

ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ РОЛЬ ГРУППОВОЙ ДИНАМИКИ

О.В.НЕМИРИНСКИЙ*

Вводится понятие «терапевтическая групповая динамика» и раскрывается его содержание. Терапевтическая динамика сопоставляется с общеизвестной социальной групповой динамикой. Дается анализ группового процесса, имевшего место в 15 интенсивных группах, проведенных автором. На основании временной последовательности разрешения личностных проблем участниками группы выделяются и описываются четыре стадии терапевтической динамики. Раскрывается терапевтическое значение каждой стадии.

Одной из центральных проблем групповой психотерапии является проблема взаимоотношения групповой динамики с динамикой индивидуальных терапевтических изменений участников группы. Вопрос о том, является ли групповая динамика «положительным терапевтическим фактором» или нет, послужил в свое время предметом дискуссий представителей различных направлений в психотерапии (Slavson, 1957; Wolf & Schwartz, 1962; Foulkes & Anthony, 1965). Однако исследования конкретных механизмов влияния групповой динамики на индивидуальные терапевтические достижения участников группы практически отсутствуют за исключением единичных работ (Whitaker & Lieberman, 1964; Исурина, 1979, 1990).

Конечной целью психотерапевтического процесса является, конечно же, не формирование «успешной» группы, а улучшение качества жизни ее отдельных участников. Вместе с тем, хотя схемы периодизации группового развития достаточно подробно и многократно описаны в применении к различным типам групп (Беннис, Шенард, 1984; Карвасарский, 1985; Rogers, 1970; Schutz, 1966; Mintz, 1971; Rutan & Stone, 1984; Yalom, 1985), во всех этих работах речь идет в основном о групповой динамике как таковой, о ее значении для группы в целом, а не о ее проекции на индивидуальное развитие членов группы.

Для выяснения терапевтической роли групповой динамики необходимо рассмотреть групповой процесс в его отношении к

* Немиринский Олег Владимирович – психотерапевт, научный сотрудник МНИИ психиатрии МЗ РФ, директор обучающей программы «Интерактивная групповая психотерапия» Московского гештальт-института.

разрешаемым в группе личностным проблемам, то есть в содержательной плоскости. Содержательная сторона групповой динамики отражается в последовательности сменяющих друг друга *групповых тем*. Под групповой темой в данном случае понимается содержание такой личностной проблемы (или близких друг другу личностных проблем), которая в данный момент является предметом конфликтных переживаний для большинства членов группы. Это представление созвучно трактовке групповой темы в групп-анализе З.Фукса (*Foulkes & Anthony, 1965*) и близкой к нему концепции Витакер и Либермана (*Whitaker & Lieberman, 1964*). Однако наше понимание психотерапевтического процесса ближе к экзистенциалистской традиции. Иначе говоря, психотерапия, на наш взгляд, есть преодоление отчуждения от собственной личности и от других людей и обретение способности к самоактуализации (*Маслоу, 1982*) и внутренней интеграции (*Perls, 1969*). Разрешение личностной проблемы, отражающей значимое противоречие между желаемым личностным достижением и внутренним барьером на пути к этому достижению, можно рассматривать как экзистенциальную характеристику отрезка личностного роста, как единицу индивидуальной личностной динамики.

Можно предположить, что *существует более или менее четкая последовательность актуализации и проживания личностных проблем в группе, так что, не пройдя более «ранние» проблемы, группа не в состоянии помочь своим членам продуктивно решать более «поздние» проблемы*. Следует подчеркнуть, что речь идет не о последовательности *обсуждения* тем, а о последовательности разрешения личностных проблем в группе, то есть о порядке их актуализации и *проживания*, что и есть, на наш взгляд, проявление терапевтической динамики группы. Задача данного исследования и состояла в том, чтобы вычленив эту терапевтическую динамику наряду с общеизвестной социальной групповой динамикой.

Каким же образом обнаружить проекцию динамики группы на динамику отдельной личности? Можно, к примеру, сопоставить отсроченные психометрические данные с феноменальным наблюдением за характером группового процесса, но это вряд ли адекватно нашей задаче. Группа как целое не есть сумма своих частей, и выведение терапевтической динамики как результирующей ряда «индивидуальных динамик» не представляется правомерным. С другой стороны, попытки выделить «терапевтические компоненты» в социальной динамике группы так же дали бы довольно фрагментарные и субъективные результаты. Главная трудность здесь заключается в том, что, хотя эти две динамики взаимосвязаны, вовсе не очевидно, что они синхронны. Так, исследования Бенниса с соавторами (см. *Yalom, 1985*) показывают, что групповая динамика не всегда монотонна; временами она может принимать периодическую форму, когда группа возвращается к предыдущей стадии, после того как она вроде бы прошла более позднюю стадию. Терапев-

тическая же динамика, характеризующаяся *проживанием* проблем, должна быть монотонной, и асинхронность двух динамик существенно препятствует исследованию терапевтической динамики группы изнутри социальной динамики.

Исследовать терапевтическую динамику группы в более или менее чистом виде позволяет разработанный нами *метод проблемного фокусирования* (Немиринский, Федорус, 1993; Fedorous & Nemirinsky, 1992; Nemirinsky & Fedorous, 1992), который заключается в связывании двух уровней терапевтической работы, а именно отношений «терапевт – индивидуальный клиент» и «терапевт – группа». Связывание достигается за счет фокусирования внимания группы на личностной проблеме отдельного участника, но таким образом, чтобы в этой проблеме отражалась актуальная групповая атмосфера. Иначе говоря, проблемное содержание определенной стадии групповой динамики находит своего индивидуального выразителя и выступает для группы в форме личной проблемы. Конечно, функционирование группы не сводится целиком к серии последовательных фокусировок. Однако стимулировать персональную фокусировку можно на любой стадии группового развития, не дожидаясь, пока она станет естественно сложившимся доминирующим стилем внутригруппового взаимодействия, что без вмешательства ведущего происходит обычно лишь на поздних этапах жизни группы. Если существует резонанс между групповой темой и индивидуальной проблемой, то происходит интенсификация как индивидуальных изменений, так и групповой динамики. Энергия индивидуального участника и энергия группы питают друг друга. В этом состоит практический смысл фокусирования. Роль терапевта в контексте этого метода сводится к тому, чтобы:

(1) помогать участникам острее чувствовать групповую атмосферу, улавливать, какие проблемы «висят в воздухе» внутри круга, определять, где в группе сконцентрировано наибольшее эмоциональное напряжение (ведущий, как правило, сам инициирует лишь первый выбор проблемы, в дальнейшем постепенно передавая эту функцию группе);

(2) помогать каждому участнику чувствовать приближение «своего времени» в групповой цепочке, улавливать свое напряжение, свидетельствующее о резонировании с групповой темой;

(3) осуществлять балансирование между поддержанием фокусировки на одном участнике и стимулированием вовлечения других членов группы в область фокуса.

Благодаря синхронизации социальной и терапевтической групповой динамики мы получаем возможность проследить терапевтическую динамику как динамику личностных проблем, предъявляемых самими клиентами и проживаемых в ходе группового процесса. В исследовательском плане важно отметить, что отслеживание содержания личностных проблем ведется с непосредственной опорой на высказывания

клиентов, без заведомой интерпретации в рамках какого-либо теоретического подхода. Это, впрочем, относится не только к моменту первоначального предъявления проблемы. Для того чтобы минимизировать искажения, вызванные расхождением между сущностью проблемы и ее формулировкой, учитываются также высказывания и в ходе самого группового терапевтического процесса. Высказывания клиентов о *связях* между своими различными «внутренними барьерами» подтверждаются их поведением в группе или, точнее говоря, вытекают из их актуальной жизни в группе. Если опираться на этот своеобразный психосемантический анализ, можно выделить некоторые блоки внутренне взаимосвязанных личностных проблем. Это уже будет некоторым обобщением, но обобщением, вытекающим не из теоретических пристрастий исследователя, а из феноменологии психотерапевтического процесса.

Материалом для данного исследования послужили 15 психотерапевтических групп одинакового временного формата, проведенные автором совместно с ко-терапевтом (И.В.Федорус) с апреля 1987 по апрель 1990 года. Речь идет о тридцатичасовых группах, работающих пять дней подряд, с четверга по понедельник, по 3-4,5 часа в рабочие дни и по 9 часов в субботу и воскресенье. Количество участников – от 8 до 14 человек. Это люди, обратившиеся за помощью к психологу в связи с личными и межличностными трудностями или симптоматикой невротического характера и имевшие несколько индивидуальных встреч с психологом (подробнее о критериях отбора см.: *Немиринский, Федорус, 1993*).

Тактика синхронизации групповой динамики в начальном периоде работы группы

Первые два дня работы группы (7,5-8 часов) отличались значительной структурирующей активностью ведущего, которая подчинена здесь-и-теперь происходящим групповым процессам. В частности, если социальная динамика группы начинается со знакомства, то терапевтическая динамика, по-видимому, – с самораскрытия. Поэтому в начале первого дня ведущий предлагал членам группы познакомиться друг с другом с помощью короткого рассказа о своей личной проблеме, которую они надеются решить в группе. Каждый участник называл свое имя и излагал свою проблему, в которой по просьбе ведущего должны были присутствовать, как минимум, два компонента: желаемое достижение и внутренний барьер, препятствующий этому достижению. После рассказа он отвечал на вопросы. (Данная техника частично заимствована из психотерапевтической практики А.Е.Алексейчика.) Эта процедура, занимающая в среднем 2-2,5 часа, представляет собой серию последовательных фокусировок. Ее смысл заключается в том, что мы предлагаем участникам сразу сказать «я» («я хочу», «мне трудно»), хотя

бы частично преодолеть страх самораскрытия, что стимулирует терапевтическую динамику.

Вторая половина первого дня, после сбора «банка проблем», посвящалась отчасти стихийному, отчасти направляемому ведущим обсуждению знакомства. Основная тема, звучащая в это время, – тема общности. Пройдя относительно напряженный период знакомства, участники с облегчением констатировали схожесть своих проблем с проблемами других людей. Возникал известный феномен групповой солидаризации, причем в качестве основы для нее выступало не столько объединение против терапевтической направленности группы, сколько индивидуальное самораскрытие. Вместе с тем это самораскрытие имело существенные ограничения, а именно неявный запрет на выражение негативных чувств. Потребность подтвердить свою лояльность к данной группе, реализующаяся в групповой солидаризации, поддерживала эти ограничения.

Второй день работы группы начинался с выбора какой-то проблемы из собранного накануне «банка» и фокусированной работы с ней. Первой рассматривалась проблема, как правило, выбранная ведущим, если этот выбор не встречал возражений у носителя проблемы и у группы. Каковы критерии выбора «стартовой» проблемы? Первый критерий касается носителя проблемы. «Первопроходец» должен быть человеком, более или менее готовым к самостоятельному совершению первого шага, таким, которого не нужно «тащить», который воспринимает выбор терапевта именно как помощь, а не как возможность переложить на ведущего свою долю ответственности. Это человек, вплотную подошедший к порогу решения своей проблемы, с достаточным, но не избыточным напряжением. Второй критерий касается самой проблемы: она должна отражать актуальную атмосферу в группе и в значительной степени быть проблемой всей группы на данной стадии ее развития. Основания выбора проблемы сообщаются группе ведущим.

Динамика проживания личностных проблем как терапевтическая динамика группы

В целом наши наблюдения, а также встречи с некоторыми группами через три-четыре недели после окончания работы согласуются с гипотезой о том, что в терапевтическом плане групповой процесс начинается со страха самораскрытия. Однако на этой стадии участники довольно быстро концентрируются на переживании единства, и это снижает их первоначальное напряжение. Проблемы самораскрытия, разворачивающиеся в полной мере впоследствии, на этой стадии лишь «мелькают» в групповых обсуждениях. Кроме того, их контекст на первой и второй стадиях существенно различается. Потребность в подтверждении своей причастности к социальному целому впоследствии уступает место другим ведущим тенденциям, что дает основания провести границу между первой и второй стадиями.

Проблемы, соответствующие групповой атмосфере во второй день работы группы, обычно формулируются клиентами как скованность или страх общения, обусловленные опасениями негативной оценки со стороны окружающих, «обостренное самолюбие», трудности в выражении своих чувств, страх оказаться несостоятельным в общении и т.п. В качестве «стартовой» проблемы нами наиболее часто выбиралась проблема выражения своих чувств, связанная со страхом негативной оценки, потому что именно она в большинстве случаев казалась отражающей содержание группового напряжения. Все эти проблемы, по-видимому, относятся к одной более общей теме – теме самовыражения, проявления своего «я». Вопрос о готовности отбросить маску и обнаружить свои подлинные чувства, как говорилось, стоит перед участниками группы с самого ее начала. В частности, если человек будет вести себя так, как нужно другим, то он будет нравиться этим другим – по крайней мере, таково зачастую его убеждение, в соответствии с которым он движется к комфорту в общении. Если же он будет свободно проявлять свое «я», то симпатии других людей ему вовсе не гарантированы. Стремление к комфорту, вступающее в противоречие со стремлением к выражению своей индивидуальности, при более глубоком рассмотрении оказывается проявлением «голода по любви» (Фромм). Негативная оценка страшна как угроза нелюбви, отвержения. Альтернатива «комфорт-индивидуальность», видимо, является сердцевинной проблем, актуализирующихся еще на первой стадии и фокусируемых на второй.

Если работа с первой проблемой оказывалась успешной, то на третий день терапевт передавал участникам группы инициативу следующего выбора, постепенно снижая степень своей активности и «отпуская» группу по пути естественной динамики. Обычно, когда участникам группы (тем, кто ощущает внутреннюю готовность) предлагалось последовать за «первопроходцем», возникала молчаливая пауза, время от времени прерываемая попытками снизить напряжение. Участники вставали перед вопросом о собственной готовности попасть в фокус внимания группы и пройти свой «отрезок пути». В среднем через 20-40 минут кто-то из участников делал этот шаг.

В этот период видимая интенсивность работы группы снижается. Группа не представляет собой единого целого и проходит через своеобразный кризис, поддерживаемый менее активной, чем вначале, позицией ведущего. Выходом из кризиса становится прорыв спонтанных чувств участников друг к другу – в значительной степени агрессивных, и именно обнаружение агрессивных чувств (злости, раздражения т.п.) ведет к разрушению «скорлупы», прокладывает ниточки между внутренними «я» участников группы. Проблема самораскрытия, свободного выражения своего «я», высказывавшаяся в предыдущий день, теперь проживается всей группой самостоятельно в непосредственных, здесь-и-теперь, стихийных взаимодействиях.

В вербальных формулировках проблем на этой стадии, кроме повторения темы самовыражения, звучит также и тема ответственности. Конкретные проблемы могут быть сформулированы, например, как трудность осуществления выбора в сложных ситуациях, когда есть риск что-то «проиграть», как трудности совершения поступков из боязни «навредить» другим людям и т.п.

Иногда (поначалу совершенно неожиданно для нас) в качестве одной из проблем, заявляемых на этой стадии, являлся страх смерти. При этом неважно, существовал ли он в рамках невротического симптомокомплекса или его переживание было фрагментарным и могло быть отнесено к уровню личностных проблем. Работа с этой проблемой выявляет любопытные грани психологического содержания страха смерти. Этот страх не только оказывается менее болезненным, когда рядом с пациентом есть кто-то из близких ему людей, но и семантически связанным с темами «нелюбимости», отверженности и одиночества.

По нашим наблюдениям, попытки терапевта связать страх смерти с проблемой экзистенциального принятия ее неотвратимости малопродуктивны на данной стадии групповой динамики. Так как суть психотерапии состоит не в обсуждении и интерпретации, а в проживании проблем, то терапевту приходится считаться с тем, что на второй стадии у группы, как правило, нет ресурсов для такого решения. Страх смерти, особенно если он всплывает на поверхность сознания, может отражать действительное психологическое умирание человека, его невключенность в жизнь и являться, по сути дела, следствием страха жизни (*Becker, 1973*). В этом случае он отражает не столько экзистенциальную отделенность человека, сколько изоляцию его внутреннего «я» от мира, блокирование самовыражения, ответственности и сближения с другими людьми. В этом контексте понятна связь страха смерти со страхом отвержения, потери симпатий, со всем комплексом проблем второй стадии терапевтической динамики группы.

Подводя итог описанию этой стадии, можно констатировать, что два крупных блока проблем, две темы – самовыражение и ответственность – жестко взаимосвязаны (не только феноменологически, но и семантически) и в динамике групповой жизни идут рука об руку. Непринятие своей ответственности часто проявляется в страхе негативной оценки и вообще близко к страху наказания (реального или символического). На более глубоком уровне ответственность предполагает самостоятельность, принятию которой также мешает опасение не быть любимым (бессознательный тезис «родители любят послушных детей»). Таким образом, свободное выражение своих чувств и способность к принятию ответственности связаны сходными внутренними барьерами.

Приблизительно к середине четвертого дня (в среднем через 20 часов после начала группы) содержание предъявляемых личностных проблем начинало меняться, что позволяет говорить о третьей стадии

терапевтической динамики группы. Появлялись такие проблемы, как «трудности сближения с другими людьми», «страх подчинения», «опасение зависимости при возникновении близких отношений». Смена проблем связана с изменением групповой атмосферы. Атмосфера большей близости, открытости, появляющиеся выражения глубоких симпатий членов группы друг к другу являются «наградой» для тех, кто высказывал свои проблемы на второй стадии, но эта же атмосфера оказывается триггером напряжения для некоторых других участников. В первую очередь это касается тех, кто формулирует свои проблемы как непринятие любви других людей или неспособность к поддержанию близости. Как правило, это люди, вполне способные к самовыражению и поэтому не испытывающие значительного напряжения на второй стадии. Однако можно увидеть, что их автономия несколько напоминает подростковую противозависимость. Они платят за свою автономию настороженным отношением к близости вообще. Опасение оказаться зависимым, подчиненным связано для них с тем, что близкий человек может повести себя наподобие родителя и это таит угрозу их автономии.

Следом за ними в фокус обычно попадают участники, формулирующие свои проблемы не просто как неспособность к поддержанию близости, а как неспособность к любви.

Проблема способности любить чаще всего оказывается связанной с мучительным взвешиванием собственной ценности и со страхом испытать «унижение своего достоинства». При этом отношение к вопросам близости и личной свободы может быть сравнительно бесконфликтным, а наибольшее напряжение вызывается такой, на наш взгляд, сущностной характеристикой любви, как бескорыстное служение другому человеку. Сущность любви составляет именно акт дарения. Но клиенты, попадающие в фокус на этой стадии, переживают служение как унижение, как умаление своего достоинства. Акт дарения заменяется взвешиванием меновой стоимости своего отношения к другому человеку. Субъективно этот конфликт часто описывается клиентами с помощью альтернативы «гордость-унижение» и соответствующей ей альтернативы «ценность-любовь (служение)». Однако клиенты называют ценностью то, что, по сути дела, является ценой (Немиринский, Федорус, 1991). Их переживания, сознательно или бессознательно, скорее характеризуются ощущением своей малоценности, которое они пытаются компенсировать высокой ценой, «рыночным» (Fromm, 1947) типом поведения. Как правило, эти проблемы разрешались на данной стадии путем противопоставления ценности-полезности и цены (на языке клиентов это может звучать по-другому) и преодоления противопоставления ценности и любви. Собственная ценность теперь, наоборот, связывалась со способностью к любви, и это знаменовало финал третьей стадии терапевтической динамики группы.

Несмотря на описанное разделение двух фаз третьей стадии (которое не всегда достаточно четко), внутренние барьеры на обеих фазах, так же

как и на второй стадии, прочно взаимосвязаны. Как правило, там, где наблюдается страх унижения, будут слышны и отголоски опасений зависимости и подчинения, и наоборот. Видимо, существует единый комплекс проблем третьей стадии, своего рода проблемный блок близости и любви.

Из пятнадцати групп, являющихся объектами настоящего анализа, относительно двенадцати можно было говорить о наличии третьей стадии (три группы так и закончились на второй стадии). В четырех из этих двенадцати групп было видно наступление четвертой стадии терапевтической динамики группы. На этой стадии тема близости частично перемещалась из области желаний в область барьеров. Любовь к другому человеку выступает то как неустойчивая жизненная опора, то как препятствие в собственной жизни. Высказывались проблемы отношения между долгом и любовью, одиночества, которое приобретает оттенок какой-то неизбежности и далеко не всегда предполагает реальное отсутствие близких людей. Звучала и проблема собственной ценности, но уже не в контексте альтернативы любви и гордости, а в контексте самоотношения, иногда права любить и не любить. Внешне группа как бы возвращалась к актуальной на второй стадии теме индивидуальной свободы и автономии. Но работа с фокусируемыми в этот период проблемами позволяют предположить наличие качественно новой стадии терапевтической динамики группы.

Те, кто попадал в фокус на четвертой стадии, отличались, как правило, способностью и к близости, и к любви. Однако в тот момент, когда группа праздновала «материализацию»¹ любви, их напряжение резко возрастало. В первую очередь это касается тех, кто по объективным обстоятельствам вынужден расстаться с любимым человеком. Их страдание усугублялось тем, что они обнаруживали сильную, почти симбиотическую привязанность к любимым людям и не мыслили себе ни дня, проведенного без них. Психологическая сложность их ситуации состояла в том, что их собственная ценность была для них сращена с любовью к своим близким, и теперь, увидев в группе соединение конструкта собственной ценности с конструктом любви, они нашли «подтверждение» опустошенности своей дальнейшей жизни. Во вторую очередь напряжение испытывали те участники, которые в процессе своего личностного роста пришли к проблеме собственной ценности, своей автономной ценности, экзистенциального принятия уникальности своей собственной жизни. Сущностью четвертой стадии, видимо, и является движение к такому экзистенциальному самопринятию. Собственная ценность, до этого связывавшаяся с групповой идентификацией, затем с автономией и свободой самовыражения, затем со способностью к любви, теперь реализуется в любви к себе, своей душе, к своему существованию.

¹ Выражение А.Е.Алексейчика.

Любовь к себе делает возможной внутреннюю гармонизацию, интеграцию своих отношений с миром (Fromm, 1956). Конечно, эта способность растет на всем протяжении терапевтической динамики группы, но фокусируется только на данной стадии, потому что для достижения достаточной степени любви к себе человек должен пройти как стадию обретения своей автономии, так и стадию обретения способности любить другого человека.

Психотерапия как путь

Так существует ли все-таки терапевтическая динамика группы как явление, имеющее монотонно-прогрессивный, а не циклический характер? В самом деле, если мы посмотрим на групповую динамику с социально-психологической точки зрения, то увидим, что различные стадии группового развития представляют собой поочередную концентрацию участников группы то на вопросах идентификации и близости (первая и третья стадии), то на вопросах индивидуализации (вторая и четвертая стадии). Но если смотреть на групповую динамику под углом анализа самосознания клиентов, то мы получим другую картину. Этот взгляд может быть облегчен введением такого понятия, как *ведущий контекст самосознания*. Под контекстом самосознания имеются в виду представленные в форме оппозиции («Я-Ты», «Мы-Они» и т.п.) рамки осмысления своего поведения. Для различных стадий групповой динамики можно выделить различный ведущий контекст осознания индивидуальных изменений. На первой стадии ведущим контекстом является оппозиция «Мы-Они». Это стадия идентификации с группой, с социальным целым (с «Мы»). «Они» при этом относится к внегрупповому пространству. На второй стадии, стадии обретения ответственности, акцент смещается на оппозицию «Я-Они», отражающую противопоставление себя другим членам группы («Они» – другие члены группы). Третья стадия – стадия «Я-Ты» отношений. Это период проживания способности к близости и к любви. Четвертая стадия – стадия обращения к своей экзистенциальной уникальности. Ее ведущий контекст может быть определен как «Я-Я».

Таким образом, в плане личностного роста групповой процесс предстает как *путь к «я»*, путь участников к своему «я» и, через него, к «я» других людей.

Экзистенциальное значение стадий терапевтической динамики группы может быть описано как лестница полагания ценности своего «я». Ступенями этой лестницы последовательно являются причастность к социальному целому, свобода проявления своей индивидуальности, любовь к другим людям, любовь к себе.

* * *

В целом содержание терапевтической динамики группы представлено в таблице 1. Левая половина таблицы отражает содержание личностных

проблем на различных стадиях групповой динамики, правая – значение каждой стадии. Внутри каждой стадии можно условно выделить по две фазы в зависимости от ведущей темы, касающейся «желаемых изменений». Можно видеть, что на первой фазе содержание проблем более или менее прямо отражает изменения групповой атмосферы (например, выражение чувств на второй стадии или принятие близости на третьей), в то время как проблемы второй фазы обычно касаются внутриличностных механизмов блокирования или способствования продуктивности (тема ответственности на второй стадии или любви на третьей). По-видимому, на каждой стадии имеет место процесс движения «группового сознания» от более поверхностных к более глубоким формулировкам тех проблем, которые составляют суть данной стадии. Вместе с тем жестких границ между фазами (в отличие от границ между стадиями) не существует, а барьеры, препятствующие реализации желаемого изменения, являются либо общими для обеих фаз, либо по крайней мере прочно взаимосвязанными.

Таблица 1

Стадии	Содержание личностных проблем		Значение стадий		
	Желаемое изменение	Внутренние барьеры	Ведущий контекст самосознания	Общее значение стадии	Экзистенциальное значение стадий
I	Знакомство, Единение	Страх негативной оценки, опасение деиндивидуализации	Мы – Они	Идентификация	Причастность
II	Самораскрытие, выбор, поступок, ответственность	Страх негативной оценки, страх отвержения, потери симпатий, страх самостоятельности, иногда страх смерти	Я – Они	Индивидуализация	Автономия (личная свобода)
III	Принятие близости, любовь как служение другому человеку	Страх подчинения, страх зависимости. Страх унижения.	Я – Ты	Близость	Любовь (служение)

IV	Принятие собственной уникальной ценности, любовь к себе	Тенденция к превращению любви в симбиоз, императивность любви к другому	Я – Я	Самоинтеграция	Любовь к себе (экзистенциальное самоприятие)
----	---	---	-------	----------------	--

Конкретное содержание стадий и их двухфазная структура дают основания судить о *механизмах* смены содержания групповой динамики. *Внешним* (общегрупповым) механизмом терапевтической динамики группы является смена групповой атмосферы. Изменения в групповой атмосфере являются сначала основанием, а затем следствием личностных изменений участников группы.

Внутренний механизм терапевтической динамики относится к закономерностям другого порядка, а именно к самодвижению содержания группового процесса. В таблице 1 можно видеть, как каждая последующая стадия диалектически отрицает предыдущую, но уже следующая за ней стадия возрождает в интегрированном виде то, что было отброшено. Так, псевдоединение первой стадии, стремление прямо и немедленно оказаться в мире любви – это именно то, против чего содержательно направлена вторая стадия. Но, обретая способность к ответственности как результат второй стадии, и соединяя ее с реактуализирующейся потребностью в единении, участники *закономерно* приходят к тому, что является содержанием стадии третьей – к подлинной близости и любви. В этом смысле можно говорить о том, что окончательное решение проблем первой стадии происходит на третьей, так же как и окончательное разрешение (то есть интеграция, предохраняющая от регресса) проблем второй стадии – на четвертой.

Понимание внутреннего механизма терапевтической динамики группы крайне важно не только для нюансировки и систематизации представлений о групповой динамике. Дело в том, что, как мы видели, часть «достижений» предыдущей стадии превращается на следующей стадии в «барьеры». Знание этой закономерности предохраняет ведущего от многих ошибок, совершенных «из благих побуждений». Например, стремление терапевта «привести» группу к радости отношений любви в период, когда участники находятся в начале второй стадии, не даст ничего, кроме торможения развития второй стадии и, возможно, регресса группы к псевдосплоченности.

И, наконец, последнее. Вычленение четвертой стадии и введение понятия ведущего контекста самосознания позволяет понять взаимоотношения между социальной и терапевтической динамикой группы. Социальная динамика циклична, а терапевтическая – монотонна.

И именно цикличность социальной динамики группы способствует монотонности ее терапевтической динамики.

ЛИТЕРАТУРА

- Беннис У., Шепард Г. Теория группового развития // Современная зарубежная социальная психология – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – С.142-161.
- Исурина Г.Л. Динамика индивидуально-психологических показателей больных невротами в процессе групповой психотерапии // Клинико-психологические исследования групповой психотерапии при нервно-психических заболеваниях. – Л., 1979. – С.71-76.
- Исурина Г.Л. Механизмы психологической коррекции личности в процессе групповой психотерапии в свете концепции отношений // Групповая психотерапия. – М.: Медицина, 1990. – С.89-120.
- Карвасарский Б.Д. Психотерапия. – М.: Медицина, 1985.
- Маслоу А. Самоактуализация // Психология личности. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982. – С.108-117.
- Немиринский О.В., Федорус И.В. Синдром Клеопатры (дилемма любви и гордости) // Психологический журнал, 1991, № 5. – С.60-64.
- Немиринский О.В., Федорус И.В. Принципы и методы интенсификации психотерапевтического процесса в группах // Социальная и клиническая психиатрия, 1993, № 1. – С.102-109.
- Becker E. *The Denial of Death*. – N.Y.: Free Press, 1973.
- Fedorous I.V., Nemirinsky O.V. *Problem-focusing Group: Tool for Therapy, Tool for Research* // *Love and Hate. The Abstracts of the 11th International Congress of Group Psychotherapy*. – Montreal, 1992. – P.36.
- Foulkes S.H., Anthony E.J. *Group Psychotherapy*. 2nd ed. – Baltimore: Penguin Books, 1965.
- Fromm E. *Man for Himself*. – N.Y.: Holt, Rinehart & Winston, 1947.
- Fromm E. *The Art of Loving*. – N.Y.: Harper & Row, 1956.
- Mintz E.E. *Marathon Groups: Reality and Symbol*. – N.Y.: Appleton-Century Crofts, 1971.
- Nemirinsky O.V., Fedorous I.V. *The Meaning of Aggression in Problem-focusing Groups* // *Love and Hate. The Abstracts of the 11th International Congress of Group Psychotherapy*. – Montreal, 1992. – P.73.
- Perls F.S. *Gestalt Therapy Verbatim*. – Moab: Real People Press, 1969.
- Rogers C.R. *Carl Rogers on Encounter Groups*. – N.Y.: Harper & Row, 1970.
- Rutan J.S., Stone W.N. *Psychodynamic Group Psychotherapy*. – N.Y.: Macmillan Published Co., 1984.
- Slavson S.R. *Are There Group Dynamics in Therapy Groups?* // *International J. of Group Psychotherapy*, 1957, № 7. – P.115-130.
- Schutz W. *FIRO-B: Interpersonal Underworld*. – Palo Alto: Science and Behavior Books, 1966.

Whitaker D.S., Lieberman M.A. A Psychotherapy through the Group Process. – N.Y.: Atherton Press, 1964.

Wolf A., Schwartz E.K. Psychoanalysis in Groups. – N.Y.: Grune & Strathon, 1962.

Yalom I.D. The Theory and Practice of Group Psychotherapy. – N.Y.: Bacis Books, 3rd ed., 1985.