

Paying attention to the importance of analysis in the study of memories of basic units of personality and its traditional way of overcoming life's challenges, A. Adler (1969) argued that each memory, no matter how trivial it may seem, is a story that follows a person to using past experiences to prepare for the future by using already tested style of action.

It can be stated that modified free person appeals for help to the past, integrating past experience, looking for support in the memory and often appeals to the future in search of a goal, but one knows that both are the acts of today. It has no power over objective time; however, their psychological time structures them.

Obviously, the logic of personal ontogeny is «expanding» time space, goes beyond «here and now», awareness of personal and beyond personal past, focus on the probable future. Consistent perception of facts and events, attempt to predict their further development and take appropriate decisions and allow a person to directly experience the time.

In this way, based on the theoretical analysis, we can formulate a conclusion about the importance of empirical study of mechanisms of temporal structuring of life in the light of individual psychological functioning as a whole.

## **ВПЛИВ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН НА ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕЖ ОСОБИСТОСТІ**

*Ковтун Олена,*

*магістр психології, слухач Школи екофасилітації, м. Одеса*

Розуміючи психологічну межу як віртуально-енергійне утворення, що формується в процесі життєвого шляху людини і, з одного боку, захищає нашу психіку від руйнівних впливів, а з іншого пропускає життєдайні для людини енергії, ми маємо можливість зводити її до рангу базових інструментів адаптації. Психологічна межа забезпечує можливість виразити себе, свої почуття і власну принципову позицію, і в той же час стримувати й «контейнерувати» внутрішні імпульси, не розпилювати їх назовні. Питання успішного балансу у відносинах з собою і світом зводиться до того, що відбувається на кордоні цього контакту: прийняти щось або відкинути, утримати почуття або висловити у всій повноті. Саме властивості психологічних меж значним чином визначають екологічність відносин зі світом зовнішнім і внутрішнім.

Психологічна межа дитини формується завдяки подоланню симбіотичних стосунків, разом з усвідомленням свого власного внутрішнього простору. Це означає набуття права на свободу, самовизначення, самостійність та відповідальність за себе. Межі особистості визначають, що є «Я» та те, що є «не-Я», де закінчується «Я» та починається інший, особисту ідентичність. Це забезпечує можливість відбору джерел зовнішнього впливу, а також захисту від них.

На жаль, дитина не завжди може оптимальним чином розвивати свої психологічні межі: будучи включеною до сімейної екосистеми і повністю залежною від неї, їй нерідко доводиться формувати межу, що буде максимально сприяти виживанню в рамках сім'ї. Проте в умовах відкритого малопередбачуваного та невизначеного світу (VUCA-світу) виявиться далеко не самою оптимальною. Наприклад, нездатність усвідомити власні межі може призвести до наступного: надвідповідальності та психічним перенавантаженням, виникнення невротичного почуття провини, інфантилізації оточуючих, які не відповідають за наслідки своїх помилок, та нездатності звертатися за допомогою (проява феномену вивченої безпомічності).

Проблемою сучасного українського суспільства залишається ставлення до дитини не як до повноцінного члена суспільства, а як до особи над якою дорослий має переваги. Нерідко проблема в створенні екологічного простору для розвитку особистості дитини зводиться до позиції батьків, суть якої в розумінні процесу виховання в термінах підпорядкування властивостей дитини, «об'єкта», певним уявленням або очікуванням того, як вона повинна себе проявляти. Але сутність дитини є дуже динамічна і мінлива за своєю природою, неможливо підвести її під певний і заздалегідь відомий стандарт.

Фасилітативна позиція, з нашої точки зору, полягає в розумінні виховання дитини як підпорядкування логіці її саморозвитку, в прийнятті тої логіки шляхом створення сприятливих умов для її функціонування і розвитку. Створити такі умови означає сприяти тому, до чого прагне дитина, допомогти їй реалізувати свою логіку розвитку.

Таким чином, фасилітативне виховання - це дієва допомога або сприяння, і воно починається тоді, коли відбувається включення дитини в коло значущих осіб. Якщо таке трапляється, то батьки стають частиною загального процесу трансформації вже самої сімейної системи, а не тільки керованого «об'єкта». Батько і дитина виходять на рівень відносин «суб'єкт-суб'єкт» і можуть в певній мірі вважатися ко-фасилітаторами. При цьому кожному з них потрібно вміти домовлятися, виробляти спільну мову для розуміння один одного, визначати правила поведінки для досягнення мети спільної діяльності.

Психологічна межа «будується» до оптимального та індивідуального для кожного стану, який дозволяє людині взаємодіяти зі світом та бути самим собою. Якщо вона побудована адекватно, особистість здатна пристосовуватись, в залежності від ситуації, та змінювати властивості своїх психологічних меж, забезпечуючи таку взаємодію зі світом, що співпадає з власними бажаннями та можливостями.

Так як межі, що розвиваються та стверджуються протягом всього життя, створюють можливість та інструмент рівноправної взаємодії, екофасилітація з її паритетом у відносинах «клієнт-психолог» є оптимальним методом для їх формування. Якщо межі особистості не справляються зі своїми задачами, здатність до контакту підміняється пасивною маніпуляцією або агресивним приниженням інших, тому є таким важливим побудувати взаємодію соціальних служб і педагогів з батьками на принципах екофасилітації, що допоможе створити екологічний і профіцитарний простір в сім'ї, найбільш органічний для розвитку особистості дитини.

## **ПРОЯВ ЕКЗИСТЕНЦІЙНИХ ДАНОСТЕЙ В ДІЯЛЬНОСТІ СОЦІАЛЬНИХ РОБІТНИКІВ**

*Кононенко Кирило,*

*студент факультету психології*

*Одеського національного університету імені І.І. Мечнікова, м. Одеса*

*“Сенс життя в тому, що життя на тобі не скінчується”*

*Табаков О.П.*

Людина може знайти сенс свого існування тільки якщо вийде за межі свого особистого Я, перемикаючи увагу з внутрішніх переживань власної персони на реальну дійсність, на активну співпрацю і на практичну допомогу іншим. Чим більше людина