

Министерство просвещения Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Херсонский государственный педагогический университет»

Херсонский научный центр РАО

**Всероссийский конкурс лучших программ по психологической  
профилактике в образовательных организациях высшего  
образования**

**Номинация 4. Программы по профилактике нарушения  
коммуникации**

**«ОПТИМИЗАЦИЯ МЕЖЛИЧНОСТНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ  
ЛИЦ С ОВЗ СРЕДСТВАМИ ГЛУБИННОЙ ПСИХОКОРРЕКЦИИ»**

Шушара Татьяна Викторовна, ФГБОУ ВО «Херсонский государственный  
педагогический университет», доктор педагогических наук, профессор,  
проректор по научной и инновационной деятельности, руководитель ХНЦ  
РАО

Усатенко Оксана Николаевна,  
ФГБОУ ВО «Херсонский государственный педагогический университет»,  
кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры общей и  
социальной психологии, сотрудник ХНЦ РАО

Анисимова Людмила Сергеевна, ФГБОУ ВО «Херсонский  
государственный педагогический университет», кандидат педагогических  
наук, помощник проректора по научной и инновационной деятельности,  
сотрудник

Контактная информация: Анисимова Людмила Сергеевна,  
электронный адрес: [Anisimova-LS-Krim@yandex.ru](mailto:Anisimova-LS-Krim@yandex.ru) ,

## **1. ОБОСНОВАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЙ АКТУАЛЬНОСТИ**

Актуальность разработки и внедрения данной программы обусловлена комплексом социальных, правовых и психолого-педагогических факторов, отражающих современные вызовы в системе инклюзивного образования и социальной интеграции лиц с ОВЗ.

### **а) Соответствие государственной политике и нормативно-правовой базе Российской Федерации.**

Программа напрямую отвечает на ключевые стратегические ориентиры, заложенные в следующих документах:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Статья 2 закрепляет принцип доступности образования для лиц с ОВЗ. Статья 79 обязывает создавать специальные условия для получения образования такими обучающимися, что включает в себя не только архитектурную доступность, но и психолого-педагогическое сопровождение, направленное на их успешную социализацию и развитие.

- Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) для обучающихся с ОВЗ. ФГОС акцентирует внимание на развитии жизненных компетенций, ключевым компонентом которых является способность к продуктивному общению и межличностному взаимодействию. Преодоление коммуникативных барьеров является одной из центральных задач в рамках реализации стандарта.

- Указ Президента РФ от 09.10.2007 № 1351 «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года». Документ утверждает важность социальной интеграции всех категорий граждан, включая людей с инвалидностью, для устойчивого развития общества.

- Национальный проект «Образование». В рамках проекта, особенно в части создания «Современной школы» и развития системы непрерывного образования, стоит задача повышения компетентности педагогических работников, в том числе в вопросах работы с особыми категориями обучающихся.

- Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)». В трудовых функциях психолога прописана необходимость владения технологиями психологической коррекции и организации условий для успешной социализации лиц с ОВЗ.

### **б) Психолого-педагогическая актуальность:**

Лица с ОВЗ часто сталкиваются с комплексом коммуникативных трудностей:

Внешние барьеры: стигматизация, предрассудки со стороны общества, отсутствие навыков общения с ними у окружающих.

Внутренние барьеры: низкая самооценка, повышенная тревожность, чувство неполноценности, трудности в распознавании и выражении эмоций, негативный прошлый опыт общения.

Традиционные методы коррекции часто работают с симптомами (например, обучают социальным навыкам), но не затрагивают глубинно-психологические предпосылки коммуникативных нарушений: внутренние конфликты, бессознательные установки, психологические травмы, искаженные образы Я и Другого. Именно глубинная психокоррекция позволяет работать с этими базовыми структурами личности, что приводит к устойчивым долговременным изменениям.

**в) Дефицит компетенций у специалистов:**

Педагоги-психологи в образовательных учреждениях часто владеют методами поведенческой или когнитивной коррекции, но не имеют достаточной подготовки в области глубинно-ориентированных подходов (арт-терапия, топологическое моделирование и расстановки, психодрама, символдрама, работа с метафорой и образом), которые наиболее эффективны для невербального или затрудненного в общении контингента.

**Практическая значимость программы**

Программа носит сугубо прикладной характер и направлена на решение конкретных практических задач:

- Повышение профессиональной компетентности педагогов-психологов – слушатели получают не просто теоретические знания, а практический инструментарий методов глубинной психокоррекции, адаптированный для работы с различными нозологиями (слабослышащими и слабовидящими, лица с нарушениями опорно-двигательного аппарата, ДЦП, ЗПР, РАС).

- Создание эффективных средств коррекции: освоенные техники (например, проективные методики в арт-терапии, работа с неавторскими рисунками, камнями и игрушками) позволяют психологу выявлять и прорабатывать внутренние предпосылки трудностей в общении (страхи, агрессию), которые невозможно выявить в стандартной беседе в силу их имплицитности и неосознаваемости.

- Формирование комплексного подхода: программа научит специалистов не просто работать с отдельным ребенком/взрослым с ОВЗ, но и выстраивать систему его взаимодействия с окружением: оптимизировать его отношения с семьей (родителями, сиблингами) и детским/трудовым коллективом для оптимизации коммуникативной среды в целом.

- Разработка и внедрение индивидуальных и групповых коррекционных программ: выпускники курса смогут самостоятельно разрабатывать и реализовывать индивидуальные и групповые программы психокоррекции, направленные на:

- ✓ снижение уровня тревожности и агрессии в ситуациях общения;
- ✓ формирование адекватной самооценки и позитивного образа Я;
- ✓ развитие способности к эмпатии и распознаванию эмоций других;
- ✓ осознание и отреагирование психологических травм, препятствующих личностному развитию.

– Повышение эффективности инклюзивных процессов: успешная коммуникация – основа инклюзии. Программа способствует не просто физическому, а психологическому включению лиц с ОВЗ в коллектив, что является конечной целью инклюзивного образования и социальной политики Российской Федерации.

## **2. ОПИСАНИЕ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ (КОНТИНГЕНТ, ЕГО СПЕЦИФИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА).**

Программа предназначена для двух взаимосвязанных групп участников:

- специалистов, работающих с лицами с ОВЗ – педагогов-психологов.
- конечных благополучателей (клиентов с ОВЗ), на работу с которыми программа нацелена.

**1. Педагоги-психологи** представляют основную целевую группу, непосредственно проходящую обучение по программе.

а) Профессиональный статус и квалификация:

Должность: Педагоги-психологи, работающие в образовательных организациях разного типа и уровня (дошкольные образовательные учреждения (ДОУ), школы, центры психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (ППМС-центры), учреждения среднего профессионального образования (СПО)).

Образование: Высшее психологическое или педагогическое образование (по специальности «Психология» или «Педагогика и психология»).

Опыт работы: Программа рассчитана как на студентов, обучающихся на психолого-педагогических специальностях, начинающих специалистов с опытом работы от 1-3 лет, так и на более опытных практиков, стремящихся расширить свой методический арсенал.

б) Ключевые профессиональные дефициты (запросы), на которые отвечает программа:

Недостаток инструментов для работы с «невербализуемыми» проблемами: специалисты сталкиваются с клиентами (подростками и взрослыми с ОВЗ), которые не могут четко сформулировать свой внутренний конфликт, травму или причину коммуникативных трудностей.

Работа с сопротивлением и низкой мотивацией: многие традиционные методы консультирования и коррекции оказываются неэффективными из-за негативного опыта клиентов с ОВЗ в общении, их закрытости или страха перед оценкой.

Необходимость выйти за рамки поведенческого подхода: Понимание, что обучение социально-приемлемым навыкам (как «вести себя») не решает глубинных проблем нарушения коммуникации (страха, низкой самооценки, негативного образа «Я»).

Запрос на методы, адаптированные для различных

нозологий: необходимость в гибких методиках, которые можно модифицировать под особенности восприятия и возможности клиентов с разными типами нарушений (сенсорными, моторными, интеллектуальными).

**2. Обучающиеся/ клиенты с ОВЗ** – конечные благополучатели программы. Это лица с ограниченными возможностями здоровья, на оптимизацию коммуникации которых направлены усилия обученных специалистов. Их можно классифицировать по следующим критериям:

а) По возрасту:

Подростки и молодые люди (студенты СПО, вузов).

Взрослые с ОВЗ, участвующие в программах реабилитации и абилитации в центрах социального обслуживания.

б) По характеру нарушений (нозологиям) и их специфическому влиянию на коммуникацию:

**Группа 1:** Лица с сенсорными нарушениями (слабослышащие и слабовидящие).

Специфика коммуникации:

При нарушении слуха: трудности в усвоении языка, что может вести к обеднению внутреннего мира, трудностям в понимании эмоций других (которые часто считаются по интонации), ощущению изоляции.

При нарушении зрения: трудности с восприятием невербальных сигналов (язык тела, мимика), что обедняет социальное взаимодействие; возможны страхи и неуверенность в незнакомом пространстве.

Цель глубинной коррекции: компенсация сенсорного дефицита через активизацию других каналов восприятия (тактильного – глина, камни, игрушки/модели; кинестетического – движение, драматизация). Развитие эмоционального интеллекта через работу с метафорами и образами, не зависящими от утраченной модальности.

**Группа 2:** Лица с нарушениями опорно-двигательного аппарата и ДЦП.

Специфика коммуникации: физические ограничения могут затруднять или делать невозможными привычные формы общения (жесты, письмо, речь). Это может приводить к фрустрации, пассивности, выученной беспомощности и формированию пассивной (иждивенческой) позиции в коммуникации («за меня всё скажут и сделают»).

Цель глубинной коррекции: дать инструмент для самовыражения и чувства контроля. Через рисунок/сказку/лепку/игру и др. средства самовыражения человек с ДЦП становится «творцом» своего мира, что повышает его самооценку и мотивацию к коммуникации. Использование психогимнастических, психодраматических и невербальных упражнений способствует проработке чувства гнева и обиды на свое тело, принятие себя.

**Группа 3:** Лица с нарушениями интеллектуального развития (ЗПР).

Специфика коммуникации: конкретность мышления, бедность словарного запаса, трудности понимания абстракций, сложности с пониманием причинно-следственных связей в межличностных отношениях, повышенная внушаемость.

Цель глубинной коррекции: работа на уровне образов и символов позволяет обойти ограничения вербального интеллекта. Методы арт-терапии (лепка, камни, рисунок) помогают проработать базовые эмоции (страх, гнев, радость), которые часто не осознаются и не вербализуются, но проявляются в поведении.

**Группа 4:** Лица с нарушениями эмоционально-волевой сферы и расстройствами аутистического спектра (РАС).

Специфика коммуникации: глубокие трудности с установлением и поддержанием контакта, избегание взгляда «глаза в глаза», эхолалии, непонимание социальных контекстов и смыслов, повышенная тревожность в неструктурированных социальных ситуациях.

Цель глубинной коррекции: не «вылечить аутизм», а помочь снизить тревогу в коммуникации, создать безопасный канал для самовыражения (через образ, символ, сенсорный материал), проработать страхи, связанные с вторжением в личное пространство.

Программа предназначена для лиц, имеющих или получающих среднее, средне-профессиональное и (или) высшее образование.

### **3. ОПИСАНИЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧ ПРОГРАММЫ**

**Целью** реализации программы является повышение качества межличностного взаимодействия и коммуникативной компетентности лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) через активизацию внутренних ресурсов личности и гармонизацию эмоционально-личностной сферы средствами глубинной психокоррекции.

#### **Задачи программы:**

##### **1. Диагностические задачи:**

Выявить индивидуально-психологические особенности лиц с ОВЗ, препятствующие эффективной коммуникации (тревожность, агрессия, низкая самооценка, ригидность установок).

Определить характер и глубину нарушений межличностного взаимодействия (трудности установления контакта, эмпатии, разрешения конфликтов).

Оценить ресурсный потенциал личности для последующей коррекционной работы.

##### **2. Коррекционно-развивающие задачи:**

Снизить уровень психоэмоционального напряжения, тревожности и агрессии, связанных с ситуациями общения.

Актуализировать и проработать внутренние конфликты и негативные установки, искажающие восприятие себя и других.

Сформировать позитивный образ «Я» и повысить самооценку через творческое самовыражение и принятие.

Развить способность к распознаванию, вербализации и конструктивному выражению эмоций.

Расширить поведенческий репертуар за счет освоения новых моделей взаимодействия (эмпатическое слушание, сотрудничество, разрешение конфликтов).

### 3. Образовательные задачи (для педагогов-психологов):

Сформировать систему знаний о теоретических основах и методологии глубинной психокоррекции.

Обучить практическим навыкам применения методов глубинной психокоррекции (комплекса тематических психорисунков, психоанализ неавторских рисунков, игрушки, топологической модели, сказки и др.) в работе с лицами с ОВЗ.

Освоить технологии проектирования и реализации индивидуальных коррекционных программ.

### 4. Профилактические задачи:

Предупредить усиление коммуникативной дезадаптации и изоляции лиц с ОВЗ.

Сформировать устойчивые навыки саморегуляции и копинг-стратегий для совладания с коммуникативным стрессом.

Создать условия для переноса позитивного опыта взаимодействия из терапевтической среды в повседневную жизнь.

### 5. Организационно-методические задачи:

Разработать программно-методическое обеспечение реализации программы.

Создать условия для мониторинга и оценки эффективности программы.

### **Ожидаемый результат реализации задач:**

Для лиц с ОВЗ: повышение коммуникативной активности, снижение конфликтности, рост удовлетворенности межличностными отношениями.

Для педагогов-психологов: повышение профессиональной компетентности в области глубинной психокоррекции и работы с лицами с ОВЗ.

Для организации: внедрение эффективной модели психолого-педагогического сопровождения лиц с ОВЗ.

## **4. НАУЧНЫЕ, МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ПРОГРАММЫ.**

Программа опирается на методологию глубинной психологии Т.С. Яценко, в основу которой положено психодинамическое понимание феномена психики в единстве сознательного и бессознательного [15].

Практической основой глубинного познания стал метод активного социально-психологического обучения (АСПО), разработанный Т.С. Яценко, при консультативной поддержке академика РАО А. А. Бодалева [14]. Со

временем метод приобрел возможности глубинного познания психики для оказания практической помощи субъекту

**Теоретико-методологические основания глубинной психокоррекции** синтезировано отражает «Модель внутренней динамики психики» (рис.1, приложение 1) [10], которая иллюстрирует целостный взгляд на внутреннюю динамику психического, в его противоречивой сущности и единстве сознания и бессознательного. Модель гармонично дополнила структуру психики, введенную З. Фрейдом (Супер-Эго, Эго, Ид). Подструктуры, открытые З. Фрейдом, имеют антагонистическое противостояние, презентуют лишь один ракурс противоречивой сущности психического – «по вертикали». Т.С. Яценко выделила «горизонталь», которая характеризуется сосуществованием противоречий в соответствии с законами антиномии, предполагающей взаимопродолжение и взаимоподмену одной противоречивой тенденции другой. Это позволило подчеркнуть отличия функционирования психики в ее противоречивой сущности в двух направлениях: «по горизонтали» и «по вертикали», в контексте единства и автономии подструктур («сознание – бессознательное»). В одноактном поведении пересечение «вертикали» и «горизонтали» предопределяет «точку», раскрытие содержания которой требует дополнительных средств, обеспечивающих развертывание ее семантики в диалоге с респондентом. Последнему способствует выход на ассоциативный ряд взаимосвязей, предопределяемый инвариантностью и итеративностью поведения. Процессуальная диагностика предполагает ее встроенность в естественный порядок психического, объективированный произвольной активностью респондента.

1. Когнитивный ракурс процесса глубинного познания психики, стимулирующий субъекта к развитию рефлексивного (социально-перцептивного) интеллекта, на основании реинтегрирования деформированных структур психики, нарушающих взаимосвязи в системе «сознательное – бессознательное» и переходе на более высокий уровень психической интеграции.

2. Деформации психики обусловлены эдипальными зависимостями и продуцируют осложнение отношений с первичными либидными объектами (и с окружающими людьми) из-за непринятия, «отсечения» определенных аспектов их психики, являющихся замещением чувственного к ним притяжения с мортальной валентностью [1,2]. Межличностное взаимодействие усложняется наличием интроектирования такого типа характеристик, актуализируя их проекцию на других людей.

3. Психике присущи ведущие тенденции: а) «к силе» и «к слабости»; б) «к людям» и «от людей» («к психологической импотенции»); в) «к жизни» и «к психологической смерти». Ведущая тенденция защитной системы «от слабости к силе», что влечет за собой отступления от социально-перцептивной реальности, включая интроектирование социально нежелательных черт.

4. Познание психологической защиты в глубинной психокоррекции центрировано на установлении ее системной упорядоченности, с таким



образованием как «субъективная интегрированность психики». В рамках подхода обобщены и универсализированы разновидности защит во взаимосвязях и автономии функционирования, а именно: ситуативные (периферийные) и базальные (личностные). Доказано, что в каждом поведенческом акте имплицитно содержится информация о сознательном и бессознательном, что необходимо демаркировать в целях познания.

5. Архетипически-функциональная способность психики к визуализации латентного ее содержания при раскрытии смысловых нагрузок позволяет использовать в глубинной работе символические репрезентанты – рисунок, сказку, лепку, камни, игрушку и т.п. Архетип взаимосвязан с защитной системой и механизмами символизации (намек, сгущение, смещение, локализация, генерализация и др.), как и с полизначностью символов и др.

6. Изучены свойства целостной психики во взаимосвязях динамики и статики, влияния эдипальных зависимостей на формирование внутренних противоречий, наличие взаимосвязей (и автономии) сознательной и бессознательной сфер психики, зависимость личностной проблемы субъекта от нарушения информационного обмена между сознательным и бессознательным.

7. Глубинное познание становится доступным сознанию благодаря процессу визуализации, т. е. материализованной самопрезентации субъекта при условии спонтанности и произвольности его поведения. Т. С. Яценко впервые поставила и обосновала проблему опредмечивания психического (как формы латентного непрямолинейного перекодирования информационных эквивалентов) в категориях осязаемого, доступного наблюдению мира. Процесс метафорично-символической самопрезентации представляет в синтезированной форме латентные следы вытеснений, не потерявшие своей актуальности, в их доминантно-эмотивных противостояниях и конкуренции тенденций.

8. Определены и усовершенствованы приемы и методы глубинно-психологического познания, основывающегося на диагностико-коррекционном процессе в его неразрывном единстве. Уточнены основы психодинамической парадигмы и методологии понимания законов функционирования психики в ее целостности. Усовершенствован инструментальный уровень процессуальной диагностики, что способствует расширению методологического потенциала психокоррекционной практики.

9. Впервые в формате глубинного познания создана методика психоанализа комплекса тематических рисунков субъекта (30-38 тем), с последующей психоаналитической интерпретацией при наличии диалогического взаимодействия. Успешность методики predetermined прежде всего комплексностью предлагаемых (потенциальному автору) тем рисунков, которые касаются различных сфер жизнедеятельности человека, что соответствует системной упорядоченности психического и диалогическим взаимодействием с автором, раскрывающим взаимосвязи между отдельными рисунками [13].

10. К предпосылкам глубинного исследования психики в плоскости сознательного относятся:

- спонтанность и непринужденность поведения субъекта (при минимизации внешних стимулов);
- нивелирование периферийных (ситуативных) защит, что оптимизирует условия исследования их базовых (личностных) их форм;
- учет определяющего фактора активности – потребности, которая может быть вытеснена, фиксирована и представлена в «следовых» эффектах;
- экспликация глубинных детерминант путем использования архетипически-метафорических средств (рисунки, игрушки, камни и др.);
- объективация психического в материализованных саморепрезентантах «Я» является посредником в познании целостности психического путем диалогического взаимодействия психолога с респондентом, обнаруживающего связь «внешнего» и «внутреннего»;
- внедрение в профессиональную подготовку супервизии и интровизии, как необходимой предпосылки профессиональной саморефлексии будущего психолога;
- встраивание диалогического взаимодействия (в системе «психолог-респондент») во внутренний порядок психического (в его феноменологическая целостность), что обуславливает «транзит» следовых аспектов психики и их познание в процессе развертывания семантики диалогического взаимодействия;
- учет активности внеопытной сферы психики, которая базируется на синтезе вытесненных ячеек при условиях потери связи с конкретно-сюжетными аспектами пережитого опыта.

Методология глубинной психокоррекции имеет более 40-летнюю апробацию. За это время накоплен многолетний уникальный эмпирический материал проведения глубинно-коррекционных групп. Особо этому способствовало проведение Авторских школ по глубинной психологии, по результатам проведения которых изданы пособия со стенограммами практической работы [5-10]. Стенограммы процесса глубинной психокоррекции отражают непосредственный диагностико-коррекционный процесс психоаналитической работы с использованием визуализированных средств: комплекса тематических рисунков, предметных моделей, камней, неавторских рисунков, игрушек, топологического моделирования. Возможность расширения формата реализации глубинной коррекции (работа в большой группе с видеотрансляцией) открыла перспективы ее апробации с психологами и преподавателями из разных стран. Пособия, обобщают указанный опыт, знакомят читателя с психодинамической теорией, соответствующей методологией, диагностикой и непосредственным процессом коррекции личностных характеристик практических психологов в направлении их гармонизации. Эмпирический формат презентации материала в Школах обеспечивает его индивидуальную неповторимость, соответствующую феноменологии психики каждого участника процесса

глубинной психокоррекции. Изданные пособия могут служить дополнительным учебно-методическим материалом для обучения педагогов и психологов методологии глубинного познания.

Методология работы со взрослыми лицами с ОВЗ разработана и научно обоснована на уровне кандидатской диссертации представителем научной школы Т.В. Некрут. Полученные результаты представлены в монографии «Глубинное познание внутренних противоречий обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» [4].

К методам, используемым в глубинной психокоррекции для определения глубинно-психологических предпосылок трудностей в межличностной коммуникации с лицами с ОВЗ относятся, как:

- авторские методы, разработанные в психодинамическом подходе Т. С. Яценко – психоанализ комплекса тематических психорисунков, психоанализ неавторского рисунка;

- методы, адаптированные к методологии глубинного подхода целостного познания психики – психоанализ игрушки, предметных моделей, групповой рисунок, психоанализ сказки о своей жизни, ролевые игры, психодраматические приемы, лепка, моделирование из камней, топологическое моделирование, психогимнастические и невербальные упражнения и мн.др. [3].

Таким образом, программа не является эклектичным набором техник, а представляет собой целостную систему, где научная теория, методологические принципы и конкретные методики взаимосвязаны и направлены на достижение главной цели: оптимизации межличностного взаимодействия через гармонизацию глубинных, бессознательных слоев личности человека с ОВЗ.

## **5. СРОКИ И ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ (ПЕРИОД ВРЕМЕНИ И КОЛИЧЕСТВО АКАД. ЧАСОВ).**

Программа рассчитана на 108 часов, 2 недели (54 часов в неделю).

Для занятий формируется «малая» группа обучающихся постоянного состава от 5 человек до 15 человек. Занятия проводятся в летний/зимний период по 4 часа в день по мере формирования группы.

Материал преподается в формате психокоррекционной группы, что адекватно целостному познанию психики и соответствует принципам контекстности и активности методов обучения.

К преимуществам групповой формы работы относятся: экономическая целесообразность, длительный постгрупповой период, взаимосвязь личностной и групповой динамики; возможность целостного изучения психики в ее реальных проявлениях в ситуации общения и взаимодействия участников группы, получение адекватной обратной связи участниками группы.

## **6. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.**

### **1. Для педагогов-психологов:**

Повышение профессиональной компетентности в области глубинной психокоррекции:

Освоение теоретических основ и методологии глубинного подхода при работе с лицами с ОВЗ.

Умение адаптировать методы глубинной психокоррекции под специфику различных нозологий (РАС, ДЦП, сенсорные нарушения и др.).

Формирование практических навыков:

Навык создания безопасного пространства для работы с бессознательными процессами клиентов.

Умение проводить диагностику и коррекцию коммуникативных нарушений с использованием проективных и архетипически-символических методов.

Способность разрабатывать индивидуальные коррекционные программы на основе анализа глубинных потребностей клиента.

Развитие личностно-профессиональных качеств:

Повышение эмоциональной устойчивости и способности к рефлексии сильных переживаний клиентов.

Развитие эмпатии и навыков недирективного сопровождения процесса психокоррекции.

Создание методического ресурса:

Разработка авторских коррекционных программ и методических материалов для дальнейшей работы.

Формирование банка диагностических и коррекционных техник, адаптированных для лиц с ОВЗ.

### **2. Для лиц с ОВЗ:**

Снижение психоэмоционального напряжения:

Уменьшение уровня тревожности, страхов и агрессии, связанных с ситуациями общения.

Формирование базового доверия к себе и окружающим через принятие и поддержку в терапевтической среде.

Гармонизация внутреннего состояния:

Проработка внутренних конфликтов и негативных установок, препятствующих коммуникации.

Развитие позитивного образа «Я» и повышение самооценки через творческое самовыражение.

Развитие коммуникативных навыков:

Умение распознавать и выражать эмоции вербально и невербально (через творчество, движение, символические образы).

Формирование навыков инициации и поддержания контакта (зрительного, тактильного, речевого).

Расширение поведенческих репертуаров:

Освоение новых моделей взаимодействия (совместная деятельность, эмпатическое восприятие, разрешение конфликтов).

Перенос позитивного опыта из психокоррекционной группы в повседневную жизнь (семья, образовательное учреждение).

Активизация личностных ресурсов:

Развитие саморефлексии, способности к саморегуляции и копинг-стратегиям в стрессовых ситуациях.

Повышение мотивации к социальному взаимодействию и познавательной активности.

Интегративный результат:

Создание устойчивой системы психолого-педагогического сопровождения лиц с ОВЗ, основанной на глубинном подходе, где:

Педагоги-психологи владеют современными эффективными методами коррекции коммуникативных нарушений.

Лица с ОВЗ демонстрируют качественные изменения в сфере межличностного взаимодействия и эмоционального благополучия.

Программа способствует не только решению актуальных коммуникативных проблем, но и создает основу для долговременной позитивной динамики в развитии личности лиц с ОВЗ.

## **7. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ.**

Оценка проводится по трем уровням:

- личностно-субъективный,
- поведенческий и
- психодиагностический, что позволит получить комплексную картину эффективности программы.

### **1. Критерии для оценки изменений у клиентов с ОВЗ**

Критерий 1: Снижение уровня психоэмоционального напряжения и негативных установок в коммуникации

Показатели:

Субъективный: Уменьшение жалоб на страх, тревогу, гнев, обиду в ситуациях общения (фиксируется в беседах и интервью).

Психодиагностический: Снижение показателей по стандартизированным методикам (проективная методика «Несуществующее животное» для анализа агрессии и тревоги).

Поведенческий: Уменьшение количества наблюдаемых ситуаций избегания контакта, аффективных вспышек, плача, агрессивных реакций в группе.

Критерий 2: Гармонизация внутреннего психологического состояния

Показатели:

Психодиагностический: Динамика в проективных методиках (рисунки) в сторону большей целостности, яркости, использования ресурсных цветов и символов. Снижение количества индикаторов внутреннего конфликта.

Субъективный: Появление в самоотчетах клиентов тем принятия себя, спокойствия, уверенности. Выражение позитивных ожиданий от будущего.

Критерий 3: Развитие способности к вербальному и невербальному самовыражению

Показатели:

Поведенческий: Увеличение спонтанной речевой и творческой активности в группе. Готовность делиться своими работами (рисунками, песочными композициями) и комментировать их.

Субъективный: Клиент может простыми словами описать свои чувства, связанные с созданным образом («мне здесь спокойно», «этот герой сильный»).

Критерий 4: Формирование позитивных моделей взаимодействия

Показатели:

Поведенческий:

Инициация контакта: Учащение случаев, когда клиент первым проявляет инициативу в общении (предлагает совместную деятельность, задает вопрос, обращается за помощью).

Эмпатия и поддержка: Проявление эмпатических реакций (пожалеть, помочь, поделиться материалом) по отношению к другим участникам группы.

Совместная деятельность: Умение работать в паре/микрогруппе, договариваться, соблюдать очередность.

Субъективный: Появление в речи высказываний о других участниках группы в позитивном или нейтральном ключе, а не только в негативном.

2. Критерии для оценки повышения компетентности педагогов-психологов (участников программы)

Критерий 1: Прирост теоретических знаний в области глубинной психокоррекции и специфики работы с лицами с ОВЗ.

Показатели:

Психодиагностический: Результаты входного и итогового тестирования по ключевым понятиям программы (проекция, методы и методики работы, специфика нозологий).

Поведенческий: Качество выполнения практических заданий, умение аргументировать выбор методики с опорой на теорию.

Критерий 2: Освоение и уверенное применение практических навыков

Показатели:

Поведенческий:

Навык создания безопасного пространства: Умение психолога установить рапорт, контейнировать сильные эмоции клиента, соблюдать этику.

Навык работы с материалом: Грамотное использование авторских рисуночных методов (психоанализ комплекса тематических рисунков, психоанализ неавторского рисунка).

Навык наблюдения и анализа: Умение проводить процессуальную психодиагностику в единстве с психокоррекцией, выявлять архетипически-

символические репрезентанты.

Субъективный: Самоотчеты специалистов об увеличении уверенности в работе с данной категорией клиентов, о снижении профессионального выгорания.

Критерий 3: Способность к разработке и реализации индивидуальных коррекционных программ

Показатели:

Поведенческий: Защита итоговых проектов – разработанных программ под конкретный случай (кейс). Программа должна быть обоснована, структурирована и содержать план, методы и прогноз результатов.

Психодиагностический: Анализ представленных программ по заданным критериям (соответствие целей и методов, учет особенностей клиента, реалистичность).

**Методы сбора данных для оценки:**

До начала программы (пре-тест):

Анкетирование и тестирование психологов.

Наблюдение за клиентами, диагностические методики (проективные и опросниковые), сбор информации от родителей/педагогов.

В процессе реализации (формирующая оценка):

Наблюдение и ведение протоколов групповых и индивидуальных сессий.

Анализ продуктов творческой деятельности клиентов (фото моделей/ролевых игр/лепки/топологических моделей и другого поведенческого материала, стенограммы, рисунки, сказки и др.).

Супервизорские сессии и обсуждение сложных случаев с ведущим программы.

По окончании программы (пост-тест):

Повторение диагностического комплекса для клиентов.

Итоговое тестирование и защита проектов для психологов.

Анкеты обратной связи для всех участников.

Отсроченная оценка (через 2-3 месяца):

Опрос родителей/педагогов об изменениях в поведении и коммуникации клиентов в естественной среде.

Самоотчеты психологов о применении полученных навыков в своей практике.

Данная система критериев позволяет не просто констатировать факт изменений, но и понять их глубину и устойчивость, что является главным доказательством эффективности программ, основанных на глубинном подходе.

## 8. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ.

№ п/п	Наименование разделов и тем обучения
<b>Раздел I. Теоретические основы глубинной психокоррекции с лицами с ОВЗ по оптимизации межличностного взаимодействия</b>	
1.	Понятие личностной проблемы общения, «внутреннего конфликта». Деструкции общения. Характерные черты неоткорректированной личности. Основные характеристики откорректированного человека.
2	Бессознательные предпосылки личностной проблемы субъекта. Проявления Эдиповой зависимости. Базовые тенденции бессознательного – «тенденции к психологической смерти» тенденция к жизни, тенденция «от слабости к силе», – и их проявления.
3	Система психологических защит. Понятие психологической защиты. Разновидности и функции психологической защиты. Причины негативного влияния психических защит на личностную реализацию субъекта.
4	Динамика индивидуально-личностных и групповых изменений как фактор диагностико-коррекционного процесса. Особенности процессуальной психодиагностики. Единство психодиагностики и психокоррекции в глубинной психокоррекции, взаимозависимость между ними.
<b>Раздел 2. Организационно-методические аспекты глубинной психокоррекции по оптимизации межличностного взаимодействия с лицами с ОВЗ</b>	
5	Методические принципы работы группы глубинной психокоррекции.
6	Методические требования, общие для участников и руководителя группы. Требования к профессиональным и личным качествам руководителя психокоррекционной группы.
7	Закономерности групповой динамики. Взаимосвязь положительной дезинтеграции и вторичной интеграции. Объективные и субъективные факторы, детерминирующие положительную дезинтеграцию и вторичную интеграцию.
<b>Раздел 3. Методы глубинной психокоррекции по оптимизации межличностного взаимодействия с лицами с ОВЗ</b>	
8	Групповая дискуссия. Правила проведения групповой дискуссии. Групповая дискуссия как объект и средство групповой психодиагностики.
9	Ролевая игра. Виды ролевой игры. Правила проведения ролевой игры в глубинной психокоррекции. Ролевая игра как объект и средство психодиагностики.
10	Понятие психодрамы в глубинной психокоррекции П. Теоретические базовые понятия (спонтанность, катарсис, инсайт и др.). Функциональные роли в психодраме (режиссер, протагонист, вспомогательное «Я», аудитория) в глубинной психокоррекции. Фазы психодрамы. Разновидности психодраматических приемов. Роль руководителя в психодраматических упражнениях глубинной психокоррекции.
11	Невербальные техники. Психогимнастика. Особенности невербального взаимодействия. Бессознательное и невербальные проявления субъекта. Разновидности невербальных упражнений.
12	Топологическое моделирование. Особенности процедуры топологического моделирования как симультанного проявления сознательного и бессознательного субъекта.
13	Психорисунок. Проективный рисунок и его возможности в психодиагностике. Разновидности работы с психорисунком в психокоррекционной группе



## 9. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа реализуется в формате глубинно-коррекционной группы, которая может реализовываться очно:

- оф-лайн
- с применением дистанционных средств обучения (он-лайн).

Организационные предпосылки глубинно-психокоррекционного процесса – добровольность участия с готовностью к познанию и самопознанию. Принципы организации глубинного познания в группах направлены на нивелирования ситуативных форм психологических защит (целью которых является адаптация человека) и влияния подструктуры Супер-Эго на поведенческую активность субъекта. Поэтому процесс глубинно-коррекционной работы построен на:

общении в параметрах «человек-человек», обращении на «ты», нивелируя социально-статусные правила поведения в формате групповой работы;

отсутствии оценочных суждений, критики, поощрений и наказаний, а также создаёт положительную атмосферу поддержки и защищённости;

функционировании группы в параметрах «здесь и сейчас», что предполагает ориентацию на ситуативно-возникшие чувства, ассоциации, образы, высказывания; спонтанности и непринуждённости поведения субъекта, что связано с перспективами познания внутренней детерминированности психики (согласно взглядам З. Фрейда для познание бессознательной сферы психики необходимо обеспечить условия для актуализации спонтанности и произвольности поведения анализанда).

Соблюдение групповых принципов участниками и руководителем способствует интеграции группы и эффективному психокоррекционному процессу.

Методические требования являются общими для психолога и участников групп (студентов): обратная связь – субъект говорит о собственных чувствах и открытиях в контексте психокоррекционной работы; умение задавать вопрос, предполагает раскрытие имплицитного (скрытого) смысл внешне наблюдаемой произвольной активности субъекта, что требует понимания когнитивно-логической упорядоченности бессознательного; умение оказать поддержку предполагает чувствительность к другому человеку и уместность её выражения; установление взаимосвязи между членами группы, открытость; когнитивный анализ полученного опыта в процессе психокоррекции.



<b>взаимодействия с лицами с ОВЗ</b>						
8	Групповая дискуссия. Правила проведения групповой дискуссии. Групповая дискуссия как объект и средство групповой психодиагностики.	8	2	4	2	Рефлексия/ опрос/тест
9	Ролевая игра. Виды ролевой игры. Правила проведения ролевой игры в глубинной психокоррекции. Ролевая игра как объект и средство психодиагностики.	8	2	4	2	Рефлексия/ опрос/тест
10	Понятие психодрамы в глубинной психокоррекции П. Теоретические базовые понятия (спонтанность, катарсис, инсайт и др.). Функциональные роли в психодраме (режиссер, протагонист, вспомогательное «Я», аудитория) в глубинной психокоррекции. Фазы психодрамы. Разновидности психодраматических приемов. Роль руководителя в психодраматических упражнениях глубинной психокоррекции.	10	2	4	4	Рефлексия/ опрос/тест
11	Невербальные техники. Психогимнастика. Особенности невербального взаимодействия. Бессознательное и невербальные проявления субъекта. Разновидности невербальных упражнений.	12	2	6	4	Рефлексия/ опрос/тест
12	Топологическое моделирование. Особенности процедуры топологического моделирования как симультанного проявления сознательного и бессознательного субъекта.	8	2	4	2	Рефлексия/ опрос/тест
13	Психорисунок. Проективный рисунок и его возможности в психодиагностике. Разновидности работы с психорисунком в психокоррекционной группе	12	2	6	4	Рефлексия/ опрос/тест
<i>Всего:</i>		108	26	46	36	

Глубинная психокоррекция основывается на единении всех методических приемов, которые катализируют процесс расширения самосознания субъекта. Групповая форма занятий, создание условий психологической защищенности стимулируют к «раскрытию» содержания «Я» и дают возможность испытать модернизированные формы поведения в связи с ориентацией на познание внутренних механизмов. Для адекватной диагностики в группе очень важной является актуализация спонтанного поведения. Это открывает перспективу познания внутренней детерминированности личностных проблем.

В процессе реализации Программы участники психокоррекционной группы овладевают следующими методами, способствующими определению глубинно-психологических предпосылок трудностей в межличностной коммуникации с лицами с ОВЗ:

- авторские методы, разработанные в психодинамическом подходе Т. С. Яценко – психоанализ комплекса тематических психорисунков, психоанализ неавторского рисунка;

- методы, адаптированные к методологии глубинного подхода целостного познания психики – психоанализ игрушки, предметных моделей [5-10], групповой рисунок, психоанализ сказки о своей жизни [5-10], ролевые игры, психодраматические приемы (приложение 9), лепка [5-10], моделирование из камней [5-10], топологическое моделирование [5-10], психогимнастические, пантомимические (приложение 11) и невербальные упражнения (приложение 10) и мн.др. (приложение 12).

### **Описание методики работы с использованием психорисунков (по Т.С. Яценко) [5-10, 12,13]**

Темы рисунков преимущественно подбираются в двух направлениях – или для познания групповых феноменов, динамики группы, или же для прояснения чувств членов группы, истории их жизни и характера отношения к прошлому. Эти темы могут совпадать с темами рисунков, к которым есть тестовые интерпретации. В контексте глубинной психокоррекции очень важным является целостный анализ продукции участников обучения, поэтому рисунок для нас весомый в контексте другого поведенческого материала. Уже сам собой процесс изображения несет в себе психотерапевтический эффект. Речь цветов и форм становится понятной каждому человеку, если тот позволит себе воспользоваться собственным опытом их понимания, который он приобрел еще в детстве. Сказка, рассказ, мифы и общепринятые символы, с которыми мы сталкиваемся на каждом шагу, формируют нашу способность понимать психорисунок и передавать в нем психологическое содержание. Если при этом вспомнить о роли коллективного бессознательного и архетипов, то можно прийти к выводу, что потенциальная способность к работе с психорисунком есть у каждого человека, и наследственность здесь играет не последнюю роль.

Психорисунок может использоваться как в психодиагностических, так и в обучающих целях. В первом случае его интерпретация в группе не обязательна, во втором же он может содействовать созданию позитивной эмоциональной атмосферы. Члены группы учатся видеть глубокий психологический смысл в «художественных мелочах», а потом в поведении (и наоборот). Со временем это приводит к ситуативным изменениям в отношении к занятиям, к другим людям и самому себе. Это содействует овладению анализом группового материала, что является важным условием эффективности обучения в психокоррекционной группе.

Рисунок, способный глубинно выражать психологическое содержание, адекватное психике субъекта, и одновременно обеспечивать его

защищенность. Психорисунок защищает субъекта от «рискованной» для него интерпретации членами группы психологического содержания. Рисунок всегда дает возможность углубить познание не только того, кто рисовал, а и тех, кто интерпретирует. В процессе работы психокоррекционной группы участники существенно развивают свои возможности читать психологическое содержание психорисунков и находить общее между ними, что приводит к познанию логики бессознательного.

Психорисунок может использоваться руководителем с целью контроля над групповым процессом и личностными изменениями участников. Этому способствует повседневное выполнение рисунка участниками обучения на такие темы: «Наша группа», «Я сегодня», «Я в группе». Повседневные рисунки отображают результативность обучения и те эмоциональные нагрузки, которые испытывают студенты-магистры. Рисунки остаются интересными и после окончания определенного курса групповой коррекции. Это такие темы: «Результаты, которые я получил в группе», «Что дала группа мне, а я – группе», «Развитие группы и мое собственное», «Что я ожидал, а что получил в группе», «Я до обучения – я после обучения» и пр.

Эффективным также является обобщенный рисунок, который отображал бы восприятие всеми участниками обучения актуальных событий в группе. Коллективный рисунок может использоваться и с целью отображения психологического портрета кого-то из членов группы. Желательно, чтобы на занятиях каждый расширял свой фрагмент рисунка. Можно также предложить внести изменения в рисунки в ответ на вопрос: «Каким хотелось бы видеть этого человека?», «Что хотелось бы изменить в портрете?», «Чем желательно дополнить рисунок?», «Что подчеркнуть в нем?».

Важным является прием перекрестного рисунка, например, на тему «Мое участие в групповом процессе психокоррекции» и «Дорога моей жизни». Можно увидеть значимость групповой глубинно-ориентированной работы для психологического осознания жизненного опыта. Выполнение психорисунка на одни и те же темы в разное время также дает психологически интересный материал. Необходимо учитывать, что психорисунок всегда неявно содержит больше существенной информации, чем автор способен ее видеть без посторонней помощи, потому что рисунок целостно отображает психику в ее сознательных и бессознательных проявлениях. Поэтому важно уделять достаточно времени для анализа рисунка.

Психорисунок может выполняться как дома, так и во время занятия или после его окончания – в зависимости от целей и темы. Например, рисунок на тему «Наша группа сегодня» в большинстве случаев выполняется или сразу же после занятия, или дома. Рисунки на тему «Я-реальное», «Я-идеальное», как правило, выполняют до начала занятий в группе. Такие рисунки способствуют подбору претендентов в группу глубинной психокоррекции, если есть такая потребность. Важно подчеркнуть, что при анализе рисунка можно выключать «интеллектуализацию» изображаемого, наоборот, необходимо представлять свое чувственное, эмоциональное восприятие. При этом не берется во внимание уровень художественной техники изображения,

потому что психорисунок – это не проверка художественных способностей.

Методические приемы рисования и создания психорисунка:

- а) рисование на свободную тему;
- б) разговорное рисование: члены группы работают с выбранными партнерами в парах, у каждого из них один лист бумаги, и пары общаются с помощью образов, линий, красок;
- в) общее рисование: несколько человек или вся группа рисуют на одном листе, например, группу, ее развитие, настроение, атмосферу в группе и пр.;
- г) дополнительное рисование: рисунок передается по кругу, один начинает рисовать, второй продолжает, третий что-то дополняет и так далее.

Иногда перед рисованием используется прием свободных ассоциаций: члены группы рассказывают, какие образы у них возникают в контексте той или иной темы.

Два способа работы с готовыми проективными рисунками:

- а) показ всех рисунков сразу, их просмотр, сравнение, определение общими усилиями сходного и различного в их содержании;
- б) просмотр каждого рисунка отдельно – он переходит из рук в руки, и участники группы высказываются о его психологическом содержании.

Руководитель тоже дает интерпретацию рисунка, высказывается потом и автор. При обсуждении нежелательно использовать информацию об авторе, известную вне рисунков, а исходить только из нарисованного. Таким способом анализируется только то, о чем человек хотел бы уведомить группу, но «защитные» тенденции помешали ему сделать это вербально. То есть рисунок выражает то, о чем сложно говорить. Если же делать такие «догадки» без наличия соответствующих «оснований» в рисунке, это может резко активизировать «защитные» реакции, что усложнит процесс обучения.

На начальном этапе работы с рисунком у участников могут возникнуть трудности, как при его исполнении, так и при интерпретации. Постепенно, эти трудности будут преодолены. Участники занятий начинают осознавать, что все присутствующие способны понимать психологическое содержание рисунка, символов и использованных цветов, и самое главное – перейти на исследовательскую позицию – научиться анализировать. Вот пример таких символов: солнце, гроза, пропасть, птица в небе, одинокий цветок в пустынной местности, или же – на цветнике; сломанное бурей дерево, вулкан, штормовое море; закрытая пробирка; песчинка среди кучи песка; воздушный шар; дерево, которое ветер пригибает к земле и срывает листья... Содержание этих изображений становится понятным под влиянием нашего опыта и в контексте темы рисунка.

Постепенно в процессе работы исчезают и трудности в интерпретации проективного рисунка, участники обучения развивают в себе способность «правильно» их трактовать.

### **Описание методики работы с использованием комплекса тематических психорисунков (по Т.С. Яценко) [5-10, 12,13]**

Рисунок дает возможность человеку отображать в образах

действительность и проектировать содержание психики в символах. Сильная сторона рисунка заключается в возможности объединить внешний и внутренний миры в образах и определенных символах, а это дает возможность наблюдателю проникать во внутренние самохарактеристики психики субъекта.

Обучение в группе глубинной психокоррекции отличается нестандартностью получаемых знаний, их рефлексивным характером. Это становится возможным при целостном включении личности субъекта в процесс самопознания и познания других людей. Такой процесс не предусматривает традиционно распространенных рекомендаций, советов, моральных установок и т. п.

Работа с психорисунками в группе не ограничивается реализацией только психодиагностических целей – она всегда объединяется с психокоррекционными заданиями. Более того, здесь присутствует синнергия этих двух процессов, которая отражает симультанность слияния в рисунке сознательного и бессознательного аспектов психики. Рисование создает также позитивный эмоциональный фон работы группы, способствует мышечному раскрепощению участников, формирует у них внимательность к, казалось бы, мелким деталям поведения и развивает способность видеть в них психологическое содержание. Результативность психодиагностического и психокоррекционного процессов в большей степени зависит от активности членов группы, их способности вербализировать собственные переживания и рефлексировать состояние другого человека. Такое задание, особенно в начальный период работы группы, для большинства бывает слишком сложным. Рисунок упрощает ситуацию, очень помогает во всех случаях трудностей вербального проявления психологического содержания.

Графическая продукция, благодаря ее символичности, выражает объемное, многогранное содержание, которое сразу трудно даже распознать. Рисунок дает чувство психологической безопасности и возможность «защиты» в ситуации получения «рискованной» для себя информации.

Разнообразие методических приемов использования психорисунков сориентировано на поиск таких приемов, которые бы позволяли познавать особенности бессознательной сферы психики. Этому и способствует свободное рисование (каждый рисует, что хочет), дополнительное рисование (лист идет по кругу, и каждый участник вносит свою деталь в рисунок), общее рисование, когда вся группа рисует на одном листе. Каждый из приемов используется в зависимости от потребностей актуальной ситуации. Рисунок помогает исследовать значимые этапы жизни субъекта, отрефлексировать внутреннее самочувствие и выразить его символами через форму и цвет. Рисунки содержат образы, которые раскрывают характер отношений автора с окружающим миром (с людьми, предметами, природой).

Отдельные образные элементы могут повторяться в разных рисунках одного и того же автора, что дает возможность познать ригидные тенденции бессознательного. Язык символов очень богат, как и реальность, которая окружает нас. Любой предмет окружающего мира, являясь значимым для

субъекта, может стать символом выражения его внутреннего мира. Символическое содержание универсально не только в отдельных элементах, но и во взаимосвязях между ними, и в каждом субъекте оно неповторимо, специфично.

Темы рисунков подобраны так, чтобы при их выполнении актуализировались эмоциональные аспекты опыта, отношение к пережитым ситуациям, объективное видение себя и собственных отношений с другими людьми.

Комплекс (35 тем) тематических рисунков такой:

- Мужчина, женщина и я.
- Восприятие прошлого, которое уже нельзя исправить.
- Восприятие близкими и окружающими моего несуществования.
- Человек, которого я люблю.
- Человек, которого я не люблю.
- Человек, которого я уважаю.
- Человек, которого я отчуждаю.
- Человек, который психологически не существует.
- Наиболее значимый для меня человек.
- Мой обычный день.
- Мое обычное эмоциональное состояние.
- Мои желания.
- Конфликт.
- Человек, которого я боюсь.
- Моя семья сейчас.
- Идеальная семья.
- Я в семье родителей.
- Семья в мое отсутствие. Я вне семьи.
- Драматическое событие моей жизни.
- «Я-реальное», «Я-идеальное».
- Обычное психологическое состояние близких мне людей.
- Как меня видят (видели в прошлом) родители и я сам.
- Как меня видят люди, как я вижу сам себя.
- Радостный день в семье.
- Кризис и этапы выхода из него.
- Моя мечта.
- Мое прошлое.
- Мое будущее.
- Дорога моей жизни.
- Как меня видят в служебной ситуации.
- Я иду навстречу беде.
- Восприятие несчастья.
- Восприятие счастья.
- Восприятие близкими (родными) друг друга.



- Несуществующее животное.

## 10. РЕСУРСЫ, НЕОБХОДИМЫ ДЛЯ ЭФФЕКТИВНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:

### 1. Требования к специалистам:

**Ведущий программы (супервизор):** высшее психологическое образование, дополнительная профессиональная подготовка в области глубинной психокоррекции, опыт работы с лицами с ОВЗ.

Требования к руководителю глубинно-коррекционной группы, обеспечивающему познание внутренних характеристик психики ее участников с целью оптимизации межличностного взаимодействия лиц с ОВЗ:

- владение соответствующими теоретико-методологическими основами понимания целостного феномена психики в его сложных взаимосвязях, в индивидуальной неповторимости и противоречивости, что синтезировано отражает Модель внутренней динамики психики (приложение 1);
- понимание внутренней противоречивости психики и личностных проблем субъекта, которые связываются с феноменом психологических защит [12].
- обеспечение необходимых условий, предполагающих спонтанность и произвольность поведения и способствующих интеграции группы (приложение 2) на фоне положительной дезинтеграции личности с ее последующей интеграцией на более высоком уровне развития психики (приложение 3);
- соблюдение этических требований к руководителю группы (приложение 5), а также требований к профессиональным и личностным качествам руководителя группы (приложения 6);
- демонстрация «идеальной» модели участника группы исходя из методических требований, общих для участников и руководителя группы (приложение 7);
- владение вербальными приемами управления психокоррекционной группой (приложение 8) с целью обеспечения показателей результативности психокоррекционного процесса в группе (приложение 9);
- владение методами глубинно-коррекционной работы (приложения 9-12) и интерпретации поведенческого материала участников, а также оценки участия и динамики результатов в психокоррекционной группе (приложение 13).

**Педагоги-психологи (участники программы):** высшее психологическое или дефектологическое образование, опыт работы с лицами с ОВЗ, готовность к личностной и профессиональной рефлексии.

**Ассистенты/Ко-терапевты:** необходимость определяется количественным составом участников группы и составом группы лиц с ОВЗ.

Ассистенты должны иметь базовую психологическую или педагогическую подготовку для помощи в организации деятельности и обеспечения безопасности.

## **2. Перечень учебных и методических материалов**

Рабочие тетради для слушателей: структурированные материалы, содержащие теоретические блоки, схемы, описание методик, самоотчетов.

Методические рекомендации по проведению занятий: подробные конспекты занятий с указанием целей, задач, необходимых материалов, алгоритмов работы и возможных сложностей.

Комплект диагностического инструментария: стандартизированные и авторские методики для проведения входной, промежуточной и итоговой диагностики (бланки, стимульный материал).

Кейс-бук: сборник разборов конкретных случаев (с соблюдением этических норм анонимности) с описанием стратегий коррекционного вмешательства.

Библиотека ключевых текстов: подборка научных статей, монографий по глубинной психологии, психокоррекции и специальной психологии (в т.ч. работы Т.С. Яценко, О.Н. Усатенко, Т.В. Некрут).

Фото- и видеоархив: примеры работ (модели, рисунки) для демонстрации динамики и разбора методик (при наличии информированного согласия).

## **3. Требования к материально-технической оснащенности**

Помещение:

Кабинет для групповой работы (не менее 20-25 кв. м.) с зонированием: зона для обсуждения (кресла, пуфы по кругу), зона для работы с рисунками (журнальный столик, раковина с водой).

Помещения должны быть звукоизолированы, иметь хорошее естественное и искусственное освещение, возможность проветривания.

Оборудование и инструментарий:

Для рисуночных методов: широкий спектр изоматериалов (гуашь, акварель, пастель, мелки, цветные карандаши, глина, пластилин), бумага различных форматов( А4, А3) и фактур, кисти, губки, ножницы, клей, природные материалы.

Для работы с невербальными, психогимнастическими, психодраматическими методами: зеркало, музыкальный центр с коллекцией релаксационной и стимулирующей музыки.

Оргтехника: ноутбук, проектор или экран для презентаций.

## **4. Требования к информационной обеспеченности**

Специализированная библиотека: наличие фонда профессиональной литературы по психологии, коррекционной педагогике и методам глубинной психокоррекции.

Подписка на профессиональные электронные ресурсы: доступ к научным электронным библиотекам (eLibrary, CyberLeninka), порталам психологических журналов.

Информационно-коммуникационная сеть «Интернет»: стабильный

высокоскоростной доступ для поиска информации, использования цифровых-инструментов и проведения онлайн-супервизий.

## **5. Современные цифровые технологии, инструменты и сервисы**

Интерактивная доска/панель: для визуализации теоретического материала, совместной работы с группами, разбора случаев.

Цифровые инструменты оценки: использование онлайн-анкет (Google Forms), специализированного ПО для психологического тестирования (например, «Эффектон», «Психодиагностика»), ментальных карт (MindMeister) для сбора и анализа данных.

Образовательные платформы и сайты: использование закрытых групп в социальных сетях или LMS-платформ (Moodle, Google Classroom) для размещения материалов, организации обсуждений и обратной связи с участниками программы.

Электронные библиотеки и интернет-музеи: использование ресурсов (например, виртуальные туры по музеям) как стимульного материала для проективных занятий.

Цифровые архивы: создание защищенных баз данных для хранения фотоотчетов о динамике работ клиентов (с соблюдением конфиденциальности).

Телемедицинские/телепсихологические технологии: организация онлайн-супервизий с привлечением ведущих экспертов из других регионов, консультационная поддержка специалистов после завершения программы.

## **11. СОБЛЮДЕНИЕ ПРАВИЛ ЗАИМСТВОВАНИЯ.**

В рамках разработки программы «Оптимизация межличностного взаимодействия лиц с ОВЗ средствами глубинной психокоррекции» авторы:

- все теоретические положения, методологические основы и методические подходы, заимствованные из работ Т.С. Яценко, О.Н. Усатенко, Т.В. Некрут и других авторов-представителей научной школы, сопровождаются библиографическими ссылками;
- все методики сопровождаются ссылками на оригинальные источники;
- приводят в работе методики адаптированные с учетом специфики целевой группы (лица с ОВЗ) в кандидатской диссертации Т.В. Некрут;
- использовали материалы с открытой лицензией, находящиеся в открытом доступе для некоммерческих образовательных целей;
- в методических материалах для педагогов-психологов указывают всех авторов и источники, что обеспечивает прозрачность и соблюдение академических норм.

## 12. СВЕДЕНИЯ О ПРАКТИЧЕСКОЙ АПРОБАЦИИ ПРОГРАММЫ.

Практическая апробация заявленной программы по психологической профилактике проведена с 12 мая 2025 г. по 24 мая 2025 г. в ФГБОУ ВО «Херсонский государственный педагогический университет» в рамках курсов повышения квалификации «Психолого-педагогические и организационные основы инклюзивного высшего образования в рамках ФГОС».

В апробации приняли участие группа специалистов преподавателей и педагогов-психологов (50 чел.) и представители целевой группы – лица с ОВЗ с нарушениями коммуникации (15 чел.)

По результатам апробации программа признана успешной по следующим показателям:

Реализуемость: Программа выполнена на 90% от запланированного объема.

Принимаемость: Более 90% участников оценивают программу положительно (по итоговой анкете обратной связи). Отсутствуют негативные эффекты (отказы от участия, повышение тревожности).

По данным наблюдения положительная динамика наблюдается у 70% участников.

## 13. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Глубинная психология. Агрессия: психодинамическая теория и феноменология: [Монография] / Т.С. Яценко, А.В. Глузман, А.Э. Мелоян, Л.Г. Туз; Под ред. Т.С. Яценко. – К. : ВИЦА ШКОЛА – XXI, 2010. – 271 с.

2. Глубинная психология. Тенденция к психологической смерти: диагностика и коррекция (на рус. языке) / Т. С. Яценко, А. В. Глузман, И. В. Калашник; Под ред. Т. С. Яценко. – К. : ВИЦА ШКОЛА – XXI, 2010. – 231 с.

3. Каткова А.С. Особенности психолого-педагогического сопровождения детей с ОВЗ в инклюзивном образовательном пространстве // WORLD SCIENCE: PROBLEMS AND INNOVATIONS: сборник статей XIII Международной научно-практической конференции / Под общ. ред. Г.Ю. Гуляева – Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение». 2017. – С. 214-216.

4. Некрут Т.В. Глубинное познание внутренних противоречий обучающихся с ограниченными возможностями здоровья: монография – Симферополь: ИТ «Ариал», 2017. – 436 с.

5. Теория и практика глубинной психокоррекции. Первая Авторская школа академика АПН Украины Т. С. Яценко [Текст] : учеб. пособие / МОН Украины, МОН АРК, РВУЗ КГУ (г. Ялта), Центр глубинной психологии КГУ и АПН Украины ; ред. Т. С. Яценко ; сост. С. М. Аврамченко. – Донецк : ДИПиП, 2008. – 268 с.

6. Теория и практика глубинной психокоррекции. Вторая Авторская школа академика АПН Украины Т. С. Яценко [Текст] : учебно-методическое

пособие / МОН Украины, МОН АРК, РВУЗ «КГУ» (г. Ялта), Научно-исследовательский центр глубинной психологии АПН Украины ; ред. Т. С. Яценко ; сост. А. В. Глузман. – Ялта : РИО КГУ, 2009. – 221 с.

7. Теория и практика глубинной психокоррекции. Третья Авт. школа академика АПН Украины Т. С. Яценко [Текст] : учебно-методическое пособие / МОН Украины, МОН АРК, РВУЗ «КГУ» (г. Ялта), Научно-исследовательский центр глубинной психологии АПН Украины ; ред. Т. С. Яценко ; сост. А. В. Глузман. – Ялта : РИО КГУ, 2010. – 200 с.

8. Теория и практика глубинной психокоррекции [Текст] : Четвертая и Пятая авторские школы академика НАПН Украины Т. С. Яценко / МОНМС Украины, МОНМС АР Крым, Нац. пед. ун-т им. М. П. Драгоманова, РВУЗ «КГУ», Научно-исследовательский центр глубинной психокоррекции ; ред. Т. С. Яценко ; сост.: В. П. Андрущенко, А. В. Глузман. – К. : Изд-во НПУ им. М. П. Драгоманова, 2012. – 275 с.

9. Теория и практика глубинной психокоррекции: Шестая Авторская школа академика НАПН Украины Т. С. Яценко / Сост.: В. П. Андрущенко, А. В. Глузман. / Под ред. Т. С. Яценко. – К. : Изд-во НПУ имени М. П. Драгоманова, 2012. – 226 с

10. Теория и практика глубинной психокоррекции: Седьмая Авторская школа академика НАПН Украины Т. С. Яценко / Сост. В. П. Андрущенко, А. В. Глузман / Под ред. Т. С. Яценко. – К. : Изд-во НПУ имени М.П. Драгоманова, 2013. – 236 с.

11. Усатенко О.Н. Научная школа Т.С.Яценко: достижения и перспективы// Гуманитарные науки. – 2017. – Вып. 4(40). – С. 46-55.

12. Усатенко О.Н. Система психологических защит: глубинно-психологический подход к проблеме психологического здоровья// Проблемы психологического здоровья личности: коллективная монография. – Уфа: Аэтерна, 2018. – С.127 – 137.

13. Яценко Т. С. Психоаналитическая интерпретация комплекса тематических психорисунков (глубинно-психологический аспект) / Т. С. Яценко (и др.) – М. : СИП РИА, 2000. – 193 с.

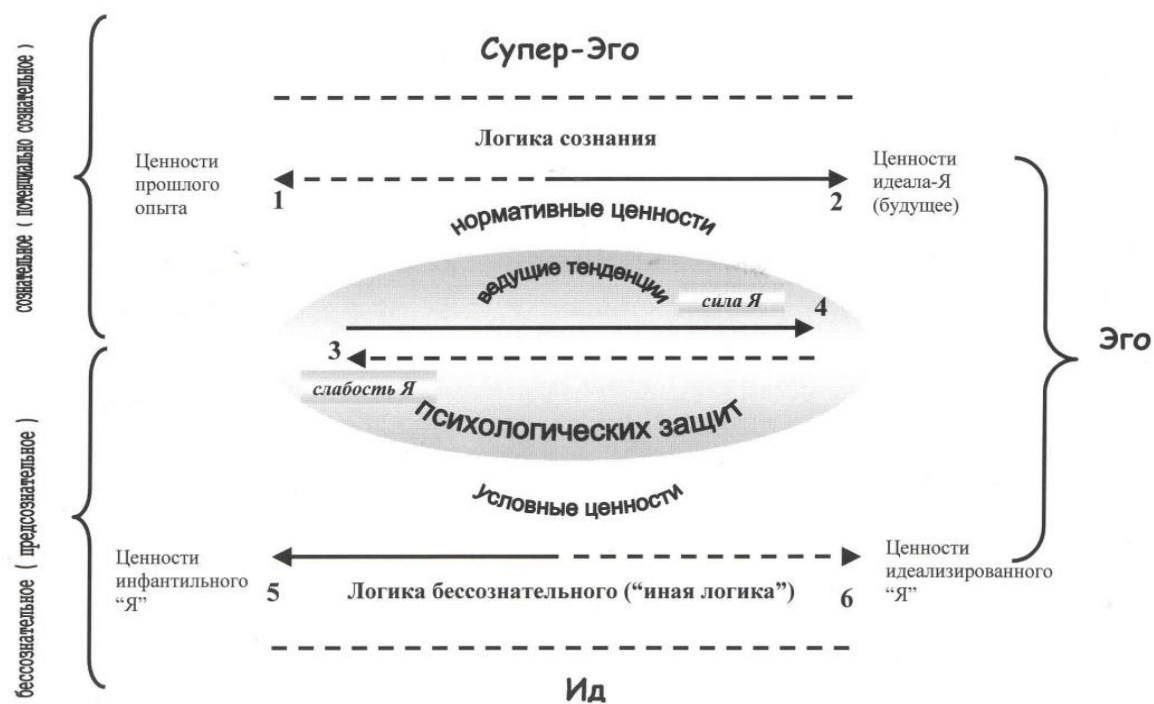
14. Яценко Т.С. Активная социально-психологическая подготовка учителя к общению с учащимися: Кн. для учителя. – К. : Освіта, 1993. – 208 с.

15. Яценко Т. С., Глузман А. В. Методология глубинно-коррекционной подготовки психолога [Текст] / Т. С. Яценко, А. В. Глузман, – Ялта : Республиканское высшее учебное заведение «КГУ», 2014. – 410 с.

## 13. ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1.

#### Модель внутренней динамики психики (Т. С. Яценко)



## Приложение 2.

### Факторы, способствующие интеграции группы

Развитию сплоченности группы способствует открытое, откровенное высказывание чувств и мыслей по поводу того, что происходит в группе. При этом важно, чтобы участники обучения не боялись высказывать как позитивные, так и негативные реакции на то, что происходит. Правдивый обмен информацией, чувствами, а также правильная реакция руководителя на критические замечания имеют большое значение для развития чувства принадлежности к группе. Сплоченность в ней обеспечивает такую атмосферу, когда открытое проявление эмоций не нарушает чувство близости и эмоционального тепла, когда присутствует психологическая защищенность, а это снимает напряжение, способствует более глубокому взаимопониманию.

**«Размораживание».** Эффективность обучения в большей степени определяется тем, как «снимаются маски» и ослабляется стереотипность поведения, а также как воспринимаются принципы обучения в группе глубинной психокоррекции. Процесс усиления желания и готовности к обучению можно назвать «размораживанием». Его залогом выступают такие ранее названные принципы как: принятие в группе, обращение друг к другу на «ты» и по имени, свободное размещение по кругу, удобная позиция, расслабление, отсутствие системы наказаний и поощрений. Все перечисленные факторы ослабляют систему привычных стереотипных форм поведения и открывают возможность для эффективного обучения.

**Психологическая безопасность.** Групповая работа проходит эффективнее при наличии в ней психологической безопасности. Ситуация непринужденности, непривычность обстановки, своеобразие принципов функционирования группы, новый опыт – все это оказывает значительную нагрузку на участников группы. Однако, некоторое напряжение, которое усиливает чувствительность, способствует эффективному обучению; когда же его интенсивность слишком велика, это актуализирует ситуативную «психологическую защиту» и мешает продуктивному включению в процесс группового обучения. Важно обеспечить спонтанность поведения присутствующих. Атмосферу психологической безопасности создает соблюдение *этических норм работы группы*.

**Атмосфера доверия и поддержки.** Для установления психологического климата доверия в группе необходимо, чтобы каждый ее член почувствовал возможность быть самим собой, убедился в том, что его никто не собирается оценивать и изменять. В атмосфере доверия человек более склонен к откровенности и искренности, сообщению другим рискованной для своего «Я» информацию, чем в случае ожидания суровых оценок и осуждения. Для создания такой атмосферы приходится с самого начала преодолевать противодействие, которое провоцируется внутренней тревогой членов группы. Руководитель должен стремиться объективировать и исследовать этот страх. С этой целью можно предложить участникам выбрать партнеров, с которыми они могли бы поговорить о своих тревогах безопаснее, чем

рассказывать о своих волнениях всей группе. Если чувство доверия не будет развито в группе, то в процессе обучения могут возникнуть серьезные проблемы.

Взаимное доверие вырабатывается в условиях, когда есть возможность выражать свои чувства, независимо от того, позитивные они или негативные, и не бояться критики. В противовес этому скрытая вражда и подозрительность, нежелание говорить о своих чувствах являются показателями отсутствия доверия. Иногда это проявляется в попытках участников спрятаться за абстрактными размышлениями, в долгих обсуждениях проблем других членов группы, а также в нежелании сконцентрировать внимание на себе. На начальных стадиях работы группы участники глубинной психокоррекции ждут, что руководитель решит за них, что им делать и исследовать. Самораскрытие в этот период имеет поверхностный и спланированный характер, открытое поведение почти отсутствует.

Развитие способностей участников глубинной психокоррекции к «принятию» друг друга является важным фактором в создании атмосферы доверия. Обучаясь «принятию», члены группы меньше критикуют, исправляют высказывания других, меньше оценивают друг друга. Для установления атмосферы доверия необходимо, чтобы кто-то первым пошел на риск или сделал жест доверия. Когда рискованные действия будут поддержаны искренним принятием, благодарностью и помощью, это усилит чувство близости в группе, будет способствовать увеличению доверия. Сплоченность может быть усилена с помощью такого упражнения: все участники по очереди испытывают свои возможности руководить группой.

Группа глубинной психокоррекции предусматривает недирективную позицию тренера, которая стимулирует сотрудничество, активизирует обсуждение вопросов, поднятых членами группы по собственной инициативе. Кроме того, в группе не должно доминировать взаимодействие «руководитель – член группы». Лучшим вариантом является взаимодействие «участник – участник». Создание сплоченности группы и атмосферы взаимного доверия может стать залогом решения споров и конфликтов. При этом желательно стремиться к осознанию всеми участниками как истоков и самого факта конфликта, так и откровенной проработки в группе возникших противоречий.

Организовывая группу глубинной психокоррекции, руководитель не ставит главной целью сделать ее привлекательной для тех, кто обучается. Но практика показывает: если человек начинает чувствовать, что его воспринимают таким, какой он есть, если на занятиях устанавливается атмосфера поддержки, близости, доверия, эмоционального тепла, то у него возникает чувство деловой привлекательности группы, что позитивно влияет на результаты обучения.

**Спонтанность группового процесса.** В группе глубинной психокоррекции важно достичь как спонтанности, так и руководства актуальными взаимоотношениями и событиями. Более того, целью руководства процедурой глубинной психокоррекции является обеспечение спонтанности межличностных отношений, которые представляют собой



конкретно-смысловой аспект группового обучения. Управление групповым процессом – это прежде всего управление динамикой глубинной психокоррекции.

Руководитель группы должен иметь теоретическую концепцию понимания механизмов данного обучения и развитых способностей процессуальной психодиагностики личностных причин трудностей в общении. В связи с этим возникает необходимость уточнения представлений об отсутствии формальных и стандартных проявлений управления группой глубинной психокоррекции, особенно на первых занятиях.

Чувство неопределенности может возникнуть и у руководителя-новичка, которому еще трудно синтезировать в единое целое тактическую и стратегическую линии в управлении группой глубинной психокоррекции.

Необходимо отличать недирективную позицию руководителя, отсутствие авторитарных распоряжений от поведения своеволия, бесконтрольной стихии, которая тормозит групповую динамику, направленную на интеграцию. Важно, чтобы руководитель четко представлял себе основные стратегические линии развития группы, а также те методические приемы и способы, которые помогут достигнуть индивидуализированного эффекта обучения каждого участника глубинной психокоррекции.

В самом начале занятий уместно только в общих чертах обсуждать возможный эффект работы группы глубинной психокоррекции, но ориентированные цели в индивидуально-личностном и профессионально-педагогическом плане определить необходимо. Если в группе нет четких целей, вместе оговоренных и поставленных, то может появиться недоброжелательность в отношениях между ее членами, которая приведет к расколу, а то и к распаду группы. Очень важно, чтобы участники глубинной психокоррекции имели возможность удовлетворить свои групповые и профессионально-педагогические желания и цели. Группа будет действовать успешнее, если участники обучения не будут стремиться к решению всех своих социальных проблем, определенных утилитарных целей; не будут рассчитывать на то, что сумеют преобразовать себя в готовую, завершенную «модель».

Руководитель группы обязан помочь участникам глубинной психокоррекции понять, что процесс их самосовершенствования непрерывный и обучение в группе только будет содействовать самопознанию, углублению собственной компетентности в вопросах психодиагностики и приемов оптимизации психологических способностей к общению и познанию других. Все это помогает не только достигнуть определенного результата в группе, но и овладеть способностью приобрести новые рефлексивные знания путем анализа ситуаций общения в последующей жизни. Обучение в группе глубинной психокоррекции может усложняться разными формами поведения его участников, о которых – ниже.

*1. Попытка давать советы.* В группе принято говорить о своих переживаниях, эмоциях, чувствах, которые вызваны поведением того или

иного члена группы, но нежелательно давать советы. С этой целью можно обговорить вопрос: «Чем отличается обратная информация от советов?», «Чем отличается понятие «оказать помощь» от «дать совет» в обычном понимании?».

2. *Острая реакция некоторых членов группы на негативные эмоции*, которые переживает кто-то другой (слезы и т. п.). Можно снизить уровень напряжения шуткой, оказанием поддержки другому. Иногда это делается способом, который называется «накладыванием повязки». Руководителю группы следует дифференцировать внешние проявления жалости («наложение повязки») и настоящую заботу и сочувствие (эмпатию). Члены группы должны понять, что «накладывающая повязку», они, возможно, заботятся главным образом о себе. Это требует от руководителя опыта, высокой эмоциональной чувствительности и инструментальных способов работы.

3. *Возможность недоброжелательного поведения*, корректировка которого в группе является довольно трудным делом. Ведь вражда и недоброжелательность редко проявляются открыто, в большинстве случаев это происходит не прямо, а окольно, завуалированно (острые замечания членов группы, колючие шутки, тактика «колючек», пропуски заседаний группы, опоздания, демонстрация скуки, отход от работы группы с видом безграничной тактичности и доброжелательности, которая мешает реализации принципов искренности, философствования, размышления на свободные и повседневные темы и т. п.). Активизация работы оппозиционно настроенных членов группы связана с трудностями и требует от ведущего большого мастерства. Преодоление чрезмерной «защитной» активности выполняется некоторыми участниками глубинной психокоррекции лучше тогда, когда они не проявляют сопротивления в случае получения обратной информации. Если человек бурно реагирует на обратную связь, то с ним можно «заключить контракт» об отсрочке во времени реакции на услышанные неприятные высказывания. Если в группе будут исследованы причины напряжения, тревоги, неудовлетворенности, то враждебность может быть уменьшена.

4. *Проявление зависимости одних членов группы от других* порождается комплексом неполноценности. Тот или иной член группы нередко не только по-детски держится за руку другого члена группы, но и попадает под его сильное влияние, что не есть прогрессивным. Эта зависимость нередко является подтверждением недостаточной зрелости субъекта. И такому члену группы бывает нелегко помочь. Например, человек просит помощи – группа дает обратную информацию, но он не способен самостоятельно ее проанализировать и сделать выводы. Поэтому чаще всего от него можно услышать ответ: «Да, но...» При этом сочувствие, которое ему высказывает группа, мало помогает, потому что он не умеет воспользоваться этой информацией и даже советом, поскольку, независимо от содержания рекомендаций, старается доказать, что ему это не подходит. Важно научиться отстраняться от таких болезненных потребностей поддержки.

5. *Тенденция к теоретизированию, философствованию* проявляется чаще всего на первом этапе, когда сохраняется восприятие глубинной

психокоррекции как традиционной формы обучения, когда доминирует стремление показать себя «с хорошей стороны» перед преподавателем и студентами. Это нередко отвлекает от плодотворной работы, и иногда приходится прилагать много усилий, чтобы заставить таких участников занятий поверить в серьезность того, что происходит в группе. Случается, что под конец работы группы именно они жалеют по поводу быстрого окончания занятий.

6. Тенденция к «навешиванию ярлыков» на отдельных членов группы («философ», «осел», «монополист», «рассказчик» и т. п.). Поскольку на занятиях предоставляется свобода для демонстрации своего поведения, это действительно может вызвать подобные ассоциации. И руководителю следует помнить: задание группы не в закреплении у человека стереотипа неэффективного способа общения, а в оказании ему помощи в конструктивных изменениях и развитии. Нельзя также забывать, что каждый человек является чем-то большим, чем, скажем, «рассказчик», «групповая мать» и пр., необходимо помочь участникам глубинной психокоррекции увидеть это.

Глубинную психокоррекцию осложняют и такие моменты:

«защитные» реакции, которые особенно усиливаются при отсутствии (или ослаблении) чувства психологической защищенности и безопасности в группе;

недостаток психологических знаний для понимания эмпирического материала;

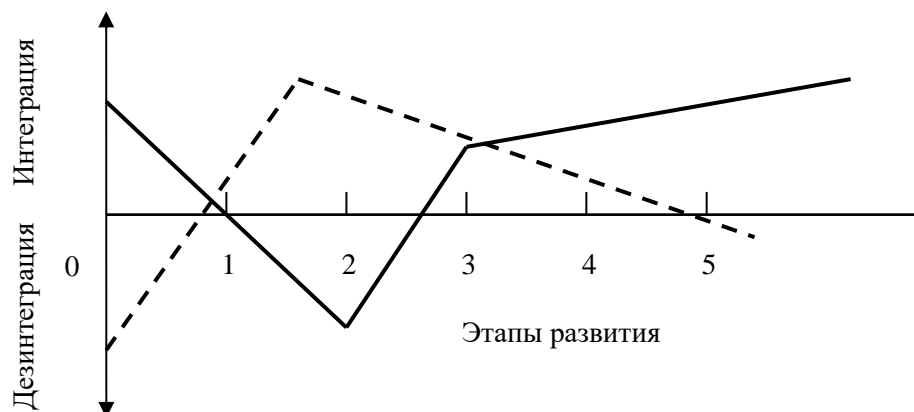
противодействие ослаблению внутренних барьеров, стереотипов;

поиск быстрых, легких, готовых ответов на сложные психологические проблемы и вопросы;

расхождения между ожиданиями субъекта (члена группы) и тем, что он получает в ней (нередко это могут быть утилитарные наставления: вооружиться системой коммуникативных способов с целью лучшего влияния на других для достижения своей цели). Групповой процесс направлен на поиск причин личностных проблем в самом субъекте, характере его жизненного опыта. Надежды, с которыми субъект приходит в группу, могут быть просто нереальными. В частности, возлагаются надежды на то, что все будет сделано «за меня» и «я выйду готовеньким». Члены группы часто не понимают, что путь совершенствования процесса общения необычайно сложный, поскольку связан с личностными изменениями, которые требуют определенных усилий со стороны самого субъекта.

### Приложение 3.

#### График взаимозависимости между процессами дезинтеграции и интеграции в группе глубинной психокоррекции



0 — начало занятий;

—— индивидуально-личностный аспект;

1 – 3 — период регулярных занятий;

---- групповой аспект

4 – 5 — «послегрупповой» период.

Т.С. Яценко графически изображена теоретическая модель функциональных особенностей механизмов позитивной дезинтеграции и вторичной интеграции на более высоком уровне развития и взаимосвязей между ними.

На графике отражена взаимообратная зависимость между процессами, происходящими в группе, и в индивидуально-личностном плане. Как видно из графика, тенденция личностной дезинтеграции особенно возрастает к середине рабочей стадии, а дальше начинают доминировать интеграционные процессы. Это совершенно не означает, что где-то, в какой-то период интеграция или дезинтеграция существуют автономно одна от другой они всегда идут в паре. Однако есть все основания говорить о доминировании (или ведущей роли) одного или другого, а также о разнице в интенсивности этих процессов.

Если индикатором дезинтеграции являются эмоциональные состояния субъекта (удивление, тревожность, стыд, обида, чувство «потери почвы под ногами», эффект «душной ночи», неудовлетворенность собой и пр.), то показателем интеграции на более высоком уровне развития является расширение самосознания, способность к самоанализу, к рефлексии, сензитивность, понимание роли детства в определении глобальных жизненных установок, способность к аутопсихокоррекции и пр.

При этом очень важно обеспечивать положительный характер дезинтеграции и избегать негативного ее характера. Чаше это влечет за собой актуализацию ситуативных форм «защиты». Этому может содействовать

ситуация, когда руководитель специально старается вызвать агрессию на себя. И большинство присутствующих уверены, что групповая поляризация является необходимостью. При таких условиях они не осознают важности общности целей группы и руководителя. Вся психокоррекция последовательно должна пробуждать конструктивные проявления энергии (либидо), а не деструктивные, разрушительные (мортидо). В группах, сориентированных на поляризацию взаимоотношений, недостаточно понимают функциональные особенности «психологических защит», которые легко актуализируют недоброжелательность во взаимоотношениях.

Психологическая защищенность нейтрализует эмоциональный уровень переживаний участников занятий. Развитие умений объективного анализа группового материала и самопознания сближает руководителя группы и ее членов. Поэтому интеграция группы, согласно методическим основам глубинной психокоррекции, выражается в гармонизации усилий всех членов группы в овладении спецификой и особенностями проявлений периферической защитной системы субъекта и логикой бессознательного, которая является когнитивной основой базовых (личностных) «защит», влияющих на магистральные жизненные его наставления. Овладение участниками обучения основами психологического анализа материала необходимо как для обеспечения результативности в глубинной психокоррекции, так и для того, чтобы навыки анализа сохранились и помогали в жизненной ситуации общения, способствовали постоянному расширению рефлексивных знаний. Поэтому понятие конечного результата работы группы глубинной психокоррекции является относительным.

## Приложение 4.

### Результативность психокоррекционного процесса в группе глубинной психокоррекции

Вся психокоррекционная работа направлена на углубление и расширение социальной компетентности участников обучения, исследование детерминированности их личностных проблем предыдущим жизненным опытом, который у каждого субъекта оставил свой след, отпечаток на бессознательной сфере. К общим изменениям относятся:

- развитие способностей к аутопсихотерапии и сензитивных способностей восприятия информации, важной для понимания себя и других (речь идет об умении выделять «фигуру» и «фон» в социально-перцептивном материале);
- усвоение оптимальных умений общения, а именно – умения принимать человека (и себя) таким, какой он есть, понимать когнитивные предпосылки возникновения разных эмоциональных состояний, коррелировать их с базовыми формами защиты, адекватно определять свой вклад в возникновение непонимания с другими людьми, видеть стереотипно-деструктивные тенденции поведения, которые не являются продуктивными для общения, и определять для себя причины «сбоев», связанных с тем, что было заложено в детстве, особенностями процесса социализации;
- приобретение лабильности нервных процессов и гибкости поведения;
- умение адекватно оценивать ситуацию общения, прогнозировать тенденции ее развития и управлять ею;
- развитие психологической ответственности за свое поведение;
- отказ от «подпорок» – психологических «костылей», создание способности психологической защищенности, которая базируется на глубинном понимании своих защитных (автоматизированных) тенденций, нейтрализации их императивного влияния на поведение;
- развитие умения преобразовать себя в объект исследования и психологических умений чувствования и анализа значимой для себя ситуации общения, способности к глубинной рефлексии инфантильных истоков личностной проблематики, умению ретроспективного анализа истории собственной жизни и прошлого опыта общения с людьми;
- умение объективировать «запрограммированность» собственной психики;
- понимание собственного (неосознаваемого до глубинной психокоррекции) «жизненного плана» и вместе с тем – воспитание способности удерживать себя от рабского следования «программам детства».

Вышеперечисленное способствует развитию возможностей в понимании себя и взаимоотношений с людьми.

Психокоррекционный процесс в группе глубинной психокоррекции имеет свою существенную специфику, которая выражается в целостности и единстве всех методических приемов, в познании целостных проявлений

психики участников обучения своей эмоциональной, когнитивной и бихевиоральной сферами. Поскольку глубинная психокоррекция ориентируется на глубинные аспекты психики человека, его бессознательные проявления, особую ценность приобретает спонтанность и непринужденность поведения, когда познается внутренняя детерминированность поступков. Поэтому в группе глубинной психокоррекции минимизируется формальная структурированность всех процедур, приемов и предложений руководителя. Участник такого обучения получает возможность изучения когнитивно-семантических предпосылок собственной личностной проблемы и развивает умения воспользоваться приобретенными рефлексивными знаниями для самопознания в реальной действительности и внесения желаемых корректив в собственное поведение.

Процесс глубинной психокоррекции помогает субъекту рефлексировать иллюзорные потребности собственного «Я» и способы их достижения, а также апробировать новые формы поведения на завершающем этапе работы группы в соответствии с приобретенными знаниями. Такое обучение повышает психологическую культуру субъекта, психологическую защищенность и психологическую силу. Прохождение тренинговой группы субъектом способствует обогащению социально-перцептивного интеллекта, расширяет компетентность в области общения, развивает эмпатию и сензитивность, группа глубинной психокоррекции еще обучает способам психоанализа и глубинного познания психики – собственной и другого человека.

## Приложение 5.

### Методические требования, общие для участников и руководителя группы глубинной психокоррекции

Учитывая, что руководитель группы глубинной психокоррекции является одновременно и ее членом (принцип равенства), на него распространяются основные групповые нормы взаимодействия. Руководитель должен своим поведением в группе представлять идеальную модель члена группы, то есть он должен подчиняться определенным общим с членами группы требованиям. Остановимся на таких требованиях более детально.

**Обратная связь.** Желательно говорить другому члену группы о том, как эмоционально воспринимается контакт с ним, какие чувства вызывает его поведение. Обратная связь должна касаться тех особенностей личности субъекта, которые он способен изменить; будет достигнут большой обучающий эффект, если высказывания будут касаться тех чувств, которые вызывает поведение другого. Обратная связь подходит только при отсутствии оценок, советов.

Участников глубинной психокоррекции необходимо обучать пониманию того, что происходит не только в группе, а и у них самих в процессе обучения. Это способствует глубокому самоисследованию. Важно, чтобы участники поняли: групповая психокоррекция – это не место приятного, бездумного проведения времени, а лаборатория, которую можно использовать для самоисследования, и главным в работе группы является оптимизация общих и профессиональных способностей общения. Если руководитель не будет уделять внимание этим вопросам, члены группы могут работать без энтузиазма над личностными изменениями, и им сложно будет определить правильное направление, они будут ограничиваться ситуативным чувством эмоционального подъема.

Приемы эффективного поведения в группе демонстрируются поведением руководителя. Это поддержка, блокирование (конфронтация), постановка вопросов, активное слушание, оценивание, сопереживание и пр.

Необходимо приучать членов группы быть активными участниками группового процесса, а не его наблюдателями. Активно слушать – означает быть внимательным к другим людям в процессе общения, а это больше, чем просто прислушиваться к словам того, кто говорит. Это не только «слушание», а и «видение», это учитывание жестов, мимики, изменений интонаций голоса, выражения лица, улавливание психологического (и семантического) подтекста, интуитивное чувство того, о чем человек не может или не хочет сказать. Желательно прояснить каждому участнику причины, которые мешают ему уделять определенное внимание другому человеку. Вот некоторые из таких причин: неполное слушание, углубление в обдумывание ответа, чрезмерная занятость собой или тем, какое необходимо произвести впечатление в данной ситуации, оценка собеседника, неумение поставить себя на его место, отсутствие способности к сопереживанию и пр.

Необходимо также знать, что может тормозить активное участие в



работе группы глубинной психокоррекции. Прежде всего, это боязнь открыть перед другими свои негативные стороны. Поэтому очень важно помочь участникам глубинной психокоррекции отойти от оценки категорий и открыть в себе новые позитивные стороны, что будет стимулировать их самораскрытие. Характерной особенностью групповой психокоррекции является то, что работа происходит в условиях центрации внимания на **позитивном потенциале личности**. Наряду с этим ставится и такое требование к поведению членов группы, как способность идти на конфронтацию.

**Конфронтация** – это важный момент в работе группы. Практика показывает, что необходимо научить умению идти на столкновение, но с сохранением взаимоуважения. В группе часто с осторожностью идут на конфронтацию, боясь обидеть кого-то, натолкнуть на негативную обратную связь (это касается как членов группы, так и некоторых, особенно начинающих, руководителей групп). Случается, что отдельные участники группы глубинной психокоррекции стараются атаковать или критиковать других. Такое поведение обязан блокировать руководитель. Конфронтация – один из важнейших специфических факторов процесса общения и развития как отдельных участников, так и группы в целом. Задание руководителя – научить своим примером идти на конфронтацию. Конечно, это требует определенного стиля поведения, истинной доброжелательности, искренности, внимательности и мастерства.

Конфронтация уместна в том случае, когда поведение субъекта нарушает принцип функционирования группы или является демонстративным. Руководитель должен учитывать, что мотивом конфронтации в группе не всегда выступает желание оказать помощь. Причиной этого может стать скука, стремление доминировать, желание отомстить кому-то или выход из обсуждения собственной проблематики.

Руководитель может блокировать чересчур частые вопросы зондирующего характера, «сплетни», резкое, бесцеремонное вмешательство в интимный мир другого человека, разглашение тайны группы – нарушение принципа конфиденциальности – и отдельных ее членов. При этом, однако, необходимо сохранять общее позитивное отношение к личности. Необходимо помнить, что целью конфронтации является развитие субъекта, а не объективирование его недостатков.

**Умение задавать вопросы.** Вопросы часто бывают формой отвлечения от собственных переживаний и могут мешать работе других членов группы. Это следует предотвратить, поскольку именно безличностный способ обращения может выступать своеобразным защитным щитом своей «безопасности» и проявлением непродуктивной формы поведения. Вопросы могут мешать процессу группового обучения, если их задают в неподходящий момент, чтобы выяснить подробности или причины того, почему человек переживает то или иное чувство. Такое поведение желательно исследовать в группе и дать понять человеку, что его стиль может быть продиктованным желанием спрятаться, остаться для группы непознанным и быть «в

безопасности». Члены группы должны понять, что те, кому адресуются вопросы, могут из-за них потерять остроту эмоционального переживания, поскольку вопросы стимулируют к размышлениям.

**Умение оказывать поддержку**, прежде всего, заключается в определении момента ее уместности. Только при таком условии она может иметь обучающий эффект. Общей ошибкой может быть поспешность оказания поддержки, прежде чем участник глубинной психокоррекции успеет пережить внутренний конфликт или какую-то эмоцию. Такая поддержка, спровоцированная добрыми мотивами, может помешать регулированию эмоций, по которым должны сложиться определенные выводы. Вторая опасность заключается в демонстративно-игровом поведении, которое может закрепить некоторые непродуктивные тенденции в группе. Поддержка уместна в случае кризисного состояния или когда участники обучающей группы решаются на психологически рискованный для них шаг.

Неоправданная поддержка закрепляет инфантильность, неспособность к самостоятельности.

**Установление взаимной связи.** В группе глубинной психокоррекции поощряется связь между членами группы, а не между ними и руководителем. При этом участники глубинной психокоррекции развивают в себе способность соотносить действия одного члена группы с реакциями (переживаниями, волнениями) другого. Понимание того, что у участников глубинной психокоррекции есть общие переживания и волнения, укрепляет связь между участниками и способствует сплоченности группы.

**Сопереживание.** Развитие этого качества заключается в умении чувствовать и понимать мир другого, в значительной степени способствует процессу группового обучения. Для этого членов группы следует активно слушать, проявлять взаимное внимание и заботу, уважение друг к другу, а также дешифровать как невербальные (бессловесные) сигналы, так и вербальные сообщения.

Руководитель группы обязан остерегаться «растворения» своей личности в групповых проблемах, а также обременения группы своими собственными проблемами. Искусство сопереживания заключается в то же время в способности сохранять собственную индивидуальность. Свободная эмоциональная экспрессия как форма эмоционального реагирования не является самоцелью. Следует назвать некоторые основные признаки сплоченности в группе глубинной психокоррекции: высокий уровень доверия, регулярные посещения занятий, пунктуальность, степень эмоциональной поддержки, подбадривание и забота о других в процессе взаимодействия, инициатива в поведении, широта сотрудничества между членами группы и пр.

**Познавательная обработка опыта**, приобретенного в группе глубинной психокоррекции. Важно, чтобы члены группы осознавали необходимость интегрирования функций мышления и чувств в процессе группового познания. Последнее отличается от традиционного в первую очередь своим эмоциональным аспектом, и некоторые руководители слишком подчеркивают эту специфику. В результате могут остаться в тени

познавательные аспекты, обеспечить которые можно только через мышление и развитие способностей к анализу, синтезу и принятию решений. Рассмотрение этого вопроса уместно проводить в группе. Желательно, чтобы в процессе обучения участники глубинной психокоррекции овладели новыми познавательными понятиями, которые могли бы помочь им проникнуть в глубинные аспекты психики.

В групповой психокоррекции важно, чтобы участники не только переживали и чувствовали эмоции, а и понимали причины их возникновения. Этому способствует такой прием, как **интерпретация**, то есть объяснение поведения. Если найти объяснения, адекватные проблемам, которые переживают члены группы, это может оказаться очень полезным для них. Кроме того, свое предположение руководитель может высказать в виде предчувствия, предположения, которое потом (если оно правильное) обязательно натолкнет членов группы на размышления.

Близким к интерпретации является **умение подводить итог** группового процесса обучения. Сложность, многогранность и многозначность требуют периодического подведения итогов, обобщения, что способствует определению направлений дальнейшей работы.

Научившись понимать психологическую сущность того, что происходит в группе, участники смогут видеть ситуацию общения и в жизни. Оценивая свои рациональные выводы, достижения, члены группы сумеют определить изменения, которые могут произойти дальше в их психике, понять, насколько они необходимы. В этом им помогает руководитель, его пример тоже имеет значение. Важно, чтобы он после каждого занятия анализировал «для себя» результаты обучения, фиксировал изменения в личностном «портрете» отдельных членов группы, в их отношениях, изменения в динамике группы в целом, определял, что необходимо сделать на следующем занятии или в перспективе работы.

Групповая психокоррекция будет успешной только при условии анализа того, что происходит, анализа, который бы оптимально интегрировался с чувствами. Когда член группы анализирует, исходя только из интеллектуальной заинтересованности, возникает опасность «игры в интеллектуальность». Важно, чтобы участники глубинной психокоррекции осознали то, чем они занимаются. Здесь руководитель должен проявить большую компетентность, чтобы не перепутать «игру в интеллектуальность» с феноменом интеллектуального развития, полезного для обучения. Начинаящий руководитель, конечно, не всегда имеет полную модель группового процесса глубинной психокоррекции, поэтому ограничивается простым, прямолинейным, «эхообразным» отображением. В своем крайнем проявлении отображение может превратиться в лишенный всякого содержания звон. Профессиональное «эхо» помогает человеку по-новому посмотреть на некоторые стороны своего поведения благодаря тому, что было обращено внимание на какое-то важное, но мало осознаваемое им содержание его собственного высказывания.

Участие в занятиях и одновременно наблюдение за тем, что происходит

вокруг – одно из сложнейших и важнейших для руководителя заданий в группе глубинной психокоррекции. На начальных этапах работы члены группы или способны принимать участие в ситуациях, или углубляются в себя («отход от группы»). В процессе обучения они постепенно приобретают умение быть активными участниками процесса группового обучения глубинной психокоррекции и вместе с тем наблюдателями своего поведения и поведения других людей. Сложность приобретения такого умения связана с тем, что в повседневных межличностных отношениях «мир действий» и «мир познания» для субъекта, как правило, разделены. В группе глубинной психокоррекции возникает симультанность этих процессов, благодаря постоянному анализу непосредственных актов повседневного общения. Это развивает наблюдательность, поскольку перед членом группы постоянно возникает проблема высказывания своих впечатлений и чувств, вызванных тем, что происходит.

Члены группы должны научиться **брать на себя ответственность** за самостоятельное решение своих трудностей, проблем, также за использование опыта, приобретенного на занятиях в группе. Это в значительной степени способствует увеличению социальной зрелости индивида.

**Умение воспринимать человека таким, какой он есть.** Руководитель обязан (прежде всего на примере своего поведения) установить безусловное позитивное отношение к личности участника глубинной психокоррекции в целом, даже при конфронтации с отдельными проявлениями его поведения, которые подлежат изменению; ориентироваться на то, каким человек может стать, независимо от того, с какими проблемами он сегодня сталкивается. Поскольку самооценка (и отношение к себе) являются зависимыми от полученных оценок, непосредственным следствием **принятия** человека группой станет повышение уровня адекватности его самооценки, что, в свою очередь, обуславливает изменение его отношения к остальным членам группы, готовность к взаимопониманию, сотрудничеству и взаимопомощи. Одновременно начинают формироваться тенденции сплоченности на основе чувства единства с группой, а сопереживания наполняются более глубоким содержанием.

## Приложение 6.

### Требования к профессиональным и личностным качествам руководителя группы глубинной психокоррекции

#### Руководитель группы должен владеть целым рядом качеств:

- быть способным признать в группе свои ошибки и просчеты (если такие случаются) и идти на такой же риск, который он ждет от членов группы;
- в случае необходимости идти на конфронтацию с членами группы;
- действовать на основе развитой интуиции;
- быть искренним в общении с членами группы;
- исследовать свой внутренний мир;
- высказывать предостережения и надежды относительно развития группового процесса;
- делать то, что он ждет от других участников группы.

Руководителю важно владеть способностью эмоциональной включенности в процесс благодаря развитой сензитивности. Очень важной является способность «быть членом группы», то есть в каждый момент группового процесса знать, в каком эмоциональном состоянии находится тот или другой член группы. Руководитель сможет входить в более тесный эмоциональный контакт с другими, если будет способен на профессиональные реакции в группе и будет воздерживаться от сугубо человеческих. Руководителю важно перед началом занятий в группе проводить некоторое время в одиночестве. Подготовка к занятию может представлять собой размышления о членах группы и способах развития процесса группового обучения.

Дальше выделим еще ряд важных профессиональных особенностей руководителя группы, которые базируются на его личностном потенциале.

**Заботливость.** Руководитель должен быть заинтересованным в психологической безопасности тех, кто обучается. Недопустимым является злоупотребление своим положением для удовлетворения в процессе собственных деструктивных тенденций «Я», что тянет за собой использование членами группы «защитных способов» для утверждения своего «Я». Главной целью руководителя должна быть концентрация внимания на потребностях участников глубинной психокоррекции. Заботливость предусматривает внимание, доверие, умение искренне и всесторонне оценивать индивидуальность каждого человека, его личностные качества.

**Убежденность.** Некоторые руководители тренинговых групп не верят в то, что занятия могут вызвать существенные позитивные изменения, однако продолжают заниматься этой практикой. На наш взгляд, искренняя убежденность в эффективности групповой работы стимулирует участников обучения к работе, возбуждает стремление к творчеству, дальнейшему самопознанию и самосовершенствованию.

**Откровенность.** Откровенность (открытость) ведущего перед самим собой и участниками обучения в ответ на новые (не всегда приятные)

переживания, восприятие ценностей, которые отличаются от его собственных. Речь идет не о раскрытии руководителем тайн своей личности, а об искреннем восприятии своих чувств, которые резонируют на события группы. Если руководителю присуща искренность и открытость, такие ценности отношений быстро развиваются в группе: участники не боятся раскрывать, в свою очередь, искренние чувства в ответ на ситуацию «здесь и сейчас». Однако самораскрытие должно быть спонтанным и своевременным, им нельзя манипулировать, переделывать в методический прием. Преградой на пути становления вышеназванных ценностей может стать чрезмерная эмоциональная чувствительность того или другого члена группы и зависимость руководителя от позитивной информации в свой адрес, ожидания похвалы. Это все – проявление «защитного» поведения, от которого руководитель должен быть способным отказаться, а в случае проявления «защиты» исследовать ее вместе с группой.

**Психологическая сила руководителя** не означает давление на участников глубинной психокоррекции и манипулирование ими для достижения личностных субъективно значимых целей. Скорее это должно быть динамическое и жизнедеятельное его качество. Главным образом оно проявляется в способности руководителя к адекватной психодиагностике. Доверие к руководителю базируется на том, что он соответствует требованиям высокого профессионализма и производит впечатление человека, который знает, что делать, знает групповой процесс, понимает адекватно себя и других, умеет оказывать психологическую помощь. Желательно, чтобы личностные качества руководителя не раздражали присутствующих, не разочаровывали, не утомляли.

**Жизненный опыт.** Если руководитель не принимает активное участие в социальной жизни и общественной деятельности, если он не пережил сам разнообразные эмоциональные состояния, то ему труднее будет сопереживать участникам обучения в том, что ему самому неизвестно. Жизненный опыт в соединении с психологическими знаниями в значительной степени определяют успех руководства группой.

**Самопознание (знание самого себя).** Руководитель не сможет помочь другим, если не будет адекватно осознавать себя, свое «Я», включать в работу определенные свои личностные качества, ценности, чувства, мотивы, потребности и пр. Руководители с неразвитым самопознанием или те, которые боятся заглянуть в глубины собственной психики, не могут достигнуть эффекта в психокоррекционной группе. Осознание руководителем самого себя и отсутствие озабоченности и занятости во время групповых занятий является необходимым условием овладения мастерством групповой психокоррекции.

**Чувство юмора.** Очень ценится умение руководителя точно и уместно пошутить. Это может снять, снизить или ослабить напряженность в группе. Важно такие моменты использовать для усиления интегральных групповых процессов.

**Находчивость.** Постоянно поддерживать в работе группы творческий импульс может оказаться нелегким делом для руководителя-новичка.

Аналогичные трудности временами чувствует и руководитель с большим опытом, если ему очень часто приходится заниматься групповой коррекцией. Некоторые приемы превращаются для него в тормоза в его творчестве. Поэтому необходимо избегать застывших («натренированных») упражнений и приемов, которые потеряли жизненность, а также отказаться от запрограммированной презентации себя. Желательно искать новые приемы, пути получения новых впечатлений и стимулов самопознания и самосовершенствования. Особенно необходимым является творческий импульс руководителя группы глубинной психокоррекции, вся работа которого сориентирована на глубинно-психологическое познание трудностей общения субъекта (участника обучения). Умения и навыки, необходимые руководителю, приобретаются в процессе обучения, хотя каждый раз групповому процессу присуща неповторимость, а управление группой граничит с искусством понимать то, что происходит в группе, понимать время, место и тот момент, когда определенный прием будет наиболее эффективным.

## Приложение 7.

### Этические требования к руководителю группы глубинной психокоррекции

Показателем профессионализма в руководстве группой является выполнение этических норм:

1. Необходимость самому пройти групповую психокоррекцию в роли члена группы.
2. Четко понимать законы, которым подчиняются групповые процессы и индивидуально-личностные изменения.
3. Владеть методическими основами психологического влияния на другую личность, что, в первую очередь, предусматривает понимание «психологических защит».
4. Не допускать приобщения в группу людей, склонных к психологическому заболеванию.
5. Предупреждать будущих участников обучения о тех эмоциональных нагрузках, которые они могут переживать в процессе психокоррекции, а также о предвиденных результатах; разъяснять такие формы поведения, которые помогут быстрому продвижению в обучении.
6. Члены психокоррекционной группы должны осознавать, что от них зависит успешность обучения, и этому способствуют: самораскрытие и самоанализ; экспериментирование с новыми формами поведения в межличностных отношениях в группе; познание своих способностей на основе социальной перцепции; свободное высказывание своих чувств и мыслей, которые возникают «здесь и сейчас»; активное слушание другого человека, желание увидеть, понять его психологический мир; восприятие членов группы такими, какие они есть; проявление доброжелательности и чуткости друг к другу в процессе обучения; способность идти на конфронтацию при общем уважении; готовность и желание испробовать новые формы поведения; желание развития саморефлексии и сензитивности.
7. Избегать слишком резких форм работы в группе, для реализации которых у участников недостаточно подготовки и опыта или которые вызывают глубокие дезинтеграционные эффекты.
8. Защищать право членов группы на выбор, блокировать групповое давление и намерение унижения достоинства того или другого члена группы. Руководитель должен нивелировать такую деструктивную активность.
9. Умение научно и логично обосновывать необходимость использования определенного приема в группе. Быть компетентным в своих действиях. Уметь единить психодинамическую теорию с практикой. Создавать свой неповторимый стиль с опорой на теоретические принципы глубинной психокоррекции и собственный личностный потенциал, на новейшие научные достижения в этой области.
10. Быть готовым к тому, что в связи с тенденцией идентификации его могут отождествлять с кем-то из родителей. В связи с этим данную проекцию не следует трактовать как прямую идеализацию руководителя или



влюбленность в него. Эти чувства должны быть исследованы в группе и связаны с другим групповым материалом того или другого члена группы. Такая связь поможет выявить общие тенденции поведения.

11. Сохранять в тайне от посторонних содержание группового материала занятий. Можно рассказывать только о методике и процессуальной стороне событий.

12. Избегать навязывания своих ценностей и убеждений участникам обучения. Уважать их способность к независимости и самостоятельности мышления при анализе полученной в группе информации. Руководитель обязан блокировать попытки членов группы навязать свою волю другим участникам обучения и предостеречь от оказания неадекватной помощи.

13. Быть внимательным к проявлениям у отдельных членов признаков психологического истощения. Перенапряжение необходимо предупреждать, следить за режимом работы и отдыха. Если в ходе занятий проявляется болезненный симптом в поведении, то таких людей необходимо немедленно устранить от занятий (в тактичной форме) и уделить им внимание вне группы. За психологическую безопасность участников психокоррекционной группы руководитель несет ответственность.

14. Незаметно стимулировать процесс анализа группового материала участниками обучения. В конце каждого занятия желательно выделять время для высказывания присутствующими своих мыслей о занятиях, о том, что их удовлетворило, что нет, что беспокоит, что хотелось бы изменить, какую проблему хотелось бы вынести на обсуждение.

15. Подготавливать участников обучения к реализации опыта, полученного в самой жизни, где возможны негативные реакции на новообразования в поведении, потому что они будут непривычными и могут противоречить их эгоистическим интересам. Проблемы, которые могут возникнуть, уместно обсуждать в группе, апробировать новые формы поведения и пути их решения. Объяснить участникам групповой коррекции, что данная группа является своеобразной обучающей лабораторией самопознания, а нормы ее функционирования являются часто значительно более гуманными и открытыми, чем этого требует жизнь. Прямое перенесение групповых норм и принципов в жизнь недопустимо.

16. Планировать дополнительные (после завершения работы группы) заседания группы для того, чтобы вместе обмениваться мыслями о трудностях, с которыми участники обучения встретились в жизни. Руководитель призван катализировать в группе взаимопонимание, взаимопомощь и поддержку.

## Приложение 8.

### Вербальные приемы управления группой глубинной психокоррекции

Вербальные приемы управления группой глубинной психокоррекции:

1. *Приобщение группы к обсуждению определенной темы.*
2. *Обобщение материала группового обучения путем определения связей.* Руководитель должен обратить внимание членов группы на существенные моменты (опосредствованным или прямым путем), а также представлять данную информацию в приемлемой форме и в нужный момент. Это требует от него умения интерпретировать материал, соотносить уровень развития группы и каждого ее члена.
3. *Техника интерпретации материала обучения:*
  - а) подчеркивание существенного момента в высказывании члена группы;
  - б) выявление руководителем существенных аспектов поведения членов группы на основе установления связей между отдельными актами поведения. Это может происходить на фоне конфронтации, сочувствия, сопереживания, радостей, открытия нового. Главным здесь есть установление общего и различного, противоречий психики, которых участники обучения не могут видеть без посторонней помощи. Наивысший уровень профессионализма проявляет тот руководитель, который постепенно подводит членов группы к самоанализу своего поведения. Руководитель не только помогает участникам глубинной психокоррекции превращать себя на объект исследования, но и формирует у них способность учиться на собственном опыте поведения, что является залогом профессиональной подготовки.
4. *Раскрытие логики бессознательного и соотношение ее с логикой сознательного.* Важно, чтобы руководитель раскрыл внутреннюю неосознаваемую противоречивость, которая определяет личностную проблематику субъекта, показав расхождение между его желаниями и стратегией поведения.
5. *Постановка определенных заданий в группе глубинной психокоррекции.* Это может быть предложение выполнить какое-нибудь упражнение (игра, психодрама, психорисунок, социодрама); заключение договора с тем или иным участником обучения, согласно которому он должен избегать определенных форм поведения или, наоборот, испытать желаемые для себя формы в группе и вне ее границ (на время обучения) с последующим обсуждением результатов.
6. *Координация дискуссии.* Имеется в виду направление дискуссии руководителем в желаемое русло, а также синхронизация отдельных ее элементов. Руководитель обязан обеспечить последовательность и завершенность рассмотрения важных вопросов самопознания без отклонений к побочным явлениям.
7. *Обеспечение многоуровневости в исследовании личностных проблем отдельных членов группы.* При этом важно установить взаимосвязь между

проявлениями поведения каждого участника занятий и динамикой группы, уровнем ее интеграции и личностным развитием каждого присутствующего.

8. *Четкость и последовательность в руководстве, которая не допускает своеволия и одновременно обеспечивает спонтанность поведения членов группы глубинной психокоррекции.*

9. *Раскрытие участниками обучения внутренних личностных причин, которые порождают трудности в общении и внутренние разногласия.*

10. *Умение работать с «защитным поведением»:* нейтрализовать ситуативные (периферические) защиты и актуализировать базовые (личностные) проявления.

Руководитель не должен давать защитные реакции в группе, потому что они могут спровоцировать усиление «защиты» участников глубинной психокоррекции и усложнить их продвижение к более отдаленным и важным целям обучения. Кроме того, защитные тенденции усложняют руководителю адекватное восприятие взаимоотношений в группе.

Руководитель глубинной психокоррекции должен владеть приемами, которые бы одновременно катализировали индивидуально-личностные изменения участников обучения и продвигали взаимоотношения в группе к многоуровневой интеграции как важной основе позитивных результатов обучения.

## Приложение 9.

### Примеры структурированных психодраматических приемов

**1. Проигрывание самого себя.** Член группы играет самого себя в интеракции с кем-нибудь другим (или другими). Протагонист выбирает себе партнеров для игры, которые, по его мнению, близки партнерам из ситуации «там и когда-то». Далее он моделирует ту ситуацию, которую хотел бы поддать анализу в группе.

**2. Монолог.** Член группы рассказывает свою проблему. Говорит как бы сам с собой, группа не вмешивается в этот процесс. В отличие от проигрывания роли самого себя, протагонист пытается не ограничиваться акцентированием внимания на своих внешних реакциях, а скорее стремится проанализировать мотивы и инфантильные истоки поведения, внутренние чувства.

**3. Обмен ролями.** В ситуации моделирования и проигрывания конфликта протагониста его окружением используется обмен ролями: он берет на себя роль той личности, с которой конфликтует, а другой член группы играет его роль. Обмен ролями может происходить в процессе психодрамы в любой момент, важный для познания сути проблемы. Такой обмен ролями происходит по знаку, который дает руководитель. Обмен ролями способствует проникновению в чувства и способ мышления другого, а также видению себя со стороны его глазами.

**4. Зеркало.** Член группы играет протагониста, который сидит в группе и наблюдает за собой как в зеркале. Даже простое отображение конфликта может подвести его к осознанию проблемности некоторых своих реакций. В «зеркало» можно поместить и «альтер-Эго», которое будет проявлять то, что протагонист думает, а также внутренние тенденции, которые противостоят.

**5. Идеальный партнер.** Члены группы (по очереди) изображают протагонисту его партнеров, какими он хотел бы их видеть в идеале.

**6. Волшебный магазин.** Этот прием помогает протагонисту понять его настоящие стремления в жизни. Он встречается с волшебником, который предлагает ему все, что только он мог бы себе пожелать, например, здоровье, успех, счастье, гениальность, любовь, но требует, чтобы тот заплатил за это тем, что ценит в жизни. Этим обостряется внутренний конфликт протагониста.

**7. Версии.** Члены группы повторяют проигрывание ситуации в различных версиях и вариантах, которые сами же придумывают, оттеняя протагонисту тот вклад, который, по их мнению, он делает своим поведением во взаимоотношения с окружающими людьми и в ту ситуацию, которая рассматривается.

**8. Двойник (совесть).** Один из членов группы выступает в роли «альтер-Эго» протагониста, показывает его внутренние переживания, озабоченность, тревогу, доброжелательные или агрессивные тенденции, которые он сам не всегда в силах осознать и проявить. Высказывает определенные гипотезы относительно сути его личностных проблем. В роли двойника может

выступать сам психолог, который сидит за протагонистом и визуально показывает «второе «Я» как его «совесть», которая сопровождает его действия. «Совесть» говорит от первого лица.

Такая техника может быть использована и в других вариантах психодрамы, например, при проигрывании самого себя, а также при использовании приема, который представлен ниже.

**9. «Пустой стул».** Эта игра как психодраматический прием используется с разной целью. Работа с «пустым стулом» может быть индивидуальная, а может быть и групповая. Индивидуальная часто перерастает в групповую в связи с актуализацией процессов идентификации и необходимостью отреагировать на возникшие эмоции.

Рассмотрим несколько вариантов работы с «пустым стулом»:

а) протагонист может представить, будто его партнер сидит на пустом стуле напротив него. Он разговаривает и общается с воображаемым человеком, временами меняется с ним местами, ролями. Протагонист может общаться с самим собой;

б) члены группы обращаются к «пустому стулу», представляя на нем протагониста, структурирование зависит от его проблемы и особенностей того материала, который представлен в предыдущем фрагменте работы группы, особенностей предыдущей ситуаций его поведения. При этом практикуются высказывания, адресованные «второму «Я», а также в адрес его «двойника», то есть как обращение к ..., так и в ответ за ... В данном случае обращение к «пустому стулу», как правило, имеет аргументированный характер, то есть учитывает особенности поведения протагониста, уже представленного в группе. При этом протагонист может быть или присутствующим в группе, или же находиться вне группы (а иногда и «за дверью»);

в) обращение к «пустому стулу» уместно использовать ситуативно с целью обработки актуального материала, эмоциональной напряженности, созданной поведением определенного члена группы, и снижением такого напряжения, возможно, вызванного его демонстративным выпадом против кого-то из участников глубинной психокоррекции.

**10. «Высокие стулья».** Протагонист сидит на стуле, поставленном на возвышении, и оттуда пытается высказывать те или иные фразы тем, кто его окружает. Другой вариант этого упражнения – «вверх». Один из членов группы стоит на «высоте». К нему по очереди подходят люди с вопросами: «Почему тебе хорошо наверху?»

Член группы, который стоит высоко, отвечает. Если протагонист чувствует трудность при ответе, тот, кто спрашивал, высказывает свои предположения. Рукопожатие реципиента в данном случае является признаком принятия информации. Упражнение заканчивается психологическим анализом всего материала.

**Методы невербального взаимодействия**

Функции невербальных техник огромные, среди них выделяются главные: сближение членов группы; взаимопознание; экспликация таких аспектов психики человека, которые сложно вербализировать. Позитивным качеством этого метода является окрашенность взаимодействия участников обучения и большая спонтанность, правдивость личностных проявлений. Невербальные методы – эффективный способ оптимизации социально-перцептивной сферы личности, поскольку направляется внимание на «речь тела», а также на характеристики психики, которые можно рассматривать в пространстве и времени. Невербальные методы используются, в большей или меньшей степени, во всех разновидностях групповой коррекции и психотерапии.

Способом невербальной коммуникации является экспрессия движения, которая предусматривает актуализацию таких способов проявления эмоций, как мимика и жест. К способам невербальной коммуникации относят движения тела, дистанцию, паузу. Люди различаются способностью понимания (и контроля) коммуникативности – своей и других людей, способностью экспрессии и импрессии. Часто неосознанным может быть тот или иной жест или движение, значение которого субъект не понимает; иногда человек реагирует невербально (например, краснеет) и не способен блокировать возникновение такой реакции, хотя и осознает ее появление и пр.

Несмотря на многочисленные исследования, начатые с 1924 года, до сих пор нет удовлетворительной классификации экспрессивных движений. В психотерапевтической практике используется три разновидности невербальной техники: психорисунок, музыкотерапия, техника движения. В глубинной психокоррекции в основном используются только две из них – психорисунок и психогимнастику.

Психогимнастика – вспомогательный метод глубинной психокоррекции, который опирается на невербальную экспрессию, прежде всего на мимику и жесты – в общем, на движение. Это дает возможность участникам глубинной психокоррекции глубже заглянуть в переживания других и приблизиться к пониманию этих переживаний. Главная цель психогимнастики – снятие физических блоков и «тисков».

В группе глубинной психокоррекции мы поддерживаем свободу невербальных способов самовыражения, и психогимнастика часто имеет характер спонтанной игры. С чувством свободы движений связана и свобода проявления эмоций, и свобода внутреннего мира субъекта. Одна и та же ситуация в психогимнастике вызывает разные, индивидуально неповторимые реакции, каждый ведет себя соответственно своей личности, в целостных ее проявлениях.

Есть несколько способов использования психогимнастики в глубинной психокоррекции. Некоторые упражнения можно использовать с целью расслабления и создания непринужденной, свободной от лишнего

самоконтроля обстановки. Этому будут способствовать упражнения: «Обратить на себя внимание», «Человек и его тень», «Настроение», «Автопортрет» и пр.

Психогимнастику мы применяем еще и тогда, когда хотим прояснить взаимоотношения в группе, или же когда в группе есть опасность доминирования дезинтеграционных процессов. Можно предложить «выразить чувства» (невербально) тому из членов группы, кто был «центром» ситуации. Это, как правило, психологически помогает субъекту и четче вырисовывает психологическую обстановку в группе и сущность эмоционального восприятия друг друга.

Важный материал объективирует упражнение «Перекресток дорог». Участники глубинной психокоррекции по очереди получают задание поставить на воображаемом пути членов группы, которые ассоциируются с особами, привлеченными к определенному, известному им конфликту, рассматриваемому в группе. Расстояние, на котором оказываются «участники» конфликта в той или иной их расстановке, дает основания делать выводы об эмоциональном отношении к ним. У членов группы существенным есть не только сам факт разрешения конфликта, но и определенное объективирование сути вклада в это дело каждого из участников.

Темы психогимнастических упражнений могут быть очень разнообразными, а именно:

- повседневная жизненная ситуация – «Выход из дома», «Праздник», «Чувственное отношение к кому-нибудь» или «Каким я хотел бы быть» и пр.;

- упражнения, которые объективируют внутреннюю противоречивость субъекта и конфликты – «Подари подарок», «Запретный плод», «Перекресток дорог», «Преодолеть трудности», «Встреча на узкой дорожке» и пр.;

- отношения в группе – «Показать свое отношение к другим», «Выбор членов семьи», «Нахождение на безлюдном острове»; фантазии и сказки – «Каким из сказочных персонажей ты мог бы быть?», «Бал-маскарад», «Что бы ты делал, если бы был волшебником?», «Кем бы ты хотел стать, чтобы волшебник учел твоё желание?», «Добрый волшебник», «Злой...»

Источником психогимнастических упражнений может быть отношение к группе глубинной психокоррекции, к самому процессу обучения. Например, темы: «Чувства, с которыми я шел на занятия», «Отношение к обучению и группе», «Что делала бы группа, если бы не было руководителя» и пр.

Выполнение психогимнастических упражнений происходит разными путями: можно дать тему одному члену группы, а он реализует ее самостоятельно или с чьей-то помощью. Тема может касаться целой группы или же отдельных ее членов.

После «проигрывания» темы желательно, чтобы участники обменивались впечатлениями. Мы сосредоточиваем внимание на определении типичных линий поведения, которые характеризуют личностную проблему. Особенно интересными являются те тенденции поведения, которые дают о

себе знать как на невербальном, так и на вербальном уровнях. Полученный в процессе психогимнастики материал поддается анализу.

Опишем несколько психогимнастических упражнений.

**1. Преодоление трудностей.** Члены группы по очереди изображают, как они преодолевают жизненные трудности (как фигурально можно сконструировать стул при помощи ящика или другого предмета) на узкой дорожке. Рисуется дорожка, по которой идет человек к определенной цели и наталкивается на преграду. Группа наблюдает, как каждый преодолевает преграду.

**2. Запретный плод.** Участники глубинной психокоррекции по очереди показывают, как они ведут себя в ситуации, когда их желание не совпадают с внешними нормами поведения. Роль «запретного плода» может быть дана любому предмету, который как-то привлекает. «Запретный плод» кладется на стул, который стоит в центре комнаты. Член группы должен подойти к стулу и решить, что он сделает с «запретным плодом».

**3. Моя семья.** Участники глубинной психокоррекции выбирают себе семью из членов группы. Далее размещает их так, чтобы физическая дистанция между ними приблизительно соответствовала степени эмоциональной близости между членами семьи. Далее важно «описать», по каким психологическим качествам выбирались «члены семьи» – это послужит основой саморефлексии для тех, кто попал в число избранных.

**4. Скульптор.** Члены группы делают свое тело «пластичным», как глина, которая поддается лепке. Содержание «лепки» может быть разным. Можно изобразить члена группы «до начала занятий и теперь», или – его прошлое и будущее, его внутренний конфликт.

**5. Моя группа.** При выполнении данного упражнения можно смоделировать динамику процесса в соответствии с развитием эмоциональной близости.



## Приложение 11.

### Тематика психогимнастических и пантомимических упражнений

#### Общая тема.

1. Передать пантомимой конфликт, согласие, непонимание и пр.  
Способы изображения интерпретируются и обсуждаются в группе.

2. Вручить подарки, которые принесут радость данному человеку.

3. «Мотивированный бег» («бегу в магазин», «бегу от грозы» и пр.).

4. Привлечь к себе внимание группы.

5. Человек и его тень (выполняется в паре).

6. Настроение.

7. Показать участникам глубинной психокоррекции психологический портрет значимых людей в жизни.

8. Идти навстречу ветру.

9. Идти к желанной цели.

10. Идти так, чтобы кого-нибудь не разбудить.

11. Идти на групповые занятия идти с занятий.

12. Бег: назад – так, чтобы не упасть; вперед – так, чтобы не набежать на других.

13. Бег: бег, который заменяется ходьбой, с мотивом, который чаще всего имеет социометрическое значение – идти с симпатичным или несимпатичным тебе человеком; идти с веселым человеком и с тем, кто напоминает кого-нибудь из жизни; с тем, кто приносит разочарования и пр.

14. Встреча с человеком, которого давно не видели.

15. Кто я – каким меня видят другие – каким я хотел бы быть.  
(«Испорченный телефон»).

16. Рукопожатие по кругу.

17. Доиграть начатое партнером действие.

18. Передать чувства по кругу: что передали, что вернулось.

19. Человек – зеркало.

20. Движение со сменой темпа (ритма).

21. Скульптор – глина.

22. Оправдать позу.

23. С закрытыми глазами сесть на стул.

24. Перетягивание каната.

25. Заставить партнера освободить стул, выйти из телефонной будки.

26. Скульптор – идеальное отношение к человеку.

27. Узнать члена группы: по волосам, по рукам и пр.

#### Типические человеческие конфликты.

28. Выбрать одну из возможностей.

29. Отказаться от чего-то важного.

#### Отношение к группе.

30. Показать свое отношение к другим в группе.

31. Показать другим, почему они вам симпатичны или несимпатичны.

**Фантазии и сказки.**

32. «Безлюдный остров»: представь, что все оказались на безлюдном острове. Что бы ты делал?

33. Каким животным ты бы хотел быть?

34. Бал-маскарад.

35. Избранная сказка.

36. Чтобы ты делал, если бы был добрым или злым волшебником?

## Приложение 12.

### Упражнения, используемые в группе глубинной психокоррекции

Специфической особенностью функционирования психокоррекционной группы является отсутствие однозначного алгоритма процесса. В распоряжении квалифицированного руководителя всегда должен быть набор упражнений, которые он может использовать в удобный для него момент. Чтобы достичь желаемого успеха, необходимо: на начальном этапе работы с группой помочь ее членам преодолеть стереотипный подход к обучению, то есть директивное руководство поведением и четко очерченные результаты. Задание ведущего – стимулировать присутствующих к творческому открытому участию во всем, что будет происходить в ситуации «здесь и сейчас».

Руководитель определяет уместность тех или иных упражнений в тот или иной период работы группы. Некоторые упражнения могут спровоцировать обратное действие, если индивид и группа не готовы к их восприятию и выполнению. Руководитель должен четко представлять, с какой целью используется упражнение, какие групповые и индивидуально-психологические процессы катализируются этим упражнением? Готовы ли члены группы к выполнению такого упражнения? Готов ли сам руководитель выполнить это упражнение? Сложилась ли в группе атмосфера такого доверия, чтобы это упражнение сработало? Хватит ли времени для выполнения и обсуждения этого упражнения? – Только зная ответы на все эти вопросы можно начинать дело.

Упражнения – это не инструменты, которыми можно свободно пользоваться. Необходимо помнить, что неудачно введенное упражнение может значительно усилить дезинтеграционные процессы вместо того, чтобы содействовать более глубокому и открытому общению и сплоченности членов группы.

Наибольшая ценность воплощения упражнений в групповой процесс заключается в их обсуждении, в психологическом анализе, а не только в эмоциональном удовлетворении от их выполнения. Уместно концентрировать внимание на том, какой резонанс вызывает у других поведение одного из членов группы, как влияют на каждого из членов обучения присутствующие коллеги и, наоборот, как он сам влияет на других. При обсуждении выполнения упражнения желательно уделить максимальное внимание анализу эмоционально-чувственных реакций участников обучения, отделить их от размышлений об эмоциях и представлениях. Необходимо помнить, что в группе отсутствуют наказания и поощрения, поэтому апробация новых форм поведения должна определяться спонтанностью и быть свободной от тревог.

В группе глубинной психокоррекции используются упражнения, которые являются общими для всей тренинговой практики. Они достаточно универсальные и мало зависят от теоретической профессиональной ориентации руководителя, часть же методических приемов, особенно с глубинно-психологической ориентацией, являются специфическими для

глубинной психокоррекции, например целостный психоанализ комплекса тематических рисунков (см. разд. 5).

**Интервью с целью подбора.** *Цель:* выяснить мотивации и особенности взаимовосприятия потенциальных членов группы и руководителя. Развитие определенных умений и навыков общения.

*Процедура:* руководитель берет (в рамках 10 минут) интервью у потенциального члена группы, который имеет право высказаться о том, что он испытывает и как представляет себе роль руководителя и будущий групповой процесс. Руководитель, в свою очередь, может поделиться своим восприятием и выводами о возможности участия этого человека в группе.

Важно, чтобы происходил обмен информацией о чувствах, впечатлениях, которые возникают в ходе интервью. Все члены группы (в том числе те, кто не берет активного участия в работе) могут высказывать свои мысли и пожелания с целью усовершенствования процедуры подбора в группу глубинной психокоррекции.

**Упражнение на представление себя.** *Цель:* сближение членов группы друг с другом.

*Процедура:* каждый член группы по желанию и по своему усмотрению рассказывает о себе.

**Высказывание первых впечатлений друг о друге.** *Цель:* узнать, какое «первое впечатление» сложилось о тебе у других людей еще при отсутствии глубокого понимания психологических особенностей тех или других членов группы. Этот материал необычайно ценный для сравнения его потом с более содержательным и глубоким анализом поведения. Это упражнение способствует самопознанию.

*Процедура:* предлагается каждому участнику глубинной психокоррекции вербальным или невербальным путем (в виде характеристики или использования символа) выразить первые впечатления о каждом из участников обучения. Лучше это сделать в конце первого занятия. Это упражнение можно выполнять в двух вариантах:

а) высказывание первых впечатлений от группы адресуется одному из ее членов;

б) один член группы высказывает свои первые впечатления по очереди всем другим в группе.

**Невербальный контакт.** *Цель:* снятие эмоционального напряжения, формирование сплоченности группы, эмоциональной теплоты и близости между ее членами.

*Процедура:* а) каждый член группы подходит к каждому и пожимает (по очереди) руку, глядя в глаза; б) все закрывают глаза, один из членов группы, закрывая глаза, передает (прикосновением) «чувства» соседу, который последовательно передает эту «информацию» дальше, пока «чувство» не вернется к тому, кто начинал выполнение упражнения первым; в) один член группы сидит с закрытыми глазами, другие по очереди подходят и притрагиваются к его руке, а он должен угадать, кто это был; г) один из присутствующих сидит на стуле спиной к группе, остальные подходят и

выражают свое отношение к нему – свои чувства.

**Вопросы, которые важно обсудить на начальном этапе развития группы.** *Цель:* выявить эмоциональные состояния членов группы, которые могут деструктивно влиять на развитие группового процесса.

*Процедура:* предлагаются вопросы для обсуждения. Что Вас пугает в группе? Что Вам особенно хотелось бы получить от работы в группе? Насколько Вы доверяете психокоррекционной группе? Готовы ли Вы принимать активное участие в ее работе? Доверяете ли Вы руководителю?

**Доверие.** *Цель:* освобождение от негативных эмоций, которые мешают возникновению доверия: страх, неуверенность, тревога, обида на кого-то в группе и пр.

При выполнении этого упражнения могут возникнуть особенно активные сопротивления. Понятие «доверие» не всегда связано с позитивной оценкой личностью другого и усложняется недостаточным знакомством с этим человеком или различием системы взглядов на жизнь. Объективирование моментов, которые мешают «доверию», является существенным шагом на пути к доверию и сплоченности группы.

Выполнение упражнения: каждый из участников, обращаясь по очереди к определенным членам группы, определяет сущность своего поведения к ним: «есть доверие к тебе», «не уверен, что доверяю тебе», «не доверяю». Результаты выполнения упражнения обсуждаются.

**Метафорическое самоописание.** *Цель:* опираясь на психологический механизм проекции и идентификации, применять метафору для более надежного обеспечения «психологической защиты», «снижения сопротивления и тревожности» в группе, предоставления о себе значительно более полной информации, чем при прямых высказываниях.

*Процедура:* каждый из участников выбирает какой-то предмет, животное или явление, которое ассоциируется с его собственной личностью, и на протяжении нескольких минут говорит о чертах, качествах и проблемах объекта. Можно придать рассказу сюжетно-психологическую форму.

**Пространственная социограмма: 1-й вариант.** *Цель:* дать возможность каждому участнику объективировать степень эмоциональной близости к другим членам группы и наоборот – их к нему, а также получить обратную связь об адекватности своих представлений об отношениях с членами группы.

*Процедура: 1-й вариант.* Один член группы становится с закрытыми глазами посередине комнаты, остальные ранжируются в соответствии со степенью психологической близости, которую чувствуют к нему. Каждый запоминает свое место, а потом все расходятся. Тот, кто стоял посередине, раскрывает глаза и ставит всех в соответствии со своим видением того, кто как относится к нему. Чтобы он смог сравнить точность своих представлений, все становятся на те места, на которых стояли в первом случае.

*2-й вариант.* Игра проводится в большой комнате. Ведущий выбирает одного из членов группы (протагониста) и предлагает ему стать (или сесть) в центр игрового поля. Все тесным кругом располагаются вокруг. Далее

ведущий стимулирует к действию таким текстом: «Сейчас протагонист превращается в светило, на разном расстоянии от которого многочисленные планеты – это все присутствующие. Те, у кого притяжение сильнее, естественно, занимают место ближе к центру. Те, чье притяжение слабее, располагаются дальше или же совсем «отрываются» от центра». Далее предлагается самому протагонисту расположить людей: «Закройте глаза, сосредоточьтесь... Откройте глаза. Медленно вращайтесь вокруг себя. Каждому из присутствующих по очереди рассказывайте, в каком направлении ему (ей) необходимо отходить и на какое расстояние. Пока человек не отдалится на необходимое расстояние, которое соответствует Вашему внутреннему чувству, командуйте: «Еще... еще... стоп!». Те, кому Вы так и не сказали «Стоп!», вообще оставляют игровое поле. У Вас есть право не только отдалять, а и оставлять человека на том месте, где он есть, или приближать к себе».

**Позитивные стороны.** *Цель:* помочь участникам проявить как можно больше качеств, которые воспринимаются обществом позитивно и могут придать чувство силы, уверенности и удовлетворения; создать ситуацию, в которой будет понятной разница или сходство «собственного восприятия» себя с восприятием группы.

*Процедура:* каждый из участников по очереди знакомит группу с теми своими качествами, чертами и умениями, которые ценит сам в себе, на которые опирается в достижении собственных целей. После этого все члены группы взаимно высказываются о восприятии тех или иных позитивных черт.

**Кредо.** *Цель:* определиться в значимости ценностей, которые являются базовыми в жизни.

*Процедура:* участник садится посередине комнаты и говорит каждому о том, во что он верит в жизни.

Можно начинать со слов: «Верю в то, что...»

**Анализ взаимоотношений в группе.** *Цель:* выяснение ролевых функций, которые постепенно появляются в группе в процессе взаимодействия согласно групповым принципам.

*Материал:* бланк А и бланк Б.

*Процедура:* членами группы заполняются бланки в алфавитной последовательности, используя инструкцию: оценить роль каждого члена группы (точка или крестик в соответствующей клетке).

Бланк А

Присутствуют ли в нашей группе перечисленные ниже роли? Как распределены эти роли среди участников группового процесса, наблюдается ли монополия некоторых из них? Какие роли сильнее выражены в группе, а какие слабее? Какие роли являются надуманными, навязанными? Что можно и необходимо было бы изменить, чтобы группа функционировала лучше?
<b>I. Роли, которые способствуют выполнению групповых заданий</b> 1. Инициатор – это участник, который чаще всех выступает с предложением и стимулирует группу к действиям, к активности. Инициатива может касаться

поставленного задания, проблемы и организации работы группы в целом.

2. Последователь – поддерживает новую инициативу, расширяет ее, помогает в реализации начатых в группе дел.

3. Исследователь нового – часто задает вопросы и старается найти (получить) ответ.

4. Поставщик информации – отвечает на вопросы «исследователя нового» (или сам по собственному желанию предоставляет группе сведения, обобщает результаты, наблюдения и пр.).

5. Координатор – координирует деятельность разных членов группы, следит, чтобы все равномерно были задействованы в исследованиях.

6. Заводила (штурман) – определяет направление группы в соответствии с какими-то внешними ориентирами, периодически констатирует правильность выбранного направления, оценивает, как далеко она продвинулась к цели, обращает внимание на возможность отступа от цели на время, которое осталось до конца занятия.

7. Арбитр – оценивает усилия товарищей, актуальную ситуацию, подводит итоги деятельности группы.

## **II. Роли, которые важны для развития сотрудничества в группе**

8. «Зачинщик» деятельности – приобщает других к активности в группе.

9. Гармонизатор – пытается вовлечь всех в участие в группе, приобщает к общим усилиям, предотвращает конфликты, старается преодолеть споры между участниками обучения, готов идти на компромисс.

10. Тот, кто вносит разрядку. В сложных ситуациях пытается снять напряжение шуткой, уместной репликой, моральной поддержкой.

11. Охранник правил. Следит за выполнением в группе произнесенных принципов функционирования, норм и правил, напоминает другим об их существовании.

## **III. Роли, которые разрушают сотрудничество в группе**

12. Блокирующий – противостоит групповым принципам, поддает сомнению важность позитивного результата. Когда личные интересы вступают в противостояние с групповыми, игнорирует последние.

13. Ищущий признания – независимо от того, что происходит в группе, постоянно пытается концентрировать внимание присутствующих на своей личности, напоминает о себе, о своих заслугах, демонстрирует свои способности и возможности, пытается быть в центре событий, стремится удивить и заинтересовать всех своей личностью. Уходит в депрессию, если вышеописанные действия не приносят желаемого результата.

14. Доминирующий – пытается занять позицию лидера в группе, манипулирует другими с целью подчинения их себе, провоцирует конфликты.

15. Уходящий от работы в группе – не поддерживает никаких групповых инициатив, пытается быть в стороне. Избегает действий, рискованных для его «Я». Постепенно замыкается в себе, уходя от ситуаций, которые требуют его активности.

Бланк Б

№ поз.	Роль	Участник
Важные для выполнения задания		
1.	Инициатор	
2.	Последователь	
3.	Исследователь	
4.	Тот, кто обеспечивает информацией	
5.	Координатор	
6.	Заводила (штурман)	
7.	Арбитр	

Важные для развития сотрудничества в группе		
8.	Зачинщик деятельности	
9.	Гармонизатор	
10.	Снимающий напряжение	
11.	Охранник правил	
Роли, которые разрушают сотрудничество в группе		
12.	Блокирующий	
13.	Искатель признания	
14.	Доминирующий	
15.	Уходящий от работы в группе	
	Фамилия и инициалы участника, который заполняет бланки	
	Дата	Подпись

В группе очень важно уметь изучать конфликт. Опишем методику.

**Конфликт.** *Цель:* понимание конфликта и развитие умений его разрешения. В основе – анализ конфликтной ситуации.

*Материал:* инструкция к анализу конфликтной ситуации.

*Процедура:* рассматривается конфликтная ситуация, желательно – актуальная для данной группы. Каждый из конфликтующих получает перечень предложений, на которые необходимо отреагировать. Конфликтующие (пара или несколько пар) имеют своего наблюдателя. Он следит за ходом процесса и ведет запись. Заканчивается выполнение общим анализом. Работа может вестись в тройках. Два участника стараются «выбраться» из конфликта путем его анализа, пользуясь инструкцией, третий следит за процессом.

#### **Инструкция к анализу конфликтной ситуации.**

1. Преподнеси в общих чертах партнеру сущность конфликта.
2. Выскажи партнеру, как понимаешь его представление о ваших отношениях.
3. Объясни партнеру, какие проявления его поведения приводят к возникновению (поддержанию) конфликта.
4. Учитывая информацию, полученную от партнера, представь свое понимание его видения конфликта и того, насколько он адекватно отображает твоё поведение. Если партнер признается, что его поняли неправильно, попробуй на этом же примере разрешить оптимально это расхождение взглядов.
5. Если же конфликт касается внутренней позиции партнера, очерти, в чем заключается разница и с какими взглядами тебе трудно согласиться. Объясни это партнеру четко и понятно.
6. Объясни, в чем ты согласен с партнером. Выясни, согласен ли партнер с твоим пониманием конфликта.
7. Представь вербально сущность конфликта между тобой и партнером. Попробуй прийти с ним к соглашению.
8. Попробуй как можно четче объяснить поведение и взгляды партнера, которые тебе не импонируют, не принимаются тобой. Познакомь с этим



партнера.

9. Опираясь на информацию, полученную от партнера, охарактеризуй собственное поведение и взгляды, которые ему трудно понять и принять.

10. Очерти, что должно измениться в поведении партнера. Что (в твоём понимании) он конкретно должен сделать, чтобы конфликт был улажен.

11. Изложи партнеру свои намерения, что касается собственных изменений, с целью разрешения конфликта, выясни, насколько согласен с твоим пониманием партнер.

12. Объясни, насколько ты готов сделать все то, что желает партнер, для разрешения конфликта.

13. Если не можешь удовлетворить желания партнера, скажи ему об этом.

14. После получения аналогичной информации от партнера выскажи свое отношение к данной ситуации.

15. После окончания работы поделись с партнером впечатлениями о совместной работе, а также своими чувствами, которые возникали при взаимодействии с ним.

**Помощь.** *Цель:* исследование личности субъекта в роли того, кто оказывает помощь, и в роли человека, который оказывает помощь.

*Материал:* перечень положений в помощь наблюдателю.

*Процедура:* 1. Участники делятся на тройки: субъект, которому необходима помощь; поддерживающий; наблюдатель. Помощь должна касаться какой-то психологической проблемы личности.

2. После выполнения первой части упражнения субъект, которому необходима была помощь, оценивает по семибальной шкале степень удовлетворения его потребностей. Наблюдатель высказывает свои впечатления о том, насколько достигнута цель.

3. В группе сообщается информация от всех работающих троек о том, как достигнута цель и какие чувства это вызывает у участников.

4. При обсуждении обращается внимание на то, какое поведение способствует оказанию помощи, а какое – нет.

**Категории, которыми пользуется наблюдатель при выполнении упражнения «помощь».** 1. Дать совет. 2. Высказать свое понимание поведения участников. 3. Анализ поведения. 4. Поддержка. 5. Согласие. 6. Слушание. 7. Проникновение в сущность личностных проблем. 8. Интерпретация. 9. Принятие.

**Подарки.** *Цель:* выражение другим своих эмоций и отношений в виде «подарка».

*Материал:* отпечатанная инструкция.

*Процедура:* группа размещается по кругу, участники (по очереди) садятся в центре с целью вручения каждому члену группы «подарка».

**Инструкция.** 1. Не пользуясь словами, вырази свои чувства и отношение к конкретному человеку (в контексте его психологических качеств). Передай то, что ему могло бы быть полезным, дополняло бы его личность или опыт, взятый из группового материала. Если есть необходимость, можно употребить только отдельные слова, использовать

мимику, движения, жесты, а также предметы, моделировать сценки.

2. Словами опиши, какие психологические качества ты хотел бы ему подарить.

После выполнения упражнения происходит анализ всего, что произошло, члены группы высказывают свои впечатления.

**Все это – ваше прошлое.** *Цель:* взаимное знакомство и изучение членами группы друг друга. Это упражнение способствует сплоченности коллектива.

*Материал:* песочные часы.

*Процедура:* члену группы предлагается описать определенные переживания, связанные с прошлым, которые были значимыми и влияли на его личность. Он должен поделиться переживаниями с группой на протяжении определенного промежутка времени. Песочные часы передаются потом другому. Упражнение желательно выполнять всем. Руководитель может начать выполнять упражнение сам.

**Честность.** *Цель:* углубление анализа самопознания. Развитие эмоциональной близости между членами группы.

*Процедура:* все участники делятся на микрогруппы. Члены каждой из них знакомятся со своими представлениями по поводу того, какой была бы их жизнь, если бы они были абсолютно честными.

**Непризнание.** *Цель:* дать возможность членам группы исследовать в себе страх непризнания, непринятия другими.

*Процедура:* все участники обучения закрывают глаза, и каждый представляет себя отвергнутым членами группы, пока не переживет чувство одиночества. При обсуждении важно обратить внимание не только на чувства «обездоленного» человека, но и на то, кто и как его не признает, а кого он трудно представляет в этой роли. Такая обратная связь будет существенной для членов группы.

Благодаря выполнению этого упражнения члены группы могут выяснить поведение, которое диктуется внутренним страхом быть тем, которым пренебрегли.

**Признание.** *Цель:* дать возможность членам группы исследовать чувства, которые возникают в ситуации признания, похвалы.

*Процедура:* предлагается каждому представить, что его ценят, любят и уважают в группе и передать, какие чувства при этом возникают. Подчеркивается важность переживания чувства успеха. После реализации целенаправленных фантазий – пауза на несколько минут. Потом членам группы предлагается (по очереди) рассказать о своих чувствах. После окончания обсуждается отличие переживаний в группе в контексте двух упражнений: «Непризнание» и «Признание».

**Близость – отдаленность.** *Цель:* объективирование в группе чувства одиночества, отдаленности или, наоборот, близости к кому-то из членов группы.

*Процедура:* руководитель предлагает обсудить проблему одиночества и переживания членами группы аналогичного чувства. Дальше обсуждение идет

в плане преодоления одиночества. Предлагается выбрать человека в группе, с которым бы тот или иной член группы чувствовал наибольшую близость (или отдаленность) и попробовать проработать групповую ситуацию, из-за которой это случилось.

**Какое качество я взял бы у тебя и что дал бы взамен.** *Цель:* выполнение упражнения, направленного на более глубокое самопознание и взаимопонимание членами группы друг друга.

*Процедура:* упражнение выполняется двумя способами:

Каждый член группы, выполняя упражнение, говорит (по очереди) другим: а) «У тебя взял бы...» – и называет ту психологическую черту или особенность психики, которая ему импонирует; б) «Из своих качеств я бы тебе отдал (подарил)...» Последнее, как правило, труднее реализуется в группе из-за того, что оно базируется на высокой самооценке одних качеств, и здесь срабатывают «защиты».

**Подписание «контрактов».** *Цель:* группа и руководитель должны помочь участнику группового процесса осознать свои определенные стереотипные особенности, которые мешают в общении, и помочь избавиться от них. Для этого и существует «контракт».

Эмоциональное и интеллектуальное понимание противоречий является важным условием для кардинальных изменений. Но этого мало, необходимы еще и непосредственные действия субъекта, направленные на изменения собственных навыков и умений. Самоосознание важных личностных аспектов должно направлять субъекта к действиям в соответствии с «контрактом», который составляется в группе. Новое поведение не может войти в набор правил общения человека без достаточной тренировки, без перестройки стереотипов. В этом случае, когда группа помогла выявить какие-то деструкции в поведении, с которыми самому субъекту трудно справиться (например, прикрывание рта рукой), тогда составляется «контракт», чтобы помочь членам группы перебарывать внутреннее противодействие изменениям в самом себе.

«Контракт» может иметь отношение и к «ситуативному» поведению в группе. Например, в случае активных возражений информации, которая идет от группы, составляется «контракт»: воспринимать информацию молча, реагируя на нее без раздумий и эмоционально-чувственной оценки в ту минуту.

Член группы также может составить «контракт» с руководителем. Например, если кто-то просит не приобщать его к активной работе, то можно обратить на это внимание.

В процессе функционирования группы приблизительно в середине рабочей стадии (4–8 занятие двухнедельного непрерывного цикла занятий) чувствуется напряженность. Учитывая это, можно какой-то день занятий провести на природе. При этом выполнять некоторые упражнения, два из которых опишем.

**Режим молчания.** *Цель:* освободить членов группы от необходимости вербального общения и тем самым обеспечить более глубокий самоанализ.

*Процедура:* в процессе прогулки в группе провозглашается «режим молчания». Это означает, что участники будут обращаться друг к другу только в случае крайней необходимости. Обычная информация передается с помощью жестов, мимики или позы. Продолжительность молчания будет не меньше, чем полчаса, максимум – один час. Все время группа проводит вместе: в ходьбе, общей работе или просто сидя на траве. Разрешается бегать, играть, собирать ягоды, но все – без вербального текста.

Назначение такой игры двойное. Во-первых, каждый из участников в необычной ситуации общего пребывания без права на словесные контакты начинает по-новому воспринимать себя и других. Ситуация способствует раздумью и проникновению в глубины собственной душевной жизни. Внутренняя жизнь, своя и других участников, открывается для субъекта как новая реальность, которая заслуживает специального исследования и размышлений. Игровое молчание способствует расширению сознания и развитию зрелости.

Во-вторых, за период молчания у каждого члена группы накапливается острая необходимость в общении, он в большей степени начинает ценить его познавательную ценность и значение для обогащения собственного опыта.

**Живая скульптура.** *Цель:* развить интерес у группы к психологическому содержанию личности определенного участника, дать возможность членам группы выразить ее творческими способами, опосредованно выразить отношение протагониста к своему «портрету» и к другим людям.

*Процедура:* протагонисту предлагают стать, лечь или сесть на помост или стол (по его выбору) и представить себя «глиной». Кто-либо из желающих может выступить в роли скульптора и «вылепить» портрет человека. Ведущий подчеркивает: «Вылепите его таким, чтобы скульптура передавала качества, черты и стиль поведения». Грубые прикосновения к «глине» запрещены. Желая придать скульптуре ту или иную форму-позу, скульптор это делает только легкими прикосновениями. «Материал» («глина») при этом податливый и терпеливый к определенным неудобствам.

«Скульптор» не должен допускать попытки унижить протагониста. Сам он обязан защитить протагониста от реакции группы. Однако характерно, что в случае вражеского, настороженного отношения к «скульптору» протагонист наперед приписывает ему такие намерения, которые вызывают мышечную скованность, тогда как «скульптору», которому доверяют, легче справиться с заданием, даже если этот образ получился несколько необычным, что дает основания для шуток в аудитории.

## Приложение 13.

### Оценка своего участия в психокоррекционной группе

*Цель:* выполнение этого задания способствует более глубокому осознанию своего поведения в группе в соответствии с нормами оптимального функционирования. Дальнейшее обсуждение результатов на основе предложений, приведенных в бланке, дает возможность участникам групповой психокоррекции выяснить для себя наиболее желаемые формы поведения в группе глубинной психокоррекции.

Это упражнение желательно реализовать на начальном этапе работы группы.

#### Бланк оценки своего участия в группе глубинной психокоррекции

Фамилия \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Проанализируйте свое участие в группе глубинной психокоррекции, оцените его в баллах, используя шкалу от 1 до 5 с учетом приведенных ниже утверждений.

Характеристика самоанализа своего участия в группе глубинной психокоррекции \_\_\_\_\_

1. Я избегаю возможностей задавать вопросы другим, а выступаю с прямыми обращениями к ним.
2. Я поддерживаю других в группе.
3. Я способен к конфронтации.
4. Я избегаю длинных рассказов.
5. Я размышляю о результатах, которые хочу получить в группе.
6. Я способен на откровенность в отношениях с другими членами группы.
7. Я не зависю от давления группы на меня или отдельных ее членов и делаю то, что считаю необходимым.
8. Я доверяю другим членам группы.
9. Другие готовы доверять мне.
10. Я активный участник группового процесса, а не наблюдатель.
11. Я открыто проявляю свои чувства и реакции на то, что происходит в группе.
12. Я могу понимать в группе психологическое содержание, а не только текст высказываний.

Подпись \_\_\_\_\_