

СУЩНОСТЬ И МЕХАНИЗМЫ
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО
ТРЕНИНГА: МАНИПУЛЯЦИЯ ИЛИ
ПОМОГАЮЩИЕ ОТНОШЕНИЯ?

Татьяна Короткина

THE GIST AND MECHANISMS
OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL TRAINING:
MANIPULATION OR HELP RELATIONSHIPS?

Tatyana Korotkina

Abstract. The article deals with the problem of the socio-psychological training mechanisms and the influence of a group on individuals. The author describes the phenomenon of «helping relationships» in training groups and contrasts this phenomenon with manipulations. Showed the author's approach to understanding the mechanisms of socio-psychological training.

Key words: social psychology; socio-psychological training, the gist and mechanisms of socio-psychological training, the influence of a group on individuals, helping relationships.

Актуальность проблемы исследования сущности и механизмов социально-психологического тренинга (СПТ) объясняется широкой распространенностью этого метода активного обучения и вместе с тем недостаточностью разработанности его методологических основ. Одним из основных вопросов методологии СПТ является вопрос о его механизмах.

Социально-психологический тренинг рассматривается современными учеными как метод активного обучения в контексте *психологического воздействия* (Емельянов 1985; Петровская 1989), *«взаимодействия и отношений»* (Петрова 2014: 22), а также в контексте *преднамеренных изменений* психологических переменных (Петровская 1989; Макшанов 1998).

Л. А. Петровская относит тренинг к методам, прямо ориентированным «на *вмешательство* в развитие группы или личности с

целью оказать *планируемое воздействие*, вызвать определенное *изменение*“ (Петровская 1982: 7).

По Ю. Н. Емельянову, “общим принципом социально-психологического тренинга... является осуществление обучения посредством *преобразующего воздействия группы на личность*...” (Емельянов 1980: 83).

Основываясь на определении С. И. Макшанова и общем принципе СПТ, сформулированном Ю. Н. Емельяновым, мы предлагаем следующее определение: ***Социально-психологический тренинг – это метод преднамеренных изменений социально-психологических переменных личности и группы, которые происходят посредством организованного психологом-тренером преобразующего воздействия группы на личность.***

Согласно теории групповой динамики Курта Левина, развитие и изменение отношений в группе происходят в результате действующих в группе сил. А это значит, что обычно легче изменить индивидуумов, собранных в группу, чем изменить каждого из них в отдельности. В связи с этим центральной задачей при решении проблемы изменения поведения становится задача „исследования механизмов влияния группы на ее членов“ (Десев 1979: 117).

Влияние группы на ее членов используется во всех видах групповой психологической работы: психотерапии, психокоррекции, СПТ. Различия между этими методами касаются, в первую очередь, целей:

- в психотерапевтических группах цель – лечение;
- в психокоррекционных группах цель – коррекция поведения и отношений;
- в тренинговых группах цель – обучение.

Сходство СПТ с групповой психотерапией и групповой психокоррекцией очень велико. И. В. Вачков утверждает, что тренинговые группы „работают на стыке психотерапии и психокоррекции, с одной стороны, и обучения – с другой“ (Вачков 1999: 13), и предлагает рисунок, иллюстрирующий соотношение этих понятий (рис. 1).



Рис. 1. Соотношение понятий „психотерапия“, „психокоррекция“, „обучение“ (по И. В. Вачкову)

С нашей точки зрения, обучение является основной целевой установкой СПТ. Кроме того, и обучение, и психотерапия, и психокоррекция имеют также индивидуальные формы. Поэтому мы рассматриваем СПТ в контексте других психологических методов именно *групповой* работы.

Нами предлагается схема, в которой соотносятся понятия „групповая психотерапия“, „групповая психокоррекция“ и „социально-психологический тренинг“ (рис. 2).

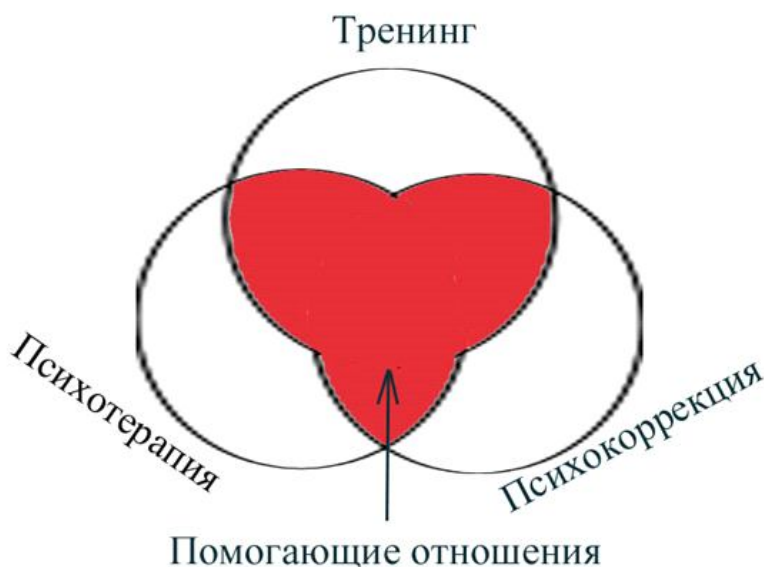


Рис. 2. Соотношение понятий „групповая психотерапия“, „групповая психокоррекция“ и „социально-психологический тренинг“.

На наш взгляд, общая основа для групповой психотерапии, групповой психокоррекции и СПТ – это организованное ведущим интенсивное общение в группе. Это общение должно стать основой „помогающих отношений“. Карл Роджерс не сомневался, что соответствующими условиями для возникновения изменений в личности являются определенные отношения, которые он назвал „*помогающими*“ (Роджерс 1994: 79). Под этим термином Роджерс понимал „отношения, в которых по крайней мере одна из сторон намеревается способствовать другой стороне в личностном росте, развитии, лучшей жизнедеятельности, развитии зрелости, в умении ладить с другими“ (Роджерс 1994: 81).

К группам, которые „предназначены для установления помогающих отношений“, Роджерс относит как психотерапевтические группы, так и группы управленцев, с которыми работает консультант. Под эту категорию отношений попадают „очень многие отношения,

в которые вовлечены мы и другие“, в том числе „отношения между психотерапевтом и все увеличивающимся числом так называемых „нормальных“ индивидов, которые приходят на психотерапию, чтобы улучшить свою жизнедеятельность или ускорить свое личное развитие“ (Роджерс 1994: 82).

Помогающее отношение, по К. Роджерсу, „характеризуется как бы прозрачностью, в нем четко видны мои реальные чувства. Оно также отличается принятием другого человека как индивида, имеющего ценность, а также глубинным эмпатическим пониманием, которое дает мне возможность видеть личный опыт человека с его точки зрения“ (Роджерс 1994: 76–77).

Мы понимаем сущность СПТ как развивающее обучение, осуществляющееся посредством преобразующего воздействия группы на личность, на основе помогающих отношений, складывающихся в тренинговой группе.

Как видим, наше понимание сущности СПТ существенно отличается от подхода В. Лефтерова, изложенного в статье «Психологический тренинг: механизмы и универсальные эффекты» (Лефтеров 2017). «Сложный процесс интенсивной учебы любым умениям, навыкам и опыту с помощью тренинга» представляется автору „*прогрессивной транспсихической манипуляцией*“ (Лефтеров 2017: 104). По мнению В. Лефтерова, «механизмы влияния психологического тренинга на человека и группу напрямую связаны с такими процессами и явлениями, как *трансляция, психологическая трансформация, прогресс, манипуляция и транс*» (Лефтеров 2017: 101).

С нашей точки зрения, *объект* манипулятивного влияния не может стать *субъектом* личностных изменений. Похоже, что В. Лефтеров также приходит к аналогичному выводу, когда подчеркивает, что именно субъект-субъектное взаимодействие „считается наиболее эффективным и даже идеальным“ (Лефтеров 2017: 107).

Существуют разные парадигмы СПТ, среди которых И. Вачков называет парадигмы, отличающиеся степенью „манипулятивности ведущего“. Это парадигмы 1) „дрессуры“, 2) тренировки, 3) активного обучения, 4) „создания условий для самораскрытия участников и самостоятельного поиска ими способов решения собственных психологических проблем» (Вачков 1999: 17–18). Именно при четвертой

парадигме, на наш взгляд, возможны наиболее глубокие изменения личностных переменных.

В зависимости от парадигмы по-разному решается вопрос о механизмах СПТ. Наиболее глубоко вопрос о механизмах влияния группы на личность ставится в научной психотерапевтической литературе. Отвечая на вопрос, посредством каких механизмов происходит воздействие на личность в процессе групповой психотерапии, Р. Дж. Корсини и Б. Розенберг произвели обширный анализ психотерапевтической литературы (более чем из 300 статей были выписаны 166 ссылок на механизмы группового воздействия и произведен факторный анализ) и выделили три основных базовых механизма:

- Эмоциональное воздействие (чувство принадлежности к группе, сопереживание, альтруистические чувства).
- Интеллектуализация (возможность обобщать и осознавать свой и чужой опыт).
- Возможность экспериментировать, подвергать проверке опытом реальных взаимодействий в группе и вне ее свои новые качества и способности (Kefir 1994: 379).

И. Ялом детально рассматривает „терапевтические факторы“, способные „вызывать значимые личностные и межличностные изменения“ (Ялом 2000: 16). Все описываемые Яломом факторы „взаимозависимы и ни один не возникает и не действует в отрыве от других... Эти факторы могут представлять разные части процесса изменения“: предпосылки изменения, изменения в поведении, содержание обучения и т.д. (Ялом 2000: 21).

Соглашаясь с И. Яломом в том, что среди факторов, влияющих на процесс личностного и межличностного изменения, существуют факторы разного уровня, мы выделяем те абсолютно необходимые факторы, без которых не будет запущен сам процесс изменения.

Нами предлагается теоретическая схема основного механизма, приводящего к изменению социально-психологических переменных личности. Изменение опосредовано воздействием, влиянием группы на личность.

Схематично механизм влияния группы на личность в процессе СПТ представлен на рисунке 3.



Рис. 3. Схема основного механизма СПТ.

Следует отметить, что каждый из названных блоков упоминается в литературе по СПТ и групповой психотерапии либо в качестве факторов (например, самораскрытие и обратная связь), либо в качестве отдельных механизмов (например, обратная связь), либо в качестве цели СПТ/групповой психотерапии (изменение). Мы предлагаем понимание единого механизма СПТ, в котором все звенья взаимосвязаны: каждый следующий элемент этого механизма начинает „работать“ при условии выполнения предыдущим элементом своих функций.

Первое звено механизма – **самораскрытие личности**. И. Ялом пишет: „Психотерапевты могут расходиться во мнениях по поводу многих аспектов процедуры групповой терапии, но относительно одного вопроса существует полное согласие: *самораскрытие для группового психотерапевтического процесса абсолютно необходимо*“ (Ялом 2000: 147).

Самораскрытие в СПТ имеет свою специфику: в СПТ не требуется такая степень самораскрытия, как в психотерапии, от члена группы не требуется раскрытие „самой страшной тайны“. Самораскрытие в СПТ происходит как бы само собой, если участники приняли групповые нормы и им следуют. Участнику группы достаточно быть активным и искренним, и он продемонстрирует группе свои непродуктивные способы общения, неэффективные модели поведения и пр., а это первый шаг, основа для получения от группы обратной связи, которая должна последовать сразу, „здесь и теперь“.

Обратная связь является не только центральным механизмом СПТ, но и рассматривается как фундаментальный „механизм управления человеком своим поведением“ (Бодалев 1983: 96). А. А. Бодалев пишет: „Благодаря действию механизма обратной связи человек на основе достигаемого в ходе взаимодействия с другими людьми результата может корректировать свое последующее поведение, заменяя использованные способы воздействия новыми, ... более эффективными“ (Бодалев 1983: 96).

Р. М. Грановская и Ю. С. Крижанская называют хорошо организованную обратную связь первым необходимым фактором, усиливающим воздействие группы на личность (Грановская, Крижанская 1994: 109).

Как видим, обратная связь называется и условием, и фактором воздействия. Л. А. Петровская прямо называет обратную связь основным механизмом СПТ. Действительно, „основной замысел тренинга состоит в том, чтобы превратить группу в своеобразное объемное зеркало, или, точнее говоря, в систему зеркал, в которых каждый участник мог бы увидеть себя в процессе своих конкретных проявлений в жизни данной группы. Последнее достигается *посредством* интенсификации межличностной *обратной связи* в контексте доверительного группового общения“ (Петровская 1989: 59).

„Хорошо функционирующая“ в тренинге обратная связь является ядром, центральным механизмом, благодаря которому происходит осознание личностью своего неэффективного межличностного поведения, неадаптивных способов общения и пр. Как пишет А. Березников, „обратная связь, как неотъемлемый элемент психологического тренинга, является универсальным *средством* объективации деятельности, перевода поведения участников тренинга с импульсивного, неосознанного уровня регуляции деятельности на осознанный“ (Березников 1999: 6).

Обратная связь также по сути является самораскрытием, содержанием которого „становятся чувства к другим участникам“ (Ялом 2000: 406).

Аналогичные компоненты объяснительной схемы мы находим у Джозефа Люфта и Гарри Ингхэма (Luft 1961). Широко известное и используемое в практической психологии „Окно Джо-Гарри“ содержит две оси:

- Самораскрытие, или подача обратной связи.
- Запрос обратной связи и ее получение.

Поле внутреннего пространства „оконной рамы“, разделенное на четыре зоны, обозначает взаимодействие двух источников информации для личности – себя самой и ее окружения, а также предполагает типы поведения, практикуемые для переработки этой информации: откровенность (самораскрытие) и обратную связь.

Самораскрытие и обратная связь, как правило, эмоционально окрашены. Однако переживание сильных эмоций не гарантирует необходимого эффекта, к которому должен привести СПТ. Для того, чтобы запущенный процесс изменения не был остановлен на эмоционально окрашенном этапе взаимной подачи обратной связи, необходимо наличие когнитивного, интеллектуального компонента.

Исследования групп встреч, проведенные М. Либерманом, И. Яломом и М. Майлсом (1973) подтвердили идею двойственной природы терапевтического процесса, которая включает в себя как эмоциональный, так и интеллектуальный компоненты. Хотя, как пишет И. Ялом, „эмоциональный опыт (...самораскрытие, предоставление и получение обратной связи) считался чрезвычайно важным, однако не его наличие разделяло успешных и неуспешных участников группы“ (Ялом 2000: 49). Преуспевших от не добившихся успеха отличало наличие „*познавательного* компонента: нужна была какая-то когнитивная, ... интеллектуальная система, которая обрамляла бы опыт, помогала упорядочить его и придавала бы смысл эмоциям, пробужденным в группе“ (Ялом 2000: 49).

На основании указанного исследования авторы делают вывод о значении интеллектуального компонента: „он принадлежит к сфере *сущности*, а не фасада терапевтического процесса“, пишет И. Ялом (Ялом 2000: 49), а значит, по нашему мнению, – к основным механизмам СПТ.

Благодаря обратной связи от других членов группы и самонаблюдению участники группы, как пишет И. Ялом, „приходят к осознанию существенных аспектов своего межличностного поведения: своих сил, своих ограничений, своих межличностных искажений и неадаптивного поведения, вызывающего нежелательную реакцию со стороны окружающих их людей“ (Ялом 2000: 49).

Когда человек „открывает что-то в самом себе: узнает что-то важное о своем поведении, системе мотивации или своем бессознательном“, как пишет И. Ялом, наступает „озарение“, „проникновение в суть явлений“, прояснение, **инсайт** (Ялом 2000: 68). Ялом подчеркивает: „Важно, чтобы инсайт – „взгляд внутрь“ – произошел... Вряд ли подлежит сомнению тот факт, что интеллектуальное понимание является “смазкой” для механизмов изменения“ (Ялом 2000: 69).

И. Ялом исследовал и психотерапевтические группы, и группы встреч, и обнаружил существенное значение когнитивного компо-

нента, а именно: „придания смысла“, „процесса объяснения, благодаря которому участник обретал способность так или иначе интегрировать опыт, сделать обобщающие выводы и применить их к другим жизненным ситуациям... Даже столь высоко почитаемая деятельность, как самораскрытие, мало влияла на изменение, если не сопровождалась интеллектуальным инсайтом“ (Ялом 2000: 553).

И. Ялом так описывает стадии решения задачи обращения группового взаимодействия „здесь и теперь“ на пользу терапии:

- Сначала участники группы должны *осознать*, что они делают с другими людьми...

- Затем *...оценить*, каким образом... их поведение сказывается на окружающих и на мнении, которое складывается о них у окружающих и, как следствие, на их собственной самооценке.

- Участники должны *решить*, удовлетворяет ли их привычный стиль межличностного общения.

- И наконец, они должны приложить волевое усилие, чтобы *измениться* (Ялом 2000: 179).

Описанные И. Яломом стадии – это по существу путь от инсайта до изменения. Инсайт и изменение – два этапа, по содержанию совпадающие со схемой механизма групповой психотерапии, предложенной Р. Дж. Корсини и Б. Розенбергом. В их схеме важное место уделено также эмоциональному воздействию. В этом, может быть, и состоят различия между СПТ и групповой психотерапией.

Изменение – конечный пункт СПТ, его цель. Е. В. Сидоренко, размышляя о том, что „знание своих слабостей, к несчастью, еще не устраняет их“, поднимает „один их главных вопросов психотерапии: дает ли понимание себя возможность изменений? Или оно приносит лишь тоску саморазоблачения?“ (Сидоренко 1998: 93). На этом этапе важнейшими становятся *мотивация изменения, психологическая готовность к изменениям, готовность к риску, с которым сопряжены новые способы поведения, взаимодействия с другими людьми.*

Продуктивным способом разрешения противоречия между самооценкой и негативной обратной связью будет, как пишет Ялом, „попытка со стороны индивидуума *повысить свою внешнюю оценку путем изменения тех своих черт и установок, которые подверглись критике со стороны группы*“ (Ялом 2000: 82). Ялом отмечает

зависимость готовности к изменению от отношения человека к группе: „Вероятность применения человеком этого метода тем выше, чем притягательнее для него группа“ (Ялом 2000: 82).

Таким образом, мы рассмотрели предложенную схему, обосновывая каждое отдельное звено механизма СПТ. Доказательством правомерности использования предложенной схемы можно считать совпадение логики данного механизма и последовательности этапов СПТ.

Действительно, знакомство (первый этап СПТ) может произойти только в процессе и в результате самораскрытия. Лабелизация (второй этап СПТ) наступает благодаря интенсификации обратной связи. Только осознав (инсайт) свое „несовершенство“, участник готов учиться, и наступает этап собственно обучения (третий этап СПТ). Результатом обучения должны быть изменения в личности (например, как субъекте общения, если речь идет о тренинге общения. На этом тренинг заканчивается (четвертый этап – завершение работы).

Как видим, предложенный механизм СПТ логически обоснованно „накладывается“ на признанные стадии, этапы СПТ: блоки, звенья механизма чередуются с этапами СПТ.

Интересно отметить, что правила, нормы работы, которые Т-группа принимает в начале СПТ, „работают“ на „запуск“ и, если можно так выразиться, на „раскрутку“ механизма СПТ. Действительно, правила активности, искренности и конфиденциальности необходимо соблюдать, чтобы обеспечить самораскрытие участников. Для обеспечения обратной связи от группы вводятся правила „здесь и теперь“ и конструктивной обратной связи.

В каждом из звеньев предложенного нами механизма могут происходить „сбои“, возникать препятствия, сопротивление, психологические барьеры, т.е. блокировка, торможение группового процесса. Взгляд на механизм блокировки группового процесса в СПТ изложен нами в нескольких публикациях (Короткина 2002, 2012, 2013).

БИБЛИОГРАФИЯ **VIBLIOGRAPHY**

1. **Березников А.** Обратная связь в групповой работе с подростками. // Журнал практического психолога. №3, 1999, с. 6–14. // **Bereznikov A.** Obratnaja

svjaz' v gruppovoj rabote s podrostkami. // Zhurnal praktičeskogo psihologa. №3, 1999, s. 6–14.

2. **Бодалев А.А.** Личность и общение: Избранные труды. – М.: Педагогика, 1983, с. 272. // **Bodalev A.A.** Lichnost' i obschenie: Izbrannye trudy. – М.: Pedagogika, 1983, s. 272.

3. **Грановская Р.М., Крижанская Ю.С.** Творчество и преодоление стереотипов. – СПб.: OMS, 1994, с. 192. // **Granovskaja R.M., Krizhanskaja Ju.S.** Tvorčestvo i preodolenie stereotipov. – SPb.: OMS, 1994, s. 192.

4. **Вачков, И. В.** Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие. – М.: Изд-во „Ось-89“, 1999, с. 176. // **Vachkov I.V.** Osnovy tehnologii gruppovogo treninga. Psihotehniki: Učebnoe posobie. – М.: Izd-vo „Os'-89“, 1999, s. 176.

5. **Десев Л.** Психология малых групп. Социальные иллюзии и проблемы. – М.: Прогресс, 1979, с. 208. // **Desev L.** Psihologija malyh grupp. Sotsial'nye illjuzii i problemy. – М.: Progress, 1979, s. 208.

6. **Емельянов Ю.Н.** Социально-психологический тренинг в практике профессиональной подготовки студентов-психологов // Личность в системе коллективных отношений. Тезисы докладов Всесоюзной конференции в г. Курске. – М., 1980. – с. 83–84. // **Emel'janov Ju.N.** Sotsial'no-psihologičeskij trening v praktike professional'noj podgotovki studentov-psihologov // Lichnost' v sisteme kollektivnyh otnoshenij. Tezisy dokladov Vsesojuznoj konferentsii v g. Kurske. – М., 1980. – s. 83–84.

7. **Емельянов Ю. Н.** Активное социально-психологическое обучение. – Л.: ЛГУ, 1985, с. 167. // **Emel'janov Ju.N.** Aktivnoe sotsial'no-psihologičeskoe obučenie. – L.: LGU, 1985, s. 167.

8. **Короткина Т.И.** Влияние предшествующих межличностных отношений на групповой процесс в тренинге общения. Диссертация ...канд. психол. наук. – СПб., 2002, с. 161. // **Korotkina T.I.** Vlijanie predshestvujuschih mezhlichnostnyh otnoshenij na gruppovoj protsess v treninge obschenija. Dissertatsija ...kand. psihol. nauk. – SPb., 2002, s. 161.

9. **Короткина, Т. И.** Механизм социально-психологического тренинга // Социальная психология сегодня: наука и практика: материалы VII Межвузовской научно-практической конференции, 20 марта 2012 г. / Под ред. Т.И. Короткиной, Ю.И. Видановой.– СПб.: СПбГУП, 2012. – с. 123–125. // **Korotkina, T. I.** Mehanizm sotsial'no-psihologičeskogo treninga // Sotsial'naja psihologija segodnja: nauka i praktika: materialy VII Mezhvuzovskoj nauchno-praktičeskoj konferentsii, 20 marta 2012 g. / Pod red. T. I. Korotkinoj, Ju. I. Vidanovoj.– SPb.: SPbGUP, 2012. – s. 123–125.

10. **Короткина, Т. И.** Блокировка группового процесса в социально-психологическом тренинге как результат предшествующих отношений

участников // Научная дискуссия: вопросы педагогики и психологии. № 10(19). Часть II: сборник статей по материалам XIX международной заочной научно-практической конференции. – М.: Изд. „Международный центр науки и образования“, 2013. – с.123–132. // **Korotkina, T. I.** Blokirivka gruppovogo protsessa v sotsial'no-psihologicheskom treninge kak rezul'tat predshestvujuschih otnoshenij uchastnikov // Nauchnaja diskussija: voprosy pedagogiki i psihologii. № 10(19). Chast' II: sbornik statej po materialam XIX mezhdunarodnoj zaочноj nauchno-prakticheskoj konferentsii. – М.: Изд. „Международный центр науки и образования“, 2013. – с.123–132.

11. **Лефтеров, В.** Психологический тренинг: механизмы и универсальные эффекты // Тенденции в съвременната психология 2017. – Велико Търново: Унив. изд. „Св. св. Кирил и Методий“, 2017, – с. 99–113. // **Lefterov, V.** Psihologicheskij trening: mehanizmy i universal'nye 'effekty // Tendentsii v s'vremennata psihologija 2017. – Veliko Tarnovo: Univ. izd. „Sv. sv. Kiril i Metodij“, 2017, – с. 99–113.

12. **Макшанов, С. И.** Психология тренинга в профессиональной деятельности. Диссертация ...докт. психол. наук. – СПб., 1998. // **Makshanov, S. I.** Psihologija treninga v professional'noj dejatel'nosti. Dissertatsija ...dokt. psihol. nauk. – SPb., 1998.

13. **Петрова, Кр.** Социально-психологичен тренинг: теория, методика, практика. – Велико Търново, 2014, с. 328. // **Petrova, Kr.** Sotsialno-psihologichen trening: teorija, metodika, praktika. – Veliko Tarnovo, 2014, с. 328.

14. **Петровская, Л. А.** Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга. – М.: МГУ, 1982, с. 168. // **Petrovskaja, L. A.** Teoreticheskie i metodicheskie problemy sotsial'no-psihologicheskogo treninga. – М.: MGU, 1982, с. 168.

15. **Петровская, Л. А.** Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг. – М.: Изд-во МГУ, 1989, с. 216. // **Petrovskaja, L. A.** Kompetentnost' v obschenii. Sotsial'no-psihologicheskij trening. – М.: Изд-во МГУ, 1989, с. 216.

16. **Роджерс, К. Р.** Взгляд на психотерапию. Становление человека. – М.: „Прогресс“, 1994. с. 480. // **Rodzhers, K. R.** Vzglyad na psihoterapiju. Stanovlenie cheloveka. – М.: „Progress“, 1994. с. 480

17. **Сидоренко, Е. В.** Анализ экспериментально вызванного забывания имени. // Журнал практического психолога. – 1998, № 2. – с. 84–93. // **Sidorenko, E. V.** Analiz 'eksperimental'no vyzvannogo zabyvaniya imeni. // Zhurnal prakticheskogo psihologa. – 1998, № 2. – с. 84–93.

18. **Ялом, И.** Теория и практика групповой психотерапии. – СПб.: Питер, 2000, с. 640. // **Jalom, I.** Teorija i praktika gruppovoj psihoterapii. – SPb.: Piter, 2000, с. 640.

19. **Kefir, N.** Mechanisms of group psychotherapy // Encyclopedia of Psychology. Ed. By R.J. Corsini. Second edition. – N.Y.: Wiley, 1994, v.2. – p. 379.

20. **Lieberman M., Yalom I., Miles M.** Encounter Groups: First Facts. – N.Y.: Basic Books, 1973.

21. **Luft, J.** The Johari window. // *Human Relations Training News*, 1961, v. 5(1), p. 6–7.