

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ ГРУППЕ В ПОСТКРИЗИСНЫЙ ПЕРИОД ЕЕ РАЗВИТИЯ

Пергаменщик Л.А., Слепкова В.И., Беспалова Т.С., Республика Беларусь

В сообщении будет представлен опыт психологической помощи студенческой группе первокурсников одного из вузов столицы Беларуси. Студенческая группа находилась на первой стадии адаптации к условиям обучения в ВУЗе: обозначилась тенденция к сплоченности, активному взаимодействию вне занятий, внимательном отношении друг к другу, формировалось групповое «мы». В группе наблюдалась эйфория благополучно складывающихся межличностных отношений на экспрессивном и на инструментальном уровнях. На данном периоде своего развития группа столкнулась с кризисным событием.

Описание события. При невыясненных до конца обстоятельствах был убит студент, пользовавшийся симпатией большинства членов группы. Его товарищи по группе узнали об этом с большим опозданием. Поскольку он и раньше пропускал занятия, его отсутствие в течение нескольких дней не вызвало беспокойства. Первой о смерти В. узнала студентка О. из телефонного разговора с родителями на 9-ый день после гибели, в день похорон. Студенты опоздали на церемонию похорон и с трудом нашли могилу их товарища

Психологическое состояние группы. Трагическое событие изменило внутригрупповые отношения: повысилась напряженность, подавленность, появилось сильное чувство вины как перед погибшим товарищем, так и другими членами группы. Студенты переживали трагическое событие различно: одни остро эмоционально и не могли без слез говорить об этом событии; другие вели себя необычно замкнуто и сдержанно. Многие жаловались, что не могли внимательно слушать лекции, содержание которых быстро забывалось. Возникла повышенная тревога за тех, кто не приходил на занятия. В группе возникла ситуация растерянности, недоверия друг к другу, фиксация на событии, «неприятие факта смерти», страх перед будущим и отказ его прогнозировать.

Кризисная интервенция. С целью минимизации негативных последствий травматического события был применен классический дебрифинг с поправкой на отсутствие события, которое было бы наблюдаемо для пострадавших. На первом этапе групповой работы студенты вели себя настороженно, пребывали в напряженном ожидании: «Что будет?». Акцентирование на факторах события и первого восприятия его помогло снять скованность, раскрыться. Фаза «факта» была трансформирована в фазу «факта восприятия сообщения о гибели».

Отмечены три признака, определяющие эффективности терапевтической работы. 1. Детальная проработка фазы фактов, выполняющая функцию открытия эмоциональной завесы, начала эмоционального отреагирования. 2. Обсуждение значимости личности В. и факта его смерти для осознания экзистенциальных проблем. 3. Стимулирование прощального диалога участников дебрифинга с погибшим и составление плана на будущую жизнь.

Дебрифинг позволил студентам принять факт смерти своего товарища и интегрировать травматическое событие в дальнейшее развитие личности и сплочение группы.