

Є.В. Гейко, кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри практичної психології

Кіровоградського державного університету

О.М. Близнюкова, викладач кафедри практичної психології

Кіровоградського державного університету

## **ФАСИЛІТАЦІЯ САМООРГАНІЗАЦІЇ ЦІЛІСНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ**

### **Постановка проблеми дослідження**

Аналіз наукових досліджень у галузі життєвих криз та кризових ситуацій [3,4,11] вказує на залежність інтенсивності впливу несприятливих соціальних та психологічних факторів на кожну людину від вікових змін та можливості вирішення значущих для неї завдань, невиконання яких призводить до дезорганізації різних видів діяльності.

Специфіка переживання кризи в підлітковому віці викликає зацікавлення науковців перш за все тим, що саме підлітки зазнають найбільших труднощів у пристосуванні до вимог сучасного економічного, політичного та духовного життя на переломних етапах соціального та психічного розвитку, що помітно загострює суперечності названого життєвого етапу. Особлива складність пов'язана з підсиленням проявів життєвої кризи проблемами кризи вікової, що характеризується різкими психологічними змінами та системними якісними перебудовами у сфері соціальних відношень, діяльності та свідомості. Враховуючи, що технології розв'язання суперечностей у цієї вікової групи не є сформованими, доречно виокремити механізми, які сприяють пом'якшенню перебігу вікової кризи у підлітків. Одним з таких механізмів, на нашу думку, є фасилітація.

Необхідність адаптаційного подолання кризи є важливим завданням як для самих підлітків, так і для їх дорослого оточення.

Окрім цього, слід відзначити, що у сучасному суспільстві суттєво загострюється проблема цілісності особистості, про що свідчать численні дослідження, які висвітлюють питання кризи самоідентичності людини, втрати ціннісних орієнтувань і девальвацію особи, погіршення здоров'я нації й наголошується на незворотності ситуації, що склалася. У таких умовах особливої актуальності набуває психологічний аналіз організації самоусвідомлення індивіда й досягнення найвищого її рівня – утворення цілісності особистості.

Безумовно, вирішення проблеми цілісності особистості уможливорює визначення питань смислу і цінності людського життя, упрозорення універсальності і унікальності людської природи і сутності внутрішнього світу, призначення людини і укріплення та збереження здоров'я: психічного, психологічного, фізичного і репродуктивного.

Втім цілісність як інтегроване утворення, що поєднує в собі усе розмаїття природно-соціально-духовного змісту особистості й визначає особливості її індивідуального відображення безперервних перетворень різноманітних загальних і часткових властивостей у відповідності із суттєвими трансформаціями світу, саме поняття потребує обґрунтованого висвітлення і вивчення.

**Мета** статті полягає у розкритті особливостей переживання суб'єктом підліткової кризи та обґрунтуванні можливості застосування фасилітативних навичок як засобу подолання вікової кризи у підлітків й визначення психологічної природи цілісності особистості як специфічної організації самосвідомості людини.

### **Результати теоретичного аналізу проблеми дослідження**

Психологічний феномен життєвої кризи тлумачиться як: 1) соціально-психологічна ситуація; 2) особливий стан, що має свої суб'єктивні та об'єктивні характеристики; 3) процес переживання [3, с.122]. Науковий доробок досліджень аспектів життєвої кризи підводить до висновку, що різні

концептуальні напрями у своїй єдності утворюють складну, багаторівневу систему як методологічну базу вивчення життєвої кризи.

Підлітковий період розглядається як такий, під час якого суперечності розвитку набувають особливої гостроти [7]. Це зумовлено особливостями процесу переходу від дитинства до дорослості, який супроводжується якісною перебудовою усіх структур особистості (Л. І. Божович, М. Й. Боришевський, Т. В. Драгунова, Д. Б. Ельконін, І. С. Кон, А. І. Липкіна, Д. Ф. Ніколенко, Л. М. Проколієнко та ін.). Водночас змінюються експектації суспільства до підлітка, спонукаючи його до погодження своїх потреб з очікуваннями оточуючих та вимогами соціальних норм. Необхідність такого узгодження викликає значні труднощі, що призводять до виникнення суперечностей у розвитку підлітка. Суперечності підліткового віку можуть загострюватись, зумовлюючи сильні емоційні переживання, порушення у поведінці школярів та їх взаєминах з дорослими та однолітками.

Суттєві властивості індивіда, що розкривають цілісність особистості: потенційна універсальність (усезагальність), що забезпечує можливість засвоєння різного змісту, форм, способів життя у розмаїтті цього змісту, що змінюється історично, онтогенетично, етнографічно (П. А. Флоренський, А. С. Арсен'єв); потенційна безкінечність людини (С. Л. Рубінштейн), що сприяє в процесі засвоєння і функціонування виходити за межі засвоєного, в тому числі й межі власного "Я" з метою створення нового, процесу творення; здатність до трансцендування як головна властивість особистості (В. А. Петровський); особливий взаємозв'язок з іншими людьми, що характеризує здатність до ототожнення із іншими і відокремлення себе, власного "Я" - уособлення із іншими і власне своїм (К. Маркс); ідентифікація і уособлення як єдиний механізм, що визначає розвиток, буття особистості (В.С.Мухіна); "ідеальне буття" або здатність до ототожнення і уособлення, здатність бути собою й іншим (А. В. Петровський, Е. В. Ільєнков).

Втім базові основи особистості являють собою психологічну форму відтворення суттєвих якостей людини: універсальності, безкінечності,

здатності до ототожнення із іншими й відособлення. Власне зазначені властивості є умовою засвоєння людиною соціального досвіду в процесі спілкування, умовою функціонування його як соціального і індивідуального суб'єкту, тотожності, єдності, тобто підґрунтя його цілісності. Відзначені основи складаються у 6-7 років, й впродовж подальшого життя індивіда зберігають власну індивідуальну специфіку. Досягнення високих рівнів базових основ особистості, а втім і цілісності, уможлиблюється при спрямованому формуванні (в процесі навчання, виховання, психотерапевтичній роботі).

Отже, мова йде саме про інтегровану концепцію особистості. Власне зазначена концепція природи, структури і сутності та здоров'я людини постає в працях В. М. Димова. Вчений відзначає, що проблема здоров'я пов'язана із взаємовідношеннями розуму (або духу) і тіла, природи людини та її сутності й вирішується на підґрунті психофізичного дуалізму – за допомогою Божественної ідеї, духовності або на матеріалістичній основі. Відтак, структура людини, за В. М. Димовим, вирізняє фізичну сутність, ментальну і душевну (духовну). Водночас цілісне уявлення про людину складається у вигляді індивідуалізованої усезагальності світу, де у кожному індивіді інтегруються усі суттєві властивості “космобіосоціокультурної людської природи”. Й тому сутність людини є перманентним станом протирічної єдності фізичного тіла, розуму і душі, якості, що їх визначає і має прояв в усіх діях людини, у творчості, духовному удосконаленні, завдяки чому людина відрізняється від усіх живих істот на землі, а також її дістанціювання від людської духовності, намагання реалізувати біологічні інстинкти, завдяки чому людина зближується із тваринним світом, вважає дослідник.

Отже, індивідуальне здоров'я постає у вигляді певної гармонії внутрішнього світу людини та її зовнішнього оточення, балансу духовного і фізичного. Також здоров'я людини визначається комплексом природно-біологічних і природно-набутих чинників. На думку С. Д. Максименко,

природу людини слід відзначати як сукупність успадкованих і набутих ознак. В межах нашого дослідження ми переконалися у вірності цих положень, коли за допомогою впливів природних чинників на людину відбувалися зміни, що можна охарактеризувати як набуття цілісності і визрівання совісної особистості.

Порушення внутрішньої цілісності особистості в підлітковому віці проявляються у сфері соціальних взаємодій, на рівні міжособистісного спілкування і можуть відбиватися на фізичному стані підлітка. Це дозволяє вирізнити ряд проблем, що відбивають можливі аспекти підліткової кризи:

- проблеми з зовнішнім оточенням;
- проблеми в сім'ї;
- когнітивні та поведінкові проблеми;
- емоційні конфлікти;
- порушення розвитку та особистісні розлади;
- біологічні порушення [8].

Л. І. Божович зазначає, що криза підліткового віку значно відрізняється від криз інших вікових етапів, вона є найбільш гострою і тривалою, що дозволяє характеризувати цей період як суцільну кризу [2]. У низці досліджень (Я. Л. Коломінський, Т. В. Драгунова, В. Н. Лозовцева, І. Є. Фокіна) розкривається значення стосунків підлітків з іншими людьми, значимими для формування їх особистості. Спілкування постає головним чинником розвитку особистості в підлітковому віці – зважаючи при цьому на пріоритет інтимно-особистісного спілкування як провідного виду діяльності (Л. І. Божович, Т. С. Гурлева, В. Р. Кисловська, Д. Б. Ельконін).

Дослідження проявів підліткової кризи підтверджують факт витіснення старого типу взаємин новим, для якого характерні втрата значущості стосунків з батьками, вчителями на користь підвищення цінності стосунків з однолітками. Так виявляються глибинні потреби підлітків у розгортанні соціально-моральних зв'язків. Спілкування з однолітками сприяє формуванню не лише більш значущого, порівняно з іншими, осередку

спілкування, в якому підлітки отримують підтримку і можливості самовираження, а й реалізації потреби у визнанні їх соціальної значущості. Норми та цінності групи однолітків, що є референтною, набувають значення власних норм та суттєво впливають на особистісний розвиток.

Підлітки стикаються з необхідністю у конкретних ситуаціях демонструвати, з одного боку, ступінь сформованості високої психологічної надійності, здатності адаптуватися до складних соціальних реалій, високого динамізму суспільних процесів, непередбачуваності глобальних змін. З іншого боку, актуалізується завдання самозбереження як особистості, що перебуває у процесі формування, підтримання її цілісності та суверенності. Для підлітків характерне усвідомлення потреби у соціально-психологічній безпеці як необхідної умови морально-психологічного здоров'я та життєвої самореалізації.

Одним із засобів підтримки підлітка у процесі переживання ним кризи може стати фасилітуюча взаємодія, здатність до якої, виходячи з досліджень Б. Г. Ананьєва, Л. І. Божович, Б. С. Братусь, І. С. Кона, О. М. Леонтьєва, С. Л. Рубінштейна, ми визначаємо як вищий рівень розвитку і саморегуляції зрілої особистості, на якому основними мотиваційно-смысловими регуляторами її життєдіяльності стають вищі цінності людини, що сприяють розкриттю особистісного потенціалу іншої людини, дозволяють успішно реалізувати взаємодію.

Одним з важливих механізмів полегшення підліткової кризи виступає фасилітаційний вплив. О. О. Кондрашихіна вважає його характеристиками допомоги, полегшення, стимулювання, актуалізацію потреб у розвитку, особистісному зростанні. Дослідниця підкреслює, що фасилітація передбачає не тільки усунення (чи зменшення) негативних переживань, викликаних браком чогось, що є цінним для об'єкта впливу, але й сприяння його особистісному зростанню, орієнтація на власний вибір, актуалізація здатності до творчої адаптації, самозміни, розвитку [6].

Здатність до фасилітаційних впливів включає в себе два компоненти: мотиваційний, що пов'язаний зі спрямованістю особистості, і інструментальний, що надає можливості реалізації мотиваційної складової впливу. Мотиваційний та інструментальний компоненти пов'язані між собою, вони є взаємозумовленими і взаємодетермінованими. Передумовами, що характеризують здатність суб'єкта до фасилітаційних впливів є:

- особистісна зрілість;
- достатньо високий рівень самоактуалізації особистості;
- наявність гуманістичної системи цінностей;
- розвинена система інструментальних складових даної здатності.

О. О. Кондрашихіна теоретично обґрунтовує і експериментально виявляє психологічні чинники, що детермінують здатність до фасилітаційних впливів та умови формування даної здатності, якими є:

- розвинена ієрархія життєвих цінностей та сформована система духовних ціннісних орієнтацій;
- синергетичність, діалогічність і екологічність як позитивна відкритість і прийняття людей, цілісне сприйняття світу;
- постійне особистісне зростання, відкритість пізнанню, креативність;
- високий рівень розвитку самосвідомості, саморозуміння, рефлексивність, усвідомлення власної системи цінностей;
- самоповага і самоприйняття, особистісна зрілість, автентичність і конгруентність;
- наявність професійних знань, умінь, навичок (знання теоретичних основ гуманістичної парадигми, навичок емпатійного слухання, "Я-висловлювання").

Усі зазначені характеристики утворюють єдину складну систему взаємозалежних компонентів, яка і детермінує здатність до фасилітаційних впливів.

Втім, цілісність особистості розкривається у спрямованості людини сформувати певне підґрунтя власного свідомого існування, в якому природне

і соціальне, індивідуальне, об'єктивне і суб'єктивне у розвитку індивіда поєднуються у ціле. Відтак, відокремлювати їх означає руйнувати їх цілісність. Тому сутність людини полягає у її цілісності, здатності вийти за межі власного природного і соціального буття, у цій сутності – людська краса, дух, сила, можливість паріння. Тут же слід нагадати вислів В. Т. Пуляєва: “Головне у людині, яка має волю, свідомість, здатність мислити – це її активність і адаптивність, які, з одного боку, є її атрибутивною, невід’ємною властивістю, а з іншого – пріоритетною по відношенню до реактивності і пасивності”. Тобто в такий спосіб, завдяки численним діяльним актам людина створює себе і основою вибору цілей та засобів їх досягнення є її життєві смисли і загальнолюдські цінності, що й визначають спрямованість розвитку.

Тобто, якщо цілі розуміються вірно, встановлюється відношення цілі і засобу, як відношення цілі і результату людської діяльності й відбувається усвідомлення сутності цінностей і смислу життя, так людина набуває цілісного прояву і розвитку, повертається до людяності. Необхідна гуманістична спрямованість розвитку, яка відштовхне від людства усе ворожнече і деструктивне. Й підґрунтям та вищим смислом, що поєднує усі людські інститути, може стати духовність і ціннісне ставлення до природи. Усвідомлюючи закони розвитку природи і набуваючи духовності, людина може виходити на нові межі смислового, творчого стану, зберігаючи власну цілісність і особистість.

Серед науковців, чиею заслугою є започаткування дослідження фасилітації, слід виокремити К. Роджерса. Вчений дійшов висновку, що у фасилітатора виражені вміння виразити та використати всі потенційні внутрішні можливості, визначені характерні для продуктивної фасилітативної стратегії навички, а саме: створення атмосфери абсолютного позитивного прийняття (зокрема, повага та прийняття свободи як щодо партнера, так і щодо самого себе), конгруентність, емпатія, толерантність, активне слухання, управління груповою динамікою [9].



Фасилітативні навички в процесі самоорганізації цілісної особистості підліткового віку розглядаються нами як специфічні уміння, які, за умови сформованості, сприяють вибору адекватних способів зняття психічної напруги, стимулюють творче (нестандартне) розв'язання проблемних ситуацій, активізують пошук конструктивного вирішення проблеми як умови розкриття особистісного потенціалу і подальшого переходу особистості на новий ступінь розвитку.

Таким чином, формування фасилітативних навичок у підлітків є одним з механізмів досягнення гармонійності, цілісності особистості та поєднує такі чинники психологічного благополуччя як комунікативна компетентність, стресостійкість, рефлексивність та критичність.

Врахування особливостей перебігу кризи підліткового віку свідчить про необхідність формування у підлітків комунікативних та рефлексивних умінь та навичок, що сприяли б створенню атмосфери позитивного прийняття особистості, в якій підліток може проявити себе як творча індивідуальність та саморегулююча особистість. Даний період є сенситивним для формування власних моделей поведінки, оскільки саме цей вік є переломним моментом в становленні соціальної компетентності.

Слід підкреслити, що можливості підлітків самостійно керувати власними емоційними станами та поведінкою за допомогою певних прийомів та засобів недостатньо вивчені. Дотепер вважалось, що провідна роль у процесі корекції належить психологу, тоді як можливості самого підлітка не досліджувалися, йому відводилася роль суто об'єкта впливу. Такий підхід не сприяє розвитку у підлітка відповідальності за власну поведінку. Проблемою залишається і опрацювання комплексних розвиваючих програм, спрямованих на гармонізацію особистості підлітка, недостатньо дослідженими є умови ефективності корекційних впливів. Корекційна робота має бути спрямована на гармонізацію самосприйняття та самооцінки підлітка, його ставлення до себе та своїх можливостей, що відкриє нові

можливості у вирішенні завдань ефективного усунення гострих кризових явищ підліткового віку.

### **Висновки**

Отже, за результатами теоретичного аналізу ми можемо стверджувати, що сформованість фасилітативних навичок є одним з механізмів подолання життєвої кризи в підлітковому віці, а подальша робота в цьому напрямку сприятиме підвищенню ефективності надання психологічної допомоги та залученню підлітка як інтерактивного суб'єкта цієї діяльності.

Відтак визрівання цілісності уможливорюється на підґрунті становлення поважливого ставлення до себе, оточуючих і світу необхідною є організація засобів щодо формування інтенційності цілісного ставлення до світу: формування відповідального і ціннісного ставлення до навколишнього світу, культури споживання, а також цілісного сприйняття блага як приватної і суспільної користі.

### **ЛІТЕРАТУРА**

1. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе/ Л.И.Божович// Вопросы психологии. – 1978. – № 4. – С.15 – 18.
2. Братусь Б.С. Личностные смыслы и вертикаль сознания / Братусь Б.С. Традиции и перспективы деятельностного подхода в психологии. Школа А.Н.Леонтьева. – М.: Смысл, 1999. – С. 284-299.
3. Варбан Є.О. Життєва криза: поняття, концепції та прояви/ Є.О.Варбан // Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім.Г.С.Костюка АПН України / [за ред. академіка С.Д.Максименка]. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2010 – Вип. 8. – С.120-133.
4. Васильев Г.Н., Келасьев В.Н. Самоорганизация целостности: психо- и социогенез. / Васильев Г.Н., Келасьев В.Н. - СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2003. – 204 с.

5. Василюк Ф.Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций / Федор Ефимович Василюк. – М.: Издательство Московского университета, 1984. – 200 с.
6. Кондрашихіна О.А. Формування здатності до фасилітативних впливів у майбутніх практичних психологів: Дис...канд.психол.наук: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Кондрашихіна Оксана Олександрівна; Інститут психології ім.Г.С.Костюка АПН України. - К, 2004.- 188с.
7. Кузикова С.Б. Корекція Я-концепції як умова подолання конфліктів у підлітків – Суми: Редакційно-видавничий відділ СДП, 1999. – 28 с.
8. Немченко С.Г. Особистісна модель та критерії девіантної поведінки / С.Г.Немченко// Збірник наукових праць Бердянського державного педагогічного університету (Психологічні науки). - №1. - Бердянськ: БДПУ, 2004. - С. 150-154.
9. Непомнящая Н.И. Целостность или диссоциация личности и рефлексивные уровни самосознания / Н.И. Непомнящая // Мир психологии, 2003. - № 2. – С. 145-155.
10. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека /Карл Роджерс; [пер. с англ. В.В. Лях, А.П.Хомик]. – М.: Издательская группа «Прогресс», «Универс», 1994. – 480с.
11. Сайко Э.В. Развитие как определенность бытия и специфика его в осуществлении человека / Э.В.Сайко // Мир психологии, 2007. - № 2. – С. 3-10.
12. Селезнева Е.В. Самоосуществление как акмеологическая категория / Е.В. Селезнева // Мир психологии, 2007. - №2. – С. 192-203.
13. Титаренко Т.М. Життєва криза очима психолога / Т.М.Титаренко // Психологія життєвої кризи відп.ред. Т.М.Титаренко. – К.: Агропромвидав України, 1998. – С.8-68.
14. Чуприкова Н.И. Всеобщий закон в эволюции жизни, психического развития и в историческом развитии человечества / Н.И. Чуприкова // Мир психологии, 2007. - №2. – С. 11-18.

## АНОТАЦІЇ ТА КЛЮЧОВІ СЛОВА

У статті здійснено спробу аналізу найсуттєвіших передумов переживання життєвих криз у підлітковому віці. Саме фасилітація самоорганізації цілісності є ваговою умовою адаптації підлітків до вікової кризи. Акцентується увага на застосуванні фасилітативних навичок як засобу подолання вікової кризи у підлітків, а також наголошується на необхідності сприяння становленню цілісності особистості як специфічної організації самосвідомості людини.

Ключові слова: вікова криза, життєва криза, самоорганізація цілісності особистості, фасилітація, фасилітативні навички.

В статье осуществляется попытка проанализировать наиболее существенные предпосылки жизненных кризисов в подростковом возрасте. Именно фасилитация самоорганизации целостности является важным условием адаптации подростков к возрастному кризису. Акцентируется внимание на использовании фасилитационных навыков как способе преодоления возрастного кризиса у подростков, а также отмечается необходимость содействия становлению целостности личности как специфической организации самосознания человека.

Ключевые слова: возрастной кризис, жизненный кризис, самоорганизация целостности личности, фасилитация, фасилитационные навыки.

The authors analyze the most substantial prerequisites of adolescents' life crises. Facilitation of self-organized processes of integrity is an important condition of adolescents' adaptation to the aged crisis. Facilitative skills are considered as one of the means to solve the adolescents' aged crisis. The authors point out the necessity of facilitation of a personality's integrity self-formation as a specific organization of a person's self-consciousness.

Key words: aged crisis, life crisis, personality's integrity self-formation, facilitation, facilitative skills.