

**Романець З. О.** кандидат психологічних наук, доцент,  
Національний університет «Львівська політехніка»  
<https://orcid.org/0000-0002-5404-2471>

**Бойко А. О.** асистент, Національний університет  
«Львівська політехніка»  
<https://orcid.org/0000-0002-0543-4479>

## ФАСИЛІТАЦІЙНІСТЬ ЯК ЗАСІБ ПСИХОГІГІЄНІЧНОСТІ МІЖОСОБИСТІСНИХ ТА ПРОФЕСІЙНО - РОЛЬОВИХ СТОСУНКІВ

У статті йдеться про феномени фасилітаційної взаємодії у міжособистісних стосунках психолого-педагогічного змісту – батьки-діти, викладач-студент, психотерапевт-клієнт, в результаті чого виникають можливості для підтримання системних характеристик психіки, пов'язаних із самоорганізацією, саморозвитком, саморегуляцією, а відтак – з формуванням і підтриманням саногенного потенціалу особистості, як кореляту психогігієнічності, що виявляється не тільки у стресостійкості особистості і здорових способах пристосування до реальності, але й у можливостях до ефективної пізнавальної, інтелектуальної діяльності, підвищенні рівня творчості, спонтанності, здатності до самореалізації, а у разі особистісних розладів – до коректування, певних деструктивних проявів особистості, підвищення рівня інтегрованості і функціональності психіки особистості загалом.

**Ключові слова:** стосунок батьки-діти; викладач-студент; психотерапевт-клієнт; фасилітаційна взаємодія; психогігієна; саногенний потенціал особистості; патогенний потенціал особистості; системні характеристики психіки; саморозвиток.

**Вступ.** Актуальність дослідження полягає в тому, що проблематика збереження психічного здоров'я посідає на сьогодні усе значніше місце у суспільстві. Виникає необхідність не тільки упереджувати, профілактувати виникнення психічних розладів у широкого загалу населення, але й сприяти зміцненню психічного здоров'я через фасилітаційний вплив (від англ. facilitate – полегшувати) та взаємодію індивідів у різного роду міжособистісних стосунках, враховуючи природні закономірності функціонування людської психіки як системи, однією з найважливіших серед яких є здатність до самоорганізації і саморозвитку, останній же стає можливим за особливого характеру міжособистісної взаємодії – фасилітаційної. Тому видається доцільним розглянути особливості і феномени фасилітації у міжособистісних батьківсько-дитячих стосунках та професійно-рольових стосунках: викладач-студент, психотерапевт-клієнт, стосунках як засобу підтримки і сприяння функціонуванню психіки суб'єктів

спілкування, завдяки підтриманню системних характеристик психіки, пов'язаних із здатністю до самоорганізації, саморозвитку, саморегуляції психіки як відкритої динамічної біологічної системи із зворотнім зв'язком.

Важливим є глибше зрозуміння особливостей явища педагогічної фасилітації, актуальність якого полягає у тому, що реформування сучасної освіти передбачає її гуманізацію, вибудовування стосунків партнерства між педагогами і студентами, а також забезпечення для тих, хто навчається, комфортних психологічних умов для творчого розвитку та сприяння розкриттю їх внутрішнього потенціалу.

**Теоретичне підґрунтя.** На теперішній момент, вивченням явища фасилітації займається численна кількість вітчизняних та зарубіжних науковців. Зокрема, дослідженнями особливостей впровадження фасилітаційної комунікації у вищій школі займалися такі дослідники, Е. Волошина, О. Галіцан, Е. Скібіцький, І. Скібіцька.

## Питання психології

Авторське розуміння змісту термінів «фасилітація» та «фасилітаційні вміння» викладене у наукових працях А. Абдурашидова, О. Гнатишиної, Т. Гури, М. Казанжи, О. Козлової, С. Коломійченко, О. Майер, С. Ромашиної О. Шахматової.

Вітчизняним автором П.М. Лушиним розробляється поняття «екофасилітації», що передбачає розуміння і врахування глибинних процесів психіки людини, пов'язаних із нейробіологічними процесами головного мозку як органу психіки, що відбуваються під впливом факторів середовища, зокрема соціального, в якому важливу роль відіграє міжособистісне спілкування, в тому числі і навчально-виховного змісту.

Дотичним до феномену соціальної фасилітації є поняття материнської тонкочуттєвості, про яку йдеться у контексті теорії прив'язаності Дж.Боулбі, і сучасних вчених, таких, як К.Бріш, М.Мейн, П.Криттенден, К.Бейм, Т.Моррісон та інші, що здійснюють творчі напрацювання теорії прив'язаності для опрацювання і корекції проблематики порушень прив'язаності у дорослих.

Напрацювання соціально-психологічної науки і практики, а також сучасні здобутки нейробіології, нейрофізіології, нейрпсихології також слугують теоретичним підґрунтям для розуміння процесів і феноменів фасилітативної взаємодії у міжособистісних стосунках.

Щодо соціально-психологічних витоків фасилітаційності чи інгібіційності впливу інших людей на індивіда слід зазначити, що філогенетичний процес розвитку психіки людини як соціальної істоти призвів до явища соціабельності, феномену соціальної психіки [11,с.22], тобто здатності людської психіки піддаватися психологічному впливу інших людей. Такого роду властивість або такого роду феномен виник як і інші адаптаційні феномени, до прикладу, у генетиці, і пов'язані із необхідністю виживання у оточуючому середовищі. Для людини можливість вижити у довкіллі із багатьма загрозливими для неї факторами

природи, полягала у об'єднанні людей у суспільство, в якому виробились властивості соціальної єдності, яку важливо було зберігати, якою необхідно було керувати, і, яку необхідно було відтворювати у кожному наступному поколінні. Відповідно до такого роду завдань виживання у властивостях психіки як інформаційної системи, відкритої біологічної динамічної системи із здатністю відображати світ на рівні свідомості, тобто на рівні абстрактних понять, що дозволяють узагальнювати досвід, фіксувати і ущільнювати інформацію про досвід, передавати його наступним поколінням, виникла, утворилась, набула здатність до самосвідомості як частина психічного апарату для свідомої саморегуляції. Так людська психіка набула властивостей системи, що самоорганізовується, самопрограмується, а відтак, - саморозвивається [8].

Можна зазначити діалектичну єдність двох протилежних властивостей, яких набула людська психіка у своєму філогенетичному розвитку: з одного боку – залежність від інформаційно-психологічного впливу інших людей, а з іншого – здатність до психічної саморегуляції, тобто здатність свідомо, до певної міри, незалежно від зовнішнього впливу керувати реаліями власного внутрішнього світу: думками, емоціями, мотивами, відтак - власною доцільною активністю. Спеціальним психічним інструментарієм для здійснення саморегуляції є: рефлексія як інструмент відображення змісту власної психіки, а не тільки довкілля; менталізація як здатність розуміти не тільки зовнішні поведінкові прояви інших людей, але й їх внутрішні психічні процеси – мотиви, потяги, джерела спонукань тощо; символізація власного досвіду як вищий психічний ментальний процес, який дозволяє «стиснути» власний досвід переживань до певного символу, образу, умовисновку тощо, надавши йому певного змісту і значення, «запакувавши» у нього інтегровану сукупність переживань, думок, відчуттів тощо, створивши власне інформаційну модель пережитого досвіду і

## Питання психології

низки епізодів досвіду, вписуючи його у загальну картину світу, яка містить також і усвідомлення власного Я в його актуалізації і взаємодії з іншими людьми.

Логічним є висновок, що у взаємодії з іншими людьми психіка особистості водночас піддається їх впливу і здійснює саморегуляцію із підтриманням внутрішнього системного психічного процесу саморегуляції, самоорганізації і саморозвитку, що в інтегральному сенсі може бути означено як підтримання психологічного гомеостазу, Я-гомеостазу.

Нейробіологічним підґрунтям саморозвитку вважається притаманна нейронам здатність до пластичності, здатність утворювати нові міжнейронні зв'язки, нейронні мережі, у будь-якому віці, що корелює, згідно з О.Соловйовим [14] із глибинним, іманентно притаманним людській істоті прагненням до свободи, і у такого роду здатності нейронних мереж до постійної розбудови, є його вираженням, реалізацією. Доречно згадати про ментальну, духовну здатність людини уявляти, мріяти, проектувати реальність у своїй уяві, в думці, долаючи обмеження реальної дійсності, тілесні обмеження тощо.

В результаті формулюється висновок стосовно того, що залежність особистості від самого народження від впливу інших людей повинна бути використана для спонукання і налагоджування саморегуляторних програм психіки, як системи, тобто налагоджування, підтримання, сприяння її здатності до саморозвитку через самоорганізацію і самопрограмування.

Доречним є зазначити, що смислотворення як здатність психіки людини, тобто психіки, рівня свідомості, відбувається, у значній мірі, на аксіологічній основі, тобто здатності людської психіки створювати, передавати і засвоювати цінності, які постають як «скрижалі змістоутворення» [13], які відіграють роль саморегуляторних мотиваційно-поведінкових чинників у структурі особистості.

Сучасний цивілізаційний і культурний розвиток суспільства з його тенденцією і проголошеною метою гуманізації передбачає проникнення гуманістичних принципів у практично усі сфери людської практики. Цінності сприяння розвитку і саморозвитку особистості, її прагненню до самореалізації як глибинне притаманному прагненню до свободи, збігаються із феноменом фасилітації, що проникає в різні сфери соціальних взаємодій, а особливо, у сферу освіти як інституту соціалізації особистості. Звичайно ж у сім'ї як первинному і базовому інституту соціалізації особистості фасилітаційні принципи взаємодії з дітьми повинні стати підґрунтям батьківсько-дитячих стосунків у сім'ї.

Видається доречним зупинитись на поглядах П.В. Лушина, Б.Й.Цуканова, які відсилають до конкретизації і специфіки нейропроцесів із саккадичними ритмами руху очей під час перецептивних процесів, а також ритмами саморозбудови нейронних зв'язків і мереж, порушення яких відбувається при травматизації, інтенсивній стресогенності впливу на психіку людини [9].

З огляду на зазначене, феномени соціальної інгібіції та соціальної фасилітації набувають свого нейробіологічного, нейрофізіологічного змісту і підтвердження, що дозволяє глибше розуміти, організовувати, здійснювати фасилітаційну взаємодію між різними суб'єктами.

Суть питання зводиться до набуття знань щодо фасилітаційних методів, способів, прийомів, - здебільшого йдеться про комунікативно-інформаційні, вербальні, невербальні засоби взаємовпливу, формування навичок і їх застосування в різного роду міжособистісних взаємодіях – батьківсько-дитячих, партнерських, управлінських, педагогічних, психотерапевтичних та інших. У кожному типі соціально-психологічних взаємодій відбувається вплив на психіку кожного із суб'єктів, і він з необхідністю буде мати або фасилітаційний, тобто підтримуючий, стимулюючий психічну активність характер,

## Питання психології

або інгібіційний, тобто пригнічуючий, знижуючий, блокуючий активність зміст більшого чи меншого ступеня інтенсивності на кожного із учасників взаємодії. І, оскільки психіка – це відкрита динамічна біологічна система із зворотнім зв'язком, кожна ситуація зустрічі із впливом, що надходить із довкілля, в першу чергу, - соціального, буде запускати відповідні процеси, механізми, програми психічного апарату особистості, спрямовані на втримування психічної цілісності, єдності, інтегрованості, тобто на втримування психологічного гомеостазу, як рівноваги із довкіллям, коли забезпечується водночас системна функціональність психіки особистості і системна єдність «Я-Інші».

**Метою** статті постає завдання проаналізувати можливості і перешкоди застосування методів, способів, прийомів фасилітації для забезпечення психогігієнічності міжособистісних стосунків, формування, підтримання, збереження психічного здоров'я суб'єктів взаємодії, з метою формування і підтримання саногенного потенціалу особистості, що виявляється не тільки в охороні і збереженні психічного здоров'я, а також у здатності до самореалізації, творчості, саморозвитку, саморегуляції тощо, водночас із високою стресостійкістю і здатністю до адаптації щодо різних життєвих обставин. Мета даної статті конкретизується в аналізі і описі феноменів фасилітації міжособистісних стосунків між учасниками соціально-психологічної взаємодії, коли один із них знаходиться у позиції суб'єкта впливу, а інший – об'єкта впливу. До такого роду стосунків відносяться стосунки: батьки - діти, викладач-студент, психотерапевт-клієнт тощо, а напрямком підвищення фасилітаційності яких буде набуття кожним із учасників взаємодії більшої суб'єктності, тобто підвищення їх активності, з врахуванням специфіки психічного статусу і психічних особливостей кожного із учасників взаємодії, точніше, у більшій мірі, йдеться про надання більшої суб'єктності саме залежному учаснику взаємодії – дитині, студенту, клієнту, завдяки набуттю більшої

комунікативної компетентності фасилітаційного змісту тим учасником взаємодії, хто має вищу за статусом роль, хто виконує більш керівну і відповідальну роль у стосунку.

**Методи дослідження.** Провідними методами дослідження є аналіз та синтез теоретичних концепцій, сучасних напрацювань практичної психології та психотерапії, наукових напрацювань щодо теорії прив'язаності, матеріалів супервізій із фактологічним, емпіричним матеріалом, вебінарів та презентацій сучасних провідних фахівців світового рівня із травматерапії, психодрамотерапії, теорії прив'язаності з метою поглибленого розгляду феноменів психіки, онтогенезу, міжособистісної взаємодії і впливу. Також методом дослідження є спостереження, герменевтичне тлумачення феноменологічних випадків, систематизація, узагальнення емпіричного досвіду, загальнонауковий аналіз з метою подальшого синтезу напрацювань різних науково – практичних напрямів психологічної науки, світоглядно-ціннісних філософських підходів тощо.

**Результати і обговорення.** Психогігієнічність стосунків пов'язана із завданням сприяння функціонуванню психіки учасників взаємодії у контексті виконання психікою певного виду діяльності, в якій як правило, або практично завжди присутнє завдання диференціації та інтеграції відображеного інформаційного змісту на основі когнітивно-емоційної взаємодії як внутрішнього психологічного інструментарію, сприяння процесам менталізації і символізації досвіду, загалом – інтелектуальній розумовій діяльності. Можна стверджувати, що одним із засобів психогігієнічності у міжособистісних стосунках є фасилітаційність як сукупність прийомів, способів сприяння, полегшення здорового, ефективного функціонування психіки обидвох чи більшої кількості суб'єктів соціально-психологічної взаємодії, суб'єктів комунікації.

Зміст і суть фасилітаційного впливу, а скоріше, - взаємовпливу суб'єктів соціально-

## Питання психології

психологічної взаємодії може бути описана феноменологічно, на конкретних прикладах взаємодії батьки-діти, викладач-студент, психотерапевт-клієнт, керівник-підлеглий та інших.

У стосунках батьки-діти окреслення батьківських ролей є складним і вимагає багатомірного погляду на явище батьківства, тим більше непростим є окреслення змісту їх саме фасилітаційної ролі у впливі на розвиток дитини. Видається слушним обґрунтування фасилітаційної ролі батьків як протиставлення іншим батьківським ролям.

Головна батьківська роль полягає у забезпеченні всебічного розвитку дитини. Згідно з Декларацією прав дитини, йдеться про вільний розвиток усіх сторін особистості дитини – фізичний, психічний, духовний аспекти розвитку [15]. Принцип 2 Декларації:

«Дитині законом та іншими засобами має бути забезпечений спеціальний захист і надані можливості та сприятливі умови, що дадуть їй змогу розвиватися фізично, розумово, морально, духовно та соціально, здоровим і нормальним шляхом, в умовах свободи та гідності. При ухваленні з цією метою законів основною метою має бути найкраще забезпечення інтересів дитини» [15].

У даному контексті ставиться акцент на психічному здоров'ї дитини, хоча, звичайно, у психогієнічному контексті йдеться про гармонійний розвиток особистості дитини із формуванням у неї саногенного потенціалу, зміст якого полягає у формуванні стресостійкості, гармонійності, здатності до саморегуляції щодо збереження фізичного і психічного здоров'я. [6 с.62].

Можна було би розглядати батьківські ролі як керівників розвитку дитини. Однак управління як феномен суспільного, соціального розвитку має свої принципи, закономірності, методи тощо, хоча ґрунтується на спільних з педагогічною проблематикою навчання і виховання, біхевіористських принципах «заохочення» і «покарання» («батога» і «пряника»). Однак, як сказав А.Молодорич, директор тренінго-

консультаційного центру (ТКЦ) «SCRIPTUM» (м.Київ), бізнес-консультант, тренер із, особистісного зростання, психотерапевт, - «батьківська роль відрізняється від ролі керівника тим, що працівника можна звільнити, а стосунки з дитиною назавжди перервати неможливо!. адже стосунки суб'єктів управлінської діяльності є функціональними, тобто особистісні якості учасників взаємодій є підпорядкованими меті і завданню організації, а не розвитку кожного працівника, хоча розвиток фахівця, набуття ним більшої компетентності в організації постає як умова, засіб процвітання організації.

У сім'ї як організації, соціальному інституті, по суті, метою є розвиток і виховання дітей, підготовка їх до життя у суспільстві, надання їм можливості набути таких особистісних властивостей, характеристик, здатностей, щоб вони могли адаптуватися до життя у суспільстві, відповідати вимогам суспільства, реалізувати себе в ньому, - навчатися, працювати, побудувати сім'ю виростити своїх власних дітей тощо.

На жаль, у стосунках «батьки-діти» навіть у пересічних функціональних сім'ях стресогенність є неминуче присутньою, оскільки:

- батьки не мають достатньої тонко чутливості до потреб власних дітей [1.с.42-43.].

- існують об'єктивні/зовнішні причини (економічне та матеріальне становище сім'ї, їх соціальний статус, тощо), що позбавляють батьків можливостей бути належну кількість часу з дітьми.

- стосунки між батьками (конфлікти, недоброзичливість, психологічна залежність у подружжі, нездорова модель стосунків та недостатній рівень комунікативної компетентності)

- досвід дитинства кожного з батьків (особливості їх виховання, травматичний, стресовий досвід тощо).

- недостатність умінь та навичок у батьків щодо керування власними емоціями

## Питання психології

станами, відреагування на дитині власних переживань.

У фасилітаційному процесі сприяння розвитку дітей, батькам важливо навчити дитину та допомогти їй долати складні обставини, навчити ефективних коупінг-стратегій та навичок емоційної регуляції у станах фрустрації, у обставинах підвищеної стресогенності, несприятливих життєвих умовах і ситуаціях, різного роду несправедливості, жорстокості світу тощо.

Однак, незнання батьками природи психіки, закономірностей психічного розвитку, неволодіння психолого-педагогічними вміннями та навичками щодо фасилітаційної взаємодії з дітьми, яка сприяє їх розвитку, набуттю адаптаційних здатностей, формуванню саногенного потенціалу особистості, а також власні обмеження саморегуляції і адаптаційних стресостійких властивостей призводять до негативних наслідків у психічному розвитку дітей, що виявляється у їх агресивності, зниженні мотивації до навчання, схильності до аддиктивної поведінки, - йдеться про раннє узалежнення від алкоголю, наркотиків, комп'ютерних ігор, інтернету тощо.

Тому проблематика сприяння розвитку дитини через засвоєння адекватних психолого-педагогічних принципів, знань закономірностей розвитку і функціонування психіки, набуття навичок у застосування емпатійних, фасилітаційних прийомів, завдяки яким діти отримують необхідний їм вияв безумовної любові і прийняття [5], а не формальну систему заохочень і покарань, що застосовується у дресируванні тварин та й в управлінні людьми, де вимагається виконання чітко окреслених функціональних обов'язків.

Сучасний рівень розвитку організаційної культури також тяжіє до відмови або, принаймні, до зниження ваги управлінської системи заохочень і покарань в структурі управлінських методів роботи з персоналом організацій.

Осмилюється, окреслюється і формулюється завдання створення таких

батьківсько-дитячих стосунків і впливу в родині, які, при усвідомленні батьками значущості власного впливу на глибинні процеси становлення дитячої психіки, належним чином будували б фасилітаційні умови для становлення здорових системних характеристик психіки, що забезпечать набуття нею саногенного психічного потенціалу, а не тенденцій до патогенних проявів, пов'язаних із набуттям адиктивного [7] психопатичного чи навіть суїцидального потенціалів особистості.

Повертаючись до завдань педагогічної фасилітації, у викладанні будь-яких дисциплін студентам третього рівня вищої освіти видається доцільним застосування, свого роду, прикладного методичного підходу, який полягає у конкретизації структурування начального змісту дисципліни, що викладається аспіранту, під кутом їх актуальних ролей у даній соціальній ситуації їх становлення як особистостей і фахівців. Так, при розробленні навчальної програми дисциплін слід враховувати наступні ролі аспіранта спеціальності психологія: 1) науковця-дослідника, 2) викладача, 3) практичного психолога з елементами психотерапії як фахівця у своїй галузі, і зрештою, 4) як молодій людині із необхідністю розв'язання завдань соціальної ситуації особистісного розвитку, відповідно віковому етапу життя – йдеться про побудову власних міжособистісних стосунків, сім'ї, кар'єри тощо.

Згідно з думкою А.О. Зоткіна, для впровадження і засвоєння нових освітніх технологій педагогами, в тому числі і фасилітаційних необхідною є спеціальна підготовка і перепідготовка викладачів. Доля інновацій безпосередньо залежить від становлення суб'єктності педагога, оскільки «особа учителя і його світоглядні установки є безпосереднім змістом освіти» [4, с.4.].

Слушним є навести деякі положення щодо умов забезпечення виконання такого роду викладацького завдання у контексті зростання педагогічної компетентності:

## Питання психології

– осмислення складових, тобто системоутворюючих компонентів навчального процесу технологічного типу;

– осмислення, аналіз і усунення неефективних і непродуктивних прийомів роботи у своїй діяльності;

– використання у практичній роботі форм, методів і засобів інноваційних технологій;

– самоаналіз якості навчання, установка на подолання відсталих і рутинних прийомів роботи із студентською аудиторією;

– зміна ціннісних орієнтацій, усвідомлення і подолання стереотипів професійної діяльності[4,с.4-5.].

Згідно з В.С. Ледньовим, конкретизація завдань розвитку педагогічної фасилітації полягає у: формуванні вмінь та навичок міжособистісного спілкування, розробці індивідуального освітнього маршруту; здатності провокувати зміни у студентів через низку біфуркацій, підштовхуючи до біфуркації, створюючи для цього умови інтерактивної взаємодії, різноманітних зворотних зв'язків між суб'єктами навчання - взаємні опитування, діалог, співбесіду, групові форми спілкування і навчання; організація процесу навчання в діадах, групах вільного спілкування тощо. Загалом, йдеться про створення умов для формування осмисленого навчання і особистісного розвитку в цілому.

Реалізація поставленої мети здійснюється крізь призму практичного досвіду щодо побудови професійно-рольових стосунків «викладач-студент» у часі занять із двома категоріями суб'єктів – студентами першого курсу у процесі вивчення дисципліни «Соціальна психологія» та аспірантами, під час вивчення дисципліни «Фасилітація та ненасильницькі методи взаємодії», а також стосунків психотерапевт-клієнт, які аналізувались як практичне втілення аспірантом фасилітаційних навичок практичного психолога у процесі психотерапевтичної взаємодії з клієнтом.

Так, з досвіду проведення практичних занять з дисципліни «Соціальна психологія» для студентів 1-го курсу в умовах онлайн

навчання було застосовано наступні інтерактивні методи:

- привітання кожного студента з усіма, що полегшувало студентам налаштування на спільну роботу, створювало відчуття єдності, причетності, знімало відчуженість, почуття відірваності і самотності, а також нехоті до навчання за онлайн умов. Імовірно, на нейрофізіологічному рівні відбувалось підвищення окситоцину, серотоніну, дофаміну, - гормонів, що активізують психічну і мозкову діяльність людини.

- після міні-викладу теоретичного матеріалу, необхідного для виконання практичних завдань студентів спонукали до зворотного зв'язку, в якому з'ясувався індивідуально-психологічний відгук кожного студента в сенсі пригадування матеріалу та суб'єктивного емоційно-мотиваційного ставлення до матеріалу, тобто здійснювалось сприяння інтегральному, цілісному сприйняттю матеріалу, тим самим здійснювалось сприяння інтегративній роботі психіки, де поєднувались когнітивна, емоційна та мотиваційно-регуляторна сфери психіки студентів. В їх відгуках було свідчення щодо підвищення мотивації, активності, готовності до роботи на занятті.

- для виконання практичного завдання, студенти об'єднувались в групи по 3-4 людей, яким необхідно було поділитись знаннями теоретичного матеріалу, а також виконати творче завдання, із необхідністю звертання до власного досвіду, спостережень, обміну думками, проектування і формулювання результату їхньої спільної роботи, що стимулювало розумову активність, творче самовираження студентів, сприяючи їх суб'єктивному відчуттю свободи, спонтанності, творчості, задоволеності співпрацею і собою.

- презентація результатів спільно виконаного завдання кожною групою студентів, що структурувало, узагальнювало їх розумову інтелектуальну діяльність, підкріплену позитивним емоційним фоном, оскільки кожен із учасників групи мав можливість вільно висловити свої міркування, припущення, переконання тощо,

## Питання психології

завдяки чому у студентів формувались і закріплювались знання з певної теми навчальної дисципліни, як структуровані когнітивні утворення, оскільки в кінці і у процесі презентації викладачем задавались уточнюючі, з'ясовуючі питання, давались наукові коментарі, відбувались міні дискусії як ще один рівень зворотного зв'язку.

- Інтерактивність заняття, активний обмін інформацією між студентами, а також між студентами та викладачем створювали загальну атмосферу активності мислення як для студентів, так і для викладача, сприяючи формуванню і закріпленню знань, а також створенню мотивації до пізнання, розумування та пошуку нових знань.

Емоційний відгук студентів на такого роду заняття став спонуканням до написання ними тез на студентську конференцію, в яких студенти виклали свої рефлексії та осмислення такого роду практичних занять, їх ефективності та фасилітаційного спрямування.

Ще один приклад застосування педагогічної фасилітації та його результатів при проведенні занять з аспірантами з навчальної дисципліни «Фасилітація та ненасильницькі методи взаємодії» свідчить про феномени синергії, спільної стимуляції думки як студента і викладача, коли у процесі нашої взаємодії народжувалось нове знання, бачення, поглиблене розуміння завдань навчально-професійної діяльності аспіранта.

Постає свого роду подвійне завдання при викладанні дисципліни «Фасилітація та ненасильницькі методи взаємодії» - побудувати її програму, згідно з зазначеною метою викладення матеріалу дисципліни аспірантам у прикладному аспекті щодо його ролей як слухача, а також безпосередньо застосувати фасилітаційний метод роботи викладача і аспірантів при вивченні зазначеної дисципліни.

На практиці було зосереджено увагу на актуальних зацікавленнях аспіранта у контексті його особистісних та професійних інтересів, тому розглядались, зокрема, тематика професійної роботи аспіранта з

клієнтами як реалізації його фахової ролі практичного психолога. Тому лекційний матеріал ґрунтувався на напрацюваннях із практичної сфери роботи з клієнтами фахівців світового рівня, зокрема, на роботах Отто Кернберга, К. Бейма, П. Кріттенден, сучасних напрацюваннях Американської асоціації психологів із формування навичок психологічного відновлення тощо.

У часі практичних занять відбувався інтерактивний процес фасилітаційного спрямування, що сприяв процесам саморозвитку аспіранта, а також викладача, оскільки феноменом фасилітації у професійній комунікації є розвиток обох учасників процесу. Так, К. Роджерс говорить про те, що клієнт у роботі з психотерапевтом може просунутись так далеко, наскільки просунутим є сам психотерапевт.

Доречним є поділитися конкретикою змістових здобутків інтерактивного фасилітаційного процесу викладач-аспірант щодо опрацювання тематики ефективної емпатійної фасилітаційної роботи з клієнтом, побудови з ним довірливих психотерапевтичних стосунків з метою корекції його дезадаптивних поведінково-комунікативних проявів.

Як органічне продовження інтерактивної взаємодії фасилітаційного характеру викладач-аспірант, уявляється доцільним навести опис процесу і результату психотерапевтичної роботи з клієнтом, де аспірант виступав в ролі практичного психолога, оскільки з наведеного прикладу можна побачити труднощі психотерапевтичної роботи з клієнтом із нарцисичним розладом особистості, які вдалось подолати, завдяки фасилітаційним методам роботи з клієнтом, спрямованим на сприяння інтеграційним процесам його психіки.

Йдеться про роботу із нарцисичним розладом у клієнта, за класифікацією Н. Мак-Вільямс[3,10 с.219] або помірно інтегрованим, згідно з класифікацією ОПД-2, розробленою сучасними фахівцями в галузі психічного здоров'я - психологами,



## Питання психології

психіатрами, психотерапевтами, медиками та іншими фахівцями[12].

Не вдаючись у опис проблематики нарцисичного розладу особистості, для ілюстрації фасилітативної сторони взаємодії психолога з клієнтом доцільно зупинитись на роботі з одним із захистів нарцисичного клієнта - проєктивній ідентифікації, що є одним із найважчих особистісно-професійних випробувань для психолога, оскільки на нього проєктуються і йому приписуються витіснені негативні потяги, мотиви, властивості, бажання клієнта, і специфікою такого роду актів проєктивної ідентифікації є те, що партнеру по спілкуванню, в тому числі, і психологу, важко протистояти такого роду впливу і не ідентифікуватись із негативними проєкціями клієнта на себе. Від психолога вимагається висока професійна майстерність, толерантність, стресостійкість, володіння навичками психічної саморегуляції, провадження професійної психотерапевтичної діяльності з клієнтом, яка буде сприяти його психокорекції, а не деструктивним взаємодіям і відреагуванням негативних переживань один на одного.

Уявляється доцільним навести кроки, які були здійснені психологом у роботі із захистом клієнта «проєктивна ідентифікація»:

- Нормалізація і легалізація захисту клієнта, що за своєю суттю є актом прийняття і емпатійності, і, яка має фасилітаційний вплив на особистість клієнта. Зверненням до клієнта є фрази, які дозволяють клієнтові толерувати конфронтацію із своїм захистом «проєктивна ідентифікація». Отже, психолог говорить: «Це нормально. Так буває, що інколи ми є нечутливими до інших, маніпулюємо іншими, захищаємось заради збереження власного комфорту тощо», що спрямована на прийняття та інтеграцію особистості клієнта.

- Визнання права на потребу в любові, потребу у визнанні іншими, виконання іншими бажань і волі клієнта, а також визнання реальності болючих нестерпних переживань в разі фрустрації такого роду

потреб. Фразами психолога можуть бути наступні: «Коли тобі не дають співчуття і підтримки, це може бути дуже боляче, і я поділяю твої переживання, я їх розумію і приймаю, вони є, і від них не так просто позбутись».

- «Нормалізація», «легалізація» зневіри в тому, що інші можуть і здатні любити, підтримувати, захищати як це відбувається у особистостей з нарцисичним розладом. Слова психолога, звернені до клієнта: «Дитина або підліток можуть більше ніколи не чекати співчуття і зневірися в тому, що хтось може щиро хотіти його проявити», які спрямовані на підвищення толерантності клієнта щодо власної нездатності створювати близькі довірливі, емоційно насичені стосунки. Психолог доносить до клієнта інформацію про такого роду феномен, який стається з психікою за умов масивної нестачі, дефіциту безпеки, захисту від споріднених осіб у близьких стосунках. Відомо, що надлишкова опіка, підтримка і захоплення також можуть призводити до нарцисичних порушень особистості, оскільки позбавляють дитину, підлітка досвіду витримувати ситуації байдужого або негативного ставлення інших людей, що також трапляється у життєвих ситуаціях і обставинах.

Таким чином, у процесі психотерапевтичного спілкування з клієнтом підкреслюється, що в житті трапляється різне у стосунках з різними людьми, моменти, коли ми проявляємо «поганість», а також бувають ситуації, коли погано поводяться з нами, але усі такі моменти ми можемо, здатні переживати і витримувати, зберігаючи свою цілісність, інтегрованість, функціональність без застосування захистів, маніпуляцій та патологічних проявів стосовно себе та інших людей.

У даному конкретному випадку психологу у взаємодії з клієнтом, коли він застосував неусвідомлене маніпулювання психологом через психологічний захист «проєктивна ідентифікація» вдалось втриматись у своїй позиції і на власному прикладі показати, як важливо залучити

## Питання психології

рефлексування, усвідомлення власних емоцій, вміння вчасно переключитися з них на переживання іншої людини,- партнера по спілкуванню -, залишатись у зв'язку з ним, з'ясовуючи і проговорюючи свої та партнера переживання, що дасть можливість залишитись у зв'язку і продовжити взаємодію, зберегти контакт, поглибити взаєморозуміння, а відтак, зберегти стосунок.

Слід зазначити, що такого роду можливості взаємодії психолога з клієнтом виникли і реалізувались в результаті обговорення нарцисичної проблематики у взаємодії викладач-аспірант, коли на фоні їх фасилітаційного стосунку зародились ідеї глибшого розуміння і кроки практичної корекції особистісної проблематики нарцисичного клієнта. Іншими словами, фасилітаційність стосунку викладач-аспірант сприяла створенню фасилітаційного стосунку психолог-клієнт.

**Висновки.** У фасилітаційних взаємодіях викладач-студент виникали феномени позитивного суб'єктивного почуття комфорту, розкнутості, творчої активності, розширення свідомості загалом із продукуванням нових думок, поглядів, формуванням і засвоєнням нових знань тощо у обох учасників комунікативної взаємодії, -

і у студентів, і у викладача. Фасилітаційна взаємодія аспіранта як фахівця-психолога із клієнтом, була реалізована, завдяки глибоко емпатійному проникненню у внутрішній світ клієнта із нарцисичним розладом і ефективній професійно грамотній роботі. Подальшою перспективою досліджень постає завдання поширення досвіду фасилітаційної взаємодії для різних типів міжособистісних стосунків, розроблення програм і методичного забезпечення для цілеспрямованого організованого навчання методам, способам, прийомам фасилітації як засобу дотримання психогігієнічності різного роду міжособистісних стосунків. Описані особливості взаємодії викладача із аспірантами можуть слугувати для подальшого використання такого роду досвіду у проектуванні навчальних курсів із застосуванням психолого-педагогічної фасилітації, що сприятиме розвитку наукового мислення, професійних компетентностей фахівців третього рівня вищої освіти, а також сприятиме розвитку їх особистісних якостей, пов'язаних із здатністю до саморозвитку, творчого самовираження, самореалізації, життєтворчості загалом.

## Список використаних джерел

- 1.Бріш К.Г.Розлади прив'язаності від теорії до терапії/ Посібник. . – Львів:2012. –314 с.
- 2.Бройнинг.Л. Гормоны счастья.Как приучить мозг вырабатывать серотонин, дофамин, эндорфин и окситоцин [The hormones of happiness. How to train brains to produce serotonin, dopamine, endorphins and oxytocin]. – Кишинев,ООО «BBDO», 232 (in Russian).
- 3.Кернберг О. Тяжелые личностные расстройства: стратегии психотерапии. – М.: Независимая фирма "Класс", 2000. – 464с.
- 4.Кирыякова А.В, Каргапольцева Н.А., Ольховая Т.А., Комарова И.В. Технология фасилитации в компетентностно-ориентированном образовании: учебно-методическое пособие / А.В. Кирыякова, Н.А. Каргапольцева, Т.А. Ольховая, И.В. Комарова; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2011. – 103 с.
- 5.Кон А. Любовь без умов. Від нагород і покарань до турботи й порозуміння / Алфі Кон; пер.з англ. В.Колодій – Х.:Віват, 2021. – 320 с.
- 6.Куликов Л. В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики: Учебное пособие. — СПб.: Питер, 2004. — 464 с.
- 7.Лещинська О.А. Феноменологія психологічної залежності в деструктивних культурах релігійного типу: монографія/О.А.Лещинська – Івано-Франківськ: Симфонія форте, 2019. – 216 с.
- 8.Либин А.В. Дифференциальная психология на пересечении европейских, российских и американских традиций М.:Смысл, 1999–532 с.

## Питання психології

9. Лушин П. В. Екологічна допомога особистості в перехідний період: екофасилітація [Текст] : Монографія / Лушин П. В. - Київ, 2013. – 296 с. – (Серія «Жива книга»; Т.2). 6 б. 10. Мак-Вільямс Н. Психодинамічна діагностика / Пер.с англ. – : Клас, 1998. – 438с.
11. Москаленко В.В. Соціальна психологія. Підручник. Видання 2-е – К.: Центр учбової літератури 2008 – 688с..
12. Операционализирующая Психодинамическая Диагностика (ОПД)-2. Руководство по диагностике и планированию терапии. Перевод: М.А. Гончаров, И.О. Кириллов, П.А. Фролов "Академический Проект" 2015 - 464 с.
13. Осипова А.А. Общая психокоррекция. Учебное пособие. М.: СФЕРА, 2002 г. 510 с.
14. Соловйов О.В. Від фізичного детермінізму до «з-середини-себе-причинності»: свобода вибору як атрибут переробки інформації в нейронних мережах мозку. Матеріали Міжнародної наукової конференції «Феномен свободи у контексті цивілізаційних викликів століття». Львів. 23-24.05.2019. С.287-299.
15. [http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/995\\_384](http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/995_384)

## References

1. Brish K.H. (2012) Rozlady pryv'язanosti vid teorii do terapii. [Attachment disorders from theory to therapy] / Posibnyk. – Lviv, 314 (in Ukrainian).
2. Broining L. (2016) Hormony schast'ia. Kak priuchit mozg vyrabatyvat serotonin, dofamin, endorfin i oksitotsin. [The hormones of happiness. How to train brains to produce serotonin, dopamine, endorphins and oxytocin]. – Kishinev, ООО «BBDO», 232 (in Russian).
3. Kernberg O. Tyazhelye lichnostnyie rasstroystva: strategii psihoterapii. – М.: Nezavisimaya firma "Klass", 2000. – 464s
4. Kiryakova A.V., Kargapoltseva N.A., Olhovaya T.A., Komarova I.V. Tehnologiya fasilitatsii v kompetentnostno-orientirovannom obrazovanii: uchebno-metodicheskoe posobie / A.V. Kiryakova, N.A. Kargapoltseva, T.A. Olhovaya, I.V. Komarova; Orenburgskiy gos. un-t. – Orenburg: OGU, 2011. – 103 s.
5. Kon A. Liubov bez umov. Vid nahorod i pokaran do turboty u porozuminnia / Alfi Kon; per.z anhl. V. Kolodii – Kh.: Vivat, 2021. – 320 s.
6. Kulikov L.V. (2004) Psykhohihiiena lichnosti. Voprosy psikhologichieskoi ustoichivosti i psikhoprofilaktiki: uchebnoie posobie. [Psychohygiene of the individual. Questions of psychological stability and psychoprophylaxis: A textbook]. — SPb.: Piter, 464 (in Russian).
7. Leshchynska O. A. (2019) Fenomenolohiia psyholohichnoi zalezhnosti v destruktivnykh kultakh relihiinoho typu: monohrafiia. [Phenomenology of psychological dependence in destructive cults of religious type: monograph] – Ivano-Frankivsk: Symphonia forte, 216 (in Ukrainian).
8. Lybyn A.V. Dyfferentsyalnaia psikhologhiia na persecheny evropeiskykh, rossyiskykh y amerykanskykh tradytsyi М.: Smysl, 1999–532 s.
9. Lushyn P. V. Ekolohichna dopomoha osobystosti v perekhidnyi period: ekofasylytatsiia [Текст] : Монографія / Lushyn P. V. - Kyiv, 2013. – 296 с. – (Серія «Жива книга»; Т.2).
10. Mak-Williams (1998) Н. Psikhоanaliticheskaia diagnostika [Psychoanalytic diagnosis] – Klass, 438 (in Russian).
11. Moskalenko V.V. Sotsialna psikhologhiia. Pidruchnyk. Vydannia 2-e – К.: Tsentr uchbovoi literaturyiu 2008 – 688s..
12. Operatsyonalizyrovannaia Psykhodynamicheskaia Dyahnostyka (OPD)-2. Rukovodstvo po dyahnostyke y planyrovaniyu terapiyu. Perevod: М.А. Honcharov, Y.O. Kuryllov, P.A. Frolov "Akademycheskyi Proekt" 2015 - 464 s.
13. Osipova A.A. Obschaya psihokorreksiya. Uchebnoe posobie. М.: SFERA, 2002 g. 510 s.
14. Soloviov O.V. Vid fizychnoho determinizmu do «z-seredyny-sebe-prychynnosti»: svoboda vyboru yak atrybut pererobky informatsii v neironnykh merezhakh mozku. Materialy Mizhnarodnoi naukovoї konferentsii «Fenomen svobody u konteksti tsyvilizatsiinykh vyklykiv stolittia». Lviv. 23-24.05.2019. S.287-299.
15. [http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/995\\_384](http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/995_384)

Резюме

**Романець З. А.** кандидат психологічних наук, доцент,  
Національний університет «Львівська політехніка»

**Бойко А. А.** асистент Національний університет  
«Львівська політехніка»

**ФАСИЛИТАЦИОННОСТЬ КАК СРЕДСТВО ПСИХОГИГИЕНИЧНОСТИ  
МЕЖЛИЧНОСТНЫХ И ПРОФЕССИОНАЛЬНО-РОЛЕВЫХ ОТНОШЕНИЙ**

В статье говорится о феноменах фасилитационного взаимодействия в межличностных отношениях психолого-педагогического смысла - родители-дети, преподаватель-студент, психотерапевт-клиент, в результате чего возникают возможности для поддержания системных характеристик психики, связанных с самоорганизацией, саморазвитием, саморегуляцией, а значит - с формированием и поддержанием саногенного потенциала личности, как коррелята психогигиеничности, что проявляется не только в стрессостойкости личности и здоровых способах приспособления к реальности, но и в возможностях к эффективной познавательной, интеллектуальной деятельности, повышению уровня творчества, спонтанности, способности к самореализации, а при личностных расстройствах - к корректированию, определенных деструктивных проявлений личности, повышению уровня интегрированности и функциональности психики личности в целом.

**Ключевые слова:** отношение родители-дети; преподаватель-студент; психотерапевт-клиент; фасилитационное взаимодействие; психогигиена; саногенный потенциал личности; патогенный потенциал личности; системные характеристики психики; самоорганизация.

Summary

**Romanets Z. O.** Candidate of Psychological Sciences,  
Associate Professor, Lviv Polytechnic National University

**Boyko A. O.** assistant Lviv Polytechnic National University

**THE FACILITATION AS MEANS OF THE MENTAL HYGIENE OF INTERPERSONAL AND  
PROFESSIONAL-ROLE RELATIONSHIPS**

**Introduction.** The relevance of the study consists in the issue of maintaining mental health, which occupies an increasingly important place in the context of the humanization of society nowadays. There is a necessity not only to prevent the occurrence of mental disorders in the general population but also to promote mental health through the facilitation and interaction of individuals in various interpersonal relationships. Considering the natural laws of the human psyche as a system with the abilities of self-organization and self-development, facilitation becomes possible due to the special nature of interpersonal interaction. Therefore, it is appropriate to consider the features and phenomena of facilitation in interpersonal parent-child relationships and professional-role relationships: teacher-student, psychotherapist-client, the relationships as means of supporting and promoting the functioning of the communicator psyche, maintaining its systemic characteristics as an open dynamic biological system with a feedback feature.

**Purpose of the article** is to analyze the possibilities and obstacles of using methods and techniques of facilitation to ensure the mental hygiene of interpersonal relationships; to present facilitation as the ability to form, maintain, preserve the mental health of communication subjects; to consider facilitation as means to form sanogenic potential of personality, which is manifested not only in the protection and preservation of mental health but also in the ability to self-realization, creativity, self-development, self-regulation, etc., as well as in high-stress resistance and the ability to adapt to different life circumstances.

It is about interpersonal relations between participants of social and psychological interaction where one of them is the subject of influence, and the other is the object of influence: parent-child, teacher-student, psychotherapist-client, etc.

**Methods.** Leading research methods are analysis and synthesis of theoretical concepts, modern developments in practical psychology and psychotherapy, scientific developments on the phenomenon of facilitation in interpersonal relationships, including pedagogical facilitation, materials of supervisions with factual, empirical materials, webinars, and presentations of modern leading experts in the theory of object relationships, trauma therapy, psychodrama therapy, for in-depth consideration of psyche phenomena, its systemic properties, and characteristics of the functioning laws, ontogenesis, interpersonal interaction, and influence.

## Питання психології

**Originality.** *The scientific originality and practical significance of the study lie in the fact that interpersonal relationships are considered from the angle of their facilitation, focusing on maintaining and forming a healthy functioning of the individual's psyche with emphasis on its natural systemic qualities associated with self-programming, self-organization, self-development. It demonstrates the high responsibility of participants of interpersonal interactions, such as parent-child, teacher-student, psychotherapist-client relationships because of impact on the mental activity of the subject's personality, which leads to distortions in self-adjusting, self-regulatory mechanisms of the psyche in case of wrong, stressful, nonhygienic influence.*

*In case of insufficient subtle sensitivity of the mother in the mother-child relationships, when there is a high level of the child's needs frustration and a lot of stressful situations, the mental tools of the psyche, which include correlation and interactions between cognitive-emotional, motivational-regulatory processes, reflection, mentalization, the symbolization of experience, the image of itself and other people, could be distorted. It leads to the distortion of self-other relationships, as in the case of narcissistic personality disorders, the interpretation and understanding of which is presented from the angle of the problem of attachment and protective mechanisms violation, developmental traumas.*

*The article presents an understanding of the theoretical justifications for the facilitation of interpersonal relationships, neurobiological, neurophysiological correlates with the phenomena of facilitation and inhibition in interpersonal relationships. The practical results of the facilitation application are described through the interaction of the teacher with students during classes and the interaction of psychotherapists and clients during consultations.*

**Conclusion prospects for further research.** *In the facilitation interactions of teacher-student were phenomena of positive subjective feeling of comfort, freedom, creative activity, expansion of consciousness in general with the production of new thoughts, views, formation and assimilation of new knowledge, etc. in both participants of communicative interaction – students and teacher. The facilitation interaction of the Ph.D. student as a specialist-psychologist with the client was realized due to deep empathic penetration into the inner world of the client with narcissistic disorder and effective professional work. A further perspective of research is the task of disseminating the experience of facilitation interaction for different types of interpersonal relationships, developing programs and methodological support for purposefully organized training in methods and techniques of facilitation as a means of maintaining the hygienic nature of various interpersonal relationships.*

**Key words:** *parent-child relationships, teacher-student relationships, psychotherapist-client relationships, facilitation interaction, mental hygiene, sanogenic potential of personality, the psychological potential of personality, system characteristics of the psyche, resilience of personality, psychological homeostasis of personality, psychohomeostatic characteristics of the psyche*

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Recelved/Поступила: 16.10.21.