

СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТА ТИПОЛОГІЯ ГРУП ПІДТРИМКИ У СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЧНІЙ НАУЦІ

Ніколаєв Леонід Олегович,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри психології,

завідувач навчально-методичної лабораторії психології групової роботи

Університету Григорія Сковороди в Переяславі

<https://orcid.org/0000-0001-6506-4871>

У статті розглядається актуальна проблема груп підтримки як специфічної форми соціально-психологічної взаємодії, спрямованої на подолання життєвих труднощів, збереження психічного здоров'я та розвиток особистісних ресурсів. Описано сутність груп підтримки через призму феноменологічного підходу, що дозволяє дослідити внутрішній досвід учасників, їхні переживання від участі у групі та трансформацію особистісної ідентичності через взаємодію. Встановлено, що групи підтримки базуються на принципах рівності учасників, емоційної безпеки, конфіденційності та субсидіарності, створюючи унікальний простір для взаємодопомоги та саморозвитку. Виокремлено та описано вісім основних функцій груп підтримки: емоційну, інформаційну, нормативну, корекційну, мотиваційну, адаптаційну, соціально-інтегративну та ресурсну, які охоплюють емоційний, когнітивний, соціальний і ресурсний виміри особистості. Представлено комплексну типологію груп підтримки за шістьма критеріями: метою створення (кризові, розвивальні, освітні), складом учасників (гомогенні, гетерогенні), тривалістю існування (короткострокові, довгострокові), організаційною структурою (формальні, неформальні), способом проведення (очні, онлайн) та рівнем професійної залученості (професійні фасилітатори, «рівний рівному»). Описано конкретні форми діяльності для кожного типу груп, що дозволяє здійснювати адекватний вибір форми взаємодопомоги відповідно до потреб учасників. Доведено, що групи підтримки виступають ціннісним інструментом психологічної допомоги, їхня ефективність визначається чітким усвідомленням мети, функцій та відповідним добором типу групи залежно від конкретних потреб учасників.

Ключові слова: взаємодопомога, групи підтримки, психологічна підтримка, типологія, функції груп підтримки, феноменологічний підхід, форми діяльності.

Nikolaiev Leonid. Structural and functional characteristics and typology of support groups in contemporary psychological science

The article examines the pressing issue of support groups as a specific form of social-psychological interaction aimed at overcoming life difficulties, maintaining mental health, and developing personal resources. The essence of support groups is described through the lens of a phenomenological approach, which allows for the exploration of participants' inner experiences, their feelings about group participation, and the transformation of personal identity through interaction. It has been established that support groups are based on the principles of participant equality, emotional safety, confidentiality, and subsidiarity, creating a unique space for mutual aid and self-development. Eight core functions of support groups have been identified and described: emotional, informational, normative, corrective, motivational, adaptive, social-integrative, and resource-oriented, which encompass the emotional, cognitive, social, and resource dimensions of personality. A comprehensive typology of support groups is presented according to six criteria: purpose of creation (crisis, developmental, educational), participant composition (homogeneous, heterogeneous), duration of existence (short-term, long-term), organizational structure (formal, informal), mode of delivery (in-person, online), and level of professional involvement (professional facilitators, peer-to-peer). Specific forms of activity for each type of group are described, enabling appropriate selection of mutual aid formats according to participants' needs. It has been demonstrated that support groups serve as a valuable tool

for psychological assistance, their effectiveness being determined by clear awareness of goals and functions, and appropriate selection of group type depending on participants' specific needs.

Key words: *mutual aid, support groups, psychological support, typology, functions of support groups, phenomenological approach, forms of activity.*

Постановка проблеми. У сучасному суспільстві, яке характеризується високим рівнем соціальної напруженості, динамічними змінами і зростанням індивідуальних і колективних криз, проблема психологічної підтримки набуває особливої актуальності. Людина дедалі частіше стикається з викликами, що перевищують її індивідуальні ресурси: це хронічний стрес, емоційне виснаження, проблеми зі здоров'ям, соціальна ізоляція, втрати чи травматичний досвід. У цих умовах важливого значення набувають групи підтримки як специфічна форма організації взаємодії, що поєднує в собі елементи психологічної допомоги, соціалізації і спільного пошуку сенсу.

Звернення до груп підтримки зумовлене не лише браком ресурсів у людини, а й потребою у прийнятті, довірі та емоційній безпеці. Вони створюють унікальний простір, де учасники можуть ділитися досвідом, отримувати відгук від інших і знаходити відчуття єдності. Такий формат допомагає подолати ізолюваність, яка часто супроводжує кризові стани, і формує нові соціальні зв'язки. Групи підтримки мають важливе значення для зниження рівня тривожності, розвитку адаптивних механізмів і пошуку нових моделей поведінки. Вони сприяють відновленню психологічної рівноваги і розвитку особистісного потенціалу, підвищенню впевненості у власних силах.

Науковий інтерес до феномена груп підтримки зростає завдяки їхній гнучкості та універсальності: вони можуть бути як аматорськими (самопоміги), так і професійно організованими, охоплювати різні вікові категорії і проблемні сфери. Водночас ці групи становлять значний ресурс для громад, адже здатні сприяти соціальній згуртованості й розвитку культури взаємодопомоги.

Феноменологічний підхід до вивчення груп підтримки дозволяє дослідити не лише їхні структурні характеристики чи функції, а й внутрішній досвід учасників: як вони переживають участь у групі, які сенси приписують спільній діяльності, як змінюється їхнє відчуття власної іден-

тичності. Саме феноменологія дає змогу побачити групу підтримки як середовище співбуття, де індивідуальні переживання трансформуються через взаємодію з іншими людьми.

Метою дослідження є наукове осмислення феномена груп підтримки шляхом аналізу їхньої природи, визначення основних характеристик і функціонального призначення та виокремлення основних типів і форм організації.

Результати дослідження. Група підтримки – це організоване об'єднання людей, які мають спільні труднощі, життєві обставини або цілі і взаємодіють для обміну досвідом, взаємної допомоги, емоційної підтримки і розвитку особистісних ресурсів. Л. Леві розглядає групи підтримки як систему взаємодії, де провідною є функція взаємодопомоги і колективного подолання кризових ситуацій [1]. За визначенням К. Роджерса, група підтримки – це безпечний простір, де кожен учасник може відкрито виражати свої переживання і почуття, отримуючи емпатичне розуміння та прийняття з боку інших [2; 3]. На думку українських дослідників О. Зінько і К. Мітченко, групи взаємодопомоги / самопоміги можна розглядати як соціальні об'єднання людей, які мають схожі проблеми, для підтримки один одного [4].

Аналіз спеціальних наукових джерел дає підстави зробити висновок, що поняття «група підтримки» має багатовимірний характер. У розвитку особистості групи підтримки відіграють ціннісну роль ще з початку минулого століття. Зокрема, угорський лікар психіатр Б. Буда вказував на групи підтримки як на інструмент зцілення [2]. Групи мали різні назви і цілі: драматичні (створені Я. Морено в 30-ті роки ХХ ст. в Австрії) [2; 5]; групи психотерапії; т. зв. групи самосвідомості (створені після Другої світової війни) [2]; групи самопоміги (1935 р., США) – АА як частина руху «Анонімні алкоголіки» для підтримки людей із залежністю від алкоголю [2; 6]; АН – «Анонімні наркомани» (1947 р.), які поширили ідею взаємопідтримки на інші

види залежностей [7]; Т-групи (тренінгові групи) для розвитку міжособистісних і лідерських навичок; групи самосвідомості (К. Роджерс) чи групи зустрічей (Дж. Бах, А. Маслоу, Ф. Перлз, К. Роджерс, В. Шутц) [2; 8]; групи психологічної підтримки (групи самопомоги, коли процес організовує учасник із подібною проблемою, або професійні групи, коли роботу веде спеціаліст) [3; 8]; групи підтримки з терапевтичною орієнтацією (Л. Леві) [1; 4; 7]; групи онлайн-підтримки з фасилітацією психологів (Д. Сіммонс, І. Сергієнко, Н. Невмержицька) [3; 9] та інші.

Групи підтримки є однією з найефективніших форм організації взаємодії між людьми, які переживають схожі труднощі чи прагнуть спільно вирішувати життєві завдання. Їхня сутність полягає у створенні безпечного середовища, де учасники можуть вільно висловлювати свої переживання, отримувати розуміння та прийняття, а також знаходити ресурси для подолання кризових ситуацій [8]. На відміну від індивідуального консультування, групова форма дозволяє людині не лише отримати допомогу від фахівця, а й відчути підтримку з боку інших учасників, які стикаються з подібними викликами. Н. Бондаренко зауважує: «Саме підтримка між людьми, які пройшли через схожі труднощі, дає змогу учасникам легко співчувати один одному, компенсує дефіцит природних мереж підтримки через принцип рівної «взаємності», дотримання рівності статусу всіх членів групи, як основної риси діяльності груп самопомоги» [6, с. 30].

Загалом, на наш погляд, сутність груп підтримки можна визначити через кілька головних характеристик. По-перше, вони базуються на принципі рівності учасників, де кожен має право бути почутим і водночас виступає джерелом підтримки для інших [1; 8; 9]. По-друге, групи підтримки характеризуються емоційною безпекою: у такому середовищі прийнято дотримуватися конфіденційності, відмовлятися від критики та оцінних суджень [3; 9]. По-третє, для груп підтримки важлива субсидіарність як принцип організації допомоги, згідно з яким підтримка має надаватися на найближчому до людини рівні. Спочатку допомогу забезпечують родина, друзі, групи підтримки чи громад-

ські організації, що сприяє самостійності людини і зменшує надмірну залежність від державних інституцій [4; 6]. По-четверте, важливою ознакою є наявність спільної мети – від пошуку способів подолання стресу чи адаптації до нових умов життя до формування стратегії особистісного розвитку [4; 10; 11]. Крім того, сутність груп підтримки можна також розглядати крізь призму соціально-психологічних механізмів. Вони функціонують як модель «дзеркала», у якій учасники мають змогу побачити власні проблеми у відображенні чужого досвіду. Це сприяє глибшому самопізнанню і розширює можливості для рефлексії. Н. Бурлака і В. Штифурак наводять приклад американського психолога К. Рудестама, який вважав, що група є «суспільством у мініатюрі», де переживання однієї людини знаходять емоційний відгук у інших, створюючи відчуття єдності й приналежності, а підтримка, довіра і зворотний зв'язок сприяють саморозкриттю, формуванню впевненості й зміні поведінки, що визначає її терапевтичний потенціал [11].

З позиції феноменологічного підходу сутність групи підтримки полягає не лише у зовнішніх характеристиках, а й у внутрішньому переживанні учасників. Для багатьох участь у групі стає певним середовищем, де можливо відчути автентичність, повернутися до себе справжнього, знайти новий сенс у власному досвіді. Саме завдяки цьому групи підтримки можуть виступати чинником трансформаційних змін: вони допомагають людині не лише справитися з конкретними проблемами, а й переосмислити власне життя [3; 8].

Таким чином, сутність груп підтримки полягає в інтеграції психологічних, соціальних і феноменологічних аспектів. Це не лише форма допомоги, а й простір розвитку, співбуття і відновлення, що робить їх важливим елементом сучасної психологічної практики і соціальної підтримки.

Аналіз результатів дослідження. Групи підтримки виконують багатофункціональну роль у житті їхніх учасників. Вони сприяють подоланню кризових станів, знижують рівень тривожності й напруги у їх учасників, активізують внутрішні ресурси особистості, формуючи простір для саморозвитку, забезпечують соціальну інтегра-

цію, допомагають долати почуття ізоляції та формують відчуття належності до спільноти.

О. Клочок, досліджуючи особливості груп самопомогі для реабілітованих наркозалежних, у контексті допомоги від учасників групи наводить ідею цілодобової допомоги більш досвідчених учасників – це так зване «емоційне» або «соціальне спонсорство». «Спонсор», вважає дослідник, «це більш досвідчений учасник, який надає емоційну й соціальну підтримку, допомагаючи іншим справлятися з труднощами та тригерними ситуаціями» [7, с. 103–104].

Крім того, групи підтримки сприяють розвитку комунікативних і когнітивних навичок, що має значення для освітнього і професійного середовища. Вивчення та аналіз наукових праць Е. Бергхауер-Олас [2], Н. Бондаренко [6], С. Домніч і Г. Ханукаєва [5], О. Клочок [7], А. Рудневої та Ю. Мальованої [10], І. Сергієнко [9], В. Штифурак і Н. Бурлаки [5] дає підстави для виокремлення основних функцій груп підтримки, визначення ролі для учасників груп і їх змістового наповнення (табл. 1.).

Таким чином, функції груп підтримки охоплюють емоційний, когнітивний, соціальний і ресурсний виміри. Вони спрямовані не лише на зниження деструктивних переживань, а й на формування нових можливостей для особистісного і соціального зростання учасників.

Варто зазначити, що у складних соціальних умовах групи підтримки виконують ще одну важливу функцію – допомагають своїм учасникам адаптуватися й захищати

власне соціальне середовище. Вони використовують доступні ресурси і стратегії для подолання труднощів, формують відчуття ідентичності й безпеки. Якщо умови змінюються, старі підходи можуть стати дезадаптивними, але завдяки спільній творчій взаємодії група здатна не лише пристосовуватися, а й активно змінювати ситуацію [8, с. 12].

Для адекватного та ефективного вибору форми взаємодопомоги відповідно до потреб учасників груп підтримки, їхніх проблем і цілей роботи з ними важливо розглянути типологію груп підтримки. Різноманітність груп підтримки зумовлена їхньою багатофункціональністю та орієнтацією на потреби учасників, тобто вони різні за структурою, тривалістю існування, цільовою аудиторією, ступенем залучення професійних фахівців, впливом тощо [1; 2; 8]. На наш погляд, типологія груп підтримки може будуватися за такими критеріями, як: мета створення, склад учасників, тривалість існування, організаційна структура, спосіб проведення і рівень професійної залученості. Розкриємо кожен із критеріїв за змістом і формами роботи.

За метою створення:

– кризові групи – організуються для допомоги людям у стані гострої життєвої кризи: втрата близьких, хвороба, травма (кризове консультування, техніки стабілізації емоцій, обговорення втрат, підтримуючі ритуали та ін.);

– розвивальні групи – спрямовані на формування особистісних ресурсів, роз-

Таблиця 1

Функціональні характеристики груп підтримки та їх значення для учасників

Функція	Зміст	Значення для учасників
Емоційна	Забезпечення співпереживання, прийняття, створення атмосфери довіри і безпеки	Зменшення тривоги, відчуття належності, підвищення емоційної стабільності
Інформаційна	Обмін досвідом, знаннями, порадами, новими стратегіями поведінки	Підвищення обізнаності, розвиток навичок вирішення проблем
Нормативна (ціннісна)	Формування і підтримка соціально прийнятних норм і правил у групі	Соціалізація, розвиток відповідальності та адаптації
Корекційна	Допомога у зміні неефективних моделей поведінки і мислення	Зменшення деструктивних проявів, формування здорових копінг-стратегій
Мотиваційна	Підтримка віри в себе, стимулювання до змін і розвитку	Підвищення внутрішньої мотивації та активності
Адаптаційна	Допомога у пристосуванні до складних або нових життєвих умов	Підвищення стресостійкості і психологічної гнучкості
Соціально-інтегративна	Створення відчуття спільності, взаємної підтримки і належності	Запобігання ізоляції, формування мережі соціальних контактів
Ресурсна	Надання доступу до матеріальних, соціальних чи інформаційних ресурсів	Полегшення подолання життєвих труднощів, підвищення якості життя

виток комунікації, асертивності, впевненості (тренінги асертивності, рольові ігри, вправи на розвиток комунікаційних навичок, коучингові практики, майстер-класи з управління стресом і розвитком емоційної стійкості);

– освітні групи підтримки – орієнтовані на передавання знань і практичних навичок, які допомагають справлятися з труднощами (семінари, майстер-класи, групові дискусії, практичні вправи з моделювання життєвих ситуацій тощо).

За складом учасників:

– гомогенні групи – об'єднують людей із подібними проблемами чи життєвими обставинами: наприклад, групи для людей із залежностями, для батьків дітей з особливими потребами (психоосвітні лекції, тематичні обговорення, робота з метафоричними картами, взаємне наставництво і т. п.);

– гетерогенні групи – включають учасників із різним досвідом і проблемами, що забезпечує ширший спектр взаємопідтримки (мозкові штурми, дебати, обмін досвідом, фасилітовані дискусії, воркшопи з обміну досвідом).

За тривалістю існування:

– короткострокові групи (від кількох зустрічей до кількох місяців) – для вирішення конкретних проблем (експрес-тренінги, психодраматичні мінісесії, короткі арттерапевтичні вправи, аналіз конкретних випадків («case study»), інтенсиви на вихідні, фокус-групи, серії мінілекцій тощо);

– довгострокові групи (від року і більше) – формується стабільне коло учасників і виникають більш глибокі соціально-психологічні зв'язки (глибинні групові дискусії, довготривалі психотерапевтичні процеси, клуби за інтересами, клуби читацької терапії (обговорення літератури з психологічним підтекстом), групові ритуали (традиції, символи), проєктна діяльність і т. п.).

За організаційною структурою:

– формальні групи – створюються офіційними організаціями (медичними, освітніми, соціальними центрами), вони мають визначені правила і методики роботи (структуровані тренінги, сертифіковані програми, стандартизовані протоколи підтримки, офіційні супервізійні сесії, стандартизовані психодіагностичні практики, модульні навчальні програми тощо);

– неформальні групи – виникають на добровільних засадах, часто ґрунтуються на особистій ініціативі чи інтернет-спільнотах (круглі столи, групові обговорення в онлайн-чатах, взаємні творчі практики (наприклад, спільне письмо), зустрічі «peer-to-peer», обмін ресурсами (книги, матеріали, контакти), спільні заходи (пікніки, кіноперегляди), вільні тематичні зустрічі тощо).

За способом проведення:

– очні групи – функціонують у форматі безпосередніх зустрічей (колективні ігрові вправи, психодрама, групові майстерні, інтерактивні семінари, фізичні активності (йога, танцювальні практики), медитації, робота в малих підгрупах);

– онлайн-групи підтримки – здійснюють взаємодію у віртуальному просторі, що робить допомогу доступною для більшої кількості людей (вебінари, відеоконференції, тематичні форуми, онлайн-щоденники підтримки, щоденні онлайн-чекіни, тематичні форуми / чати для обговорення проблем тощо).

За рівнем професійної залученості:

– групи, які ведуться професіоналами (фасилітатори) – роботу проводять психологи, психотерапевти, соціальні працівники та інші фахівці (когнітивно-поведінкові інтервенції, психоаналітичні групові сесії, супервізійні зустрічі, терапія зустрічей, психодрама, навчальні кейс-стаді);

– групи самопомоги («рівний рівному») – базуються на рівноправній участі і взаємній підтримці, без спеціально підготовленого ведучого (обмін власними історіями, спільне ведення блогу / щоденника досвіду, створення підтримуючих «пам'яток» і порад від учасників для новачків, ротатійне фасилітування зустрічей, взаємне навчання (peer-to-peer), емоційне спонсорство тощо).

Таким чином, типологія груп підтримки відображає різні аспекти їх організації та функціонування. Вибір конкретного типу залежить від завдань, які постають перед учасниками, і від того, які ресурси необхідні для досягнення бажаного результату.

Висновки. Феноменологія груп підтримки в сучасній психологічній науці розкриває їх як особливу форму соціально-психологічної взаємодії, що спрямована на допомогу індивіду у процесі подо-

лання труднощів, збереження психічного здоров'я і розвитку особистісних ресурсів.

Аналіз сутності цього явища показав, що групи підтримки виконують як адаптаційні, так і розвивальні функції, сприяючи формуванню відчуття безпеки, належності до спільноти, підвищенню стресостійкості і розвитку комунікативних навичок. Функціональне значення груп підтримки полягає у поєднанні емоційної допомоги з практичними ресурсами для вирішення життєвих проблем. Вони водночас виступають і середовищем соціалізації, і простором особистісного зростання.

Запропонована типологія демонструє різноманітність форм групової взаємодії –

від кризових до розвивальних, від таких, що професійно модеруються, до самодопомогових, від очних до онлайн-спільнот. Це свідчить про гнучкість і адаптивність феномена, що дозволяє задовольняти потреби різних категорій учасників.

Отже, групи підтримки є ціннісним інструментом психологічної допомоги і самопомоги. Їхня ефективність визначається чітким усвідомленням мети і функцій та відповідним добором типу групи залежно від конкретних потреб.

Подальші наукові розвідки будуть спрямовані на вивчення механізмів групової динаміки, умов ефективності різних типів груп підтримки та їхнього впливу на особистісний розвиток учасників.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Групи самопомоги: теорія і практика. Посібник для менеджерів, організаторів і фасилітаторів ГСД. Київ, 2021. 37 с. URL: <https://www.undp.org/uk/ukraine/publications/hrupy-samodopomohy-teoriya-i-praktyka> (дата звернення: 20.09.2025).
2. Бергхауер-Олас Е. Л. Досвід проведення занять в рамках групи підтримки психічного здоров'я, реалізованого на базі закладів вищої освіти. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2022. Вип. 1. С. 42–50. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2022-1-6>
3. Штифурак В. Є., Штифурак В. С., Бурлака Н. І. Психологія соціального впливу у процесі групової роботи : монографія. Вінниця : ВДПУ, 2023. 325 с.
4. Зінько О. М., Мітченко К. В. Групи психологічної підтримки як метод становлення особистісної зрілості українців під час воєнного стану. *Перспективи та інновації науки*. 2022. № 13(18). С. 187–198. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-13\(18\)-186-198](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-13(18)-186-198)
5. Ханукаєв Г., Домніч С. Метод психодрами у груповому форматі: досвід застосування та аналітичний огляд. *Collection of scientific papers «SCIENTIA» June 27, 2025; Amsterdam, Netherland* (2025): 119–125.
6. Бондаренко Н. Б. Соціальна підтримка в контексті груп самопомоги осіб із проблемами психічного здоров'я. *Проблеми сучасної психології*. 2018. Вип. 40. С. 24–33. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2018-40.24-33>
7. Клочок О. М. Сутність та особливості груп самопомоги для реабілітованих наркозалежних. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 5 «Педагогічні науки: реалії та перспективи»* : збірник наукових праць ; Нац. пед. ун-т імені М. П. Драгоманова. Випуск 78. Київ : «Гельветика», 2020. С. 102–105. <https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series5.2020.78.22>
8. Проблемна взаємодія в групах: феноменологія, чинники, профілактика : монографія / Л. Г. Чорна, П. П. Горностаї, О. В. Яремчук, В. І. Вус, О. Л. Коробанова, О. Т. Плетка; за наук. ред. Л. Г. Чорної. Кропивницький : ІМЕКС-ЛТД, 2021. 112 с.
9. Сергієнко І. З досвіду проведення групи підтримки із застосуванням арттерапевтичних методів. *Простір арт-терапії* : збірник наукових праць. 2022. Вип. 1(31). С. 16–25.
10. Руднева А. О., Мальована Ю. Г. Групи соціально-психологічної підтримки як ефективний інструмент соціальної роботи в умовах війни. *Психологія та соціальна робота*. 2024. № 1(59). С. 253–263. <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2024.1.23>
11. Штифурак В., Бурлака Н. Корекційні чинники групової роботи в процесі психологічної допомоги: теоретичний аналіз і практичні аспекти. *Наукові записки ВДПУ імені Михайла Коцюбинського. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2025. Вип. 82. С. 69–75. <https://doi.org/10.31652/2415-7872-2025-82-69-75>

REFERENCES:

1. *Hrupy samodopomohy: teoriia ta praktyka. Posibnyk dlia menedzheriv, orhanizatoriv i fasyliatoriv HSD* [Self-help groups: theory and practice. A guide for managers, organizers and facilitators of SHG] (2021). Kyiv. 37 p. [in Ukrainian].
2. Berghauer-Olas, E. L. (2022). Dosvid provedennia zaniat v ramkakh hrupy pidtrymky psykhichnoho zdorovia, realizovanoho na bazi zakladiv vyshchoi osvity [Experience of conducting classes within the framework of a mental health support group implemented on the basis of higher education institutions]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu*. Vyp. 1. P. 42–50. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2022-1-6> [in Ukrainian].
3. Shtyfurak, V. Ye., Shtyfurak, V. S., & Burlaka, N. I. (2023). *Psykholohiia sotsialnoho vplyvu u protsesi hrupovoi roboty* [Psychology of social influence in the process of group work]: monohrafiia. Vinnytsia : VDPU. 325 p. [in Ukrainian].
4. Zinko, O. M., & Mitchenko, K. V. (2022). Hrupy psykholohichnoi pidtrymky yak metod stanovlennia osobystisnoi zrilosti ukraintsv pid chas voiennoho stanu [Psychological support groups as a method of forming personal maturity of Ukrainians during martial law]. *Perspektyvy ta innovatsii nauky*. No 13(18). P. 187–198. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-13\(18\)-186-198](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-13(18)-186-198) [in Ukrainian].
5. Khanukaiev, H., & Domnich, S. (2025). Metod psykhdramy u hrupovomu formati: dosvid zastosuvannia ta analitychnyi ohliad [The method of psychodrama in group format: experience of application and analytical review]. *Collection of scientific papers "SCIENTIA"* June 27, 2025; Amsterdam, Netherland. 119–125 [in Ukrainian].
6. Bondarenko, N. B. (2018). Sotsialna pidtrymka v konteksti hrup samodopomohy osib iz problemamy psykhichnoho zdorovia [Social support in the context of self-help groups for people with mental health problems]. *Problemy suchasnoi psykholohii*. Vyp. 40. P. 24–33. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2018-40.24-33> [in Ukrainian].
7. Klochok, O. M. (2020). Sutnist ta osoblyvosti hrup samodopomohy dlia reabilitovanykh narkozaleznykh [The essence and features of self-help groups for rehabilitated drug addicts]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Serii 5. Pedahohichni nauky: realii ta perspektyvy. Zbirnyk naukovykh prats*. Kyiv : "Helvetyka". Vyp. 78, P. 102–105. <https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series5.2020.78.22> [in Ukrainian].
8. Chorna, L. H., Hornostai, P. P., Yaremchuk, O. V., Vus, V. I., Korobanova, O. L., & Pletka, O. T. (2021). *Problemna vzaiemodiia v hrupakh: fenomenolohiia, chynnyky, profilaktyka* [Problematic interaction in groups: phenomenology, factors, prevention]: monohrafiia / za nauk. red. L. H. Chornoj; Natsionalna akademiia pedahohichnykh nauk Ukrainy, Instytut sotsialnoi ta politychnoi psykholohii. Kropyvnytskyi: IMEKS-LTD. 112 p. [in Ukrainian].
9. Serhiienko, I. (2022). Z dosvidu provedennia hrupy pidtrymky iz zastosuvanniam artterapevtychnykh metodiv [From the experience of conducting a support group using art therapy methods]. *Prostir art-terapii. Zbirnyk naukovykh prats*. Vyp. 1 (31). P. 16–25 [in Ukrainian].
10. Rudnieva, A. O., & Malovana, Yu. H. (2024). Hrupy sotsialno-psykholohichnoi pidtrymky yak efektyvnyi instrument sotsialnoi roboty v umovakh viiny [Social-psychological support groups as an effective tool of social work in wartime]. *Psykholohiia ta sotsialna robota*. № 1(59). P. 253–263. <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2024.1.23> [in Ukrainian].
11. Shtyfurak, V., & Burlaka, N. (2025). Korektsiini chynnyky hrupovoi roboty v protsesi psykholohichnoi dopomohy: teoretychnyi analiz i praktychni aspekty [Corrective factors of group work in the process of psychological assistance: theoretical analysis and practical aspects]. *Naukovi zapysky VDPU imeni Mykhaila Kotsiubynskoho. Serii: Pedahohika i psykholohiia*. Vyp. 82. P. 69–75. <https://doi.org/10.31652/2415-7872-2025-82-69-75> [in Ukrainian].

Дата надходження статті: 25.09.2025

Дата прийняття статті: 24.10.2025

Опубліковано: 21.11.2025