

Gruppenphasen Handout

Vorab: Was definiert eine Gruppe?

- Eine dauerhafte Zusammensetzung
- Mehrere Personen (mind. 3) stehen in wechselseitiger Beziehung zueinander. Dies schließt in gewisser Weise auch (zu) große Gruppen aus, da die Mitglieder dann nur noch sehr begrenzt mit allen anderen in Kontakt stehen → Bsp.: Der Grundkurs als ganzes
- Oft gemeinsame Ziele (Bsp. Schulabschluss, Spaß haben, Konfi machen)
- Rollen und Normen (Regeln, erwünschtes oder unerwünschtes Verhalten)
- Oft aber kein muss: Freiwilligkeit (manche Gruppen sind strukturell vorgegeben, dann möglicherweise mit eigens ausgesuchten Untergruppen, andere wiederum komplett freiwillig)

1. Orientierungs- oder Kennenlernphase

Die Tendenz ist: Aufeinander zu, voneinander weg, Distanz und Nähe. Der Wunsch nach Nähe, Kontakt, Angenommensein, gegenüber der Schwierigkeit der Umsetzung.

In einer neuen Gruppe geht es um das Ankommen, in der Gruppe. Die erste Phase des Gruppenprozesses beginnt. Die Gruppenmitglieder sind noch unsicher und zurückhalten, sie tasten sich vorsichtig ab. Motivationen und Erwartungen sind noch nicht oder nur zum Teil geäußert. Die Mitglieder versuchen sich zu orientieren und gehen in der ersten Phase noch keine festen Bindungen ein und wissen oft nicht, welches das Verhalten ist, das der Gruppe angemessen ist.

- Wer bin ich in der Gruppe?
- Bin ich sympathisch?
- Wer spielt hier welche Rolle?
- Wie offen kann ich in der Gruppe sein
- Vertrauensfrage: Was werden die anderen hinter meinem Rücken denken / sagen?
- Normenfrage: Was kann ich mir hier leisten / was nicht?

Es ist die Aufgabe der Mitarbeitenden (MA's), die Mitglieder behutsam zu empfangen und die **Gruppendynamik einfühlsam und regelgeleitet zu begleiten.**

2. Machtkampf- oder Rollenklärungsphase

In dieser Phase wird die Gruppenstruktur, die soziale Organisation der Gruppe, also ihre Normen, Rollen und der Status der Mitglieder in ihren Anfängen erkennbar

Beziehungen entwickeln sich, im positiven und negativen Sinne, Sympathie und Antipathie, Spannungen und Unbehagen sind kennzeichnend. Meinungen, Rollen, Ziele und Positionen der Gruppenmitglieder werden in Frage gestellt. **Normen** (Regeln) werden aufgestellt, diskutiert und wieder verworfen, Selbständigkeit wird erprobt. Sieger und Besiegte, auch Sündenböcke, können entstehen.

Die TN haben die erste Unsicherheit überwunden und es geht stark darum, einen **Platz in der Gruppe zu finden**. Glauben die einzelnen TN ihren Platz gefunden zu haben, sind sie bereit diesen zu verteidigen.

Rollen werden auch **gegenseitig zugeschrieben**, manche in eine Rolle gedrängt, negative Rollen wie z.B. ‚der Kasper‘, der/die Störer, sind schwierig wieder loszuwerden. Einen Platz in der Gruppe haben dabei ebenso diejenigen, die in der Gruppe kaum etwas zu sagen wagen. Sie/er wird von der Gruppe als schüchtern, still wahrgenommen und es wird deutlich, wer von der Gruppe anerkannt, wer zum Außenseiter gemacht wird. Manchen ‚Plätze‘ möchten von mehreren eingenommen werden, es kann zu Spannungen und **Machtkämpfen** kommen. In der Gruppe können **Untergruppen** entstehen, die sich voneinander abgrenzen: In einer Gruppe von drei bis vier Mitgliedern ist es einfacher, das Bedürfnis nach Anerkennung und Sicherheit zu befriedigen.

Der **MA ist in diesen Prozess mit einbezogen**. Jetzt werden die Rollen der späteren Gruppe verteilt, einigen ist es wichtig Einfluss auf das Gruppengeschehen zu nehmen und Leitung auszuüben. Zum Teil geschieht es, dass die Gruppenmitglieder sich gegen die Leitung auflehnen. In dieser Zeit wird der Gruppenleiter/Lehrer intensiv ausgetestet. Aufgabe des **MA** ist es, in dieser Phase negative Rollen einzelner Personen zu erkennen und möglichst darauf **Einfluss zu nehmen**. Einen Außenseiter z.B. in die Gruppe einzubinden, ein dominantes Gruppenmitglied ggf. etwas bremsen. Am wichtigsten ist es in dieser Phase aber, anzuerkennen, dass **kleinere Konflikte und ein Kräftemessen zu dieser Entwicklung dazugehören** und nicht unterbunden werden müssen, wenn sie im Rahmen bleiben.

Dieser Prozess kann sich im weiteren Verlauf durchaus wiederholen und manche Gruppen überwinden diese Phase nicht. Immer wenn die Gruppe neue Entscheidungen treffen muss, kann diese, **Machtkampfphase** sich **wiederholen**.

3. Vertrautheitsphase

In dieser Phase ist die **Gruppe am produktivsten** und nennt sich in einigen Beschreibungen auch Arbeitsphase

Durch den Gewinn von Verständnis und Wissen wendet die Gruppe sich von dem Konkurrenzgedanken hin zu einer **intensiveren Zusammenarbeit**. Die **Rollen sind vergeben**, jeder hat seinen Platz und seine Aufgabe. Die einzelnen Gruppenmitglieder haben die anderen weitgehend akzeptiert, die zuvor geklärten **Rollen sind akzeptiert**. Auch Außenseiter haben wahrscheinlich ihre Rolle akzeptiert und tragen so die Gruppenatmosphäre mit. Ein starkes **Wir-**

Gefühl entwickelt sich, das die Aufnahme neuer Gruppenmitglieder zu diesem Zeitpunkt nicht möglich macht, ohne die beiden vorausgegangenen Gruppenphasen zu wiederholen. Es ist die **Phase der positiven Beziehungen**, die sich am Anfang zu einer Euphorie entwickeln kann. Die **Rollen und Positionen der TN's zur Zufriedenheit** ausgehandelt, die gruppeninternen Konflikte lassen deutlich nach. TN's können sich und die Situation besser einschätzen, die Interaktionen werden regelhafter und ruhiger. Die **Identifikation mit der Eigengruppe ist jetzt meist geglückt**.

Aufgabe der MA's ist es nun, der Gruppe **Freiräume zu schaffen**, in denen sie sich als zusammengehörig empfindet und eventuelle Konflikte, die die Gruppe nicht selbst lösen kann, mit der Gruppe aufarbeiten.

4. Differenzierungsphase

Mit dieser Phase wird die Gruppe erwachsen

Jeder Einzelne freut sich über die unterschiedlichen Fähigkeiten und Eigenarten der anderen Gruppenmitglieder und kann darin eine Bereicherung für die Bewältigung einer zielorientierten Aufgabe erkennen. Die Bereitschaft Konflikte wahrzunehmen und zu lösen ist besonders groß. Die **Einzelnen können ihre Individualität entfalten** und in der Gruppe leben. **Die Gruppe erhält dadurch ihre Identität**. Die Atmosphäre in der Gruppe ist **harmonisch**, zunehmend öffnet die Gruppe sich nun nach außen.

Der **MA nimmt sich nun zurück**, da die Gruppe fähig ist, Konflikte und kleinere Probleme selbst zu bewältigen. Überflüssig ist die Lehrkraft dabei als Begleiter nicht, da in dieser Phase viel Initiative ergriffen und geplant wird. Die Gruppe wird selbstsicher.

5. Trennungsphase

Gewachsene Gruppen bieten einen unterstützenden Rahmen für den Einzelnen. Dennoch löst sich die Gruppe hier auf

Irgendwann kommt der Zeitpunkt, zu dem die **Gruppe sich auflöst**. In unserem Beispiel, weil z.B. die Freizeit vorbei ist, mehrere Kinder zu alt für die Gruppe werden, usw. Das bedeutet nicht, dass die Gruppenmitglieder sich nicht wiedersehen und häufig hält das angesammelte Wir-Gefühl auch noch eine Weile oder wird bei einer neuen Freizeit wiederbelebt.

Diese Phase ist auch davon gekennzeichnet, dass Verhaltensweisen aus früheren Phasen sich wiederholen. Die Gruppe kann sich fester aneinander klammern oder auch wieder in die Orientierungsphase zurückfallen. Abschiedsschmerz und Vorfreude sind miteinander gepaart. Eine Gruppe löst sich, wenn das Zusammensein nicht mehr als spannend und nützlich erlebt, oder wenn sich Rahmenbedingungen verändern (siehe Beispiel Freizeit).

Als MA, ist es wichtig zu **erkennen, was die Gruppe braucht**. Dieser kann die Möglichkeit eines Abschieds erleichtern oder den Übergang in eine andere Gruppe zu begleiten.