

УДК 159.98; 364-362

Бондаренко Н.Б.

ГРУПИ САМОДОПОМОГИ ЯК ДОДАТКОВИЙ РЕСУРС СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ОСІБ З ПРОБЛЕМАМИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я

Бондаренко Н.Б. Групи самопомоги як додатковий ресурс соціально-психологічної підтримки осіб з проблемами психічного здоров'я. У статті розглянуто феномен діяльності груп самопомоги як додаткового ресурсу соціальної підтримки для осіб з проблемами психічного здоров'я. Наголошується важливість здійснення підтримки таким особам в рамках груп самопомоги поза межами психіатрії та медикаментозного лікування. Здійснено теоретичне обґрунтування терміну «група самопомоги». Описано взаємний характер підтримки, вирішення особистих проблем у формі спільної справи. Обговорюються теоретичні підходи до розуміння груп самопомоги: принцип рівної взаємності, помічник терапії, ідея емпіричного знання, альтернативна точка зору на самопомогу, теорія соціального навчання.

Ключові слова: група самопомоги, взаємодопомога, соціальна підтримка, копінг, особи з проблемами психічного здоров'я.

Бондаренко Н.Б. Группы самопомощи как дополнительный ресурс социально-психологической поддержки лиц с проблемами психического здоровья. В статье рассмотрен феномен деятельности групп самопомощи в качестве дополнительного ресурса социальной поддержки для лиц с проблемами психического здоровья. Отмечается важность осуществления поддержки таким лицам в рамках групп самопомощи вне психиатрии и медикаментозного лечения. Осуществлено теоретическое обоснование термина «группа самопомощи». Описаны взаимный характер поддержки, решения личных проблем в форме общего дела. Обсуждаются теоретические подходы к пониманию групп самопомощи: принцип равной взаимности, помощник терапии, идея эмпирического знания, альтернативная точка зрения на самопомощь, теория социального научения.

Ключевые слова: группа самопомощи, взаимопомощь, социальная поддержка, копинг, лица с проблемами психического здоровья.

Постановка проблеми. Проблема здійснення соціально-психологічної підтримки людей з такою складною проблемою, як психічний розлад, залишається актуальною і посідає важливе місце в дослідженнях соціальної психології та соціальної роботи [6; 10]. Створення у суспільстві умов для задоволення потреб осіб з інвалідністю визначені згідно Закону України «Про реабілітацію інвалідів в Україні», № 2961-IV від 06.10.2005 важливими завданнями сьогодення.

Актуальність вивчення проблеми надання соціально-психологічної підтримки особам з проблемами психічного здоров'я зумовлена також неможливістю вирішення її лише в рамках психіатрії та медикаментозного лікування. Тривалість в часі психічних розладів, поширеність практики тривалої госпіталізації «виводять» людей із кола соціальних контактів, посилюючи тим самим соціальні та психологічні наслідки як для самого хворого, так і для його оточення. Група самопомоги є унікальною певною мірою формою практики надання підтримки саме в громаді – в групі рівних, які мають подібні проблеми. Останнім часом це унікальне соціальне явище, підтримка в рамках груп, зумовило зростання інтересу дослідників до його вивчення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Інтерес науковців до особливостей підтримки в рамках груп самопомоги обумовлений значущістю та багатомірністю цього феномену. Праці зарубіжних авторів Т. Боркман, М. Ліберман, Дж. Мацат, К. Мун-Гіддінгс, Дж. Уїлсон присвячені принципам організації, функціонування, питанням співпраці з професіоналами, відмінностям від терапії, бенефісам від участі в групі та здатності осіб з проблемами психічного здоров'я до подолання складних життєвих ситуацій [6; 8; 9; 14].

В Україні вивчення соціальної підтримки в групах самопомоги є відносно новою темою в області наукових досліджень. Вітчизняні дослідники Б. Лазоренко, Ю. Калашнікова дослідили ефективність діяльності таких груп щодо профілактики ВІЛ серед молодих споживачів ін'єкційних наркотиків. Аналогічні групи самопомоги з онкологічно хворими жінками були організовані дослідницею С. Карпиловською, яка вивчала форми активності учасниць в групі та їхню міжособистісну взаємодію. Дослідницею Г. Бевз доведена ефективність груп взаємодопомоги в ситуаціях замінного батьківства, що авторкою презентується у формі групових зустрічей [1].

Виділення невирішених аспектів проблеми. Аналіз науково-літературних джерел з означеної проблематики вказав на відсутність вітчизняних досліджень з питань організації соціально-психологічної підтримки методом груп самопомоги особам з проблемами психічного здоров'я (надалі ППЗ). Таким чином, в українському культурному контексті існує нагальна наукова проблема опису специфіки соціально-психологічної підтримки в рамках груп самопомоги осіб з ППЗ.

Мета нашої статті – проаналізувати підходи науковців щодо місця та ролі груп самопомоги в питаннях соціально-психологічної підтримки осіб з ППЗ. Цьому слугували наступні завдання: здійснити аналіз нормативних документів та науково-літературних джерел з питань підтримки осіб з ППЗ та визначити підходи до розуміння особливостей підтримки осіб з ППЗ в групах взаємодопомоги та практики можливого їх застосування. Досягнення поставленої мети та вирішення перед дослідженням завдань було реалізовано методами теоретичного аналізу та узагальнення отриманих напрацювань.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Аналіз літературних джерел показав, що в нормативних документах, що регулюють систему допомоги особам з ППЗ, використовується термін *«психологічна підтримка»*, яку розуміють як «систему соціально-психологічних, психолого-педагогічних способів і методів допомоги особі з метою оптимізації її психоемоційного стану в процесі формування здібностей і самосвідомості» [3]. Водночас термін *«соціальна підтримка»* не представлений у нормативно-правових документах, що обмежує можливість застосування такої підтримки у вітчизняній практиці. На нашу думку, соціальна підтримка, як більш широке поняття, має включати психологічну підтримку як одну із її складових таких, як: юридична, інформаційна, освітня, фінансова тощо. Наразі в Україні діє *інституціалізована* форма соціальної та психологічної підтримки, здійснення якої покладене на районні диспансери, територіальні та реабілітаційні центри. Іншу форму надання підтримки особам з ППЗ, до яких відноситься догляд, що забезпечують члени родини, можна вважати *неінституціалізованою* формою соціальної підтримки [2]. Взаємна підтримка, яка знаходить прояв у стосунках між членами груп самопомоги, що створюються людьми з ППЗ, є також яскравим прикладом неінституціалізованої соціальної підтримки [2].

У ситуації чергової хвилі глобальної соціально-економічної кризи роль інституційних установ у наданні соціальної підтримки стає недостатньою. Особа з особливими потребами не завжди може отримати достатню підтримку в соціальних службах та реабілітаційних центрах. А соціальна підтримка від близьких, рідних може носити надто емоційний характер, що підтверджено багатьма дослідженнями таких патогенетичних феноменів як *вираженість емоцій* (expressed emotions) членами сім'ї, комунікативні, рольові та емоційні порушення в родині. Наукові розвідки та практика доводять, що друзі та родичі іноді не розуміють потреб людини з психічним розладом, або не мають необхідних для цього знань. У таких випадках підтримка не допомагає і не навчає жити зі складною ситуацією, якою є психічний розлад, не дає оволодіти копінг-стратегіями [7]. За таких умов саме діяльність груп самопомоги або взаємодопомоги є одним із доступних шляхів отримання підтримки від інших членів групи, які мають схожий життєвий досвід через наявність діагнозу психічного розладу. Групи самопомоги – це нове джерело підтримки, члени яких не пов'язані родинними узами, хоча дружні стосунки при цьому встановлюються. Спільною для них є потреба у допомозі одне одному щодо вирішення певної життєвої проблеми [6; 9; 12]. Саме життя робить запит особам з ППЗ щодо формування нової поведінкової стратегії, пошуку інших способів отримання підтримки [6].

Взаємна підтримка, добровільна допомога завжди були частиною життєдіяльності людського суспільства, люди об'єднувалися для покращення своїх можливостей для виживання. Цю думку висловлював російський філософ П. Кропоткін, який писав, що схильність людей до взаємної допомоги має таке віддалене походження, і так глибоко переплетена зі всією минулою еволюцією людства, що люди зберегли її до сучасного часу, не дивлячись на всі мінливості історії [5, 227-228]. Наразі ідеї П. Кропоткіна знайшли своє відображення та розвиток у сучасних наукових дослідженнях.

Термін «група самопомоги» використовується для позначення тимчасового об'єднання людей для пошуку шляхів вирішення чи полегшення власних проблем. Люди в групі є рівними за статусом. При цьому термін «група самопомоги» використовується з прийняттям того, що група базується на ідеї *взаємної допомоги*, але термін *«самопомога»* прямо не вказує на ступінь взаємної допомоги, яка є важливою частиною цих груп. Це підтверджує визначення терміну «група самопомоги», розроблене національним семінаром із самопомоги та громадського здоров'я Міністерства охорони здоров'я та соціальних служб США у 1987 році. У визначенні наголошується, що групи, які управляються самоврядуванням, члени якої поділяють спільну стурбованість здоров'ям і дарують один одному емоційну підтримку і матеріальну допомогу, не стягують ніякої плати або лише невеликі членські внески, високо цінують знання, яке дає власний досвід, вважаючи, що воно забезпечує особливе розуміння ситуації [10]. Аналіз теоретичних джерел показав, що в основному самопомогою називають таку допомогу, яку самостійно без участі професіоналів надають люди собі або іншим особам з тими самими проблемами [6]. Автори сходяться на думці, що самопомога - це унікальна форма соціальної взаємодії людей, які розділяють досвід переживання певної проблеми, базуючись на взаємності, а не на благодійності, навчаючись один в одного, пропонують нові шляхи задоволення індивідуальних та колективних потреб [6; 7; 10; 13]. Нами було встановлено, що для опису груп самопомоги фахівцями медичної та соціальної сфери активно використовуються терміни: «самостійна групова робота», «самокерована організація», «група самозахисту», «соціальна мережа підтримки», «група взаємодопомоги», «група однодумців», «група - зустрічей». Усі ці назви вказують на певний аспект, який характеризує особливості її створення та функціонування, її спрямованість та форму втілення. Основне, що їх поєднує, стосується принципів створення груп взаємодопомоги, а саме: добровільність, доступність, рівність, подібність проблематики, яка, обмежуючи,

впливає на доступність соціальних контактів, посилюючи ізоляційні тенденції. Дослідники Т. Боркман, Дж. Мацат, Б. Хіндман, Ф. Рірман, Дж. Уїлсон називають в якості основних рис такої групи те, що групи самопомоги зазвичай керуються самими членами, що є ознакою самостійної організації; контроль за діяльністю залишається за членами групи. Групи самопомоги створюються для вирішення практично усіх можливих проблем і відображають приголомшливе розмаїття форм і функцій. Членство в групі самопомоги має добровільний характер; члени є рівними за статусом в групі, мають досвід переживання схожої проблеми. Діяльність такої групи завжди ґрунтується на сильних позитивних сторонах членів групи, що створює особливий психологічний клімат та викликає надію. Підтримка в групі має взаємний характер, тому що надається членами один одному. Особистісні проблеми у групах стають спільною справою. Завдяки цьому виникає парадоксальне явище – групи самопомоги з'являються завдяки особистим інтересам, а відбувається досягнення колективних цілей, з одного боку, та значною мірою допомога один одному, з іншого боку. Завдяки такому виду допомоги майже всі члени групи отримують можливість досягти вирішення власних проблем [6; 9; 10; 11].

Групи самопомоги, звичайно, є лише однією з форм самостійної добровільної взаємної підтримки. Однак, в основі їхнього існування лежать різні теоретичні обґрунтування, які використовуються для пояснення ідеї самокерованої діяльності та ефективності груп самопомоги, що впливає на їхнє різноманіття. З точки зору теоретичного підходу «ідеї соціальної взаємної підтримки» групи самопомоги використовують підтримку від людей, які пройшли через схожі труднощі, і тому учасники можуть легко співчувати один одному та обмінюватися взаємною підтримкою. Цей тип взаємної підтримки може компенсувати недоліки природних мереж підтримки через *принцип рівної взаємності*, дотримання рівності статусу всіх членів групи, як основної риси діяльності груп самопомоги [6; 8; 10]. Така підтримка є унікальною, вона відрізняється від підтримки професіоналів – це *підтримка рівного рівному*, підтримка від вразливого вразливому, саме в такий спосіб підтримується рівність статусу всіх членів групи, дотримується *принцип рівної взаємності*. Англійський науковець С. Тревілльон вказує на те, що пригнічення / вразливість є основним досвідом, який пережили люди з ППЗ у ході свого спілкування з професіоналами та службами, що надають психіатричні та соціальні послуги [13]. Саме цей досвід допомагає індивіду структурувати розуміння самого себе в групі самопомоги, де формуються зовсім інші стосунки, де зв'язок з іншими членами групи на базі загального пригнічення просуває стійкий смисл ідентичності з ними, який легше трансформувати у підтримку. Взаємини в групах самопомоги, засновані на цьому принципі рівної взаємності, суттєво відрізняються від тих, які панують у традиційних послугах, де «споживач», «клієнт» або «пацієнт» є залежним від поради, підтримки або лікування професіонала. Хоча люди, навіть будучи членами групи самопомоги, на думку Дж. Уїлсона, не часто усвідомлюють саму концепцію рівного статусу всіх членів групи, коли вони починають своє самокероване «турне» [14]. Британський науковець Ф. Рірман запропонував інший теоретичний підхід – «основний помічник-терапії/оздоровленню» («*helper-therapy principle*»), який стверджує, що «люди, яким надається допомога, завжди отримують моральний зиск, проте, здається більш вірогідним, що люди, які надають допомогу, також отримують моральне задоволення від своєї ролі». Люди, котрі страждають від власних труднощів, вважають, що їхній болючий досвід може допомогти іншим, які так само потрапили у той же човен негараздів. Ця ситуація дозволяє першим реалізувати гуманістичні або екзистенційні смисли свого досвіду. Крім того, деякі з них можуть поглибити своє розуміння власних проблем, допомагаючи іншим у схожих обставинах [12]. Наступний запропонований теоретичний підхід полягає в ідеї «*емпіричного знання*». На думку дослідниці Т. Боркман, визначальним для існування взаємної допомоги в групі є володіння *знанням, яке приніс власний досвід*, котре суттєво відрізняється від професійних знань фахівців і від допомоги людей, які не мають досвіду переживання даної проблеми [6]. Ця теорія припускає, що значний час слід приділити набуттю досвіду для нових груп самопомоги (або нових членів), щоб стати повноцінними членами групи через набуття емпіричного знання. Тому що потрібен певний час, щоб емпіричне знання, розроблене іншими групами, розвинене шляхом накопичення досвіду багатьох людей, які знайшли вже шляхи вирішення різних складних життєвих ситуацій, стало зрозумілим, доступним для нових членів та новоутворених груп. Основні положення теорії Т. Боркман узгоджуються з припущенням дослідника Т. Ока про те, що основою для набуття емпіричного знання групою є три найважливіші принципи діяльності груп самопомоги: *неперервна діяльність*; *однаковий досвід* та *принцип безпосередньої участі* [11]. Четвертий теоретичний підхід фокусується на ідеї, що учасники груп мають своє специфічне бачення процесу самопомоги в групі, яке відрізняється від думки професіоналів. П. Анце назвав це ставлення «*ідеологія*», М. Кеннеді та К. Хамфріс — «*світогляд*», Т. Боркман — «*вільне значення перспективи*» самопомоги [5, 6]. Іншими словами, таке альтернативне ставлення до проблеми має менше шансів бути стигматизуючим і буде розглядати членів групи у доброзичливій манері, зберігаючи їхню людську гідність більше, ніж підходи професіоналів. Фахівці часто не усвідомлюють, що професійна термінологія, прогнози, те, як вони тлумачать проблеми клієнта, є прямо стигматизуючим або приховано негативним [10]. У науковій літературі зустрічається ще один підхід: *теорія соціального навчання*, яка акцентує увагу на учасниках груп із успішним досвідом виживання, внаслідок чого їхня життєдіяльність стає зразками для наслідування іншими учасниками групи. Багато авторів сходяться на думці, що для аналізу зазначених вище теоретичних підходів необхідно проведення подальших досліджень [8, 10, 14].

Висновки. Теоретичним аналізом встановлено, що в багатьох теоріях були зроблені спроби пояснити ідею самокерованої діяльності груп самопомоги та проаналізувати діяльність таких груп з різних аспектів. Водночас існують підходи, що протиставляють ідею самопомоги в групі професійним підходам підтримки або розглядають її як додаткову. Дослідники надають особливого значення спільному накопиченню досвіду взаємної підтримки членами груп самопомоги, а саме *емпіричному знанню*, напрацюванню власного розуміння своєї проблеми, яке відрізняється від думки професіоналів - *вільному значенню своєї перспективи*, що визнається дослідниками менш стигматизуючим. Доводиться, що важливою частиною системи соціально-психологічної підтримки в громаді можуть бути групи самопомоги осіб з ППЗ. Така необхідність обумовлена проблемами, що пов'язані із виникненням та перебігом психічних розладів та важливістю попередження соціальної ізоляції осіб з ППЗ. Група самопомоги може стати додатковим ресурсом підтримки осіб з ППЗ в громаді, що доповнювало б систему інституціалізованої та родинної підтримки.

Перспективним напрямом подальших досліджень в цій проблематиці слід вважати якісні дослідження, які можуть розглядатися більш релевантними, ніж кількісні.

Список використаних джерел

1. Бевз Г. Групи зустрічей як форма підтримки сімей заміщувальної опіки / Г. Бевз // Наукові студії із соціальної та політичної психології: зб. ст. Інституту соціальної та політичної психології АПН України; за ред. С. Д. Максименка, М. М. Слюсаревського [та ін.]. — К.: Міленіум, 2005. — С. 178–189.
2. Внебольничная помощь и психиатрическая реабилитация при тяжелых психических заболеваниях / Под ред. Дж. В. Вигел. — Киев: Сфера, 2002. — С. 427- 437.
3. Закон України «Про реабілітацію інвалідів в Україні» від 06.10.2005 № 2961-IV.– [Електронний ресурс] - Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/2961-15>.
4. Кропоткин П. А. Взаимная помощь как фактор эволюции / П. А. Кропоткин — М.: Самообразование, 2007. — С. 227-228. [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://aitrus.info/node/767>.
5. Antze P. Role of Ideologies in Peer Psychotherapy Groups // In M. A. Lieberman, L. D. Borman. Self-Help Groups for Coping with Crisis: Origins, Members, Processes and Impact. – San Francisco: Jossey – Bass, 1979. – P. 272 – 304.
6. Borkman T. Understanding Self-Help/Mutual-Aid: Experiential Learning in the Commons. – London: Rutgers University Press, 1999. – 257 p.
7. Brown G. W. The discovery of expressed emotion: Induction or deduction? // In J. C. Leff Vaughn Expressed emotion in families. – NY: Guilford Press; 1985. P. 7 – 25.
8. Lieberman M. A. A group therapist perspective on self-help groups // International Journal of Group Psychotherapy. – № 40 (3). –1990. – P. 251.
9. Matzat J., Estorff A. On Support for Self Help Groups at the Local Level // In S. Humble, J. Unell. Self Help in Health and Social Welfare: England and West Germany. – London : Routledge, 1993. – P. 93 – 98.
10. Munn-Giddings C. Mutuality and Movement: An Exploitation of the Relationship of Self Help/Mutual Aid to Social Policy. – PhD thesis. – Loughborough : Loughborough University, 2003. – 158 p.
11. Oka T., Borkman T. The History, Concepts and Theories of Self-Help Groups: From an International Perspective. – The Japanese Journal of Occupational Therapy. – Vol. 34 (7). – July, 2000. – P. 718 – 722. [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://pweb.sophia.ac.jp/oka/papers.htm>.
12. Riessman F., Gartner A. Self-Help in the Human Services. – San Francisco : Jossey-Bass, 1977. – 210 p.
13. Trevillion S., Beresford P., Developing skills for community care: a collaborative approach. – Aldershot, England : Arena, 1995. – 172 p.
14. Wilson J. How to Work with Self Help Groups: Guidelines for professionals. –Aldershot, Hants, England: Arena, 1995. – 164 p.

Spysok vykorystanykh dzherel

1. Бевз Н. Групи зустрічей як форма підтримки сімей заміщувальної опіки / Н. Бевз // Наукові студії із соціальної та політичної психології: зб. ст. Інституту соціальної та політичної психології АПН України; за ред. С. Д. Максименка, М. М. Слюсаревського [та ін.]. — К.: Міленіум, 2005. — С. 178–189.
2. Внебольничная помощь и психиатрическая реабилитация при тяжелых психических заболеваниях / Под ред. Дзх. В. Вигел. — Киев: Сфера, 2002. — С. 427- 437
3. Закон України «Про реабілітацію інвалідів в Україні» від 06.10.2005 № 2961-IV.– [Електронний ресурс] - Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/2961-15>.
4. Кропоткин П. А. Взаимная помощь как фактор эволюции / П. А. Кропоткин — М.: Самообразование, 2007. — С. 227-228. [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://aitrus.info/node/767>.
5. Antze P. Role of Ideologies in Peer Psychotherapy Groups // In M. A. Lieberman, L. D. Borman. Self-Help Groups for Coping with Crisis: Origins, Members, Processes and Impact. – San Francisco: Jossey – Bass, 1979. – P. 272 – 304.
6. Borkman T. Understanding Self-Help/Mutual-Aid: Experiential Learning in the Commons. – London: Rutgers University Press, 1999. – 257 p.
7. Brown G. W. The discovery of expressed emotion: Induction or deduction? // In J. C. Leff Vaughn Expressed emotion in families. – NY: Guilford Press; 1985. P. 7 – 25.
8. Lieberman M. A. A group therapist perspective on self-help groups // International Journal of Group Psychotherapy. – № 40 (3). –1990. – P. 251.
9. Matzat J., Estorff A. On Support for Self Help Groups at the Local Level // In S. Humble, J. Unell. Self Help in Health and Social Welfare: England and West Germany. – London : Routledge, 1993. – P. 93 – 98.

10. Munn-Giddings C. Mutuality and Movement: An Exploration of the Relationship of Self Help/Mutual Aid to Social Policy. – PhD thesis. – Loughborough : Loughborough University, 2003. – 158 p.
11. Oka T., Borkman T. The History, Concepts and Theories of Self-Help Groups: From an International Perspective. – The Japanese Journal of Occupational Therapy. – Vol. 34 (7). – July, 2000. – P. 718 – 722. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://pweb.sophia.ac.jp/oka/papers.htm>.
12. Riessman F., Gartner A. Self-Help in the Human Services. – San Francisco : Jossey-Bass, 1977. – 210 p.
13. Trevillion S., Beresford P., Developing skills for community care: a collaborative approach. – Aldershot, England : Arena, 1995. – 172 p.
14. Wilson J. How to Work with Self Help Groups: Guidelines for professionals. – Aldershot, Hants, England: Arena, 1995. – 164 p.

Bondarenko, N.B. Self-help groups as a source for social and psychological support for people with mental health problems. The social and psychological support for people with mental health problems is an important research area in social psychology and social work. Its importance is also due to the fact that it is impossible to solve the problems of people with mental health problems using only medical means. The analysis of scientific literature found that there is an urgent need for a scientific description of social and psychological support from self-help groups of people with mental health problems. The article analyzes different scientific approaches to studying the place and role of self-help groups in social and psychological support for people with mental health problems. The author discusses the legal documents and academic sources on support for people with mental health problems and different approaches to the understanding of their support in self-help groups. Self-help groups are a source of support in addition to the support from professionals and relatives. The term 'self-help group' is used to refer to a temporary association of people to resolve or ease their problems based on the idea of mutual support. There are several theories that explain the mechanisms of self-help groups. One theory is based on the principle of equal reciprocity and support from the vulnerable for the vulnerable which maintains the equality of all group-members. Another theory is based on the assumption that assistance-givers get moral satisfaction from their help to others. There is a theory that uses the idea of 'empirical knowledge' that is crucial to the existence of mutual assistance groups. The fourth theory supports the idea that all group-members have their own views of self-help in the group which allows the group-members to save their dignity better than using professionals' help. The social learning theory focuses on the group members whose successful experience of survival may serve a good example for the rest of the group-members.

Keywords: self-help groups, social support, people with mental health problems.

Відомості про автора

Бондаренко Наталія Борисівна, магістр соціальної роботи; психолого-медико-педагогічний консультант, старший викладач кафедри «Школа соціальної роботи ім. В. Полтавця» Національного Університету «Києво-Могилянська академія», м.Київ, Україна.

Bondarenko, N.B., Master of Social Work, counselor, senior lecturer, V. Poltavets School of Social Work, National University "Kyiv-Mohyla Academy", Kyiv, Ukraine.

E-mail: bond_555@i.ua

УДК 159.9

Бриль М.М.

СЕЛФІ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНЕ ЯВИЩЕ

Бриль М.М. Селфі як соціально-психологічне явище. У статті наведено результати теоретичного аналізу наукової літератури, присвяченої вивченню візуальних репрезентацій людини, а саме, такого сучасного феномену масової культури як селфі з точки зору соціальної психології. Розкрито історію, причини появи та розповсюдження селфі, здійснено порівняння понять «селфі» та «автопортрет», виділено типи та негативні наслідки захоплення селфі, а також розкриваються перспективні напрями його використання в різних галузях життя людини. Особливо відзначається комунікативна складова селфі як соціально-психологічного явища та його роль у самопрезентації особистості.

Ключові слова: автопортрет, візуалізація, зовнішній вигляд, комунікація, самопрезентація, селфі, самоідентичність, суб'єкт.

Брыль М.Н. Селфи как социально-психологическое явление. В статье приведены результаты теоретического анализа научной литературы, посвященной аспектам изучения визуальных репрезентаций человека, а именно, такого современного феномена массовой культуры как селфи с точки зрения социальной психологии. Раскрыта история, причины появления и распространения селфи, проведено сравнение понятий «селфи» и «автопортрет», выделены типы селфи и негативные последствия увлечения им, а также раскрываются перспективные направления использования селфи в разных отраслях жизни человека. Особенно отмечается коммуникативная составляющая селфи как социально-психологического явления и его роль в самопрезентации личности.

Ключевые слова: автопортрет, визуализация, внешний облик, коммуникация, самопрезентация, селфи, самоидентичность, субъект.

Постановка проблеми. Феномен селфі науковці почали вивчати останнім часом завдяки широкому розповсюдженню та захопленню ним у соціальних мережах. Фактично селфі як соціально-психологічне