

# ГРУППЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ



- ▶ Группы поддержки - форма групповой работы, в которой происходит организация общей деятельности. Объединяет группу сходство проблем, которые в одиночку люди решить не могут. Потребность участников объединяться на основе сходства проблем используется для обмена информацией о том, как более эффективно организовать свою жизнь при наличии болезни, изоляции, эмоциональных травм, жизненных кризисов.

Человек, находящийся в трудной жизненной ситуации, может ощущать, что он остался один со своей проблемой.



## ► Цель проведения группы поддержки.

Группа поддержки призвана организовать поддержку, содействовать обмену информацией, помочь процессу адаптации к новой ситуации развития, создание благоприятных условий для помощи и взаимопомощи.

## ► Задачи группы поддержки.

Главная задача группы поддержки организовать обмен эмоциональным опытом, что позволяет решить ряд специфических задач, которые трудно или невозможно разрешить в одиночестве. Таких как снятие уникальности, эффективный поиск личностных резервов, принятие факта потери и умения находить и принимать поддержку.



# Социальная ориентация группы поддержки.

- ▶ Сущностью социальной ориентации группы поддержки является организация помощи человеку в горе. Помощь человеку в горе это и содействие включению (возвращению) его в социальную жизнь, это и изменение образа жизни. В конечном счете, группа поддержки ставит перед собой задачу помощи в осуществлении личностного роста после потери, психологической травмы.
- ▶ Механизмы, которые обычно задействованы при проведении группы поддержки. Во-первых, это социальная оценка и осознание проблемы; во-вторых, это социально-психологическая активация; в третьих, это обмен социальной и психологической информацией на когнитивном, эмоциональном и поведенческом уровнях.



# Руководитель группы поддержки.

Здесь достаточно широкий диапазон возможностей. В качестве руководителя (руководителей) могут быть сами участники. Наиболее приемлем в качестве руководителя группы поддержки - профессионал (социальный работник и практический психолог). Не противопоказано руководство группой поддержки со стороны парапрофессионалов — священники, представители правоохранительных органов и др.

# Методы работы:

- ❑ Психодрама
- ❑ Гештальттерапия
- ❑ Нарративная психотерапия
- ❑ Т-группа
- ❑ группа встреч
- ❑ тренинг умений
- ❑ терапия искусство
- ❑ танцедвигательная терапия
- ❑ телесно-ориентированная психотерапия



**Благодарим за внимание.**