

**Швець Ольга**

*Державний заклад вищої освіти  
«Університет менеджменту освіти»,  
аспірант кафедри психології та особистісного розвитку*

## **ЕКОФАСИЛІТАТИВНІ КООРДИНАТИ ЦІЛІСНОСТІ: ОСОБИСТІТЬ, ЧАС, СЕРЕДОВИЩЕ**

**Постановка проблеми.** В умовах війни в Україні проблема збереження цілісності особистості набуває особливого значення. В даному контексті осмислення українських психологічних підходів, модальностей психологічної допомоги, що базуються на розумінні національної ментальності та цінностей є одним з актуальних завдань. Його вирішення також сприятиме поширенню уявлень про українську психологію та її здобутки світовій науковій психологічній спільноті. «Екологічна фасилітація» або «екофасилітація» є однією з українських модальностей психологічної допомоги та немедичним психологічним підходом, який спирається на традиції гуманістичної психології К. Роджерса та обґрунтований в теорії особистісних змінювань П.В. Лушина, з апробацією в умовах формальної та неформальної освіти та доведеною ефективністю [1, 2, 4].

**Викладення основного матеріалу.** Екофасилітативний підхід можна розглядати як сукупність екологічності і фасилітації.

*Екологічність* розуміється як дії у смислах самої людини, що не шкодять їй і не мають ознак зовнішнього насильницького втручання у її справи. І це доволі тонкий момент усвідомлення й щомиттєвої перевірки, чи це так і чи не перетинаємо ми цю умовну грань, яка у першу чергу залежить від чутливості конкретної людини, і від вимог конкретної ситуації до безпеки. Певною мірою екологічність можна описати як найбільш природній спосіб дії, що можливий у даних обставинах, і, отже, це не якийсь універсальний спосіб поведінки, який можна застосовувати будь-де і за будь-яких обставин, а це найкращий можливий спосіб дії за певних обставин, що веде до безпеки і більш повного зв'язку людини з собою. Найбільш відповідним аналогом цього принципу є принцип йоги *ахімса* (*ненасилля*), який є першим і найголовнішим за усі інші принципи, і має загальне й широке застосування до усіх аспектів відношення людини до себе і до світу взагалі. Цей принцип не означає відсутності насилля взагалі – а тільки те, що насилля, яке є у різних проявах життя людини, має бути зупинене у моменті виникнення і не повинно поширюватися, продовжуватися далі, тобто ланцюг насилля/зла має бути обірваний не тільки у дії, але й не осісти всередині людини, щоб не прорости у ненависть, що руйнує і сама по собі є неекологічною у відношенні людини до себе. А як же відсіч ворогу, скажете ви? Екологічність (*ахімса*) у перше чергу спрямована на себе, а значить відсіч ворогу на захист себе (і усього, що вважається своїм від родини до країни у самому широкому сенсі) і є проявом екологічного підходу. Моє щире сподівання у тому, що саме цей принцип ставатиме домінуючим у найширшому застосуванні, і стане основним чинником зміни середовища на більш природне – екологічне – де

власні можливості людини для розвитку і збалансованого гармонійного існування розкриватимуться у вирішенні протиріч у природній спосіб.

*Фасилітація* виражається у словах або діях, які сприяють переосмисленню або пошуку й винайденню рішення для проблеми або зміни стану чи відношення людини до подій або інших людей. Це активний компонент у екофасилітативному підході. Він теж немає якоїсь принципової узагальненої схеми, яку можна було б назвати універсальною. У клієнт-орієнтованому підході, яким є екофасилітація, такі схеми навряд чи застосовні. Кожен випадок є унікальним з точки зору конкретної людини, кожне рішення або результат є винаходом, результатом процесу самої людини у присутності екофасилітатора, який з усією можливою обережністю і повагою сприяє цьому процесу. Екофасилітатор може бути зовнішнім або «внутрішнім», який формується з часом у процесі інтегрування екофасилітативного підходу у внутрішню структуру особистості як власного способу дії.

Ситуація, в якій у людини виникає запит на допомогу, складається із *середовища*, в якому ситуація виникає, *часу* виникнення, і самої *людини* у стані, що обумовлений як її внутрішніми процесами на час виникнення, так і відгуком на безпосередньо ситуацію, що склалася. Розглянемо усі ці складові з точки зору екологічності і фасилітації як сукупного підходу, щоб поміркувати, яким чином відбуваються зміни або знаходиться рішення, яке сама людина (!) – а не хтось інший незалежно від значущості – відчуває як «своє» і як таке, що змінює ситуацію на краще.

У який спосіб екофасилітативний підхід застосовується до *середовища*? По-перше, в рамках екофасилітації пропонується цілісне бачення середовища як ситуації розвитку. По-друге, делікатна робота у проясненні більш повної картини, повернення або повернення уваги до окремих елементів середовища як складових цілого допомагає підсвітити повну картину і – головне – «зумувати» масштаб погляду як на окремі аспекти, так і на картину у цілому. Така можливість подивитися з різних точок і в іншому масштабі є потужним поштовхом до розуміння, «освянення», іншого бачення і переорієнтації уваги на шляхи вирішення.

*Час* виникнення проблеми або звернення по допомогу крізь призму екофасилітативного підходу розглядається не як «час катастрофи», «час безпомічності або безпорадності», а як мить, коли рішення вже є всередині, і починається захопливий процес його віднаходження. Такий підхід знімає напругу і певний «заряд» і дозволяє у більш розслабленому стані рефлексувати стан або події, і бачити більше й глибше. Така мить є відчуттям «тут і зараз», і водночас точкою перетинання минулого і майбутнього [3].

І, нарешті, сама особистість *людини*. Екофасилітативний підхід, як і у випадку із середовищем, проявляється у сприйнятті цілісності особистості з усіма внутрішніми станами, процесами і реакціями на ситуацію, що виникла, і на своє відношення до неї. Прийняття себе як складної, часом суперечливої, багатовимірної особистості допомагає «зібрати» себе і отримати внутрішнє

розуміння самої ситуації, *навіщо вона виникла, що вона мені дає*. Це розуміння можливостей, які не усвідомлювалися раніше, горизонтів, що були скриті туманом невизначеності, та скидання обмежень, що заважали бачити цілісність.

**Висновки.** Екофасилітативний підхід передбачає бачення того, що додає цілісності, дозбирає і укріплює – тобто має профіцітарний характер – і, по великому рахунку, формує вектор розвитку та з часом може бути втіленим як принцип існування людини і взагалі як спосіб вибудовування взаємовідносин з оточенням.

### Література:

1. Лушин, П. В. Личностные изменения как процесс: теория и практика. Одесса: Аспект. 2005. 334 с.
2. Лушин, П. В., & Сухенко, Я. В. Протокол екофасилітативної сесії як інструмент індивідуального професійного розвитку суб'єкта психологічної допомоги : методичні рекомендації до курсу «Психологічна допомога особистості: екофасилітативний підхід». Київ : ДЗВО «УМО». 2022. 25 с. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/733047>
3. Сухенко Я. В. Психологічний час особистості: змістово-хронологічна логіка дослідження феномену. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія : Психологічні науки. 2017. Том 2. № 6. С. 96–100.
4. Lushyn, P. V. & Sukhenko, Y. V. Reconsidering the Concept of Sustainability: Personal Adaptability Dynamics as Predictor of Positive Change. In: 3rd International Conference on Sustainable Futures: Environmental, Technological, Social and Economic Matters (ICSF), 2022. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/1049/1/012080>
5. Rogers, C. R. On becoming a person: A therapist view of psychotherapy. Boston : Houghton Mifflin Company. 1961. 420 p.