



## Il Gruppo e il tempo

- Naldi Adriana -

## GRUPPO: definizione

*" Insieme di individui che interagiscono tra loro influenzandosi reciprocamente e che condividono, più o meno consapevolmente, interessi, scopi, caratteristiche e norme comportamentali "*

*( Galimberti, voce "GRUPPO", Dizionario di Psicologia, UTET )*

## Gruppo e forme di aggregazione sociale

Per Aristotele l'uomo è un animale sociale. Questo significa che la dimensione gruppale è naturale per l'uomo, che solo nella relazione con gli altri esseri umani può soddisfare i propri bisogni in modo adeguato.

*L'interazione* è una prerogativa del gruppo, che si distingue da folla, massa, ( puro e casuale assembramento di persone ), popolazione e da tutte le altre forme di aggregazione sociale in cui è esclusa l'influenza reciproca tra le diverse persone.

Lo studio del gruppo viene affrontato dalla Psicologia sociale, dall'Antropologia culturale, dalla Sociologia, dall'Etologia.

## Il gruppo e la dinamica di gruppo

Le dinamiche gruppali sono diverse da quelle del singolo individuo.

Kurt Lewin, esponente della Psicologia della *Gestalt*, applica i concetti fondamentali della sua scuola alla psicologia sociale.

Come ogni fenomeno è comprensibile solo se lo si studia nella sua globalità, così per Lewin l'individuo non può essere compreso se analizzato isolatamente.

Il gruppo è un particolare *campo*, un *sistema*, in cui le persone interagiscono influenzandosi a vicenda.

Per questo è importante studiare il comportamento della persona all'interno del contesto relazionale di riferimento.

# Elementi della dinamica di gruppo

All'interno di un gruppo l'interazione delle persone si caratterizza per:

- coesione
- appartenenza
- stabilità affettiva
- equilibrio operativo
- polarizzazione
- differenziazione dei ruoli

## **Coesione**

è il **collante**, ciò che tiene insieme i membri del gruppo.

Dipende da diversi fattori ( es. la dimensione del gruppo, la sua ubicazione ecc. ) e soprattutto dall'attrazione esercitata dal gruppo sui singoli componenti e dalla sua capacità di rispondere ai bisogni dei singoli. ( Festinger ).

E' l'opposto dell'individuazione.

Risulta più facile in gruppi relativamente piccoli.

## Appartenenza

è la sensazione di partecipare e di essere ben accettato dal Gruppo.

Si raggiunge con:

1. il frequente contatto
2. l'identificazione con norme, valori e atteggiamenti del gruppo,
3. l'omogeneità, la tendenza dei componenti ad assomigliarsi rispetto a certe caratteristiche ritenute importanti

E' grazie al senso di appartenenza che ci si sente " NOI ".

## **Stabilità affettiva**

- facilita la coesione
- è garantita quando le richieste dei singoli non sono eccessive e tutti vengono coinvolti emotivamente.

## **Equilibrio operativo**

Si raggiunge quando c'è equità nella distribuzione dei compiti e vengono valorizzate le competenze di ciascuno.

## **Polarizzazione**

Si verifica quando, a seguito dello sviluppo di divergenze significative tra i membri, l'aggressività viene utilizzata dentro il gruppo: si formano due poli/sottogruppi che difficilmente si



## Differenziazione dei ruoli

**Ruolo**= insieme delle norme e delle aspettative che convergono su un individuo in quanto occupante una determinata posizione in un sistema sociale

Nel gruppo si individuano le seguenti categorie di ruolo:

1. ruoli conformi ai compiti del gruppo ( es. coordinatore, referente)
2. ruoli conformi alla coesione sociale del gruppo ( mediatore ),
3. ruoli finalizzati al mantenimento delle esigenze individuali all'interno del gruppo ( il 'deviante', la 'pecora nera' )

## E il leader ?

Nell'evoluzione di tutti i gruppi c'è la presenza di uno o più leaders, che diventano punto/i di riferimento per i membri del gruppo.

Il ruolo di leader/guida viene attribuito:

- a chi ha capacità organizzative ( leader di compito )
- a chi ha buone capacità relazionale ( leader relazionale )

Talvolta queste caratteristiche vengono soddisfatte dalla stessa persona ( leader indiscusso ).

## Perchè il gruppo ?

I suoi membri:

- condividono obiettivi comuni negoziati.
- lavorano in modo coordinato e nella stessa direzione

( il lavoro di gruppo deve assicurare che i risultati globali sono migliori della somma degli sforzi individuali )

Se il gruppo non raggiunge tali obiettivi si sente frustrato, demotivato e si 'sfalda'.

## Le condizioni efficaci per costruire un team efficace

- sviluppare le potenzialità del gruppo di lavoro;
- creare un clima di fiducia e di collaborazione reciproca all'interno di un team;
- definire ed esplicitare chiaramente gli obiettivi;
- ottimizzare la gestione delle informazioni e la comunicazione interna;
- mantenere alta la motivazione di tutti i componenti del team;
- gestire le individualità e i conflitti;
- pensare un Piano Personale di Miglioramento: costruire un piano d'azione concreto per lavorare sulle proprie aree di miglioramento individuate :

( cosa voglio continuare a fare? cosa voglio evitare? cosa voglio iniziare a fare?)

## **Il gruppo e il tempo**

### **Pianificazione e programmazione**

- Pianificare le attività
- stabilire obiettivi e priorità

### **Organizzazione**

- Organizzare per operare in modo da portare a termine gli incarichi

### **Comunicazione interpersonale e relazione**

- Gestire le relazioni e comunicazioni con altre persone in modo efficace ed efficiente

### **Uso del tempo**

- ottimizzazione dei tempi, raggiungibile attraverso i ruoli e le deleghe

## Il tempo

La percezione del tempo, e soprattutto la sua urgenza, sono fatti soggettivi.

Nel contesto sociale del gruppo bisogna coniugare le percezioni individuali con quelle del gruppo, attuando un passaggio da una percezione del tempo

DA

"TEMPO DA RIEMPIRE"

*(dedicare tutto il proprio tempo a....)*

A

"ORGANIZZARE LE AZIONI GIUSTE"

per rendere efficace / efficiente il proprio tempo di lavoro

**Atteggiamento PROATTIVO**  
*Gestione attiva del tempo*

Fare quello che ognuno ha deciso e quindi le cose più importanti  
( rispettare le priorità individuate )

**Atteggiamento REATTIVO**  
*Gestione passiva del tempo*

Fare quello che gli altri o gli eventi richiedono  
( che possono essere non le più importanti )

| LEGGE  | RISCHI   | RIMEDI  |
|--|--|---|
| La legge di Parkinson: il lavoro si dilata fino ad occupare la totalità del tempo disponibile  | Utilizzare più tempo di quanto sia necessario: perdita di efficienza.              | Valutare il tempo necessario. Fissarsi un tempo limite.   |
| La legge di Murphy: ogni cosa prende più tempo di quanto non sia previsto.   | Non finire mai ciò che si è iniziato.  | Analizzare l'utilizzo del proprio tempo (attività) rispetto ai risultati (obiettivi).   |
| La legge di Illich: oltre a una certa soglia di lavoro l'efficacia personale tende a decrescere.   | Confondere quantità e qualità del lavoro.  | Rispettare i propri cicli personali. Prendersi delle pause.   |
| La legge di Carlson: svolgere un'attività in maniera continua prende meno tempo che farla più volte.                                     | Incentivare eccessivamente le interruzioni.  | Privilegiare sequenze omogenee di lavoro. Proteggersi dalle sollecitazioni esteriori.   |
| La legge di Fraisse: il tempo è una variabile soggettiva, ciò che ci piace passa velocemente, ciò che non ci piace diventa quasi eterno. | Considerare come secondario ciò che non ci piace e procrastinarlo indefinitamente. | Analizzare le priorità delle attività indipendentemente dal piacere delle attività. Alternare il piacevole con il non piacevole |
| La legge di Pareto: il 20% delle attività produce l'80% dei nostri risultati   | Confondere l'importante con l'urgente.   | Identificare le attività ad alto rendimento. Delegare.  |



## Team Building: perchè ?

I singoli componenti sono consapevoli delle potenzialità del lavorare in team nel produrre benefici per tutti i suoi membri.

La collaborazione è fondamentale nel creare sinergie di gruppo per ottenere risultati decisamente superiori alla somma dei contributi dei singoli componenti.

Per far sì che questo meccanismo si avveri occorre mettere in moto un efficace lavoro di costruzione del team (team building).

Il risultato finale sarà superiore alla somma dei risultati massimi che le persone avrebbero potuto realizzare individualmente:

$$2 + 2 = 5$$

## Lavoro in team: quali vantaggi ?

- consente l'espressione delle potenzialità di tutti i suoi componenti;
- supporta le persone in difficoltà nello svolgimento del proprio compito;
- arricchisce il bacino di conoscenze e di relazioni interpersonali per lo sviluppo di un network di conoscenze per il futuro;
- consente la creazione di un ambiente di lavoro stimolante e divertente;
- migliora l'analisi e la risoluzione dei problemi;
- agevola la nascita di nuove idee per l'innovazione;
- mantiene e consolida i valori comuni e i rapporti interpersonali;
- costituisce un'occasione di comunicazione e di confronto;
- diventa un gruppo di riferimento per i suoi appartenenti;
- migliora l'efficienza e l'efficacia del lavoro;
- consente una crescita professionale e personale delle persone coinvolte;
- aumenta le sensazioni di sicurezza, di accettazione sociale e di prestigio;
- aumenta il coinvolgimento e il senso di appartenenza delle persone.

