

## El grupo sano

Por el contrario, un grupo pequeño sano es el que crea salud mental y alienta y promueve el crecimiento psíquico de madurez en sus miembros.

¿Cómo es un grupo sano? Dentro de un grupo sano existe un clima de aceptación, de afecto y de seguridad básica real. En un grupo sano existe un clima de recíproca simpatía; sus miembros tratan de percibir, de “sentir” realmente al otro, con sus necesidades más profundas, y de estimular en él sus cualidades humanas y sus potencias individuales.

Una descripción más analítica de las características del grupo sano sería la siguiente:

- 1) No hay autoridad “autoritaria”, el líder, si lo hay, acepta e incorpora críticas, está dispuesto a fundamentar sus consignas, no pretende imponer normas arbitrarias, etc.  
El líder es sensible a las necesidades y posibilidades del grupo y alienta en cada uno de los miembros un crecimiento psicológico hacia la madurez, de modo que su propio rol sea cada vez *menos* relevante.  
El líder no siente su liderazgo como una forma de poder, incluso está dispuesto de buen grado a declinar totalmente su liderazgo en caso de que el grupo madure y pueda prescindir de su conducción. En rigor, en una situación óptima de salud mental y madurez de los miembros, el líder no existe (o, en todo caso, el líder es rotativo)
- 2) La totalidad del grupo respeta y valoriza debidamente a cada uno de sus miembros por sí mismo, no tanto por sus conocimientos, habilidades o aptitudes, como por su condición humana y sus potencias latentes; ningún miembro se siente menoscabado o marginado en su identidad personal.
- 3) Existe una corriente afectiva positiva entre los miembros del grupo; existe fe, confianza en sus miembros.
- 4) Se alienta y estimula a cada miembro a que brinde lo mejor de sí, que cree y que se exprese dentro del grupo.
- 5) Se rescata la importancia de la subjetividad y la experiencia individual; se acepta que cada miembro tiene conflictos, dolores y sufrimientos, esperanzas y necesidades; se acepta que cada miembro tiene su historia personal singular.
- 6) No se teme sacar a la luz los conflictos; se discute con sinceridad y apertura las actitudes de sus miembros; no hay hipocresía o fingimientos; sus miembros tratan de ser entre sí lo más sinceros posibles y ponen de manifiesto sus críticas, sus temores, sus dudas, con respecto al resto
- 7) Si es necesario, si aparecen discrepancias fundamentales, se hacen explícitos los valores ocultos y subyacentes, se discuten, se busca lograr una coherencia en los valores y evita los códigos “dobles”, se aceptan las disidencias de opinión y los puntos de vista individuales.

- 8) No hay competencia ni a) por el poder (ya que no hay autoridad irracional); b) por el respeto y consideración de los otros (ya que todos los miembros son valorizados por sí mismos); c) por el “prestigio” (lo que se reduce, finalmente, al punto anterior); d) por el afecto de la autoridad (ya que cada miembro encuentra su gratificación afectiva dentro de la totalidad del grupo)
- 9) Interesan más las cuestiones de fondo que las cuestiones formales, ceremoniales o rituales.
- 10) Sus miembros no están preocupados por “brindar una imagen”; no les preocupa demasiado que los demás adviertan sus presuntos defectos o imperfecciones; no pretenden cubrirse con una máscara para resultar más aceptables o dignos de respeto.
- 11) El grupo, en tanto tal, busca trascender hacia afuera, hacia otros grupos o individuos; no es un grupo simbiótico, autosatisfactorio. No genera etnocentrismo, no produce competencia con otros grupos sino todo lo contrario.
- 12) Dentro del grupo no se dan relaciones de instrumentalización de sus miembros (no se usa al otro como “Instrumento” o “cosa”); ni el grupo instrumentaliza a sus miembros, ni los miembros del grupo se instrumentalizan entre sí.

Veamos algunos de los efectos del grupo sano sobre la personalidad individual.

Si en el grupo hay una participación realmente igualitaria, si el liderazgo es auténticamente democrático y cada persona sabe que será consultada y su opinión será valorizada y escuchada con respeto, su percepción de sí mismo se enaltecerá, se verá a sí mismo con mayor dignidad y autoestima real.

Si sabe que será bien acogido, bien recibido, que habrá un respeto profundo por él, que será aceptado y comprendido en sus necesidades, no se defenderá o, al menos, debilitará sus barreras defensivas; la pertenencia a un grupo con estas características disminuye notablemente el nivel de ansiedad por la propia identidad; en la medida en que los individuos sienten que no hay agresión indirecta o encubierta resurge la esperanza de llegar a una identidad individual digna, unívoca, entera, reconocida y aceptada por los demás. Muy probablemente nacerá en él un sentimiento de cooperación y solidaridad hacia el grupo, a través del afecto hacia sus compañeros y el placer que siente en su compañía. Nacerá el deseo de hacer cosas que sirvan a los demás, porque el molde individualista-egoísta no será ya funcional.

Si el individuo siente que su vida interior peculiar, su experiencia personal, su historia personal, no es algo oscuro y descartable, sino que tiene un valor y un sentido en la comunicación interpersonal, y que además, muy probablemente, tiene puntos en común con las vivencias de otros miembros del grupo, la forma de sentirse a sí mismo y a los demás se humanizará.