

УДК 615.851  
ББК 88.4.3  
Л47

Л47 Леоненко Е. А., Тимошенко Г. В.

Групповая психотерапия: программы, умения, техники. – М.: КТК «Галактика», 2023. – 218 с.: ил.

**ISBN 978-5-6047562-8-7**

Вниманию читателей предлагается практическое руководство по ведению психотерапевтических групп – то есть, как и следует из названия, книга содержит теоретическое обоснование предлагаемого формата работы, обоснование ее эффективности, практические рекомендации по разработке программ групп и тренингов, а также конкретные техники и приемы групповой психотерапевтической работы.

Книга будет полезна для практикующих психологов, ведущих психотерапевтические группы и тренинги, коучей и студентов психологических факультетов.

Все права защищены. Любая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Материал, изложенный в данной книге, многократно проверен. Но, поскольку вероятность технических ошибок все равно существует, издательство не может гарантировать абсолютную точность и правильность приводимых сведений. В связи с этим издательство не несет ответственности за возможные ошибки, связанные с использованием книги.

ISBN 978-5-6047562-8-7

© Леоненко Е. А., Тимошенко Г. В., 2022  
© Оформление, издание, КТК «Галактика», 2023

# Оглавление

Кому и зачем нужна эта книга? .....	6
-------------------------------------	---

## Часть I.

<b>Основы предлагаемого формата групповой психотерапии .....</b>	<b>11</b>
------------------------------------------------------------------	-----------

Глава 1. Идеология и стратегия групповой психотерапии .....	12
-------------------------------------------------------------	----

1.1. Теоретическое обоснование предлагаемого формата.....	12
1.2. Основные характеристики предлагаемого формата .....	15
1.3. Структура группового психотерапевтического процесса .....	18
1.4. Организационные характеристики формата.....	20
1.5. Пример группы, проведенной в предлагаемом формате .....	22
1.6. Общие характеристики предлагаемого формата.....	24

Глава 2. Участники группы как объекты воздействия.....	25
--------------------------------------------------------	----

2.1. Представление о здоровой личности .....	25
2.2. Картина мира человека .....	29
2.3. Жизненная позиция человека .....	31
2.4. Базовые умения человека .....	34
2.5. Стратегия психотерапевтического воздействия на отдельного участника группы .....	36
2.6. Задачи, решаемые ведущим группы в рамках воздействия на каждого отдельного участника группы .....	38

Глава 3. Межличностная система группы как объект воздействия.....	42
-------------------------------------------------------------------	----

3.1. Представление о группе как о межличностной системе.....	42
3.2. Задачи, решаемые ведущим группы в рамках воздействия на группу как на межличностную систему.....	45

## Часть II.

<b>Конструирование программы тренинга .....</b>	<b>52</b>
-------------------------------------------------	-----------

Глава 4. Подготовка темы тренинга .....	53
-----------------------------------------	----

4.1. Выбор темы.....	53
4.2. Разработка тематических проблем.....	56
4.3. Определения значимых для темы понятий.....	59
4.4. Выбор базовой метафоры тренинга .....	65
4.5. Принципиальный алгоритм разрешения тематических проблем.....	68

Глава 5. Подготовка группового процесса .....	71
-----------------------------------------------	----

5.1. Возможные темы шерингов .....	71
5.2. Подбор необходимых упражнений .....	75

5.3. Способы мониторинга работы группы .....	87
5.4. Подготовка способов интеграции .....	94

### Часть III.

## **Проведение тренинга ..... 100**

### **Глава 6. Стратегия проведения тренинга..... 101**

6.1. Работа с информацией в ходе тренинга .....	101
6.2. Работа с мотивацией в ходе тренинга .....	104
6.3. Общая стратегия проведения тренинга .....	109

### **Глава 7. Внутренняя работа ведущего..... 111**

7.1. Внутренние задачи ведущего .....	111
7.2. Принципы получения информации из речи участников .....	111
7.3. Сбор информации о личностных особенностях человека .....	113
7.4. Сбор информации о действиях человека.....	119
7.5. Запоминание происходящего на группе .....	124
7.6. Выбор полезных высказываний участников группы .....	125
7.7. Мониторинг и планирование деятельности ведущего .....	129

### **Глава 8. Внешняя работа ведущего..... 133**

8.1. Виды интервенций ведущего .....	133
8.2. Деструктивные целевые интервенции .....	135
8.3. Конструктивные целевые интервенции .....	143
8.4. Интервенции, подводящие участника или группу в целом к нужному выводу .....	149
8.5. Интервенция, выделяющая суть чего-либо.....	159
8.6. Вопросительные процессуальные интервенции.....	160
8.7. Поведенческие процессуальные интервенции.....	167

### **Глава 9. Речь ведущего как основной инструмент его работы ..... 171**

9.1. Вербальные средства влияния ведущего на группу.....	171
9.2. Подбор слов, необходимых для решения задач ведущего .....	175
9.3. Порядок слов в предложениях.....	178
9.4. Конструкция используемых ведущим группы фраз.....	179
9.5. Направление говорения ведущего .....	181
9.6. Паузы в речи ведущего.....	183
9.7. Интонация в речи ведущего группы .....	184

### **Глава 10. Создание терапевтического альянса ..... 187**

10.1. Необходимые условия терапевтического альянса .....	187
10.2. Обеспечение общности целей ведущего и группы.....	188
10.3. Поддержание мотивации в ходе тренинга .....	190
10.4. Создание необходимых условий группового процесса .....	194

### **Глава 11. Драматургия группового процесса..... 200**

11.1. Принципы драматургии как инструмент включения группы в рабочий процесс.....	200
11.2. Драматургия группового психотерапевтического процесса .....	204

---



---

Глава 12. Организация группового процесса .....	210
12.1. Состав тренинговой группы.....	210
12.2. Временная организация тренинга.....	212
12.3. Работа с экстренными ситуациями на тренинге.....	213
12.4. Домашние задания группе.....	215
12.5. Обязательные организационные шеринги .....	216
<b>Чего в этой книге нет.....</b>	<b>217</b>