

**ПСИХОТЕРАПИЯ В УЗКОМ
СМЫСЛЕ. ГРУППОВАЯ И
ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ФОРМЫ
ПСИХОТЕРАПИИ. ЗАДАЧИ**

В узком смысле
Психотерапия — лечение
человека (пациента) с
помощью психологических
средств воздействия.

психотерапия - одна из
основных форм
психотерапевтической
работы.

Индивидуальная
психотерапия —

организационная форма, в
которой
психотерапевтический
процесс протекает в диаде

Главное преимущество индивидуальной психотерапии – это интимность атмосферы её проведения, благодаря которой легче установить доверительные отношения между пациентом и психотерапевтом.

психотерапевтический метод,
специфика которого
заключается в
целенаправленном
использовании групповой
динамики, т.е. все совокупности
взаимоотношений и
взаимодействий, возникающих
между участниками группы,
включая группового
психотерапевта. в лечебных

Преимущества групповой психотерапии:

1. Экономичность денежных и временных ресурсов;
2. Межличностное обучение, позволяющее более глубоко познакомиться со стилем своего общения с другими людьми, приобрести более эффективные социальные навыки.
3. В группе «воссоздается» повседневная жизнь каждого участника, что позволяет им увидеть трудности и особенности проблемы.
4. Дополнительная возможность самосовершенствования .

Ограничения групповой психотерапии:

1. Не все люди могут эффективно решать свои проблемы в группе и мешают это делать другим членам группы.
2. Конформность поведения участников группы.
3. Некоторые групповые нормы, необходимые для эффективной работы группы могут создавать иллюзию, т.к. в жизни они более желанны, чем реальны.

задачи психотерапии состоят
в достижении
терапевтических изменений в
трех сферах: когнитивной,
эмоциональной и
поведенческой.