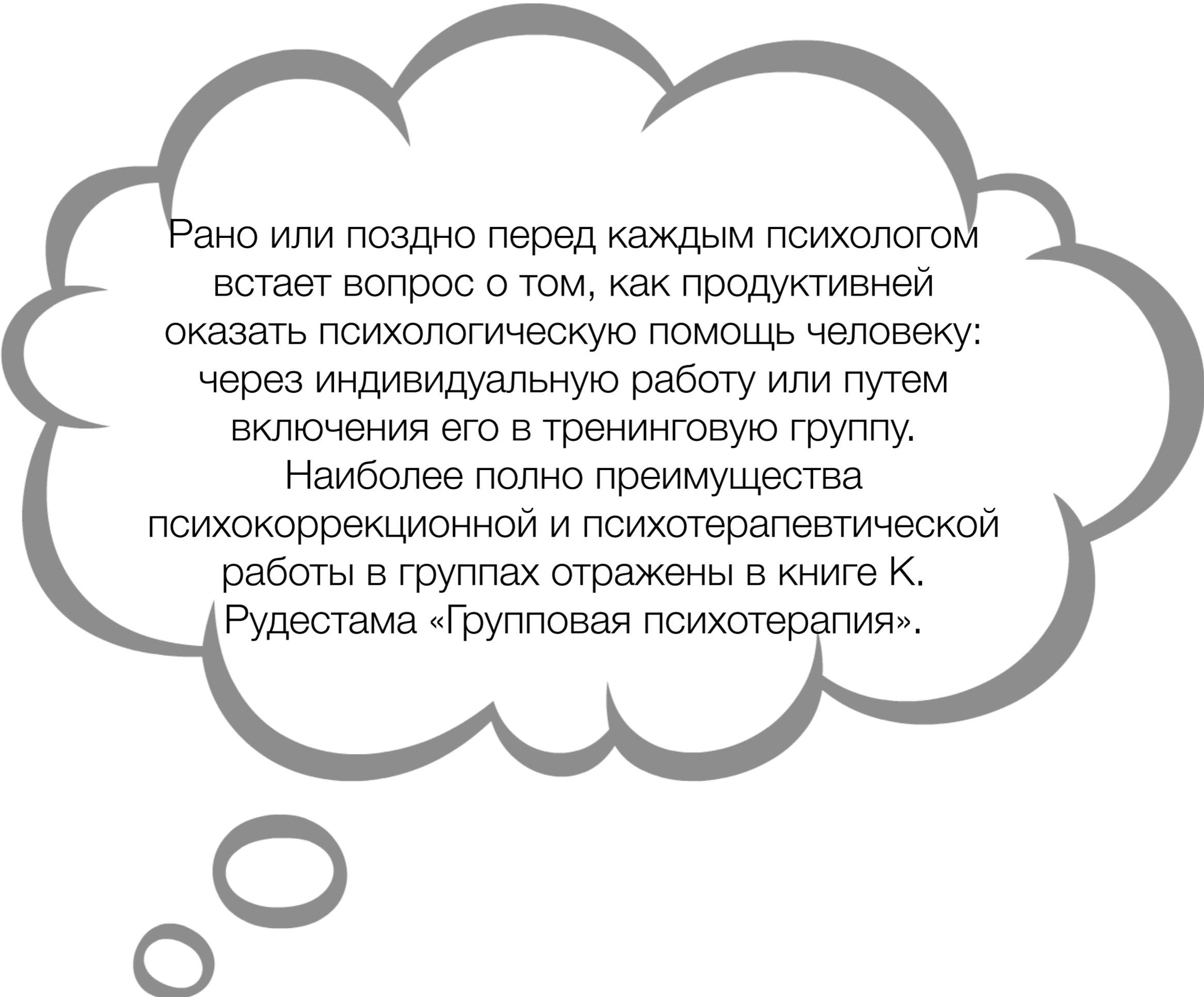


Преимущества групповой
психологической работы
над индивидуальной.

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!