УДК 37.013.42
DOI https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series5.2020.78.22

Клочок О. М.

СУТНІСТЬ ТА ОСОБЛИВОСТІ ГРУП САМОДОПОМОГИ ДЛЯ РЕАБІЛІТОВАНИХ НАРКОЗАЛЕЖНИХ

Стаття присвячена особливостям груп самодопомоги для реабілітованих наркозалежних у змістовому аспекті. Розкрито сутність поняття «групи самодопомоги для реабілітованих наркозалежних». Група самодопомоги – це специфічне соціальне середовище, що має терапевтичний ефект, утворене безпосередньо реабілітованими наркозалежними з метою надання різних видів допомоги. Допомога полягає як у психологічній підтримці, так і наданні окремих елементів соціальної допомоги. Групи сприяють відновленню психологічного та соціального функціонування наркозалежних та їх ресоціалізації.

Виділено загальні особливості груп самодопомоги для наркозалежних, що випливають з типології груп (контроль та реорганізація поведінки реабілітованих наркозалежних, досвід подолання стресових або кризових ситуацій, відчуття дискримінації у зв'язку із соціальним статусом, яка є спільною рисою для всіх учасників групи, наявність загальної проблеми стосовно самовизначення, самоактуалізації та підвищення особистісної ефективності) та специфічні їх ознаки (однаковий досвід уживання психоактивних речовин, допомога від кожного учасника групи як система взаємодопомоги, можливість отримати специфічну інформацію через рефлексію, навчання специфічних методів самодопомоги, ініціація когнітивних процесів). Врахування цих особливостей дозволить підвищити ефективність надання соціальної підтримки таким особам.

Зміст організації соціального супроводу реабілітованих наркозалежних у групах самодопомоги зводиться до реалізації таких етапів, як: 1) підготовка до самостійної життєдіяльності у соціальному середовищі через налагодження зв'язків із соціальною службою, членами групи само/взаємодопомоги (групи Анонімних Наркоманів), підбір і налагодження контакту із соціальним спонсором (особа, яка мала досвід уживання наркотичних речовин, але довгий час перебуває у тверезості); 2) здійснення соціальної опіки, допомоги або патронажу соціальним педагогом/соціальним працівником або іншими суб'єктами соціальної роботи.

Ключові слова: *групи самодопомоги, реабілітовані наркозалежні, наркозалежність, соціальна підтримка, соціальний патронаж.*

На сучасному етапі розвитку соціальної роботи як інструменту соціальної допомоги вразливим верствам населення гостро постає питання вивчення альтернативних ресурсів для здійснення такої допомоги. Стосовно наркозалежних, які пройшли реабілітацію, актуальною буде підтримка у так званих групах самодопомоги (взаємодопомоги) як у середовищі, що сприятиме їх ресоціалізації. Статистичні дані свідчать, що ефективність реабілітації наркозалежних у реабілітаційних центрах України не перевищує 5 %, тоді як у країнах Євросоюзу цей показних дорівнює до 30 %, а комплекс американських реабілітаційних послуг, що отримує і наркозалежний, і його родина, підвищує результативність одужання таких родин до 40 %. Звертаючись до досвіду цих країн, зауважимо, що потужний потенціал має так званий постреабілітаційний супровід реабілітованого наркозалежного і так звані групи самодопомоги як осередки, що підтримують стан реабілітованої особи.

Метою статті є розкриття сутності та особливостей таких груп, виділення їх загальних та специфічних ознак.

Останні публікації з теми дослідження показують, що питання становлення, розвитку та особливостей діяльності груп самодопомоги вивчали закордонні (Т. Боркман, М. Ліберман, Л. Леві, А. Катц, Дж. Мацат, М. Найлєнд, Дж. Уілсон) та вітчизняні дослідники (Д. Автономов, Н. Бондаренко, О. Зиков, І. Зінов'єва, К. Зборовський). Зокрема, вивчено особливості функціонування груп самодопомоги для осіб з інвалідністю (К. Зборовський), особливості здійснення групової терапії у групах самодопомоги (А. Фурманов), розглянуто групи самодопомоги як альтернативний ресурс соціальної роботи (Н. Бондаренко), представлено специфіку роботи груп самодопомоги для адиктів із різною спрямованістю – алкогольною, наркотичною, ігровою (Д. Автономов, І. Зінов'єва, О. Зиков), соціально-педагогічну роботу з реабілітованими досліджено Ю. Чернецькою та ін. Наведені дослідження спрямовані на розв'язання таких проблем, як: організація і функціонування груп самодопомоги в технологіях соціальної реабілітації вразливих верств населення; корекція внутрішньогрупових стосунків; психологічна, психотерапевтична, робота з подолання неконструктивних стереотипів поведінки з метою надання допомоги у соціальному функціонуванні особистості, профілактична робота та діяльність із навчання здорового способу життя осіб з проблемами здоров'я (інвалідністю). Таким чином, у теорії соціальної педагогіки і соціальної роботи поки що відсутні ґрунтовні дослідження, що стосуються діяльності груп для реабілітованих наркозалежних, після проходження ними курсу реабілітації у спеціалізованому центрі, отже, окреслена проблема залишається маловивченою і, узагальнюючи доробок учених, представимо сутність та особливості груп самодопомоги для реабілітованих наркозалежних.

Досвід роботи груп самодопомоги для реабілітованих наркозалежних уже доводить свою актуальність та дієвість і на теренах України. В основу визволення від залежності (хворобливого стану) покладено покрокову технологію нормалізації та підтримки здорового функціонування особистості, будь-то фізичний або

психічний стан, а група осіб (громада) власним прикладом визволення від залежності додатково мотивує кожного члена групи. Таким чином створюється специфічне соціальне середовище, що має терапевтичний ефект. На такому принципі базується діяльність будь-якої групи самодопомоги, відмінність полягає тільки у предметі залежності. Одним із варіантів груп самодопомоги є клубні будинки – загальна назва груп самодопомоги людей із різного роду соціальними та медичними проблемами. Зазначимо, що мотивація до організації груп самодопомоги найчастіше формується ще в реабілітаційних центрах, що здійснюють послуги з реабілітації нарко- і алкозалежних.

Реабілітаційні центри різних типів для наркозалежних (трудотерапевтичні, християнські, комплексної допомоги) є суто спеціалізованими і надають допомогу наркозалежним і членам їхніх родин шляхом упровадження комплексу соціально-реабілітаційних та інших послуг, а також здійснюючи профілактичну робота з молоддю, не надаючи соціальної підтримки реабілітованим наркозалежним. Однією із форм підтримки такої категорії осіб є запозичені із-за кордону так звані групи самодопомоги (self-help groups) або групи самозахисту, групи взаємодопомоги. До різновидів таких груп можна віднести самостійну групову діяльність, групи підтримки у соціальних мережах і вельми відомі у країнах пострадянського простору групи Анонімних Наркоманів (групи АН) та групи Анонімних алкоголіків (групи АА). Особливість останніх полягає у тому, що в основу їхньої діяльності покладено 12-крокову програму одужання, а також програму «Тільки сьогодні», що реалізовуються у групах залежних осіб, що добровільно відвідують їх. Та незважаючи на відмінності, суть діяльності цих груп зводиться до реалізації принципу допомоги одних членів групи іншим, що мають однакові проблеми.

Такі осередки діють при реабілітаційних центрах як самостійні осередки, а одними із законодавчих актів щодо захисту їхніх прав та діяльності її членів є закони України «Про благодійну діяльність та благодійні організації» (2018), «Про волонтерську діяльність» (2015), «Про соціальну роботу з дітьми та молоддю в Україні» (2001), а шляхом реалізації – соціальна та соціально-педагогічна робота.

На думку Ю. Чернецької, яка ґрунтовно дослідила питання соціально-педагогічної роботи з ресоціалізації наркозалежних осіб в умовах реабілітаційних центрів, очевидною є необхідність співпраці з наркологічними службами, правоохоронними органами та спільнотами анонімних наркоманів (особливо тих, які працюють за програмою «12 кроків»), а також залучення до процесу реабілітації та ресоціалізації родини та найближчого оточення наркозалежної особи [5].

Білоруський дослідник К. Зборовський, спираючись на думку Дж. Майерс, зазначає, що група самодопомоги – це об’єднання різноманітних людей, що керуються в основному не професійними психотерапевтами, а кимось з членів групи, хто раніше входив до цієї групи [1, с. 71].

Отже, спираючись на науковий доробок сучасних науковців [1; 2; 3; 5], надамо таке визначення*: група самодопомоги для реабілітованих наркозалежних – це специфічне соціальне середовище, що має терапевтичний ефект, утворене безпосередньо реабілітованими наркозалежними з метою надання різних видів допомоги – від психологічної підтримки до надання окремих елементів соціальної допомоги, а також для відновлення їх психологічного та соціального функціонування й подальшої ресоціалізації.*

Переходячи до питання типологізації груп, зауважимо, що групи самодопомоги для реабілітованих наркозалежних містять ознаки всіх чотирьох типів груп самодопомоги, наведених Леоном Леві та описаних К. Зборовським, що варто розглянути з погляду специфіки їх діяльності [1]:

– групи першого типу зорієнтовані перш за все на контроль та реорганізацію поведінки індивіда. Оскільки реабілітовані для успішної ресоціалізації повинні засвоїти нові соціально прийнятні моделі поведінки, то можна вважати цю особливість належною до груп, що досліджуються;

– групи другого типу, в яких люди вчаться долати стресові або кризові ситуації, такі, наприклад, як суїцидальні спроби. Така особливість теж притаманна досліджуваним групам, оскільки щоденне зловживання ПАР може закінчитися летальним випадком;

– групи третього типу, до яких входять люди, що відчувають дискримінацію у зв’язку із соціальним статусом, сексуальною орієнтацією і т.п., ця характеристика також притаманна наркозалежним, які відчувають стигматизацію та дискримінацію певною мірою;

– групи четвертого типу – групи з певною загальною проблемою, в основному стосовно самовизначення, самоактуалізації та підвищення особистісної ефективності, що також є актуальною особливістю для груп реабілітованих наркозалежних.

На основі ознак груп самодопомоги, що подані К. Зборовським, виділимо специфіку груп самодопомоги для наркозалежних через низку ознак, до яких входять:

– *досвід уживання ПАР* – схожий досвід для всіх членів групи. Незважаючи на те, що це негативний факт, є позитивні особливості, що сприяють підвищенню рівня взаємодії в такій групі, а також підвищують ефективність роботи таких груп – налагодження взаєморозуміння між усіма учасниками зі спільним досвідом, отже, жоден не відчуває себе не прийнятим або одиноким;

– *допомога від кожного учасника групи* як система взаємопідтримки незалежно від строку перебування у групі та строку тверезості, оскільки важливим є особистісний досвід кожної людини. Особливістю також є те, що людина для підтримки може розраховувати на цілодобову допомогу більш досвідчених учасників, що отримало назву «емоційне» або «соціальне спонсорство». «Спонсор» – це учасник групи, що має трива-

лий досвід тверезого життя, емоційно врівноважений, уміє долати життєві труднощі, справляється з тригерними ситуаціями (обставини, що викликають бажання вживати наркотики);

– *можливість отримати специфічну інформацію через рефлексію* інших учасників групи стосовно симптомів зриву, методів психоемоційної стабілізації тощо. У групі відбувається обмін думками щодо ідей, цілей і планів, поведінки кожного учасника, що дозволяє останньому вчасно коректувати неконструктивні моделі поведінки;

– *навчання специфічних методів самодопомоги* дозволяє учасникам групи опанувати ефективні прийоми і методи самодопомоги, що забезпечує створення специфічного психотерапевтичного середовища;

– *ініціація когнітивних процесів* – терапевтичний вплив процесу самодопомоги, що значною мірою пов'язаний з іншими процесами – когнітивною терапією, формуванням позитивного образу «Я», покращанням самопорозуміння, розширенням кола альтернатив, підвищенням здатності перерозподілу соціальних норм і т.п.

Метою діяльності груп самодопомоги є психологічна, соціальна та матеріальна підтримка її учасників, обмін досвідом у подоланні проблем, полегшення способів пізнання та самопізнання для можливості задоволення власних потреб, отримання соціальних знань і навичок надання допомоги іншому, задоволення потреби у комунікації.

Соціально-педагогічну підтримку реабілітованих наркозалежних у групах самодопомоги вважатимемо різновидом соціально-педагогічної діяльності, спрямованим на здійснення допомоги у вирішенні психологічних, соціально-педагогічних та інших проблем реабілітованих наркозалежних, які відвідують групи самодопомоги з метою поліпшення їхньої життєвої ситуації, формування навичок тверезого життя у соціумі, розвитку і саморозвитку особистості.

Ю. Чернецька, визначаючи зміст *організації соціального супроводу* наркозалежних у постреабілітаційний період, стверджує, що метою такої діяльності є соціально-педагогічна допомога у подоланні життєвих труднощів та підвищення соціального статусу клієнта.

Проводячи аналогію із соціальною допомогою реабілітованим наркозалежним у групах самодопомоги, представимо також цей напрям у вигляді реалізації двох етапів:

1) підготовки до самостійної життєдіяльності у соціальному середовищі через налагодження зв'язків із соціальною службою, членами групи само/взаємодопомоги (групи Анонімних Наркоманів), підбір і налагодження контакту із соціальним спонсором (особою, яка мала досвід вживання наркотичних речовин, але довгий час (більш ніж 2–3 роки) перебуває у тверезості, і за потреби може підтримувати наркозалежного);

2) здійснення соціальної опіки, допомоги або патронажу соціальним педагогом/соціальним працівником або іншими суб'єктами соціальної роботи з метою підтримки здатності наркозалежного до самостійної життєдіяльності в певних соціальних умовах [4, с. 283–286].

Висновки. На основі проаналізованих наукових джерел досліджено, що групи самодопомоги є потужним альтернативним ресурсом для надання різних видів допомоги реабілітованим наркозалежним після проходження ними реабілітації в реабілітаційному центрі – від психологічної підтримки до надання окремих елементів соціальної допомоги, а також для відновлення їх психологічного та соціального функціонування і подальшої ресоціалізації.

Виділено загальні особливості груп самодопомоги для наркозалежних, що випливають з типології груп (контроль та реорганізація поведінки реабілітованих наркозалежних, досвід подолання стресових або кризових ситуацій, відчуття дискримінації у зв'язку із соціальним статусом, яка є спільною рисою для всіх учасників групи, наявністю загальної проблеми стосовно самовизначення, самоактуалізації та підвищення особистісної ефективності) та специфічні їх ознаки (однаковий досвід уживання ПАР, допомога від кожного учасника групи як система взаємодопомоги, можливість отримати специфічну інформацію через рефлексію, навчання специфічних методів самодопомоги, ініціація когнітивних процесів), врахування яких дозволить підвищити ефективність надання соціальної підтримки таким особам. Зміст організації соціального супроводу реабілітованих наркозалежних у групах самодопомоги зводиться до реалізації таких етапів, як: 1) підготовка до самостійної життєдіяльності в соціальному середовищі; 2) здійснення соціальної опіки, допомоги або патронажу реабілітованих наркозалежних у групах самодопомоги.

Перспективним напрямом дослідження стануть питання розробки функцій соціальних суб'єктів щодо здійснення соціально-педагогічної підтримки реабілітованих наркозалежних у групах самодопомоги.

Використана література:

1. Зборовский К. Э. Группы самопомощи в технологии социальной реабилитации инвалидов. Минск : Общественная организация «Белорусская ассоциация социальных работников», 2008. 156 с.
2. Бондаренко Н. Б. Групи самодопомоги як додатковий ресурс соціальної підтримки людей з проблемами психічного здоров'я. *Наукові записки НаУКМА*. Т. 162. С. 69.
3. Мотивационные технологии формирования резильентности / Под общ. ред. О. В. Зыкова. *Серия «Правовая наркология»*. Москва : РБФ НАН, 2012. 106 с.
4. Чернецька Ю. І. Соціально-педагогічна робота з ресоціалізації наркозалежних в умовах реабілітаційних центрів: теорія та технології : монографія. Харків : ФОП Панов, 2015. 436 с.
5. Borkman T. Understanding Self-Help: Mutual Aid: Experiential Learning in the Commons. London : Rutgers University Press, 1999. 257 p.

References:

1. Zborovskij K. E (2008) *Gruppy’ samopomoshhi v tekhnologii soczial’noj reabilitaczii invalidov* [Self-help groups in the technology of social rehabilitation of disabled people]. Minsk: Obshhestvennaya organizacziya «Belorusskaya assocziacziya soczialnykh rabotnikov», 2008. 156 [in Russian]
2. Bondarenko N. B. (2014) *Grupi samodopomogi yak dodatkovij resurs soczialnoyi pidtrimki lyudej z problemami psikhi’chnogo zdorov’ya* [Self-help groups as a supplementary resource for social support of people with mental health problems]. NaUKMA’s Science notes. *Naukovi’ zapiski NaUKMA.* T. 162. 62–67 [in Ukrainian]
3. Motivaczionnye tekhnologii formirovaniya rezilentnosti (2012) [Motivational technologies for the formation of resilience] in O. Zykova (Ed.). *Seriya «Pravovaya narkologiya»* [Vol. «Practical narcology»]. Moskva: RBF NAN, 2012 [in Russian]
4. Cherneczka Yu. I. (2015) *Soczialno-pedagogichna robota z resoczializacziyi narkozalezhnikh v umovakh reabilitaczijnikh czentriv: teoriya ta tekhnologiyi* [Theory and practice of social and pedagogical work of resocialization of drug addicts in conditions of rehabilitation centers: theory and technology]: monography (monografiya). Kharkiv: FOP Panov [in Ukrainian]
5. Borkman T. (1999) Understanding Self-Help: Mutual Aid: Experiential Learning in the Commons. London: Rutgers University Press. 257 p. [in English]

Klochok O. M. Essence and features of self-help groups for rehabilitated drug addicts

The article is devoted to the features of self-help groups for rehabilitated drug addicts in terms of content. The essence of the concept of «self-help group for rehabilitated drug addicts» is revealed. A self-help group is a specific social environment that has a therapeutic effect, created directly by rehabilitated drug addicts in order to provide various types of assistance. Assistance consists of both psychological support and the provision of certain elements of social assistance. The groups help to restore the psychological and social functioning of drug addicts and their resocialization.

The general features of self-help groups for drug addicts, arising from the typology of groups, are highlighted (control and reorganization of the behaviour of rehabilitated drug addicts, experience of overcoming stressful or crisis situations, discrimination based on social status, which is a common feature for all group members, the presence of a common problem of self-determination, self-actualization and personal effectiveness), and specific characteristics (the same experience of using psychoactive substances, help from each member of the group as a system of mutual assistance, the ability to obtain specific information through reflection, training in specific methods of self-help, initiation of cognitive processes).

Consideration into account these features will increase the efficiency of providing social support to such persons. The content of the organization of social support of rehabilitated drug addicts in self-help groups is reduced to the implementation of the following stages: 1) preparation for independent living in a social environment through the establishment of links with social services, members of the self/mutual aid group (Addicts Anonymous group), selection and establishment of contact with a social sponsor (a person who has experienced drug use but has been sober for a long time); 2) implementation of social guardianship, assistance or patronage by a social pedagogue / social worker or other subjects of social work.

Key words: *self-help groups, self-help groups, rehabilitated drug addicts, drug addiction, social support, social patronage.*