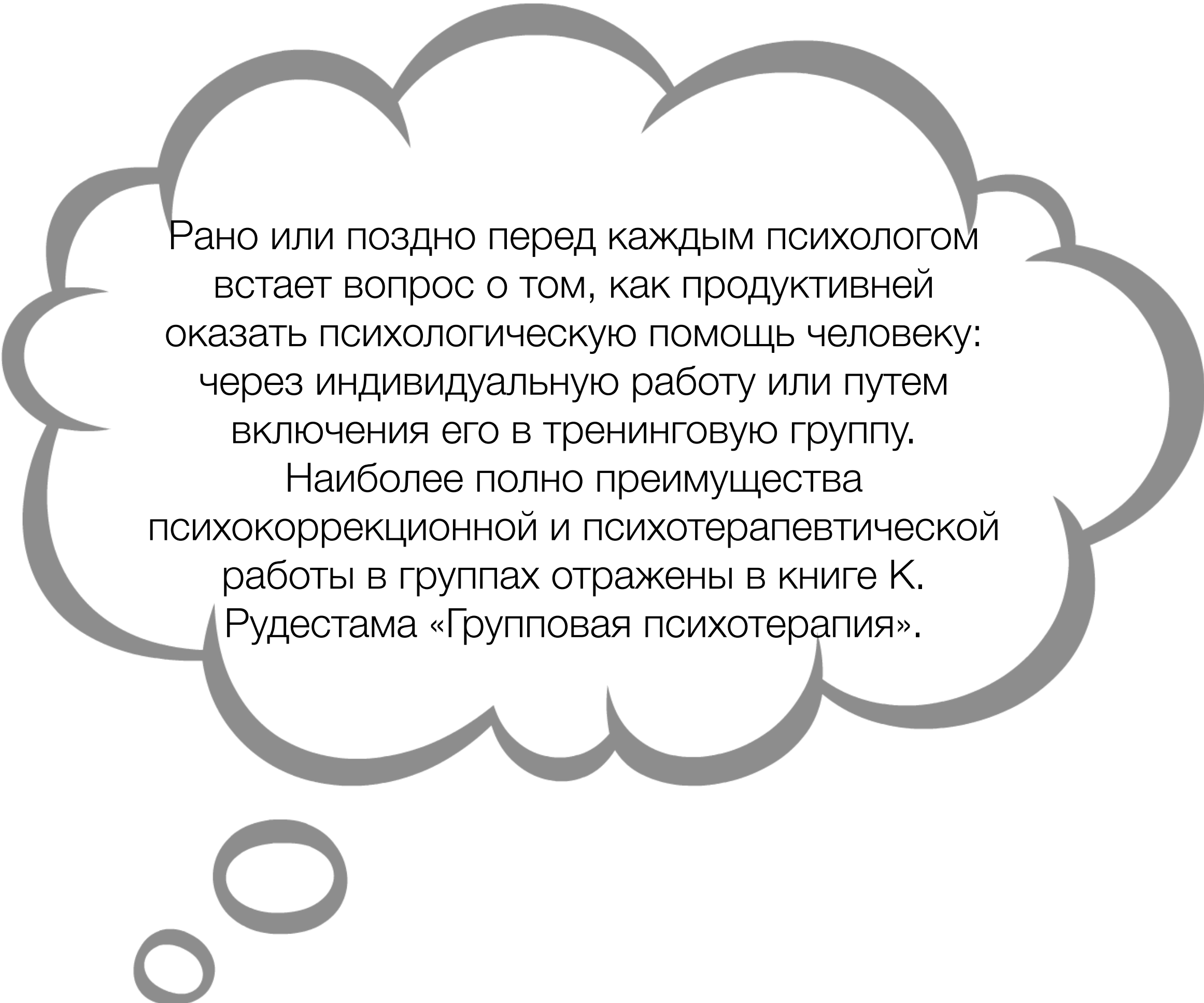


Преимущества групповой  
психологической работы  
над индивидуальной.

Курилова А.А.  
ПС 3-19-01



Рано или поздно перед каждым психологом  
встает вопрос о том, как продуктивней  
оказать психологическую помощь человеку:  
через индивидуальную работу или путем  
включения его в тренинговую группу.

Наиболее полно преимущества  
психокоррекционной и психотерапевтической  
работы в группах отражены в книге К.  
Рудестама «Групповая психотерапия».

1) групповой опыт  
противодействует  
отчуждению,  
помогает решению  
межличностных  
проблем;

человек избегает  
непродуктивного замыкания в самом  
себе со своими трудностями,  
обнаруживает, что его проблемы не  
уникальны, что и другие переживают



2) группа отражает общество в  
миниатюре, делает очевидными такие скрытые  
факторы, как давление партнеров, социальное  
влияние и конформизм; по сути дела в группе  
**моделируется система взаимоотношений и  
взаимосвязей**, характерная для реальной  
жизни участников, это дает им возможность  
увидеть и проанализировать в условиях  
психологической безопасности  
психологические закономерности общения и  
поведения других людей и самих себя, не  
очевидные в житейских ситуациях;

3) возможность получения обратной связи и поддержки от людей со сходными проблемами.

4) в группе человек может обучаться новым умениям, экспериментировать с различными стилями отношений среди равных партнеров



могут  
идентифицировать  
себя с

*ДРУГИМИ*, "сыграть" роль  
другого человека для лучшего  
понимания его и себя и для  
знакомства с новыми  
эффективными способами  
поведения, применяемыми кем-  
то

---

б) взаимодействие в группе  
создает напряжение, которое  
помогает прояснить  
психологические проблемы  
каждого; этот эффект не  
возникает при индивидуальной  
психокоррекционной и  
психотерапевтической работе



- 7) группа **облегчает процессы самораскрытия, самоисследования и самопознания**; иначе, чем в группе, иначе, чем через других людей, эти процессы в полной мере невозможны



8) групповая форма **предпочтительней и в экономическом плане**: участникам дешевле работа в тренинге, чем индивидуальная терапия



**Важнейшая задача терапевта группы - создание условий для максимального раскрытия психотерапевтической силы группы. Он не должен забывать, что основа эффективности психотерапевтической группы - это работа самих участников, поэтому терапевт и должен создавать такую атмосферу, в которой взаимодействие участников было бы наиболее эффективным.**



**Спасибо за внимание!**