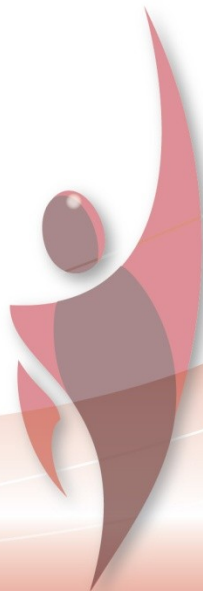


Группы само- и взаимопомощи

Презентация разработана руководителем направления
национальной мобилизации –

Велигоцкой

Анастасией (по материалам Группы само- и взаимопомощи
для людей, уязвимых к ВИЧ. — К.: МБФ «Международный Альянс
по ВИЧ/СПИД в Украине», 2013. — 68 с.



**«Только ты один можешь
справиться с этим,
но ты не справишься с этим в
одиночестве!»**

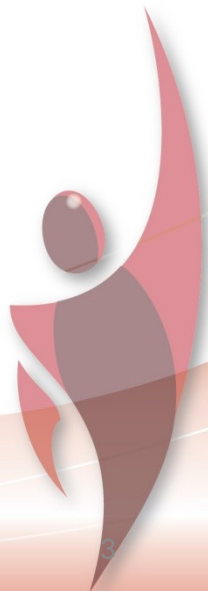
М. Л. Меллер



Группы поддержки

- это регулярно собирающиеся группы людей, объединенные общей проблемой или ситуацией.
- служат для обмена опытом, информацией и оказания помощи.

Особенность такого вида групповой работы заключается в том, что ответственность за организацию и проведение встреч возложена на специалиста, а не участников группы.



Краткая характеристика группы поддержки

| Ведущий и его роль | Характеристика участников, количество | Время проведения, продолжительность работы группы | Место проведения | Особенности участия |
|---|---|---|---------------------------------|---|
| <p>Ведущий – профессионал (социальный работник, врач, психолог и др.), лидер, организатор группы</p> <p>Может не быть причастным к проблематике участников группы</p> <p>Задает структуру процесса, сохраняет формат и границы</p> | <p>Люди, объединенные общей проблемой, ситуацией</p> <p>Количество — неограниченное</p> | <p>В среднем 1,5–2 часа</p> <p>Продолжительность работы группы не оговаривается, может работать неограниченно долго</p> | <p>Уютное место со стульями</p> | <p>Чаще всего эти группы закрыты для людей, не причастных к проблеме (родственники, друзья и пр.), но открыты для новых участников с такой проблемой</p> <p>Участие в группе бесплатное</p> |



Группа само- и взаимопомощи

- это коллектив людей, объединенных общей жизненной проблемой или ситуацией.
- таковой может быть хроническое заболевание или зависимость, пережитая участниками личная драма, а может, ситуация неприятия обществом и потребность отстаивать свои права.

В группы взаимопомощи могут объединяться непосредственно люди, затронутые серьезной проблемой, либо их близкие — родные и друзья.



Группы взаимопомощи могут быть следующих типов:

- **Группы I типа** занимаются преимущественно контролем или коррекцией поведения. Так же они объединяют в себе людей с общими проблемами, заболеваниями. Например, анонимные наркоманы, анонимные родители, группы для ЛЖВ, группы для людей с гепатитами и пр.
- **Группы II типа** объединяют людей, находящихся в общих стрессовых ситуациях, в соответствии с которыми их можно разделить на подтипы. Эти группы могут фокусироваться на таких кризисных ситуациях, как изнасилование, убийство кем-либо ребенка или выживание после суицидной попытки. Например, группы женщин-ПИН, переживших насилие
- **Группы III типа** занимаются так называемыми переходными периодами жизни, или переходом к нормальному состоянию. Такие группы стремятся скорее к совладению с кризисными ситуациями, чем к изменению статуса своих членов. Например, группы для MSM, группы для родителей MSM и пр.
- **Группы IV типа** не имеют какой-либо определенной общей проблемы, они стремятся к общей самоактуализации и повышению личной эффективности.

Краткая характеристика группы само- и взаимопомощи

| Ведущий и его роль | Характеристика участников, количество | Время проведения, продолжительность работы группы | Место проведения | Особенности участия |
|---|---|---|--|--|
| <p>Ведущий — человек, занимающийся организацией и ведением групповых форм работы, который сам находится в проблеме. Может не иметь профессиональной подготовки</p> <p>Данная позиция выборная. В развитых, зрелых группах эту роль могут выполнять несколько человек</p> <p>Задает структуру процесса, сохраняет формат и границы</p> <p>Не является лидером группы. Высказывается в равной мере с остальными участниками</p> | <p>Люди, объединенные общей проблемой, ситуацией</p> <p>До 20–25 участников</p> | <p>1,5–2 часа</p> <p>Продолжительность работы группы не оговаривается, может работать неограниченно долго</p> | <p>Комфортное место проведения в любом учреждении (офис организации, общественный центр, конференц-зал в ЛПУ)</p> <p>Комната со стульями, которые можно поставить по кругу</p> | <p>Группа закрыта для людей, не причастных к проблеме (родственники, друзья и пр.), но открыта для новых участников, находящихся в проблеме. Также, возможно приглашение специалистов на отдельные открытые встречи</p> <p>Участие в группе бесплатное</p> |

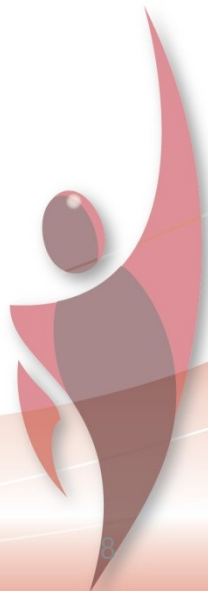


Психотерапевтическая группа

- это группа людей, в которой профессиональный консультант фасилитирует групповое взаимодействие, помогающее ее участникам исследовать, понимать и, может быть, изменять длительно существующие способы поведения

Данная группа — это не аналог групп поддержки или взаимопомощи, а совсем иной вид помощи.

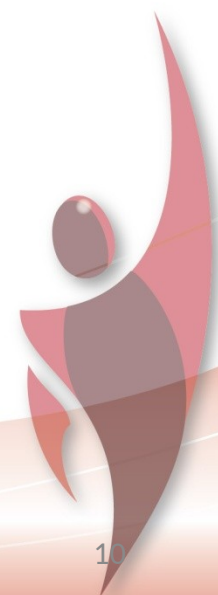
Психотерапевт — ведущий группы — должен иметь специализацию в области групповой психотерапии.





Краткая характеристика психотерапевтической группы

| Ведущий и его роль | Характеристика участников, количество | Время проведения, продолжительность работы группы | Место проведения | Особенности участия |
|--|--|---|--|---|
| <p>Ведущий — профессионал (психолог, психиатр, психотерапевт, социальный работник с психотерапевтической подготовкой)</p> <p>Роль ведущего определяется его личностными особенностями, философией</p> | <p>Люди с разнообразным жизненным опытом и различными проблемными ситуациями</p> <p>15–17 участников</p> | <p>2 –3 часа</p> <p>Продолжительность работы группы оговаривается в контракте между профессионалом и участниками группы (заранее оговаривается количество групповых встреч)</p> | <p>2 –3 часа</p> <p>Продолжительность работы группы оговаривается в контракте между профессионалом и участниками группы (заранее оговаривается количество групповых встреч). Комфортное место проведения в любом учреждении</p> <p>Комната со стульями, которые можно поставить по кругу</p> | <p>Психотерапевтические группы в основном закрытые или сквозные (одни уходят, другие приходят)</p> <p>Участие в группе чаще всего платное</p> |



Сравнительная таблица групповых форм работы



| Особенности Тип группы | Цель | Структуриро- ванность рабо- ты, программа | Особенности роли ведущего | Особенности участников |
|---------------------------|---|---|---|--|
| Группа самопомощи | Помочь самим себе, находясь в кругу людей с аналогичными проблемами | Программа и структура груп- пы обязательны и создаются участниками группы | Группу ведет фасилитатор — один из участ- ников группы. Имеет причаст- ность к пробле- матике группы | Люди, объ- единенные определенной общей про- блемой |
| Группа поддержки | Поиск и реали- зация способа справиться с трудной жизнен- ной ситуацией Разрабатыва- ется специали- стом, ведущим группу | Программа за- висит от цели работы группы | Специалист, профессионал в соответствующей теме, не обязательно причастен к проблематике группы | Люди, объ- единенные определенной общей про- блемой |
| Группа терапевтическая | Глубинные личностные из- менения, иссле- дование сферы бессознатель- ного, адаптация к изменяю- щимся требо- ваниям среды; составляющая программы подготовки практикующего психолога (пси- хотерапевта) | Программы как таковой нет, есть правила, временные рам- ки, ориентация на внутренние процессы, дина- мику группы | Специалист, имеет соот- ветствующую психологиче- скую (психоте- рапевтическую) подготовку, не обязательно причастен к проблематике группы | Представи- тели разных социальных групп, с раз- ной проблема- тикой |



Кто такой фасилитатор?

- **Фасилитация** (от англ. facilitate — облегчать) — процесс организации обсуждения в группе
- **Фасилитатор** анализирует происходящее вместе с участниками группы, следит за порядком дискуссии и (что особенно важно) способствует тому, чтобы все участники имели возможность проявить себя. Но при этом никого ни к чему не принуждает, как это мог бы сделать руководитель. Он так же, как и все, в ходе группы работает над решением собственных проблем.

Главная роль фасилитатора в том, чтобы все участники группы чувствовали, что они имеют право голоса, что их мысли важны, что к ним прислушиваются и принимают их точку зрения.

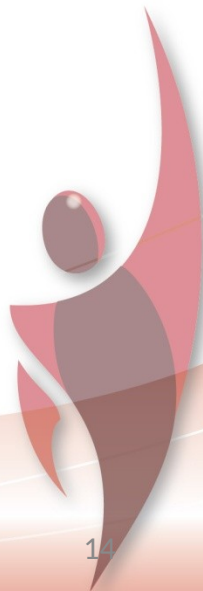
Ограничения для фасилитаторов различных групп взаимопомощи

| Группы наркозависимых | Группы ЛЖВ | Группы ЖСБ | Группы ПИН на ЗПТ |
|--------------------------------|--|---|---|
| Срок трезвости не менее 1 года | Опыт жизни с ВИЧ не менее 1 года. Высокий уровень приверженности к АРТ | Опыт жизни вне секс-бизнеса не менее 1 года | Срок участия в программе ЗПТ не менее 1 года. Чистота от уличных наркотиков не менее 6 мес. |

Основные этапы группы

1. Приветствие фасилитатора и участников
2. Зачитывание преамбулы и правил группы
3. Обсуждение тем в группе
4. Завершение группы
5. Свободное общение и чаепитие

Для достижения эффективности встреч, группы должны быть регулярными с четкой периодичностью встреч



Спасибо за внимание!

