**Тема 3. Практичне завдання.** При плануванні власного тренінгу треба враховувати, що коли розглядати групу як цілісну систему, то закономірності групової динаміки, досліджувані К. Левіним, можна пояснити впливом двох основних законів гештальпсихології:

1. Ціле домінує над частинами, що проявляється у тому, що:
   * Група — це не лише сума членів, вона змінює їх поведінку.
   * Вплив легше здійснити на групу в цілому, ніж на окремих її членів.
   * Кожен член групи розуміє, що він залежить від інших її членів.
2. Окремі елементи поєднуються у ціле
   * Не подібність, а взаємозалежність є основою для формування групи.
   * Людина швидше схильна вважати себе членом групи, з якою вона себе ототожнює, а не тієї, від якої реально залежить.
   * Людина схильна залишатися серед тих, з ким себе ототожнює, навіть коли їх поведінка сприймається як ворожа.

З цих положень випливають деякі практичні рекомендації, пов’язані з організацією групової роботи:

* групову роботу можна ефективно використовувати з метою зміни звичних для учасників стереотипів поведінки;
* незручно встановлювати окремі норми для різних учасників групи;
* індивідуальна робота учасників має займати менше часу, ніж загальногрупова;
* треба створювати ситуації, в яких група мала б можливість відчути взаємозалежність;
* учасники мають контекст, в якому можуть виявити свою подібність і сформувати належність до цієї групи;
* треба уникати ворожості учасників, доки не сформовано почуття належності.

Мала група (група, члени якої мають можливість вільно спілкуватися один з одним) складається зазвичай з 5–15 осіб. Така кількість учасників дає можливість вільно висловлювати свої думки та почуття і отримувати реакцію з боку групи. На відміну від пари, де стосунки розвиваються дуже швидко, або великої групи (близько 50 учасників), де члени можуть не знати навіть імен протягом усього часу роботи, мала група сприяє водночас зацікавленому та безпечному спілкуванню учасників.

**Словникова робота:** феномен малої групи, ролі, норми, конкуренція, психологічний опір, лідерство, стадії розвитку групи, соціально-психологічна структура групи.