МЕХАНИЗМЫ ЛЕЧЕБНОГО ДЕЙСТВИЯ ГРУППОВОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

Автор: словарь
11.11.2008 17:44 -

Механизмы лечебного действия групповой психотерапии — система и внутренние закономерности организации эффективного лечения путем использования возможностей взаимодействия психотерапевта и группы, а также членов группы в общении друг с другом. М. л. д. г. п. одними из первых изучались Р. Корзини и Б. Розенберг (1955). Основные пути исследования М. л. д. г. п.: (а) опрос пациентов, прошедших курс групповой психотерапии; (б) изучение теоретических представлений и опыта групповых психотерапевтов; (в) проведение экспериментальных исследований (выявление взаимосвязи между различными переменными психотерапевтического процесса в группе и эффективностью лечения). И. Ялом (1970) в качестве основных механизмов выделил следующие:

(1) сообщение информации: в процессе общения с другими и знакомства с их проблемами клиент получает разнообразные сведения об особенностях человеческого поведения, межличностного взаимодействия, нервно-психическом здоровье и пр.;

(2) внушение надежды: появление надежды на успех лечения под влиянием улучшения состояния других пациентов и собственных достижений; успешные, продвинутые в психотерапии клиенты служат остальным в качестве позитивной модели;

(3) универсальность страданий: понимание клиентом того, что он не одинок, что другие члены группы также имеют проблемы, переживания; такое понимание повышает самооценку;

(4) альтруизм: помогая другим в процессе групповой психотерапии, клиент ощущает себя способным быть полезным и нужным;

(5) корригирующая рекапитуляция первичной семейной группы: клиент осознает свои модели поведения, проблемы и переживания, идущие от родительской семьи; это дает возможность терапевтической переработки проблемы клиента; психотерапевт, моделируя семейную ситуацию клиента, выступает в роли его отца или матери, а другие участники в роли братьев, сестер и других членов семьи.

(6) развитие техники межличностного общения: пациенты имеют возможность за счет обратной связи и анализа собственных переживаний увидеть свое неадекватное межличностное взаимодействие и в ситуации взаимного принятия изменить его, выработать более конструктивные способы поведения и общения;

(7) имитационное поведение: пациент может обучиться более конструктивным способам поведения за счет подражания психотерапевту и другим успешным членам группы;

(8) интерперсональное влияние: получение новой информации о себе за счет обратной связи (расширению образа Я); возникновения в группе эмоциональных ситуаций, с которыми пациент ранее не мог справиться, их осознание, анализ;

(9) групповая сплоченность: привлекательность группы, чувство принадлежности к ней, доверие, принятие группой и взаимное принятие друг друга; рассматривается как фактор, аналогичный отношениям "психотерапевт — пациент" в индивидуальной психотерапии;

(10) катарсис: отреагирование сильных чувств в группе.

С. Кратохвил (1978) в качестве основных М. л. д. г. п. указывал следующие: участие в группе, эмоциональную поддержку, самоисследование и самоуправление, обратную связь, или конфронтацию, контроль, коррективный эмоциональный опыт, проверку и обучение новым способом поведения, получение информации и развитие социальных навыков.

При этом пациенты в качестве основных М. л. д. г. п. чаще всего указывают: осознание нового (т. е. самого себя, восприятия другими, понимание других людей), переживание в группе положительных эмоций (в отношение себя, других членов группы и группы в целом, положительных эмоций от других членов группы), приобретение новых способов поведения (прежде всего межличностного взаимодействия и поведения в стрессовых ситуациях).

Указанные М. л. д. г. п. охватывают три плоскости изменений: когнитивную, эмоциональную и поведенческую, — могут быть представлены в виде трёх основных, более обобщенных механизмов: корригирующее эмоциональное переживание (коррективный эмоциональный опыт, т. е. эмоциональную поддержку); конфронтация (как "столкновение" пациента с самим собой, со своими проблемами, конфликтами, установками, отношениями, эмоциональными и поведенческими стереотипами и осуществляется за счёт обратной связи между членами группы и группой как целым); и научение, которое в процессе групповой психотерапии осуществляется прямо и косвенно (группа выступает как модель реального поведения пациента, в которой он проявляет типичные для него поведенческие стереотипы, что в конечном итоге облегчает для него отказ от неадекватных стереотипов поведения и выработку навыков полноценного общения). Эти перемены подкрепляются в группе, пациент начинает ощущать свою способность к изменениям, которые приносят удовлетворение ему самому и позитивно воспринимаются окружающими.

Г. Л. Исурина