

Psihodrama in business - un domeniu nou

Data publicarii: 25 aprilie 2007

De psihodrama organizationala am aflat mai multe detalii de la Cristina Manole, psiholog si trainer la compania Exceed, in cadrul unui workshop sustinut de aceasta la evenimentul Psihologia la locul de munca. Am observat, insa, atunci ca foarte multa lume nu stia prea multe detalii despre aceasta ramura, de aceea am invitat-o pe cea care ne-a introdus in acest subiect sa ne vorbeasca mai mult despre ce inseamna de fapt psihologia in business.

Luiza Petria: Cand s-a vorbit prima data de aceasta notiune?

Cristina Manole: Psihodrama a fost dezvoltata initial ca metoda de psihoterapie de catre J.L.Moreno (de origine romana) in jurul anilor '30. Psihodrama permite explorarea diferitelor probleme si conflicte interioare prin intermediul actiunii. La baza este o metoda de lucru in grup si foloseste "forta" fiecarui membru ca agent de schimbare al celorlalti participanti.

L.P. Ce presupune de fapt psihodrama in business?

C.M. Tehnicile sale si-au dovedit eficienta in practica si de aceea utilitatea lor a fost extinsa si in alte domenii cum ar fi: in cadrul organizatiilor (cu scopul dezvoltarii echipelor, managementului conflictelor), in traininguri (pentru dezvoltarea abilitatilor manageriale, a abilitatilor de negociere etc).

In cadrul sedintelor de psihodrama sunt folosite simulari de situatii intr-un cadru protejat, lipsit de riscurile obisnuite iar acest lucru favorizeaza exersarea atat a unor abilitati noi cat si gasirea unor solutii problemelor pe care participantii doresc sa le rezolve.

Modul de lucru este unul foarte activ si antrenant. Sunt reproduse cu ajutorul membrilor grupului de training situatii de business traite in experienta lor profesionala si care s-au finalizat intr-un mod nesatisfacator sau nefavorabil.

L.P. Ce fel de probleme se pot rezolva prin psihodrama?

C.M. Sunt aduse in grupul de training probleme cum ar fi dificultatea de a

rezolva o problema profesionala, teama fata de un client, teama in ceea ce priveste capacitatea de a negocia un contract cu un client mai abil, relatia cu clientii dificili. Psihodrama este si de aceasta data solutia. Exerciitiile specifice unor asemenea probleme permit gasirea unor rezolvari adecvate fiecarui participant. Prin tehnicile de psihodrama trainerul conduce participantii catre gasirea unor solutii ale problemelor, in modul cel mai creativ, solutii aplicabile care permit participantilor cresterea performantei in munca lor.

L.P. Exista si subramuri?

C.M. Dupa cum am mentionat anterior, psihodrama este folosita in mai multe domenii. Un domeniu pe care nu l-am amintit este cel al educatiei, avand aceleasi rezultate extraordinare.

L.P. Se aseamana cu o alta metoda, fie prin modul in care se aplica, fie prin rezultatele care se obtin?

C.M. Multe alte metode folosesc cu succes tehnicile psihodramei. Una dintre cele mai cunoscute tehnici o reprezinta "jocul de rol", care este adoptata si de alte forme de dezvoltare.

L.P. De cat timp practicati aceasta metoda?

C.M. Am inceput prima data acum 6 ani, cand m-am inscris la Scoala de psihodrama Clasica moreniana din Bucuresti.

L.P. Care este cel mai bun rezultat pe care l-ati avut aplicand aceasta metoda?

C.M. Rezultate au fost foarte multe. In cadrul trainingurilor de abilitati manageriale si managementul conflictelor am avut solicitari pentru repetarea lor ca urmare a rezultatelor pe care participantii le-au considerat utile. In trainingurile de business ma concentrez in mod special pe 2 lucruri: exercitiile le fac cat mai atractive iar la sfarsit folosesc o parte din timp pentru integrarea informatiei cu tehnici specifice psihodramei. Exista multe cursuri interesante apreciate in cele mai grozave cuvinte, dar marea problema ramane faptul ca in urma lor participantii nu sunt foarte determinati sa se schimbe sau mai bine zis sa aplice cele invatate. Faptul ca psihodrama se bazeaza pe actiune face ca, prin tehnici specifice de integrare, atat informatiile teoretice cat si abilitatile sau "solutiile experimentate" in cadrul cursului sa poata ajuta "cursantul" sa

aplice cu mai mare usurinta sau chiar sa se schimbe in directia in care si-a propus.