

PROCESO PERSONAL - NECESIDADES BÁSICAS

Cada experiencia grupal nueva anima a re-presentarse no sólo ante los otros sino ante uno mismo. La presencia del otro ayuda a seguir conociéndose, bajo un signo de identidad comunitaria. La experiencia grupal no sólo es natural e inevitable sino necesaria, y adquiere un sentido de opción personal que lleva a sentirse completo.

Aclaremos esto un poco más. Toda experiencia es única, y por lo tanto, nueva. Si no fuera así, sería un experimento, predecible, repetido, demostrativo. Reconocer esto permite afirmar que también nosotros, cada uno, vive las experiencias grupales con la expectativa de lo nuevo. Esta vivencia será el punto de partida de una actitud de apertura hacia el otro y a todo lo que suceda en el grupo.

La necesidad de controlar esta nueva situación nos impulsa a "saber" con quien nos estamos embarcando; por eso nos proponemos conocernos, presentarnos. Pero lo que en realidad hacemos es re-presentarnos, no sólo porque es algo que volvemos a hacer, sino porque brindamos una (de las tantas) imágenes de lo que somos. Es decir, al mismo tiempo que nos mostramos a los otros, nos escondemos convenientemente; al mismo tiempo que nos formamos una imagen de los otros, los otros se representan y nosotros los representamos. Esta vivencia será el origen de los conflictos que surjan en el grupo.

Es que en realidad nadie puede presentarse tal cual, porque sencillamente no sabe cómo será él mismo frente a la nueva situación. Lo que hacemos es "salir del paso", lo que nos lleva a descubrir la existencia de necesidades personales que están en relación con la experiencia grupal. Vivir una necesidad, no es lo mismo que vivir una carencia. La carencia es estática y provoca estancamiento, la necesidad es dinámica y provoca movimiento, búsqueda.

Aquí nos proponemos conocer y clarificar cuáles son **las necesidades personales que mueven a los grupos**, ya que éstas son las que marcan el proceso personal de los individuos en su búsqueda de identidad. Una identidad que no es considerada aquí como un punto de llegada o como final del camino sino como motor que genera energía, que mueve, que da sentido de propuesta a la vida misma del grupo; una identidad que se va haciendo y deshaciendo constantemente.

Si bien nos lanzamos intrépidamente a conocer lo nuevo de cada uno de nosotros, nos presentamos con nuestra historia, que es el recurso más auténtico con que contamos. Con esto

queremos decir que las necesidades se presentan muchas veces como expresión de nuestra historia, de nuestras experiencias grupales previas en el grupo familiar, de amigos, de escuela, etc.

En concreto:

- * hablaremos de necesidades como una dimensión que moviliza el accionar de las personas y por lo tanto de los grupos. Cuando éstas se satisfacen adecuadamente, podremos hablar de crecimiento como fruto del encuentro con el otro; cuando no se satisfacen, lo notaremos en diversas formas de tensión que pueden ir del estancamiento del grupo hasta la angustia personal manifestada en forma de demandas al grupo y al animador o incluso en aspectos físicos como dolores de cabeza, torpeza en los movimientos, etc.;
- * hablaremos de un proceso, en la medida que se desarrolla en función del tiempo y con un cierto ordenamiento;
- * hablaremos de personal, en la medida que nos referimos a lo que sucede en la persona a partir del vínculo interpersonal.

De acuerdo a investigaciones de psicología grupal, se pueden distinguir tres **necesidades básicas** que se darían siempre que se vivencia una situación grupal, y más aún, cuando ésta persigue una propuesta que implica un encuentro personal con los demás y no es simplemente ejecutiva. Son: la **necesidad de inclusión**, que hace referencia al sentido de pertenencia al grupo; la **necesidad de poder** o control, que se refiere al desarrollo de las capacidades personales y la **necesidad de afecto**, por la que la persona busca el encuentro afectivo con el otro.

En principio diremos que la dinámica natural es que sigan este orden de aparición, dependiendo de la historia de cada sujeto, el tiempo de duración de cada una y el grado en que se manifiesta. Tener en cuenta la necesidad que prevalece en cada momento de la vida del grupo, será de gran importancia a la hora de acompañar y facilitar el proceso, e iluminará al animador para conocer los bloqueos que existen en el grupo y para aplicar los instrumentos adecuados para resolverlos, como por ejemplo, ejercicios o técnicas de grupo.

Vamos a explicar una a una cada necesidad.

La Necesidad de Inclusión.

Se refiere a la necesidad de incluir a otros en mis actividades y de ser incluido por ellos en las suyas. Lleva consigo un sentimiento de aceptación o de rechazo. La inclusión hace referencia a la temática de estar "dentro" o "fuera" del grupo y al grado en que se da cada una de estas realidades. Esto recuerda los primeros momentos de vida de una persona, en los que a través de la boca va incorporando elementos del mundo circundante en su ser y a través de la confianza básica que le brinda la madre va afianzándose como integrante del mundo humano y va siendo incluido en la humanidad, como primer paso de la identidad que nace de la relación con el otro.

La necesidad de sentirse "uno más" se vive en forma conflictiva porque es una necesidad que amenaza la individualidad, el ser distinto. Una persona vive en forma estanca la inclusión tanto cuando se disuelve en el grupo y pierde la individualidad, como cuando es incapaz de pertenecer al mismo por temor a mostrarse distinto. Las dos situaciones se cierran al vínculo.

La respuesta correcta, o al menos la que proponemos, es que esta necesidad lleve al **compromiso** con el grupo.

Para detectar esta necesidad, deberemos estar atentos a ciertos signos físicos y a las manifestaciones verbales. La inclusión hace referencia a las barreras que separan del resto del mundo. Su temática es acerca de la periferia del cuerpo, piel, órgano de los sentidos, respiración. Mirar ,oír, respirar... A estos aspectos deberían dirigirse los ejercicios de rompehielos, corporales, de integración que se hagan cuando se quiere abordar un problema de inclusión.

Un análisis dialéctico de esta necesidad nos lleva a reflexionar acerca de los fenómenos de exclusión que se experimentan en el grupo y sus distintas manifestaciones. Así como en la sociedad se representan por los signos más débiles, como la pobreza, la desocupación, el desalojo; en el grupo sus signos serían el aislamiento, la discriminación, el rechazo. Si estos los consideramos los signos que llevan a la destrucción y a la muerte, podemos, por oposición considerar la inclusión como un signo de animación y de vida.

La Necesidad de Poder o Control.

Partiendo de la base que la anterior necesidad está cubierta, se empieza a plantear en el individuo que su compromiso grupal, que lo identifica e iguala a los demás necesita verse complementado por el reconocimiento de las capacidades propias. Este es el poder personal que descubre en el grupo y el grupo descubre en él. Es a través del cual la persona percibe la posibilidad de controlar o estructurar la situación del grupo de acuerdo a las capacidades propias. De otra manera, es lo que me permite ejercer el liderazgo a través del rol que asumo en el grupo. Por ejemplo, mi capacidad creativa, será tenida en cuenta a la hora de elaborar un proyecto, mi

capacidad de síntesis servirá para redactar conclusiones, o simplemente, como se tocar guitarra, en determinada situación de recreación estructuro la situación del grupo en torno a mi capacidad.

Obviamente que no es solo esto, sino que, fundamentalmente se refiere a la necesidad de resolver los problemas de toma de decisiones, de poder, de influencia, de ejercer una autoridad. La manifestación de esta dimensión abarca una amplia gama que va desde el deseo de autoridad sobre otros, hasta el deseo de ser controlado por los demás, siendo los extremos no aconsejables, pero que se darían de una manera inconsciente.

En cada uno de nosotros se puede descubrir una capacidad, el hecho de no descubrirla provoca un sentimiento de impotencia que se traduce en las conductas extremas en cuanto al control de las situaciones sociales, es decir, o bien lo compenso ejerciendo un poder autoritario que intente dominar a los demás, o bien me escondo en el anonimato siguiendo en forma dependiente a los demás.

Como vemos en esta dimensión lo que más importa es ser reconocido, "ganar" un lugar en el grupo. Pero, se puede ejercer el control sin ser participante?, aunque normalmente los problemas de poder surgen después que los de inclusión, hay "poderes" que se manifiestan desde fuera del grupo, desde el no incluido (pensar ejemplos). Se puede decir que las personas que vivieron con soltura y resolvieron su inclusión, adquiriendo su confianza básica, luego pueden poner su capacidad al servicio del grupo en forma autónoma.

Las manifestaciones concretas de esta necesidad se pueden ver en todo lo que pueda ser interpretado como conductas de control, por ejemplo, el control intelectual sobre la espontaneidad, la falta de flexibilidad a nivel físico, la búsqueda de normas que estructuren la situación del grupo, la necesidad de establecer objetivos claros y bien precisos para seguirlos, los intentos de "marcarle" el camino al grupo.....Sus polos son la desorganización y el supercontrol.

Aquí la respuesta que proponemos es acompañar estas necesidades en la búsqueda de que se asuma lo conflictivo que se presenta e vínculo en cuanto a que surge del **encuentro de distintos**. El reconocer la diversidad ayuda a descubrir la riqueza de capacidades que nos hará no solo seguir un objetivo sino adherir a él, asumirlo.

Las técnicas y ejercicios que aclaran la presencia de esta necesidad y su satisfacción son todas aquellas que permitan diferenciar roles, capacidades personales, establecer normas como grupo, que fomenten la cooperación y el consenso desde posiciones diferentes, etc... que ayuden a realizar el pasaje del "ganar" al compartir.

La Necesidad de Afecto.

Hasta ahora el grupo adquiriría una vital importancia para la satisfacción personal de inclusión y de poder. Una vez que me siento integrante, una vez que me siento reconocido en una capacidad, surge la necesidad de ser querido por lo que soy y hago; puedo tener una gran capacidad, pero puede que no me banquen. La búsqueda personal ahora va por el lado de lo afectivo, de la intimidad; por eso, lo que va a estar en juego son las relaciones interindividuales, de dos en dos, de tres en tres..., esto se refiere a la necesidad de cercanía afectiva entre los sujetos del grupo. Así como el control tenía que ver con la **confrontación entre** las personas, el afecto tiene que ver con el **encuentro con** los otros. No cabe duda que esta dimensión está presente desde ellos comienzos, sin embargo recién ahora se le brinda un espacio para su satisfacción, luego de cubrir otras, también básicas. Habrá sujetos que llevan esta necesidad a flor de piel, y pretenderán ejercer un control sobre los otros a través de la misma.

A nivel personal los extremos de conducta respecto a este aspecto serán, por un lado el **distante**, por medio de la superficialidad, ausencias, no compromiso, que siempre teme no ser amado y por eso no quiere poner a prueba el grado en que lo es, y el **intimista**, que necesita constantemente sentir cercanía y afecto, en un intento siempre repetido por devorar o consumir cariño. Lo que se buscaría en esta situación sería alcanzar la intimidad que lleve a la generatividad, es decir, que facilite la generación del encuentro para la realización de proyectos, objetivos asumidos, lo nuevo, la vida....

El vivir sin dificultades ni bloqueos esta dimensión, ya sea en el grupo, como en la vida misma del sujeto (su historia), le permitirá abordar en forma madura las situaciones de lejanía, de soledad, y de despedida. Quien se vive amado no se vive solo. El cubrir esta necesidad básica completa la identidad que la persona viene a buscar en el grupo.

La manifestación de esta relación, tiene que ver, en lo físico con lo visceral, con "los movimientos del corazón", con la circulación. Por esto las barreras a romper, no son ya las de la integración, sino las del encuentro, de la apertura para acercarme al otro. A nivel físico también, hay quienes marcan como interacción típica del afecto, el abrazo. Las técnicas y ejercicios varían mucho, siendo más ejercicios de sensibilización que técnicas, ya que estas buscan más la relación efectiva que afectiva. Se aplican ejercicios de relajación, de comunicación interpersonal, de apertura personal....

Estas necesidades, como pueden observar, se van a ir repitiendo con distinto grado de profundidad de acuerdo al tiempo y frecuencia en que el grupo se encuentre, así como los proyectos que asuman.

Culminada la presentación de el proceso personal a través de las necesidades que van cubriendo los individuos en el grupo, será importante confrontar este análisis con el proceso

grupal, que si bien referirá al proceso de las relaciones interpersonales, este va a ir de la mano con lo que pasa con cada uno de los individuos.

El desafío corre por el **acompañamiento** que hagamos de estos procesos.
