

ЭТАПЫ РАБОТЫ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСК ОЙ ГРУППЫ

Подготовили: Корней Н.В. гр.ПТ-51

Лагун А.И. гр.ПТ-51

Барановичи 2012

Закономерности развития всех групп СХОЖИ

Зачастую различаются лишь названия этих этапов

С.А.Мahler (1969) выделил 5 стадий развития группы: **формирования, вовлечения, переходную, рабочую и завершающую.**

J.L.Shapiro (1978) выделяет 4 основные фазы работы психотерапевтической группы: **подготовки, усвоения важнейших правил, терапевтического воздействия и завершения.**

J.C.Hansen с сотр. (1980) описал 5 стадий: **начала группы, конфликтов и конфронтации, формирования сплоченности, продуктивной работы и завершения.**

I.D.Yalom (1985) выделяет 3 важнейших этапа психотерапевтической группы – **начальная стадия**, во время которой участники стремятся сориентироваться в группе, найти ее смысл для себя и нередко бывают склонны к сопротивлению ее работе; **вторая стадия – конфликтов и "борьбы за власть" в группе** и **третья – это стадия сплоченности**, которой свойственно взаимное доверие и раскрытие участников.

Терапевту необходимо знать закономерности развития процесса терапевтической группы по нескольким причинам:

- **они помогают выделить психотерапевтические факторы, которые на определенных этапах развития группы могут стимулировать или подавлять продуктивную работу;**
- **терапевт более ясно представляет, *когда и что* ему делать;**
- **заранее можно предвидеть, чего можно ожидать от группы, и подготовиться к изменениям;**
- **дает терапевту определенную перспективу, позволяющую продвигать работу группы в конструктивном направлении и передать это видение перспективы участникам группы.**

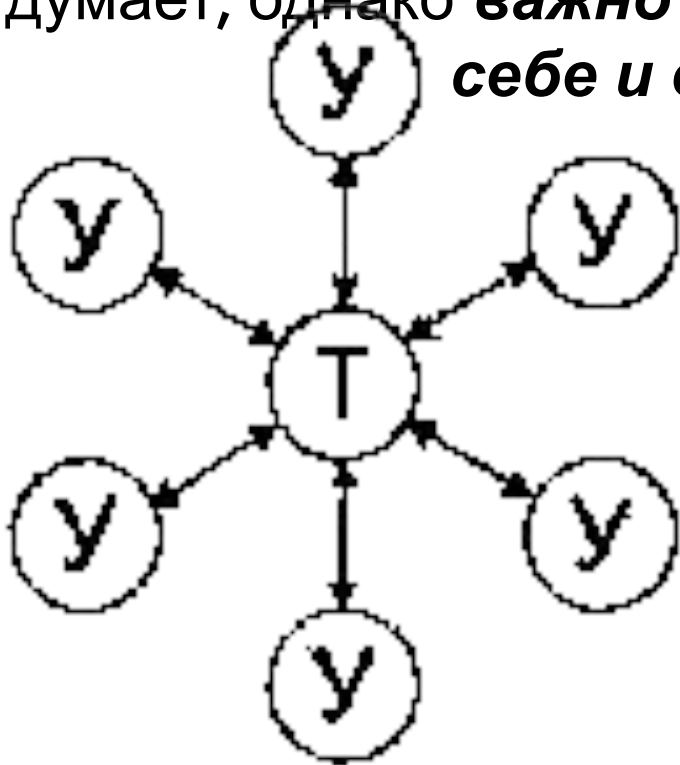
1. НАЧАЛЬНАЯ СТАДИЯ



Первая встреча психотерапевтической группы

Знакомство участников: "Было бы неплохо, если бы вы представились друг другу. Назовите имя, с которым вы хотели бы, чтобы к вам обращались во время работы группы, скажите несколько слов о себе – то, что *сейчас* хотели бы сказать, а также что чувствуете в данный момент. Так мы познакомимся и лучше почувствуем состояние друг друга в эти первые мгновения нашей общей работы. Кто хотел бы начать?«. **Возможны и другие вопросы терапевта:** "Чем будет эта группа для вас?", "Чего больше всего ждете от группы и больше всего боитесь?", "Чем хотели бы здесь заниматься, чтобы получить то, ради чего пришли сюда?" и пр.

После завершения знакомства терапевт должен напомнить участникам **основные требования и правила**, особо подчеркивая, что в группе очень важно говорить о своих чувствах и пытаться понять свои поступки, что **не обязательно раскрываться полностью**, высказывать, что каждый чувствует и думает, однако **важно как можно больше говорить о себе и от своего имени**.



Т – терапевт
У – участник

Рис. **Отношения между участниками на начальной стадии работы**

Основные нормы психотерапевтической группы

(I.D.Yalom, 1985; M.S.Corey, G.Corey, 1987):

Регулярное посещение занятий группы без пропусков и опозданий.

Активное участие в работе группы, постоянное реагирование на участников.

Отдача предпочтения чувствам и их раскрытию, а не интеллектуальному обсуждению проблем.

Ориентация на обсуждение личных и межличностных проблем, возникающих в процессе работы группы, на разрешение конфликтов, на непосредственное реагирование на постоянно меняющиеся ситуации в группе.

Оказание постоянной психотерапевтической поддержки другим участникам группы.

Принятие на себя ответственности за работу группы. Если этого нет, участники будут пассивными и зависимыми от терапевта. Как говорит I.D.Yalom (1985), "моя цель – помочь участникам понять, что они - и есть кино: если они ничего не делают, экран пуст".

Высказывания о себе и от своего имени. Раскрытие должно происходить не в порядке очереди, а в удобное для каждого участника время (но оно *обязательно* должно происходить). Раскрытие – это межличностное действие. Поэтому оно важно не само по себе, а в контексте отношений с другими.

Работу группы можно продолжить,
используя материал представления
участников.

**Последние 15 мин. следует оставить на
завершение встречи. Здесь обобщается
все, что происходило во время встречи.**

Терапевт заканчивает встречу группы
несколькими обобщающими фразами,
напоминает участникам время и место
следующей встречи.

основные цели терапевта на начальной стадии работы группы

- поощрять формирование терапевтических норм группы;
- учить участников ориентироваться в групповом процессе;
- создавать безопасную, основанную на взаимном доверии атмосферу;
- определить общие цели группы;
- помочь участникам установить индивидуальные конкретные цели работы в группе;
- поощрять участие всех в дискуссиях;
- уменьшать зависимость участников от терапевта;
- делиться с ними ответственностью за группу;
- структурировать работу группы;
- преодолевать сопротивление участников работе.

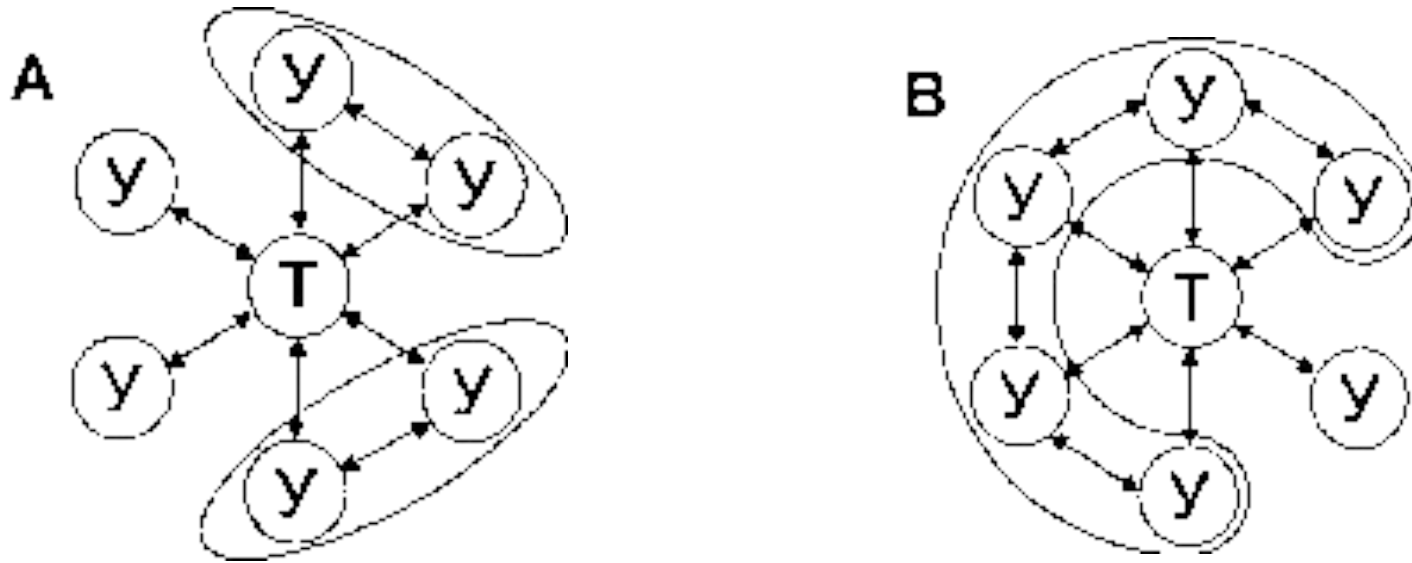


2. ПЕРЕХОДНАЯ СТАДИЯ



Рис. Отношения между участниками на переходной стадии работы

Т – терапевт У – участник



**Для этой стадии характерна
неравномерность отношений между
участниками, появление подгрупп**

Переход группы к бурному этапу жизни, которому свойственны конфликты, негативные переживания, могут усиливаться тревога, страхи, сопротивление работе. В группе происходит процесс иерархизации, "борьба за власть", деление участников на активных и пассивных, доминирующих и подчиняющихся и др. Появляется больше критических высказываний, отрицательных оценок и комментариев. Часты требования участников друг к другу – "должен", "обязан". На этом этапе работы группы бывает самый большой "отсев" участников – из-за усилившегося напряжения, конфликтов и др.



основные задачи терапевта на переходной стадии работы

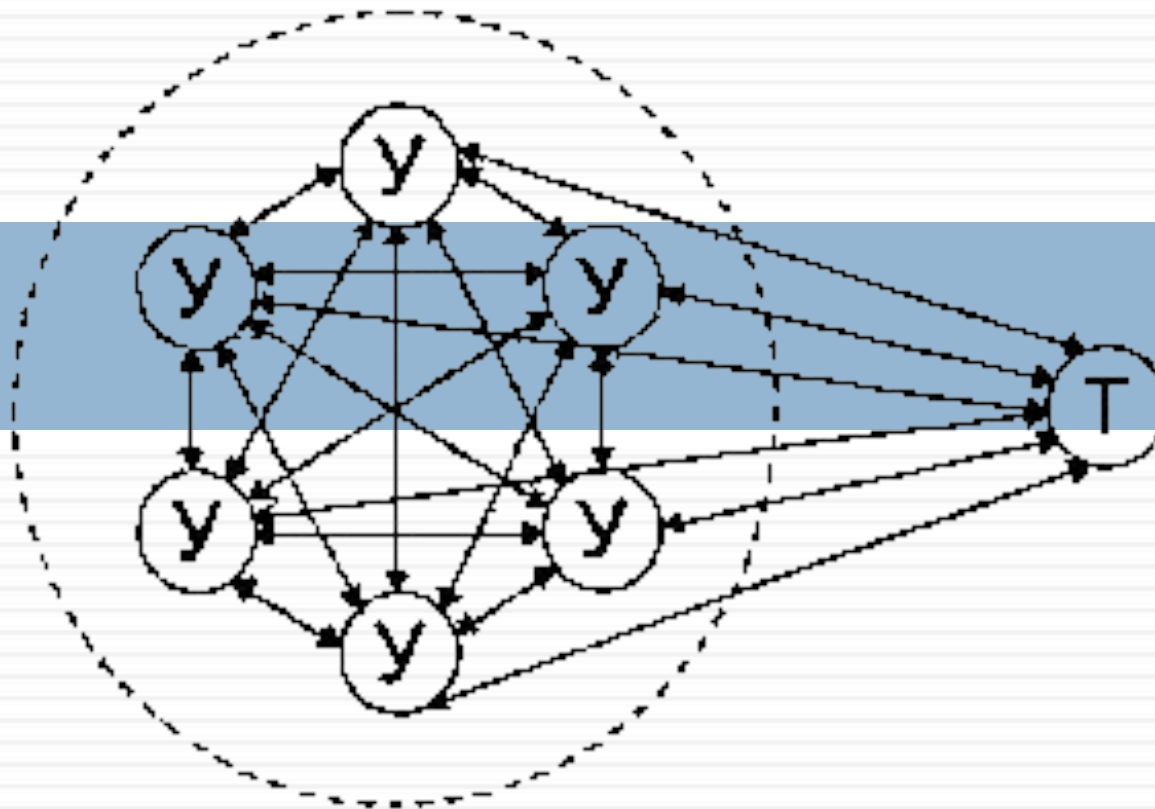
- **помочь** участникам группы **опознать истоки тревоги и говорить об этом;**
- **помочь** участникам **увидеть их способы психологической защиты и сопротивления** активному участию в группе и **обсудить их;**
- **учить** участников **открыто выявлять конфликты** в группе и **решать их;**
- **учить** участников **принимать на себя часть ответственности** за направление работы группы;
- **не защищаясь, неагрессивно реагировать на стремление** участников **конфликтовать с терапевтом** – как с профессионалом и человеком;

3. Продуктивная стадия



1. происходит продуктивный анализ проблем участников и реальное изменение себя и своего поведения, исходя из предпосылки, что никто иной, а только сам участник отвечает за свою жизнь;

2. участники не избегают, а открыто выражают и обсуждают возникающие в группе проблемы.



Т – терапевт У – участник

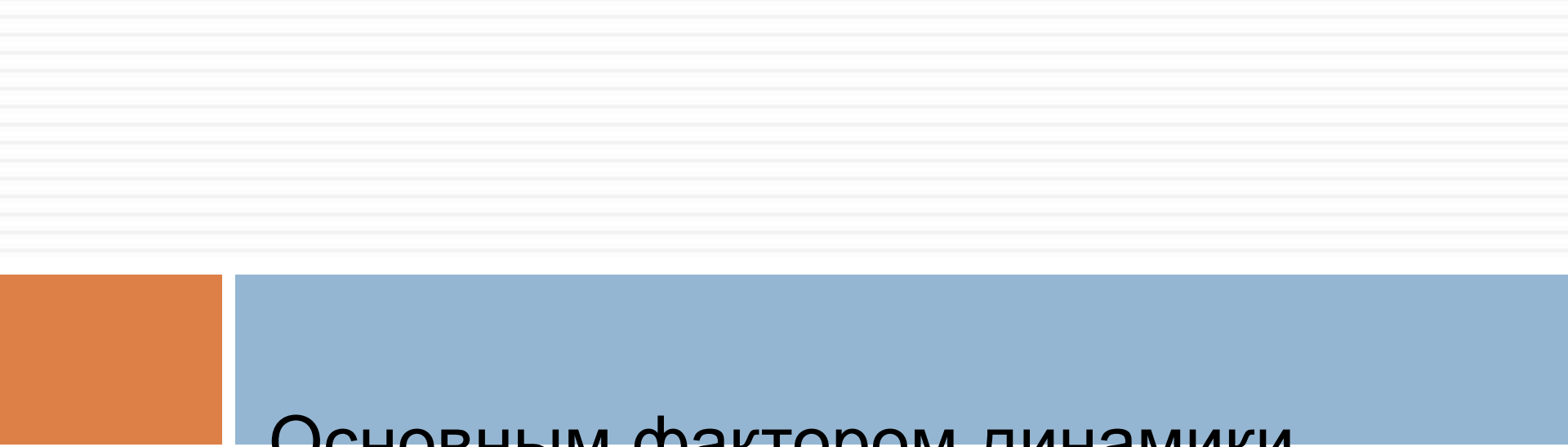
Рис. **Отношения между участниками группы в стадии продуктивной работы**

Основные компоненты работы группы:

1. Участники доверяют друг другу;
2. Цели ясные и конкретные, работа группы ориентирована на их реализацию;
3. Большинство участников чувствуют себя включенными в группу;
4. называются, обсуждаются и часто разрешаются конфликты между участниками и между ними и терапевтом.
5. Участники пытаются перенести опыт решения проблем в группе в жизнь вне группы.

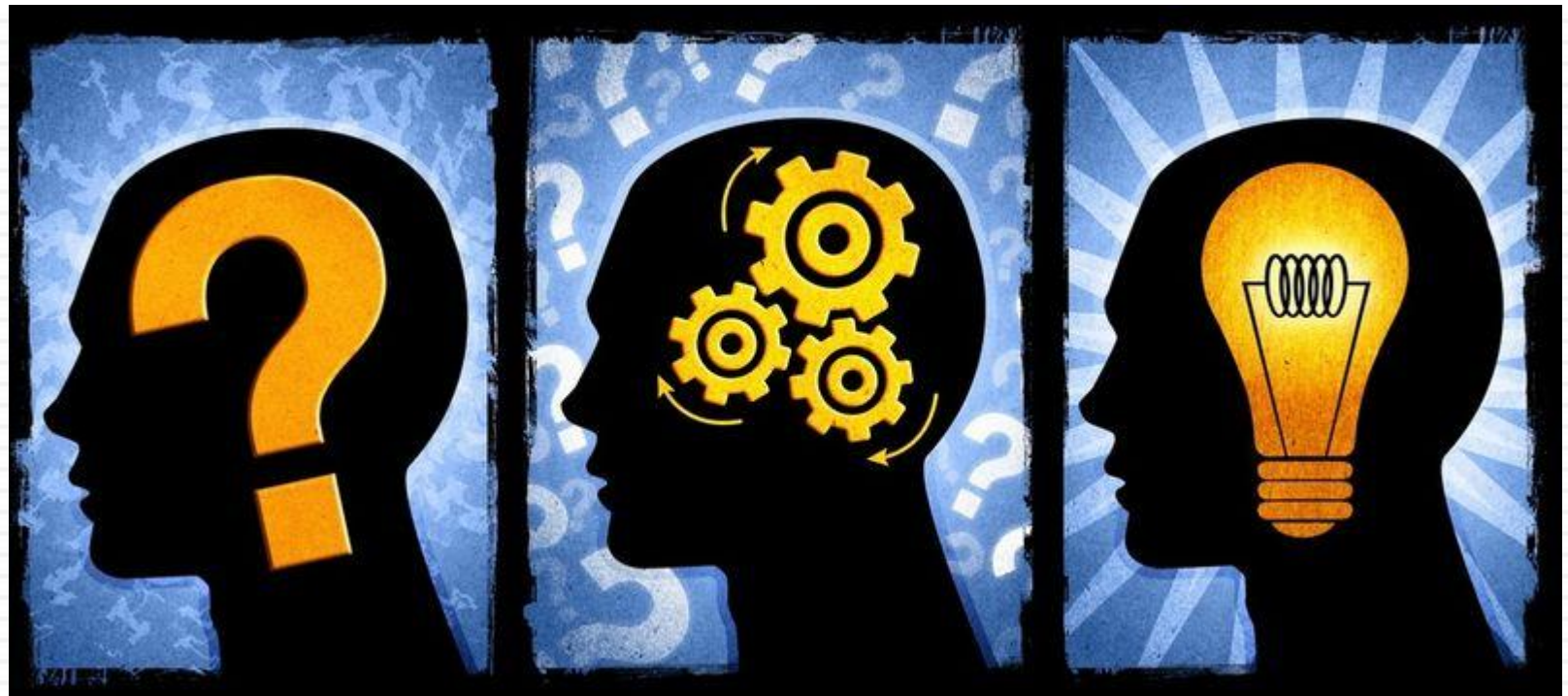
Важнейшими задачами терапевта группы на продуктивной стадии ее работы являются:

1. поощрение более глубокого самораскрытия участников;
2. поддержка участников, стремящихся испробовать новые способы поведения;
3. оказание помощи участникам в выражении и понимании скрывааемых чувств;
4. постоянная забота о сплоченности группы.



Основным фактором динамики группы в продуктивной стадии развития является **самораскрытие участников**. Без него вообще невозможна психотерапевтическая работа

4. ЗАВЕРШАЮЩАЯ СТАДИЯ



Задачи заключительного этапа :

- Обсуждение чувств, вызванных расставанием;
- Оценка результатов работы группы;
- Консолидация достигнутых результатов;
- Подготовка к жизни без группы;
- Обмен участниками оценками группового опыта.

**После завершения
работы группы
полезно
организовать еще
одну встречу спустя
2-3 месяца.**

**Оценка эффективности
работы группы:**

- **методики
индивидуального
исследования
личности**
- **анализ дневников
участников группы**

**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!!!**