

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ  
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**  
Кафедра психології

**ЗАТВЕРДЖЕНО**  
Факультет гуманітарно-педагогічний  
18 червня 2026 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА  
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**Арттерапія**

Галузь знань С “Соціальні науки, журналістика та інформація”  
Спеціальність С4 “Психологія”  
Освітня програма «Психологія» (ОС «Бакалавр»)  
Факультет: гуманітарно-педагогічний  
Розробник: кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри психології Тетяна ЦИГАНЧУК

Київ – 2026 р.

## 1. Опис навчальної дисципліни

### Арттерапія

Дисципліна “Арттерапія” одна з вибіркових дисциплін серед навчальних дисциплін ОП “Психологія”. Арттерапія вивчає закономірності зцілення та розвитку особистості через творче самовираження. Курс поєднує психологічну теорію з практикою мистецтва. Він допомагає зрозуміти, як люди виражають, обробляють та трансформують свої внутрішні переживання без слів.

<b>Галузь знань, напрям підготовки, спеціальність, освітній ступінь</b>		
Освітній ступінь	<i>(бакалавр)</i>	
Спеціальність	<i>С4 Психологія</i>	
Освітня програма	<i>Психологія</i>	
<b>Характеристика навчальної дисципліни</b>		
Вид	Обов'язкова	
Загальна кількість годин	180	
Кількість кредитів ECTS	6	
Кількість змістових модулів	2	
Курсовий проект (робота) <small>(якщо є в робочому навчальному плані)</small>	- <small>(назва)</small>	
Форма контролю	Екзамен	
<b>Показники навчальної дисципліни для денної та заочної форм навчання</b>		
	денна форма навчання	заочна форма навчання
Рік підготовки	4	4
Семестр	1	1,2
Лекційні заняття	<i>30 год.</i>	<i>8 год.</i>
Практичні, семінарські заняття	<i>30 год.</i>	<i>8 год.</i>
Лабораторні заняття	-	-
Самостійна робота	<i>120 год.</i>	<i>164 год.</i>
Кількість тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних	<i>5 год.</i>	<i>- год.</i>

## 1. **Мета, компетентності та програмні результати навчальної дисципліни**

Метою вивчення навчальної дисципліни «Арттерапія» є формування системи знань про психологічний потенціал мистецтва та навчання практичному використанню творчих методів для діагностики, корекції, гармонізації та зміцнення особистості.

**Перелік освітніх компонент, які передують вивченню навчальної дисципліни:** історія психології; соціальна психологія; основи психотерапії.

### ***Набуття компетентностей:***

інтегральна компетентність (ІК): здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій та методів та характеризуються комплексністю і невизначеністю умов;

### *загальні компетентності (ЗК):*

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях;

ЗК2 Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності психолога в різних сферах практики;

ЗК4 Здатність вчитися, оволодівати сучасними знаннями у тому числі в полікультурному;

ЗК5 Здатність бути критичним і самокритичним, критично сприймати інформацію, оцінювати хід та результати власної професійної діяльності;

ЗК6 Здатність приймати обґрунтовані рішення щодо підбору методу дослідження того чи іншого психічного явища;

ЗК7 Здатність генерувати нові ідеї (креативність) у професійній сфері;

ЗК8 Навички міжособистісної взаємодії як у повсякденному, так і професійному житті;

ЗК9 Здатність працювати в команді, уміння організувати роботу команди;

ЗК11 Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя;

ЗК12 Здатність ухвалювати рішення та діяти, дотримуючись принципу неприпустимості корупції та будь-яких інших проявів недоброчесності.

### *спеціальні (фахові) компетентності (СК):*

СК1 Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом педагогічної психології;

СК2 Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ;

СК3 Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків людини на різних вікових етапах її розвитку, а також різних груп (у тому числі в контексті організації заходів раннього втручання);

СК4 Здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати,

аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел, у тому числі іншомовних;

СК8 Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову у т.ч. особам, які отримали психологічні травми, зокрема внаслідок війни): добирати і впроваджувати необхідні психодіагностичні методики, корекційні, психотренінгові методи, вести психологічну консультативну бесіду, застосовувати психотерапевтичні техніки відповідно до запитів клієнтів.

СК9 Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну роботу щодо природи та функціонування психічних процесів, властивостей і станів особистості;

СК10 Здатність дотримуватися норм професійної етики ;

СК11 Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

***Програмні результати навчання (ПРН):***

ПРН1. Аналізувати та пояснювати психічні явища;

ПРН2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ;

ПРН3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. іноземних та з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань;

ПРН4. Обґрунтовувати власну позицію, робити самостійні висновки за результатами власних досліджень і аналізу літературних джерел (як україномовних, так і іншомовних). ПРН 5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги.

ПРН9. Пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання (зокрема, щодо організації заходів раннього втручання).

ПРН10. Формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника;

ПРН11. Складати та реалізовувати план діагностичного, корекційного, реабілітаційного, консультативного та психотерапевтичного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій (у т.ч. у роботі з особами, які отримали психологічні травми, зокрема внаслідок війни).

ПРН12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.

ПРН14. Ефективно виконувати різні ролі у команді у процесі вирішення фахових завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості;

ПРН15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку;

ПРН16. Знати та розуміти етичні принципи професійної діяльності психолога;

ПРН18. Вживати ефективних заходів щодо збереження та підтримання здоров'я – власного й оточення.

## 2. Програма та структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	тижні	усього	у тому числі					усього	у тому числі			
			л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	С.р
<b>Модуль 1. Вступ до арттерапії</b>												
Тема 1. Основи арттерапії	1	14	2	2			10	11	2			12
Тема 2. Матеріали в арттерапії	2	14	2	2			10	10		2		12
Тема 3. Показання до арттерапії	3	14	2	2			10	11				12
Тема 4. Ізотерапія (малювання)	4	18	4	4			10	11	2	2		17
Тема 5. Колажування в арттерапії	5	14	2	2			10	10				17
Тема 6. Терапія пластичними матеріалами	6	14	2	2			10	11				12
Разом за модулем 1		<b>88</b>	<b>14</b>	<b>14</b>			<b>60</b>	<b>75</b>	<b>4</b>	<b>4</b>		<b>82</b>
<b>Модуль 2. Спеціалізовані види арттерапії та модальності</b>												
Тема 1. Казкотерапія	7	14	2	2			10	10	2			12
Тема 2. Пісочна терапія	8	14	2	2			10	10				12
Тема 3. Фототерапія та метафоричні карти	9	18	4	4			10	10		2		12
Тема 4. Тканинна та мандалотерапія	10	14	2	2			10	9		2		17
Тема 5. Діагностика в арттерапії	11	18	4	4			10	9	2			17
Тема 6. Групова арттерапія	12	14	2	2			10					12
Разом за модулем 2		<b>92</b>	<b>16</b>	<b>16</b>			<b>60</b>	<b>75</b>	<b>4</b>	<b>4</b>		<b>82</b>
Усього годин		<b>180</b>	<b>30</b>	<b>30</b>			<b>120</b>	<b>180</b>	<b>8</b>	<b>8</b>		<b>164</b>

### 3. Теми лекцій

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Основи арттерапії	2
2	Матеріали в арттерапії	2
3	Показання до арттерапії	2
4	Ізотерапія (малювання)	4
5	Колажування в арттерапії	2
6	Терапія пластичними матеріалами	2
7	Казкотерапія	2
8	Пісочна терапія	2
9	Фототерапія та метафоричні карти	4
10	Тканинна та мандалотерапія	2
11	Діагностика в арттерапії	4
12	Групова арттерапія	2

### 4. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Основи арттерапії	2
2	Матеріали в арттерапії	2
3	Показання до арттерапії	2
4	Особливості терапевтичного малюнка.	4
5	Робота з готовими образами.	2
6	Робота з глиною та пластиліном.	2
7	Структура та архетипи казки.	2
8	Організація пісочного простору.	2
9	Принципи роботи з картами (МАК).	4
10	Тканинна та мандалотерапія	2
11	Критерії оцінки арт-продукту.	4
12	Динаміка групи в арт-просторі.	2

### 5. Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Основи арттерапії	10
2	Матеріали в арттерапії	10
3	Показання до арттерапії	10
4	Ізотерапія (малювання)	10
5	Колажування в арттерапії	10
6	Терапія пластичними матеріалами	10

7	Казкотерапія	10
8	Пісочна терапія	10
9	Фототерапія та метафоричні карти	10
10	Тканинна та мандалотерапія	10
11	Діагностика в арттерапії	10
12	Групова арттерапія	10

## **6. Методи та засоби діагностики результатів навчання:**

- усне та письмове опитування;
- тестування;
- захист практичних робіт, завдань самостійної роботи;
- самооцінювання.

## **7. Методи навчання:**

- лекція (усний виклад великого за обсягом та логічною побудовою навчального матеріалу, займає основну частину часу відповідних занять),
- пояснення (основних термінів, феноменів, причинно-наслідкових зв'язків під час практичних занять),
- розповідь (опис життєвих випадків, що ілюструють пояснювані явища та феномени),
- бесіда (репродуктивна – на початку кожного семінарського заняття, катехізисна – наприкінці лекційних та семінарських занять, евристична – на початку лекційних та семінарських занять),
- робота з підручниками, навчальними посібниками, науковими статтями (аналіз теоретичного матеріалу під час виконання завдань самостійної роботи з подальшим формулюванням висновків, побудовою таблиць та схем).
- вправи (розв'язування задач на застосування набутих знань, тренування у застосуванні знань закономірностей психіки, виконання творчих завдань, що наближаються до реальних професійних ситуацій під час практичних занять),
- контрольні роботи (виконання завдань, що перевіряють розуміння навчального матеріалу),
- проекти, командні завдання.

## **8. Оцінювання результатів навчання.**

Оцінювання знань здобувача вищої освіти відбувається за 100-бальною шкалою і переводиться в національну оцінку згідно чинного “Положення про екзамени та заліки у НУБіП України”.

### **8.1. Розподіл балів за видами навчальної діяльності**

Вид навчальної діяльності	Результати навчання	Оцінювання
<b>Модуль 1. Вступ до арттерапії</b>		
Лекція 1. Основи арттерапії	Знання історії, ключових механізмів, показань та етичних стандартів застосування арттерапії у психологічній практиці.	-
Практична робота 1. Основи арттерапії		<b>5</b>
Самостійна робота 1. Основи арттерапії		<b>5</b>
Лекція 2. Матеріали в арттерапії	Знання класифікації артматеріалів та розуміння психологічних закономірностей вибору між контролюючими інструментами й тими, що розгальмовують психіку.	-
Практична робота 2. Матеріали в арттерапії		<b>5</b>
Самостійна робота 2. Матеріали в арттерапії		<b>5</b>
Лекція 3. Показання до арттерапії	Знання про чіткий перелік показань, вікових обмежень та психологічних запитів, при яких арттерапія є найбільш ефективною, вміння проводити первинний скринінг стану клієнта, безпомилково визначати доцільність застосування творчих методів та гнучко добирати безпечні техніки.	-
Практична робота 3. Показання до арттерапії		<b>5</b>
Самостійна робота 3. Показання до арттерапії		<b>10</b>
Лекція 4. Ізотерапія (малювання)	Знання про психологічні закономірності ізотерапії, особливості терапевтичного малюнка, проєктивну діагностику ліній та символіку кольорів і форм.	-
Практична робота 4. Особливості терапевтичного малюнка.		<b>5</b>
Самостійна робота 4. Ізотерапія (малювання)		<b>5</b>
Лекція 5. Колажування в арттерапії	Знання про психологічний механізм деконструкції та реконструкції в колажуванні, а також про способи зниження психічного опору клієнта через роботу з готовими образами, вміння технічно організувати процес створення колажу, екологічно допомагати клієнту в структуруванні субособистостей та проводити фінальну презентацію роботи без	-
Практична робота 5. Робота з готовими образами.		<b>5</b>
Самостійна робота 5. Колажування в арттерапії		<b>5</b>

	порушення особистісних кордонів.	
Лекція 6. Терапія пластичними матеріалами	Знання про психологію кінестетичного сприйняття, специфіку роботи з тривимірним простором та терапевтичні властивості пластичних матеріалів (глина, пластилін, кінетичний пісок).	-
Практична робота 6. Робота з глиною та пластиліном.		5
Самостійна робота 6. Терапія пластичними матеріалами		10
Модульна контрольна робота 1.	Узагальнення набутих знань та умінь.	30
<b>Всього за модулем 1</b>		<b>100</b>
<b>Модуль 2. Спеціалізовані види арттерапії та модальності</b>		
Лекція 1. Казкотерапія	Знання про структуру, архетипи та класифікацію казок у психології, а також про функції терапевтичної метафори у процесі подолання особистісних криз, вміння організувати процес написання та аналізу авторської психологічної казки, екологічно спрямовувати сюжетну лінію на пошук рішень та проводити рольове читання для інтеграції витіснених емоцій.	-
Практична робота 1. Структура та архетипи казки.		5
Самостійна робота 1. Казкотерапія		5
Лекція 2. Пісочна терапія	Знання про організацію пісочного простору, психологічний символізм мініатюрних фігур, класичні етапи розвитку динаміки у пісочниці	-
Практична робота 2. Організація пісочного простору.		5
Самостійна робота 2. Пісочна терапія		5
Лекція 3. Фототерапія та метафоричні карти	Знання про принципи застосування фотографії у психотерапевтичному процесі, механізми проєкції та асоціації при роботі з метафоричними асоціативними картами (МАК) та класифікацію колод під різні клієнтські запити.	-
Практична робота 3. Принципи роботи з картами (МАК).		5
Самостійна робота 3. Фототерапія та метафоричні карти		5
Лекція 4. Тканинна та мандалотерапія	Компетентності глибокого розуміння динаміки психологічних меж через роботу з тканинами, безсудного прийняття індивідуального темпу структурування особистості клієнта та безпечного супроводу інтеграційних процесів під час відновлення цілісності «Я».	-
Практична робота 4. Тканинна та мандалотерапія		5
Самостійна робота 4. Тканинна та мандалотерапія		5

Лекція 5. Діагностика в арттерапії	Вміння екологічно збирати діагностичні дані на основі творчості клієнта, вести професійну карту спостережень за його невербальними реакціями та грамотно розбирати складні практичні кейси.	-
Практична робота 5. Критерії оцінки арт-продукту.		5
Самостійна робота 5. Діагностика в арттерапії		10
Лекція 6. Групова арттерапія	Вміння організувати невербальну та вербальну творчу взаємодію учасників на спільному полотні, екологічно відстежувати випадки порушення особистісних кордонів у групі та керувати конфліктними ситуаціями за допомогою арт-методів.	-
Практична робота 6. Динаміка групи в арт-просторі.		5
Самостійна робота 4. Групова арттерапія		10
Модульна контрольна робота 1.	Узагальнення набутих знань та умінь.	30
<b>Всього за модулем 2</b>		<b>100</b>
<b>Всього за модулем 3</b>		<b>100</b>
<b>Навчальна робота</b>	<b><math>(M1 + M2)/2 * 0,7 \leq 70</math></b>	
<b>Екзамен</b>	<b>30</b>	
<b>Всього за курс</b>	<b><math>(\text{Навчальна робота} + \text{екзамен}) \leq 100</math></b>	

### 8.2. Шкала оцінювання знань здобувача вищої освіти

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка за національною системою (екзамени/заліки)
90-100	відмінно
74-89	добре
60-73	задовільно
0-59	незадовільно

### 8.3. Політика оцінювання

<b>Політика щодо дедлайнів та перескладання</b>	Відтермінування здачі завдань самостійної роботи, практичних занять у випадках хвороби чи якоїсь іншої вагомої для студента причини може бути дозволене за умови надання необхідної документації.
---	---

	<p>Відтермінування здачі екзамену може бути дозволене за умови погодження з деканатом.</p> <p>Проведення навчальних занять, терміни та умови виконання навчальних завдань можуть бути адаптовані до запитів студентів із документально підтвердженими особливими потребами.</p> <p>Відповідальністю студента залишається вчасне надання таких документів.</p>
<b>Політика щодо академічної доброчесності</b>	<p>Вступаючи на цей курс, студенти повинні дотримуватися норм поведінки, прописаних у Положенні про академічну доброчесність у Національному університеті біоресурсів і природокористування України (<a href="https://nubip.edu.ua/node/12654">https://nubip.edu.ua/node/12654</a>).</p> <p>Ви повинні знати та дотримуватись академічної доброчесності з усіх питань цього курсу. Порушення академічної доброчесності тягне за собою академічну відповідальність.</p>
<b>Політика щодо відвідування</b>	<p>Відвідування лекцій та практичних занять з курсу є обов'язковим, воно забезпечує краще розуміння матеріалу, дає можливість простежити зв'язок між теоретичною інформацією та її прикладним аспектом, сформувати систему знань та ґрунтовно підготуватись до екзамену. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн формі за погодженням із деканом факультету).</p>

### 9. Навчально-методичне забезпечення:

1. - електронний навчальний курс навчальної дисципліни (на навчальному порталі НУБіП України eLearn <https://elearn.nubip.edu.ua/course/section.php?id=32380>)

### 10. Рекомендована література

#### Основна:

1. Гаркавець О.В. Арт-терапія. Основи застосування. Посібник. Київ: Видавець Гаркавець О.В., 2022. – 160 с.
2. Гузман Л. Основні практики арт-терапії. Ефективні методи боротьби з тривогою, депресією та ПТСР. Харків: Видавництво «Ранок», 2021. – 192 с.
3. Калька Н.М., Ковальчук З.Я. Практикум з арт-терапії: навчально-методичний посібник. Частина 1. Львів: ЛьвДУВС, 2020. – 232 с.
4. Тараріна О.О. Глибинна арт-терапія: практики трансформацій. Підручник. Київ: Видавничий дім «Слово», 2021. – 288 с.

#### Допоміжна:

1. Скордіна О. Арттерапевтичний альбом «Дім у собі». Підтримка в малюнках і текстах для тих, хто береже свій дім у собі. Київ: Віхола, 2023. – 144 с.
2. Бриль М.М. Метафоричні асоціативні карти як інструмент у психології професійного визначення. Актуальні проблеми психології. 2019. Том I. Вип. 52. С. 69–76.11.
3. Животенко, Л. Арт-терапія: популярні методи в роботі психолога. Психолог дошкілля. 2016. № 1. С. 26–27.

### **Інформаційні ресурси**

1. Офіційний сайт Всеукраїнської громадської організації [«Арттерапевтична асоціація»](#) — головна науково-просвітницька платформа України, що містить статутні документи, етичний кодекс арттерапевта, матеріали конференцій та опис сучасних технологій терапії мистецтвом.
2. Офіційний сайт громадської організації [«Українська асоціація арт-терапевтів»](#) — інформаційний ресурс, присвячений вітчизняним та міжнародним навчальним програмам, майстерням та міждисциплінарним проектам у сфері арттерапії.
3. Офіційний сайт [Міжнародної федерації арт-терапії та психологічної підтримки \(IFA-T\)](#) — професійний електронний простір, що містить реєстри та каталоги сертифікованих фахівців, навчальні програми та матеріали з психологічного консультування.