



ПРОГРАММА НАСТАВНИЧЕСТВА
для психологов и помогающих практиков

Модуль «Мастерство»

Часть 3



Особенности ведения
групповых проектов

Групповые проекты различают



По длительности: краткосрочные и долгосрочные (от года).

По целям: тренинг, коучинг-группы, мастермайнд, или групповая терапия.



Тренинг – это активное научение через отработку навыков.

Групповая терапия – это изучение стратегий построения отношений и себя через других.

Что вам откликается? Что хотели бы внедрять в практику со своими клиентами?

Лечебные факторы в группе по Ялому



- Внушение надежды
- Универсальность
- Сообщение информации
- Альтруизм
- Корректирующий анализ влияния родительской семьи
- Развитие социализирующих техник
- Имитационное поведение
- Интерперсональное влияние
- Групповая сплоченность
- Катарсис
- Экзистенциальные факторы

Преимущества группы перед «личкой»



- В группе саморазрушающее поведение очевиднее, чем в индивидуалке, за счет более глубокого **регресса**.
- Группа отображает участнику как он выглядит **со стороны**, ведь другие участники дающие обратную связь, не скованны этикой поведения, как психолог.
- Группа помогает узнать разные реакции на поведение участника, **весь спектр полезнее**, чем реакция только от одного человека.
- Помощь с **самоопределением**.
- Научение **вести себя иначе**.



Групповой терапевт от тренера тренингов отличается **менее активной позицией**, он больше слушает, анализирует, дает обратную связь, но не предлагает активно вести себя по-другому.

В группе участники сами должны **вырасти за счет отношений с другими** и сами захотеть меняться и сами найти способы.

Тренинг же более краткосрочен и предлагает уже **готовые методы изменений**.

5 основных этапов группы по Такману

Формирование

Этот этап обычно характеризуется некоторой неразберихой и неопределенностью.

Основные цели группы не установлены. Лидер в группе еще не появился. Участники изучают цель и правила, которым необходимо следовать.

Эта стадия формирования не должна быть поспешной, потому что необходимо, чтобы в группе появились доверие и открытость.





Этап конфликтов

На этом этапе члены группы бросают вызов целям и борются за лидерские позиции, часто высказывают критику.

Если участники не смогут разрешить конфликт, группа останется неэффективной и не сможет перейти на другие этапы.

Важно помочь максимально быстро решить споры.



Нормализация

Этот этап характеризуется признанием индивидуальных различий и общих ожиданий.

У членов группы появляется чувство групповой сплоченности и идентичности.

Совместные усилия начинают приносить результаты.

Обязанности разделены между участниками, и группа решает, как она будет оценивать прогресс.



Исполнение

Группа достигает чувства сплоченности.

На этой стадии развития люди принимают друг друга, конфликт разрешается посредством группового обсуждения.

Члены группы принимают решения в рамках рационального процесса, ориентированного на соответствующие цели, а не на эмоциональные проблемы.

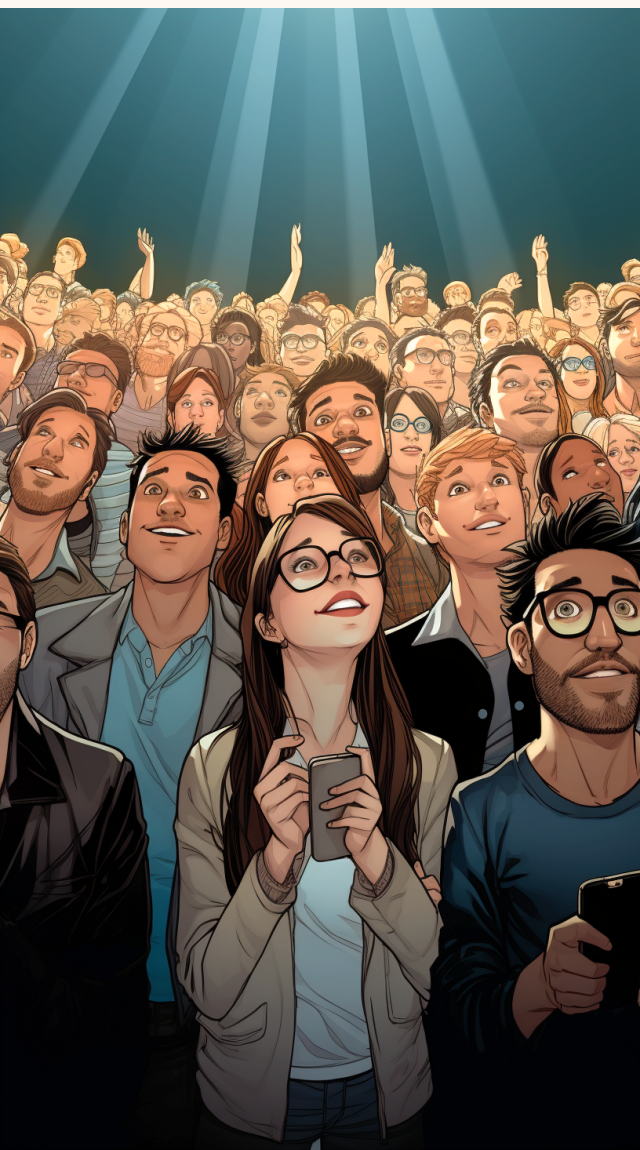


Завершение

Совместная работа заканчивается и группа распадается.

Часто люди испытывают потерю, так как уже сблизились за время работы.

На этом этапе важно подвести итоги, провести ретроспективу и поблагодарить друг друга за командную работу.



группа до **12-15 человек** – невротическая
группа свыше **15 человек** – психотическая

Задание

✓ Подвести **итоги** модуля «Мастерство»:
что было полезно, что возьмете в
практику.

