

применения этических правил.

Правило 1. Предоставление клиенту полной информации

Правило 2. Отбор участников

Правило 3. Конфиденциальность

Правило 4. Добровольность/принудительность участия

Правило 5. Выход из группы

Правило 6. Сдерживание и принуждение (границы жесткости ведения группы)

Правило 7. Система ценностей ведущего при работе в группе

Правило 8. Непредвзятость

Правило 9. Двойственные взаимоотношения

Правило 10. Использование техник и приемов

Правило 11. Выработка целей

Правило 12. Консультации между занятиями

Правило 13. Окончание групповой работы

Правило 14. Оценка состояния группы и завершающие действия

Правило 15. Помощь другим специалистам

Правило 16. Профессиональная компетентность группового консультанта.

ТЕМА X. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ГРУППОВОЙ ПСИХОТЕРАПИИ (2 часа).

ЛЕКЦИЯ 1. Классификация психокоррекционных групп (1 час).

Цель – изучить классификацию видов и моделей психокоррекционных групп.

Вопросы для рассмотрения:

1. Виды психокоррекционных групп

2. Модель треугольной группы: определение, этапы обучения 3. Функции руководителя группы

3. Модель групп встреч как терапевтической группы: определение, основные принципы, техники занятий

Основные понятия: психокоррекционная группа, тренинговая группа, группа встреч.

Литература:

1. Браун, Д. Введение в психотерапию: Принципы и практика психодинамики / Д. Браун, Дж. Педдер. – М: Независимая фирма "Класс", 1998. – 224 с.

2. Кондрашенко, В.Т. Общая психотерапия: рук. для врачей/ В.Т. Кондрашенко [и др.]. – Мн.: Выш. шк., 1999. - 524 с.

3. Роджерс, К. Клиентцентрированная терапия / К. Роджерс. – М.: Рефл-бук; Киев: Ваклер, 1997. – 320 с.

4. Энрайт, Дж. Позиция слушателя-терапевта / Дж. Энрайт // Институт Психотерапии Клинической Психологии [Электронный ресурс]. – 2014. – Режим доступа : <http://www.psyinst.ru/library.php?part=article&id=1467>. –Дата доступа : 15.05.2014.

5. Алешина, Ю.Е. Консультативная беседа / Ю.Е. Алешина // Введение в практическую социальную психологию / Под ред. Ю.М. Жукова [и др.]. – М.: Смысл, 1996. – С. 230 – 248.

1 вопрос. До сих пор не существует однозначной типологии психологических групп. Даже среди профессионалов в области образования, психологии и психотерапии такие термины как группа поддержки, групповая терапия, групповое консультирование и групповое руководство не имеют однозначного толкования. Эта же неоднозначность понимания и трактования распространяется и на классификацию психокоррекционных групп.

С нашей точки зрения, наиболее удачной является типология, принятая Ассоциацией специалистов по групповой работе Американской психологической ассоциации, подразделяющая группы на рабочие (группы, созданные специально для решения какой-то конкретной не психологической задачи), обучающие, консультационные, психотерапевтические Рабочие группы

Обучающие группы обычно формируются в учреждениях системы образования или различных детских, молодежных образовательных-воспитательных и социально-педагогических центрах

Консультационные группы. Этот тип групп, обычно называемый “групповым консультированием”, существенно отличается от упомянутых выше. Консультационные группы ориентированы на процесс, в то время как предыдущие два типа групп ориентированы на содержание. Основным инструментом достижения цели является процесс межличностных отношений внутри группы, все проблемы решаются в процессе взаимодействия.

Психотерапевтические группы нацелены на решение серьезных психологических проблем и ставят целью глубокие изменения в личностной сфере и в поведении участников. К этой категории относятся группы лиц с асоциальным и противоправным поведением или терапевтические группы детей, переживших травмирующие жизненные события (например, смерть близких или насилье) и пр. Подобного рода группы обычно создаются в специализированных психологических центрах или клиниках. Ведущий психотерапевтической группы должен предварительно пройти курс специальной подготовки.

2 вопрос. История создания и развития групп тренинга тесно связана с именем психолога Курта Левина и целой плеяды его учеников. Занимаясь экспериментальной, а затем практической социальной психологией он пришел к выводу, что люди в группе постоянно воздействуют друг на друга. Его динамическая “теория поля” заложила основы для изучения процессов “групповой динамики” и стала краеугольным камнем в создании групповой психотерапии.

Первая группа тренинга (Т-группа) возникла случайно. Несколько специалистов в области естественных наук, в число которых входил и Курт Левин), создали группу из деловых людей и бизнесменов, целью которой

было совместное изучение основных социальных законов и “проигрывание” различных ситуаций, связанных с их применением. Помимо этого, эта группа была ориентирована на опыт самораскрытия и самоосознания с помощью получения обратной связи.

Родоначалники Т-групп считали, что “группа” – это реальный мир в миниатюре, со всем присущим ему многообразием и сложностью социальных связей. В ней существуют те же, что и “в жизни”, проблемы межличностных отношений, поведения, принятия решений и т.д. Тем не менее от реального мира Т-группа как все же искусственно созданная лаборатория “человеческих отношений” отличается тем, что:

- ◆ в ней каждый может быть и экспериментатором, и предметом эксперимента;
- ◆ в ней возможно решение задач, которые неразрешимы в реальной жизни;
- ◆ занятия в группе предполагают “психологическую безопасность”, что обеспечивает “чистоту” эксперимента.

Этапы группового процесса.

Представление самого себя – это процесс самораскрытия. Наиболее эффективной моделью самораскрытия является “окно Джогари”, названное так в честь его изобретателей Жозефа Лафла и Гарри Инграма. Обратная связь осуществляется в тех случаях, когда одни участники группы сообщают о своих реакциях на поведение других с целью откорректировать модель их поведения. В свою очередь участники получившие такой “сигнал” от других, имеют возможность самостоятельно откорректировать свое поведение.

Экспериментирование в группе основано на активном поиске различных вариантов поведения в одинаковых (или различных) ситуациях.

Такой поиск может быть успешным лишь в том случае, если экспериментирующие участники могут получить от группы ясную и точную обратную связь без страха за последствия своего поведения в той или иной ситуации.

Приобретение коммуникативных умений.

Целевое назначение Т-группы в психокоррекционном плане двояко: 1) самосовершенствование личности и 2) обучение умениям межличностного общения (коммуникативным умениям).

Коммуникативные умения в свою очередь включают: описание поведения (своего и партнера); коммуникацию чувств; активное слушание; обратную связь; конфронтацию.

Описание поведения – умение сказать о поведении другого без анализа его мотивов и без любого вида критики, как конструктивной, а тем более деструктивной (обвинений, оскорблений и пр.). Коммуникация чувств – умение ясно и четко сказать о своих чувствах. Внешний вид и жесты не всегда адекватно отражают чувства партнера. Румянец на щеках может свидетельствовать и быть выражением как удовольствия, так и проявлением гнева. Участники группы должны учиться передавать суть своих чувств таким образом, чтобы они были правильно поняты другими. Лучше всего

научиться передавать свои чувства адекватными словами, не прибегая к непонятым и сложным метафорам. Умение слушать. Случайно собравшиеся собеседники редко умеют слушать друг друга. Говорить всегда лучше, чем слушать. Карл Роджерс считал, что научиться слушать намного труднее, чем научиться говорить.

Конфронтация — одна из активных форм коммуникации, при которой действия одного человека направлены на то, чтобы заставить другого осознать, проанализировать или изменить свои межличностные отношения.

Умелая конфронтация требует чуткости к психическому состоянию оппонента и убежденности в своих контрдоводах.

3 вопрос. Группы встреч в отличие от групп тренинга являются терапевтическими психокоррекционными группами.

Как уже отмечалось, существуют два основных направления в понимании психокоррекционных групп:

1. Ориентация групповой работы на решение конкретных задач, отработку навыков межличностных отношений. Руководитель не устраняется от лидерства полностью и нередко выступает в роли наставника, учителя, тренера. Сторонники этого направления более склонны работать с Т-группами или группами тренинга умений.

Ориентация на гуманистический, демократический стиль руководства группой. Во главу угла ставится не авторитарность руководителя, а чувство общности, аутентичности и открытости в отношениях между членами группы. У. Шутц выделил следующие основные признаки группы встреч:

- открытость и честность в общении ее членов;
- осознание самого себя, своего Я (психического и физического);
- ответственность за себя и членов группы;
- внимание к чувствам;
- принципы здесь и теперь.

Этапы группового процесса

Основными психотерапевтическими шагами в группе встреч являются: установление контактов; построение доверительных отношений; изучение конфликтов; анализ сопротивления; соучастие и поддержка.

• Установление контактов (знакомство). На первых этапах группового процесса усилия членов группы направляются на установление доверительных межличностных контактов. Эти усилия У. Шутц называл “стремлением к включению в ситуацию”, которое определяется желанием каждого члена группы ощутить свою принадлежность к ней.

• На первом занятии можно представиться друг другу с помощью псевдонимов, что облегчает межличностный контакт. Знакомство начинается с контактов в мини-группах или в парах. Это могут быть как физические контакты – исследование рук, лица партнера, так и вербальное общение.

• Построение доверительных отношений. В группе всегда есть несколько участников, которые на первых порах испытывают чувство одиночества из-за трудности в установлении контактов. Не каждому легко

сразу доверить свои чувства и переживания малознакомому человеку.

- Изучение конфликтов. Очень часто конфликтные ситуации возникают на той стадии группового процесса, когда на первый план выходят соревнования, соперничество, борьба за лидерство. Чаще всего конфликты изучаются на вербальном уровне. Психотерапевт поощряет членов группы, вступивших в конфронтацию, способных внимательно выслушивать друг друга, прямо и откровенно высказываться, пытающихся осознать не только свои чувства и поведение, но и соперника.

- Анализ сопротивления. Обычно осуществляется посредством специальных упражнений в которых особое внимание уделяется обсуждению сновидений, снов наяву, фантазий, грез и пр. В дальнейшей работе весь полученный материал нуждается в прояснении и интерпретации.

- Соучастие и поддержка. Чтобы правильно осознать свое поведение и полностью раскрыться, каждый участник нуждается в положительной поддержке всей группы. Вначале такая поддержка осуществляется с помощью ведущего. Со временем группа становится способной обеспечить своего участника положительной обратной связью самостоятельно.

- Следует учитывать, как отмечает В.Т. Кондрашенко (1997), что стремление выразить поддержку, утверждение или одобрение в адрес своего партнера по группе очень часто отражает эмоциональное состояние (неуверенность, тревогу) не столько поддерживаемого, сколько поддерживающего.

ЛЕКЦИЯ 2. Психокоррекционное влияние групповой терапии (1 час).

Цель – сформировать представление о психокоррекционном воздействии групповой психотерапии на участника группы.

Вопросы для рассмотрения:

1. Адаптивные возможности психокоррекционной группы
2. Механизм групповой психотерапии

Основные понятия адаптивные возможности и механизмы групповой психотерапии.

Литература:

1. Олифиревич, Н.И. Индивидуальное психологическое консультирование. – М.: Тесей, 2005. – 264 с.

2. Роджерс, К. Клиентцентрированная терапия / К. Роджерс. – М.: Рефл-бук, Киев: Ваклер, 1997. – 320с.

1 вопрос. Формулируя теоретические основания группоцентрированного подхода к лидерству и управлению, Т.Гордон предлагает ряд утверждений, не предполагающих их экспериментальной проверки, которые можно обозначить как адаптивные способности группы.

Психологическая взаимосвязь членов группы. Можно дать следующее определение группы. Группой являются двое или большее число индивидов, имеющих психологическую взаимосвязь. То есть можно сказать, что члены

группы существуют в качестве группы в психологическом поле друг друга и находятся в некоторой динамической взаимосвязи друг с другом.

Динамические изменения. В определенный период группы проявляют некоторую степень нестабильности или разбалансированности в результате действия внутригрупповых сил. Следовательно, можно сказать, что группа представляет собой динамическую систему сил. Изменения в какой-либо одной части группы, вызывают соответствующие изменения в группе в целом.

Восстановление нарушенного равновесия. Поведение группы, направленное на восстановление нарушенного равновесия, вызванного действием внутригрупповых сил, можно назвать адаптивным поведением. Степень адаптивности группового поведения, можно определить как функцию адекватности методов, выбранных группой, с точки зрения их соотношения с природой внутреннего дисбаланса.

Адаптивные действия группы. Адаптивное поведение группы будет наиболее адекватным тогда, когда группа будет использовать максимум ресурсов всех своих членов. Это означает максимальное участие всех членов группы, каждый из которых должен вносить наиболее эффективный вклад.

Стремление к максимальному использованию ресурсов. Группа обладает собственными внутренними адаптивными способностями, необходимыми для обретения большей внутренней гармонии, производительности, а также для достижения более эффективного приспособления к окружению. При соблюдении определенных условий, группа будет стремиться к максимальному использованию этих способностей.

2 вопрос.

Групповая формация. Каждый клиент по-своему привыкает к группе, и в этом смысле группа является микрокосмом. Клиенты используют типичные адаптивные способности, защитные механизмы и способы общения, которые тут же отражают группой, что позволяет клиентом вести самонаблюдение в отношении их собственных действий. **Терапевтические факторы.** Следующие групповые процессы лежат в основе терапевтического эффекта.

Тестирование реальности. Группа выступает как суд для каждого члена относительно вербализации его мыслей и чувств по отношению с другими, которые исследуются лидером и всей группой.

Перенос. Чувства, возникающие среди членов группы и между членами группы и терапевтом, могут переноситься, если они иррациональны и не созвучны с реальностью.

Стимуляция переноса. По мере того как клиенты наблюдают друг у друга взаимодействие, могут возникать чувства, которые ранее были подавлены ими. В целом, негативные чувства скорее выражаются в группе, чем при индивидуальном лечении. Клиент из группы видит неосуждающую реакцию терапевта на ярость другого клиента, это его воодушевляет и он осмеливается высказать и свои сходные чувства.

Множественные переносы. Целый ряд членов группы, каждый со

своими генетическими, динамическими и поведенческими паттернами, могут оказаться для людей значительными в связи с определенной жизненной ситуацией в прошлом или настоящем. Члены группы могут брать на себя роль жены, матери, отца, сиблинга или начальника. Коллективный перенос. Патологическое перевоплощение членов группы в единую фигуру переноса, обычно в мать или отца, является феноменом, уникальным для групповой терапии. Или же член группы может видеть терапевта как одну фигуру, а группу в целом как другую. Невроз переноса. Когда при переносе привязанность клиента к терапевту или, в групповой терапии, к другому клиенту становится чрезвычайно сильной, говорят, что имеет место невроз переноса. Сильный негативный перенос клиентом по отношению к терапевту может требовать индивидуального сеанса психотерапии, чтобы это нарушение разрешилось. Идентификация. В индивидуальной терапии многие клиенты пытаются обучиться новому способу адаптации, овладевая качествами терапевта. В группе в распоряжении имеется целый ряд других моделей, и клиенты идентифицируют с некоторыми из этих качеств других членов—процесс, который может осуществляться сознательно путем простой имитации или подсознательно. Универсализация. Находясь в группе, клиенты понимают, что они не одиноки в том, что страдают эмоциональными проблемами и что другие имеют и борются с теми же проблемами. Все согласны с тем, что процесс универсализации является одним из наиболее важных в групповой психотерапии. Простой обмен опытом, независимо от того, будет ли он расценен как патологический, является важной потребностью человека.

Сцепление. Все группы, не только психотерапевтические, испытывают некоторую степень сцепления. Члены чувствуют как “мы”, развивается чувство сопричастности друг другу. Они ценят группу, что развивает лояльность и дружелюбность среди них. Они хотят работать вместе и брать на себя ответственность друг за друга в достижении своих общих целей. Они хотят также вынести определенную степень фрустрации для того, чтобы поддержать интегрированность группы. Групповое давление. Все члены группы подвержены групповому давлению, которое изменяет их поведение, мышление или чувства; насколько они подвержены, зависит от того, насколько они привязаны к другим членам группы и как высоко ценят свои взаимоотношения с группой.

Интеллектуализация. Интеллектуализация означает когнитивное осознание самого себя, других и различных жизненных ситуаций—как хороших, так и плохих, которые лежат в основе деятельности клиента в настоящее время. Подкрепление, в котором каждый член сталкивается с другими при своих мгновенных реакциях на события, служит как способ обучения. Все члены таким образом помогают оценить свои собственные защитные механизмы и другие способы справляться с ситуацией. Конфронтующие группы полагаются исключительно на механизмы подкрепления.

Облегчение и катарсис. В каждой группе развиваются свои

собственные смешанные процессы облегчения и катарсиса, причем смесь зависит от композиции группы, стиля руководства и теоретических рамок. Некоторые групповые терапевты придерживаются стиля руководства, который воодушевляет эмоциональное облегчение почти всегда; другие, в равной степени обнаруживая свои ригидные позиции, активно подавляют выражение сильного эффекта. Отреагирование. Отреагирование приносит осознание, часто в первый раз, степени эмоций, ранее блокированных от сознания. Часто оно представляет собой высокотерапевтическое событие, даже если оно продуцирует неизбежное чувство горя для всех членов группы по мере того, как этот процесс открывается.

ТЕМА XI. ОСНОВЫ ГРУППОВОЙ ДИНАМИКИ (2 часа).

ЛЕКЦИЯ 1. Групповая динамика как дисциплина (1 час).

Цель – изучить основные законы групповой динамики.

Вопросы для рассмотрения:

1. Понятие «групповая динамика» и ее основные законы
2. Психокоррекционное влияние групповой психотерапии

Основные понятия: групповая динамика.

Литература:

1. Кондрашенко, В.Т. Социальная психотерапия: рук. для врачей / В.Т. Кондрашенко [и др.]. - 4-е изд., перераб. и доп. - Мн.: Выш. шк., 1999. - 524 с.

2. Александров А.А. Современная психотерапия. Курс лекций – СПб.: "Академический проект", 1997. — 336 с.

1 вопрос. Впервые термин “групповая динамика” был использован Куртом Левиним в статье “Эксперименты в социальном пространстве” в журнале “Гарвардское педагогическое обозрение” в 1939 г. в США. В этой статье К.Левин впервые сформулировал вывод о том, что в группах людей каждый член признает свою зависимость от других членов группы. По определению К.Левина, групповая динамика – это дисциплина, исследующая положительные и отрицательные силы, которые действуют в данной группе.

При описании и объяснении принципов групповой динамики К.Левин опирался на законы гештальт-психологии. Если рассматривать группу как нечто целостное, то некоторые закономерности групповой динамики, вскрытые К.Левиним можно объяснить действием двух основных законов гештальт-психологии:

1. Целое доминирует над частями.

1) Группа не является просто суммой индивидов: она модифицирует поведение отдельных членов.

2) Извне легче повлиять на поведение группы в целом, чем на поведение отдельного ее члена (так в экспериментах на Харвудском заводе было установлено, что невозможно повлиять на производительность труда