

https://www.b17.ru/article/group_therapy_my_love/

Групповая терапия. Моя любовь.

[Статьи / Отношения с окружающими](#)

Любите ли Вы работать с группами?

Любите ли Вы это настолько, насколько люблю я?

Давным-давно, в 1990 году, с дипломом химика-органика и записью в трудовой книжке «Психолог», я начала свой путь группового терапевта со своей первой, очень подростковой группы. Из литературы у меня была только слепая копия неизвестно чьей книги с тренинговыми упражнениями, но это меня не смущало. 14-ти и 15-ти летние школьники приходили ко мне в кабинет, и мы садились в кружок, и время летело со скоростью неотвратно падающего стакана с водой, и они открывали свои души и сердца, а я, 22-хлетняя, недалеко ушедшая, слушала, замирала, что-то говорила, о чем-то молчала... Там были разные истории – про влюбленность и отказ девушки, про друга-предателя, про безумную мечту, про родителей, которые не понимают – этих историй было больше всего, и я думала – какие же они все таки злые, эти родители, как так можно с собственными детьми...

Мы встречались чуть больше, чем полгода. Их было всего 9 человек, и я бы не узнала их, если бы встретила – но вспомнила бы их истории, как песню с первого аккорда. Они верили мне. Я верила в то, что если не я – то никто им не поможет. И я очень, очень старалась, вцепившись в свою группу, как пенсионер-вахтер в студенческом общежитии в свой пост. Я делала все, что могла и умела. Любила. Воспитывала. Жалела. Подкармливала конфетами. Я поддерживала их самостоятельность и право на собственное мнение. Я не знала слов «виктимное поведение», но интуитивно устраивала ролевую игру, где мальчик-изгой учился стоять за себя. Я просила каждого участника сказать девочке, за что она может понравиться...

Я думаю, что количество моих ошибок нивелировалось только моим энтузиазмом и включенностью в их жизни. И они менялись – медленно, на полградуса в месяц, но сдвигались со своего обычного курса. Я очень гордилась их успехами, как будто я сама проживала те кусочки жизни, которые они приносили в группу.

Но закончился учебный год, мы разошлись, и я уехала в Минск, с грустью вспоминая свою группу и доверчивые, преданные глаза моих мальчиков и девочек...

С тех пор прошли годы. Я много училась и много работала. По моим нехитрым подсчетам, количество проведенных мною групп приближается к 1000. Это разные группы – обучающие и терапевтические, группы встреч и супервизионные группы. Я люблю это делать – и стараюсь делать настолько хорошо, насколько могу. Я до сих пор делаю ошибки и признаюсь в них. Я до сих пор верю, что Курт Левин был прав и что людей проще изменить, собрав их в группы, чем менять по отдельности. И я верю в то, что моя работа приносит пользу.

Каждая новая группа – как встреча с тайной. Мы переписываемся, перезваниваемся, встречаемся «по одному» на собеседовании, и мне кажется, что я более-менее понимаю какие-то вещи про будущих участников группы... Но наступает «Час X» - и все меняется.

Я никогда не знаю, как будут себя вести участники, собравшись вместе. Вырастут ли у тихой Маши саблезубые клыки, когда она увидит Васю, который ей напомнит брата? Растворится ли Даша, как сахар в чае, в теплой поддержке Тамары, которой она напоминает дочь? Будет ли Максим бунтовать и ругаться со мной, потому что я «командую, как его отец»?

Все это я узнаю только тогда, когда участники соберутся вместе, когда я в очередной раз найду подтверждение идеям из теории систем: целое нельзя свести к сумме частей. И я вновь буду обсуждать с коллегой процессы и отношения, и мы будем ломать голову – как лучше, правильнее, изящнее донести ту или другую идею людям, которые доверили нам себя и свои истории. Каждый человек в группе - как цветок в букете, у него своя роль, свое место и свой аромат, и моя задача - видеть, замечать хрупкую красоту и помогать ее сохранить. Сохранить корни. Сохранить себя под натиском сложного и порой безжалостного мира. Быть.

Вести группы и просто, и одновременно очень не просто. Но я люблю группы – и каждая группа для меня как новая, незнакомая, загадочная личность, с которой мы будем какое-то время вместе, и я сделаю все от меня зависящее, чтобы заметить, услышать, понять по тем знакам и сигналам, которые возникают вокруг, что нужно группе «здесь-и-сейчас», как это связано с прошлым опытом и почему проявилось именно в данный момент времени. Я буду очень внимательной, и как бабушка, связывающая воедино рукава и спинку кофты, стану искать связь между историей Полины и тем, что сегодня происходит в группе. Я буду рядом, я буду присматриваться, вглядываться, чувствовать, смеяться и иногда плакать – потому что для меня очень важна каждая группа. Для меня важны Вы, и я искренне хочу помочь сделать то, ради чего вы приходите.

Понять.

Разобраться.

Почувствовать.

Оставить.

Найти.

Утратить надежду.

Поверить.

Любить.

Жить.

Я верю в то, что это возможно. Я знаю, как это сделать. И я могу – потому что я никогда не бываю одна. В группе рядом со мной Вы – люди, которые, как зеркала, точно отражают все происходящее. Которые помогают мне лучше узнать их – и саму себя.

Любите ли Вы группы так, как я?

Если Ваш ответ «да» и если Вы все еще готовы учиться – приглашаю Вас 17 февраля 2017 года в обучающий проект «Групповая психотерапия». Мы с Екатериной Скуратович

щедро поделимся своим опытом. Мы будем читать лекции и делать методические разборы. Вы будете вести группу. Вы будете думать, чувствовать, говорить и молчать, смеяться и плакать.

Вы научитесь вести группы.

И полюбите эту работу так же, как люблю ее я.

Наталья Олифирович

Опубликовано на сайте: 24 ноября 2016, 1493 просмотра

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ