

Правила работы в процессе групповой психотерапии.

Групповое соглашение



1. Формат группы.

Психодинамическая, закрытая (с возможностью добавления новых участников), 35 встреч, длительность группы 3 часа. Работа в группе может происходить параллельно с индивидуальной психотерапией.

2. Согласие каждую неделю присутствовать на групповых сессиях, приходить на них вовремя и оставаться до их завершения.

Групповая терапия имеет смысл только при регулярном и пунктуальном участии. При невозможности присутствовать необходимо сообщать об этом заранее, всей группе, а также обсуждать причины отсутствий, ранних уходов и опозданий. В случаях совпадения дня работы группы с праздничным днем отмена сессии обговаривается дополнительно. В случае отмены сессия не оплачивается.

3. Согласие активно работать над теми проблемами, которые послужили причиной обращения за психотерапевтической помощью.

Важнейшее правило – говорить все, что занимает, что чувствуется, переживается в данный момент времени, т.к. отношения, складывающиеся в группе, как правило, повторяют жизненную ситуацию участников и отражают проблемы, послужившие причиной обращения за терапией.

В процессе терапии участники должны рассказывать о важных для них жизненных событиях, переживаниях, эмоциональных реакциях, ассоциациях и фантазиях, происходящих как на группе, так и за ее пределами (в т.ч. сновидения, относящиеся к группе), которые помогают им осмыслить свои отношения с участниками и значимыми людьми.

Во время психотерапии всегда возникает сопротивление, мешающее психотерапевтическому процессу. Оно выражается в виде невозможности присутствовать на группе, опозданиях, невозможности обсуждать какие-либо темы и переживания, отреагирования, образования подгрупп и пр. Задача участников научиться его осознавать и преодолевать.

4. Согласие выражать чувства словами, а не действием.

Психодинамическая группа предполагает терапевтическое воздействие только посредством слова. Запрещены агрессивные действия в отношении себя, других членов группы и ведущих, их вещей, а также предметов мебели и обстановки. Также запрещены прямые агрессивные действия посредством слов. Участники должны учиться облекать переживаемые ими чувства раздражения и гнева в слова, не используя при этом насилия по отношению к окружающим.

5. Согласие использовать отношения с другими членами группы исключительно с психотерапевтической целью.

Отношения за пределами группы не запрещены, но любые случаи отношений (встречи, совместные приходы на группу или уходы с группы, телефонные звонки, СМС, переписка посредством интернет-технологий) должны обсуждаться на группе. Крайне нежелательными являются сексуальные отношения между участниками, т.к. они приводят к невозможности обсуждения отношений на группе, образованию стойких подгрупп и серьезно затрудняют терапию. Образование подгрупп и вторичное удовлетворение от общения мешает реализации первичной психотерапевтической задачи – анализу и проработке отношений и личностных проблем. Необходимо стремиться осознать и проанализировать факторы, облегчающие общение за пределами группы и стараться реализовать их в групповой работе.

6. Согласие оставаться в группе до тех пор, пока те проблемы, которые послужили причиной обращения за психотерапевтической помощью, не будут решены.

Завершение терапии происходит через объявление этого решения на группе и последующей работы на еще одной встрече.

Возникающие во время работы группы жизненно важные решения необходимо проговорить и прояснить в группе, чтобы исключить скоропалительные и необдуманые поступки.

7. Согласие оплачивать психотерапевтические услуги.

Согласие оплачивать свое место в группе. Оплачиваются все сессии.

Пропущенные в размере 50% от стоимости. Размер оплаты устанавливается на предварительном собеседовании, является одинаковым для всех участников. В течение работы группы возможно повышение оплаты, при этом ведущие обязуются предупреждать участников о планируемом повышении заранее, не позднее, чем за четыре сессии.

8. Согласие не использовать мобильные телефоны и планшеты во время работы группы.

9. Согласие сохранять конфиденциальность и анонимность членов группы.

Допустимым является обсуждение групповых процессов с близкими людьми или с индивидуальным психотерапевтом, при условии сохранения конфиденциальности и анонимности членов группы, т.е. неразглашение имен членов группы и сведений личного характера за пределами группы.

Леся Сологуб
SoulBoutique

