

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	5
Глава 1	
ИСТОКИ И РАЗМАХ ДВИЖЕНИЯ ЗА ГРУППЫ	6
Истоки	7
Разновидности и формы групп	9
Связующие нити	11
Жизнь группы	12
Причины популярности	13
Страхи, вызванные движением за группы	15
Заключение	17
Глава 2	
ЖИЗНЬ ГРУППЫ	18
Несудачи, недостатки, пробы	39
Заключение	43
Глава 3	
МОГУ ЛИ Я ПОСРЕДНИЧАТЬ В ГРУППЕ?	44
Основа философии и установок	44
Создание психологического климата	47
Приятие группы	49
Приятие отдельного человека	50
Эмпатическое понимание	51
Действуя интуитивно	52
Столкновение и обратная связь	55
Выражение собственных проблем	56
Минутное планирование и «упражнения»	56
Минутные комментарии и «расшифровки»	57
Терапевтические возможности группы	58
Физическое движение и контакт	58
Точки зрения трех поколений	59
Некоторые известные мне недостатки	65
Специфическая проблема	66

Моя оценка поведения посредника.	
Разбор некоторых неверных установок	67
Заключение	69

Глава 4

ИЗМЕНЕНИЯ ПОСЛЕ ГРУППОВОЙ ПСИХОТЕРАПИИ В ЛЮДЯХ, ВО ВЗАИМООТНОШЕНИЯХ, В ОРГАНИЗАЦИЯХ 70

Изменения в людях	71
Изменения во взаимоотношениях	72
Изменения в организациях	73
На чем основаны общие выводы?	74
Пример личностного изменения	75
Примеры изменений во взаимоотношениях	80
Пример изменения в организации	82

Глава 5

ЛИЧНОСТНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ: КАК ОНИ ПРОИСХОДЯТ? 87

Элен и группа	87
Глубинные изменения	89
Мать-чудовище	90
Элен подумывает о разрыве с матерью	91
Решилась на разговор и на выбор	92
Смятение	93
Глубинные процессы	95
Провозглашение независимости	96
Цена независимости	98
Страх перед независимостью	99
Она идет на конфликт и не жалеет	100
И снова удар	102
Муки развития – оправданы ли они?	103
Некоторые выводы	103
Шесть лет спустя	105
Заключение	107

Глава 6

ОДИНОКИЙ ЧЕЛОВЕК:

ЧТО ОН ИСПЫТЫВАЕТ В ГРУППЕ?	108
Одиночество внутри	111
«Просто меня никто не любит»	113
Рискуя быть самим собой	115
Заключение	118

Глава 7

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ	119
Жизнь группы	123
Результаты исследования	126
Феноменологическое исследование последствий	127
Вопросник	129
Вопросы:	130
Поток сознания	131
Мои соображения	135
Заключение	136

Глава 8

СФЕРЫ ПРИМЕНЕНИЯ	137
Промышленные предприятия	137
Церкви	139
Государственные учреждения	140
Расовые отношения	140
Международные отношения	141
Отношения в семье	142
Конфликт поколений	143
Учебные заведения	143
Усовершенствованный проект	146

Глава 9

РАЗВИТИЕ ПОСРЕДНИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ	151
Программа центра в городе Ла Холла	151
Основные принципы программы	152
Отбор участников	153
Пункты программы	154

Ожидаемый эффект	158
Заключение	159

Глава 10

ЧТО ЖЕ ДАЛЬШЕ?	160
Некоторые предположения	160
Значение групповой психотерапии для культуры	164
Вызов науке	165
Философская оценка	167
Заключение	168

ПРЕДИСЛОВИЕ

Более 35 лет в центре моей профессиональной жизни были индивидуальное консультирование и психотерапия. И почти 35 лет назад я понял, что и в группе можно достичь не менее эффективных изменений в установках и поведении. С тех пор мой интерес к группе никогда не ослабевал, но лишь последние семь-восемь лет я работаю над групповой психотерапией как над одной из двух основных проблем, волнующих меня в профессиональном смысле (другая, по-моему, состоит в том, что нашим учебно-воспитательным заведениям крайне необходима большая свобода).

За этот период времени я написал статьи, прочитал лекции и доклады, освещавшие различные стороны бурно развивающегося нового направления — групповой психотерапии. Мне задавали и задают массу вопросов о том, что и как происходит в группах, каков мой стиль работы, что вообще означает и дает нам групповая психотерапия.

Поэтому я решил собрать воедино все свои статьи, доклады, тексты лекций, добавить новый материал, написанный специально для этой книги, и опубликовать, в надежде получить вдумчивый анализ как все шире распространяющегося новшества в целом, так и отдельных, самых разных его сторон и отношений к ним.

Все написанное мною за последнее время очень личное. И эта книга — не исключение. В ней читатель не найдет ни глубокого научного рассмотрения проблемы, ни ее всеобъемлющего психологического или социологического анализа. Отнюдь, в ней автор не вдается в размышления и предположения о будущем групповой психотерапии — у последней вполне хватит сил, чтобы самой укорениться и разрастись. Здесь просто обобщен мой собственный жизненный опыт. Все, кого я упоминаю и цитирую в этой книге, живущие и «живые» люди. И еще в книге содержится мое восприятие одного из удивительных достижений современности: интенсивной групповой психотерапии. Надеюсь, что смогу помочь вам понять сущность групповой психотерапии и то, что в ней заложено.