Міністерство освіти і науки України
Таврійський національний університет імені В.І.Вернадського
Кафедра психології, філософії та суспільних наук

ЗАТВЕРДЖУЮ
Директор навчально-наукового
гуманітарного інституту
_____ Зореслава ЗАХОЖАЙ
(підпис)

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ ТЕХНІКИ ГЕШТАЛЬТТЕРАПІЇ

Другий (магістерський) рівень вищої освіти

галузь знань **С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини**

спеціальність **С4 Психологія**

освітньо-професійна програма **Психологія**

форма(и) навчання **денна та заочна**

Київ-2026

Інформація про розробника та розгляд і схвалення робочої програми навчальної дисципліни

РОЗРОБНИК програми:
доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології, філософії та суспільних наук

Олена КОСТЮЧЕНКО

Розглянуто та схвалено на засіданні кафедри психології, філософії та суспільних наук
Протокол № 1 від 26.08.2026 року

Завідувач кафедри Олена ВЛАСЕНКО

ПОГОДЖЕНО:

Розглянуто та схвалено на засіданні навчально-методичної ради навчально-наукового гуманітарного інституту
Протокол № 1 від 27.08.2026 року

Голова НМР

Зореслава ЗАХОЖАЙ
(підпис)

ЗМІСТ

1. Загальна інформація про навчальну дисципліну.
2. Опис навчальної дисципліни.
2.1. Анотація навчальної дисципліни.
2.2. Мета та завдання вивчення дисципліни.
2.3. Міждисциплінарні зв’язки:
2.4. Формат проведення дисципліни.
3. Структура та обсяг навчальної дисципліни.
4. Інформація про індивідуальне завдання.
5. Ресурсне забезпечення навчальної дисципліни.
6. Політика дисципліни.
7. Система та критерії оцінювання результатів навчання здобувачів.
8. Рекомендовані джерела інформації.

1. Загальна інформація про навчальну дисципліну

1.1. Назва навчальної дисципліни, код в освітній програмі	Техніки гештальттерапії	
1.2. Статус навчальної дисципліни	Вибіркова, цикл професійної підготовки	
1.2. Рік навчання, семестр у якому викладається дисципліна	1-й рік навчання, 2-й семестр	
1.3. Обсяг навчальної дисципліни за формами здобуття освіти	очна (денна)	заочна
Кількість кредитів	4	4
Загальна кількість годин, в тому числі:	120	120
аудиторні години	32	10
лекції	16	6
семінарські	16	4
практичні	-	-
самостійна робота	88	110
1.5.Вид підсумкового (семестрового) контролю	2-й семестр – залік	
1.6. Інформація про консультації	*Згідно затвердженого графіка консультацій*	
1.7. Мова викладання	українська	
1.8. Прізвище, ім'я, по батькові викладача(ів) (науковий ступінь, вчене звання)	Костюченко Ірина Вікторівна (доктор психологічних наук, професор)	
1.9. Контактна інформація викладача	kostiuchenko.olena@tnu.edu.ua	

2. Опис навчальної дисципліни

Анотація дисципліни.

Навчальна дисципліна «Техніки гештальт-терапії» спрямована на поглиблене ознайомлення здобувачів вищої освіти з теоретико-методологічними засадами та практичним інструментарієм одного з провідних напрямів сучасної гуманістичної психотерапії. У межах курсу розглядаються базові концепти гештальт-підходу (феноменологія, теорія поля, діалог, усвідомлення «тут і тепер», цикл контакту та механізми переривання контакту), а також специфіка терапевтичних інтервенцій. Особлива увага приділяється опануванню класичних і сучасних гештальт-технік (робота з полярностями, «порожній стілець», ампліфікація, робота зі сновидіннями, метафорами та тілесними феноменами) і формуванню навичок їх екологічного, етично обґрунтованого застосування в індивідуальному та груповому психологічному консультуванні.

2.1. Мета та завдання вивчення дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни «Техніки гештальт-терапії» є формування у здобувачів освіти цілісного уявлення про методологію та практику гештальт-підходу, а також розвиток професійних компетентностей щодо діагностики порушень циклу контакту й застосування базових технік і експериментів гештальт-терапії для відновлення цілісності та усвідомленості особистості клієнта.

Основними завданнями дисципліни є:

1. Ознайомити здобувачів з історією становлення, філософськими джерелами (феноменологія, екзистенціалізм, теорія поля) та базовими поняттями гештальт-терапії.
2. Розкрити зміст і динаміку циклу задоволення потреб (циклу контакту) та специфіку функціонування механізмів переривання контакту (інтроєкція, проєкція, ретрофлексія, дефлексія, конфлюенція, еготизм).
3. Сформувати вміння проводити феноменологічну діагностику актуального стану клієнта в процесі консультативної сесії.
4. Навчити технік фокусування на теперішньому моменті («тут і тепер»), роботи з мовленням клієнта та підвищення рівня його усвідомленості (awareness).
5. Відпрацювати навички використання класичних технік гештальт-терапії: діалогу полярностей («собака зверху — собака знизу»), техніки «порожнього стільця», ампліфікації (підсилення симптому чи руху), роботи з метафорами та сновидіннями.
6. Сформувати розуміння правил організації та безпеки терапевтичного експерименту, а також етичних принципів і меж застосування гештальт-технік у роботі з різними клієнтськими запитами.

Міждисциплінарні зв'язки:

Постреквізити: Переддипломна практика, Атестаційний екзамен, Публічний захист кваліфікаційної роботи.

Формат проведення дисципліни.

Заняття проводяться в змішаному форматі (в аудиторії й онлайн), синхронно й асинхронно (зустріч в аудиторії чи Гугл-класі, або самостійне вивчення матеріалу та виконання завдань).

Під час навчання використовуються наступні форми та методи: презентації, ігри, вправи, бесіди і дискусії, кейс-технології, індивідуальні науково-дослідні завдання, тренінгові методи, розв'язання психологічних задач.

Віртуальне навчальне середовище, яке використовуватиметься у разі роботи в дистанційному режимі - Google Classroom.

У дистанційному режимі практичні заняття проводяться за допомогою програм електронної комунікації Google Meet.

Поточна комунікація з викладачем здійснюється через Classroom та корпоративну пошту.

2. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ (ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН)

ДЕННА ФОРМА

Назви розділів і тем	Кількість годин				
	Всього	у тому числі			
		Лек	Сем	Прак	с. р.
1	2	3	4	5	6
Модуль 1. Теоретико-методологічні засади гештальт-терапії					
Тема 1.1. Філософські та теоретичні витоки гештальт-терапії. Основні поняття	14	2	2		10
Тема 1.2. Концепція «Self» в гештальт-підході (функції Id, Ego, Personality)	16	2	2		12
Тема 1.3. Цикл контакту (досвіду) та механізми його порушення (опір).	16	2	2		12
Тема 1.4. Феноменологія та діалог як основа гештальт-технік	14	2	2		10
Разом за модулем 1	60	8	8		44
Модуль 2. Практичний інструментарій та техніки експерименту					
Тема 2.1. Класифікація технік: експерименти, супресивні та експресивні техніки	16	2	2		12
Тема 2.2. Техніки роботи з полярностями та внутрішньоособистісними конфліктами	14	2	2		10
Тема 2.3. Гештальт-підхід у роботі з метафорами, сновидіннями та тілесністю	16	2	2		12
Тема 2.4. Терапевтичні стосунки, етика, терапевтична позиція та супервізія	14	2	2		10
Разом за модулем 2	60	8	8		44
Всього годин	**120**	**16**	**16**		**88**

ЗАОЧНА ФОРМА

Назви розділів і тем	Кількість годин				
	Всього	у тому числі			
		Лек	Сем	Прак	с. р.
1	2	3	4	5	6
Модуль 1. Теоретико-методологічні засади гештальт-терапії					
Тема 1.1. Філософські та теоретичні витоки гештальт-терапії. Основні поняття	14	1	1		14
Тема 1.2. Концепція «Self» в гештальт-підході (функції Id, Ego, Personality)	16	1	1		14
Тема 1.3. Цикл контакту (досвіду) та механізми його порушення (опір.	16				14
Тема 1.4. Феноменологія та діалог як основа гештальт-технік	14				14
Разом за модулем 1	60	2	2		56
Модуль 2. Практичний інструментарій та техніки експерименту					
Тема 2.1. Класифікація технік: експерименти, супресивні та експресивні техніки	16	1	1		14
Тема 2.2. Техніки роботи з полярностями та внутрішньоособистісними конфліктами	16	1	1		14
Тема 2.3. Гештальт-підхід у роботі з метафорами, сновидіннями та тілесністю	14	1			13
Тема 2.4. Терапевтичні стосунки, етика, терапевтична позиція та супервізія	14	1			13
Разом за модулем 2	60	4	2		54
Всього годин	**120**	**6**	**4**		**110**

3. ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
(*програма навчальної дисципліни)*

Модуль 1. Теоретико-методологічні засади гештальт-терапії

Лекція 1. Філософські та теоретичні витоки гештальт-терапії (Денна – 2 год / Заочна – в межах Лекції 1)

1. Психологічні та філософські джерела гештальт-підходу: гештальтпсихологія (М. Вертгеймер, К. Левін), психоаналіз (вплив та критика З. Фройда, В. Райха), європейський екзистенціалізм та феноменологія.
2. Історичний контекст та засновники: внесок Фріца Перлза, Лаури Перлз та Пола Гудмена. Книга «Гештальт-терапія» (1951) як маніфест методу.
3. Базові холістичні метафори: поняття «фігура і фон», концепція цілісності організму та середовища, принцип «тут і тепер» (*here and now*), концепція творчого пристосування особистості.

Лекція 2. Динамічна концепція «Self» в гештальт-підході (Денна – 2 години / Заочна – в межах Лекції 1)

1. Поняття *Self* як процесу та функції, а не як статичної структури особистості. Межа контакту як місце розгортання функцій *Self*.
2. Три функції *Self*:
3. *Функція Id:* сфера соматичних імпульсів, тілесних потреб, пасивного сприйняття середовища («Я хочу», «Я відчуваю»).
4. *Функція Ego:* активна сфера вибору, прийняття рішень, відторгнення або асиміляції елементів поля («Я обираю», «Я дію»).
5. *Функція Personality:* соціальна ідентичність, уявлення людини про себе, накопичений життєвий досвід та інтегровані ролі («Я є той, хто...»).
6. Клінічні порушення функцій *Self*: втрата функції *Ego*, психотичні прояви функції *Id*, фіксації функції *Personality*.

Лекція 3. Цикл контакту та механізми переривання (опору) (Денна – 2 год / Заочна – самостійно)

1. Поняття «контакту» як базової одиниці досвіду. Хвиля (цикл) задоволення потреби.
2. Чотири класичні фази циклу контакту (за Ж.-М. Робіном та П. Гудменом):
3. *Преконтакт (Pre-contact):* домінування функції *Id*, зародження фігури потреби в тілі.
4. *Контактинг (Contacting):* активізація функції *Ego*, пошук об'єкта задоволення потреби в середовищі.
5. *Фінальний контакт (Final contact):* повне злиття з об'єктом, переживання досвіду в теперішньому моменті.

6. *Постконтакт (Post-contact):* асиміляція досвіду, інтеграція у функцію *Personality*, відхід фігури на фон.
7. Феноменологія та механізми опору (модальності переривання контакту): інтроєкція, проекція, ретрофлексія, конфлюенція (злиття), дефлексія (уникання), еготизм.

Лекція 4. Феноменологія та діалог як методологічна основа технік (Денна – 2 год / Заочна – самостійно)

1. Три стовпи гештальт-терапії: феноменологія, теорія поля, діалог.
2. Феноменологічний метод у сесії: три правила (епохе/утримання від суджень, дескрипція/опис замість інтерпретації, горизонталізація/рівноцінність феноменів).
3. Діалогічний підхід за М. Бубером: філософія стосунків «Я – Ти» на противагу прагматичним стосункам «Я – Воно». Присутність та включеність терапевта.
4. Концепція трьох зон усвідомлення: внутрішня зона (тіло), зовнішня зона (світ), середня зона (зона мислення, фантазій, інтерпретацій або «майя»).

Модуль 2. Практичний інструментарій та техніки експерименту

Лекція 5. Класифікація гештальт-інструментів: техніки vs експерименти (Денна – 2 год / Заочна – в межах Лекції 2)

1. Розмежування понять: технічна інтервенція (вправа) та терапевтичний експеримент. Експеримент як спільна творчість на межі контакту.
2. **Супресивні техніки (техніки придушення):** припинення уникання, робота із запереченнями, виявлення мовних кліше («я мушу» замість «я хочу»), заборона на інтелектуалізацію та розмови «про».
3. **Експресивні техніки (техніки вираження):** посилення невербального симптому, доведення дії до абсурду, пряме звернення («скажи це йому прямо»), техніка незавершених речень.

Лекція 6. Техніки роботи з полярностями та внутрішніми конфліктами (Денна – 2 год / Заочна – в межах Лекції 2)

1. Концепція полярностей особистості в гештальт-підході. Внутрішній розкол: фігура Нападника (*Topdog* — моралізатор, раціоналіст, критик) та Захисника (*Underdog* — саботажник, пасивна жертва, маніпулятор).
2. Техніка «порожнього стільця» (*Empty chair*): показання до застосування, терапевтичні цілі та екологічні обмеження. Метод «човникової» роботи (*shuttling*) між стільцями.
3. Технологія роботи з «незавершеними гештальтами» (Unfinished Business): інтеграція заморожених емоцій минулого (образа, провина, гнів) у теперішній контекст.

Лекція 7. Робота з метафорами, сновидіннями та тілесністю в гештальті (Денна – 2 год / Заочна – в межах Лекції 2)

1. Тілесний процес у гештальт-терапії: робота з соматичним матеріалом, диханням, позою та мікрорухами. Розпускання тілесних затисків через усвідомлення ретрофлексії.
2. Техніки розгортання та екстерналізації клієнтської метафори.
3. Сновидіння як екзистенційне послання клієнта. Відмова від класичного аналітичного тлумачення снів. Метод Перлза: ідентифікація клієнта з кожним елементом, об'єктом та персонажем власного сновидіння («Стань цим поламаним годинником і говори від його імені»).

Лекція 8. Терапевтичні стосунки, етика та супервізія в гештальт-практиці (Денна – 2 год / Заочна – в межах Лекції 2)

1. Терапевтична позиція: автентичність, прозорість, утримання від порад та оцінок. Феномен терапевтичного «self-disclosure» (саморозкриття терапевта): межі та екологічність.
2. Використання контрпереносу (терапевтичного резонансу) як діагностичного інструменту на межі контакту.
3. Етичні стандарти Європейської асоціації гештальт-терапії (EAGT). Поняття терапевтичного сеттингу та контракту.
4. Види супервізії в гештальт-підході: очна (у процесі роботи), заочна (аналіз кейсу), процесуальна та метафорична супервізія.

ТЕМИ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ

Модуль 1. Теоретико-методологічні засади гештальт-терапії

Семінар 1. Філософські та теоретичні витоки гештальт-терапії (2 год)

1. Порівняльний аналіз: чим гештальт-терапія відрізняється від класичного психоаналізу та гештальтпсихології?
2. Поняття «фігура і фон» у клінічному контексті: як формується та завершується домінантна потреба клієнта.
3. Принцип «тут і тепер»: чому робота з минулим і майбутнім у гештальт-підході відбувається лише через призму теперішнього моменту.

- **Практична вправа:** «Опис поля Фігура/Фон». Студенти у парах тренуються виділяти актуальні фігури потреб один одного, спираючись на невербальні маркери (зміна пози, погляду, тембру голосу).

Семінар 2. Динамічна концепція «Self» в гештальт-підході (2 год)

1. Феноменологічні прояви функції *Id*: як розпізнати соматичні та довербальні сигнали клієнта в сесії.

2. Порушення функції *Ego*: механізми відмови від вибору та хронічна нерішучість клієнта.
3. Фіксації функції *Personality*: робота з ригідними уявленнями клієнта про себе («Я ніколи не злюся», «Я слабкий»).

- **Практична вправа:** «Діагностика функцій Self у тріадах». Рольове моделювання короткої сесії, де спостерігач фіксує, на яку саме функцію *Self* спирається клієнт і де виникає дефіцитарність.

Семінар 3. Цикл контакту та механізми його переривання (опору) (2 год)

1. Фаза преконтакту та інтроєкція: як виявити нав'язані переконання клієнта («я мушу») та техніка їх «жування».
2. Фаза контактингу та проекція: механізм наділення середовища власними почуттями та техніки привласнення проекцій.
3. Ретрофлексія (стримування імпульсу) та конфлюенція (злиття): клінічні прояви, тілесні затиски та загроза соматизації.

- **Практична вправа:** «Тілесний розбір ретрофлексії». Робота в парах: виявлення зон м'язової напруги (щелепа, плечі, кулаки) та дослідження заблокованого імпульсу (кому та яка емоція була адресована).

Семінар 4. Феноменологія та діалог у гештальт-процесі (2 год)

1. Три правила феноменології на практиці: як утримуватися від інтерпретацій та оцінок («епохе»).
2. Діалог «Я – Ти» за М. Бубером: автентичність та присутність терапевта проти директивності.
3. Робота з трьома зонами усвідомлення: як вивести клієнта із середньої зони («зони фантазій та катастрофізації») у теперішню реальність.

- **Практична вправа:** «Констатація феноменів». Студенти працюють у парах, де один говорить лише мовою чистих фактів та описів без оцінок: «Я бачу, що ти стиснув губи», замість «Я бачу, що ти образився».

Модуль 2. Практичний інструментарій та техніки експерименту

Семінар 5. Супресивні та експресивні техніки в гештальті (2 год)

1. Критерії трансформації терапевтичної вправи в живий експеримент на межі контакту.
2. Практичне застосування супресивних технік: припинення інтелектуалізації та порожніх розмов «про».
3. Експресивні техніки: методологія посилення симптому та техніка прямого звернення.

- **Практикум:** Робота з мовними кліше. Відпрацювання зміни пасивних та безвідповідальних формулювань на активні (наприклад, заміна «мене це дратує» на «я дратуюся, коли ти...», «я не можу» на «я обираю цього не робити»).

Семінар 6. Робота з полярностями та внутрішніми конфліктами (2 год)

1. Конфлікт між Нападником (*Topdog*) та Захисником (*Underdog*): як розпізнати внутрішнього критика у промові клієнта.
2. Техніка «порожнього стільця»: детальний покроковий алгоритм розгортання діалогу між двома частинами особистості.
3. Поняття незавершеного гештальту: як допомогти клієнту висловити заморожені почуття до фігур з минулого.

- **Практикум:** Експеримент «Порожній стілець». Студенти у тріадах відпрацьовують техніку човникової роботи (*shuttling*) для інтеграції внутрішньоособистісного розколу клієнта.

Семінар 7. Техніки роботи з метафорами, сновидіннями та тілесністю (2 год)

1. Екстерналізація та розгортання клієнтської метафори в просторі кабінету.
2. Сновидіння у гештальт-терапії: покрокова технологія ідентифікації клієнта з образами сну.
3. Тілесний процес: як перевести соматичний симптом у значуще міжособистісне повідомлення.

- **Практична вправа:** «Проживання сновидіння за Перлзом». Один зі студентів розповідає свій недавній сон. Інший (у ролі терапевта) допомагає йому стати елементами цього сну (наприклад, «Стань цими зачиненими дверима і скажи, від чого ти захищаєш») для привласнення відчужених частин особистості.

Семінар 8. Захист проєктів Case Study та супервізія (2 год)

1. Публічний аналіз та експертне обговорення магістерських Case Study.
2. Оцінка екологічності та етичності проведених експериментів відповідно до кодексу EAGT.
3. Аналіз феноменів переносу та тілесного контрпереносу терапевта в сесії.

- **Форма оцінювання:** Публічний захист мультимедійних презентацій та детальних текстових протоколів аналізу клінічних кейсів (оцінювання структури *Self* та динаміки циклу контакту клієнта)

Матеріали для самоконтролю

Самостійна робота здобувачів вищої освіти є основним засобом засвоєння навчального матеріалу у час, вільний від обов'язкових навчальних занять. Вона передбачає індивідуалізацію навчання, стимулювання пізнавальної активності магістрів, розвиток навичок наукового пошуку, системного аналізу соматогенних чинників та інтеграції психотерапевтичних інструментів у клінічну практику.

Згідно з програмою, самостійна робота передбачає такі види діяльності та форми контролю:

Для денної форми (88 год):

1. Опрацювання першоджерел (Ф. Перлз, Ж.-М. Робін, Г. Вілер) – 18 год.
2. Написання аналітичного есе: *«Мій провідний механізм переривання контакту: самодосліджeння»* – 14 год (**13 балів**).
3. Індивідуальний проєкт (Case Study): *«Протокол аналізу сесії/кейсу клієнта за структурою Self та циклом контакту»* – 24 год (**15 балів**).
4. Ведення щоденника феноменологічних самоспостережень – 16 год.
5. Підготовка до заліку – 16 год.

Для заочної форми (110 год):

1. Самостійне теоретичне вивчення тем, не винесених на лекції – 34 год.
2. Написання контрольної роботи (Есе) – 24 год (**20 балів**).
3. Розробка та опис практичного кейсу (Case Study) – 30 год (**20 балів**).
4. Ведення щоденника практик самоусвідомлення – 12 год.
5. Підготовка до заліку – 10 год.

4. Ресурсне забезпечення навчальної дисципліни

Засоби навчання:

У разі роботи в режимі онлайн використовується віртуальне навчальне середовище – Google Classroom. У онлайн режимі лекції / семінарські/практині заняття можуть бути проведені за допомогою програм електронної комунікації Google Meet. У режимі дистанційного навчання вивчення курсу додатково передбачає приєднання кожного здобувача вищої освіти до програми Google Meet (для занять у режимі відеоконференцій). У цьому випадку здобувач має самостійно потурбуватися про якість доступу до інтернету. Для роботи в дистанційному форматі потрібні ноутбук / персональний комп'ютер / мобільний пристрій (телефон, планшет) з підключенням до Інтернет для:

- комунікації та опитувань,
- виконання домашніх завдань,
- виконання завдань самостійної роботи,
- проходження тестування тощо.

Також використовується корпоративна пошта, що забезпечує можливість листування з викладачем.

В офлайн режимі для проведення занять використовуються матеріально-технічні ресурси: аудиторії, оснащені мультимедійним обладнанням, що відповідають санітарно-гігієнічним нормам, створюють фізичний простір, необхідний для досягнення, передбачених ОП, програмних результатів навчання. Придбані меблі відповідають ергономічним вимогам, а їх кількість достатня для розміщення ліцензованого обсягу здобувачів.

Ауд.223 – аудиторія для тренінгів, стільці з пюпітром (а також аудиторії 219, 224)

Телевізор KIVI 65 Smart TV модель 65U730QB з кріпленням настінним CHARMOUNT (2024)

Приміщення забезпечені Інтернетом (wi-fi). Wi-Fi адаптерTR Link TL-WIN722N Wireless N Adapter 150 Mbps USB 2/0

Інформаційне та навчально-методичне забезпечення:

1) Робоча програма навчальної дисципліни;
2) Методичні рекомендації для підготовки до семінарських, практичних занять та самостійної роботи;
3) Силабус дисципліни.

5. Політика дисципліни

Політика щодо академічної доброчесності	Підтримуємо нульову толерантність до будь-яких форм порушення академічної доброчесності. Очікується, що всі завдання та доповіді до семінарських занять здобувачів будуть самостійними, їх власними оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі здобувача є підставою для її незарахуванння викладачем.
Політика щодо використання інструментів штучного інтелекту при виконанні завдань з дисципліни	Інструмент ШІ має обмежене застосування у навчальному процесі. Його застосування доцільне: 1) з метою первинного ознайомлення зі змістом теми для самостійного опрацювання для складання плану роботі (з подальшим порівнянням з науковими текстами); 2) у випадку аналізу розгляду поняття в різних контекстах – при складанні словника психологічних термінів; 3) при розгляді дискусійних питань психологічної науки – для формулювання питань для обговорення під час практичного заняття.
Політика щодо використання матеріалів з джерел відкритого	Користувачі мають можливість вільно читати, завантажувати, копіювати контент з навчальною та науковою метою, а також розповсюджувати

доступу	його з обов`язковим посиланням на використані джерела
Політика дотримання принципів та норм етики і професійної деонтології	Під час занять здобувачі діють із позицій академічної доброчесності, професійної етики та деонтології, дотримуються правил внутрішнього розпорядку Університету. Ведуть себе толерантно, доброзичливо та виважено у спілкуванні між собою та викладачами, а також реагують належним чином, якщо стають свідками дій порушення професійної етики з боку інших здобувачів чи викладачів. У випадку епідеміологічного режиму виконують всі настанови протиепідеміологічних дій: носять маски, дотримуються соціальної дистанції, використовують антисептики тощо.
Політика щодо відвідування	Здобувачі повинні відвідувати усі лекції, практичні та інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. Недопустистими є пропуски та запізнення на заняття з неповажних причин. Користування мобільними пристроями під час заняття неприпустиме (за виключенням випадків, коли це пов'язане з виконанням завдання викладача).
Політика дедлайну	Завдання має бути виконане у встановлені строки, якщо необхідно, то розміщене у письмовому вигляді у відповідній вкладці в Гугл-класі. Для отримання максимальних балів до заліку обов'язковим є усний захист доповідей, есе на семінарських заняттях. У разі відсутності на семінарському занятті, доповідь, презентація прикріплюються у Гугл-клас не пізніше ніж через тиждень після того як відбувся семінар з відповідної теми (у випадку недотримання термінів оцінка знижується на 1 бал).
Політика визнання та перезарахування здобувачу результатів навчання з навчальної дисципліни	Визнаються результати навчання здобувача, здобуті в інший період, в іншому ЗВО або під час академічної мобільності відповідно до Положення про організацію освітнього процесу та Положення про академічну мобільність
Політика визнання результатів навчання, здобутих у неформальній та/або інформальній освіті	Визнання результатів відбувається відповідно до Положення про визнання результатів навчання, здобутих у неформальній та/або інформальній освіті в Університеті
Порядок відпрацювання	Відпрацювання пропущених занять з поважної

пропущених занять	причини у вигляді захисту доповідей, есе, презентацій проводиться на останньому с заняття зі змістового модулю або останньому занятті в семестрі. Відпрацювання пропущених занять без поважної причини відбувається шляхом письмового виконання завдань, передбачених темою заняття. Такі завдання не зараховуються як такі, що були захищені!
Політика оцінювання	Політика щодо оцінювання здобувачів освіти відповідає положенням, розробленим Міністерством освіти і науки та базується на формувальному оцінюванні (самооцінювання і взаємооцінювання), яке передує підсумковому оцінюванню. Оцінювання має бути позитивним за принципом, фокусуючись на досягненнях, а не на невдачах. Усі види оцінювання ґрунтуються на чітко встановлених критеріях та показниках, що диференційовані за різними типами завдань
Політика щодо оскарження результатів оцінювання	*Перескладання підсумкової оцінки* з метою її підвищення не допускається, окрім ситуацій передбачених нормативними документами Університету, або неявки на підсумковий контроль з поважної причини. Оскарження результатів оцінювання відбувається відповідно до Положення про організацію освітнього процесу в Університеті.
Політика про можливості навчання осіб із особливими освітніми потребами	Реалізується шляхом організації комфортного, інклюзивного та розвиваючого освітнього середовища, забезпечення заходів, спрямованих на попередження психологічного травмування створення адаптованої матеріально-технічної бази (пандуси) та надання комплексної підтримки (психологічної, соціальної)

6. Система та критерії оцінювання результатів навчання здобувача

6.1. Види контролю, які використовуються під час вивчення дисципліни, та форма підсумкового (семестрового) контролю за навчальною дисципліною.

Формою підсумкового контролю за навчальною дисципліною є залік.

Контрольні заходи включають поточний контроль.

Поточний контроль здійснюється під час проведення семінарських і за результатами виконання завдань самостійної роботи. Передбачені такі види контрольних заходів: усна співбесіда під час семінарських, усний захист

повідомлень за темою семінарського заняття, виконання тестових завдань, перевірка письмового звіту за результатами виконання письмових завдань.

Здобувачу, який не набрав прохідного мінімуму (60 балів) з навчальної дисципліни – отримує незадовільну оцінку і вважається таким, що має академічну заборгованість.

6.2. Методи контролю та оцінювання

- усне опитування;
- перевірка самостійних завдань;
- робота на семінарському занятті;
- тестування;
- захист доповідей до семінару, презентацій, есе.

6.3. Критерії оцінювання навчальної діяльності здобувачів, в межах окремих форм здобуття освіти та видів навчальних занять, передбачених робочою програмою навчальної дисципліни.

Критерії оцінювання презентації, доповідей, есе, рефератів

Презентація, доповідь, анотація, тези – це наочне представлення результатів самостійної роботи здобувача з опрацювання обраної теми, питання, завдання тощо. Мета презентації – набуття здобувачем навичок з аналізу власної роботи і публічного представлення результатів дослідження. Критерії оцінювання наведені у таблиці 5.

Таблиця 5

Критерії оцінювання презентації, доповіді, анотації, реферату

Кількість балів	Мета	Висновки	Ключові положення	Структура
3 бали	Всі частини пов’язані з метою і предметом дослідження та містять важливі твердження за темою дослідження	Результати дослідження узагальнюються з метою формулювання важливих і значущих висновків за темою дослідження	Матеріал має в основі ключові положення, які повністю розкривають тему дослідження	Дослідження надає інформацію в логічній послідовності і завершується викладенням важливих моментів дослідження
2 бали	Матеріал містить важливі	Деякі висновки є недостатньо	Дослідження має в основі декілька ключових	Дослідження має певну непослідовніс

	твердження за темою дослідження, але містить не відповідну темі інформацію	обґрунтовани ми	положень, однак вони перевантажені інформацією	ть викладу теми дослідження
1 бал	Матеріал має опосередкова не відношення до теми дослідження	Висновки є нелогічними або недостатньо обгрунтовани ми	У ключових положеннях відчувається нестача інформації, що необхідна для поточнення висновків	Дослідження має непослідовніс ть у викладі теми

Для здобувачів заочної форми завчання при розрахунку використовується коефіцієнт 6,7

Критерії оцінювання семінарських завдань

4 бали -здобувач у повному обсязі володіє матеріалом, вільно та аргументовано його презентує, глибоко та всебічно розкриває зміст поставленого завдання, правильно інтерпретує отримані результати, використовує обов'язкову, додаткову літературу та інформаційні ресурси, демонструє самостійність, достовірність, незаангажованість проведеного дослідження;

3 бали - здобувач у достатньому обсязі володіє матеріалом, вільно його презентує, але може не вистачати аргументації в поясненнях, в основному розкриває зміст поставленого завдання, використовує обов'язкову літературу, демонструє самостійність та достовірність проведеного дослідження. Допускаються несуттєві неточності;

2 бали - в цілому володіє матеріалом, але не демонструє глибини знань, самостійності у вирішені поставлених завдань, не спирається на необхідну літературу, наявні суттєві неточності;

0-1 балів - не в повному обсязі володіє матеріалом, фрагментарно та поверхово його викладає, недостатньо розкриває зміст поставлених питань. Має суттєві помилки у відповідях чи в роботі. Демонструє не самостійність у виконані завдань самостійної роботи.

Для здобувачів заочної форми завчання при розрахунку використовується коефіцієнт 1,25

Основними критеріями, що характеризують рівень компетентності здобувача вищої освіти при оцінюванні результатів *підсумкового (семестрового) контролю*, є такі:

- виконання всіх *видів навчальної роботи*, що передбачені програмою навчальної дисципліни;

- глибина і характер *знань* навчального матеріалу за змістом навчальної дисципліни, що міститься в основних та додаткових рекомендованих нормативних джерелах, вміння аналізувати явища, що вивчаються, у їх взаємозв'язку і розвитку;
- *характер відповідей* на поставлені питання (чіткість, лаконічність, логічність, послідовність тощо);
- вміння *застосовувати* теоретичні положення під час розв'язання практичних задач;
- вміння аналізувати *достовірність* одержаних результатів

7. Особливості набору балів за видами навчальної діяльності здобувача для кожної форми здобуття освіти та форми підсумкового (семестрового) контролю.

Розподіл балів за видами діяльності (денна форма навчання)

Вид діяльності студента	Макс. к-сть балів за одиницю	Кількість одиниць	Макс. к-сть балів за семестр	Форма контролю
Робота на семінарському занятті *(активність, участь у дискусіях,* психотерапевтичних симуляціях та тріадах)*)*	4	8	32	Оцінювання практичної роботи на занятті
Виконання експрес-тестів / бліц-опитувань	1	8 семінарів	8	Письмове або комп'ютерне експрес-тестування
Написання та захист аналітичного есе *(«Мій провідний механізм переривання контакту»)* (СР)	15	1 робота	15	Рецензування тексту та усна презентація висновків
Підготовка та публічний захист індивідуального проєкту *«Case Study»* (СРС)	15	1 проєкт	15	Захист протоколу аналізу сесії з презентацією
Розрахунок балу за семестр: 32 (робота на семінарах) + 38 (підготовка, захист СР, практичні завдання) = **70**			**70**	
ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ	2	15	30	залік (15 тестових завдань)
Виконання підсумкової залікової роботи (тести + відкрите практичне завдання / розбір кейсу)	30	1 робота	30	Комплексна письмова залікова робота під час сесії
Підсумковий контроль залік): 15 тестових завдань × 2 бали = 30			**30**	
РАЗОМ			**100**	

Розподіл балів за видами діяльності (заочна форма навчання)

Вид діяльності студента	Макс. к-сть балів за одиницю	Кількість одиниць	Макс. к-сть балів за семестр	Форма контролю
Робота на семінарському занятті *(активність, участь у дискусіях та симуляційних вправах)*	10	3 семінари	**30**	Поточний контроль
Підготовка доповідей, есе, рефератів *(аналітична СР, опрацювання наукових першоджерел)*	29	1 робота	**20**	Перевірка письмового протоколу та
Оформлення, захист доповідей, есе, рефератів на семінарському занятті *(публічний виступ, відповіді на питання)*	30	1 проєкт	**20**	усна презентація
Розрахунок балу за семестр: 4 (робота на сесіях) + 30 (підготовка рефератів/есе) + 12 (захист реферату) + 20 (два розв'язані практичні кейси) = **70 балів**			**70**	
ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ	2	15	30	Залік (15 тестових завдань)
Підсумковий контроль (залік): 15 тестових завдань × 2 бали = 30			**30**	
РАЗОМ			**100**	

Форми контролю набуття результатів навчання з дисципліни «Техніки гештальттерапії»

Назви розділів і тем	Форми і методи контролю знань	Макс. к.-сть балів за темою
Модуль 1. Теоретико-методологічні засади гештальт-терапії		
Тема 1. Філософські та теоретичні витоки гештальт-терапії. Основні поняття.	Усне опитування на семінарі, оцінювання участі в груповій дискусії щодо холізму, бліц-тестування.	5 (4 робота + 1 тест)
Тема 2. Концепція «Self» в гештальт-підході (функції Id, Ego, Personality).	Перевірка вміння феноменологічно розрізняти дефіцитарність функцій *Self* у симуляційних тріадах, експрес-тест.	5 (4 робота + 1 тест)
Тема 3. Цикл контакту (досвіду) та механізми його порушення (опір).	1. Оцінювання практичного розбору тілесної ретрофлексії та опорів на семінарі **– 5 балів**. 2. **Контроль СРС:** Рецензування та захист аналітичного есе *«Мій провідний механізм переривання контакту»* **– 15 балів**.	20 (5 робота + 15 СР)
Тема 4. Феноменологія та діалог як основа гештальт-технік.	Оцінювання виконання практичної вправи «Констатація феноменів без інтерпретацій», бліц-опитування.	5 (4 робота + 1 тест)
Разом за модулем 1		***35 балів***
Модуль 2.Практичний інструментарій та техніки експерименту		
Тема 5. Класифікація технік: експерименти, супресивні та експресивні техніки.	Оцінювання навичок трансформації мовних кліше пацієнта та застосування супресивних інтервенцій, експрес-тест.	5 (4 робота + 1 тест)
Тема 6. Техніки роботи з	Практичне оцінювання покрокового	5

полярностями та внутрішньоособистісними конфліктами.	відпрацювання техніки «Порожній стілець» у ролі терапевта, бліц-тест.	(4 робота + 1 тест)
Тема 7. Гештальт-підхід у роботі з метафорами, сновидіннями та тілесністю.	Оцінювання навичок ідентифікації з об'єктами сну за методом Перлза, захист протоколу арт-гештальт вправи.	5 (4 робота + 1 тест)
Тема 8. Терапевтичні стосунки, етика, терапевтична позиція та супервізія.	1. Дискусія щодо етичного кодексу EAGT та аналіз контрпереносу **– 5 балів**. 2. **Контроль СР:** Публічний захист мультимедійної презентації проєкту *«Case Study (Протокол аналізу сесії)»* **– 15 балів**.	20 (5 робота + 15 СР)
Разом за модулем 2		***35 балів***
РАЗОМ ЗА СЕМЕСТР		**70 балів**
ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ	**Комплексна залікова робота (тести)**	**30 балів**
Всього		**100**

8. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література:

1. Джанні Франчесетті (2025). Основи феноменологічно-гештальтистської психопатології: легкий вступ. Вид.-во Ростислава Бурлаки.
2. Джойс Філ, Сіллз Шарлотта (2024). Навички в гештальт-терапії. Вид. Ростислава Бурлаки.
3. Заборовська, І. Р., & Туриніна, О. Л.(2021). Особливості застосування гештальт-терапевтичного методу в подоланні психологічних труднощів клієнтів. *Сучасна медицина, фармація та психологічне здоров'я*, (2(3), 54-66.
4. Короход Я. Д., Татьянчиков А. О. (2023). Деякі базові техніки гештальт-терапії для розвитку особистості. *Європейські орієнтири розвитку України в умовах війни та глобальних викликів XXI століття: синергія наукових, освітніх та технологічних рішень* : у 2 т. : матеріали Міжнар. наук.- практ. конф. (м. Одеса, 19 травня 2023 р.) / за заг. ред. С. В. Ківалова. Одеса, 2023. Т. 1. С. 254-256.
5. Костюченко О. В. (2024). Психологічні техніки в роботі з психосоматичними проблемами. *Психологія свідомості: теорія і практика наукових досліджень,* 200-205.
6. Костюченко О. В. (2025). Соціально-психологічні аспекти функціонування перцепції у життєдіяльності та професійній самореалізації особистості : монографія. Київ : Видавничий центр КНУКіМ.
7. Костюченко О., Чопик С., Василевська О. (2025). Психологічне значення тілесного досвіду в процесі особистісної трансформації клієнта в арттерапії. *Наукові інновації та передові технології,* 10(50), 1520-1531.
8. Маскельє Ґ. (2025). Прагнути свого життя: гештальт-терапія сьогодні. Вид.-во Ростислава Бурлаки.
9. Руелла Франк. (2023). Тілесні корені досвіду в психотерапії. Працюй-Поле.

10. Френк Рубенфельд (2024). Цінності гештальт-терапії. Вид.-во «Status».
11. Фройд Мішель (2021). Примирення душі й тіла. 40 простих вправ за методом софрології. BookChef.
12. Francesetti G., Roubal J.(2025). Psychopathology in Gestalt Therapy: Contemporary Clinical Advances. New York : Gestalt International / Yakaboo.
13. Woldt A. L., Toman S. M. (2024). Gestalt Therapy: History, Theory, and Practice . London : Routledge.

Допоміжна література

14. Ліхі Роберт (2024). Якби ж тільки… Знайти свободу від жалю.
15. Міллер А.(2023). Бунт тіла. . Вид. Ростислава Бурлаки.
16. Мур Роберт, Джиллетт Дуглас (2024). Книга Король, воїн, маг, коханець. Перевідкриття архетипів зрілої маскулінності.
17. Основи психотерапії (2017); за ред. К. В. Седих, О. О. Фільц. Київ: ВЦ«Академвидав».
18. Расс Гарріс (2017). Терапія прийняття та відповідальності, яка сфокусована на травмі. Іван Байдак Тіні наших побачень, VIVAT.

Інформаційні ресурси

1. Наукова бібліотека ОНУ імені І. І. Мечникова. URL: http://lib.onu.edu.ua/
2. Наукова періодика України. URL:http://www.nbuv.gov.ua/portal/
3. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського та електронна бібліотека. URL: http://www.nbuv.gov.ua/
4. Німецька національна бібліотека URL: http://www/d-nd.de
5. Одеська національна наукова бібліотека. URL: http://www.ognb.odessa.ua /
6. Техніки гештальт-терапії Treatfield (29.12.2021). URL:https://www.treatfield.com/field/gestalt-methods

Публікації автора робочої програми навчальної дисципліни:

1. Костюченко О. В. (2024). Психологічні техніки в роботі з психосоматичними проблемами. *Психологія свідомості: теорія і практика наукових досліджень,* 200-205.
2. Костюченко О. В. (2025). Артпрактика в гештальт-підході до антикризової інтервенції. В*чені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського.* Серія: Психологія, 36 (75-1), 46-52.
3. Костюченко О. В. (2025). Соціально-психологічні аспекти функціонування перцепції у життєдіяльності та професійній самореалізації особистості : монографія. Київ : Видавничий центр КНУКіМ, 2025 (*Розділ 4. Рекреаційні методи на основі сенсорно-*
4. *перцептивої активізації, 169-256).*
5. Костюченко О. В., Бриль М. М. (2022). Розвиток психологічної резильєнтності особистості як складника здоров’я арттерапевтичними

засобами. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського.* Серія: Психологія, 33 (72-2), 43-50.
6. Костюченко О. В. (2024). Методи оптимізації психічних станів засобами сенсорно-перцептивної активізації. *Психологічні проблеми творчості*: матер. XXIV Міжн. наук. психолог. конф., 24 червня 2024 року / за ред. В. О. Моляко. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 134-141 URL https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/742834
7. Костюченко О. В. (2024). Психологічна саморегуляція в основі оптимізації психічних станів людини в екстремальних умовах. *Соціально-психологічні ресурси особистості в екстремальних умовах*. Львів –Торунь : Liha-Pres, 113-116.
8. Костюченко О., Чопик С., Василевська О. (2025). Психологічне значення тілесного досвіду в процесі особистісної трансформації клієнта в арттерапії. *Наукові інновації та передові технології,* 10(50), 1520-1531.
9. Костюченко О. В. (2024). Сенсорно-перцептивні основи оптимізації психічних станів особистості. *Теоретичні та практичні аспекти соціально-психологічного супроводу особистості в умовах кризи* : монографія / О. В. Дробот, І. М. Біла, О. В. Костюченко та ін. ; за наук. ред. проф. О. В. Дробот. Riga, Latvia : Baltija Publishing, 111-151.
10. Костюченко, О. В. (2025). Артпрактика в гештальт-підході до антикризової інтервенції. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського.* Серія: Психологія, 36 (75-1), 46-52.