. Siekiant tyrimo skaidrumo ir darnos jo rezultatai aptarime buvo susiejami su tyrimo tikslais ir teoriškai pagrindžiami. Duomenų analizės moksliniam kritiškumui ir tikslumui užtikrinti, tyrėja nuolat reflektavo savo pačios darbą, pradedant temos aptarimu, interviu rinkimu ir baigiant tyrimo duomenų analize, taip pat pasitelkta ekspertės pagalba, kuri praplėtė požiūrį į tyrimo duomenis.

***Tyrimo reikšmingumą***, kuris Yardley (2000) apibrėžiamas atliko tyrimo rezultatų naujumu ir naudingumu. Šiame darbe jis atskleidžiamas aptariant rezultatus.

## **2.9. Tyrimo etika**

Siekiant atitikti etinius reikalavimus, prieš interviu su tyrimo dalyviais buvo aptariami tyrimo tikslai, reikalavimai. Tyrimo dalyviai galėjo gauti visą apsispręsti padedančią informaciją. Po to jie užpildydavo ir pasirašydavo sutikimą dalyvauti šiame tyrime (jis pateikiamas 1 priede). Tyrimo dalyviai prieš jį pasirašydami žinojo, kad dalyvavimas tyrime yra savanoriškas, jų nesutikimas dalyvauti neturės jokios įtakos tolesniam jų dalyvavimui mokymo programoje ir vertinimams, o programos dėstytojai ir supervizoriai negalės tiesiogiai susipažinti su dalyvių interviu. Taip pat tyrimo dalyviai žinojo apie galimybę bet kuriuo metu pasitraukti iš tyrimo ar atsisakyti leisti tyrimui panaudoti interviu metu gautą medžiagą arba jos dalį. Tyrimo dalyviai buvo informuojami apie tai, kad interviu bus įrašomi, ir tai, kaip ir kiek jų įrašai bus saugomi. Saugant tiriamųjų konfidencialumą tikrieji dalyvių interviu minimi vardai yra pakeisti, taip pat eliminuojamos detalės, kurios gali padėti identifikuoti konkrečių citatų autorius.

### **3. REZULTATAI**

Iš šio tyrimo duomenų iškilusias temas, remiantis žvalgomojo tyrimo rezultatais, analizės patogumui ir aiškumui suskirstėme į tris rūšis pagal tai, kuris aspektas (pati patirtinė grupė, tarpasmeniniai santykiai ar programos struktūros ir formalių reikalavimų kontekstas) jose dominuoja:

1. Temos, kylančios iš programos dalyvio santykio su patirtine grupe;
2. Temos, kylančios iš tarpasmeninių santykių konteksto;
3. Temos, kylančios iš mokymosi programos struktūros ir formalių reikalavimų konteksto.

Toliau bus pateikti šių temų rūšių aprašymai skirtingais grupių terapeutų rengimo programos etapais. Temų aprašymai, atspindint gautus rezultatus, pirmiausia yra pateikiami drauge su išplėtais kodais ir juos atspindinčiomis tyrimo dalyvių interviu citatomis, ir tik vėliau yra analizuojami ir aptariami. Šie aprašymai pateikiami siekiant atspindėti grupės dinamikos ypatumus ir vėliau susieti juos su dalyvių patirties daugialypiškumu.

#### **3.1. Pirmasis tyrimo etapas: patirtinių grupių, kurias veda patyrę grupių terapeutai, daugialypiškumas (I ir II interviu)**

##### **3.1.1. Temos, kylančios iš programos dalyvio santykio su grupe**

Pirmame grupių terapeutų rengimo programos etape vyko trys seminarai, kurie baigdavosi patirtine grupe, skirta grupinės psichoterapijos praktiniam patyrimui ir analizei. Kiekviename seminare grupę vedė vis kitas grupės terapeutas. Šio etapo tyrimo duomenyse iškyla šios temos, atspindinčios dalyvio santykį su grupe:

**Išankstiniai dalyvių lūkesčiai.** Ankstesnė dalyvių patirtis, kuri nurodo panašios patirties praeityje vertingumą, turimos profesinės žinios ir praktinio darbo patirtis formuoja išankstinius lūkesčius ir daro įtaką patirtinės grupės suvokimui bei elgesio būdų joje pasirinkimui.

**Patirtinės grupės tikslai.** Grupės tikslai dalyviams yra dviprasmiški ir nepakankamai aiškūs, o asmeniniai tikslai yra per menkai įvardinami.

**Grupės silpnumo ir nesaugumo išgyvenimas.** Grupė yra nepakankamai susitelkusi, jai trūksta bendrumo ir aiškesnių ribų. Turimos profesinės žinios trikdo natūralią jos raidą. Bendravimas grupėje stokoja atvirumo ir nuoširdumo. Joje jaučiama konkurencija ir baiminamasi būti spontaniškiems bei parodyti savo pažeidžiamumą.

**Grupės formavimasis.** Įgaunant dalyvavimo grupėje patirtį atsiranda didesnis grupės kaip visumos jausmas, grupės dalyviai reaguoja ir elgiasi natūraliau. Grupė pradedama suvokti kaip turinti savus dėsnius ir savitą gyvenimą.

**Patirtinės grupės proceso nenutrūkstamumas.** Grupės procesas tęsiasi iš vienos grupės į kitą ir yra nuolat reflektuojamas, taip visą mokymosi programą padarydamas viena dinamine grupe.

**Patirtinė grupė kaip žinių įprasminimo ir asmeninių pokyčių priemonė.** Asmeninė patirtis grupėje padeda geriau suprasti teoriją ir tai, kas vyksta grupėje su jos dalyviais, lengviau juos priimti, užmegzti aiškesnius tarpusavio santykius. Ši patirtis formuoja savarankiškesnę požiūrį į darbą grupėje.

Toliau kiekviena iš šių temų yra pateikiama atskirai, kartu pristatant jų pokyčius I ir II interviu.

### 3.1.1.1. Išankstiniai dalyvių lūkesčiai

Ši tema atspindi po dviejų seminarų ir dviejų patirtinių grupių atlikto interviu (I interviu) visų aštuonių tyrimo dalyvių duomenyse. II interviu rezultatuose ši tema dalyviams nėra aktuali.

Kalbėdami apie savo lūkesčius programai ir grupėms, visi tyrimo dalyviai akcentuoja, kad pasirinko programą būtent dėl joje siūlomų patirtinių grupių. Vieni dalyviai viliasi čia gauti sau asmeninę pagalbą: */.../ kai aš prieš dešimt metų, rudenį, mokiausi šitame ... tai, tada pirmoje vietoje buvo bendri išgyvenimai, terapinis patyrimas, o mokymasis paskui /.../ todėl mano lūkesčiai yra terapiniai (Aleksas, I interviu);* kiti tikisi tapti grupės terapeutais (Ramunė, Inga, Skaistė): */.../ mano pirmas tikslas yra, kad aš mokytis atvažiuavau. Na, rimti ketinimai grupinės terapijos srity. Ir aš tikrai dirbsiu šitą darbą (Ramunė, I interviu).* Treti suinteresuoti įgyti buvimo dalyviu patyrimą ir praktiškai susipažinti su grupių psichoterapija: */.../ aš neturėjau grupinio darbo patirties, todėl norėjau pažiūrėti /.../, kas yra grupė kaip visuma, kaip ji funkcionuoja /.../ noriu pažiūrėti, kiek komfortiškai aš galiu jaustis grupėje, kiek ... iš esmės, ar aš galiu, ar negaliu būti grupių terapeutu (Tamara, I interviu).*

Ankstesnė dalyvavimo patirtinėse grupėse patirtis šio tyrimo dalyvių buvo vertinama kaip profesiskai ir asmeniškai vertinga bei formavo jų lūkesčius pasirinktai grupių terapeutų rengimo programai ir patirtinėms grupėms: */.../ mano lūkesčiai, iliuziniai jie ar ne, bet jie yra. Aš savaip įsivaizduoju, kas turi vykti grupėse. Ir ten turi būti sprendžiami kažkokie klausimai /.../ **terapiškai** sprendžiami. /.../ Taip, kaip buvo, pavyzdžiui, baziniame lygyje [pirmas egzistencinių terapeutų rengimo programos lygis] (Aleksas, I interviu).*

Nuo to, ar pasitvirtina išankstiniai lūkesčiai, ar ne, priklauso dalyvių pasirenkami elgesio būdai ir požiūris į grupę: */.../ jei kažkas neatitinka mano lūkesčių, tai aš tiesiog nuo to atsiriboju ir nedalyvauju (Aleksas, I interviu).* Be to, grupės dalyviai pastebi, kad turimos profesinės žinios bei patirtis taip pat daro įtaką jų elgesiui grupėje: */.../ Pradedi analizuoti tai, kas dabar vyksta*

*grupėje, vietoj to, kad būtum dalyvis /.../ Tai, žinoma, trukdo įsijausti į dalyvio vaidmenį (Ona, I interviu).*

Šioje temoje atsiskleidžia dalyvių išankstinių lūkesčių, susijusių su patirtinėmis grupėmis, skirtumai, kuriuos atspindi nevienodai suvokiami ir akcentuojami vienos ir tos pačios patirtinės grupės aspektai: vienu dalyvių išankstiniuose lūkesčiuose dominuoja patirtinių grupių teikiama asmenybės augimo, asmeninių sunkumų sprendimo galimybė, o kitų lūkesčiuose vyrauja mokymosi ir grupės darbo pažinimo siekis. Dalyvių turimi išankstiniai lūkesčiai yra grindžiami arba ankstesne dalyvavimo patirtinėse ar psichoterapinėse grupėse patirtimi arba turimomis profesinėmis žiniomis, įsivaizdavimais apie tokių grupių darbą bei tuo metu vyraujančiais asmeniniais poreikiais. Išankstiniai patirtinių grupių dalyvių lūkesčiai yra svarbūs, nes remdamiesi jais ir ankstesne dalyvavimo grupėse patirtimi patirtinės grupės dalyviai renkasi elgesio grupėje būdus, kurie gali tiek atitikti tokios grupės tikslus ir paskirtį, tiek jiems prieštarauti.

### **3.1.1.2. Patirtinės grupės tikslai**

I interviu ši tema kyla iš septynių tyrimo dalyvių (Aleksa, Tamaros, Oksanos, Ramunės, Skaistės, Ingos ir Onos) interviu duomenų. II interviu ji aptinkama šešių tyrimo dalyvių (Aleksa, Onos, Renatos, Ramunės, Ingos ir Skaistės) interviu duomenyse.

Ši tema atspindi grupės dalyvių sutrikimą, kylantį dėl prieštaringo mokomosios patirtinės grupės tikslų suvokimo. Dalyviai dažnai kelia klausimą, kuris tikslas – grupės dalyvio patyrimas ar grupės procesų profesionalus supratimas – jiems turi būti ar yra pirminis. Pirmą kartą šioje mokymų programoje susidūrę su patirtine grupe jie neretai išgyvena šiuos tikslus kaip sunkiai suderinamus ar net paneigiančius vienas kitą: */.../ man nelabai aišku, ką daryti /.../. Patirtinis man reiškia spręsti asmenines problemas, o mokomasis reiškia, kad jos turi būti arba labai mažos, arba sąlyginės ir reikia*

*daugiau analizuoti, prisiminti, kas vyksta /.../ aš visą laiką painiojuosi ir nerandu sau vietos (Aleksas, I interviu).*

Nepakankamai aiški jiems yra ir programos vadovų bei grupės terapeutų pozicija, įvardinant grupės tikslus. Joje dalyviai išvelgia prieštaravimus: */.../ terapeutai sako – „tai – mokymasis“, o X mums pasakoja, jog mes turime prisiminti psichoterapinius procesus /.../ tai ne tik mokymasis, bet ir terapija /.../ tai, kaip čia yra? (Aleksas, I interviu).*

Nepakankamai aiškūs dalyviams yra ir patirtinę grupę vedančių terapeutų tikslai. Kalbėdami apie patirtinės grupės tikslus šios grupinės terapijos mokymo programos dalyviai svarsto (I interviu), ar patirtinė grupė yra skirta grupės terapeuto darbo metodų ir įgūdžių demonstravimui, ar jų, kaip dalyvių asmeniniam patyrimui: */.../ man atrodo, jei demonstruoji savo metodą, tai visgi yra demonstracija, nors ir terapijoje, tai nėra gydymas /.../ grupės vedantysis čia ateina ne rodyti, kaip gerai jis gydo, jis ateina parodyti savo metodo (Skaistė, I interviu).*

Be to, patys dalyviai skirtingai įvardina mokomosios patirtinės grupės tikslus. Vieni šias grupes vadina terapinėmis (Oksana, Skaistė, Renata). Kiti (Aleksas, Tamara, Inga) tuo linkę abejoti: */.../ aš nelabai gilinuosi šiose grupėse į savo asmeniškumus dalykus (Inga, I interviu).* Painiava dėl grupės tikslų atsispindi ir konkrečių tyrimo dalyvių neaiškiuose ar neįvardinamuose asmeniniuose tiksluose ir leidžia spėti apie jų pačių neapsisprendimą dėl savo norų ir tikslų grupėje: */.../ profesinė motyvacija, ji buvo aiškiau įvardinta nei asmeninė. Su asmeniniais tikslais terapinėje grupėje buvo sunkiau – tai kelia įtampą /.../ sudėtinga, kai terapiniai tikslai neįvardinami (Oksana, I interviu).*

Vėliau (II interviu) dalyviai pradeda daugiau orientuotis į patirties grupėje įgijimą (Aleksas, Ona, Renata): */.../ čia svarbu būtent pačiai pasakyti ir pamatyti bet kokią reakciją į tai, nes ... parodyti save tikrą, ir pajusti tikrą, gyvą, natūralią reakciją į tai (Ona, II interviu);* siekia geriau suprasti savo ir kitų elgesį bei vienas kitam ir grupei daromą įtaką: */.../ mano asmeninis noras – panaudoti tą grupinę patirtį, va, būtent ne tik sau, bet ir supratimui apie tai, kas vyksta tarp žmonių, kas vyksta žmonių grupėse, ir kaip su tuo dirbti.*

(Renata, II interviu). Dalyviai pastebi, kad dalyvavimas patirtinėje grupėje padėjo jiems suformuluoti realesnius asmeninius lūkesčius: */.../ galvoju, kad man padėjo ta antra grupė, ir buvo toks atidėtas efektas, kai mano iliuziniai tokie lūkesčiai, jie palengva tapo realesni (Aleksas, II interviu)*. Kitų dalyvių tiksluose ir toliau dominuoja siekis mokytis (Ramunė ir Skaistė).

Viena vertus, tyrimo dalyviai pradeda pastebėti, kad nuolatinis mokymosi konteksto akcentavimas ir svarstymai apie patirtinės grupės tikslus grupėje tampa dalyvių atsiribojimo nuo gilesnių išgyvenimų ir asmeninių sunkumų įvardinimo vengimo būdu: */.../ mokymosi kontekstas [grupėje] visgi greičiau yra tokia gynyba. Aš galvoju tam, kad nereikėtų labai atsiskleisti (Ona, II interviu)*. Antra vertus, II interviu trys tyrimo dalyviai (Ramunė, Ona ir Inga) pažymi, kad keliama sau mokymosi tikslai, aiškesnis jų supratimas ir įvardinimas bei jaučiamas pasitikėjimas supervizoriais ir kolegomis yra tai, kas jiems padeda nepasitraukti iš mokymosi programos, susidūrus su sunkiais išgyvenimais, ar kilus abejonėms tęsti dalyvavimą programoje. Būtent noras mokytis skatina juos geriau suprasti intensyvų, įtampą keliantį patyrimą: */.../ na, (atsidūsta), motyvacija. Nes aš noriu mokytis /.../ kažkaip pasiryžusi susitikti su sunkumais /.../ aš pasitikiu labai supervizoriais /.../ kai man buvo sunku, ir visiems buvo aišku, kad man sunku /.../ yra va kolegos, kurie užsirašys ir paskui man pasakys (Ramunė, II interviu)*.

Čia pristatyta tema atskleidžia tokios patirtinės grupės dalyvių sutrikimą tiek dėl pačios grupės tikslų, tiek dėl to, kaip, jų manymu, kiti grupės dalyviai, taip pat ir ją vedantys patyrę terapeutai bei programos vadovai supervizoriai, supranta patirtinės grupės tikslus. Patirtinės grupės tikslai šiame tyrimo etape suvokiami arba kaip nepakankamai įvardinami arba kaip prieštaringai ar nevienareikšmiškai įvardinami. Neaiškumas dėl grupės tikslų apima ir neaiškumą, susijusį su grupėje atliekamais vaidmenimis bei dalyvių elgesiu grupėje. Tuo labiau, kad ir patys patirtinės grupės dalyviai pastebi, jog svarstymai apie grupės tikslus ir „tikrąją“ grupės paskirtį (mokytis ar gilintis į asmeninius sunkumus) kartais yra naudojami kaip gynyba, vengiant gilesnių išgyvenimų ir atviresnio santykio grupėje, o kartais, tinkamai panaudojami, jie

gali būti grupę vienijanti jėga, nes mokymosi ir terapinio patyrimo santykio klausimas yra aktualus didžiajai daliai tokios grupės dalyvių. Be to, mokymosi motyvacija (kaip daugumai bendras ir neišvengiamas veiksnys), kai asmeniniai tikslai yra per mažai apibrėžti ar nepakankamai aiškiai įvardinti, gali skatinti grupės sutelktumo formavimąsi ir taip didinti grupės darbo ir dinamikos produktyvumą.

### 3.1.1.3. Grupės silpnumo ir nesaugumo išgyvenimas

Ši tema aptinkama tiek I (6 dalyviai: Aleksas, Tamara, Inga, Renata, Ona, Skaistė) tiek II interviu (3 dalyviai: Renata, Oksana, Ona), tačiau II interviu šios temos aktualumas dalyviams sumažėja.

Po dviejų patirtinių grupių (I interviu) tyrimo dalyviai išgyvena abejones, ar šiose grupėse patirs ir supras, kuo ir kaip padeda grupė, ar gaus realios psichoterapinės naudos: */.../ man svarbu suprasti, kas vyksta, koks specifinis [grupės] poveikis. O kol kas yra kažkoks patyrimas /.../ daugiau toks individualus (Tamara, I interviu).* Tyrimo dalyviai baiminasi, kad dėl nedidelio grupės dalyvių skaičiaus grupė iširs, ir mokymąsi teks atidėti. Dėl to tiek dalyvių, tiek programos vadovų elgesyje yra linkę išvelgti dirbtinų pastangų išlaikyti grupę: */.../ mūsų turėjo būti daugiau, bet išėjo taip, kad mūsų yra lygiai tiek, kiek reikia /.../ ir dėl to buvo daug nerimo. Ir grupėje labai aiškiai jautėsi, jog yra tokia motyvacija, tiesiog išlaikyti grupę tam, kad prasimokytume (Tamara, I interviu).* Po trečio seminaro (II interviu) tyrimo dalyviai įžvelgia dirbtinumą jau ne tiek pastangose išlaikyti pačią grupę, kiek grupės dalyvių bandymuose tiesiogiai taikyti programos metu įgyjamas teorines žinias, kurios tik sutrikdydavo natūralią grupės eigą: */.../ dalyviai ten stengėsi kažkaip tai ten išsirinkti lyderį /.../ bet tai buvo toks nenatūralus dirbtinis veiksmas tiesiog kylantis ne tiek iš vidinės grupės raidos, kiek iš tam tikrų žinių, kurias turim, kad taip turi būti. (Ona, II interviu).* Be to, dalyvių turimas žinias ir profesinę patirtį galima išvelgti jų gynybiniame elgesyje patirtinėje grupėje, kai dalyviai vengia asmeniškai dalyvauti ir atsiskleisti,

demonstruoja profesines kaukes ir įgūdžius grupėje (Ona, Tamara, Renata, Oksana): */.../ pradeda ten klausinėti, apklausinėti. Labai daug klausimų /.../ na, tai tokia pozicija ne apie save /.../, ta prasme, tai irgi sunku, todėl aš dabar grupėje sąmoningai stabdau save kaip terapeutą, iš vidaus, žmogiškai stengiuosi (Ona, I interviu).* Tyrimo dalyviai kalba apie nepakankamą pasitikėjimą grupės dalyvių atvirumu ir nuoširdumu. Grupėje dalyvauja profesionalai, kurie, manoma, dėl savo profesijos ypatumų jau yra išmokę rodyti atvirumą ir nuoširdumą. Šis nepasitikėjimas skatina dalyvius abejoti grupėje vykstančių procesų natūralumu ir veiksmingumu: */.../ na, aš turiu tokių nuogastavimų dėl to, kad grupė specifinė. Tai psichologai, kurie reaguoja specifiškai ... m-m-m ... tai visgi kitaip nei vyksta su paprastais žmonėmis /.../ psichologai turi tokį a-a-a-a atsiskleidimo refleksą /.../ jie kalba taip, tarsi grupė jau būtų brandi (Tamara, I interviu).* Būtent šis nuoširdumo ir atvirumo stokos jausmas dalyviams išlieka ir vėliau: */.../ norėtusi, kad mūsų grupėje būtų daugiau nuoširdumo (Oksana, II interviu).* Nepasitikėjimas vienu kitais ir patirtinės grupės terapeutais yra ypač ryškus pirmuose grupės darbo etapuose. Tyrimo dalyviai svarsto, ar terapeutai, kurie veda mokomąją grupę, yra nusiteikę jiems padėti, o kitus grupės dalyvius supranta kaip nepakankamai pajėgius savarankiškai dirbti ir teikti vieni kitiems psichoterapinę pagalbą grupėje dėl patirties ir žinių stokos, pradedant mokytis dirbti su grupėmis: */.../ grupė yra nepajėgi spręsti pati – ji dar silpna /.../ taip išeina, kad dalyviais negali pasikliauti. Terapeutas irgi sumažina savo atsakomybę – jis čia ne tam, kad gydytų (Aleksas, I interviu).* Dalyviai nuogastauja, kad dėl mokymosi konteksto jais nebūtų pasinaudota metodų demonstravimui: */.../ kas man yra svarbu? Kad jie nesužeistų manęs, /.../ na, kad nežaistų manimi (Renata, I interviu).* Ir tai skatina užsisklęsti: */.../ nesupratau, ko iš manęs norėjo terapeutas /.../ šitoj grupėj aš netgi saugojau save (Inga, I interviu).*

Iš pradžių dalyviai nesiryžta atskleisti savo asmeninių išgyvenimų ir sunkumų, nuogastaudami mokymosi kontekste nesulaukti tinkamos pagalbos grupėje: */.../ nesusilaikysi, įsitrauksi į procesą, o jis – mokymuisi, ir liksi vienas su savo problemomis, neišspręstomis (Aleksas, I interviu).* Arba dėl to, kad

jaučiasi grupėje išskirti dėl tam tikrų asmeninių ypatybių, kurios atiboja juos nuo bendro grupės patyrimo ir apsunkina integravimąsi į grupę, taip ribodamos dalyvių atvirumą ir spontaniškumą. Pavyzdžiui, dėl lyties: */.../ aplink vienos merginos, ir kažkaip nekorektiška protestuoti ir reikšti agresiją (Aleksas, I interviu)*; arba dėl akademinio pasirengimo stokos: */.../ tai kažkas susiję su akademiškumu, kad aš „ne-“. Kažkas tokio /.../ aš taip pat mokiausi, bet kitaip (Inga, I interviu)*; ar kitokios profesijos: */.../ ir tarp kitko, buvo va susidūrimų – „o ką čia veikia socialiniai darbuotojai?!“ (Renata, I interviu)*. Vėliau – dėl pradedamos jausti konkurencijos: */.../ kažkokia konkurencija man atrodo yra. Man taip atrodo. Profesinė konkurencija – tipo, kuris geresnis iš mūsų būsimas terapeutas (Renata, II interviu)*. Baigdami pirmą mokymosi etapą tyrimo dalyviai kalba apie tai, kad grupėje jie jaučiasi negalintys leisti sau pasirodyti ar būti silpni: */.../ Aš nesijaučiu va taip saugi, kaip m-m-m, kad aš galėčiau spręsti savo problemas, kurios man rūpi, ir kurios būtų tinkamos spręsti šitoj grupėj. /.../ aš negaliu pasakyti, nes žinau, kad šitoj grupėj negali būti silpnas/.../ nes jeigu pasirodysi silpnas, tai /.../ na, pasinaudos visu tuo (Renata, II interviu)*.

Grupės silpnumui, tyrimo dalyvių nuomone, daro įtaką bendrumo stoka. Šią bendrumo stoką jie bando sieti ir su nepakankama atranka į grupę, kurią sutapatina su atranka į programą: */.../ labai stipriai nusivyliau, kai supratau, kad dalis dalyvių visiškai neturi grupinio darbo patirties /.../ taip yra, kad mūsų grupė labai marga, ir joje labai sunku pritapti (Oksana, II interviu)*.

Žinodami, kad teks bendrauti ir už grupės ribų, programos dalyviai I interviu metu kalba apie natūraliai kylančių jausmų raiškos ir spontaniško elgesio ribojimą grupėje: */.../ Tiesiog, jei aš būsiu grupėje toks atviras ir emocionalus, aš suprantu, kad tai normalu /.../, bet ar man to dabar reikia? Nes aš po to [po grupės] jausiuosi ne kaip (Aleksas, I interviu)*; bei didelį konfidencialumo poreikį, kurį dar sustiprina tai, kad grupė yra stebima, ir su grupės dalyviais, terapeutais ir supervizoriais susitinkama kituose gyvenimo kontekstuose (pavyzdžiui, darbe): */.../ po pirmo seminaro, pačioje pabaigoje, paskutinę dieną po terapijos, aš taip į ją įsikabinau – noriu iš Jūsų geležinio*

*konfidencialumo. Iš tikrųjų to labai reikėjo. /.../ kažkaip tai svarbu, ypač po to, kai ta vieta darbo irgi kaimynystėj (Renata, I interviu).*

Ši tema atskleidžia kaip ilgalaikės patirtinės grupės dalyviai patiria grupės silpnumą ir nesaugumą. Ši patirtis atspindi dalyvių vieni kitų suvokimą kaip pernelyg skirtingų profesiniu pasirengimu ir asmeninėmis savybėmis. Toks suvokimas riboja pasitikėjimą vienu kitais bei apsunkina ir lėtina grupės telkimąsi. Mokymosi kontekstas, kuriame vyksta grupė, sukuria prielaidas dalyvių abejonėms ir pačia grupės terapine galia. Patirtinės grupės dalyviai nerimauja dėl grupės sudėties stabilumo, nes nuo jo priklauso ne tik patirtinės grupės egzistavimas, bet ir tolesnės galimybės tęsti mokymąsi programoje. Viena vertus, šie nuogastavimai skatina abejoti grupėje vykstančių procesų natūralumu, vieni kitų nuoširdumu, riboja dalyvių spontaniškumą – vengiama atviriau reikšti emocijas, konfrontuoti. Antra vertus, šie nuogastavimai skatina ieškoti būdų sutelkti grupę, todėl gaunamų žinių ir profesinio elgesio apraiškos grupėje gali būti ne tik gynybinis dalyvių elgesys, apsaugant save ar vengiant pokyčių, bet ir bandymas paskatinti grupės formavimosi ir darbo procesus.

Grupės silpnumo ir nesaugumo išgyvenimas atspindi ir vaidmenų neaiškumą, kuris silpnina pasitikėjimą patirtinę grupę vedančiais terapeutais, baiminantis sudėtingais momentais nesulaukti iš jų psichoterapinės pagalbos, ar nuogastaujant, kad dalyvių asmeninė patirtis bus išnaudojama tik grupės darbo principams ir būdams demonstruoti. Abejojama ir kitais grupės dalyviais: kiek jų atsiskleidimas, atvirumas ir elgesys atspindi jų asmeniškus išgyvenimus, o kiek žinias, kaip dalyvis gali ar turi elgtis grupėje.

Be to, grupės silpnumo ir nesaugumo išgyvenime atsispindi dalyvių išgyvenimai, susiję su bendravimu ne tik patirtinėje grupėje, bet ir už jos ribų. Tai skatina dalyvius riboti savo atvirumą ir elgesio spontaniškumą, vengiant sudėtingų išgyvenimų ar santykių pokyčių už patirtinės grupės ribų.

### 3.1.1.4. Grupės formavimasis

Ši tema atsiranda II interviu, atlikto tyrimo dalyviams baigus I mokymosi programos etapą (po trečią seminarą užbaigusios patirtinės grupės), duomenyse. Apie tai kalba keturi dalyviai (Oksana, Inga, Ona ir Skaistė).

Grupė pradedama suvokti kaip turinti savo dėsnius ir savitą gyvenimą: */.../ [grupė] kaip kažkokia sistema, ar ne sistema, kažkoks tai gyvas organizmas. Tarsi kažkas susideda iš dalių ir tu, na, va tas supratimas, kad, na, tai va vyksta kažkas naujo, kuriama kažkas naujo, ir tu tame kūrybos procese dalyvauji, bet tu negali, na, čia kaip ir su kalba, kad tu negali kažkaip dirbtinai sujungti (Skaistė, II interviu).* Dalyviai pastebi atsirandantį didesnę grupės kaip vieningos visumos jausmą: */.../ bet buvo, būtent va grupė kažkaip pajuto, kad ji yra kaip vienetas, kažkokia vienybė yra, nors kai kurios vietos matėsi, kad yra silpnos (Skaistė, II interviu).* Be to, tyrimo dalyviai teigia, kad grupės bendrumo jausmui didelę reikšmę turi kiekvieno jos dalyvio autonomiškumas: */.../ kiekvienas tapo svarbus akcentas, atskiras vienetas, ar kaip? Man atrodo, kad to vertė – kad susilygino dalyvių vertingumas (Ona, II interviu).*

Tyrimo dalyviai mini, kad telkiantis ir keičiantis grupei, joje atsiranda daugiau atvirumo, aiškesnės tampa ne tik kiekvieno dalyvio, bet ir pačios grupės ribos: */.../ kažkokios ribos buvo, bet jos buvo nesubalansuotos /.../ iki tol daug kas grupėje buvo nutylima, o čia buvo daugiau atvirumo /.../ kažkokios konfrontacijos (Ona, II interviu).* Pastebima daugiau natūralumo grupės dalyvių elgesyje: */.../ ši trečia grupė buvo jau toks natūralus gyvenimas kažkoks, be apsimetinėjimų. Paprasčiausiai kokia ten esi, taip ten ir gyveni tas pusantros valandos, ir gyveni, tiesiog va taip gyveni (Inga, II interviu).*

Ši tema perteikia patirtinės grupės dalyvių patyrimą, kaip kuriasi pati patirtinė grupė. Aiškesnis grupės proceso suvokimas ir kiekvieno atskiro dalyvio vertės grupėje pajautimas padeda dalyviams suvokti patirtinės grupės ribas. Kalbėdami apie šią patirtį dalyviai akcentuoja didesnę vienas kito elgesio grupėje natūralumą, padidėjusį atvirumą ir spontaniškumą bei mažesnę

bendravimo už grupės ribų svarbą. Besitelkiančioje grupėje bendravimas joje tampa svarbesnis nei santykiai už grupės ribų.

### 3.1.1.5. Patirtinės grupės proceso nenutrūkstamumas

Ši tema aptinkama keturių dalyvių (Aleksas, Ramunė, Renata, Oksana) I interviu duomenyse. Kadangi I interviu buvo atliekamas jau po dviejų seminarų, užsibaigusių patirtine grupe, tyrimo dalyviai pastebi, kad antrąjį seminarą užbaigusi patirtinė grupė pratęsė procesus, kurie prasidėjo pirmojo seminaro metu: */.../ todėl, sprendžiant iš to, ką žmonės kalba grupėje, tai antros grupės pradžia yra dalyvavimo pirmoje grupėje pasekmė (Aleksas, I interviu).*

Be to, tyrimo dalyviai pastebi, kad grupės patirtis apima daug jų gyvenimo laiko. Apmąstymai apie grupę tęsiasi ne tik grupėje ar jos aptarimo metu, bet ir kitu laiku (paskaitose, kasdieniniame gyvenime): */.../ ten kuo puikiausiai vyksta tie grupiniai santykiai ir jų analizė. Na, ne visai taip tiesiogiai, bet grupė tęsiasi vos ne prieš ir po grupės savotiškai. /.../ aš matau tą tąsą ir, sakykim, dirbu su ta tąsa po to (Renata, I interviu).*

Grupėje prasidėję procesai tęsiasi ne tik kitoje grupėje, bet ir visų seminarų metu. Baigus I mokymo programos etapą (II interviu) ši tema atsiranda kitų dviejų dalyvių (Onos ir Ingos) interviu duomenyse. Šios dalyvės pastebi grupės gyvenimo tąsą per visas tris grupes: */.../ tokį posūkį link didesnio atvirumo ir pasitikėjimo buvo svarbu pajusti iš vidaus /.../ ir iš vienos pusės jis buvo parengtas tų ankstesnių grupių (Ona, II interviu).*

Ši tema atskleidžia, kad patirtinė grupė jos dalyvių nėra išgyvenama kaip izoliuota: patirtinėje grupėje gaunama patirtis plėtojasi ne tik pačioje grupėje, bet ir už jos ribų. Nepaisant to, kad grupę pakaitomis veda skirtingi terapeutai, patirtinė grupė yra suvokiama kaip nuosekli visuma: kartą prasidėję grupės procesai tęsiasi ir toliau, keičiasi tik jų raiškos pobūdis.

### 3.1.1.6. Patirtinė grupė kaip žinių įprasminimo ir asmeninių pokyčių priemonė

Tiek po dviejų I etapo seminarų (I interviu), tiek baigus I programos etapą (II interviu) ši tema yra penkių tyrimo dalyvių interviu duomenyse: I interviu – Onos, Skaistės, Ingos, Oksanos ir Renatos; II interviu – Onos, Skaistės, Alekso, Oksanos ir Ramunės.

Pirmiausia tyrimo dalyviai pastebi, kad asmeninė patirtis grupėje papildo teoriją pavyzdžiais ir padeda geriau suprasti profesinius dalykus: */.../ bet kai dabar klausau teoriją, tai vėlgi viskas kitaip. Labai šviežia. Ir beklausant teorijos ateina pavyzdžiai iš grupės /.../ aišku apie ką eina kalba (Skaistė, I interviu).* Grupėje gaunama patirtis keičia santykius tarp programos dalyvių. Ši patirtis padeda megztis reikšmingiems santykiams: */.../ žmonės, kurių aš nesirinkau, man tampa artimi (Oksana, I interviu).* Ši patirtis svarbi, norint geriau suvokti, kas su dalyviais vyksta grupėje, ir padeda suprasti bei atpažinti individualią dalyvių dinamiką grupėje. Be to, ši patirtis padeda pamatyti kaip individualūs išgyvenimai, asmeniniai vidiniai konfliktai ir panašūs dalykai gali iškreipti grupės dinamikos faktus: */.../ man toks labai aiškus vaizdas stojasi, kaip, pavyzdžiui, mūsų patirtis kartais yra iškreipiama pojūčių, ar tai jausmų (Skaistė, I interviu).*

Vėliau tyrimo dalyviai pastebi, kad dalyvavimas patirtinėje grupėje padėjo jiems lengviau priimti kitų dalyvių kitoniškumą: */.../ svarbiausia, matyt, jeigu man, tai, na, tokia tolerancija ir pakantumas tam, kad žmonės tokie skirtingi. Ir tam tikras elgesys mane erzino, ir aš negalėjau jo priimti /.../ o dabar /.../ tai priėmiau kaip, tiesiog, mūsų būties skirtingumą (Aleksas, II interviu).*

Didėjant dalyvių pasitikėjimui savimi ir jų atvirumui grupėje, atsiranda daugiau aiškumo santykiuose su kitais dalyviais: */.../ pasitikėjimo problema, kuri visada buvo fone /.../ čia ji prasiveržė /.../ ir pasikeitė vidinis jausmas to savęs pateikimo. Tai labai svarbu, nes didesnis pasitikėjimas savimi pakeitė mano buvimą su kitais (Ona, II interviu);* bei sumažėjo asmeninio išskirtinumo

jausmas: /.../ *Aš vienintelis vyras. Tiesą pasakius, mane tai visą laiką gąsdino ir kėlė įtampą /.../ bet iš kitos pusės, aš pasijaučiau artimesnis moterims, tapau joms pakantesnis (Aleksas, II interviu).*

Be to, dalyviai tampa ne tokie priklausomi nuo autoritetų nuomonių ir požiūrio: /.../ *pirmiausia [įsiklausyti] į save, o po to lyginti su tuo, ką sako /.../ nėra nei teisingos nei neteisingos nuomonės, o yra subjektyvi nuomonė, grįsta patyrimu /.../ tai, sakyčiau, toks sveikas kelias link didesnės nepriklausomybės ir profesinio brandumo (Oksana, II interviu).*

Ši tema atskleidžia, kad patirtinė grupė jos dalyviams padeda geriau suprasti grupių teoriją ir praktiką, skatina dalyvių vidinius ir tarpasmeninių santykių pokyčius. Dalyviai geriau supranta kiekvieno atskiro dalyvio dinamiką ir jos atspindžius grupėje. Vertindami grupės dinamiką mokymų dalyviai daugiau pasitiki savo patirtimi ir supratimu.

### 3.1.2. Temos, kylančios iš tarpasmeninio konteksto

**Santykiai su kitais grupės dalyviais.** Grupės dalyviai suvokia vieni kitus kaip nepakankamai patrauklius artimesniam atviram bendravimui, bet jiems yra svarbus vienas kito priėmimas. Jų elgesį grupėje keičia tiek ankstesni santykiai tiek bendravimas ne tik patirtinėje grupėje.

**Grupės terapeuto vaidmuo patirtinėje grupėje.** Grupės terapeutas yra autoritetas ir darbo grupėje pavyzdys, jis rūpinasi ir kontroliuoja grupėje vykstančius procesus, tačiau kartais nepakankamai rūpestingai naudojami dalyviais demonstruodamas metodą.

**Supervizoriai yra autoritetai, mokytojai ir netiesioginiai grupės terapeutai.** Supervizoriai yra tie, kurie pateikdami įvairius požiūrius, sudėlioja akcentus, padeda susigaudyti grupės procesuose. Jų grįžtamasis ryšys yra suvokiamas kaip ypač vertingas, veikiantis grupės eigą ir turintis terapinį poveikį. Supervizorių ir dalyvių požiūrių į tai, kas vyksta grupėje, sutapimas skatina dalyvius pasitikėti savo grupių dinamikos supratimu.

Toliau kiekviena iš šių temų bus pateikta atskirai, kartu pristatant ir jų pokyčius I ir II interviu.

### 3.1.2.1. Santykiai su kitais grupės dalyviais

Ši tema yra visų tyrimo dalyvių I ir II interviu duomenyse.

Santykiai tarp dalyvių šioje patirtinėje grupėje mezgasi gan lėtai ir sunkiai. Po pirmų dviejų grupių tyrimo dalyviai linkę suvokti kitus kaip nepakankamai patrauklius atviresniam bendravimui grupėje, tačiau suprasdami buvimo drauge neišvengiamumą, deda sąmoningas pastangas priimti vieniems kitus: */.../ aš jau pirmame seminare identifikuojau, kad man bus sunku, ar tai dėl kai kurių dalyvių, ar tai dėl santykių tarp jų, jau taip apčiuopiau. Tai aš jau ruošiausi visus tuos mėnesius, kaip aš važiuosiu ir kaip aš dirbsiu su tuo (Renata, I interviu). Baigus I programos etapą (II interviu) santykiai tarp dalyvių išlieka gan tolimi ir rezervuoti: /.../ kai aš atvažiuavau ir atsisėdau, per paskaitas, aš taip žiūriu į tuos žmones ir galvoju – ką aš čia su jais darau? Man jie visi svetimi. Aišku, grupėje, ten to visai nesijaučia (Skaistė, II interviu); arba: /.../ jie labai skiriasi nuo mano ... pasaulio suvokimo ar kaip? (Inga, II interviu); kai kuriems dalyviams toks santykis į kitus sustiprėja: /.../ skirtingi žmonės, su skirtinga gyvenimo ir profesine patirtimi. Ir štai mes visi kartu. Aš šitų žmonių nesirinkau. /.../ nusivyliau. Supratau, kad jie neatitinka mano lūkesčių (Oksana, II interviu).*

Tarpasmeniniams patirtinės grupės dalyvių santykiams turi įtakos jų išankstiniai lūkesčiai ir reikalavimai vienių kitiems. Tyrimo dalyviams yra svarbi kitų grupės dalyvių profesinė kompetencija ir turima darbo su grupėmis ar grupėse patirtis: */.../ tikėjausi, kad tai bus žmonės, kurie nėra naujokai šitoj srity, kurie turi patirties (Renata, I interviu). Remdamiesi savo lūkesčiais ir nepakankamu tiek vienas kito, tiek savo profesionalumo ir patirties pripažinimu, tyrimo dalyviai, baigę I programos etapą (II interviu), linkę nuvertinti tiek kitų dalyvių, tiek savo grįžtamąjį ryšį apie grupės darbą: /.../ šiaip aš juos užsirašau, bet aš nekreipiu į juos dėmesio, aš dabar taip*

*pagalvoju. Aš juos pasižymiu dėl visa ko (Renata, II interviu); ir: /.../ vargu ar tai būtų išgirsta iš manęs (Tamara, II interviu).*

Dalyviai pastebi, kad santykiai grupėje ir už grupės ribų yra susiję ir daro įtaką jų elgesiui: */.../ aš, žinoma, negaliu pamiršti, kad tai žmonės, su kuriais aš ir po to turėsiu bendrauti – sėdėti paskaitose ir panašiai /.../ būdama grupėje aš to nepamirštu (Ona, I interviu);* vėliau pastebi, kad tai riboja jų spontanišką elgesį ir konfrontaciją: */.../ mums dar reikės bendrauti, ir apskritai, nežinau, kažkaip susitikti. Gal tai įtakoja, kad nesinori atvirai konfrontuoti su dalyviais? (Ona, II interviu).*

Taip pat dalyviai pastebi tarpusavio pastangas, skirtas tarsi patikslinti grupėje užsimezgančius santykius ar kilusius įspūdžius apie kitus: */.../ man kyla poreikis [po grupės], sakykim, užmegzti ryšį su dalyviais, kurių truko grupėje, ar santykis buvo nepakankamai man aiškus (Tamara, I interviu);* arba, saugodamiesi santykių sumaišties, jie riboja bendravimą už grupės ribų: */.../ tai net nelabai ir stengiuosi palaikyti tokių, na, asmeninių ryšių. Man asmeniškai svarbiau, kas vyksta pačiame procese (Skaistė, I interviu);* ar stengiasi palaikyti socialiai priimtina bendravimą, nepaisant to, kas vyko grupėje: */.../ gali susibarti grupėje, o po to taip maloniai „chi-chi, cha-cha“ (Tamara, I interviu).*

Kita vertus, dalyviams ne visada yra aišku, ką daryti už patirtinės grupės ribų su joje užsimezgančiais ar besikeičiančiais santykiais: */.../ čia yra toks momentas, tokia pavojinga riba, todėl, kad santykiai grupėje ir santykiai ne grupėje m-m-m... tai yra kažkokie santykiai, artumo kitam žmogui grupėje pajautimas, ar ne? Tokie momentai grupėje. Aš kažkaip saugausi /.../ stengiuos neperkelti santykių, kurie buvo grupėje, į tai, kas vyksta už (Ona, I interviu).*

Ši tema atskleidžia, kad kaip ir kiekviena psichoterapinė grupė taip ir patirtinė grupė prasideda nuo pradinio grupės dalyvių tarpusavio nepasitikėjimo, akcentuojant skirtingumą ir svetimumą. Išankstinės simpatijos stoka trukdo priimti vieniems kitus. Tyrimo rezultatai atskleidžia, kad patirtinės grupės dalyviams svarbi kiekvieno iš jų profesinė kompetencija. Būtent šios kompetencijos dalyviai labiausiai tikisi ir dėl jos stokos nuvertina

vieni kitus. Tai rodo, kad dalyviai per mažai dėmesio skiria asmeninėms vieni kitų savybėms ir per daug akcentuoja profesinę kompetenciją. Bendravimas ne tik patirtinėje grupėje keičia dalyvių elgesį joje: spontaniška konfrontacija, kuri padeda formuoti grupės sutelktumui ir skatina produktyvią grupės raidą, yra ribojama. Be to, bendravimas už grupės ribų sudaro sąlygas keisti santykius pačioje patirtinėje grupėje: juos tikslintis, aiškintis, testuoti. Viena vertus, tai suteikia daugiau aiškumo, kita vertus – įneša papildomos sumaišties: kokie santykiai yra įmanomi tik patirtinėje grupėje, o kokie ir joje ir už jos ribų, kaip derinti bendravimą grupėje ir ne grupėje, ar visus santykius, užsimezgusius patirtinėje grupėje, galima perkelti ir testuoti už jos ribų. Vengdami šios painiavos dalyviai renkasi riboti bendravimą ir grupėje, ir už jos ribų.

### **3.1.2.2. Grupės terapeuto vaidmuo patirtinėje grupėje**

I interviu ši tema buvo išskirta keturių tyrimo dalyvių (Aleksas, Ingos, Oksanos ir Skaistės) interviu duomenyse. II interviu - septynių tyrimo dalyvių (Aleksas, Onos, Oksanos, Skaistės, Ramunės, Ingos ir Tamaros) interviu duomenyse.

Grupės terapeutai buvo minimi kaip „mokymosi modeliai“: */.../ ką jis ten daro?... aš galvoju, kad jis demonstruoja savo profesines kompetencijas /.../ aišku, jis veda grupę, bet su tam tikru akcentu pabrėžti, tuos ar kitus metodus parodyti, kad būtų aišku, demonstratyvu (Aleksas, I interviu); ir tie, kurie skatina grupės procesus: /.../ dabar terapeutus suprantu daugiau kaip tuos žmones, kurie galės kažką padaryti, kad mes padėtume vieni kitiems (Oksana, I interviu). Šios tendencijos išliko ir vėliau: /.../ terapeutė tai išgirdo, ir labai įdėmiai sekė grupės poreikius. Ji labai gerai matė, kas vyksta su kiekvienu. Ar ne? Iš pradžių, žinoma, labai stipriai kišosi, bet vėliau buvo mediatorė ir tarpininkė (Oksana, II interviu).*

Grupės dalyviai užsimena ir apie neigiamą santykio su grupės terapeutu patirtį, kai terapeuto elgesį suprantą kaip bandymą, pasinaudojant jų išgyvenimais, iliustruoti grupės darbo metodus: */.../ baisiausia, kad man kilo*

*jausmas, kad manimi pasinaudojo. Na, aš nesupratau, ko terapeutas norėjo (Inga, I interviu). Patirtinės grupės terapeuto vaidmens neaiškumas skatina ir palaiko tokios grupės dalyvių svarstymus apie tai, kuo skiriasi terapinės ir patirtinės grupių vedimas. Dalyviai nepakankamai pasitiki patirtinės grupės terapeutų rūpestingumu: /.../ man pats ryškiausias įspūdis buvo iš pirmos grupės, kad, na, ten mano subjektyviu matymu, terapeutas visiškai nesirūpino, kas su mumis bus po jo intervencijų (Ramunė, II interviu). Arba didelį grupės terapeuto rūpestingumą ir globą buvo linkę suprasti kaip nepakankamą pasitikėjimą jais ir grupe: /.../ na, ko gi ji mus taip priima, kad vis aiškina, aiškina ir aiškina (Aleksas, II interviu).*

Ši tema atskleidžia, kad patirtinę grupę vedantis terapeutas, nors ir yra svarbus asmuo, kuris skatina grupės procesus, tačiau jo funkcijos yra nepakankamai aiškos grupės dalyviams, nes jose susipina dalyvių profesinis mokymas ir asmeninės patirties skatinimas. Dėl šių funkcijų susipynimo tyrimo dalyviai patirtinę grupę vedantį patyrusį grupės terapeutą linkę suvokti kaip mažiau atsakingą nei įprastos psichoterapinės grupės terapeutą, ir mato jį daugiau kaip vieną iš terapeuto elgesio modelių nei tiesioginį jų grupės terapeutą.

### **3.1.2.3. Supervizoriai kaip autoritetai, mokytojai ir netiesioginiai grupės terapeutai**

Mokymų programos ir šio tyrimo dalyviai daug dėmesio skiria supervizoriams. Kai kurie mini, kad supervizorių buvimas jaučiamas ir pačios patirtinės grupės darbo metu.

Iš pradžių (I interviu) ši tema minima šešių tyrimo dalyvių (Renatos, Onos, Tamaros, Ramunės, Oksanos ir Skaistės) interviu duomenyse, vėliau (II interviu) ji aptinkama visų aštuonių tyrimo dalyvių (Aleksa, Onos, Ingos, Skaistės, Ramunės, Oksanos, Tamaros ir Renatos) interviu duomenyse.

Supervizoriai dalyviams yra tie, kurie pateikia skirtingus požiūrius į tai, kas vyksta grupėje, padeda sudėlioti akcentus, išskirti esminius momentus,

susigaudyti grupės procesuose. Būtent supervizorių, o ne kitų programos dalyvių, grįžtamasis ryšys yra suvokimas kaip ypač vertingas: */.../ jie [supervizoriai] va kažkaip mato iš šono. Ir tada tu pamatai procesą bendriau, ne iš savęs, bet iš, na va, iš šalies – ir kas vyko su grupe, ir kur galbūt tavo vieta (Skaistė, I interviu).* Toks požiūris į supervizorius išlieka ir baigus pirmą programos etapą (II interviu).

Požiūrio į grupėje vykstančius procesus sutapimas su supervizorių matymu skatina grupės dalyvius pasitikėti savo grupių dinamikos supratimu: */.../ jie iš šalies mato grupės dinamiką: su kuo kas susiję, vienų ar kitų dalyvių įtaką tam, svarbiausias vietas, įvykius pabrėžia, sudaro hierarchiją šių įvykių. Lygini su savo, ar ne? Ir bandai keisti savo požiūrio tašką, kažką koreguoti. Ar ne? Tai ir paaiškina ir nuramina, nes supranti, kad taip, taip, matyt, ir yra (Aleksas, II interviu).* Supervizorių grįžtamojo ryšiu suabejojama tik tada, kai jis nesutampa su vidiniu dalyvio patyrimu: */.../ visgi buvo labai pozityvūs vertinimai viso to, kas ten [pirmoje grupėje] vyko (Oksana, II interviu).*

Tyrimo dalyviai yra linkę priskirti supervizoriams svarbią dalį grupių terapeutų funkcijų, nes suvokia juos kaip tuos, kurie tikslingai veikia grupės eigą. Dalyviai linkę jautriai ir asmeniškai reaguoti į supervizorių teikiamą grįžtamąjį ryšį, suvokdami jį kaip terapinę intervenciją: */.../ tie va supervizorių įsikišimai, kurie yra taip.... Aš, žinok, nežinau kaip, jie labiau veikia net mane asmeniškai. Aišku, jie padeda suprasti, kas vyksta grupėje, bet jie mane ir terapiškai veikia, na kai kurie pasakymai, ne visi (Renata, I interviu).*

Priskirdami dalį grupės terapeuto funkcijų supervizoriams, dalyviai jų grįžtamąjį ryšį linkę priimti kaip asmenišką intervenciją ar reakciją: */.../ pirmiausia, aš labai gerai girdėjau, kad tai sakoma su ironija (Oksana, II interviu).*

Požiūris, kad supervizoriai veikia grupės eigą ir dalyvių elgesį, išlieka ir vėliau: */.../ po supervizorių grįžtamojo ryšio grupė prasidėjo nuo to, apie ką jie kalbėjo (Tamara, II interviu).* Pasitaikė nuomonių, kad būtent supervizoriai padeda išlikti gan sunkiai ir lėtai besiformuojančiai grupei: */.../ man, kaip*

*dalyviui, kiekvieną kartą atrodo, kad jei ne supervizoriai, tai mūsų grupė jau seniai būtų subyrėjusi (Tamara, II interviu).*

Ši tema atskleidžia dalyvių požiūrio į supervizorius dvilypumą. Viena vertus, supervizoriai yra suvokiami kaip autoritetai, kurie, tiesiogiai nedalyvaudami grupės procese, bet stebėdami ją, gali tiksliau atspindėti grupės dinamiką, taip padėdami dalyviams pastebėti ir skirti asmeniškai dalyviui ir grupei kaip bendrai visumai svarbius grupės darbo momentus. Kita vertus, supervizoriai, komentuodami grupės darbą ir atskirdami grupei svarbius akcentus nuo dalyvių individualios dinamikos perima vieną svarbiausių grupės terapeutų funkcijų – grupės dinamikos aiškinimą, dėl to patirtinės grupės dalyviai juos linkę suvokti ne tik kaip supervizorius, bet ir kaip terapeutus, kurie veikia grupės procesą ir daro atskiriems dalyviams asmenišką poveikį. Santykis su supervizoriais patirtinės grupės dalyviams yra ypatingas dar ir tuo, kad, nepaisant supervizoriams priskiriamos dalies terapeutų funkcijų, patirtinės grupės dalyviai negali tiesiogiai reaguoti į supervizorius taip, kaip gali reaguoti į grupės terapeutus.

### **3.1.3. Temos, kylančios iš mokymosi programos struktūros ir formalių reikalavimų konteksto**

**Grupės aptarimų suvokimas.** Aptarimai yra skirti išsamiai analizuoti grupės dinamiką, ją suprasti ir formuoti profesionalų požiūrį į grupę. Be to, jie yra savita patirtinės grupės tąsa. Emociniai santykiai, užsimezgę grupėje, išlieka ir aptarimuose, o pasinėrimas į grupėje gautą asmeninę patirtį trukdo matyti grupėje vykstančių procesų visumą. Asmeninę patirtį neretai yra skausminga analizuoti, ypač kai ji prieštarauja gaunamam grįžtamajam ryšiui.

**Laiko struktūravimas, analizių rašymas ir mokymosi aplinka.** Programos dalyviams yra svarbus laiko tarpas tarp darbo grupėje, jo aptarimo ir analizių rašymo. Analizių rašymas padeda suprasti tai, kas vyko grupių metu. Sudėtinga, kai visas darbas vyksta toje pačioje aplinkoje susėdus ratu.

Toliau kiekviena iš šių temų bus pateikta atskirai, kartu pristatant jų pokyčius I ir II interviu.

### 3.1.3.1. Grupės aptarimų suvokimas

Po dviejų seminarų ir dviejų patirtinių grupių (I interviu) ši tema yra keturių tyrimo dalyvių interviu (Ramunės, Skaistės, Renatos ir Oksanos) duomenyse, baigus pirmą programos etapą (II interviu) ši tema yra visų aštuonių tyrimo dalyvių (Ramunės, Onos, Tamaros, Skaistės, Oksanos, Alekso, Ingos ir Renatos) interviu duomenyse.

Dalyviai akcentuoja, kad grupės darbo aptarimai yra skirti išsamiai analizuoti grupės procesą ir jį suprasti. Jie formuoja profesionalų požiūrį į grupę ir joje vykstančius procesus: */.../ aptarimai yra skirti mokymuisi (Ramunė, I interviu); ir: /.../ aptarimo metu yra toks, na, žvilgsnis tarsi žiūrėtumei va filmą, kurį ką tik pažiūrėjai, ir va kalba apie tai, kas ką suprato, kaip kam pasirodė (Ramunė, I interviu).* Baigdami I mokymo programos etapą grupės dalyviai teigia, kad grupės darbo aptarimas atskleidžia jiems niuansus, galimybių ir požiūrių įvairumą, leidžia atsekti įvykių grupėje eigą, lavina refleksijos gebėjimą, padeda apibendrinti ir išgryninti patyrimą: */.../ man svarbu buvo išgirsti skirtingus matymus. Yra mano kažkoks subjektyvus vaizdas, tada kito, antro, trečio, vieno supervizoriaus, kito supervizoriaus (Oksana, II interviu); ir: /.../ supratimas ir svarba, iš vienos pusės – priežastiniai ryšiai, iš kitos – veiksmai, kas gali palaukti, o kas dabar svarbu (Oksana, II interviu).*

Grupės darbo aptarimai padeda geriau suvokti įvykius grupėje, atsitraukiant nuo emocinio ir vidinio patyrimo: */.../ aptarimai padeda atsitraukti nuo emocinio konteksto, šiek tiek reflektuoti, šiek tiek struktūruoti, kas vyko, nes kitaip esi tik savo projekcijose (Aleksas, II interviu); ir: /.../ prisimeni, kas sau svarbu, bet neprisimeni, kas svarbu kitiems. Tai padeda visa tai sudėlioti (Aleksas, II interviu).*

Jie padeda dalyviams patikrinti turimas ir gaunamas teorines žinias: */.../ tiesiog vyksta tokie dalykai – vyksta teorijos patikrinimas (Aleksas, II interviu).*

Grupės aptarimas suprantamas kaip kokybiškai kitoks grupės susitikimas, kaip dar viena papildoma grupė: */.../ tai kaip papildomas darbo grupėje būdas, kuris veikia grupės dinamiką. Išeina, kad tai dar vienas grupės susitikimas, bet toks negryna forma /.../ kitoks (Oksana, I interviu).* Emociniai santykiai, užsimezgę grupėje, išlieka ir aptarimuose, dalyviams nėra lengva pereiti nuo tiesioginės tarpusavio sąveikos prie profesinės grupės dinamikos analizės ir aptarimo. Savo ir kitų grįžtamajame ryšyje patirtinės grupės dalyviai pastebi ne tik profesinę vykusio grupės proceso analizę, bet ir asmenišką reakciją: */.../ emociniai ryšiai su dalyviais tęsiasi ir aptarimuose. Kai klausai, tai lyg ir reflektuoji, supranti. Bet po to vėl pradeda kilti, ir tu pamatai, kad tai, ką tau papasakojo, jau nebelabai refleksija (Aleksas, II interviu).* Aptarimai padeda suprasti kitus dalyvius, jų išgyvenimus ir savo vietą grupėje. Jie padeda užmegzti ir plėtoti santykius bei struktūruoja gautą emocinę patirtį: */.../ per apibendrinimus pamatau, kur buvo mano vieta /.../ ką aš dariau (Aleksas, II interviu).*

Grupės darbo aptarimai kelia dalyviams tam tikrą pasipriešinimą, nes jų metu jie jaučiasi dar pasinėrę į grupėje gautą patirtį ir nori su ja pabūti. Be to, dalyviams neretai būna skausminga analizuoti asmeninius išgyvenimus ir patirtį: */.../ aš kažkaip panyru ir ten prasideda procesas, kuriame norisi pabūti, kažkokius ryšius atverti gilesnius arba, na, kažką atsekti, ir na, kai reikia taip va iš šono pažiūrėti, na, man tiesiog sunku (Skaistė, I interviu); arba: /.../ bet aš matau, kad aš ten dalyvavau, ir tai nėra filmas, ten yra mano realaus gyvenimo gabalas /.../ va, tas yra sunku (Ramunė, I interviu).*

Sunkumų atsiriboti nuo asmeninės patirties išlieka ir vėliau (II interviu). Nemažai dalyvių ir toliau susiduria su pasipriešinimu analizuoti asmeninį patyrimą. Produktiviai analizei trukdo sunkumai atsiriboti nuo gautos patirties: */.../ buvo pasipriešinimas ir nenoras kažkaip būtent racionaliai kalbėti, ar ne? Apie tai, kas vyksta. Kažkaip labiau norėjosi galbūt pabūti tam vidiniam, vidinėje terapinės grupės raidos logikoje (Ona, II interviu).*

Tyrimo dalyviai pradeda pastebėti prieštaravimus tarp asmeninės patirties ir gaunamo grįžtamojo ryšio, kuriuos nelengva nei priimti nei suprasti, ypač jei grįžtamasis ryšys prieštarauja emocinei patirčiai: */.../ grupės metu gavau tam tikrą patyrimą. Ir, na va, jausmai mano į vienus ar kitus dalykus, jie yra aiškūs. Jie yra mano. Aš juos, na, suvokiū. Ir jais nė kiek neabejoju. Tai yra mano tai, kuo aš remiuosi. Ir dabar apie tai, kas vyko, aš gaunu visokių požiūrių: dalyvių ten matymai, vienu žodžiu, supervizorių matymai, ten vienas kitas terapeuto žodis, žodžiu. Ir jie ... aš gaunu tarsi tokį va vaizdą, na, kitą vaizdą. Ir ... kai dera tie vaizdai su mano patyrimu, tai dera. Tai yra viena. Bet kai nederą. Tada kyla labai daug klausimų ir reakcijų. (Ramunė, II interviu).*

Be to, dalyviai pastebi, kad jiems sunku matyti grupėje vykstančių procesų visumą. Įgaudami daugiau patirties (tiek patirtinėje grupėje, tiek kitose programos užduotyse), tyrimo dalyviai pradeda pastebėti įvairius programos kontekstus ir kylantį sumaištį jausmų: */.../ Viskas taip susipainiojo. Tik tai, va yra įspūdis ir jausmas, kad vyksta labai daug, bet kur, kam, ką priskirti – niekas neaišku. Paskui po truputėlį pradėjo aiškėti, ir dabar, va šioje grupėje man labai aiškiai atsiskyrė va tie visi kontekstai – mokomasis kontekstas, terapinis kontekstas, mano terapiniai tikslai, mano mokymosi tikslai (Ramunė, II interviu).*

Dėl intensyvios emocinės patirties, gaunamos grupėje, svarbaus supervizorių vaidmens, tyrimo dalyviai retkarčiais pajunta grėsmę, kad aptarimas gali virsti grupe: */.../ buvo jausmas, kad ieškoma išorinio priešo, nes reikia kažką surasti, kai čia [grupėje] tuščia. /.../ ir tada buvo griežtas supervizoriaus grįžtamasis ryšys /.../ bet būtent jame aš pajutau grėsmę dalyviui, ir supratau, kad jį ginsiu, net jei ir nesutinku su juo (Aleksas, II interviu).*

Susidurdami su šiais sunkumais, dalyviai ieško būdų sau padėti. Iš pradžių (I interviu) apie tai kalba tik du dalyviai – Oksana, Skaistė, vėliau (II interviu) – šeši (Aleksas, Renata, Ramunė, Ona, Oksana ir Inga). Kadangi persiorientavimas nuo grupės į jos aptarimą reikalauja sąmoningų pastangų ir moko vis gilesnės refleksijos bei lankstumo derinant dalyvio ir besimokančiojo

vaidmenis, dalyviai savo iniciatyva imasi rašyti pastabas. Šie neformalūs užrašai padeda susigaudyti, kas vyko grupėje, ir produktyviau dalyvauti aptariant grupės darbą. Be to, rašymas sumažina grupėje patirtų išgyvenimų intensyvumą ir leidžia juos vėliau apmąstyti: */.../ aš rašau. Tai yra užsirašau. Aš užsirašau pirmiausia kažkokius grupės procese svarbius momentus. Rašau vakarais kažkokius savo asmeninius atradimus, stiprius išgyvenimus, kažkokias mintis, kažkaip taip /.../ ir tada apibendrinu, tai padeda man sukurti emocinę distanciją (Oksana, I interviu).* Individuali terapija (Aleksas, Renata, Ramunė, Ona ir Oksana) ir meditacija (Inga) taip pat padeda dalyviams atskirti emocinius išgyvenimus nuo profesinės analizės ir susitelkti ties pastarąja: */.../ kai ten gyveni grupėje tas pusantros valandos /.../ tam, kad kažkaip susigaudyčiau, aš visada medituodavau (Inga, II interviu).*

Šie tyrimo rezultatai atskleidžia dvilypį patirtinės grupės dalyvių santykį su grupės aptarimais. Viena vertus, šie aptarimai yra suvokiami kaip mokymosi būdas, įvairiapusiškai ir atsitraukus nuo asmeninės emocinės patirties pažinti grupės dinamiką, apimančią individualų, tarpasmeninį ir grupės kaip visumos lygmenis. Kita vertus, (tiek dėl dėmesio sutelkimo į patirtinės grupės dinamiką, tiek dėl patirtinėje grupėje užsimezgančių emociškai reikšmingų santykių, kurie persikelia į aptarimus nors juose ir nėra įvardinami) jie priimami kaip savita patirtinės grupės tąsa. Patirtinės grupės dalyviams ir šiuose aptarimuose norisi išlikti tiesiog patirtinės grupės dalyviais su savo asmeniniais išgyvenimais, dėl to neretai ir kyla pasipriešinimas grupės dinamikos refleksijai. Šį pasipriešinimą gali stiprinti ir tai, kad asmeninė patirtis, asmeninė dinamika skiriasi nuo grupės, kaip visumos, dinamikos ir kitų patirties bei vertinimų. Be to, patirtinės grupės dalyviai patiria sunkumų reflektuodami emociškai „gyvą“ ir nepakankamai dar įprasmintą patirtį, kurią įgijo grupėje. Atsiribojimas nuo šios patirties neišvengiamai reikalauja ieškoti papildomų priemonių. Siekdami įgyvendinti mokymosi tikslus, tokios grupės dalyviai priversti ieškoti būdų, palengvinančių jiems šią refleksiją, sumažinančių emocinių išgyvenimų intensyvumą. Tai atspindi dienoraščių

rašymas arba kitų būdų, padedančių susikaupti ar struktūruoti savo patyrimą (pvz., meditacijos ar individualios psichologinės pagalbos), taikymas.

### **3.1.3.2. Laiko struktūravimas, analizių rašymas ir mokymosi aplinka**

Apie tai I interviu užsimena trys dalyviai – Skaistė, Inga, Ramunė. II interviu – septyni (Skaistė, Inga, Ramunė, Tamara, Aleksas, Renata, Oksana). Šioje temoje atkreipiamas dėmesys į laiko tarp grupės ir jos aptarimo svarbą: */.../ na, neišeina taip labai greitai iš vieno į kitą /.../ po dalyvavimo grupėje, na, palieki emociniame lauke. Įspūdžiai. Tai yra įspūdžiai, kurie neįgavę formos, nes ką tik viskas, ką tik viskas ten prieš pusvalandį baigėsi (Ramunė, I interviu)* ir vėliau: */.../ turi parašyti ataskaitą, ir turi ją parašyti pagal atitinkamus punktus, ir turi grįžti į tą patyrimą, ir, na, tada yra toks rimtas darbas atskirti, kas yra asmeniniai dalykai, kas yra mokomieji dalykai, ir va. O grįžti nesinori. Kol kas (Ramunė, II interviu).*

Nors daugelis tyrimo dalyvių užsimena apie programoje reikalaujamų analizių rašymą, išsamiau apie tai kalba tik vienas tyrimo dalyvis, Aleksas, II interviu. Analizės rašymas jam padėjo geriau suprasti kas vyko patirtinės grupės metu: */.../ pastebėjau, kad man su antra grupe susiklostė tokia situacija – ši grupė tapo man trokštama po to, kai ji baigėsi. Kažkur po mėnesio, kai ją aš išanalizavau, pažiūrėjau, ką gavau, ir užsimaniau sudalyvauti toje grupėje, kuri jau praėjo (Aleksas, II interviu).*

Kiti tyrimo dalyviai dažniau mini pačią analizės struktūrą, kiek ji jiems aiški. Programos dalyviai ją vertina skirtingai. Vieniems ji pakankamai aiški (Ramunė, Oksana), kitiems – sudėtinga ir mažai suprantama (Renata, Inga).

Tyrimo dalyviai užsimena ir apie mokymosi aplinkos įtaką. Sudėtinga skirti įvairius buvimo grupėje būdus, kai visas darbas vyksta toje pačioje aplinkoje susėdus ratu: */.../ jeigu mes per aptarimus sėdėtume suoluose – taip grynai erdvės lygyje. O tai, kad viskas taip pat, kaip vyksta grupė, kažkaip ... lieka ta pati erdvė (Tamara, II interviu).*

Patirtinės grupės suteikiama patirtis įtraukia jos dalyvius į asmeninius išgyvenimus ir pokyčius, nuo kurių jiems yra sudėtinga atsiriboti. Sunkumus atsiribojant nuo asmeninės patirties galima sieti tiek su dalyvių poreikiu „išbūti“ su gauta patirtimi, tiek ir su jų pasipriešinimu analizuoti šią patirtį, norint apsaugoti save nuo tų pačių intensyvių išgyvenimų ir pokyčių. Be to, gautos patirties aktualumas trukdo profesionaliai ją nagrinėti ir vertinti. Todėl patirtinės grupės dalyviams tampa svarbus laikas tarp patirtinės grupės ir jos aptarimų bei analizių rašymo. Kaip sudėtinga atskirti profesinį mokymąsi ir asmeninį patyrimą atskleidžia ir tai, kad šiame tyrimo etape dalyviams yra svarbi ir pati mokymosi aplinka: kai savo patirtyje sunku diferencijuoti profesines įžvalgas ir asmeninius išgyvenimus, svarbios tampa išorinės ribos, kuriomis norima atskirti patirtinę grupę nuo jos aptarimo (aptarti patirtinę grupę norisi kitoje patalpoje ar sėdint ne ratu).

### **3.2. Antrasis tyrimo etapas: patirtinių grupių, kuriose programos dalyviai būna tiek grupės dalyviais tiek terapeutais, daugialypiškumas (III ir IV interviu)**

#### **3.2.1. Temos, kylančios iš programos dalyvio santykio su grupe**

Antrame programos etape, kai programos dalyviai buvo ir patirtinės grupės dalyviai ir jos vedėjai, atliktuose III ir IV interviu buvo identifikuotos šios temos, kylančios iš programos dalyvio santykio su grupe:

**Patirtinės grupės tikslai.** Grupės tikslų asmeninis apibrėžimas suteikia aiškumo ir padeda sąmoningai saugoti save ir pasirinkti priimtinus elgesio grupėje būdus.

**Grupės silpnumo ir nesaugumo išgyvenimas.** Grupę palaiko dalyvavimas mokymo programoje, ji suvokiama kaip pasyvoka, stokojanti bendrų tikslų, nepakankamai pateisinanti dalyvių lūkesčius.

**Patirtinės grupės proceso nenutrūkstamumas.** Studijos suvokiamos kaip vientisas nenutrūkstamas procesas: visi programos dalyviai (studentai, supervizoriai, dėstytojai ir terapeutai) suvokiami kaip vienos didelės dinaminės grupės dalyviai.

**Patirtinė grupė kaip žinių įprasminimo ir asmeninių pokyčių priemonė.** Dalyvavimas grupėje ir programoje padėjo įsisąmoninti bei apibrėžti asmeninius tikslus, paskatino savarankiško ir savito požiūrio į darbą grupėje atradimą, padėjo suprasti grupės dalyvių patirties sudėtingumą, susieti teorines sąvokas su patyrimu ir orientuotis, kokių žinių reikia.

Toliau kiekviena iš šių temų bus pateikiama atskirai kartu pristatant jų pokyčius III ir IV interviu.

### **3.2.1.1. Patirtinės grupės tikslai**

Ši tema III interviu randama Ramunės interviu duomenyse, o IV – Ramunės ir Alekso duomenyse. Ramunei ši tema svarbi, nes aiškesni tikslai jai padėjo surasti savo vietą grupėje: */.../ tas mokymosi tikslų prioritetas man tai asmeniškai jį padėjo, na, ne-, kaip čia ... na, neišeiti iš savęs, nežinau, kaip pasakyti... Na, būti su savimi, tiesiog taip, kaip yra, nesiblaškyti niekur į šonus (Ramunė, III interviu); ir: /.../ kaip tik šito ir atvažiavau, kad aš galėčiau va šitoj grupėj, su šita konkrečia patirtimi, pabūti terapeutas, ir išgirsti, kaip dalyviams buvo. Patirti, kaip tai yra. Ir išgirsti tą atgalinį supervizorių ryšį (Ramunė, IV interviu), nes jai sunkumų kelia būtinybė turėti terapinių tikslų grupėje: /.../ programa mokomoji, bet mokymasis terapijos būdu. Ir tai yra, na, va tie dalykai, kurie plėšia iš karto /.../ jeigu tu giliai „terapinieš“, giliai, na, pakankamai giliai. Ne gal pačias gelmes, ne, ne, ne ta situacija, bet pakankamai, žodžiu, na taip, kiek leidžia galimybės, tai yra vienoks darbas. Ir, ir ar užteks jėgų dar ten reflektuoti, kaip profesionalui? Tai iš viso atskiras darbas (Ramunė, IV interviu).*

Aleksui surasti savo santykį su patirtine grupe padėjo terapinių tikslų svarbos grupėje suvokimas: */.../ jei nekeiči terapinių tikslų, tai nieko ir negauni, ir tada lieka toks stoka ar koks čia tas jausmas /.../ būtent subjektyvaus proceso suvokimo kaip kažko reikšmingo ir naudingo pačiam (Aleksas, IV interviu).*

Šiame tyrimo etape patirtinės grupės tikslų tema persikelia į individualų lygmenį. Ji atspindi subjektyvią grupės tikslų apibrėžimo prasmę: asmeninio santykio su mokomąja patirtine grupe ir jos tikslais atradimą bei gebėjimą sau jį įvardinti. Individualių tikslų pasirinkimas, jų pirmenybės apibrėžimas padeda dalyviams rasti savo vietą grupėje ir buvimo joje prasmę. Be to, pasikeitus patirtinės grupės pobūdžiui (šiuo tyrimo etape patys dalyviai pakaitomis veda patirtinę grupę) tikslų pirmumo klausimas išties tampa ne toks aktualus, nes svarbesnė tampa buvimo terapeutu patirtis.

### **3.2.1.2. Grupės silpnumo ir nesaugumo išgyvenimas**

III interviu ši tema kyla iš visų penkių tyrimo dalyvių (Aleksas, Tamaros, Onos, Ramunės ir Ingos) duomenų. IV interviu ši tema atspindi trijų dalyvių (Aleksas, Onos ir Tamaros) duomenyse.

Grupė patyrė ženklių pasikeitimų – pasikeitė grupės sudėtis, ją paliko trys dalyviai, atėjo vienas naujas dalyvis. Tai grupės dalyviai supranta kaip ženklų grupės pasikeitimą: */.../ dabar man atrodo, kad iki tol, kol išėjo vieni dalyviai buvo viena grupė, dabar yra kita (Ona, IV interviu).* Jaučiamą grupės aktyvumo ir gyvybingumo stoką dalyviai linkę sieti su grupės dydžiu: */.../ nepaprasta grupė, mažai žmonių. Beje, gal tai taip stipriai veikė? (Ona, III interviu).* Šis pojūtis išlieka ir toliau: */.../ intensyviai tarpusavio sąveikai, kuri galbūt galėtų kažkaip stumti grupę į priekį, mūsų neužtenka (Ona, IV interviu).*

Grupės dalyviams nepaprasta priimti tai, kas vyksta grupėje: */.../ grupė buvo sudėtinga dėl to, kas joje vyko, kur jiėjo /.../ grupė nenorėjo dirbti, grupė vėl regresavo (Aleksas, III interviu).* Tyrimo dalyviai grupę suvokia kaip pasyvoką, procesai joje vyksta lėtai: */.../ Energetiškai buvo toks jausmas, kad*

*grupė buvo prigesusi (Tamara, III interviu). Vėliau dalyviai apie tai kalba kaip apie nepakankamą jų pasitikėjimą šios grupės terapine galia: /.../ galbūt yra netikėjimas grupe kaip terapine, kad čia tikrai gali kažkas tokio įvykti, dėl ko verta stengtis (Ona, IV interviu).*

Grupės dalyviai mano, kad grupę palaiko dalyvių motyvacija mokytis ir užbaigti programoje pradėtas studijas: */.../ ir dabar toks jausmas ... profesiskai orientuotos grupės, galbūt kažkas panašaus į kolegų grupę (Ona, III interviu); arba: /.../ mokymosi motyvacija yra pagrindinė, stipri. Ir jinai šiuo atveju buvo tas dalykas, kuris laiko grupę (Ramunė, III interviu).*

Nesaugumo grupėje jausmą tyrimo dalyviai sieja su stiprių emocinių išgyvenimų baime, kurie suvokiami kaip veikiantys kasdieninį funkcionavimą: */.../ važiavau saugodamasi pernelyg stiprių įspūdžių ir nusiteikusi neįsitraukti, nes po praėjusių grupių /.../ buvo sunku grįžti į kasdieninio gyvenimo vėžias (Ramunė, III interviu). Sunkumus atsiskleisti ir būti atviresniems grupėje tyrimo dalyviai sieja su santykiais už grupės ribų: /.../ kažkokių asmeninių dalykų aš nenorėčiau, kažkokių intymių, bent jau kol kas /.../ nes man po to bendraujant ne grupėje būtų nejauku (Ona, IV interviu); su nusistovėjusiais ir jau įprastais santykiais tarp dalyvių, kuriuos ir nedrąsu ir nesinori keisti: /.../ mane tenkina tai, kaip dabar mane žmonės čia mato. Gal aš bijau, kad tai pasikeis? (Ona, IV interviu).*

Pasikeitusi grupės sudėtis ir naujas darbo grupėje būdas grąžina grupės dalyviams grupės silpnumo ir nesaugumo išgyvenimą: grupės dalyviai iš naujo turi jį įveikti, susidurdami su grupės pasyvumu, proceso lėtumu, vėl sustiprėjusia psichologine gynyba, kai nesinori keisti įprastų santykių tiek pačioje patirtinėje grupėje, tiek už jos ribų. Be to, ne visi patirtinės grupės dalyviai nori ir yra pasiruošę giliems ir esminiams asmeniniams pokyčiams. Jie tiesiog gali neturėti tokių poreikių. Tai taip pat gali varžyti tokių grupių dalyvių spontaniškumą. Patirtinės grupės dalyviai, pajutę grupės terapinės galios stoką, atkreipia dėmesį į grupę vienijančią mokymosi motyvaciją ir kolegiskus tarpusavio santykius.

### 3.2.1.3. Patirtinės grupės proceso nenutrūkstamumas

III interviu ši tema yra vieno tyrimo dalyvio, Ramunės, interviu duomenyse. IV interviu ši tema yra dviejų tyrimo dalyvių (Ramunės ir Onos) interviu duomenyse.

Visi programos dalyviai (studentai, supervizoriai, dėstytojai ir terapeutai) suvokiami kaip vienos didelės dinaminės grupės dalyviai: */.../ žinai, šita grupė su visa savo vyksmo istorija, bet ne, na, aš tą turiu grupę galvoj ne tik dalyvius, bet ir visus dalyvaujančius asmenis tame. Ir su visais tais buvusiais terapeutais, kurie atvažinėjo, visus, kurie dalyvavo šitame procese (Ramunė, III interviu); mato tame galimybę lavinti grupės terapeutui svarbų gebėjimą susigaudyti įvairiuose grupės funkcionavimo lygiuose: /.../ tame ta treniruotė ir tas mokslas, na, tai susigaudyti tuose sudėtinguose kontekstuose /.../ veikiančios stiprios jėgos vienu metu. Ir va tame savo balansą atrasti (Ramunė, IV interviu).*

Dalyviai pastebi, kad studijos yra nenutrūkstamas procesas ir visi grupės procesai vyksta visuose programos kontekstuose: */.../ čia, na, vidinėje grupėje yra grupiniai procesai, ir mūsų bendroje grupėje yra grupiniai procesai. Tie patys. Visiškai tie patys. Patys procesai tie patys, skiriasi jų tik tai aptarimo, įvardinimo, na, dalykai (Ramunė, IV interviu); ir: /.../ jei atvirai, tai susidaro toks įspūdis ... ar ne? Gyvenimo. Ne kažko tokio fragmentiško, o, taip išeina, kad kažkokio gyvenimo. Tai nėra taip, kad mes visada kartu, bet tai egzistuoja visada (Ona, IV interviu).*

Atskiri patirtinės grupės dalyviai vis stipriau jaučia grupę kaip sudėtingą, įvairialypę visumą, apimančią ne tik tuos ir tai, kas tiesiogiai vyksta patirtinėje grupėje, bet ir visą gyvenimo bei santykių kontekstą, kuriame vyksta mokymosi programa: visa tai įsilieja ir integruojasi į patirtinės grupės dinamiką, o tai, kas vyksta patirtinėje grupėje taip pat turi įtakos tam, kas vyksta už jos ribų. Tai ir kuria ir palaiko mokomosios patirtinės grupės daugialypiškumą.

#### 3.2.1.4. Patirtinė grupė kaip žinių įprasminimo ir asmeninių pokyčių priemonė

III interviu ši tema yra dviejų tyrimo dalyvių (Ramunės ir Ingos) duomenyse. Dalyvavimas programoje, patirtinėje grupėje ir jos aptarime paskatino savarankiško, savito požiūrio į darbą grupėje atradimą, padėjo suprasti grupės dalyvių patirties sudėtingumą, susieti teorines sąvokas su patyrimu, suprasti, kokių žinių reikia: */.../ įgydama patirtį, mokausi ją reflektuoti, sieti su teorine medžiaga, su savo darbo patirtim (Ramunė, III interviu); ir: /.../ buvimas grupėje man padeda ir teorinėj daly /.../ aš daugiau sužinau, ką man reikia dar perskaityti, sužinoti (Inga, III interviu).* IV interviu ši tema yra trijų tyrimo dalyvių (Ingos, Onos ir Ramunės) duomenyse: */.../ pradedu matyti tokias detales /.../ ne tai, kad žinau atsakymą, bet žinau, kur yra klausimas, kur yra neaiškumas /.../ kai aš skaitau dabar, na, tekstus apie grupinę terapiją, aš kažkaip visiškai kitaip juos suprantu /.../ Tarsi, žinai, mano ląstelės atsilieptų (Ramunė, IV interviu); arba: /.../ iš tiesų grupės dalyvio patyrimas, jis padeda tam, kai būni terapeutas, suprasti procesą /.../ iš tiesų gali pajusti iš vidaus, kas tau būdinga (Ona, IV interviu).*

Patirtinė grupė padeda įsameninti ir įprasminti teorines žinias. Patirtinės grupės dalyviai geriau suvokia grupės dinamiką ir jos niuansus, geriau supranta grupių dalyvius, įgyja grupės dinamikos pajautimo ir refleksijos patirties. Šią patirtį jie gali panaudoti patys vedami grupę.

#### 3.2.2. Temos, kylančios iš tarpasmeninio konteksto

**Santykiai su kitais grupės dalyviais.** Dalyviai yra suvokiami kaip kolegos, prisidedantys prie asmeninių pokyčių. Santykiai, grindžiami santūriu atvirumu, tarpusavio parama, bet vengiama bendravimo už grupės ir programos ribų.

**Buvimo terapeutu patirtis.** Buvimas terapeutu išgyvenamas kaip sunki, bet laukiama patirtis. Rengimąsi būti grupės terapeutu lydi nerimas ir

baiminimasis nevaldyti situacijos grupėje. Programos dalyviai mokosi skirti grupės dalyvio ir terapeuto pozicijas grupėje. Požiūrį į terapeutą lemia turimi santykiai. Nepatyręs terapeutas suvokiamas kaip turintis nedaug galios grupėje vykstantiems procesams. Jo darbas vertinamas atlaidžiai ir su užuojauta.

**Santykis su supervizoriais.** Santykis su supervizoriais išgyvenamas kaip lygiavertiškesnis ir labiau palaikantis. Dalyvių nuomone, supervizoriai tampa grupės koterapeutais, veikiančiais grupės procesus.

Toliau bus atskirai aptarta kiekviena iš šių temų kartu pristatant jų pokyčius III ir IV interviu.

### 3.2.2.1. Santykiai su kitais grupės dalyviais

III interviu ši tema yra keturių tyrimo dalyvių (Aleksa, Onos, Ramunės ir Ingos) duomenyse. IV interviu ši tema yra visų penkių tyrimo dalyvių (Aleksa, Ramunės, Onos, Ingos ir Tamaros) duomenyse.

Kalbėdami apie kitus grupės dalyvius tyrimo dalyviai apibūdina juos kaip kolegas: */.../ kolegiškumas toks /.../ mes vieni kitiems labai daug padėjome, kad visgi susirinkome (Inga, III interviu); ir: /.../ pirmiausia kolegos. ... Chm, aš tikėjausi, kad, na, kažkaip, kad bus atsakymas, žinai, žmonės (Ramunė, IV interviu).* Be to, jie yra suvokiami kaip tie, kurie prisideda prie asmeninių pokyčių: */.../ jie man dabar jau yra grupė, kuri padėjo susitvarkyti su konkrečiais labai sunkumais (Ramunė III).* Šiame etape ypač vertinama grupės dalyvių parama ir vienas kito supratimas: */.../ labai dėkinga savo grupei už palaikymą /.../ nes jie visi profesionalai, o aš – ne /.../ jie mane priėmė (Inga, IV interviu).*

Dalyvių tarpusavio atvirumas grupėje yra santūrus: *mes bendraujame asmeniškomis temomis, bet nesame tokie atlapširdžiai (Ona, III interviu).* Tyrimo dalyviai pastebi, kad bendravimas grupėje ir už jos ribų pradeda mažai skirtis: */.../ ne tai, kad dingsta ribos tarp grupės ir ne grupės, bet nebėra tokio kontrasto (Ona, III interviu);* tyrimo dalyviai pastebi tarpasmeninės sąveikos

grupėje ir joje vykstančių procesų suvokimą apsunkinantį bendravimo už grupės ir programos ribų poveikį: */.../ tie santykiai nori ar nenori, jie tęsiasi. Žmogaus pažinimas, nori ar nenori, jisai tęsiasi. Ir va tas, na, labai veikia. (Ramunė III).* Todėl apsisprendžiama riboti tarpusavio santykius: */.../ aš patyriau, kad aš nenorėčiau nei su kuo nors gyventi, nei su kuo nors iš dalyvių tarpo tarpusavyje bendrauti (Ramunė, III interviu).*

Santykiuose tarp dalyvių ryškiausiai dominuoja kolegiškumas ir santūrumas bei asmeniškųjų santykių už patirtinės grupės ribojimas. Toks santykis – tai būdas, kurį gali rinktis grupės dalyviai, siekdami sumažinti sumaištį dėl nepakankamai jiems aiškių bendravimo patirtinėje grupėje ir už jos ribų skirtumų. Be to, dalyviai apsiranta vieni su kitais, todėl ir jų elgesys tampa vis tolygesnis. Tai irgi gali būti vis mažiau besiskiriančio elgesio patirtinėje grupėje ir už jos ribų priežastis.

### **3.2.2.2. Buvimo terapeutu patirtis**

III interviu ir IV interviu ši tema yra visų penkių tyrimo dalyvių (Ramunės, Ingos, Onos, Alekso ir Tamaros) duomenyse.

Rengimąsi vesti grupę lydi išankstinis nerimas: */.../ jau kažkoks nerimas buvo nuo pavasario /.../ tokia jaudinanti būsena, nes reikės vesti, būti kažkaip su grupe (Ona, III interviu).* Šį nerimą dalyviai iš dalies sieja su tuo, kad jų darbas bus stebimas ir vertinamas: */.../ tas žinojimas, kad aplink sėdi profesionalai (Ona, III interviu).* Be to, jiems baisu nevaldyti savęs arba situacijos grupėje: */.../ o jei pradėsiu kokius nors visiškai nesuvokiamus dalykus daryti? (Ona, III interviu); arba: /.../ pavyzdžiui, kad būsiu neatidus, kad užsiimsiu kažkuo ne tuo, ko reikia (Aleksas, III interviu).* Todėl patys būdami grupės terapeutais jie sąmoningai vengia sudėtingų situacijų: */.../ sudėtingų išgyvenimų grupėje vengiau – o jei viskas nueis per toli ir aš nesusitvarkysiu? (Ona, III interviu).* Jau veddami grupę, vieni išgyvena pasimetimo ir neaiškumo jausmus dėl to, ką turi daryti grupėje: */.../ aš iki galo taip ir nesupratau, ką turiu daryti kaip terapeutė, o ko – ne (Tamara, III*

interview). Kiti aiškiau supranta savo funkcijas: */.../ man yra visiškai aiškūs mano tikslai, mano funkcijos, mano vieta (Ramunė, IV interview)*. Be to, dalyviams sunku įvertinti savo paties, kaip grupės terapeuto indėlį į tai, kas vyksta grupėje: */.../ sunku atskirti, kur mano darbas, o kur grupės (Ona, III interview)*.

Remdamiesi savo patirtimi dalyviai mėgina apibrėžti sau buvimo grupės dalyviu ir terapeutu skirtumus: */.../ turi būti nuolatinė refleksija to, ką ten darau, kaip esu. Man atrodo, kad tuo ir skiriasi dalyvio ir terapeuto pozicija (Ona, III interview)*. Būdami grupės terapeutais dalyviai jaučia skirtumą tarp grupės dalyvio ir terapeuto pozicijų, siedami šį skirtumą su atsakomybės pokyčiais: */.../ tai visai kitaip – būti grupėje dalyviu ir būti terapeutu. Tai du visiškai skirtingi dalykai. Aš net negalvojau, kad tai taip skiriasi /.../ būti grupės vedėju – tai didelė atsakomybė /.../ aš pajaučiau labai stiprų ryšį su kiekvienu, tai man taip pat kėlė nuostabą, kad toj kėdėj tokie stebuklai vyksta (Inga, IV interview)*.

Buvimas terapeutu atriboja nuo kitų grupės dalyvių: */.../ yra toks kažkoks jausmas, kad iškrenti iš proceso (Ona, IV interview)*. Dalyviai pastebi, kad vien tik artėjant grupės vedimo laikui tampa sunku įsitraukti į grupės darbą: */.../ aš gi sėdėsiu šioje kėdėje, ar ne? Tai veikė, atitraukdavo nuo grupės dalyvio pozicijos, nes aš laukiau, kad aš vesiu grupę (Ona, III interview)*. Be to, ši pozicija grupėje jiems atima nemažai jėgų: */.../ kiek pas mus buvo vedėjų ir kiek pas mus buvo grupių, labai įdomu, kad dvi paskutines sesijas išsenka jėgos (Inga, IV interview)*. Dalyviai pastebi, kad nepatyrusiam terapeutui nėra lengva išlaikyti savo poziciją grupėje: */.../ užmiršta ten, na, atsakomybę už procesą, už ten laiką, už struktūrą (Ramunė, IV interview)*.

Grupės dalyviai pastebi, kad jiems yra svarbi ankstesnė bendra patirtis su grupės terapeutu, kuris dabar veda grupę, nes tai padeda geriau suprasti jo elgesį ir iš to mokytis: */.../ ir aš turiu galimybę atsekti ir motyvus, kodėl jisai taip daro, ir kokį tai gali turėti ryšį su jo pasaulėžiūra, galbūt net atsekti kažkokį netgi tam tikrą santykį ir požiūrį į, į šią grupę, konkrečią, šitoj va studijoje arba konkrečius dalyvius (Ramunė III)*. Ankstesnė santykių patirtis

veikia ir tai, kaip yra suprantamas ir vertinamas pats terapeuto darbas: */.../ Ji gerai dirba grupėje [kaip dalyvė], ar ne? Aš jos visiškai negirdėjau ir labai nusivyliau (Inga, III interviu); ir: /.../ na, kas man ten kaip dalyviui, na, nuolat kažko trūksta iš manęs ten, taip ir iš terapeuto lygiai tas pats ten ėjo – na, ir vėl ten to paties trūksta. (Ramunė, IV interviu).*

Tyrimo dalyviai jaučia, kad nepatyręs terapeutas turi per mažai įtakos grupėje vykstantiems procesams: */.../ padėtų toks teisingas grupės terapeuto įsikišimas, bet mes dar kol kas tokie nelabai išmanantys (Ona, IV interviu).* Grupės terapeutas dažniausiai buvo suvokiamas kaip silpnas tais momentais, kai dalyviai jausdavo, kad jis nesupranta, kas vyksta grupėje: */.../ jis kalba apie prasmes, o grupėje visai kiti dalykai vyksta (Ona, IV interviu);* arba lengvai sutikdavo su tuo, kas vyksta grupėje: */.../ man trūko juose griežtumo, atramos taško /.../ su kuo galima pakonfrontuoti /.../ nes kai tave visą laiką priima, pradedi galvoti, kad viską šauniai darai /.../ o paskui paaiškėja, kad savo išgyvenimuose ir verdi (Aleksas, III interviu).* Todėl dalyviai empatiškai atlaidžiai priima nepatyrusio terapeuto darbą: */.../ aš visgi turėjau omeny, kad prieš mane žmogus, kuris mokosi (Ona, III interviu);* ir jaučia vienas kito palaikymą */.../ grupė į mane žiūrėjo taip: „greičiau, na“. Jų žvilgsniai buvo tokie: „nagi, nagi“ (Ona, III interviu);* arba patys palaiko tuos, kurie veda grupę: */.../ visada grupėje atsirasdavo kažkas, kas būdavo antrasis terapeutas, kuris stengdavosi padėti terapeutui (Aleksas, III interviu).* Dalyviai sąmoningai stengdavosi būti aktyvesni ir taip padėti besimokančiam terapeutui: */.../ aš nebūčiau buvusi tokia aktyvi, jei pas mus būtų patyręs terapeutas (Tamara, III interviu).*

Ši tema, kuri atspindi antro tyrimo etapo rezultatuose, yra viena iš dominuojančių ir svarbiausių temų patirtinės grupės dalyvių pasakojimuose. Buvimas grupės terapeutu jiems yra viena iš reikšmingiausių patirčių ir išgyvenama kaip savotiškas dvigubas iššūkis. Viena vertus, tai yra programos dalyvio kaip profesionalo išbandymas. Tai atspindi dalyvių noras būti gerais grupės terapeutais – valdyti grupėje vykstančius procesus, duoti kitiems grupės dalyviams naudos. Kartu tai yra iššūkis dalyviui kaip programos studentui,

kuris yra stebimas ir vertinamas, – parodyti, kiek jis išmoko, suprato, ir kaip tuo gali pasinaudoti dirbdamas su grupe. Dalyviams trūksta pasitikėjimo savimi ir kitais kaip grupės terapeutais: jie vengia sudėtingų situacijų ir išgyvenimų, teikia per daug paramos ir pritarimo, patys stengiasi būti aktyvesni ir palankesni dalyviai. Pati grupės terapeuto pozicija daugeliui jų nėra pakankamai aiški. Norėdami aiškiau suvokti grupės terapeuto poziciją tyrimo dalyviai priešpastato šį vaidmenį grupės dalyvio vaidmeniui ir juos lygina. Pirmiausia dalyviai bando suvokti grupės terapeuto atsakomybę ir funkcijas grupėje: kuo jos skiriasi nuo grupės dalyvio atsakomybės ir funkcijų. Be to, daugeliui mažai pažįstama ir nauja veikla reikalauja iš jų daug pastangų. Šias pastangas dar apsunkina tai, kad jiems reikia keisti dalyvio ir grupės terapeuto pozicijas vienoje ir toje pačioje grupėje su tais pačiais dalyviais. Turima bendra patirtis dalyviams ir padeda ir trukdo. Ji daro įtaką tam, kaip tyrimo dalyviai suvokia vieni kitus kaip grupės terapeutus, veikia su terapeuto darbu siejamus lūkesčius ir terapeuto darbo vertinimą. Šiuose lūkesčiuose ir vertinime susipina vieno ir to paties asmens suvokimas tiek kaip grupės terapeuto, tiek kaip jau pažįstamo grupės dalyvio ir bendramokslio, apie kurį kiekvienas grupės dalyvis jau yra susidaręs savo nuomonę ir yra užmezgęs pakankamai apibrėžtus ir nusistovėjusius santykius.

### 3.2.2.3. Santykis su supervizoriais

III interviu ši tema yra keturių tyrimo dalyvių (Aleksa, Ramunės, Onos ir Ingos) interviu duomenyse. IV interviu ši tema yra visų penkių tyrimo dalyvių (Aleksa, Ramunės, Onos, Ingos ir Tamaros) interviu duomenyse.

Grupės vedimo patirtis priartina programos dalyvių ir supervizorių pozicijas: */.../ aš jaučiuosi artimesnė supervizoriams po to, kai pati vedžiau grupę, ne tik buvau dalyve (Ona, III interviu); ir: /.../ aš jau pati buvau terapeute ir kažkaip supratimas jau kitas /.../ galiu kalbėti jų kalba (Inga, IV interviu).* Be to, dalyviai pastebi, kad jaučia didesnę supervizorių pripažinimą: */.../ jie daugiau padeda rasti iš savęs nei pataria, ir tai išties gerai, nors ir ne*

*taip aišku, bet iš tikrųjų parodo, kad ir šitas terapeutas kažką gali, ir ne viską blogai supranta (Ona, III interviu); ir atidumą: /.../ supervizoriai tapo švelnesni (Inga, III interviu).*

Dalyvių nuomone, supervizoriai tampa jų koterapeutais: /.../ o supervizoriai čia ryškiausiai pasirodė kaip koterapeutai (Ona, IV interviu); ir jaučia stiprią jų įtaką grupės eigai: /.../ jie [supervizoriai] pateikia tokią racionalią analitinę išklotinę to, kas vyko su grupe /.../ bet jie duoda ir emocinę reakciją, ir visa tai kartu, man atrodo, nulemia grupės eigą. Nes kitą dieną, kaip taisyklė, akivaizdžiai ar ne, bet remiamasi tuo, ką pasakė supervizoriai (Aleksas, III interviu). Dalyviams supervizoriai yra tie, kurie padeda besimokančiam terapeutui suprasti savo veiksmus grupėje: /.../ supervizoriai iš tikrųjų padeda išsiaiškinti vedėjo poziciją ir veiksmus, nes mums patiems, sakau, sunku tai suprasti ir pilnai priimti (Aleksas, III interviu). Ir priešinasi supervizorių kaip terapeutų pozicijai: /.../ bet aš nenoriu, kad jie būtų mano terapeutai /.../ išeina, kad intervencijos tai terapinės, bet santykis tai ne. Santykis yra mokytojo ir mokinio (Ramunė, IV interviu).

Dalyviai pastebi, kad pradeda skirtis jų ir supervizorių požiūriai, ir tai išgyvena kaip asmeninę brandą: /.../ kažkaip mane tai džiugino, kad ne visada sutapo su supervizorių. Anksčiau kažkaip man tai buvo rimta priežastis susimąstyti, ką pražiopsojau. Dabar mano požiūris į supervizorius – tokie patys žmonės, tebūnie ir labiau patyrę (Aleksas, IV interviu).

Šiame tyrimo etape santykis su supervizoriais (kaip ir dalyvių santykis vienu su kitais) pasižymi aiškesniu kolegiškumu: supervizorius dalyviai suvokia kaip labiau patyrusius ir drauge juos pačius labiau pripažįstančius ir palaikančius kolegas, kurie patirtinėje grupėje atlieka jau ne tiek netiesioginių terapeutų kiek koterapeutų vaidmenį. Dalyvių požiūris į grupėje vykstančius procesus tampa ne toks priklausomas nuo supervizorių vertinimų.

### 3.2.3. Temos, kylančios iš mokymosi programos struktūros ir formalių reikalavimų konteksto

**Grupės aptarimų suvokimas.** Grupės aptarimuose įžvelgiama grupės tąsa, tačiau jie išgyvenami emociškai lengviau ir yra suvokiami kaip supervizijos bei kolegiška bendramokslių parama. Dalyviams sudėtinga duoti ir gauti grįžtamąjį ryšį apie nepatyrusio terapeuto darbą.

Toliau bus išsamiau pristatyta ši tema ir jos pokyčiai III ir IV interviu.

#### 3.2.3.1. Grupės aptarimų suvokimas

III interviu ši tema yra keturių tyrimo dalyvių (Aleksa, Onos, Tamaros ir Ingos) interviu duomenyse. IV interviu ši tema yra visų penkių tyrimo dalyvių (Aleksa, Ramunės, Onos, Ingos ir Tamaros) interviu duomenyse.

Grupės aptarimai ir toliau (lyginant su I ir II interviu) suprantami kaip grupės tąsa: */.../ jie tikrai buvo jaučiami kaip proceso tąsa (Ona, IV interviu)*, kuri gali padėti išspręsti grupėje kylančius sunkumus: */.../ net laukdavau, gal ką pasakys, ir tai padės (Ona, IV interviu)*.

Dalyviai pastebi, kad šie aptarimai jiems yra emociškai lengvesni: */.../ jie nebuvo tokie sunkūs, kaip tada, kai buvo terapeutai, tada, pradžioje, kur dėmesys tam, kas vyko grupėje (Inga, III interviu)*. Jie pradedami suvokti kaip supervizijos: */.../ dabar dėmesys buvo tam, kaip dirba terapeutas (Inga, III interviu)*.

Sudėtinga yra duoti grįžtamąjį ryšį kaip supervizoriui: */.../ aš žinojau savo, kaip supervizoriaus nepajėgumą (Aleksas, III interviu)*; ir sunku priimti grįžtamąjį ryšį apie savo darbą: */.../ ir, žinai, po darbo, na, iš karto jauti kur ten ką „praleplina“ ar, žinai, ten kažką pridirbai, žinai, tai taip, na, jautru (Ramunė, IV interviu)*.

Dalyviai pažymi, kad patys duoda labai tausojantį grįžtamąjį ryšį apie terapeuto darbą: */.../ duoti grįžtamąjį ryšį buvo sunku. Aš taip pasakyčiau. Nes*

*... aš stengiausi vengti ten kažkokių, kai aptardavau kito darbą. Stengiausi rasti žodžius, išsireiškimus, kurie neužgautų (Ona, III interviu ir IV panašiai). Ir tai sieja tiek su noru padėti besimokančiajam, tiek su jų santykiais ne vien grupėje ar aptarimų metu: /.../ pirmiausia, žinoma, galvoji apie žmogų, kas jam padės, ar kažkaip palaikys /.../ dar, žinoma, apie tai, kad ir toliau su tuo žmogumi reikės dirbti, apie tolesnius santykius su juo. Nuo to negali visiškai atsiriboti (Ona, III interviu).*

Antrame tyrimo etape ši tema apibrėžia patirtinės grupės aptarimus kaip grupės darbo supervizijas, kurios gali patobulinti ir paskatinti grupėje vykstančius procesus. Šiame etape ši tema atspindi mažėjančią dalyvių savęs vien kaip patirtinės grupės dalyvių suvokimą. Akivaizdesnis tampa dalyvių savęs kaip besimokančiųjų ir būsimų grupės terapeutų suvokimas. Tai atspindi ir padidėjęs jų kaip profesionalų pažeidžiamumas: dalyviams tampa svarbu tai, kaip jie yra vertinami ir priimami kaip profesionalai. Dalyviai tiek patys tikisi, tiek kitiems stengiasi duoti tausojančią grįžtamąją ryšį apie jų darbą grupėje. Pasirinkti tausojančią grįžtamąją ryšį skatina ir už patirtinės grupės ribų susiklostę asmeniniai ir profesiniai bendramokslių santykiai: vengdami įtampos šiuose santykiuose dalyviai riboja kritišką grįžtamąją ryšį.

### **3.3. Rezultatų analizė ir aptarimas**

Patirtinių grupių, skirtų rengti grupių terapeutus, daugialypiškumas kyla iš skirtingų – mokymosi ir terapinio, patirtinio – kontekstų, su juose egzistuojančiais skirtingais tikslais, vaidmenimis ir tarpasmeniniais santykiais, susidūrimo vienoje ir toje pačioje grupėje. Remdamiesi iš šio tyrimo duomenų kylančiomis temomis detaliau atskleisime šį daugialypiškumą ir jo įtaką patirtinės grupės dinamikai.

### 3.3.1. Daugialypiškumas dalyvių santykiuose su grupe

Remiantis šio tyrimo rezultatais galima teigti, kad vienas iš aspektų, padedančių atskleisti patirtinės grupės mokymosi kontekste daugialypiškumą, yra mokymo programos ir grupės dalyvių santykis su patirtine grupe.

*Daugialypiškumas išankstiniuose dalyvių lūkesčiuose.* Pasirinkdami grupių terapeutų rengimo programą tyrimo dalyviai pasirenka ir dalyvavimą patirtinėje grupėje, nes ji yra esminė grupių terapijos mokymo priemonė. Priklausomai nuo savo asmeninių poreikių, įsivaizdavimų, turimų žinių (ties apie grupių terapiją, ties apie patirtines grupes) bei turimos asmeninės ir profesinės patirties, patirtinės grupės dalyviai orientuojasi į skirtingus patirtinės grupės aspektus – arba mokymąsi, arba į jiems aktualius terapinius poreikius. Skirtingų aspektų akcentavimas skatina skirtingų grupės normų formavimąsi ir taip daro įtaką tolesniam grupės darbui. Šio tyrimo rezultatuose tai geriausiai atspindi tema „*Išankstiniai dalyvių lūkesčiai*“<sup>1</sup>.

Ši tema atskleidžia išankstinį mokomosios patirtinės grupės suvokimo nevienareikšmiškumą: ateidami į grupę dalyviai jau turi arba nevienodą šių grupių sampratą, arba skirtingą dalyvavimo panašiose grupėse patirtį, arba skirtingus asmeninius norus, susijusius su šiomis grupėmis, arba savitą visų šių dalykų derinį. Skirtingi akcentai jau pačioje patirtinės grupės pradžioje suteikia dvilypumo ir prieštaravimo patirtinių grupių dalyvių pozicijoms, nes kelia klausimus, kaip ir kiek patirtinėse grupėse, kurios yra skirtos rengti grupių terapeutus, galima suderinti ir realizuoti skirtingus asmeninius ir profesinius lūkesčius, kurie iš jų yra svarbesni, tuo labiau, kad asmeninių ir profesinių lūkesčių įgyvendinimas reikalauja gan skirtingų elgesio grupėje būdų.

---

<sup>1</sup> „*Išankstiniai dalyvių lūkesčiai*“: ankstesnė dalyvių patirtis, kuri nurodo panašios patirties praeityje vertingumą, turimos profesinės žinios ir praktinio darbo patirtis formuoja išankstinius lūkesčius ir daro įtaką patirtinės grupės suvokimui bei elgesio būdų joje pasirinkimui (I interviu).

Išankstiniai lūkesčiai yra svarbūs visų grupių, taigi ir patirtinės grupės, formavimuisi ir tolesniam darbui, nes remdamiesi jais dalyviai vertina tai, kas vyksta grupėje, ir renkasi elgesio grupėje būdus. Yalom ir Leszcz (2005) nurodo, kad grupės dalyvių lūkesčiai yra svarbūs formuojantis grupės normoms, kuriančioms socialinę terapinę santykių sistemą, ir taip telkiančioms grupę. Dalyvių lūkesčiai kuria grupės normas, nurodydami, ko grupės dalyviai tikisi iš savęs, vieni iš kitų ir iš grupės terapeutų. Jei dalyvių lūkesčiai nėra įvardinami ir tikslinami, iškyla grėsmė, kad jie nesutaps ar net prieštaraus grupės tikslams. Be to, skirtingi dalyvių lūkesčiai akcentuoja skirtingas grupės normas ir pageidaujamą grupėje elgesį. Esant prieštaringsiems lūkesčiams formuojasi prieštaringos grupės normos t. y. skirtingi patirtinės grupės dalyviai gali vadovautis skirtingomis normomis ir tai pristabdo grupės sutelktumo formavimąsi. Todėl Yalom ir Leszcz (2005) rekomenduoja nuo pat pradžių skatinti dalyvius aiškiai formuluoti savo norus ir pageidautinus dalyvavimo grupėje rezultatus bei skirti jiems pakankamai dėmesio. Išties, kaip parodė šio tyrimo rezultatai, išsamesnis ir atidesnis dalyvių išankstinių lūkesčių aptarimas leistų aiškiau įvardinti tiek programos dalyvių asmeninius tikslus, tiek bendrai aptarti patirtinės grupės tikslus. Patirtinių grupių dalyvių lūkesčių aptarimas gali būti viena iš svarbių mokomųjų patirtinių grupių darbo temų, bent jau pirmuose grupės darbo etapuose.

*Daugialypiškumas patirtinių grupių tiksluose.* Išankstiniai lūkesčiai yra tik vienas aspektas, nurodantis dalyvių patirties ilgalaikėje patirtinėje grupėje daugialypiškumą. Kitas aspektas, kuriame jis atsispindi, yra patirtinių grupių tikslų suvokimas. Galima būtų teigti, kad nevienareikšmiškai suvokiami patirtinės grupės tikslai yra dalyvių skirtingų lūkesčių rezultatas, tačiau sumaištis dėl patirtinės grupės tikslų perteikia ne tik ir ne tiek skirtingus dalyvių lūkesčius, kiek pačios mokomosios patirtinės grupės daugialypiškumą.

Nors dalyviai turi savo išankstinių įsivaizdavimų apie tai, kas turi ir gali vykti patirtinėje grupėje, iš esmės dalyvavimas tokioje grupėje jiems yra visiškai unikali patirtis, kurios jie neturi su kuo palyginti ir dėl to negali

savarankiškai ar iš anksto suformuluoti aiškiau apibrėžtų tiek pačios patirtinės grupės, tiek savo asmeninių tikslų. Šios patirties unikalumą kuria ir tai, kad patirtinės grupės dalyviai ne tik dalyvauja grupėje, bet ir profesiskai reflektuoja bei analizuoja savo pačių patirtį ir grupę, kurioje dalyvauja. Toks asmeninės patirties ir profesinės refleksijos derinys lemia, kad tai, kas iš pirmo žvilgsnio gali atrodyti ne itin sudėtinga – mokytis iš savo asmeninės dalyvavimo grupėje patirties – nėra lengvai įgyvendinama.

Patirtinės grupės dalyviai susiduria su būtinybe toje pačioje grupėje derinti savo lūkesčius, programos reikalavimus ir konkrečios patirtinės grupės tikslus. Tai skiria tokią grupę nuo psichoterapinių grupių, kuriose bendrieji psichoterapiniai tikslai yra derinami su individualiais kiekvieno grupės dalyvio tikslais (Yalom & Leszcz, 2005). Jei individualūs dalyvio tikslai yra nesuderinami su grupės tikslais, jis tiesiog nepakliūna į grupę arba nukreipiamas į tokią grupę, kuri geriausiai atitinka jo turimus poreikius. Tačiau patirtinės grupės dalyviai neišvengiamai turi ieškoti būdų derinti skirtingus ir iš pradžių prieštaringai suvokiamus grupės tikslus. Tai atspindi tema „*Patirtinės grupės tikslai*“<sup>2</sup>, kuri išlieka viena iš dominuojančių temų viso pirmojo mokymų etapo metu.

Yalom (1985) nurodo, kad tiek grupės, tiek individualių dalyvių tikslų įvardinimas yra vienas svarbiausių grupės darbo pradžios uždavinių. Nuo sėkmingo tikslų apibrėžimo priklauso darbo grupėje produktyvumas: kuo tikslai aiškesni ir konkretesni, tuo didesnė tikimybė tinkamai juos įgyvendinti grupėje. Tiek Yalom ir Leszcz (2005), tiek Rose (2008) pažymi, kad klausimas apie mokomosios patirtinės grupės tikslus yra sudėtingas ir painus. Tai puikiai atspindi ir šio tyrimo dalyvių patirtis. Dalyviai intensyviai ieško atsakymo į klausimą, kokia tai (mokymosi ar terapinė) grupė, bando susigaudyti, ką visi programos dalyviai, tarp jų ir grupės vedantys patyrę terapeutai bei jas stebintys supervizoriai, jose veikia, koks kiekvieno iš jų vaidmuo ir tikslai

---

<sup>2</sup>„*Patirtinės grupės tikslai*“: grupės tikslai dalyviams yra dviprasmiški ir nepakankamai aiškūs, o asmeniniai tikslai yra per menkai įvardinami (I-II interviu).

šiose grupėse. Taigi, patirtinių grupių tikslai yra ne tokie aiškūs kaip psichoterapinių grupių tikslai. Pirmiausia šių grupių dalyviams tenka ieškoti atsakymų į klausimus, kokie grupės tikslai – mokymasis ar grupės dalyvio patyrimas – yra (ar turi būti) pirminiai ir kaip šią pirmenybę supranta tiek kiti programos dalyviai, tiek šias grupes vedantys terapeutai, tiek grupes stebintys ir grupės darbą vertinantys supervizoriai. Atsakymų į klausimą, ar patirtinė grupė yra terapinė ar mokymosi grupė, paiešką apsunkina tai, kad iš tiesų neįmanoma pasirinkti kurio nors vieno iš šių variantų. Patirtinės grupės dalyviams tenka mokytis suprasti ir derinti šiuos tikslus. Dėl to ir šio tyrimo dalyviai visą pirmą tyrimo etapą ieško savo vietos ir asmeninės pozicijos tarp šių dviejų polių. Ir tam tikrus paieškų rezultatus jau galime matyti pirmo etapo II interviu rezultatuose, kai tyrimo dalyviai pradeda daugiau orientuotis tiesiog į patirties grupėje įgijimą, o ne į atsakymo, kokia tai grupė – mokymosi ar terapinė – paiešką.

Yalom ir Leszcz (2005) didelį patirtinių grupių dalyvių dėmesį klausimui, ar patirtinė grupė yra skirta mokymuisi ar asmeninei patirčiai ir augimui, linę priskirti prie gynybinio dalyvių elgesio grupėje apraiškų, vengiant asmeniškiau atsiskleisti ir įsitraukti į darbą grupėje. Tačiau žvelgiant į šio tyrimo rezultatus, tokius patirtinės grupės dalyvių bandymus susigaudyti, kokie yra patirtinės grupės tikslai (ne tik teorinės ir praktinės priežastys, dėl kurių jos yra įtraukiamos į mokymosi programas), sunku priskirti vien tik dalyvių psichologinei gynybai. Kaip suderinti mokymąsi ir asmeninius pokyčius, kai šie tikslai reikalauja skirtingų pozicijų ir elgesio? Šis klausimas yra svarbus patirtinės grupės dalyviams. Jis yra susijęs su bendraisiais grupės tikslais ir jų apibrėžtimi: remiantis bendraisiais grupės tikslais formuojasi asmeniniai dalyvių tikslai (Kočiūnas, 1998). Kai bendrieji grupės tikslai stokoja aiškaus apibrėžtumo, dalyviams sudėtinga pasirinkti asmeninius tikslus grupėje. Ieškodami atsakymo į klausimą, kokia tai grupė, patirtinės grupės dalyviai bando susigaudyti ir savo asmeniniuose tiksluose bei galimybėse juos pasiekti

mokomojoje patirtinėje grupėje (tema „*Patirtinės grupės tikslai*“<sup>3</sup>). Individualūs tikslai formuluojami ir performuluojami visos grupės metu: jie turi būti aptariami, konkretinami, tikslinami tol, kol lieka tie, kuriuos įmanoma įgyvendinti grupėje (Yalom, 1985). Asmeninių tikslų patirtinėje grupėje apibrėžimas taip pat suteikia aiškumo ir gali padėti prisitaikyti prie sudėtingos patirtinės grupės realybės. Vienas iš bendrųjų tokios grupės tikslų galėtų būti dalyvių asmeninės motyvacijos mokytis suvokimas. Tuo labiau, kad tokia motyvacija būdinga ir būtina tokios patirtinės grupės dalyviams. Šios motyvacijos suvokimas gali paskatinti patirtinės grupės dalyvius ieškoti būdų, padedančių įgyvendinti šią motyvaciją šioje konkrečioje patirtinėje grupėje su konkrečiais jos dalyviais ir šią grupę vedančiais patyrusiais grupės terapeutais. Šios motyvacijos apibrėžimas gali būti stipri grupę vienijanti jėga. Todėl atsižvelgiant į tai, kiek daug dėmesio patirtinėje grupėje buvo skirta grupės tikslams, svarbu atkreipti dėmesį, kad dalyvių asmeninės ir mokymosi motyvacijos ir tikslų apibrėžimas ir aiškumas, gali padėti dalyviams priimti ir pačios patirties, įgyjamos šiose grupėse, daugialypiškumą.

*Daugialypiškumas ir grupės silpnumo ir nesaugumo išgyvenimas.*

Mokomosios patirtinės grupės daugialypiškumas atspindi ne tik prieštaringuose ir sunkiai derinamuose tiksluose. Susidurdami su daugialypiu patyrimu vienoje ir toje pačioje grupėje, patirtinės grupės dalyviai joje jaučiasi nesaugiai, o tai, kad grupė yra mokymo programos dalis ir yra vedama profesionalams, skatina abejoti joje vykstančių grupinių procesų ir dalyvių elgesio natūralumu (tema „*Grupės silpnumo ir nesaugumo išgyvenimas*“<sup>4</sup>).

---

<sup>3</sup>„*Patirtinės grupės tikslai*“: Grupės tikslų asmeninis apibrėžimas suteikia aiškumo ir padeda sąmoningai saugoti save ir pasirinkti priimtinius elgesio grupėje būdus (III-IV interviu).

<sup>4</sup>„*Grupės silpnumo ir nesaugumo išgyvenimas*“:

Grupė yra nepakankamai susitelkusi, jai trūksta bendrumo ir aiškesnių ribų. Turimos profesinės žinios trikdo natūralią jos raidą. Bendravimas grupėje stokoja atvirumo ir nuoširdumo. Joje jaučiama konkurencija ir baiminamasi būti spontaniškiems bei parodyti savo pažeidžiamumą (I-II interviu).

Grupę palaiko dalyvavimas mokymo programoje, ji suvokiama kaip pasyvoka, stokojanti bendrų tikslų, nepakankamai pateisinanti dalyvių lūkesčius (III-IV interviu).

Saugumas yra būtinas kuriant ir palaikant terapinį santykį, atsiskleidžiant dalyviams. Jis lemia ir bendrą grupės dalyvių pasitenkinimą grupe ir joje gaunamu patyrimu (Payne, 2001; Robson & Robson, 2008). Bet kurioje grupėje yra susiduriama su nesaugumo jausmo keliamais išgyvenimais, tačiau patirtinėje grupėje gaunamos patirties daugialypiškumas įneša savo indėlį į saugumo ir nesaugumo grupėje suvokimą. Bendravimas neišvengiamai vyksta tiek patirtinėje grupėje, tiek už jos ribų. Tokio bendravimo neišvengiamumas didina dalyvių pažeidžiamumo (tiek grupėje tiek ir už jos ribų) jausmą, mažina jų atvirumą, skatina labiau rūpintis konfidencialumu ir slėpti intensyvius, asmeniškai svarbius ar neigiamus išgyvenimus baiminantis, kad jų atskleidimas ar išsakymas turės nepageidaujamų pasekmių. Tiek patirtinėje grupėje, tiek už jos ribų susiformavę dalyvių tarpusavio santykiai veikia grupės dinamiką, nes dalyviai siekia išlaikyti tuos santykius, kurie juos tenkina. Visa tai riboja elgesio ir vieno į kitus reagavimo spontaniškumą ir taip lėtina grupės raidą. Patirtinės grupės silpnumo išgyvenimas siejamas su tuo, kad grupė telkiasi ne taip sparčiai kaip dalyviams norėtųsi.

Pažeidžiamumo ir nesaugumo jausmas bei grupės silpnumo išgyvenimas skatina patirtinės grupės dalyvius demonstruoti savo profesines žinias ir įgūdžius grupėje ar dirbtinai kurti bei spartinti grupės procesus, tuo labiau, kad patirtinės grupės dalyviai turi savus, neretai teorinėmis žiniomis ar ankstesne patirtimi grįstus įsivaizdavimus, kokia turi būti brandi ir produktyviai dirbanti grupė. Be to, nuo patirtinės grupės ir joje vykstančių procesų priklauso ir pats mokymosi procesas – jo egzistavimas ir kokybė. Pastangos spartinti grupės formavimąsi sukuria dirbtinumo įspūdį ir palaiko grupės kaip silpnos suvokimą. Mokymosi kontekstas ir savita grupės sudėtis (esami ir būsimieji profesionalai) sukuria prielaidas įžvelgti dirbtinumą patirtinėje grupėje vykstančiuose procesuose, profesinių įgūdžių dalyvių elgesyje apraiškose, ir tai skatina dalyvius abejoti vieni kitų elgesio grupėje nuoširdumu. Jiems sunku susigaudyti, kiek kitų (o ir jų pačių) reakcijos yra natūralios ir spontaniškos, o kiek išmoktos ir atspindinčios turimas žinias apie pageidaujamą dalyvių elgesį grupėje. Tai neigiamai atsiliepia dalyvių pasitikėjimui vienu kitais.

Nesaugumo jausmą grupėje kelia ir dalyvių jaučiama konkurencija. Psichoterapinės grupės dalyviai neretai konkuruoja tarpusavyje dėl grupės terapeuto ir vienas kito dėmesio (Yalom, 1985), o patirtinėje grupėje dar konkuruojama ir siekiant pademonstruoti savo profesinį supratingumą bei kompetenciją, siekiant didesnio pripažinimo ar geresnio įvertinimo.

Nesaugumas patirtinėje grupėje yra susijęs su nepakankamai aiškiais vaidmenimis. Patirtinę grupę vedančių patyrusių terapeutų vaidmuo grupėje nėra pakankamai aiškus: kas jis – grupės terapeutas ar mokytojas, demonstruojantis darbo su grupe būdus, kiek rimtai jis žiūri į dalyvavimo patirtinėje grupėje pasekmes jų dalyviams, ar tikrai rūpinasi jų psichologine gerove? Dalyviams patirtinėje grupėje yra baisu nesulaukti tinkamos grupės terapeuto pagalbos.

Dalyvių nesaugumo jausmus patirtinėje grupėje gali skatinti ir tai, kad net ir nebūdama psichoterapine grupe, patirtinė grupė suteikia jos dalyviams intensyvios asmeninės ir emocinės patirties, kurios jie nesitiki ar nėra nusiteikę gauti. Patirtinės grupės dalyviai, net turėdami svarbių terapinių poreikių, pirmiausia ateina į programą mokytis, todėl ženklių asmeninių pokyčių ir gilių išgyvenimų tikimybė (kuri kartais yra suvokiama kaip grėsmė) skatina riboti savo aktyvumą grupėje, tuo labiau, kad intensyvūs emociniai išgyvenimai padaro mokymosi procesą sudėtingesnį.

Grupės silpnumo ir nesaugumo išgyvenimas yra susijęs ir su dalyvių bendrumo stoka. Daugelis grupių teoretikų ir praktikų (Yalom & Leszcz, 2005; Corey et al., 2014) pabrėžia tinkamos atrankos į grupę svarbą, o mokymosi kontekstas tokią atranką tarsi nuvertina ar ignoruoja. Ribotos atrankos galimybės daro įtaką patirtinės grupės sudėčiai. Tai, kad atranka vyksta ne į grupę, o į programą, gali būti viena iš neigiamos patirties tokiose grupėse priežasčių (Rose, 2008). Šis aspektas skatina atkreipti dėmesį į grupės kompoziciją – kokie dalyviai sudaro grupę, kuo jie panašūs ir kuo skiriasi. Asmeninio išskirtinumo grupėje išgyvenimas, kai dalyviai ženkliai skiriasi vienas nuo kito tiek savo asmeninėmis savybėmis, tiek profesine patirtimi sukuria papildomas prielaidas jaustis nesaugiai grupėje, bijoti atstūmimo ar

pernelyg jautriai reaguoti į jį primenančius pastebėjimus. Dalyvių išgyvenamas skirtingumas ir bendrumo stoka apsunkina vienas kito priėmimą ir trukdo sklandžiai formuotis grupės sutelktumui. Todėl, remiantis šio tyrimo duomenimis, galima teigti, kad programų vadovai, kurie patirtines grupes renkasi kaip pagrindinę grupių terapeutų mokymo ir rengimo priemonę, turėtų daugiau dėmesio skirti dalyvių atrankai. Sudėtingais patirtinės grupės egzistavimo ir darbo etapais ją palaiko dalyvių mokymosi motyvacija ir užsimezgantys reikšmingi kolegiški santykiai. Todėl galima daryti prielaidą, kad ši motyvacija ir santykių kolegiškumas gali būti stipri patirtinę grupę vienijanti jėga, į kurią verta atkreipti tiek programų organizatorių, tiek šias grupes vedančių terapeutų, tiek pačių patirtinės grupės dalyvių dėmesį.

Patirtinės grupės kaip silpnos ir nesaugios išgyvenimo aktualumas priklauso nuo grupės sudėties stabilumo: jei keičiasi grupės sudėtis ar grupė sumažėja, šio išgyvenimo aktualumas dalyviams padidėja.

Skirtingi dalyvių lūkesčiai, prieštarinčiai suvokiami grupės tikslai, nepakankamai įgyvendinami lūkesčiai, kad patirtinė grupė turi atitikti terapinę grupę, yra susiję su patirtinės grupės silpnumo ir nesaugumo išgyvenimu. Tai, kad grupės dalyviams ilgai nepavyksta atrasti savo pozicijos dėl patirtinės grupės tikslų, apsunkina grupės, kaip vieningos visumos, kuri siekia bendrų tikslų, formavimąsi. Tik įgaudami konkrečios dalyvavimo patirtinėje grupėje patirties jos dalyviai pradeda aiškiau suvokti patirtinę grupę kaip darnią visumą, turinčią savų dėsningumų, kurie yra nepavaldūs dirbtinam jų skatinimui. Tai atspindi tyrimo dalyvių pasakojimuose išskylanti tema „*Grupės formavimasis*“<sup>5</sup>. Grupės raidos dėsningumų priėmimas padeda dalyviams elgtis grupėje natūraliau ir lengviau priimti bei suprasti grupės eigą. Gali būti, kad patirtinės grupės silpnumo ir nesaugumo išgyvenimas yra susijęs tiek su lėtu grupės formavimusi, kiek su tuo, kad patirtinės grupės dalyviai sunkiau išgyvena grupės pradinę ir pereinamąją stadijas (Yalom, 1985), nes

---

<sup>5</sup> „*Grupės formavimasis*“: Įgaunant dalyvavimo grupėje patirtį, atsiranda didesnis grupės kaip visumos jausmas, grupės dalyviai reaguoja ir elgiasi natūraliau. Grupė pradedama suvokti kaip turinti savus dėsnius ir savitą gyvenimą (II interviu).

sureikšmina produktyvų grupės darbo etapą, su kuriuo sieja didžiausią asmeninę ir profesinę naudą.

*Daugialypiškumas ir grupės procesų nenutrūkstamumas.* Patirtinių grupių daugialypiškumo patirtį perteikia dar viena tema – „*Patirtinės grupės nenutrūkstamumas*“<sup>6</sup>.

Mokomoji patirtinė grupė nėra atskira ir savarankiška – ji yra mokymo proceso dalis. Todėl grupės dinamika apima ne tik konkrečios patirtinės grupės, bet ir visos mokymų programos dinamiką. Šis tyrimas apėmė penkis mokomuosius seminarus, kuriuos užbaigdavo patirtinė grupė (trys I etape ir du II tyrimo etape). Kiekviename seminare ją vedavo skirtingi grupės terapeutai. Nepaisant to, dalyvių patirtyje šie seminarai buvo jungiami į bendrą visumą. Grupės procesų nenutrūkstamumas yra susijęs su pačių patirtinių grupių procesų perkėlimu tiek už grupės ribų, tiek iš vieno seminaro į kitą: yra ne tik patirtinės grupės dinamika, bet yra ir bendros grupės dinamika t. y. grupės žmonių, kurie atėjo mokytis ir mokosi, dinamika. Šie du dinamikos aspektai ne tik egzistuoja drauge, bet ir sąveikauja tarpusavyje. Taip yra dėl to, kad grupėje užsimezgantys santykiai tęsiasi ir už jos ribų, ir tai keičia santykius grupėje. Į tai svarbu atkreipti dėmesį patirtinių grupių terapeutams, nes jie susiduria su grupe, kurios gyvavimo istorija nuolat pildoma naujais įvykiais ir ne vien patirtinėje grupėje besiplėtojančiais santykiais: paskaitos, santykiai su dėstytojais, supervizoriais taip pat atsiliepia patirtinės grupės procesams, nes veikia jos dalyvius. Būtent gebėjimas pastebėti, įvardinti šiuos mokomųjų patirtinių grupių aspektus ir reflektuoti jų įtaką patirtinės grupės dinamikai, būsimiems grupių terapeutams yra svarbi patirtis, nes padeda jiems suvokti terapinėse grupėse vykstančių procesų įvairumą ir sudėtingumą.

---

<sup>6</sup> „*Patirtinės grupės nenutrūkstamumas*“:

Grupės procesas tęsiasi iš vienos grupės į kitą ir yra nuolat reflektuojamas, taip visą mokymosi programą padarydamas viena dinamine grupe (I-II interviu).

Studijos suvokiamos kaip vientisas nenutrūkstamas procesas: visi programos dalyviai (studentai, supervizoriai, dėstytojai ir terapeutai) suvokiami kaip vienos didelės dinaminės grupės dalyviai (III-IV interviu).

Kaip rodo gauti tyrimo rezultatai, patirtinių grupių procesų nenutrūkstamumą atspindi ir patirtinių grupių aptarimų patirtis (tema „*Grupės aptarimų suvokimas*“<sup>7</sup>). Aptardami patirtinių grupių darbą, grupės dalyviai gali pamatyti ir pačios grupės daugialypiškumą. Grupės aptarimai savotiškai pratęsia ir papildo patirtinės grupės dinamiką. Emociniai dalyvių santykiai, užsimezgę patirtinėje grupėje, išlieka ir grupės aptarimo metu. Šie besitęsiantis emociniai santykiai ir vidiniai išgyvenimai apsunkina patirtinės grupės dalyvių perėjimą nuo grupės proceso patyrimo prie jo aptarimo, nes grupės dalyviai teikia pirmenybę savo kaip grupės dalyvių patirčiai, jo išgyvenimui ir įprasminimui. Patirtinės grupės dalyvių asmeninė patirtis jiems tampa savitu atskaitos tašku, kuriuo remiantis vertinama teorija, supervizorių ir kitų dalyvių grįžtamasis ryšys. Patirtinės grupės procesų nenutrūkstamumą ir daugiasluoksniškumą atspindi tai, kad dalyviai daug dėmesio skiria būtent emocinio perėjimo iš patirtinės grupės į jos aptarimą sunkumams.

Patirtinės grupės aptarimai padeda jų dalyviams geriau suprasti, kas vyksta grupės metu. Jie padeda ne tik mokytis, bet ir geriau suprasti tuos santykius, kurie kuriasi patirtinėje grupėje. Grupės dinamikos analizė iš esmės yra panaši į tai, ką Yalom (1985) priskiria vienai iš pagrindinių grupės terapeutų funkcijų – grupės dinamikos aiškinimui – todėl neretai patirtinės grupės dalyviai ją vertina kaip asmenišką ar terapinę intervenciją, keliančią didžiausią dalyvių pasipriešinimą aptariant patirtinę grupę. Grupės dinamikos analizės artumas grupės dinamikos aiškinimo funkcijai grupės aptarimus priartina prie patirtinės grupės išgyvenimų. Toks artumas reikalauja papildomų

---

<sup>7</sup> „*Grupės aptarimų suvokimas*“:

Aptarimai yra skirti išsamiai grupės proceso analizei ir supratimui bei formuoja profesionalų požiūrį į grupę. Be to, jie yra savita patirtinės grupės tąsa. Emociniai santykiai užsimezgę grupėje išlieka ir aptarimuose, o pasinėrimas į grupėje gautą asmeninę patirtį trukdo matyti grupėje vykstančių procesų visumą. Asmeninę patirtį neretai yra skausminga analizuoti, ypač kai ji prieštarauja gaunamam grįžtamajam ryšiui (I-II interviu).

Grupės aptarimuose įžvelgiama grupės tąsa, tačiau jie išgyvenami emociškai lengviau ir suvokiami kaip supervizijos bei kolegiška bendramokslių parama. Dalyviams sudėtinga duoti ir gauti grįžtamąjį ryšį apie nepatyrusio terapeuto darbą (III-IV interviu).

pastangų atriboti grupės patyrimą nuo mokymosi proceso. Tai, kad šis procesas nėra lengvas, rodo ir įvairios papildomos priemonės, kurių imasi dalyviai siekdami atskirti skirtingus mokymosi ir asmeninių išgyvenimų kontekstus (pvz., asmeninių užrašų naudojimas ar kreipimasis individualios psichoterapinės pagalbos, kurie padeda sumažinti emocinių išgyvenimų ar asmeninių sunkumų, trukdančių mokytis, intensyvumą).

Pastangas atskirti mokymosi ir asmeninių išgyvenimų kontekstus atspindi ir laiko tarpo tarp patirtinės grupės ir jos aptarimo svarba patirtinės grupės dalyviams (tema „*Laiko struktūravimas, analizių rašymas ir mokymosi aplinka*“<sup>8</sup>). Patirtinės grupės darbo aptarimai tampa emociškai lengvesni, jei juose mažiau kalbama apie grupės dalyvių asmeninę dinamiką ir daugiau dėmesio skiriama besimokančiojo grupės terapeuto darbui ir jo analizei. Tada grupės aptarimai suvokiami ne tiek kaip tiesioginė grupės tąsa, o kaip grupės darbo supervizija, skatinanti patirtinės grupės procesus. Mažėjant terapinės patirties intensyvumui laiko tarpas tarp patirtinės grupės ir jos aptarimo nebėra toks svarbus (pvz., susitelkti ties pradedančiojo terapeuto darbu yra lengviau nei atsiriboti nuo asmeninių kaip dalyvio išgyvenimų). Be to, sudėtingumą atskirti patirtinėje grupėje ir jos aptarime vykstančius procesus atskleidžia ir dalyvių poreikis išoriškai atskirti ar pakeisti fizinę erdvę, kurioje jie vyksta: kai sunku atsiriboti nuo dalyvio patirties, orientuojamasi į tai, kaip aplinka gali padėti (pvz., dalyviai nori, kad grupė ir aptarimai vyktų skirtingose patalpose, kitaip sėdint ir pan.).

*Daugialypiškumas ir patirtinės grupės profesinė ir asmeninė reikšmė jos dalyviams.* Patirtinės grupės mokymosi kontekste daugialypiškumas atspindi ir vertinant patirtinės grupės profesinę ir asmeninę reikšmę jos dalyviams. Tai

---

<sup>8</sup> *Laiko struktūravimas, analizių rašymas ir mokymosi aplinka*“: Programos dalyviams yra svarbus laiko tarpas tarp darbo grupėje, jo aptarimo ir analizių rašymo. Analizių rašymas padeda suprasti tai, kas vyko grupių metu. Sudėtinga, kai visas darbas vyksta toje pačioje aplinkoje susėdus ratu (I-II interviu).

perteikta temoje „*Patirtinė grupė kaip žinių įprasminimo ir asmeninių pokyčių priemonė*“<sup>9</sup>.

Patirtinė grupė suteikia dalyviams skirtingą ir įvairią patirtį: ji ne tik moko, bet ir keičia dalyvius. Viena vertus, dalyvavimas grupėje sustiprina grupių terapijos teorijos mokymosi rezultatus, konkrečiai patirtimi įprasmina teorinius konstruktus ir sąvokas. Dalyvavimas grupėje, kaip rašo Yalom ir Leszcz (2005), padeda geriau suprasti grupės dalyvio patirtį, grupės formavimosi ir funkcionavimo dėsningumus. Be to, dalyvavimas patirtinėje grupėje keičia jos dalyvių tarpusavio santykius, padeda priimti vieniems kitus ir ugdyti toleranciją kitoniškumui. Tai ypač svarbu, kai grupės dalyviai yra skirtingi, o atranką nulemia mokymosi programos reikalavimai. Yalom ir Leszcz (2005) atkreipia dėmesį į tai, kad tinkamai vedamos patirtinės grupės paskatina efektyvesnius, nuoširdesnius santykius tarp bendramokslių ir padeda įveikti tarpusavio bendravimo sunkumus, kurie trukdo produktyviai mokytis. Kita vertus, dalyvavimas grupėje keičia ir pačius patirtinės grupės dalyvius. Intensyvi patirtis skatina mokytis pasitikėti savimi, savo patirtimi, savo gebėjimais ir grupės dinamikos supratimu. Šio tyrimo rezultatai atskleidė, kad dalyvaudami patirtinėje grupėje jos dalyviai mokosi priimti tiek vieni kitų, tiek savo individualumą ir plėsti profesines žinias. Be to, patirtinė grupė sudaro sąlygas užsimegzti gilesniems kolegiškiems santykiams: bendra patirtis skatina jų tarpusavio pasitikėjimą. Taigi, patirtinės grupės ne tik padeda suprasti ir įsisavinti teoriją, bet ir keičia santykius tarp bendramokslių, skatina asmeninius pokyčius. Dėl to jose gaunama patirtis nėra vienalytė.

---

<sup>9</sup>„*Patirtinė grupė kaip žinių įprasminimo ir asmeninių pokyčių priemonė*“:

Asmeninė patirtis grupėje padeda geriau suprasti teoriją ir tai, kas vyksta grupėje su jos dalyviais, lengviau juos priimti, užmegzti aiškesnius tarpusavio santykius. Ši patirtis formuoja savarankiškesnį požiūrį į darbą grupėje (I-II interviu).

Dalyvavimas grupėje ir programoje padėjo įsisąmoninti bei apibrėžti asmeninius tikslus, paskatino savarankiško ir savito požiūrio į darbą grupėje atradimą, padėjo suprasti grupės dalyvių patirties sudėtingumą, susieti teorines sąvokas su patyrimu ir orientuotis, kokių žinių reikia (III-IV interviu).

### 3.3.2. Daugialypiškumas tarpasmeniniuose santykiuose ir vaidmenyse

Gauti tyrimo rezultatai rodo, kad kitas aspektas, perteikiantis dalyvių patirties daugialypiškumą ilgalaikėje patirtinėje grupėje, yra tarpasmeniniai santykiai, kurie apima dalyvių tarpusavio santykius, santykius su grupių terapeutais ir grupių supervizoriais.

#### Patirties daugialypiškumas ir dalyvių tarpusavio santykiai.

Daugialypiškumas dalyvių santykiuose atskleidžiamas temoje „*Santykiai su kitais dalyviais*“<sup>10</sup>. Dalyvių santykiai jau savaime yra daugialypiai, nes apima įvairius kontekstus (paskaitas, patirtinę grupę, jos aptarimą, neformalų bendravimą), kuriuose šie santykiai egzistuoja.

Besimokantiems grupių terapijos jų tarpusavio santykiai yra vieni svarbiausių tiek patirtinėje grupėje, tiek už jos ribų. Būsimų grupės terapeutų lūkesčiai siejami ne tik su mokymo programa ir patirtine grupe, bet ir su reikalavimais vienų kitiems. Viena vertus, dideli dalyvių lūkesčiai yra siejami su reikalavimais kitų dalyvių profesionalumui: iš dalyvių tikimasi žinių, pageidaujama darbo grupėse patirties. Kita vertus, dalyviai vieni iš kitų tikisi atvirumo, nuoširdumo. Nepaisant šių lūkesčių patirtinės grupės dalyviai iš anksto nepasitiki nei vieni kitų profesionalumu, nei atvirumu: jie yra linkę abejoti ir nepakankamai vertinti vieni kitus. Nors tokie dalyvių tarpusavio santykiai dažnai yra būdingi pradiniam bet kokios psichologinės grupės raidos etapams, patirtinėje grupėje juos sustiprina natūrali kolegiška konkurencija,

---

<sup>10</sup> „*Santykiai su kitais dalyviais*“:

Grupės dalyviai suvokia vieni kitus kaip nepakankamai patrauklius artimesniam atviram bendravimui, bet jiems yra svarbus vienas kito priėmimas. Jų elgesį grupėje keičia tiek ankstesni santykiai tiek bendravimas ne tik grupėje (I-II interviu).

Dalyviai yra suvokiami kaip kolegos, prisidedantys prie asmeninių pokyčių. Santykiai, grindžiami santūriu atvirumu, tarpusavio parama, bet vengiama bendravimo už grupės ir programos ribų (III-IV interviu).

kylanti tarp bendramokslių, ir bendravimas ne tik patirtinėje grupėje. Santykiai už grupės ribų daro įtaką ir patys yra veikiami santykių grupėje. Tai, kad dalyviai palaiko santykius ne tik patirtinėje grupėje, bet ir už jos ribų, padidina dalyvių pažeidžiamumą ir poreikį saugoti savo privatumą. Toks elgesys riboja dalyvių atvirumą, spontaniškas reakcijas, ypač stabdo konfrontaciją, kurios skatinimą Yalom ir Leszcz (2005) įvardina kaip vieną iš pagrindinių grupių darbo principų. Pereinamasis grupės darbo etapas, kai reikia įveikti asmeninę gynybą, per didelį susirūpinimą kitų požiūriu į save, atstūmimo baimę bei mokytis priimti įvairų grįžtamąjį ryšį apie save, yra sudėtingas bet kurios psichologinės grupės dalyviams. Taip pat nelengva atskleisti ir įvardinti konfliktus, neišvengiamai kylančius tarp grupės dalyvių. Įveikti šį etapą patirtinėje grupėje yra sudėtingiau, nes yra sunkiau atskleisti asmenišką, ne visada teigiamą požiūrį į kitą ar kitus dalyvius, kadangi už patirtinės grupės ribų yra svarbu išlaikyti priimtą socialinį bendravimą, būtiną mokantis kartu. Todėl pereinamasis grupės etapas, kuriame dalyviai yra susirūpinę tarpusavio santykiais, kitų požiūriu į juos, išgyvena sunkumus atsiskleisti ir mokosi įvardinti kylančius konfliktus (Yalom, 1985), patirtinėje grupėje gali užsitęsti. Be to, nėra pakankamai aišku, kaip elgtis su patirtinėje grupėje užsimezgančiais santykiais, ir tai taip pat skatina grupės dalyvius vengti atviresnio ir artimesnio bendravimo. Šio tyrimo rezultatai rodo, kad dalyviai bando spręsti santykiuose kylančius sunkumus ar neaiškumus ne tik patirtinėje grupėje, bet ir už jos ribų (bandant savarankiškai juos išsiaiškinti ar tiesiog ribojant bendravimą).

Grupėje yra svarbus grupės dalyvių tarpusavio patrauklumas, kaip noras būti ir bendradarbiauti vieniems su kitais. Yalom ir Leszcz (2005) nurodo grupės patrauklumą jos dalyviams kaip vieną iš grupės sutelktumo atributų. Corey ir kiti (2014) taip pat rašo apie tai, kad grupės patrauklumas ir sutelktumas yra glaudžiai tarpusavyje susiję: kuo grupės dalyviai yra vieni kitiems patrauklesni, tuo grupės sutelktumas yra didesnis, ir tuo saugiau dalyviai jaučiasi grupėje. Jei grupės dalyviai suvokia vieni kitus kaip itin

skirtingus ar per mažai atitinkančius vieni kitų lūkesčius, jiems yra sunkiau užmegzti nuoširdžius ir atvirus santykius grupėje, nors ir jaučia jų poreikį.

Yalom ir Leszcz (2005) bei Corey ir kiti (2014) pažymi, kad grupės darbo pradžioje, pirmuose jos bendro darbo etapuose, dalyviai daugiau dėmesio skiria tarpusavio skirtumams ir neretai juos pernelyg sureikšmina, todėl vienas iš grupės terapeutų uždavinių šiuose etapuose yra padėti grupės dalyviams pastebėti tai, kas gali sieti dalyvius. Patirtinėse grupėse svarbus vienijantis veiksnys galėtų būti jų dalyvių mokymosi motyvacija ir tikslai, dėl kurių patirtinės grupės dalyviai nusprendė mokytis grupių terapijos. Formuojantis grupei, tolesniuose jos raidos etapuose, vis svarbesni ir lengviau pastebimi tampa dalyvių tarpusavio panašumai. Patirtinės grupės dalyviai svarbiausią juos jungiantį bendrumą atranda kolegiškame santykiuje. Šis santykis jiems ypač svarbus būnant grupės terapeutais ir gaunant grįžtamąjį ryšį apie savo darbą. Užsimezgas reikšmingam kolegiškam santykiui, dalyvių bendravimas patirtinėje grupėje ir už jos ribų skiriasi mažiau. Dalyviai, palaikydami santūriai atvirus kolegiškus santykius, gali mažiau dėmesio skirti santykių patirtinėje grupėje ir už jos ribų apibrėžimui.

Patirties daugialypiškumas ir santykiai su patyrusiais grupių terapeutais ir patirtinės grupės supervizoriais. Kai vienoje ir toje pačioje grupėje susipina skirtingi žinių ir įgūdžių įgijimo bei asmeninio keitimosi ir augimo kontekstai, su juose egzistuojančiais skirtingais tikslais ir susimaišiusiais vaidmenimis bei tarpusavio santykiais, patyrusių grupės terapeutų vaidmuo taip pat praranda savo įprastą aiškumą. Paprastai grupės terapeutas yra tas asmuo, kuris formuoja ir telkia grupę, tinkamai atrinkdamas jos dalyvius, diegdamas terapinei grupei tinkamas elgesio normas, išsiaiškindamas dalyvių lūkesčius, padėdamas jiems apibrėžti bendruosius grupės ir asmeninius, individualius grupės dalyvių tikslus (Yalom, 1985). Patirtinėje grupėje terapeutui yra sudėtinga, o kartais net neįmanoma, nuosekliai įgyvendinti šių uždavinių. Pirmiausia taip yra dėl to, kad grupės terapeutas ateina į jau suformuotą grupę. Be patirtinėje grupėje skatinamų ir pageidaujamų elgesio normų, jau egzistuoja

tam tikros besimokančiųjų grupės elgesio normos, kurios neretai yra net neįvardinamos, tačiau veikia patirtinės grupės eigą, dalyvių tarpusavio bendravimą. Jei patirtinę grupę pakaitomis veda skirtingi patyrę terapeutai (taip, kaip tai yra ir šiame tyrime), jie perima grupę su tam tikra patirtimi, kurios jie nežino, ir dėl to neturi galimybės tinkamai ją įvardinti ir panaudoti grupės darbe. Dėl to ir tokios patirtinės grupės dalyviai patyrusius grupės terapeutus linkę įvardinti kaip tuos, kurie demonstruoja grupės terapeuto funkcijas ir vaidmenį grupėje bei gali būti terapeuto elgesio grupėje modeliai, ir ryškesnio asmeninio ryšio su jais neįvardina. Toje pačioje grupėje susidūre skirtingi kontekstai sukuria vaidmenų sumaištį ir patirtinės grupės dalyviams yra sunkiau priimti patyrusius grupės terapeutus kaip grupės terapeutus ir priskirti jiems visas grupės terapeuto funkcijas. Tai atspindi tema „*Grupės terapeuto vaidmuo patirtinėje grupėje*“<sup>11</sup>.

Visiškai kitoks yra tyrimo dalyvių santykis su patirtinės grupės supervizoriais. Kaip atskleidžia šio tyrimo rezultatai, būtent jiems dalyviai priskiria svarią dalį grupės terapeutams būdingų funkcijų (tema „*Supervizoriai kaip autoritetai, mokytojai ir netiesioginiai grupės terapeutai*“<sup>12</sup>). Todėl santykis su jais ir jų grįžamojo ryšio suvokimas nėra vienareikšmis. Viena vertus, patirtinės grupės dalyviai suvokia supervizorius kaip autoritetus ir mokytojus, iš kurių jie gali mokytis suprasti ir reflektuoti grupės dinamiką. Kita vertus, patirtinės grupės supervizoriai yra suvokiami kaip tie, kurie reikšmingai veikia tiek grupės procesus ir jos raidą, tiek daro asmeninę, terapiniais principais pagrįstą, įtaką grupės dalyviams. Sprendžiant iš gautų

---

<sup>11</sup> „*Grupės terapeuto vaidmuo patirtinėje grupėje*“: Grupės terapeutas yra autoritetas ir darbo grupėje pavyzdys, jis rūpinasi ir kontroliuoja grupėje vykstančius procesus, tačiau kartais nepakankamai rūpestingai naudojasi dalyviais demonstruodamas metodą (I-II interviu).

<sup>12</sup> „*Supervizoriai kaip autoritetai, mokytojai ir netiesioginiai grupės terapeutai*“: Supervizoriai yra tie, kurie pateikdami įvairius požiūrius sudėlioja akcentus, padeda susigaudyti grupės procesuose. Jų grįžtamasis ryšys yra suvokiamas kaip ypač vertingas, veikiantis grupės eigą ir turintis terapinį poveikį. Supervizorių ir dalyvių požiūrių į tai, kas vyksta grupėje, sutapimas skatina dalyvius pasitikėti savo grupių dinamikos supratimu (I-II interviu).

tyrimo rezultatų, patirtinės grupės supervizoriai yra kur kas svarbesni patirtinės grupės dalyviams nei ją vedę terapeutai. Tai skatina atkreipti programų vadovų ir supervizorių dėmesį į tai, kad supervizuodami patirtines grupes, jie dalyviams yra kur kas daugiau nei supervizoriai. Be to, šis patirtinių grupių aspektas yra itin mažai tyrinėtas ir mokslinėje literatūroje nepavyko rasti apie jį jokių apibrėžtesnių duomenų. Todėl pateiksime kiek smulkesnę gautų tyrimo duomenų analizę.

Pirmame tyrimo etape net šeši iš aštuonių tyrimo dalyvių (I interviu) suvokia programos supervizorius pirmiausia kaip netiesioginius grupės terapeutus, ir tik trys tyrimo dalyviai įvardina juos kaip mokytojus ir autoritetus (tema „*Supervizoriai kaip autoritetai, mokytojai ir netiesioginiai grupės terapeutai*“). Šiame patirtinės grupės etape daugelį supervizorių reakcijų grupės dalyviai supranta kaip terapines intervencijas arba intervencijas, skirtas paveikti ir kreipti patirtinės grupės darbą. Panašu, kad tai, jog patirtinės grupės terapeutai keičiasi, o supervizoriai išlieka tie patys visuose patirtinės grupės darbo etapuose (visuose mokymų seminaruose) sudaro palankias sąlygas priskirti jiems nemažą dalį grupių terapeutų funkcijų, nes būtent šie supervizoriai žino ir mato kiekvieno grupės dalyvio ir visos grupės dinamiką, kaip ji keičiasi iš grupės į grupę, ir reflektuoja ją grupės darbo aptarimuose. Supervizorių bandymus paveikti patirtinės grupės eigą tyrimo dalyviai įžvelgia ne tik patirtinės grupės aptarimų, bet ir paskaitų metu. Taigi, dalyviai į supervizorius mokymų pradžioje reaguoja labiau kaip į autoritetingus terapeutus nei kaip į mokytojus. Nors supervizorių kaip netiesioginių grupės terapeutų funkcija grupės dalyviams išlieka dominuojanti, įgydami daugiau žinių ir dalyvavimo patirtinėje grupėje ir jos aptarimuose patirties, vis daugiau programos dalyvių apie juos kalba kaip apie mokytojus ir autoritetus (penki dalyviai iš aštuonių). Tai rodytų stipresnio profesinio ryšio su supervizoriais formavimąsi: patirtinės grupės dalyviai pradeda tiksliau suvokti grupės supervizorių pastabas, įžvelgia jose daugiau profesinio

atspindėjimo ir refleksijų nei asmeninių vertinimų bei intervencijų (tema „*Santykis su supervizoriais*“<sup>13</sup>).

Antro tyrimo etapo rezultatai atskleidžia, kad keičiantis darbo grupėje pobūdžiui keičiasi ir dalyvių santykis su supervizoriais. Didesnė dalis grupės dalyvių (trys iš penkių) įvardina jį kaip lygiavertiškesnį ir labiau palaikantį. Šį santykio pokytį grupės dalyviai linkę sieti su jų gauta grupės vedimo patirtimi. Būtent ši patirtis įvardinama kaip priartinanti besimokančiuosius prie profesionalų ir supervizorių pozicijų. Supervizoriai šiame etape suvokiami kaip koterapeutai ar labiau patyrę kolegos. Jų grįžtamasis ryšys suvokiamas daugiau kaip kolegiška pagalba grupių terapeutams nei kaip asmeninė intervencija dalyviams.

*Patirties daugialypiškumas ir buvimo grupės terapeuto patirtis.* Buvimo grupės terapeuto patirtį patirtinės grupės dalyviai lengviausiai susieja su besimokančiųjų vaidmeniu (tema „*Buvimo terapeuto patirtis*“<sup>14</sup>). Tai akivaizdžiai atspindi jų nerimas dėl savo kaip grupės terapeuto darbo ir jo vertinimų. Be to, patys pakaitomis vesdami patirtinę grupę, kurioje dalyvauja, grupės dalyviai pasimeta patirtinėje grupėje atliekamuose grupės dalyvio ir terapeuto vaidmenyse: reali grupės vedimo patirtis atskleidžia, kad nepaisant turimų žinių, gautos dalyvio patirties, visgi nėra pakankamai aiškos grupės terapeuto ir grupės dalyvio funkcijos bei jų skirtumai. Šio aiškumo stoka trukdo efektyviau atlikti grupės terapeuto vaidmenį. Patys vesdami patirtinę grupę ir įgiję asmeninės patirties, būsimieji grupių terapeutai mokosi apibrėžti grupės dalyvio ir grupės terapeuto vaidmenis ir uždavinius grupėje. Tai, kad

---

<sup>13</sup> „*Santykis su supervizoriais*“: Santykis su supervizoriais išgyvenamas kaip lygiavertiškesnis ir labiau palaikantis. Dalyvių nuomone, supervizoriai tampa grupės koterapeutais, veikiančiais grupės procesus (III-IV interviu).

<sup>14</sup> „*Buvimo terapeuto patirtis*“: Buvimas terapeuto išgyvenamas kaip sunki, bet laukiama patirtis. Rengimasi būti grupės terapeuto lydi nerimas ir baiminimasis nevaldyti situacijos grupėje. Programos dalyviai mokosi skirti grupės dalyvio ir terapeuto pozicijas grupėje. Požiūrį į terapeutą lemia turimi santykiai. Nepatyręs terapeutas suvokiamas kaip turintis nedaug galios grupėje vykstantiems procesams. Jo darbas vertinamas atlaidžiai ir su užuojauta (III-IV interviu).

grupės dalyviai nėra tik grupės dalyviai, bet dar ir bendramoksliai, sukuria papildomų sunkumų, atskiriant šiuos vaidmenis. Viena vertus, patirtinėje grupėje gauta bendra patirtis padeda geriau suprasti, kokią įtaką terapeuto asmenybė, bendravimo stilius daro jo darbui ir santykiui su grupe. Kita vertus, ši bendra patirtis kuria išankstinius lūkesčius jiems kaip grupės terapeutams. Be to, bendra patirtis ir kolegiškas santykis skatina patirtinės grupės dalyvius padėti pradedančiajam grupės terapeutui, dalintis su juo atsakomybe už tai, kas vyksta grupėje. Toks dalyvių elgesys tiek teigiamai, tiek neigiamai veikia patirtinės grupės dinamiką: iš vienos pusės tai savotiškai iškreipia tarpasmeninę sąveiką grupėje, nes dalyviai elgiasi ne visiškai natūraliai, iš kitos – tai skatina pačius patirtinės grupės dalyvius prisiimti daugiau atsakomybės už tai, kas vyksta patirtinėje grupėje. Be to, bendravimas ne tik patirtinėje grupėje, bet ir už jos ribų lemia tai, kad patys būdami patirtinės grupės vedėjais jos dalyviai vengia aštresnių, sudėtingesnių temų grupėje, vengia konfrontacijos ar konfliktų, ir tai apriboja grupės raidos galimybę. Tokių jų elgesį skatina nepasitikėjimas savimi kaip grupės terapeutu, nes jiems sudėtinga atriboti savo kaip dalyvio patirtį ir reakcijas į kitus grupės dalyvius nuo grupės terapeuto uždavinių vykdymo.

Apibendrinant reiktų paminėti, kad šio tyrimo rezultatuose ilgalaikės patirtinės grupės dalyvių patirties daugialypiškumas atsiskleidė per tyrimo dalyvių lūkesčių ir patirtinės grupės tikslų prieštarinę suvokimą, bandymus derinti mokymąsi ir dalyvio patirties įgijimą, taip pat per dalyvių santykių grupėje, aptarimuose ir už jų ribų tarpusavio įtaką bei profesionalių grupės terapeutų ir programos supervizorių vaidmenų supratimą ir jo dinamiką.

Skirtingi išankstiniai dalyvių lūkesčiai ir nepakankamai apibrėžti bendrieji patirtinės grupės ir individualūs dalyvių tikslai skatina formuotis prieštaringas elgesio normas grupėje ir taip lėtina grupės raidą ir grupės sutelktumo formavimąsi. Grupės sutelktumą skatina ne tiek individualūs grupės dalyvių tikslai ir jų derinimas su grupės tikslais, kiek patirtinės grupės dalyvių mokymosi motyvacija ir užsimezgantys kolegiški bendradarbiavimo

santykiai. Bendravimo ne tik patirtinėje grupėje neišvengiamumas skatina dalyvius jaustis pažeidžiamesnius ir labiau rūpintis konfidencialumu, didina dalyvių gynybiškumą ir mažina atvirą, spontanišką reagavimą, ypač dalyvių konfrontaciją, kuri yra svarbi, skatinant grupės raidą. Patirtinės grupės dalyvių išgyvenama bendrumo ir panašumo stoka lėtina vienas kito priėmimą ir grupės sutelktumo formavimąsi. Patirtinės grupės terapeutų vaidmuo praranda savo įprastą grupės terapeuto vaidmens aiškumą, be to dalis jo funkcijų yra priskiriama patirtinės grupės supervizoriams, kurie aiškina grupės dinamiką. Patirtinės grupės darbo refleksija papildo jos dinamiką. Ši refleksija ir santykiai už patirtinės grupės ribų integruojasi į grupės procesą. Visos šios ypatybės skiria patirtinės grupės, vedamos rengiant būsimuosius grupių terapeutus, dinamiką nuo įprastų psichoterapinių grupių ir patirtinių grupių, skirtų terapeutų asmenybės augimui ar tik jų darbo įgūdžių lavinimui, dinamikos.

### **3.4. Tyrimo ribotumai ir tolesnių tyrimų galimybės**

Kaip ir kiekvienas mokslinis tyrimas, čia aprašomas tyrimas turi savų apribojimų. Pasirinkta kokybinė tyrimo strategija neleidžia daryti plačių apibendrinimų – visi gauti tyrimo rezultatai pristatomi tik aprašomos grupės kontekste. Tuo labiau, kad šiame darbe buvo tyrinėta tik viena vienos mokymų programos grupė, o kiekviena grupė turi savų dinamikos ypatumų, kurie taip pat gali turėti įtakos tyrimo rezultatams ir akcentams juose. Tai susiaurina gautus rezultatus ir jų supratimą. Norit įvertinti ir išskirti bendrus patirtinėms grupėms, skirtoms rengti grupių terapeutus, būdingus ypatumus reikia tolesnių nuoseklių šios srities tyrinėjimų, kurie apimtų didesnę ir įvairesnę šių grupių skaičių. Todėl šis tyrimas yra skirtas ne tiek rezultatams apibendrinti, kiek tolesniems mokomųjų patirtinių grupių tyrinėjimo klausimams kelti. Tyrimo rezultatus riboja ir tai, kad tyrimo dalyviai atstovauja tik vienai grupinės terapijos mokyklai. Skirtingų mokymo programų įtraukimas į tokius tyrimus

svariai išplėstų dalyvių patirties patirtinėse grupėse supratimą. Daugialypiškumas apima labai įvairius patirtinės grupės aspektus, todėl tolesniuose tyrimuose būtų svarbu kaip įmanoma išsamiau atskleisti kiekvieną iš jų.

Atliekant tolesnius patirtinių grupių tyrimus, būtų svarbu daugiau dėmesio skirti su mokymosi programos struktūra ir formaliais reikalavimais susijusiai dalyvių patirčiai. Patirtinės grupės ir jų aptarimo procesai šio tyrimo dalyvių dažnai buvo suvokiami kaip pratęsiantys ir papildantys vieni kitus, tačiau ši sąveika yra dar labai mažai tyrinėta ir nepakankamai aiški. Šiuo metu kur kas daugiau dėmesio susilaukia patirtinių grupių paplitimo ir struktūros aprašymai (Markus & King, 2003; Merta, Wolfgang, & McNeil, 1993; Shumaker, Ortiz, & Brenninkmeyer, 2011). Be to, kaip parodė šio tyrimo rezultatai, santykiai su supervizoriais yra labai svarbūs tyrimo dalyviams. Šie santykiai yra mažai tyrinėti ir nepakankamai aiškūs, todėl jiems taip pat svarbu skirti daugiau dėmesio. Remiantis šio tyrimo duomenimis, galima įžvelgti, kad skirtingi dalyvių patirties aspektai mokomojoje patirtinėje grupėje yra glaudžiai tarpusavyje susiję, todėl ateityje būtų svarbu skirti atskirą dėmesį kiekvienam iš jų. Tai padėtų detaliau ir aiškiau suvokti jų tarpusavio sąveiką. Šio tyrimo rezultatai atskleidė tyrimo dalyvių susirūpinimą atranka į programą, painiavą dėl patirtinės grupės tikslų. Susiejant šiuos rezultatus su ne itin gausia literatūra, aprašančia tokias patirtines grupes (Rose, 2008; Johns, 2012), tolesniuose tyrimuose svarbu daugiau dėmesio skirti ir šiems klausimams.

## 4. IŠVADOS

1. Būsimųjų grupės terapeutų patirties daugialypiškumas ilgalaikėje patirtinėje grupėje apima jų santykį su ilgalaikėje patirtinėje grupėje, programos struktūra ir tarpasmeninius santykius.
2. Ilgalaikės patirtinės grupės daugialypiškumas keičia grupės dinamiką lėtinamas grupės sutelktumo formavimąsi ir grupės raidą:
  - skirtingi išankstiniai dalyvių lūkesčiai ir nevienareikšmiškai suvokiami patirtinės grupės tikslai trukdo formuotis bendroms ir vienareikšmiškomis patirtinės grupės normoms ir apsunkina produktyvesnių elgesio būdų grupėje pasirinkimą;
  - bendravimas skirtinguose kontekstuose (ne tik grupėje, bet ir už jos ribų – paskaitose, laisvalaikio ar pan.) skatina dalyvius jaustis pažeidžiamesnius, labiau rūpintis konfidencialumu ir riboti spontaniškumą.
3. Būsimųjų grupės terapeutų patirties daugialypiškumas ilgalaikėje patirtinėje grupėje atspindi jų santykių su patyrusiais grupės terapeutais ir keičia jų vaidmens suvokimą: patyrę grupės terapeutai yra suvokiami kaip grupės terapeuto elgesio modeliai, kurių tikslai ir funkcijos (mokyti ar skatinti terapinius pokyčius) patirtinėje grupėje yra nepakankamai aiškiai apibrėžti.
4. Būsimųjų grupės terapeutų patirties daugialypiškumas ilgalaikėje patirtinėje grupėje atspindi jų santykių su patirtinės grupės supervizoriais: jie suvokiami ne tik kaip supervizoriai, mokytojai ir autoritetai, bet jiems priskiriama nemaža dalis grupių terapeutų bei koterapeutų funkcijų.

5. Būsimųjų grupės terapeutų patirties daugialypiškumas ilgalaikėje patirtinėje grupėje atskleidžia mokymosi motyvacijos ir patirtinės grupės dalyvių kolegiškų santykių svarbą grupės sutelktumui kurti.
6. Patirties daugialypiškumas, apimantis vienoje ir toje pačioje grupėje susipinančius žinių ir įgūdžių įgijimo bei asmeninio keitimosi ir augimo kontekstus, akcentuojančius skirtingus tikslus, skirtingus programos dalyvių vaidmenis ir tarpusavio santykius, suteikia grupės dinamikai ir raidai naujų niuansų, lėtinamas grupės sutelktumo formavimąsi, palaikydamas nevienareikšmiškas grupės normas ir tikslus, apsunkindamas tikslų vaidmenų grupėje atlikimą ir tarpasmeninę grupės dalyvių, terapeutų ir supervizorių sąveiką, atskleisdamas mokymosi motyvacijos ir kolegiškų santykių svarbą grupės sutelktumui kurti.

## 5. LITERATŪRA

1. Anderson, R.D., & Price, G.E. (2001). Experiential groups in counselor education: student attitudes and instructor participation. *Counselor Education & Supervision*, 41(2), 111-119.
2. Barker, C., Pistrang, N., & Elliot, R. (Eds.) (2002). *Research methods in clinical psychology: an introduction for students and practitioners*. Second Edition. Chichester, England: John Willey & Sons, Ltd.
3. Berger, M.G. (1967). Experiential and didactic aspects of training in the group approaches. *American Journal of Psychiatry*, 12(6), 845-850.
4. Bor, R. & Watts, M. (Eds.). (2011). *The trainee handbook: a guide for counselling and psychotherapy trainees*. Third Edition. Los Angeles, London, New Delhi, Singapore, Washington DC: Sage.
5. Boyatzis, R.E. (1998). *Transforming qualitative information: thematic analysis and code development*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
6. Brabender, V., Smolar, A.I., & Fallon, A. E. (2004). *Essentials of Group Therapy*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
7. Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.
8. Conyne, R.K., Wilson, F.R., & Ward, D.E. (1997). *Comprehensive group work: what it means and how to teach it*. American Counseling Association, Alexandria, VA.
9. Corey, G. (2004). *The theory of group counseling*. Sixth Edition. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
10. Corey, G. (2014). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Ninth edition. Brooks/Cole, Cengage Learning.
11. Corey, M. S., Corey, G., & Corey, C. (2014). *Groups – process and practice*. Ninth Edition. Brooks/Cole, Cengage Learning.

12. Davenport, D.S. (2004). Ethical issues in the teaching of group counseling leadership training. *The Journal for the Specialist in Group Work*, 29(1), 43-49.
13. De Lucia, J.L., Bowman, V.E., & Bowman, R.L. (1989). The use of parallel process in supervision of group counseling to facilitate counselor and client growth. *The Journal for Specialist in Group Work*, 14(4), 232-238.
14. De Lucia-Waack, J. L., Gerrity, D. A., Kalodner, C. R., & Riva, M. T. (eds.). (2004). *Handbook of group counseling and psychotherapy*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc.
15. Dies, R.R. (1983). Clinical implication of research on leadership in short-term group psychotherapy. In R.R.Dies & K.R.MacKenzie (eds.), *Advances in Group Psychotherapy: Integrating Research and Practice* (p.p.27-78). New York: International University Press.
16. Dies, R.R. (1993). Research on group psychotherapy: overview and clinical application. In A. Alonso & H. I. Swiller (eds.), *Group Therapy in Clinical Practice* (p.p.473-518). Washington DC: American Psychiatric Press.
17. Dies R.R. (1994). Therapist variables in group psychotherapy research. In A. Fuhrman & G. M. Burlingame (eds.), *Handbook of Group Psychotherapy. An Empirical and Clinical Synthesis* (p.p.114-154). New York: John Willey.
18. Friedlander, M.L., Keller, K.E., Peca-Baker, T.A., & Olk, M.E. (1986). Effects of role conflict on counselor trainees' self-statements, anxiety level, and performance. *Journal of Counseling Psychology*, 33(1), 73-77.
19. Fuhrman, A., & Burlingame, G.M. (2001). Group psychotherapy training and effectiveness. *International Journal of Group Psychotherapy*, 51(3), 399-416.

20. Geller, J.D., Norcross, J.C., & Orlinsky, D.E. (2005). *The Psychotherapists own Psychotherapy – Patient and Clinical Perspectives*. Oxford university press, Inc.
21. Grimmer, A., & Tribe, R. (2001). Counseling psychologists' perceptions of the impact of mandatory personal therapy on professional development – an exploratory study. *Counseling Psychology Quarterly*, 14(4), 287-301.
22. Goodrich, K.M. (2008). Dual relationships in group training. *The Journal for Specialist in Group Work*, 33(3), 221-235.
23. Granello, D.H., & Underfer-Babalis, J. (2004). Supervision of Group Work: A Model to Increase Supervisee Cognitive Complexity. *The Journal for Specialist in Group Work*, 29(2), 159-173.
24. Hines, P.L., Stockton, R., & Morran, D.K. (1995) Self-talk of group therapist. *Journal of Counseling Psychology*, 42(2), 242-248.
25. Ieva, K.P., Ohrt, J.H., Swank J.M., & Young T. (2009). The impact of experiential groups on master students' counselor and personal development: a qualitative investigation. *The Journal for Specialist in Group Work*, 34(4), 351-368.
26. Izzard, S., & Wheeler S. (1995). The development of self awareness: an essential aspect of counselor training? Abstract of a study forum University of Birmingham at First British Association of Counseling Research Conference. *Counseling*, 7(2), 137-139.
27. Jakubkaitė, B., & Kočiūnas, R. A. (2013). Experiential groups in group counselors training: a view through the multiplicity of contexts. *Problems of Psychology in the 21st Century*, 5, 12-22.
28. Johns, H. (2012). *Personal Development in Counsellor Training*. Los Angeles, London, New Delhi, Singapore, Washington DC: Sage Publication.
29. Kaslow, F.W. (1984). *Psychotherapy with psychotherapists*. New York: The Haworth Press, Inc.

30. Kline, W. B., Falbaum, D. F., Pope, V. T., Hargraves, G. A., & Hundley, S. F. (1997). The significance of the group experience for students in counselor education: A preliminary naturalistic inquiry. *The Journal for Specialists in Group Work*, 22(3), 157-166.
31. Kline, W.B. (2003). *Interactive group counseling and therapy*. Upper Saddle River, NY: Merrill/Prentice Hall.
32. Kivligan, D.M. Jr., & Kivligan, D.M. III (2009). Training related changes in the ways that group trainees structure their knowledge of group counseling leader interventions. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 13(3), 190-204.
33. Kivligan, D.M. Jr., Markin, R.D., Stahl, J.V., & Salahuddin, N.M. (2007). Changes in the ways that group trainees structure their knowledge of group members with training. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 11(3), 176-186.
34. Kivlighan, D.M.Jr., & Quigley, S.T. (1991). Dimension used by experienced and novice group therapists to conceptualize group process. *Journal of Counseling Psychology*, 38(4), 415-423.
35. Kivlighan, D.M. Jr., & Turrant, J.M. (2001). Does group climate mediate the group leadership-member outcome relationship? A test of Yalom's hypothesis about leadership priorities. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 5(3), 220-234.
36. Kočiūnas, R. (2009). Egzistencinis patyrimas ir grupinė psichoterapija. Habilitacijos procedūrai teikiamų mokslo darbų apžvalga. Socialiniai mokslai, psichologija (06 S), Vilniaus Universitetas.
37. Kočiūnas, R. (1998). *Psichoterapinės grupės: teorija ir praktika*. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla.
38. Lambert, M.J., & Bergin, A.E. (1992). The effectiveness of psychotherapy. In A.E. Bergin & S.L. Garfield (eds.), *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change* (p.p. 143-189). Fourth Edition. New York: Wiley.

39. Lennie, C. (2007). The role of personal development groups in counsellor training: understanding factors contributing to self-awareness in the personal development group. *British Journal of Guidance and Counseling*, 35(1), 115-129.
40. Lieberman, M.A., Yalom, I.D., & Miles, M.B. (1973). *Encounters groups: first facts*. New York: Basic Books.
41. Lorentzen, S., Kuriene, A., Laurinaitis, E., Lyngstad, K., Petkute, E., Sørli, T., & Zileniene, S. (1998). Block training in group psychotherapy in the Baltic States. *Group Analysis*, 31(3), 351-361.
42. Lorentzen, S., Maar, V., & Sørli, T. (2002). Block-training in group psychotherapy in the Baltic States: experiences from three years of training. *Nord Journal of Psychiatry*, 56(3), 145-150.
43. Luke, M., & Kiweewa, J.M. (2010). Personal growth and awareness of counseling trainees in an experiential group. *The Journal for Specialist in Group Work*, 35(4), 365-388.
44. Markus, H.E., & King, D.A. (2003). A survey of group psychotherapy training during predoctoral psychology internship. *Professional Psychology: Research and Practice*, 34(2), 203-209.
45. Merta, R.J., & Sisson, J.A. (1991). The experiential group: an ethical and professional dilemma. *The Journal for Specialist in Group Work*, 16(4), 236-245.
46. Merta, R.J., Wolfgang, L., & McNeil, K. (1993). Five models for using the experiential group in the preparation of group counselors. *The Journal for Specialist in Group Work*, 18(4), 200-207.
47. Morran, D.K., Stockton, R., & Whittingham, M.H. (2004). Effective Leader Interventions for Counseling and Psychotherapy Groups. In J.L. De Lucia-Waack, D.A. Gerrity, C.R. Kalodner, & M.T. Riva (eds.), *Handbook of Group Counseling and Psychotherapy* (p.p. 91-103). Thousand Oaks, CA: Sage Publication.
48. Norcross, J.C., & Lambert, M.J. (2011). Evidence-based therapy realiationships. In J.C. Norcross (ed.), *Psychotherapy Relationships that*

- Work: Evidence-based Responsiveness* (p.p. 3-31). Second Edition. New York: Oxford University Press.
49. O'Leary, E., & Crowley, M. (1994). A personal growth training group with trainee counselors: outcome evaluation. *Counseling Psychology Quarterly*, 7(2), 4-13.
  50. Olk, M.E., & Friedlander, M.L. (1992). Trainees' experiences of role conflict and role ambiguity in supervisory relationships. *Journal of Counseling Psychology*, 39(3), 389-397.
  51. Örtqvist, D., Wincent, J. (2006). Prominent consequences of role stress: a meta-analytic review. *International Journal of Stress Management*, 13(4), 399-422.
  52. Payne, H. (1999). Personal development groups in the training of counsellors and therapists: a review of the research. *The European Journal of Psychotherapy, Counseling & Health*, 2(1), 55-68.
  53. Payne, H. (2001). Student experiences in a personal development group: the question of safety. *The European Journal of Psychotherapy, Counseling & Health*, 4(2), 267-292.
  54. Pollack, H.B., & Slan, J.B. (1995). Reflections and suggestions on leadership of psychotherapy groups. *International Journal of Group Psychotherapy*, 45(4), 507-519.
  55. Poser, E.G. (1966). The effect of therapists' training on group therapeutic outcome. *Journal of Counseling Psychology*, 30(4), 283-289.
  56. Powdermaker, F.B., & Frank, J.D. (1953). *Group psychotherapy: studies in methodology of research and therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
  57. Riva, M.T., Wachtel, M., & Lasley, G.B. (2004). Effective leadership in group counseling and psychotherapy: research and practice. In J.L. De Lucia-Waack, D.A. Gerrity, C.R. Kalodner, & M.T. Riva (eds.), *Handbook of Group Counseling and Psychotherapy* (p.p. 37-48). Thousand Oaks, CA: Sage Publication.

58. Robson M., & Robson, J. (2008). Explorations of participants' experiences of a Personal Development Group as a part of a counseling psychology training group: Is it safe in here? *Counseling Psychology Quarterly*, 21(4), 371-382.
59. Rose, C. (2008). *The personal development group: the students' guide*. London, KARNAC.
60. Rowan, J. (1993). *The transpersonal: psychotherapy and counseling*. London, Routledge.
61. Rushton, R., & Davis, H. (1992). An evaluation of training in basic counseling skills. *British Journal of Guidance and Counseling*, 20(20), 205-220.
62. Shumaker, D., Ortiz, C., & Brenninkmeyer, L. (2011). Revisiting experiential group training in counselor education: a survey of master's-level programs. *The Journal for Specialist in Group Work*, 36(2), 111-128.
63. Skovholt, T.M., & Ronnestad, M.H. (1992). *The evolving professional self*. Chichester: Wiley.
64. Slattery, J.M. (2005). Preventing role slippage during work in the community: guidelines for new psychologists and supervisees. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 42(3), 384-394.
65. Stockton, R. (1980). The education of group leaders: a review of the literature with suggestions for the future. *The Journal for Specialist in Group Work*, 5(1), 55-62.
66. Stockton, R., Moran, D.K., Krieger K.M. (2004). On Overview of Current Research and Best Practices for Training Beginning Group Leaders. In J.L. De Lucia-Waack, D.A. Gerrity, C.R. Kalodner, M.T. Riva (eds.), *Handbook of Group Counseling and Psychotherapy* (p.p. 65-75). Thousand Oaks, CA: Sage Publication.
67. Wampold, B.E. (2001). *The great psychotherapy debate: models, methods, and findings*. Hillsdale, New York, Erlbaum.

68. Ward, D.E., & Litchy M. (2004). The effective use of processing in groups. In J.L. De Lucia-Waack, D.A. Gerrity, C.R. Kalodner, M.T. Riva (eds.), *Handbook of Group Counseling and Psychotherapy* (p.p.104–119). Thousand Oaks, CA: Sage Publication.
69. Weber, R.L., & Gans, J.S. (2003). The group therapist's shame: a much undisclosed topic. *International Journal of Group Psychotherapy*, 53(4), 395-416.
70. Yalom, I.D. (1985). *The theory and practice of group psychotherapy*. Third Edition. New York: Basic Books.
71. Yalom, I.D., & Leszcz, M. (2005). *The theory and practice of group psychotherapy*. Fifth Edition. New York: Basic Books.
72. Yardley, L. (2000). Dilemmas in qualitative health research. *Psychology & Health*, 15(2), 215-228.
73. Yardley, L. (2008). Demonstrating validity in qualitative psychology. In J.A.Smith (ed.), *Qualitative psychology: a practical guide to methods*. Second Edition. London: Sage.
74. Рутан, Дж.С., Стоун У.Н. (2002). Психодинамическая групповая психотерапия. Третье международное издание. Санкт-Петербург, Питер.

## 6. PRIEDAI

### 6.1. Sutikimas dalyvauti tyrime

Atliekame tyrimą, kuris skirtas moksliniam grupinės terapijos mokymų dalyvių subjektyvios patirties nagrinėjimui. Šis tyrimas nėra jokios grupinės terapijos mokymo programos dalis ir neturės įtakos mokymosi rezultatų vertinimui. Dalyvavimas šiame tyrime yra laisvanoriškas.

Su kiekvienu tyrimo dalyviu bus atliekamas interviu, kurio galima trukmė: nuo 30 min iki 1,5 val. Interviu bus įrašomas. Jo įrašas bus prieinamas tik tyrėjai ir transkribuotus tekstus vertinantiems ekspertams. Jie bus saugomi tol, kol bus apginta disertacija. Interviu bus koduojami ir apibendrinami. Jų medžiaga bus naudojama tik moksliniams-tiriamiesiems tikslams. Moksliniame darbe bus remiamasi atskiromis interviu citatomis, siekiant iliustruoti gautus apibendrintus rezultatus, tačiau citatos bus pateikiamos taip, jog negalima būtų identifikuoti konkrečiau, ją pateikusio asmens.

Tyrimą vykdo Birutė Jakubkaitė, Vilniaus universiteto Filosofijos fakulteto Klinikinės ir organizacinės psichologijos katedros doktorantė.

Iškilius klausimams galima kreiptis tiesiogiai į tyrėją arba el.paštu: [birutej@gmail.com](mailto:birutej@gmail.com)

Aš \_\_\_\_\_, sutinku dalyvauti Birutės Jakubkaitės atliekamame psichologiniame-moksliniame tyrime ir leidžiu moksliniams tikslams naudoti interviu metu surinktą medžiagą. Esu informuotas/a apie tyrimo tikslus ir eigą. Taip pat sutinku, kad anonimiškai pateikta šio tyrimo metu gauta informacija būtų naudojama su tyrėjos disertacija susijusiais moksliniais tikslais.

\_\_\_\_\_  
Parašas

\_\_\_\_\_  
Data

Prašau suteikti informaciją, kuri bus skelbiama tik apibendrintai:

Jūsų amžius:

Išsilavinimas:

Darbinė/profesinė veikla:

Grupių vedimo patirtis prieš pradedant mokytis HEPI Grupinės Terapijos programoje:

## Согласие принять участие в научно-психологическом исследовании

Цель этой работы – исследовать процессы обучения групповой терапии. Это исследование не является частью ни одной обучающей программы, и никак не будет оцениваться. Участие в нём – добровольное.

С каждым участником исследования проводятся индивидуальные интервью (длиной от 30 минут до 1.5 часа). Интервью записываются на диктофон. Эти записи будут доступны только исследователю и экспертам сверяющим стенограммы. Они хранятся до тех пор пока не будет защищена докторская диссертация. Интервью кодируются и обобщаются. В научной работе будут использоваться отдельные цитаты из интервью для научной иллюстрации в ней описываемых феноменов. Цитаты будут предъявлены так, чтобы их автор оставался анонимным.

Исследование проводит: Бируте Якубкайте, докторант кафедры Клинической и организационной психологии Вильнюсского Университета.

Более подробные ответы на вопросы по поводу исследования можно получить у исследователя и по электронной почте: [birutej@gmail.com](mailto:birutej@gmail.com)

Я \_\_\_\_\_, согласна/ен принять участие в научно-психологическом исследовании Бируте Якубкайте и дою разрешение в научных целях пользоваться во время интервью собранным материалом. Я получил/а информацию о целях и процедуре исследования. Согласна/ен, что во время этого исследования полученный материал анонимно использовался в научных целях.

\_\_\_\_\_  
Подпись

\_\_\_\_\_  
Дата

Заполните анкету (её данные будут использоваться только обобщённо):

Ваш возраст:

Образование:

Род занятия:

Опыт ведения групп до поступления на обучающую программу:

## 6.2. Disertacijos terminų patvirtinimas

Lietuvių kalbos institutas  
Terminologijos centras

2014 m. rugsėjo 15 d.

Birutei Jakubkaitei

### DĖL DAKTARO DISERTACIJOS TERMINŲ

VU doktorantės Birutės Jakubkaitės prašymu Terminologijos centro darbuotoja Jolanta Gaivenytė-Butler peržiūrėjo kai kurias rengiamos daktaro disertacijos terminus.

Pritarta terminui *patirties daugialypiškumas*.

Terminą *patyriminė grupė (experiential group)* siūloma keisti terminu *patirtinė grupė*. Iš disertacijoje pateiktos termino apibrėžties matyti, akcentuojamas dalyvavimo grupėje rezultatas (*patirtis*), o ne procesas (*patyrimas*). Būdvardis *patirtinis* tinkamesnis darybos atžvilgiu. Vartosenoje jau yra panašių įsigalėjusių junginių, pavyzdžiui, *patirtinis mokymasis*.

Terminų *supervizija* ir *supervizorius* tinkamų lietuviškų atitikmenų kol kas negalime pasiūlyti. Šiuos terminus būtų galima vartoti, kai kalbama apie konsultavimą profesinių santykių klausimais.



Terminologijos centro vadovė  
dr. Albina Aukšoriūtė

## **PUBLIKACIJOS IR PRANEŠIMAI DISERTACIJOS TEMA**

### **Mokslinės publikacijos**

1. Jakubkaitė, B., & Kočiūnas, R. A. (2014). Experiential Groups in the Training of Group Counselors and Therapist: A View from the Trainees Perspective. *Problems of Psychology in the 21st Century*, 8 (1), 36-46.
2. Jakubkaitė, B., Kočiūnas, R.A. (2013). Patyriminės grupės mokymosi kontekste: pirminio dalyvių požiūrio analizė. Iš *Jaunųjų mokslininkų psichologų darbai*. X-osios Jaunųjų mokslininkų psichologų konferencijos medžiaga, 2, (p.83-86), Vilniaus universitetas.
3. Jakubkaitė, B., & Kočiūnas, R. A. (2013). Experiential Groups in Group Counselors Training: A View through the Multiplicity of Contexts. *Problems of Psychology in the 21st Century*, 5, 12-22.

### **Publikuotos konferencijų tezės**

1. Jakubkaitė, B. (2013). Asmeninė dalyvių patirtis patyriminėse grupėse ir jų aptarimuose. Iš *Psichologija sveikatai ir gerovei: Lietuvos psichologų kongresas*. Kongreso pranešimų santraukų leidinys (p.32), Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla.

### **Pranešimai mokslinėse konferencijose**

1. Jakubkaitė, B. (2013). Asmeninė dalyvių patirtis patyriminėse grupėse ir jų aptarimuose. *Lietuvos psichologų kongresas „Psichologija sveikatai ir gerovei“*, Vilniaus universitetas, Vilnius, 2013 m. balandžio 26 d.

2. Jakubkaitė, B. (2013). Patyriminės grupės mokymosi kontekste: pirminis grupių dalyvių požiūrio analizė. *X-oji Jaunųjų mokslininkų psichologų konferencija „Psichologija sveikatai ir gerovei“*, Vilniaus universitetas, Vilnius, 2013 m. balandžio 26 d.

## **PADĖKA**

Darbo autorė yra dėkinga visiems, prisidėjusiems prie to, kad ši disertacija būtų parašyta ir ginama.

Esu nepaprastai dėkinga žvalgomojo ir disertacijos tyrimo dalyviams, kurie, nepaisydami didelių darbo krūvių ir įtemptų studijų, dovanojo man savo laiką ir patikėjo savo patirtį – ačiū Jums už tai.

Dėkoju savo darbo vadovui prof. dr. Rimui Kočiūnui už pasitikėjimą disertacijos tema ir manimi, kad galiu ja rašyti.

Noriu padėkoti VU Klinikinės ir organizacinės psichologijos katedrai už sudarytą galimybę domėtis šia tema ir vykdyti savo tyrinėjimus. Dėkoju pirmiesiems darbo recenzentams dr. Pauliui Skruibiui ir prof. dr. Gražinai Gudaitei, skyrusiems savo laiko ir pastabų, siekiant, kad šis darbas būtų moksliškesnis.

Esu dėkinga Lietuvių kalbos instituto Terminologijos centro darbuotojai Jolantai Gaivenytei-Buttler už pagalbą, parenkant tiksliausius lietuviškus terminus, ir lietuvių kalbos redaktorei doc. Romualdai Truncienei už disertacijos teksto redagavimą ir gimtosios kalbos kultūros pamoką, dr. Audronei Miškinytei ir prof. Arui Vėbrai už pagalbą, verčiant disertacijos santrauką į anglų kalbą.

Dėkoju visoms savo kolegėms ir bendradarbėms iš Respublikinės Vilniaus psichiatrijos ligoninės Psichologinio konsultavimo ir psichoterapijos skyriaus ir iš Vilniaus universiteto Psichologinių inovacijų ir eksperimentinių tyrimų centro už kolegišką ir žmogišką paramą sunkiausiais disertacijos rašymo etapais.

Esu nepaprastai dėkinga savo draugams – Edmundui ir Almantai – už ištikimybę, supratingumą ir nuolatinį rūpestį mano kasdienybe. Jūsų dėka aš turėjau galimybę rašyti. Dėkoju visiems savo draugams ir bičiuliams už kantrybę ir atlaidumą man dėl nuolatinės laiko stokos Jums.

Ačiū Jums visiems.