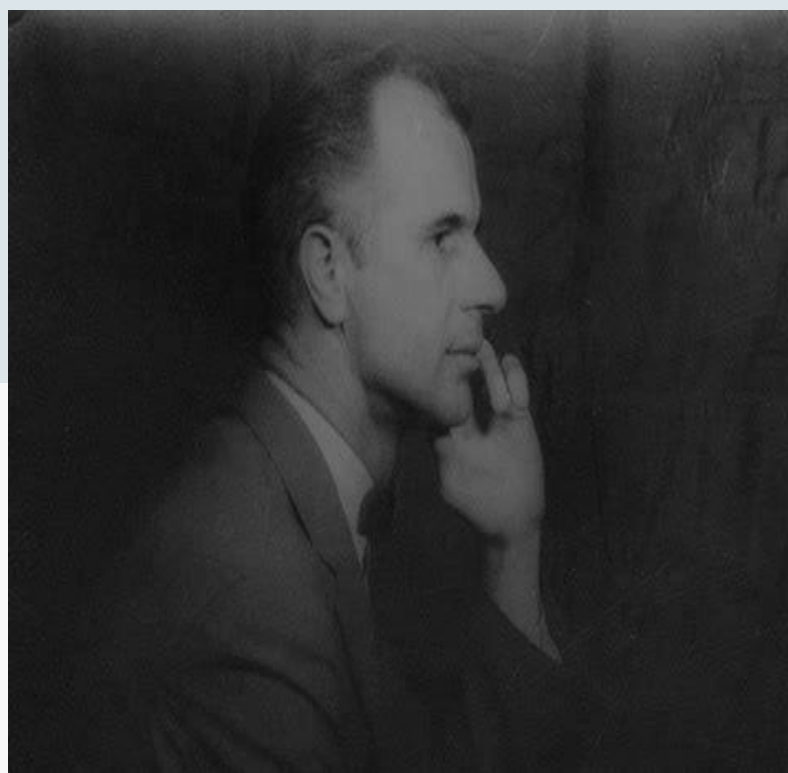


История групповой психотерапии



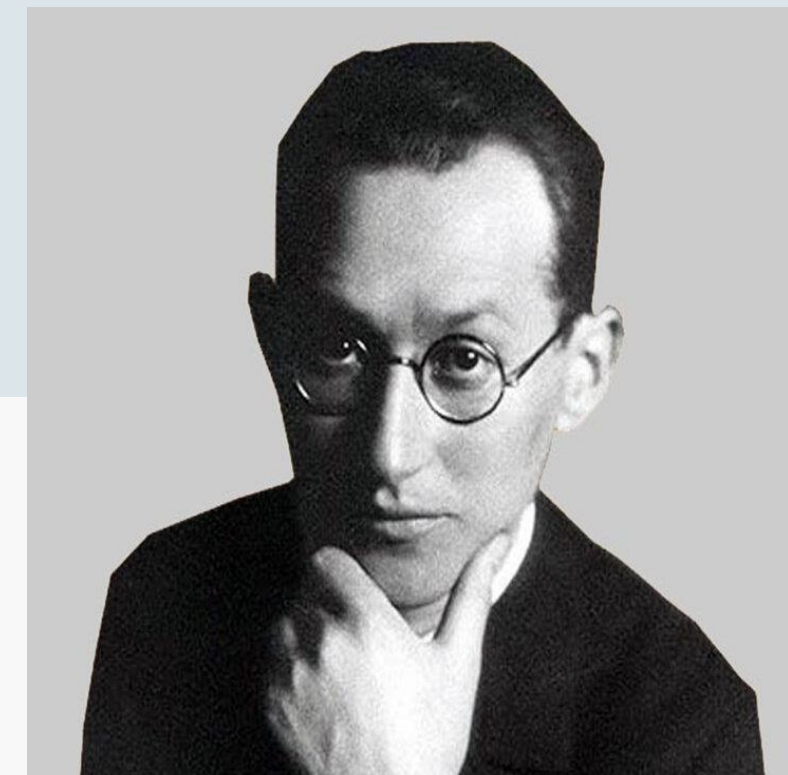
Йосиф Пратт

Впервые начал собирать пациентов с туберкулёзом в группы для поддержки и обмена опытом. Это положило начало терапевтическому использованию групп



Якоба Морено

австрийский психиатр, развивает психодраму — метод разыгрывания жизненных сцен в группе. Он вводит термин «групповая психотерапия» и активно применяет его в клинической практике.



Курт Левин

исследует групповую динамику

Актуальность

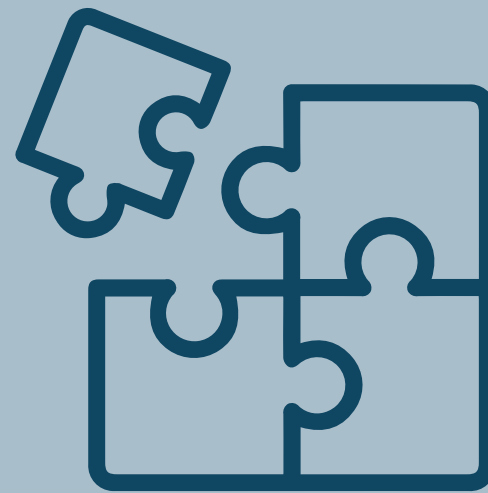
- Востребованность краткосрочных методов психотерапии.
- Экономичность групповой терапии при сохранении эффективности.
- Актуальность в условиях роста психоэмоциональных нарушений.



Цель исследования



Разработка модели
краткосрочной
групповой
психотерапии.



Интеграция в
лечебные
мероприятия.



Оценка эффективности
лечения нервно-
психических
расстройств.

Материалы и методы

45 пациентов

мужчины — 37.8% (17)

женщины — 62.2% (28)



Возраст: 20–50 лет

Группы:

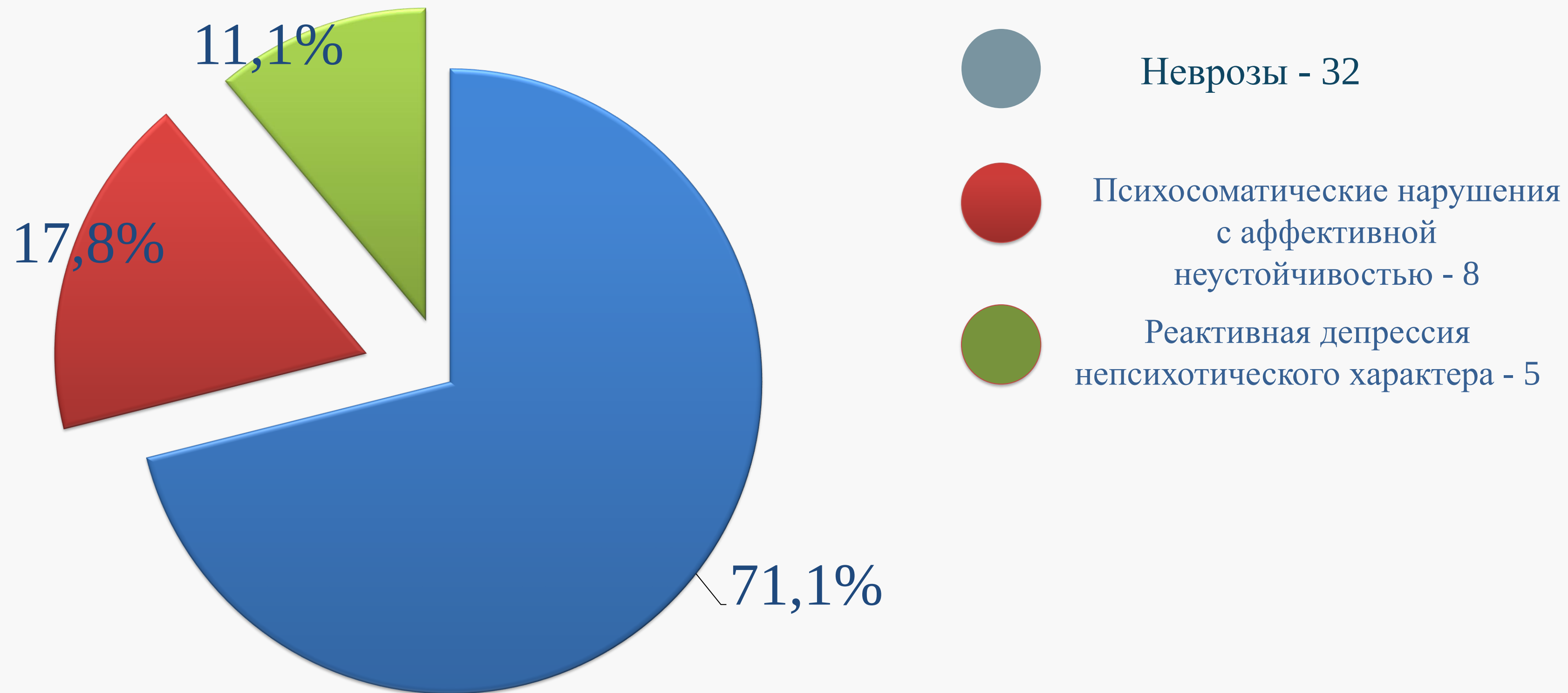
1. Групповая терапия (40%)
 2. Медикаменты + рациональная терапия (5%)
 3. Комбинированное лечение (55%)
-

Методы групповой терапии

- Дискуссии, психодрама, психогимнастика, музыкотерапия
- Проективный рисунок, транзактный анализ, гештальт
- Поведенческая, позитивная психотерапия
- Открытые и закрытые группы (8–12 чел.)



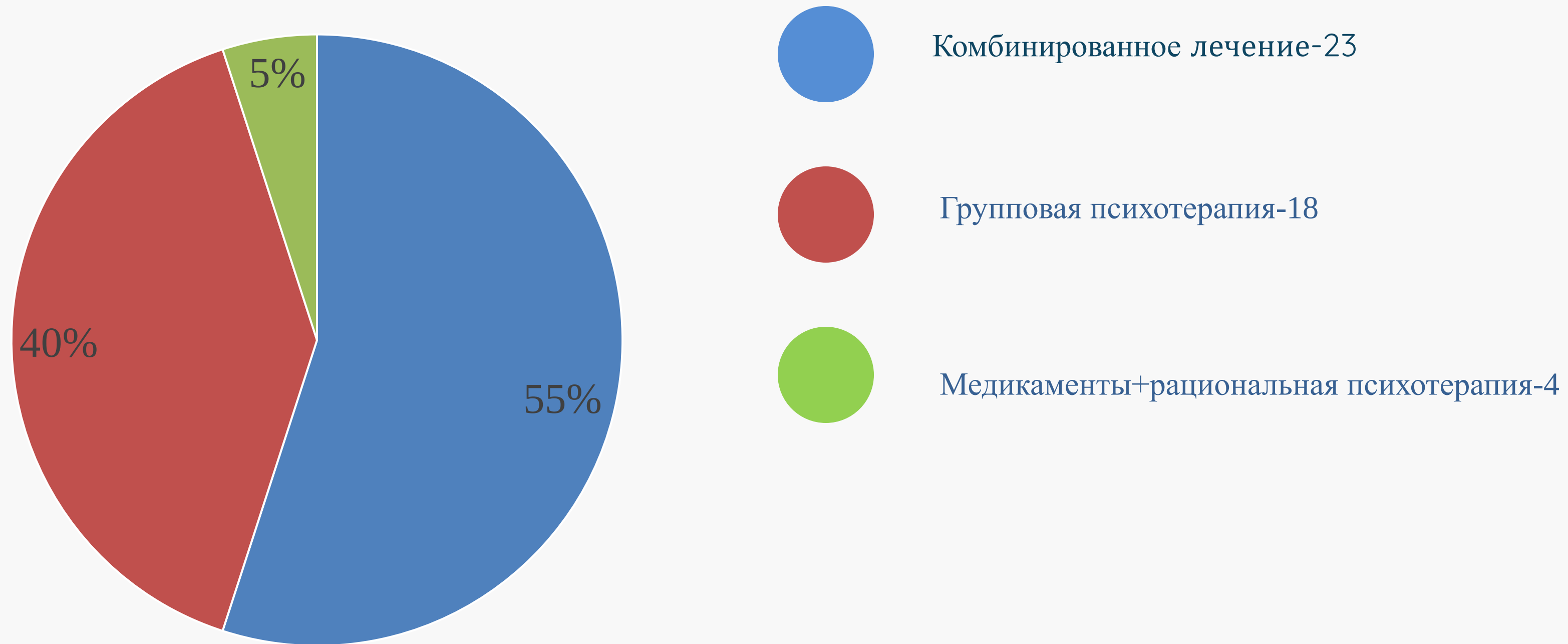
Распределение пациентов по нозологическим формам



В нозологическом отношении больные были представлены следующим образом: неврозы – 32 пациентов (71,1%); психосоматические нарушения с аффективной неустойчивостью (психастеническими, ипохондрическими, обсессивными, фобическими, астеническими симптомокомплексами) – 8 (17,8%); реактивная депрессия непсихотического характера – 5 пациентов (11,1%).

Больные при терапевтическом воздействии в сравнительном аспекте представляли три группы: 1 группа – больные получавшие различные современные методы групповой психотерапии – 18(40%); 2 группа – больные, получавшие медикаментозное лечение и только рациональную психотерапию – 4(8,9%); 3 группа – комбинированное лечение (групповая психотерапия и психофармакотерапия) – 23 (51,1%) больных. С первой и третьей группами больных наиболее эффективно использовались методы психотерапии с малыми группами (8 – 12 человек).

Распределение пациентов по группам лечения



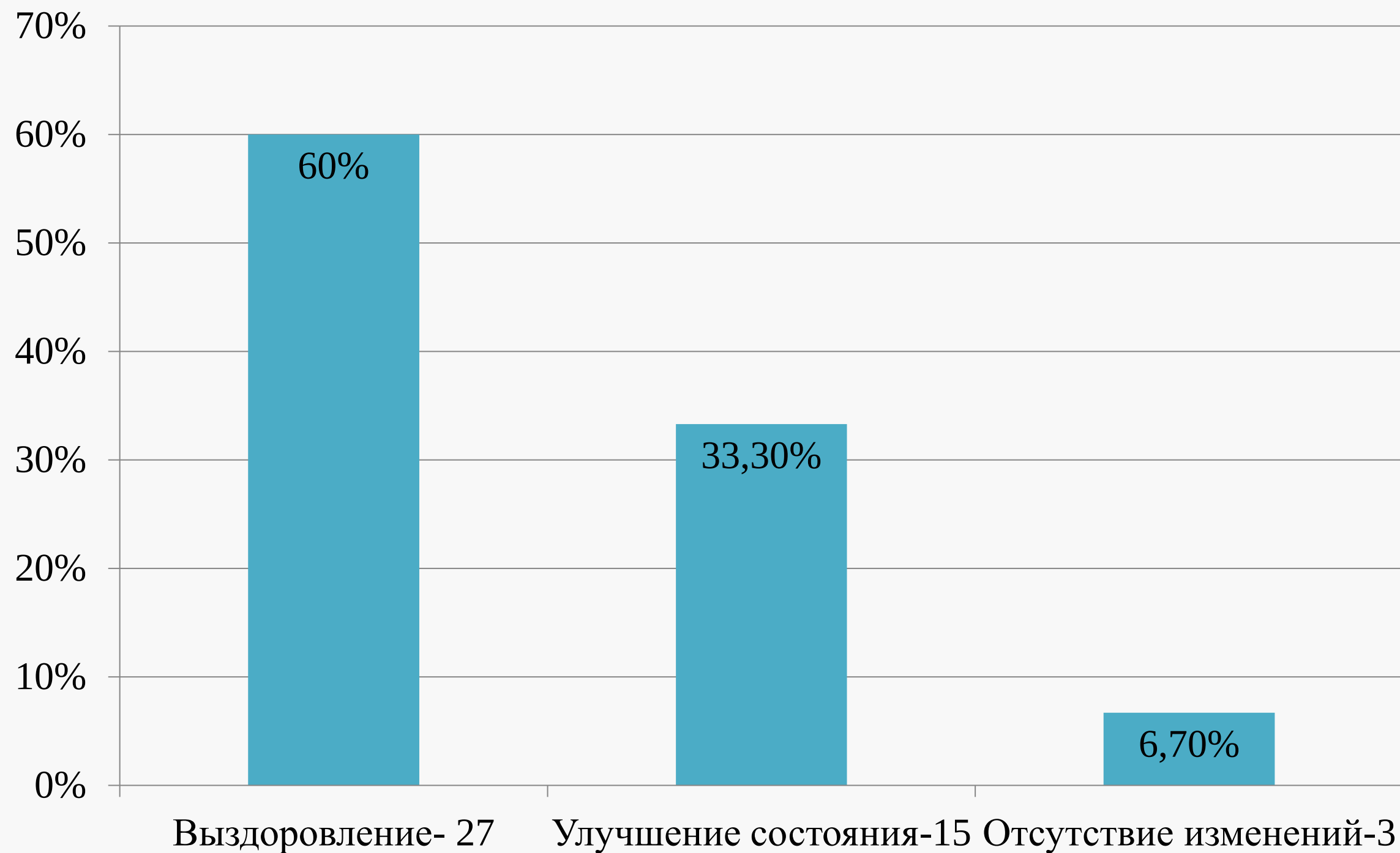
Результаты лечения показали высокую эффективность групповой психотерапии, особенно при сочетанном применении с медикаментозным лечением. Уже на 5й день терапии в третьей группе (получавшей комбинированное лечение) отмечалось значительное снижение выраженности таких симптомов, как раздражительность, вспыльчивость, утомляемость, эмоциональная нестабильность, головокружение и другие.

В первой группе (получавшей только групповую психотерапию), редукция невротической симптоматики наблюдалась у 40% пациентов.

Во второй группе (где применялись медикаментозное лечение и рациональная психотерапия) положительная динамика зафиксирована у 5% пациентов.

Наиболее выраженные результаты достигнуты в третьей группе — у 55% пациентов, где психотерапия сочеталась с медикаментозной поддержкой.

Результаты лечения исследуемых пациентов



Статистический анализ результатов лечения показал:
— у (27) 60% пациентов наступило выздоровление,
— значительное улучшение состояния наблюдалось у (15) 33,3%,
— отсутствие изменений зафиксировано лишь у (3) 6,7% больных.



Преимущества терапии

1. Экономия времени и охват большего числа пациентов
2. Межличностное обучение и поддержка
3. Имитация повседневных ситуаций
4. Развитие навыков и личностный рост

- Краткосрочная групповая психотерапия эффективна при НПР
- Снижает симптоматику, повышает адаптацию
- Оптимальна при фобиях, психастении, ипохондрии, депрессии
- Наиболее эффективна в комбинированной терапии



Выводы

Одним из ключевых факторов, обеспечивающих успешность терапии, является четкая организация и структурирование психотерапевтических мероприятий в условиях ограниченного времени. Именно это позволяет добиться значимых положительных результатов за короткий срок. Групповая терапия предлагает участникам уникальные возможности для роста в дополнение к снижению симптомов.[4]

В ходе краткосрочной групповой психотерапии у большинства пациентов наблюдались позитивные изменения: расширение самосознания, уменьшение проявлений невротических расстройств, улучшение самооценки, трансформация системы личностных установок, развитие более эффективных стратегий преодоления стрессов и повышение уровня социальной адаптации.

Групповая психотерапия, ориентированная на глубокие изменения личности, позволяет активизировать когнитивные, эмоциональные и поведенческие процессы, что усиливает терапевтический эффект и способствует ускорению психотерапевтической динамики даже в условиях ограниченного срока лечения.

Литература

1. Групповая психотерапия [Электронный ресурс] // Психологос. — URL: <https://psychologos.ru/articles/view/grupnovaya-psihoterapiya> (дата обращения: 11.04.2025).
2. Таланцева Ю. Групповая психотерапия: методы и эффективность [Электронный ресурс] // B17.ru. — URL: <https://www.b17.ru/article/362378/> (дата обращения: 11.04.2025).
3. Андрюс, К., Росс, Д., Марони, Т. Л. Онлайн-групповая психотерапия: систематический обзор / К. Андрюс, Д. Росс, Т. Л. Марони // Community Mental Health Journal. — 2024. — Т. 60, № 8. — С. 1511–1531. — doi: 10.1007/s10597-024-01304-4.
4. Lomas T., Waters L., Williams P., Oades L., Kern M.L. Third wave positive psychology: broadening towards complexity and ecology // The Journal of Positive Psychology. 2021. Vol. 16, No. 5. P. 660–674.
5. Stoycos SA, Berzenski SR, Beck JG, Unger W, Cappellano JM, Spofford CM, Sloan DM. Predictors of treatment completion in group psychotherapy for male veterans with posttraumatic stress disorder. J Trauma Stress. 2023 Apr;36(2):346–358. doi: 10.1002/jts.22915.
6. Лорентцен С. Фокусированная групповая аналитическая психотерапия: интеграция клинического опыта и исследований // Журнал клинической психологии. – 2022. – Т. 78, № 8. – С. 1613–1623. – DOI: 10.1002/jclp.23397.
7. Li Y., Wang H., Zhang X., et al. Prevalence and Risk Factors of Cognitive Frailty in Patients Undergoing Maintenance Hemodialysis: A Systematic Review and Meta-Analysis // Brain and Behavior. – 2024. – Vol. 14, No. 1. – P. e01926. – DOI: 10.1002/brb3.1926.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

