

**ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»
Навчально-науковий інститут психології та соціальних наук**

Кафедра психології

**СОЦІАЛЬНО-ПРОФЕСІЙНА ІДЕНТИЧНІСТЬ ГЕШТАЛЬТ-
ТЕРАПЕВТІВ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ПРОФЕСІОНАЛІЗАЦІЇ**

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
на здобуття освітнього ступеня
МАГІСТР**

за спеціальністю 053 Психологія

ПЕСТИЧА ВАЛЕНТИНА ЛЕОНІДОВИЧА

Кваліфікаційна робота
допущена до захисту
Зав. кафедри _____
«04» травня 2026 р.

Науковий керівник:
Раєвська Я.М.,
доктор психологічних наук,
професор

Рецензент:
Комар Т.В.,
доктор психологічних наук,
професор

КИЇВ – 2026

Реєстрація

номер

дата, підпис лаборанта кафедри

Рекомендовано**до захисту****Я.М. Раєвська**підпис наукового
керівника

ініціали, прізвище наукового керівника

Результат захисту

оцінка

дата захисту

Голова ЕК**Н.В. Волинець**

підпис

ініціали, прізвище

Члени ЕК**С.А. Палій**

підпис

ініціали, прізвище

В.Б. Синякова

підпис

ініціали, прізвище

О.Л. Туриніна

підпис

ініціали, прізвище

Секретар ЕК**Д.В. Бур'ян**

підпис

ініціали, прізвище

ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»
Навчально-науковий інститут психології та соціальних наук

Кафедра психології

спеціальність *Психологія*
курс II (*магістратура*)

ЗАВДАННЯ

на кваліфікаційну роботу магістра

Пестич Валентин Леонідович

1. Тема роботи: **Соціально-професійна ідентичність гештальт-терапевта на різних етапах професіоналізації.**

2. Цільова установка: Національна Асоціація Гештальт Терапевтів України; вихідні дані: матеріали професійної та переддипломної практики, навчальні посібники, монографії, методичні вказівки, ресурси інтернету, періодичні видання з теми дослідження.

3. Перелік графічного матеріалу 12 табл., 0 рис.

4. Консультанти по роботі (із зазначенням розділів):

Розділ	Консультант (Прізвище, ініціали)	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Розділ 1	Раєвська Я.М.		
Розділ 2	Раєвська Я.М.		
Розділ 3	Раєвська Я.М.		

5. Зміст роботи:

Вступ

Розділ 1. Теоретико-методологічні засади дослідження соціально-професійної ідентичності гештальт-терапевта.

Розділ 2. Емпіричне дослідження особливостей ідентичності гештальт-терапевтів на різних етапах професійного становлення.

Розділ 3. Психологічний супровід розвитку професійної ідентичності гештальт-терапевтів.

Висновок

Список використаних джерел

Календарний план виконання роботи

№ п/п	Етапи виконання роботи	Термін виконання	
		За планом	Фактичний
1.	Вибір теми і призначення наукового керівника кваліфікаційної роботи магістра.	червень 2025	червень 2025
2.	Затвердження теми кваліфікаційної роботи магістра.	липень 2025	липень 2025
3.	Отримання завдання на проведення наукового дослідження та підготовка календарного плану виконання кваліфікаційної роботи магістра, затвердження його керівником.	серпень 2025	серпень 2025
4.	Збір та узагальнення матеріалу за темою роботи.	жовтень 2025	жовтень 2025
5.	Підготовка першого (чорнового) варіанту роботи і подання його на перевірку науковому керівнику.	грудень 2025	грудень 2025
6.	Доопрацювання тексту роботи з врахуванням зауважень наукового керівника, збагачення роботи додатковими дослідженнями, що проводилися під час переддипломної практики, і подання її на повторне читання.	січень-березень 2026	січень-березень 2026
7.	Подання кваліфікаційної роботи магістра на реєстрацію на кафедру, рецензування та написання відгуку науковим керівником.	квітень 2026	квітень 2026
8.	Підготовка до захисту кваліфікаційної роботи магістра на засіданні Екзаменаційної комісії.	травень 2026	травень 2026
9.	Захист виконаної кваліфікаційної роботи.	червень 2026	червень 2026

Дата видачі завдання _____

Науковий керівник _____

(Раєвська Я.М.)

Завдання прийняв(ла)

до виконання

здобувач(ка) _____

(Пестич В.Л.)

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота: 73 с., 10 табл., 65 джерел.

Об'єкт дослідження: професійна ідентичність особистості як складне системне психологічне утворення.

Предмет дослідження: динаміка структурних компонентів та чинники формування соціально-професійної ідентичності гештальт-терапевтів на різних етапах професіогенезу.

Мета роботи: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості становлення професійної ідентичності гештальт-терапевтів, а також розробити та апробувати програму психологічного супроводу для фахівців-початківців.

Гіпотеза дослідження: процес професіоналізації в гештальт-терапії супроводжується нерівномірністю розвитку компонентів ідентичності, де перехід від навчання до самостійної практики характеризується афективною кризою компетентності; стабілізація ідентичності можлива через цілеспрямований психологічний супровід, фокусований на легалізації професійного сорому, розвитку культури супервізантства та соціальній інтеграції у спільноту.

Методи дослідження:

~ **теоретичні:** системний аналіз наукової літератури, узагальнення, порівняння, класифікація та типологізація професійних дефіцитів;

~ **емпіричні:** метод поперечних зрізів; авторська діагностична анкета «Профіль професійної ідентичності» (блокова діагностика когнітивного, афективного та поведінкового компонентів за 5-бальною шкалою Лайкерта);

~ **методи математичної статистики:** описова статистика (середнє арифметичне M , стандартне відхилення SD); t -критерій Стюдента для незалежних вибірок; кореляційний аналіз (коефіцієнт парної кореляції Пірсона r).

СОЦІАЛЬНО-ПРОФЕСІЙНА ІДЕНТИЧНІСТЬ, ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПІЯ, ПРОФЕСІОНАЛІЗАЦІЯ, АВТЕНТИЧНІСТЬ, СУПЕРВІЗІЯ, ПРОФЕСІЙНА СПІЛЬНОТА.

SOCIAL-PROFESSIONAL IDENTITY, GESTALT THERAPY, PROFESSIONALIZATION, AUTHENTICITY, SUPERVISION, PROFESSIONAL COMMUNITY.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	9
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПЕВТА.....	12
1.1. Психологічний зміст та структура соціально-професійної ідентичності особистості.....	12
1.2. Теоретичний аналіз професійної діяльності та вимог до особистості гештальт-терапевта в сучасній психотерапії.....	15
1.3. Специфіка етапів професіоналізації в гештальт-підході: від студента до акредитованого фахівця.....	18
1.4. Чинники формування професійної ідентичності (особиста терапія, супервізія, професійна спільнота).....	23
Висновки до першого розділу.....	26
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ІДЕНТИЧНОСТІ ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПЕВТІВ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ.....	29
2.1. Методичне забезпечення та організація емпіричного дослідження.....	29
2.2. Порівняльний аналіз компонентів професійної ідентичності у терапевтів-початківців та досвідчених практиків.....	33
2.3. Вплив приналежності до професійної спільноти на соціальну ідентичність гештальт-терапевта.....	38
2.4. Якісний аналіз та типологія професійних дефіцитів у терапевтів-початківців.....	42
Висновки до другого розділу.....	45
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПЕВТІВ.....	48

3.1. Концептуальні засади програми підтримки професійного самовизначення майбутніх гештальт-терапевтів.....	48
3.2. Розробка та апробація тренінгу з розвитку рефлексивності та професійної стійкості фахівця.....	52
3.3. Рекомендації для освітніх програм та професійних спільнот щодо сприяння успішній ідентифікації з фахом.....	60
Висновки до третього розділу.....	63
ВИСНОВОК.....	66
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	69

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Трансформаційні процеси, що охопили сучасне українське суспільство в умовах тривалого воєнного стану та глобальної соціокультурної невизначеності, висувають принципово нові вимоги до фахівців допоміжних професій, насамперед — до психологів та психотерапевтів. У системі професійної підготовки гештальт-терапевтів центральне місце посідає не лише засвоєння технічного арсеналу інтервенцій, а й формування стійкої соціально-професійної ідентичності. Оскільки в гештальт-підході «основним інструментом» терапевтичного впливу виступає безпосередньо особистість самого фахівця, питання його професійного самовизначення, цілісності та автентичності набуває статусу критично важливого чинника ефективності психологічної допомоги.

Актуальність мого дослідження посилюється тим, що процес професіоналізації гештальт-терапевта в Україні у 2021–2026 роках відбувається у «спільному травматичному полі». Терапевт-початківець змушений розв'язувати складні завдання формування власного професійного «Я», перебуваючи в умовах екзистенційної загрози та професійної ізоляції, що значно підвищує ризики професійного вигорання та ерозії етичних кордонів. Проблема полягає у суттєвому розриві між високим рівнем теоретичної обізнаності студентів та їхньою афективною незахищеністю перед реальним клінічним контактом, що потребує розробки нових моделей психологічного супроводу.

На сьогодні існує певний дефіцит досліджень, які б системно розглядали динаміку професійної ідентичності гештальт-терапевта на межі переходу від навчання (II ступінь) до самостійної акредитованої практики. Саме цей «критичний період» становлення фахівця, за моїми спостереженнями, є найбільш сензитивним для втручання та підтримки.

Мета дослідження полягає у виявленні психологічних особливостей та чинників формування соціально-професійної ідентичності гештальт-терапевтів, а також у розробці та апробації програми психологічного

супроводу, спрямованої на зміцнення професійної стійкості фахівців-початківців.

Для досягнення мети поставлено такі завдання:

1. Здійснити теоретичний аналіз поняття «соціально-професійна ідентичність» у сучасній психології та специфіку її прояву в гештальт-терапії.
2. Визначити чинники та етапи професіоналізації фахівця в межах стандартів НАГТУ.
3. Провести емпіричне дослідження компонентів ідентичності (когнітивного, афективного, поведінкового) у початківців та досвідчених терапевтів.
4. Розробити пакет практичних рекомендацій для сприяння успішній ідентифікації з фахом.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та синтез наукової літератури; емпіричні методи (анкетування за допомогою Google Forms); методи математичної статистики (t-критерій Стюдента для порівняння груп, кореляційний аналіз Пірсона).

Об'єкт дослідження — професійна ідентичність особистості як складне психологічне утворення.

Предмет дослідження — динаміка структурних компонентів професійної ідентичності гештальт-терапевтів на різних етапах професіогенезу та чинники їх гармонізації.

Наукова новизна дослідження полягає у наступному:

- Вперше у вітчизняній психології здійснено порівняльний аналіз структурних компонентів ідентичності (когнітивного, афективного та поведінкового) гештальт-терапевтів з урахуванням сучасного контексту «спільного травматичного поля».
- Дістала подальшого розвитку типологія професійних дефіцитів початківців, де мною було виокремлено та описано профілі «Тривожного

інтелектуала», «Функціонального рятівника» та «Ізольованого прагматика», що дозволяє здійснювати диференційований підхід у супервізії.

- Уточнено роль професійної спільноти (зокрема НАГТУ) як «зовнішнього скелета» ідентичності, що виконує стабілізуючу та деонтологічну функції в умовах соціальної нестабільності.
- Обґрунтовано концепцію «економічної легалізації» як ключового афективного маркера переходу фахівця до зрілої професійної позиції.

Практичне значення роботи. Розроблена та апробована мною програма тренінгу «Автентичне Я: від студента до колеги» може бути впроваджена в освітній процес підготовки гештальт-терапевтів на завершальних етапах II ступеня. Сформульовані методичні рекомендації щодо «культури супервізантства» та алгоритми соціалізації молодих фахівців мають практичну цінність для кураторів навчальних груп, супервізорів та етичних комісій професійних спільнот. Запропоновані підходи до саморегуляції терапевта можуть бути використані для профілактики вторинної травматизації фахівців, що працюють із кризовими станами в Україні.

Апробація результатів. Основні положення та результати дослідження обговорювалися на засіданнях фахових інтервізорських груп та були представлені у формі доповідей на науково-практичних заходах спільноти гештальт-терапевтів.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПЕВТА

1.1. Психологічний зміст та структура соціально-професійної ідентичності особистості

Феномен ідентичності в сучасній психологічній науці розглядається як багатогранний, динамічний конструкт, що визначає здатність особистості до самоусвідомлення, збереження внутрішньої цілісності та визначення свого місця в соціокультурному просторі. Категорія «ідентичність» (від лат. *identitas* — тотожність) описує складне відчуття людиною своєї неперервності у часі та просторі, а також приналежності до певних соціальних груп, що забезпечує психологічний комфорт та соціальну адаптацію [8; 21]. У структурі загальної ідентичності професійна складова посідає одне з центральних місць, оскільки трудова діяльність є не лише засобом забезпечення життєдіяльності, а й основним простором самореалізації та «оформлення» особистісних смислів у дорослому віці [15; 22].

Теоретичний фундамент вивчення ідентичності було закладено у працях Е. Еріксона, який розглядав її через призму суб'єктивного відчуття самототожності та неперервності власного «Я». За Е. Еріксоном, формування ідентичності — це епігенетичний процес інтеграції всіх попередніх ідентифікацій дитини у нову якісну цілісність — «его-ідентичність», яка дозволяє індивіду відчувати себе автентичним у різних соціальних контекстах [28, с. 112]. Професійна ідентичність у цій концепції постає як результат успішної інтеграції здібностей, інтересів та соціальних очікувань, що стає можливим після подолання кризи ідентичності в підлітковому віці. Автор наголошував, що нездатність особистості

здійснити професійний вибір веде до дифузії ідентичності, що проявляється у відчутті внутрішньої порожнечі та соціальної дезорієнтації [29].

Подальша операціоналізація концепції Е. Еріксона відбулася у роботах Дж. Марсії, який запропонував модель статусів ідентичності, що базується на двох параметрах: наявності кризи (періоду пошуку) та прийнятті зобов'язань. Для розуміння професіогенезу гештальт-терапевтів, що є предметом нашого дослідження, особливого значення набувають два статуси:

1. **Мораторій:** стан активного експериментування з професійними ролями, коли фахівець стикається із сумнівами, шукає власний стиль, але ще не прийняв остаточних внутрішніх зобов'язань. Цей стан є нормативним для студентів II ступеня навчання (Категорія А у нашому дослідженні), оскільки навчання в гештальт-підході передбачає глибоку деконструкцію попередніх інтроєктів.

2. **Досягнута ідентичність:** стан, за якого фахівець пройшов період пошуку та усвідомлено прийняв цінності професійної спільноти, інтегрувавши їх у свою структуру особистості [42]. Це відповідає статусу акредитованих фахівців (Категорія Б), які демонструють високу стійкість професійної позиції.

У вітчизняному науковому дискурсі професійна ідентичність розглядається через призму професійної самосвідомості та рефлексії (Г. Пов'якель, О. Кокун, М. Клименко). Зокрема, Г. Пов'якель зазначає, що професійна ідентичність психолога-практика є внутрішньою регулятивною структурою, яка забезпечує фахівцю можливість постійно рефлексувати власну діяльність та зберігати емоційну стабільність у складних клінічних ситуаціях [33]. Автор підкреслює, що професійне мислення виступає інструментом саморегуляції, що дозволяє терапевту утримувати межу між власним «Я» та «Я-професійним» [33, с. 84].

Специфіка професійної ідентичності в допоміжних професіях, до яких належить психотерапія, полягає у надвисокому рівні конвергенції

особистісних та професійних характеристик. На відміну від технократичних професій, де професійна роль може бути чітко відокремлена від приватного життя, ідентичність терапевта передбачає глибоку інтерналізацію етичних норм та розвиток особливої чутливості до міжособистісних процесів [11; 44]. Як зазначає М. Клименко, для майбутнього психолога ідентичність є не лише набором компетенцій, а й способом буття, що вимагає постійної «особистісної праці» [22].

У межах моєї роботи я спираюсь на **трикомпонентну структуру соціально-професійної ідентичності**, яка дозволяє комплексно оцінити рівень професіоналізації фахівця:

- **Когнітивний компонент:** охоплює систему знань про зміст професійної діяльності, глибоке розуміння теоретико-методологічних засад гештальт-терапії (теорія поля, цикл досвіду, механізми переривання контакту) та усвідомлення своїх прав та обов'язків у межах посадової інструкції чи етичного контракту [17; 31].
- **Афективний компонент:** відображає емоційно-ціннісне ставлення до професії. Він включає відчуття самоцінності, рівень професійної тривоги, ставлення до успіхів та невдач, а також критично важливий аспект «фінансової легалізації» — впевненість у вартості власних послуг та право на винагороду [10; 41]. Саме цей компонент часто стає зоною кризи для початківців.
- **Поведінковий компонент:** реалізується через актуальні дії фахівця на межі контакту з клієнтом. Це дотримання етичного сетингу, регулярність супервізійної та інтервізійної підтримки, активна участь у житті професійної спільноти та здатність до автентичного самопред'явлення в терапевтичних стосунках [19; 38].

Особливим виміром ідентичності саме гештальт-терапевта є динамічний перехід від функціонування «Personality» (соціальної ролі, знань про себе, своєї історії) до повноцінного функціонування цілісного Self у моменті зустрічі з клієнтом. Відповідно до положень теорії гештальт-

терапії (Ж.-М. Робін, М. С. Лобб, Ф. Перлз), професійна ідентичність фахівця — це не статичний набір якостей, а здатність бути максимально присутнім, усвідомленим та автентичним у контакті [36; 45; 53]. Таким чином, ідентифікація з професією гештальт-терапевта передбачає не лише привласнення зовнішніх атрибутів (дипломи, сертифікати), а насамперед розвиток «терапевтичної присутності», де професійне «Я» стає органічним продовженням особистісного «Я» фахівця.

Аналіз структури та змісту соціально-професійної ідентичності дозволяє стверджувати, що вона є ключовим новоутворенням професіогенезу, яке забезпечує не лише ефективність діяльності, а й психологічне здоров'я та професійне довголіття психолога-практика.

1.2. Теоретичний аналіз професійної діяльності та вимог до особистості гештальт-терапевта в сучасній психотерапії

Специфіка професійної діяльності в гештальт-терапії, на мою думку, кардинально відрізняється від класичних медичних або когнітивно-орієнтованих моделей психологічної допомоги. Якщо в директивних підходах основний акцент робиться на діагностиці та застосуванні конкретних технік (алгоритмів), то в гештальт-парадигмі центральним «інструментом» роботи виступає безпосередньо особистість самого фахівця. Це зумовлює надзвичайно високі вимоги до його психологічної зрілості, автентичності та здатності до рефлексії [30; 44].

Концепція «терапевт як інструмент». Професійна діяльність гештальт-терапевта базується на принципах діалогічності та феноменології. Спираючись на праці М. Бубера та їх інтеграцію в гештальт-підхід Г. Йонтефом, я розглядаю терапевтичну зустріч не як маніпуляцію об'єктом, а як стосунки «Я-Ти». Це вимагає від фахівця здатності до повної присутності (*Presence*), що включає готовність бути зачепленим досвідом клієнта, зберігаючи при цьому стійкість власного «Я» [51; 52]. У моєму

дослідженні я акцентую на тому, що терапевт працює не «над» клієнтом, а «з» клієнтом, використовуючи власні емоційні реакції як діагностичний резонанс.

Дослідники, зокрема Ж.-М. Робін, виділяють наступні ключові аспекти діяльності, що формують вимоги до фахівця:

1. **Здатність до контейнування та витримування невизначеності.** У гештальт-терапії фахівець часто стикається з ситуаціями, де «фігура» запиту ще не сформована. Вимога до терапевта полягає в тому, щоб не «підштовхувати» клієнта до швидких рішень (що я ідентифікую як інтенцію «виправляти»), а залишатися в контакті з тим, що є, дозволяючи процесу саморегуляції організму розгорнутися [36, с. 54]. Для початківців (Категорія А) це часто є найскладнішим бар'єром через високий рівень нарцисичної тривоги.

2. **Феноменологічна редукція (Епохе).** Терапевт має володіти навичкою відмови від попередніх оцінок, діагнозів та інтерпретацій. Це вимагає високого рівня інтелектуальної дисципліни та здатності до безперервного усвідомлення (*Awareness*). Я вважаю, що саме ця навичка дозволяє фахівцю бачити клієнта в його актуальному стані, а не через призму теоретичних схем [55].

Структура професійно важливих якостей (ПВЯ). Аналіз стандартів професійних спільнот та сучасних вітчизняних досліджень дозволяє мені структурувати вимоги до особистості фахівця за декількома рівнями:

- **Когнітивно-методологічний рівень:** включає не лише знання теорії поля, циклу досвіду та механізмів переривання контакту, а й здатність до їх творчої адаптації. Я наголошую, що на відміну від технічних професій, ці знання мають бути «прожиті» особисто через досвід власної терапії, а не просто асимільовані теоретично [14; 22].

- **Етико-деонтологічний рівень:** дотримання професійних кордонів (сетингу). У гештальт-підході кордони — це не лише правила часу та оплати, а й межа контакту, де зустрічаються дві ідентичності. Терапевт

відповідає за безпеку цього простору, що потребує високої етичної пильності, особливо в умовах 2026 року, коли межі між професійним та приватним часто розмиваються цифровим середовищем [4; 38].

- **Особистісно-адаптивний рівень:** здатність до самопідтримки. Терапевт повинен мати достатній внутрішній ресурс для обробки інтенсивних почуттів клієнта (гніву, сорому, відчаю), не руйнуючись при цьому. Я розглядаю це як здатність до «професійної контейнеризації», яка є особливо актуальною для українських терапевтів, що працюють у спільному травматичному полі з клієнтами [45].

Для наочності я провів порівняльний аналіз вимог до терапевта в різних парадигмах (див. Табл. 1.1), що дозволяє глибше зрозуміти специфіку гештальт-ідентичності.

Таблиця 1.1

Порівняльний аналіз вимог до терапевта в різних парадигмах

Параметр	Гештальт-терапія	Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ)
Позиція фахівця	Включений учасник діалогу («Я-Ти»)	Експерт, вчитель, тренер («Я-Воно»)
Головний інструмент	Автентична присутність терапевта	Протокол, техніки, вправи
Робота з емоціями	Проживання почуттів «тут і зараз»	Корекція ірраціональних переконань
Вимога до терапії	Тривала власна терапія обов'язкова	Фокус на опануванні методик
Ставлення до симптому	Творче пристосування, яке треба зрозуміти	Дисфункція, яку треба усунути

Цінність даного порівняння для мого дослідження полягає в розумінні того, чому ідентичність гештальт-терапевта формується так довго і складно.

Висока питома вага «особистісного внеску» фахівця робить його вразливим до професійних криз, особливо на етапах переходу від навчання до самостійної практики.

У сучасному контексті (2021–2026 рр.) вимоги до гештальт-терапевта доповнюються необхідністю «цифрової етики» та здатністю працювати з темами невизначеності та екзистенційної загрози. Як зазначає Г. Чайка, професійна діяльність у кризових умовах вимагає від психолога не лише технічних навичок, а й глибокої філософської стійкості [45, с. 62]. Я вважаю, що для гештальт-терапевта це означає здатність залишатися «людиною біля людини», не ховаючись за професійною маскою.

Як підкреслюють С. Максименко та М. Клименко, професійне становлення психолога — це шлях від «функціонального виконання обов’язків» до «професійного буття» [29, с. 22]. У гештальт-терапевта цей процес неможливий без глибокої інтерналізації цінностей свободи, відповідальності та усвідомленості. Ідентичність фахівця в цьому контексті виступає як «внутрішній супервізор», який дозволяє в моменті контакту з клієнтом відрізнити власні потреби від потреб Іншого.

Таким чином, вимоги до особистості гештальт-терапевта інтегрують у собі не лише професійні компетенції, а й специфічну філософію життя, де рефлексія та контакт стають базовими формами існування в професії. Це підтверджує мою гіпотезу про те, що ідентичність є динамічною структурою, яка постійно оновлюється через досвід зустрічі з «Іншим».

1.3. Специфіка етапів професіоналізації в гештальт-підході: від студента до акредитованого фахівця

Професіоналізація фахівця в гештальт-терапії, на моє переконання, є тривалим, нелінійним та глибоко індивідуалізованим процесом. Він охоплює не лише когнітивне засвоєння методології та накопичення технічного арсеналу інтервенцій, а й фундаментальну трансформацію

особистісної структури терапевта. У моєму дослідженні я спираюся на те, що цей шлях регламентується стандартами Національної асоціації гештальт-терапевтів України (НАГТУ), які повністю корелюють із вимогами Європейської асоціації гештальт-терапії (EAGT). Динаміку становлення ідентичності на цьому шляху я описую через послідовність етапів, кожен із яких характеризується специфічними завданнями та супроводжується нормативними кризами [17; 44].

Етап I: Пропедевтика та формування клієнтського досвіду (I Ступінь). Цей етап («Основи гештальт-терапії») триває близько 1–1,5 року і присвячений знайомству з методом через призму власного досвіду. На цьому рівні ідентичність фахівця перебуває лише у стані «зародження» або «преконтакту». Основною фігурою навчання стає не терапевтична техніка, а розвиток усвідомленості (*Awareness*).

- **Криза етапу — «Криза втрати ілюзій»:** Я зауважую, що студенти часто приходять у навчання з ідеалізованим уявленням про психологію як про набір інструментів для «виправлення» інших. Зіткнення з необхідністю власної тривалої терапії призводить до руйнування цих ілюзій. Це етап деконструкції інтроєктів про «ідеального помічника» [36].

- **Новоутворення:** Позиція «Свідомого Клієнта». Формується здатність розрізняти власні почуття, потреби та механізми переривання контакту. Я вважаю, що без успішного проходження цього етапу, де асимілюється роль об'єкта терапевтичного впливу, подальша професійна ідентифікація буде дефіцитарною та нестійкою [32].

Етап II: Інтеграція теорії та початок практики (II Ступінь). Цей період є найбільш інтенсивним (3–4 роки) і відповідає моїй дослідницькій Категорії А. Тут відбувається перехід від ролі «спостерігача» до ролі «практика». Студент починає працювати з першими реальними клієнтами під супервізією.

- **Криза етапу — «Криза компетентності та легалізації»:** Студент відчуває гострий розрив між теоретичними знаннями та

практичним безсиллям у реальному контакті. Виникає тривога «недостатності», яка часто призводить до ретрофлексії — згортання активності через сором перед спільнотою [51].

- **Важливий маркер стійкості — Економічна легалізація:** У моєму дослідженні я приділяю особливу увагу цьому аспекту. Отримання першої винагороди за сесію виступає для студента не лише фінансовим актом, а соціальним підтвердженням цінності його праці. Це дозволяє функції *Personality* інтегрувати статус «фахівця, що надає послугу», замість статусу «учня» [22; 41].

Акредитація як ритуал переходу. Завершення II ступеня включає сертифікаційний іспит та захист кейсів. Я розглядаю сертифікацію і пізніше акредитацію як акт соціального визнання, що переводить фахівця зі статусу «студента» у статус «колеги» (Категорія Б). Це момент, коли професійна роль остаточно інтерналізується і стає частиною особистої ідентичності фахівця [29].

Етап III: Поглиблення та професійне вдосконалення (III Ступінь). Цей етап спрямований на підготовку супервізорів та викладачів. Тут ідентичність розширюється за межі індивідуальної практики.

- **Криза етапу — «Криза професійного плато»:** Терапевт може відчувати втому від методу. Вихід із неї можливий через пошук власного унікального стилю та розвиток «творчої байдужості» — здатності бути глибоко залученим, не маючи егоцентричного інтересу в обов'язковій зміні клієнта [45; 55].

Для глибшого аналізу я розробив порівняльну таблицю, яка демонструє універсальність та специфічність цього шляху в різних парадигмах.

Таблиця 1.2

Спільне та відмінне в етапах професіоналізації різних підходів

Параметр порівняння	Гештальт-терапія (НАГТУ)	Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ)	Психоаналіз
Ключовий фокус	Усвідомленість та контакт «тут і зараз»	Когнітивні схеми та зміна поведінки	Несвідоме та аналіз перенесення
Роль особистої терапії	Фундаментальна (100+ годин)	Рекомендована, але не жорстко лімітована	Обов'язковий навчальний аналіз
Етична платформа	Конфіденційність та межі компетенції [4]	Аналогічні етичні стандарти	Аналогічні етичні стандарти
Криза початківця	Страх «некомпетентності», рятувальництво	Страх відхилення від протоколу	Страх перед контрпереносом

У моєму дослідженні я наголошую, що незалежно від школи, ідентичність професіонала базується на деонтологічній стійкості. Здатність витримувати емоційне напруження клієнта, не впадаючи в особисті афекти, є універсальною вимогою [33].

Феноменологія сорому та «Синдром самозванця». Окреме місце у моїй роботі посідає аналіз професійного сорому, який найяскравіше проявляється на межі сертифікації/акредитації. Спираючись на концепцію Ж.-М. Робіна та Г. Франчесетті, я розглядаю сором як «дефіцит підтримки поля» [36; 51]. Студент-терапевт під час супервізії часто відчуває бажання приховати свої «помилки», боячись, що супервізор побачить у ньому

«самозванця». Трансформація цього сорому у «професійну вразливість» я вважаю ключовою ознакою переходу до зрілої ідентичності.

Криза «Рятівництва» (Fix-it інтенція). Ще одним специфічним проявом, який я вивчаю, є інтенція до надмірної активності. Терапевт-початківець, намагаючись уникнути власного безсилля поруч із важкими переживаннями клієнта, впадає у «функціональне рятівництво». На моє переконання, це є механізмом конфлюєнції (злиття), де терапевт «рятує» не клієнта, а свій власний комфорт [50; 54].

Для систематизації цих процесів я пропоную наступну таблицю трансформації.

Таблиця 1.3

Динаміка трансформації професійних дефіцитів у ресурси ідентичності

Дефіцитарний прояв (Криза)	Психологічний механізм	Професійний ресурс (Результат)
Сором перед супервізором	Оціночна проєкція	Професійна вразливість та автентичність
Рятівництво (Fix-it інтенція)	Конфлюєнція (Злиття)	Здатність до контейнування та присутності
Страх «некомпетентності»	Інтроєкція ідеальних образів	Формування власного терапевтичного стилю
Фінансова тривога	Дефіцит Self- підтримки	Легалізація цінності професійної послуги

В українському контексті (2021–2026 рр.) я також виділяю вплив «спільного травматичного поля». В умовах війни етапи професіоналізації проходять швидше та інтенсивніше. Я вважаю, що навчальна група в НАГТУ стає тим «соціальним лоном», яке дозволяє терапевту не

розщеплюватися під тиском зовнішнього хаосу, а інтегрувати кризовий досвід у свою професійну ідентичність [41; 45].

Таким чином, кризи на шляху професіоналізації не є ознакою профнепридатності. Навпаки, у моєму дослідженні вони постають як необхідні етапи деконструкції «помилкової ідентичності» заради формування зрілого професійного «Я», здатного до живого, недирективного контакту в складних умовах сучасної практики.

1.4. Чинники формування професійної ідентичності (особиста терапія, супервізія, професійна спільнота)

Процес становлення професійної ідентичності гештальт-терапевта не є продуктом лише теоретичного навчання. На мою думку, це динамічний результат взаємодії декількох фундаментальних чинників, які забезпечують підтримку терапевта на різних етапах його професіогенезу. У моєму дослідженні я виділяю три ключові зовнішні та внутрішні опори: власну терапію, регулярну супервізію та інтеграцію у професійну спільноту. Кожен із цих чинників відіграє специфічну роль у формуванні функцій *Self* та зміцненні професійного «Я» [22; 38].

1.4.1. Особиста терапія як фундамент «чистоти інструменту».

У гештальт-підході особиста терапія є не просто формальною вимогою сертифікації, а базовим чинником формування професійної ідентичності. Оскільки основним інструментом роботи є особистість фахівця, я вважаю, що здатність терапевта до усвідомлення (*Awareness*) безпосередньо залежить від того, наскільки він опрацював власні «сліпі плями» та незавершені гештальти.

Через власну терапію майбутній фахівець асимілює роль «Клієнта», що дозволяє йому в майбутньому розвивати глибоку емпатію та витримувати інтенсивні афекти іншої людини, не впадаючи в конфлюєнцію

(злиття). Спираючись на праці Ф. Перлза та Ж.-М. Робіна, я наголошую, що особиста терапія сприяє розвитку функції *Personality*, перетворюючи теоретичні знання про психологію на прожитий досвід [36; 53]. Вона дозволяє терапевту відрізнити власні проєкції від феноменів клієнта, що є запорукою етичної чистоти та професійної стійкості [44].

1.4.2. Супервізія як простір професійного зростання та підтримки.

Супервізію у моїй роботі я розглядаю як критично важливий чинник, що забезпечує перехід від «технічного виконання інтервенцій» до «терапевтичної присутності». У гештальт-терапії супервізія виконує декілька функцій: освітню, підтримувальну та контролюючу (етичну) [17].

Особливе значення я надаю супервізії як інструменту роботи з професійним соромом. Як зазначають Г. Франчесетті та М. С. Лобб, супервізійний простір стає тим «полем», де початківець може легалізувати своє «не-знання» та вразливість [51; 52]. Я вважаю, що саме через супервізію формується здатність до професійної рефлексії, яка, за Г. Пов'якель, є основою професійного мислення психолога-практика [33]. Регулярна супервізійна підтримка дозволяє терапевту уникати професійного вигорання та зберігати здатність до «творчого пристосування» навіть у складних клінічних випадках [24; 55].

1.4.3. Професійна спільнота як чинник соціальної ідентифікації.

Третім, не менш важливим чинником, є залученість до фахового середовища (у нашому контексті — спільноти НАГТУ). Соціально-професійна ідентичність за визначенням передбачає відчуття приналежності до групи «ми — фахівці». Спільнота виконує роль «колективного супервізора» та джерела професійних стандартів [21].

У моєму дослідженні я виокремлюю такі аспекти впливу спільноти:

- **Етична регуляція:** Спільнота задає систему координат, яка структурує діяльність терапевта через Етичний кодекс [4].

- **Соціальне визнання:** Участь у конференціях, інтенсивах та навчальних проєктах забезпечує підтвердження професійного статусу з боку колег, що є надзвичайно важливим для подолання «синдрому самозванця».
- **Професійний обмін:** Взаємодія у професійному полі дозволяє терапевту бачити різноманітність стилів роботи, що стимулює формування власного унікального «почерку» [31; 42].

1.4.4. Специфічні чинники в умовах сучасних викликів (2021–2026 рр.).

Я не можу оминати увагою той факт, що в сучасних українських реаліях чинники формування ідентичності зазнали трансформації. В умовах війни та соціальної нестабільності професійна спільнота стала ще й джерелом емоційної підтримки та спільної стійкості (*resilience*) [41]. Як зазначає Г. Чайка, робота у «спільному полі травми» вимагає від терапевта посиленої супервізії та частішого звернення до власної терапії для профілактики вторинної травматизації [45]. Я вважаю, що здатність спільноти забезпечувати безпечний простір для терапевта є вирішальною для збереження його професійної ідентичності в часи хаосу.

Для систематизації вищезазначеного я пропоную порівняльну таблицю впливу чинників на структуру ідентичності фахівця.

Таблиця 1.4

Вплив ключових чинників на компоненти професійної ідентичності

Чинник формування	Вплив на когнітивний компонент	Вплив на афективний компонент	Вплив на поведінковий компонент
Особиста терапія	Усвідомлення власних паттернів	Зниження тривоги, розвиток самопідтримки	Автентичне самопред'явлення

Чинник формування	Вплив на когнітивний компонент	Вплив на афективний компонент	Вплив на поведінковий компонент
	контакту		

Кінець Таблиці 1.4

Супервізія	Розуміння методології в дії, концептуалізація кейсів	Легалізація сорому, зміцнення впевненості	Гнучкість інтервенцій, дотримання сеттингу
Професійна спільнота	Інтерналізація етичних норм та стандартів	Відчуття приналежності («Ми- ідентичність»)	Участь у заходах, дотримання професійної етики

Підсумовуючи, я стверджую, що соціально-професійна ідентичність гештальт-терапевта — це не статичне набуття, а процес, що постійно живиться через ці три канали. Відсутність або дефіцит хоча б одного з них веде до викривлення ідентичності: або в бік надмірної «теоретизації» (без особистої терапії), або в бік «професійної ізоляції» та етичних порушень (без супервізії та спільноти). Тільки інтеграція всіх трьох чинників дозволяє фахівцю перейти від статусу «людини, що навчається» до статусу «професіонала, що живе в методі» [11; 30].

Висновки до першого розділу

У першому розділі мною було здійснено комплексний теоретико-методологічний аналіз феномену соціально-професійної ідентичності

особистості, зокрема в контексті діяльності гештальт-терапевтів. На основі опрацьованої літератури я дійшов наступних висновків:

1. **Соціально-професійна ідентичність** визначена мною як складна, динамічна структура, що забезпечує фахівцю відчуття самототожності, цілісності та приналежності до професійної спільноти. Вона не є статичним утворенням, а проходить шлях еволюції від «запозиченої» ідентичності на етапах навчання до «автентичної» на етапах зрілої практики. Мною було виокремлено трикомпонентну структуру ідентичності: когнітивний (знання та методологія), афективний (емоційне прийняття ролі та самопідтримка) та поведінковий (практична діяльність та етичний сеттинг) компоненти [21; 29].

2. **Специфіка професії гештальт-терапевта** полягає в тому, що основним інструментом роботи виступає безпосередньо особистість фахівця. Це вимагає від терапевта не лише технічної вправності, а й високої рефлексивності, здатності до «терапевтичної присутності» та витримування невизначеності в контакті «Я-Ти». Я вважаю, що професійна ідентичність у цьому підході є «внутрішнім регулятором», який дозволяє фахівцю зберігати автентичність, не впадаючи в рятівництво чи професійну ізоляцію [36; 52].

3. **Професіоналізація в гештальт-підході** є нелінійним процесом, що регламентується стандартами професійних асоціацій (зокрема НАГТУ). Мною було проаналізовано етапи цього шляху — від студента до акредитованого фахівця. Кожен етап супроводжується специфічними нормативними кризами: кризою компетентності, професійним соромом та кризою легалізації. Я наголошую, що успішне подолання цих криз є необхідною умовою трансформації дефіцитів початківця у ресурси зрілої професійної ідентичності [17; 30].

4. **Основними чинниками формування ідентичності** виступають тріада: особиста терапія (очищення «інструменту»), регулярна супервізія (професійна підтримка та рефлексія) та інтеграція у професійну

спільноту (соціальне визнання). У моєму аналізі я також врахував сучасний контекст (2021–2026 рр.), де здатність спільноти забезпечувати «безпечне поле» в умовах війни стає вирішальним чинником збереження професійного «Я» фахівця [41; 45].

Таким чином, теоретичний аналіз засвідчив, що соціально-професійна ідентичність є ключовим новоутворенням, яке визначає ефективність діяльності та професійне довголіття психолога. Це створює необхідний теоретичний фундамент для проведення мого емпіричного дослідження, результати якого дозволять верифікувати викладені положення та виявити реальну динаміку змін компонентів ідентичності у початківців та досвідчених гештальт-терапевтів.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ІДЕНТИЧНОСТІ ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПЕВТІВ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ

2.1. Методичне забезпечення та організація емпіричного дослідження

Емпіричний етап мого дослідження професійної ідентичності гештальт-терапевтів був спланований як комплексний, багатовекторний процес, спрямований на верифікацію теоретичних положень, викладених у першому розділі роботи. Основну увагу я зосередив на виявленні динаміки трансформації структурних компонентів ідентичності (когнітивного, афективного та поведінкового) у фахівців, що перебувають на різних етапах професіогенезу. Я вважаю, що лише поєднання кількісних показників із якісним феноменологічним аналізом дозволяє повноцінно розкрити такий складний конструкт, як професійне «Я» [22; 29].

Обґрунтування стратегії дослідження. Для реалізації поставлених завдань мною було обрано стратегію порівняльного (cross-sectional) дослідження, що передбачає одночасний зріз показників у групах із різним рівнем професіоналізації. Вибір методів зумовлений специфікою об'єкта дослідження — професійної спільноти гештальт-терапевтів, чия діяльність базується на засадах феноменології, теорії поля та рефлексивного усвідомлення. Я прагнув створити такий дизайн дослідження, який би відповідав духу гештальт-підходу, але при цьому мав високу академічну валідність [31; 65].

Основним методичним інструментарієм виступила розроблена мною авторська анкета «Профіль професійної ідентичності», що базується на принципах психосемантичного диференціалу за шкалою Лайкерта.

Використання 5-бальної шкали (від 1 — «зовсім не згоден» до 5 — «повністю згоден») дозволило мені перевести суб'єктивні відчуття та переживання фахівців у кількісні показники, придатні для подальшої статистичної обробки. На мою думку, такий підхід забезпечує необхідну «математичну жорсткість» висновків без втрати глибини індивідуальних значень [14; 26].

Характеристика вибірки дослідження. У дослідженні взяли участь 40 респондентів ($N = 40$), які є активними учасниками української гештальт-спільноти (переважно представники НАГТУ). Я вважаю таку вибірку репрезентативною, оскільки вона охоплює ключові ланки професійної підготовки та практики в Україні. Для проведення глибинного порівняльного аналізу мною було диференційовано респондентів на дві групи:

Група А («Етап професійного становлення», $n_1 = 22$):

Склад: Студенти II ступеня навчання (3–4 роки підготовки) та випускники, які перебувають у процесі завершення сертифікаційних вимог та/або підготовки до акредитації.

Критерії включення: Наявність базової вищої освіти, досвід регулярної особистої терапії та участь у супервізійних групах.

Психологічний контекст: Фахівці цієї групи знаходяться у фазі активної асиміляції професійної ролі, що часто супроводжується «нормативною кризою компетентності» [30].

Група Б («Етап професійного зрілості», $n_2 = 18$):

Склад: Акредитовані гештальт-терапевти, супервізори та тренери спільноти.

Критерії включення: Офіційний статус акредитованого фахівця, стаж безперервної практики понад 5 років, наявність власної сталої клієнтської бази.

Психологічний контекст: Група «експертів», для яких професійна ідентичність стала інтегрованою частиною структури Self, що проявляється у високій стійкості професійної позиції та автентичності [36; 45].

Змістове наповнення діагностичного інструментарію. При розробці анкети я спирався на трикомпонентну модель ідентичності (за Л. Шнейдер та Г. Пов'якель), адаптувавши її під специфіку гештальт-терапії. Кожен блок питань спрямований на діагностику окремого компонента:

Когнітивний блок (питання 1–4): Досліджує рівень інтеграції методологічних знань. Я включив сюди твердження про розуміння межі між підтримкою та рятівництвом, знання етичних стандартів та здатність до концептуалізації випадку в термінах теорії поля. Цей блок показує, наскільки теоретична база стала для фахівця внутрішнім орієнтиром, а не просто набором інтроєктів [17; 44].

Афективний блок (питання 5–8): Спрямований на виявлення емоційного прийняття професійної ролі. Ключовим параметром я визначив рівень професійної тривоги, самоцінність та «економічну легалізацію» (впевненість у праві на винагороду). У моїй гіпотезі я припускаю, що саме в цьому блоці будуть найбільш виражені розбіжності між початківцями та досвідченими колегами [10; 42].

Поведінковий блок (питання 9–12): Аналізує стійкість професійного сетингу та активність у супервізійному полі. Важливим аспектом я вважаю здатність до професійного самопред'явлення (self-disclosure) на межі контакту як маркер інтегрованої ідентичності [52; 55].

Для кращого розуміння структури методики, я навів параметри оцінювання в Таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Структура анкети «Профіль професійної ідентичності»

Компонент ідентичності	Предмет діагностики	Очікуваний прояв зрілості
Когнітивний	Методологічна грамотність	Усвідомлене володіння термінологією, відсутність «рятівництва»
Афективний	Емоційне самопочуття	Висока самопідтримка, відсутність фінансового сорому
Поведінковий	Практична реалізація ролі	Стійкий сетинг, регулярна супервізія, автентичність

Процедура та етичні засади дослідження. Дослідження проводилося мною з неухильним дотриманням етичних норм психологічної науки. Кожен респондент отримував вичерпну інформацію про мету дослідження, анонімність даних та право на відмову від участі на будь-якому етапі. Використання цифрової платформи (Google Forms) забезпечило не лише зручність збору даних, а й високий рівень безпеки інформації. Я вважаю, що анонімність була вирішальним чинником для отримання щирих відповідей у таких чутливих зонах, як професійний сором та фінансові стосунки з клієнтами [4; 38].

Методи математико-статистичної обробки даних. Для того, щоб перетворити первинні емпіричні дані у науково обґрунтовані висновки, я застосував наступний математичний апарат:

Дескриптивна статистика: Обчислення середнього арифметичного (M) та стандартного відхилення (SD) для опису типових характеристик кожної групи.

Кореляційний аналіз (коефіцієнт r -Пірсона): Для виявлення взаємозв'язків між кількістю годин особистої терапії та рівнем професійної впевненості респондента.

Порівняльний аналіз (t -критерій Стюдента): Я обрав цей метод як основний для доведення статистичної значущості розбіжностей між Групою А та Групою Б. Це дозволяє мені стверджувати, що виявлені відмінності не є випадковими, а відображають закономірні етапи професіоналізації [14; 65].

На мою думку, така детальна та методологічно виважена організація дослідження створює надійний фундамент для аналізу результатів, який буде представлений у наступному підрозділі, та дозволяє з високою долею вірогідності підтвердити або спростувати висунуті гіпотези.

2.2. Порівняльний аналіз компонентів професійної ідентичності у терапевтів-початківців та досвідчених практиків

Після завершення етапу збору даних за допомогою авторської анкети, мною було проведено процедуру кількісного та якісного аналізу відповідей **40 респондентів** ($N = 40$). Нагадаю, що для забезпечення репрезентативності та математичної достовірності вибірку було розділено на дві порівняльні групи: Група А (початківці, $n_1 = 22$) та Група Б (досвідчені фахівці, $n_2 = 18$). У моєму аналізі я прагнув не просто зафіксувати цифри, а простежити закономірності перетворення теоретичних знань у живий професійний досвід [14; 65].

2.2.1. Аналіз дескриптивних статистик за компонентами ідентичності

Першим кроком мого аналізу стало обчислення середніх арифметичних значень (M) та стандартного відхилення (SD) для кожного з трьох блоків анкети. Це дозволило мені визначити загальний профіль

професійної ідентичності в обох групах та побачити «зони напруження», характерні для різних етапів професіоналізації.

Таблиця 2.2

Зведені показники компонентів ідентичності (середні бали)

Компонент ідентичності	Група А ($n_1 = 22$)	Група Б ($n_2 = 18$)	Загальне відхилення (SD)
Когнітивний компонент	4,12	4,75	0,45
Афективний компонент	3,35	4,58	0,72
Поведінковий компонент	3,84	4,62	0,58

Аналізуючи дані Таблиці 2.2, я зауважую, що найвищі показники в обох групах спостерігаються за когнітивним компонентом. На мою думку, це свідчить про високу якість та інтенсивність теоретичної підготовки в межах програм НАГТУ: навіть терапевти-початківці демонструють глибоке засвоєння понятійного апарату та методологічних засад гештальт-підходу [17; 22].

Проте найбільш суттєвий та діагностично значущий розрив між групами (1,23 бали) зафіксовано в афективному компоненті. Я вважаю, що це підтверджує мою гіпотезу про тривалість емоційного «дозрівання» професійного «Я» та складність асиміляції ролі терапевта.

2.2.2. Математичне обґрунтування значущості відмінностей (t-критерій Стьюдента)

Для того, щоб довести, що виявлені розбіжності між початківцями та досвідченими фахівцями не є випадковими, я застосував *t*-критерій Стьюдента для незалежних вибірок.

Мною була використана класична формула для порівняння середніх при різних обсягах вибірок:

$$t_{emp} = \frac{|M_1 - M_2|}{\sqrt{\frac{SD_1^2}{n_1} + \frac{SD_2^2}{n_2}}} \quad (2.1)$$

Де:

- M_1, M_2 — середні арифметичні значення в порівнюваних групах;
- SD_1, SD_2 — стандартне відхилення в групах;
- n_1, n_2 — кількість респондентів у кожній групі.

Для визначення статистичної значущості я також розрахував число ступенів свободи:

$$df = n_1 + n_2 - 2 \quad (2.2)$$

Де:

- n_1, n_2 — обсяг вибірок порівнюваних груп.

Мною було проведено покроковий розрахунок для найбільш вразливої зони — афективної складової ідентичності ($M_1 = 3,35$; $M_2 = 4,58$; $SD_1 = 0,72$; $SD_2 = 0,65$):

$$m_{diff} = \sqrt{\frac{0,72^2}{22} + \frac{0,65^2}{18}} = 0,216 \quad (2.3)$$

Де:

- m_{diff} — стандартна помилка різниці середніх арифметичних.

На основі отриманих даних було розраховано кінцеве емпіричне значення критерію:

$$t_{emp} = \frac{1,23}{0,216} = 5,69 \quad (2.4)$$

Де:

- t_{emp} — стандартна помилка різниці середніх арифметичних.

Інтерпретація результату:

Для числа ступенів свободи $df = 38$ критичні значення критерію становлять $t_{crit} = 2,02$ (при $p \leq 0,05$) та $t_{crit} = 2,71$ (при $p \leq 0,01$). Оскільки отримане мною значення ($t_{emp} = 5,69$) значно перевищує критичне, я роблю висновок, що відмінності за афективним компонентом є статистично значущими на рівні $p \leq 0,01$.

На мою думку, це математично доводить, що професійна впевненість та самоцінність фахівця якісно зростають саме в процесі переходу до акредитованої практики та інтеграції у спільноту.

2.2.3. Психологічна інтерпретація результатів за компонентами

Аналіз когнітивного компоненту. Високий бал у обох групах (4,12 та 4,75) вказує на те, що теоретична база НАГТУ успішно інтерналізується студентами. Проте я вважаю, що у початківців спостерігається феномен «інтелектуалізації» — знання використовуються як захисний механізм від тривоги. У досвідчених фахівців знання стають більш гнучкими та інтегруються у функцію Id, що дозволяє їм діяти інтуїтивно, спираючись на теорію поля [36; 45].

Аналіз афективного компоненту. Середній бал у початківців (3,35) свідчить про глибоку «нормативну кризу компетентності». Я зауважив, що найбільше напруження викликає питання фінансової винагороди та страх перед оцінкою колег. Я інтерпретую це як прояв професійного сорому, який зникає в міру акредитації (Група Б — 4,58), коли право на професію стає внутрішньо «легалізованим» [42; 51].

Аналіз поведінкового компоненту. Показники (3,84 проти 4,62) демонструють стабілізацію професійної позиції. Початківці схильні до порушення сетингу, що я розглядаю як спробу компенсувати свою «невпевненість» через надмірну активність. Досвідчені колеги мають вищу здатність до контейнування та використання автентичного самопред'явлення [33; 55].

2.2.4. Кореляційний аналіз чинників професіоналізації

Для встановлення зв'язків між об'єктивними показниками та суб'єктивною ідентичністю я використав коефіцієнт кореляції Пірсона (r):

$$r_{xy} = \frac{\sum (x_i - \bar{x})(y_i - \bar{y})}{\sqrt{\sum (x_i - \bar{x})^2 \sum (y_i - \bar{y})^2}} \quad (2.5)$$

Де:

- x_i — значення, що становлять першу вибірку;
- y_i — значення, що становлять другу вибірку;
- $\bar{x}$ — середнє арифметичне для першої вибірки;
- $\bar{y}$ — середнє арифметичне для другої вибірки.

Таблиця 2.3

Матриця кореляційних зв'язків чинників ідентичності ($N = 40$)

Параметри	Професійна впевненість	Стабільність кордонів
Особиста терапія (год)	$r = 0,55$ ($p < 0,05$)	$r = 0,42$ ($p < 0,05$)
Стаж практики (р)	$r = 0,74$ ($p < 0,01$)	$r = 0,68$ ($p < 0,01$)
Супервізія (год)	$r = 0,61$ ($p < 0,01$)	$r = 0,72$ ($p < 0,01$)

Аналіз кореляцій:

1. Стаж ($r = 0,74$) має найсильніший вплив на впевненість. На мою думку, це підтверджує тезу, що ідентичність гештальт-терапевта «напрацьовується» через кількість годин у контакті з клієнтом.

2. Особиста терапія ($r = 0,55$) помірно корелює з впевненістю, але є ключовою для стабільності кордонів. Це підкріплює моє твердження, що опрацьовані власні травми дозволяють терапевту не зливатися з клієнтом [36; 53].

3. Супервізія ($r = 0,72$) виявилася найбільш значущим чинником для утримання професійних меж. Я вважаю супервізійний супровід головним механізмом «охорони» ідентичності фахівця.

Отже, результати математичної обробки даних повністю підтвердили висунуті гіпотези та дозволили мені виокремити критичні точки професіоналізації, які потребують спеціальної підтримки.

2.3. Вплив приналежності до професійної спільноти на соціальну ідентичність гештальт-терапевта

У моєму дослідженні я виходжу з тези, що професійна ідентичність гештальт-терапевта не може бути сформована в ізоляції. Соціальна ідентичність, як відчуття приналежності до певної групи («Ми — гештальт-терапевти»), виступає тим зовнішнім каркасом, який підтримує внутрішню структуру *Self* фахівця. Особливо гостро потреба у залученості до професійної спільноти проявляється в українському контексті (зокрема в межах НАГТУ), де спільнота бере на себе функції не лише професійної підготовки, а й етичної регуляції та емоційної підтримки [17; 21].

2.3.1. Феноменологія «поля спільноти» в процесі професіоналізації

З погляду теорії поля, яку я використовую як методологічну основу, професійна спільнота є «фоном», на якому розгортається «фігура» ідентичності терапевта. У моєму аналізі я зауважую, що для терапевтів-початківців (Група А) спільнота часто сприймається як оцінювальна та ідеалізована структура. Це породжує високий рівень професійного сорому, про який я згадував у теоретичному розділі. Проте в міру професійного зростання (Група Б) спільнота трансформується у простір для обміну досвідом та професійної співпраці [36; 44].

Для емпіричної перевірки цього впливу я проаналізував відповіді респондентів на питання поведінкового блоку анкети, що стосувалися частоти відвідування професійних заходів (конференцій, інтенсивів) та відчуття підтримки з боку колег.

Таблиця 2.4

Показники залученості до професійної спільноти (середні бали за 5-бальною шкалою)

Параметр оцінювання	Група А ($n_1 = 22$)	Група Б ($n_2 = 18$)	Значущість різниці (p)
Відчуття приналежності до колегіального середовища	3,42	4,82	$p < 0,01\$$
Регулярність участі у фахових конференціях	3,15	4,65	$p < 0,01\$$
Сприйняття спільноти як ресурсу підтримки	3,68	4,74	$p < 0,05\$$

Як свідчать дані Таблиці 2.4, досвідчені терапевти мають значно вищі показники відчуття приналежності ($M = 4,82$ проти $M = 3,42$ у початківців). Я інтерпретую це як результат успішної інтерналізації професійних цінностей. Для акредитованого фахівця спільнота вже не є джерелом загрози чи оцінки, вона стає ресурсом для самопідтримки.

2.3.2. Математичний аналіз взаємозв'язку між соціальною залученістю та впевненістю фахівця

Щоб математично підтвердити вплив спільноти на внутрішній стан терапевта, я розрахував коефіцієнт кореляції Пірсона між показником «залученість до спільноти» (x) та «професійна впевненість» (y).

Мною було використано формулу:

$$r_{xy} = \frac{\sum (x_i - \bar{x})(y_i - \bar{y})}{\sqrt{\sum (x_i - \bar{x})^2 \sum (y_i - \bar{y})^2}} \quad (2.5)$$

Де:

- x_i — бали за шкалою залученості до спільноти;
- y_i — бали за шкалою афективної впевненості;
- $\bar{x}$ та $\bar{y}$ — середні значення відповідних показників.

У результаті розрахунків було отримано значення $r = 0,64$ (при $p < 0,01$). Я вважаю це вагомим доказом того, що чим сильніше фахівець ідентифікує себе зі професійним середовищем, тим вищою є його стійкість до професійних криз. Це підтверджує мою гіпотезу про те, що соціальна ідентичність є стабілізуючим чинником для професійного «Я».

2.3.3. Роль спільноти в умовах колективної травми

На мою думку, неможливо аналізувати професійну спільноту без урахування сучасних викликів. Для українських гештальт-терапевтів спільнота НАГТУ в останні роки стала не просто організацією, а «безпечним місцем», яке дозволяє зберігати професійну позицію в умовах війни. Я зауважую, що саме спільна участь у конференціях та інтервізійних групах допомагає терапевтам долати відчуття ізоляції та вторинну травматизацію [41; 45].

У моєму дослідженні я виокремлюю функцію «дзеркалення», яку виконує спільнота. Коли початківець (Група А) бачить, що досвідчені колеги також стикаються з безсиллям, страхом чи втомою, його професійний сором зменшується. Відбувається легалізація людської вразливості терапевта, що я вважаю ключовим етапом переходу до зрілої ідентичності.

Для систематизації цього впливу я пропоную Таблицю 2.5, де відображено динаміку сприйняття спільноти.

Таблиця 2.5

Динаміка трансформації ставлення до професійної спільноти

Етап професіоналізації	Сприйняття спільноти	Психологічна функція
Студент (Категорія А)	Як «Великий Батько» (експертна, оціночна)	Джерело інтроєктів, соціальний контроль
Акредитований фахівець (Категорія Б)	Як колегіальне поле (горизонтальні зв'язки)	Джерело ресурсу, професійний обмін
Супервізор/Тренер	Як середовище для творчості та наставництва	Трансляція цінностей, професійна спадкоємність

Я переконаний, що професійна ідентичність гештальт-терапевта — це «Ми-ідентичність», яка привласнюється індивідуально. Як зазначає М. Клименко, професійне становлення є процесом соціалізації, де особистість не просто вчиться діяти, а вчиться «бути» частиною певної культури [22]. У моєму дослідженні спільнота виступає хранителем цієї культури та етичних кордонів, без яких діяльність терапевта перетворюється на нерегульоване цілительство [4; 38].

Отже, результати цього підрозділу демонструють, що залученість до спільноти є не факультативним, а обов'язковим чинником формування професійної ідентичності. Це дає мені змогу стверджувати, що будь-які програми підтримки терапевтів-початківців повинні обов'язково включати заходи, спрямовані на зміцнення зв'язків усередині професійного поля. Це положення я поклав в основу розробки практичних рекомендацій у наступному розділі моєї роботи.

2.4. Якісний аналіз та типологія професійних дефіцитів у терапевтів-початківців

Кількісні показники, отримані мною в ході статистичної обробки, окреслили загальні контури проблеми, проте для повного розуміння динаміки формування ідентичності я вважаю за необхідне звернутися до якісного, феноменологічного аналізу відповідей респондентів. На основі відкритих питань анкети та коротких інтерв'ю з представниками Групи А (I), мною було виокремлено типологію професійних профілів початківців. Кожен тип відображає специфічний спосіб організації професійного «Self» на межі контакту з клієнтом та спільнотою.

2.4.1. Тип «Тривожний інтелектуал» (Домінування функції Personality)

Цей тип характеризується високим когнітивним балом при критично низькій афективній впевненості. Для таких фахівців теорія стає не інструментом, а «захисним екраном».

- **Феноменологія:** Фахівець відчуває себе безпечно лише тоді, коли може «пояснити» стан клієнта через терміни (цикл досвіду, проєкція тощо). Типова фраза респондента: *«Я весь час думаю під час сесії, яка це зараз фаза контакту, і боюсь помилитися в діагнозі»*.

- **Механізм переривання:** Провідним механізмом є інтелектуалізація та ретрофлексія. Збудження терапевта не трансформується у живу дію, а згортається у внутрішній монолог.

- **Ризики:** Втрата живої присутності. Терапевт стає «функцією», що знає правильні відповіді, але не здатен бути зачепленим досвідом клієнта. Я вважаю, що такі фахівці найбільш схильні до професійного сорому перед супервізором, оскільки сприймають будь-яку неточність як крах своєї ідентичності [36; 51].

2.4.2. Тип «Функціональний рятівник» (Домінування інтенції Fix-it)

У представників цього типу спостерігається висока активність у поведінковому блоці, яка, проте, спрямована на швидку зміну стану клієнта.

- **Феноменологія:** Терапевт бере на себе надмірну відповідальність за результат. Типова фраза: *«Мені соромно брати гроші, якщо клієнту не стало легше за одну годину»*.
- **Механізм переривання: Конфлюенція (злиття).** Терапевт не витримує безсилля та болю іншого, тому починає «лікувати» свій власний дискомфорт через надмірну активність (поради, вправи, підтримка поза сеттингом).
- **Ризики:** Швидке емоційне вигорання. Я зауважую, що саме цей тип початківців найчастіше порушує часові та фінансові межі контакту, що призводить до ерозії професійної позиції. У моєму кореляційному аналізі цей тип часто демонструє низький зв'язок між особистою терапією та впевненістю, оскільки терапія ще не стала для них місцем опрацювання «рятівних» інстинктів [19; 42].

2.4.3. Тип «Ізольований прагматик» (Дефіцит соціальної ідентифікації)

Для цього типу характерна висока орієнтація на технічний результат при мінімальній залученості до життя професійної спільноти.

- **Феноменологія:** Терапевт працює «у вакуумі», ігноруючи конференції та інтенсиви. Типова фраза: *«Я сам собі супервізор, мені достатньо книжок та власного досвіду»*.
- **Психологічний підтекст:** За цією позицією часто стоїть глибокий страх перед оцінкою колег. Я розглядаю це як **еготизм** (гіпертрофовану межу), де фахівець боїться «розчинитися» у вимогах спільноти або бути викритим у некомпетентності.
- **Ризики:** Професійна деформація та етичні порушення. Без зовнішньої супервізійної та колегіальної підтримки такий фахівець стає вразливим до проєктивних ідентифікацій клієнтів. Мною було доведено (див. підрозділ 2.3), що відсутність «Ми-ідентичності» робить фахівця менш стійким до кризових викликів [21; 45].

2.4.4. Порівняльний аналіз динаміки переходу до зрілої ідентичності

Зіставляючи ці типи з Групою Б (досвідчені колеги), я дійшов висновку, що зріла ідентичність — це не відсутність тривоги чи сорому, а здатність інтегрувати ці стани. У Таблиці 2.4 я систематизував відмінності у сприйнятті ключових феноменів практики представниками Групи А та Групи Б.

Таблиця 2.4

Якісна трансформація професійних феноменів у процесі становлення

Феномен	Сприйняття початківцем (Група А)	Сприйняття досвідченим (Група Б)
Помилка терапевта	Як доказ профнепридатності (Сором)	Як цінний матеріал для роботи (Цікавість)
Гроші від клієнта	Як «борг», який треба відпрацювати	Як еквівалент витраченого ресурсу та часу
Супервізор	Як «Фігура, що оцінює»	Як «Фігура, що підтримує та розширює фон»
Безсилля	Як перешкода, яку треба подолати	Як місце зустрічі та автентичного контакту

На основі проведеного аналізу я вважаю, що процес професіоналізації гештальт-терапевта можна описати як рух від «Функціональної ідентичності» (де фахівець дорівнює своїм знанням) до «Екзистенційної ідентичності» (де фахівець дорівнює своїй присутності).

Я зауважую, що найбільш ресурсним для Групи А є момент «легалізації» своєї недосконалості. Коли початківець визнає: «Я можу не знати, що робити, але я можу бути поруч із вами у цьому не-знанні», — його ідентичність робить якісний стрибок. Це підтверджує мою тезу про те,

що афективний компонент є «вузьким місцем», через яке проходить трансформація всього професійного «Я» [33; 52].

Таким чином, розроблена мною типологія дозволяє не лише глибше зрозуміти результати анкетування, а й виступає методичним підґрунтям для розробки мого тренінгу (Розділ 3). Я переконаний, що кожному з описаних типів потрібні специфічні форми підтримки: «інтелектуалам» — підтримка функції *Id*, «рятівникам» — зміцнення функції *Ego* та етичних кордонів, а «ізольованим» — фасилітація входу в поле професійної спільноти.

Висновки до другого розділу

У другому розділі мною було проведено емпіричне дослідження особливостей соціально-професійної ідентичності гештальт-терапевтів на основі порівняльного аналізу двох груп фахівців ($N = 40$). Узагальнення результатів кількісного та якісного аналізу дозволило мені дійти наступних висновків:

1. **Розроблена та апробована мною авторська анкета «Профіль професійної ідентичності»** виявилася валідним інструментом для діагностики структури професійного «Я». Мною було встановлено, що когнітивний компонент ідентичності в обох групах має стабільно високі показники ($M = 4,12$ та $M = 4,75$), що свідчить про якісну теоретичну підготовку в межах навчальних програм. Проте виявлено значний розрив в афективній та поведінковій сферах, що підтверджує нелінійність процесу професіоналізації [14; 17].

2. **Застосування t -критерію Стьюдента** дозволило мені математично довести статистичну значущість відмінностей між початківцями (Група А) та досвідченими фахівцями (Група Б). Найбільш виражена різниця зафіксована за афективним компонентом ($t_{emp} = 5,69$ при $p < 0,01$). Я вважаю, що це є прямим доказом існування «нормативної кризи компетентності» у терапевтів-початківців, яка характеризується високим

рівнем професійної тривоги, фінансовою невпевненістю та страхом перед оцінкою колег [26; 42].

3. **Шляхом кореляційного аналізу** мною було визначено провідні чинники формування ідентичності. Встановлено, що стаж практичної діяльності ($r = 0,74$) та кількість годин регулярної супервізії ($r = 0,72$) мають найсильніший кореляційний зв'язок із професійною впевненістю та стабільністю етичних кордонів. Я дійшов висновку, що супервізія виступає ключовим зовнішнім ресурсом, який у процесі практики інтерналізується у внутрішню супервізорську функцію фахівця [24; 33].

4. **Аналіз соціальної складової ідентичності** засвідчив, що приналежність до професійної спільноти (НАГТУ) виконує стабілізуючу функцію. Для досвідчених фахівців спільнота є «ресурсним полем», тоді як для початківців вона часто виступає джерелом «оціночної проєкції» та сорому. Мною було виявлено, що в умовах сучасних викликів залученість до колегіального середовища є вирішальним фактором профілактики професійного вигорання та вторинної травматизації терапевта [41; 45].

5. **Якісна інтерпретація результатів** дозволила виокремити специфічні механізми переривання контакту, що впливають на ідентичність початківців: «функціональне рятівництво» як форма конфлюєнції та «інтелектуалізація» як форма ерозії автентичної присутності. Я вважаю, що перехід до зрілої ідентичності можливий лише через легалізацію власної вразливості та асиміляцію професійного досвіду через «проживання», а не просто через накопичення знань [36; 52].

Таким чином, результати емпіричного дослідження повністю підтвердили висунуті мною гіпотези та виявили критичні зони в структурі ідентичності терапевтів-початківців. Це обґрунтовує необхідність розробки та впровадження спеціалізованої програми психологічного супроводу, спрямованої на підтримку фахівців на етапі переходу до самостійної практики, що і стало змістом третього розділу моєї роботи.

РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПЕВТІВ

3.1. Концептуальні засади програми підтримки професійного самовизначення майбутніх гештальт-терапевтів

Розробка програми психологічного супроводу професійного становлення гештальт-терапевтів у моїй роботі базується на результатах

проведеного мною комплексного аналізу. Враховуючи виявлену в ході емпіричного дослідження нерівномірність розвитку компонентів ідентичності — а саме дефіцитарність афективної та поведінкової сфер при високому рівні теоретичної підготовки, — я вважаю за необхідне змістити фокус із чистого навчання на інтеграцію особистісних ресурсів фахівця з професійними вимогами спільноти.

Я розглядаю професійну ідентичність як «живий» процес пристосування, де терапевт не просто «виконує роль», а поступово асимілює метод як частину свого способу буття [21; 29].

3.1.1. Теоретико-методологічний фундамент програми

Концептуальною основою розробленої мною програми є антропоцентричний підхід та фундаментальні засади гештальт-терапії, зокрема теорія *Self* та теорія поля. У моїй програмі професійна ідентичність розглядається не як фіксоване досягнення, а як динамічна рівновага між фахівцем та професійним середовищем.

Для глибокого опрацювання структури ідентичності я використовую тричленну модель функцій *Self* [32; 36]:

1. **Функція «Id»** у моїй програмі відповідає за емоційну та тілесну присутність терапевта. Супровід спрямований на те, щоб фахівець навчився довіряти своїм тілесним реакціям, контрпереносним почуттям та інтуїції як джерелу інформації про «поле» контакту. Я вважаю, що без доступу до власної вісцеральної та емоційної чутливості ідентичність терапевта залишається «пластиковою» та суто інтелектуальною [51].

2. **Функція «Personality»** фокусується на привласненні професійної історії та соціального статусу. Тут я приділяю увагу роботі з професійною генеалогією учасників (хто їхні вчителі, до якої спільноти вони належать) та їхнім відчуттям приналежності до НАГТУ. Усвідомлена функція *Personality* дозволяє терапевту впевнено відповідати на запитання

«Хто я?» та «Чим я займаюся?», мінімізуючи прояви «синдрому самозванця» [42].

3. **Функція «Его»** відповідає за здійснення вибору та активні дії на межі контакту. Програма підтримки стимулює здатність терапевта робити автентичний вибір інтервенцій, утримувати сеттинг та приймати відповідальність за професійні ризики. На мою думку, саме зріла функція *Ego* дозволяє терапевту відмовитися від «рятівництва» на користь професійної присутності [53].

3.1.2. Мета та завдання програми супроводу

Метою програми я визначив створення фасилітуючого професійного середовища, яке сприяє зміцненню соціально-професійної ідентичності гештальт-терапевта, підвищенню його афективної стійкості та гармонізації стосунків усередині колегіального поля.

Для досягнення цієї мети у моїй роботі визначено наступні **завдання**:

- **«Легалізація» професійних дефіцитів:** створення умов, за яких сором, страх некомпетентності та тривога стають предметом відкритого обговорення. Я переконаний, що професійний сором є головним перериванням у формуванні ідентичності, і його подолання можливе лише через підтримку спільноти [19; 31].
- **Зміцнення професійної самооцінки:** фокус на визнанні унікального стилю кожного учасника. Я вважаю, що автентичність є потужнішим інструментом, ніж досконале володіння технік [55].
- **Профілактика вигорання та вторинної травматизації:** надання інструментів самопідтримки та супервізійної гігієни, що є критично важливим для українських терапевтів, які працюють в умовах повномасштабної війни 2026 року [41; 45].
- **Розвиток етичної рефлексії:** глибоке опрацювання етичних дилем, що дозволяє терапевту утримувати межі контакту у складних клінічних та соціальних обставинах [4; 38].

3.1.3. Принципи побудови програми супроводу

Я виділяю ряд специфічних принципів, на яких базується моя програма. Ці принципи не лише структурують роботу, а й транслують саму філософію гештальт-підходу:

1. **Принцип діалогічності.** Взаємодія в межах програми будується на засадах стосунків «Я-Ти» за М. Бубером. Ведучий програми виступає не як ментор, а як досвідченіший колега, що ділиться своєю вразливістю та досвідом [7; 51].

2. **Принцип феноменологічної орієнтації.** Я не даю готових рецептів «правильного терапевта», а пропоную учасникам досліджувати свій унікальний спосіб організації контакту. Це дозволяє уникнути інтроєктування чужих моделей поведінки [23; 44].

3. **Принцип усвідомленості (Awareness).** Усвідомлення власних паттернів, таких як рятівництво, злиття з клієнтом чи ретрофлексивний сором, стає головним двигуном професійного зростання.

4. **Принцип контекстуальності та екологічності.** Програма враховує, що ідентичність терапевта формується в умовах високої фонові тривоги та колективної травми. Я розглядаю середовище не просто як тло, а як активний фактор, що впливає на стійкість терапевта [40; 47].

3.1.4. Цільові групи та структура впровадження

На основі результатів мого емпіричного дослідження (Розділ 2), я пропоную диференційований підхід до підтримки фахівців. Для наочності я структурував ці етапи в таблиці.

Таблиця 3.1

Етапи супроводу професійної ідентичності

Група респондентів	Провідна потреба	Ключовий фокус супроводу
Початківці (Група А)	Зниження тривоги, легалізація ціни	Подолання «синдрому самозванця», робота з соромом, фінансова легалізація [10]
Акредитовані фахівці (Група Б)	Профілактика вигорання, пошук стилю	Супервізія складних випадків, розвиток авторського почерку, підтримка в «полі» [17]
Спільнота (НАГТУ)	Професійна спадкоємність	Формування горизонтальних зв'язків, етична підтримка, створення інтервізорських груп

3.1.5. Очікувані результати та прогностична цінність

Впровадження даної концептуальної моделі супроводу, на мою думку, дозволить фахівцям вийти на новий рівень професійної якості. Я очікую, що результатом реалізації програми стане:

1. **Стабілізація афективного компонента:** зменшення рівня ірраціонального страху перед «викриттям» та зростання професійної впевненості.
2. **Економічна легалізація:** здатність фахівця впевнено встановлювати та утримувати ціну за свої послуги, що є маркером визнання цінності власного ресурсу [22].
3. **Стійка професійна позиція:** формування «внутрішнього супервізора», який дозволяє терапевту залишатися автентичним навіть у ситуаціях гострого стресу чи невизначеності.
4. **Зміцнення соціальної ідентичності:** трансформація відчуття «учня» у відчуття «колеги», що є повноправною частиною професійної спільноти.

Таким чином, концептуальні засади моєї програми підтримки створюють надійний теоретичний та методологічний фундамент для опису конкретних вправ та тренінгових модулів. Я переконаний, що такий системний підхід дозволить не лише підвищити рівень підготовки фахівців, а й зміцнити етичний та професійний каркас усієї гештальт-спільноти в Україні.

3.2. Розробка та апробація тренінгу з розвитку рефлексивності та професійної стійкості фахівця

На основі концептуальних засад, викладених у попередньому підрозділі, та спираючись на результати мого емпіричного дослідження, мною було розроблено та апробовано програму спеціалізованого тренінгу **«Стійкість та автентичність: шлях до професійної зрілості»**. Я вважаю, що в умовах сучасної психотерапевтичної практики в Україні, яка характеризується високим рівнем невизначеності, стандартної академічної підготовки недостатньо для формування цілісної професійної ідентичності.

Програма тренінгу спрямована на опрацювання «критичних точок» професіоналізації, які я виявив під час дослідження: дефіциту афективної впевненості, тривоги перед фінансовою легалізацією та потреби у зміцненні професійних кордонів через залучення до супервізійного процесу та спільноти [17; 30].

Метою тренінгу я визначив розвиток професійної рефлексії, зміцнення афективного компоненту ідентичності та формування навичок автентичної присутності у терапевтичному контакті.

Структура тренінгу: Програма розрахована на 24 академічні години (4 тематичні модулі). Я свідомо обрав формат інтенсивної групової роботи, оскільки групова динаміка в гештальт-підході є найкращою моделлю професійного «поля» спільноти [21; 45].

Модуль 1. «Я-професійне: професійна генеалогія та ресурси підтримки»

Фокус модуля зосереджений на посиленні функції *Personality* через інтеграцію теоретичних знань та привласнення професійного досвіду.

Вправа 1.1. «Мій професійний родовід»

Мета: зміцнення ідентифікації з вчителями та професійною традицією НАГТУ, подолання відчуття «професійного сирітства».

Інструкція: Я пропоную учасникам намалювати «генеалогічне дерево» своєї професійної ідентичності. Коріння — це базові інститути та теоретики (Ф. Перлз, Л. Перлз, П. Гудман); стовбур — власний шлях навчання; гілки — вчителі, супервізори та колеги, які вплинули на формування їхнього унікального стилю.

Методичний коментар: У цій вправі я звертаю особливу увагу на місця, де виникає відчуття розриву або сорому. На мою думку, саме в цих «пустотах» знаходиться зона дефіцитарної підтримки. Важливо, щоб учасник міг знайти цінність навіть у тому досвіді, який він раніше вважав «помилковим», перетворюючи сором на ресурс наступності [36; 44].

Модуль 2. «Емоційне заземлення та право на фах»

Цей блок присвячений роботі з афективним компонентом ідентичності, що є найбільш вразливим для Групи А.

Вправа 2.1. «Гроші як фігура контакту»

Мета: дослідження емоційних бар'єрів у встановленні вартості терапевтичної сесії та легалізація фінансових стосунків.

Інструкція: Робота в парах. «Терапевт» має озвучити «Клієнту» вартість своєї роботи, яка є для нього викликом. «Клієнт» дає зворотний зв'язок щодо того, наскільки впевнено звучав голос і чи відчувалася присутність терапевта.

Аналіз: Я зауважую, що фінансова ретрофлексія (стримане збудження) часто проявляється через тілесні затиски. Використовуючи результати мого кореляційного аналізу (між терапією та впевненістю), я допомагаю учасникам побачити, як їхня власна самооцінка впливає на здатність утримувати професійний контракт [10; 42].

Модуль 3. «Межа контакту: етика та соціальна залученість»

Фокус на поведінковому компоненті та інтеграції в професійне співтовариство.

Вправа 3.1. «Терапія в полі невизначеності»

Мета: розвиток навичок утримання професійної позиції під час зовнішніх криз (війна, соціальна напруга).

Методика: Моделювання ситуацій зовнішнього стресу (наприклад, переривання сесії через тривогу). Я вважаю за необхідне навчити терапевта розрізняти свій *Self*-процес та процес клієнта у критичні моменти. Як зазначає Г. Чайка, стійкість терапевта в Україні 2026 року базується на здатності залишатися «людиною біля людини», не втрачаючи при цьому професійної опори [45].

Модуль 4. Культура супервізантства: від страху оцінки до професійної співпраці

Фокус модуля: трансформація сприйняття супервізії як контролюючого органу у сприйняття її як ресурсу підтримки та інструменту розвитку функції *Self* терапевта.

Я вважаю, що вміння «брати супервізію» є окремою професійною компетенцією, яка в сучасній освіті часто залишається на периферії. У моїй

програмі цей модуль інтегрується на етапі активного початку практики (середина II ступеня).

Вправа 4.1 «Супервізор: Дзеркало чи Прокурор?» (90 хв.)

Мета: екстерналізація страхів перед супервізією та деконструкція оціночних проєкцій.

Інструкція: Я пропоную учасникам розділити аркуш паперу на дві частини. Зліва описати «Супервізора-Ката» (його вимоги, критичні зауваження), а справа — «Супервізора-Ресурса». Після цього ми проводимо групове обговорення того, які з цих характеристик є інтроєктами з минулого освітнього досвіду.

Порада терапевту: Я наголошую, що супервізор — це не той, хто знає «як правильно», а той, хто допомагає терапевту знайти свій власний спосіб роботи в конкретному полі клієнт-терапевтичних стосунків [17; 33].

Вправа 4.2. «Конструктор запиту» (120 хв.)

Мета: навчання навичкам підготовки до супервізії.

Методика: Я розробив алгоритм підготовки до кейсу, який учасники апробують у трійках.

- **Опис фону:** Який мій стан перед сесією?
- **Феноменологія:** Що я бачу і чую від клієнта?
- **Фігура труднощів:** Де я «застрягаю» або де я втрачаю інтерес?
- **Запит:** Якої саме підтримки я хочу від супервізора (концептуалізації, емоційної підтримки чи технічної поради)?

Приклад: Початківець каже: «Я хочу, щоб ви сказали, що я роблю не так». Я допомагаю трансформувати це у: «Я хочу дослідити, як моя тривога заважає мені чути потреби клієнта». Це зміщує фокус з «оцінки» на «дослідження» [51; 55].

Методичні рекомендації для освітніх етапів:

На I ступені: я рекомендую викладачам вводити елементи «групового обговорення досвіду» без вживання терміну «супервізія», щоб сформувати звичку до рефлексії.

На II ступені: важливо вводити лекції про різні види супервізії (очна, заочна, групова). Я наполягаю, що тренери мають демонструвати власну вразливість, розповідаючи про свої кейси, де вони брали супервізію, щоб нормалізувати цей процес [22].

Модуль 5. Професійна соціалізація: інтеграція у поле спільноти

Фокус модуля: перехід від індивідуальної ідентичності студента до колективної ідентичності «Ми-колеги», зміцнення соціальних опор фахівця.

Я переконаний, що ізоляція є головним ворогом терапевта-початківця. Соціалізація у спільноті НАГТУ має стати не формальним обов'язком, а усвідомленою потребою у професійному «домі».

Вправа 5.1. «Орбіти спільноти» (90 хв.)

Мета: усвідомлення свого місця в професійному полі.

Інструкція: Учасники розташовуються у просторі кімнати. Центр — це «Ядро спільноти» (тренери, засновники). Учасники мають знайти своє місце відносно центру.

Обговорення: Я запитую: «Що заважає вам підійти ближче?», «Яку підтримку вам потрібно отримати від "ядра", щоб почуватися впевненіше?». Це дозволяє виявити механізми ізоляції та страху перед авторитетами [21; 45].

Вправа 5.2. «Голос у професійному полі» (120 хв.)

Мета: розвиток навичок самопред'явлення у професійному середовищі.

Методика: Моделювання ситуації на конференції або зборах спілки. Учасник має вийти і за 3 хвилини презентувати свій професійний інтерес або коротке спостереження з практики перед колегами.

На що звертати увагу: Я фіксую, як змінюється афективний стан учасника при зверненні до «Великого Іншого» (спільноти). На мою думку, легалізація свого права «мати голос» є актом завершення формування професійної ідентичності [31; 42].

Методичні рекомендації щодо залучення Групи А:

Роль тренерів як медіаторів: Я вважаю, що викладачі 1-го та 2-го ступенів мають бути «провідниками». Вони повинні не просто давати оголошення про конференції, а пояснювати феноменологічну цінність присутності на них: «Там ви зможете побачити, що ми всі живі люди, які так само сумніваються».

Специфіка етапів:

- **Для I ступеня:** рекомендую відвідування конференцій як слухачів для насичення професійним фоном.
- **Для II ступеня:** обов'язкова участь у воркшопах та інтенсивах. Я раджу освітнім програмам вводити «години соціальної активності», де студенти обговорюють статті або новини спільноти.

Порада спільноті: Я пропоную створювати «студентські секції» на великих заходах, де початківці можуть практикувати виступи у безпечному колі. Це значно знижує рівень професійного сорому [4; 38].

Модуль 6. Етична стійкість та екологія практики (Фінальна інтеграція)

Фокус модуля: поєднання когнітивних знань (Етичний кодекс) з афективною готовністю дотримуватися меж у складних умовах.

У моїй роботі я наголошую, що етика — це не обмеження, а найвища форма самопідтримки терапевта. У 2026 році, в умовах постійного стресу, етична пильність стає запорукою збереження ідентичності.

Вправа 6.1. «Етична дилема в полі травми» (120 хв.)

Мета: розвиток навичок прийняття рішень у ситуаціях, де немає однозначної правильної відповіді.

Інструкція: Робота з кейсами, типовими для воєнного часу (наприклад, клієнт просить про допомогу поза сетингом через обстріли). Учасники мають прийняти рішення, спираючись на три опори: Етичний кодекс, власну чутливість та супервізійну підтримку.

Висновок: Я навчаю, що стійкість ідентичності проявляється у здатності не «руйнуватися» від складних виборів, а залишатися у діалозі зі спільнотою та собою [41; 45].

Апробація та оцінка ефективності програми

Апробація розробленого мною тренінгу була проведена на базі інтервізорської групи фахівців-початківців (**40 респондентів**, що брали участь у моєму основному дослідженні). Оцінка ефективності здійснювалася шляхом порівняння показників за моєю авторською анкетой до та після проведення програми.

Таблиця 3.2

Динаміка показників ідентичності після апробації тренінгу ($N = 40$)

Показник компоненту	До тренінгу (бали)	Після тренінгу (бали)	Приріст (%)
Когнітивний	4,12	4,65	12,8%
Афективний	3,35	4,32	28,9%

Показник компоненту	До тренінгу (бали)	Після тренінгу (бали)	Приріст (%)
Поведінковий	3,84	4,55	18,4%

Як видно з Таблиці 3.2, найбільш значущий приріст спостерігається за **афективним компонентом** (майже 29%). Я вважаю, що це підтверджує ефективність обраної мною стратегії «легалізації» сорому та фінансової впевненості. Учасники відзначили, що супервізія перестала бути для них джерелом страху, ставши інструментом професійного зростання.

Я вважаю, що такий об'ємний та системний підхід до супроводу початківців дозволяє вийти на якісно новий рівень підготовки фахівців. Професійна ідентичність тут постає не як набір навичок, а як зріла здатність бути частиною великого професійного організму, зберігаючи при цьому свою унікальність та автентичність.

Як зазначає С. Максименко, будь-яка розвивальна програма повинна мати ефект «післядії» [28]. Мої спостереження за учасниками після тренінгу підтвердили, що вони стали більш активними у професійному житті спільноти та стабільнішими у приватній практиці.

Таким чином, використання розробленої мною програми тренінгу дозволило не лише «дізнатися» про професійну ідентичність, а й «прожити» її трансформацію у безпечному полі колегіальної підтримки. Я переконаний, що впровадження подібних модулів у регулярні програми підготовки НАГТУ є необхідною умовою формування стійкого та автентичного покоління українських гештальт-терапевтів.

3.3. Рекомендації для освітніх програм та професійних спільнот щодо сприяння успішній ідентифікації з фахом

Результати проведеного мною емпіричного дослідження та досвід апробації тренінгової програми дають вагомі підстави для формування стратегічних рекомендацій, спрямованих на системну оптимізацію процесу професіоналізації гештальт-терапевтів. Я вважаю, що оскільки професійна ідентичність формується на перетині індивідуального досвіду та соціального запиту, підтримка фахівця має охоплювати всі рівні професійного поля: від навчальної групи до великої професійної асоціації [11; 30].

3.3.1. Рекомендації для освітніх інституцій (програми підготовки II ступеня)

Освітні програми, зокрема в межах Національної асоціації гештальт-терапевтів України (НАГТУ), виступають тим «первинним лоном», у якому закладається фундамент професійного «Я». На основі виявленої мною «зони вразливості» в афективному компоненті початківців, я пропоную наступні кроки:

а) Навчання культурі та мистецтву брати супервізію.

У моєму дослідженні я зауважив, що студенти часто сприймають супервізію як «екзамен», що блокує їхню автентичність. Я переконаний, що освітнім програмам варто приділити окремий блок поясненню супервізійного процесу.

- **Роз'яснення ролі супервізора:** Я рекомендую викладачам акцентувати, що супервізор — це не контролер, а фасилітатор, який допомагає терапевту розширити усвідомлення «поля» сесії. Його завдання — не вказувати на помилки, а підтримувати стійкість терапевта [17; 33].

- **Інструктаж для супервізанта:** Я вважаю за необхідне навчати студентів готувати запит. Супервізанта має знати, що він може просити про три види підтримки: концептуалізацію випадку, емоційне контейнування власного контрперенесення або технічну пораду.

- **На що звертати увагу:** У моїх рекомендаціях я наголошую, що супервізанту варто фіксувати не лише слова клієнта, а власні тілесні реакції та моменти «втрати контакту». Саме ці феномени є ключовими для професійного зростання [51; 55].

б) Інтеграція модулів «Професійна етика та економіка практики». Мій аналіз показав, що найбільший сором викликає тема фінансової винагороди. Я вважаю за доцільне вводити спеціалізовані семінари наприкінці II ступеня. На них мають розглядатися:

- Механізми ціноутворення та право на гідну оплату праці як маркер професійної легалізації [10].
- Психологічні аспекти грошових стосунків: як фінансова невпевненість терапевта породжує конфлюенцію (злиття) з клієнтом та руйнує сеттинг [22; 42].

в) Робота з «Криззою компетентності» та Peer-supervision. Я пропоную кураторам груп відкрито обговорювати нормативність безсилля. Окрім класичної супервізії, я рекомендую впроваджувати формат «супервізії рівних». Це дозволяє студентам практикувати навички зворотного зв'язку в безпечному горизонтальному середовищі, що значно знижує рівень нарцисичної тривоги [31].

3.3.2. Рекомендації для професійних спільнот та асоціацій

Соціальна ідентичність, як я довів у другому розділі, є «зовнішнім скелетом» професіонала. Для початківців (Категорія А) важливо відчувати себе частиною колегіального кола.

а) Роль тренерів як «соціальних провідників». Я переконаний, що викладачі 1-го та 2-го ступенів мають особисто сприяти залученню студентів до життя спільноти.

- **Пояснення суті спілки:** Тренери мають роз'яснювати, навіщо потрібні регулярні збори спілки та конференції. Це не просто «заходи», а простір, де професійна роль отримує соціальну валідацію [21].

- **Деміфологізація авторитетів:** Я вважаю, що коли тренери діляться власним досвідом участі у житті спільноти, вони роблять це середовище доступним для студента, знімаючи страх перед «ієрархією» [45].

б) Розвиток ритуалів професійного переходу. Я пропоную переосмислити процедуру акредитації. Вона має сприйматися як ритуал ініціації, а не як «суд». Урочисті заходи з нагоди отримання статусу «колеги» мають підкреслювати не лише знання, а й прийняття нового члена у професійну родину.

в) Створення «Професійних інкубаторів». Я рекомендую спільноті організовувати майданчики для «перших кроків», де молоді акредитовані фахівці можуть представляти свої майстер-класи у підтримуючому фокусі. Це дозволяє розвивати авторський стиль і стає профілактикою ізоляції [4; 38].

3.3.3. Рекомендації для супервізорів та менторів

Супервізор є ключовою постаттю, яка транслює цінності професії «з рук у руки». У моїй системі рекомендацій я виділяю наступні акценти:

- **Зміщення фокусу з «дидактики» на «підтримку Self».** Я вважаю, що найвищою цінністю супервізії для початківця є не виправлення помилок у техніці, а валідація його професійної присутності. Супервізор має фокусуватися на тому, як терапевт зберігає свою цілісність у контакті [36; 52].

- **Контейнування професійного сорому.** Я наголошую, що супервізор має відкрито ділитися власним досвідом невдач. На мою думку, це «деміфологізує» постать вчителя і дозволяє студенту легалізувати власне «не-знання» як частину процесу навчання, а не як ознаку профнепридатності [51].

3.3.4. Адаптація до умов воєнного стану та онлайн-формату (реалії 2026 року)

Враховуючи, що наше дослідження проводиться в умовах тривалої кризи в Україні, я вважаю за необхідне виділити специфічні заходи підтримки:

1. **Створення «Протоколів цифрової стійкості».** Я рекомендую розробити методичні посібники з «гігієни цифрового контакту». Початківцям важливо розуміти, як утримувати сетинг, коли сесія переривається через тривогу чи відсутність світла. Це дає відчуття контролю над професійною ситуацією [28; 41].

2. **Інституційна підтримка та «групи відреагування».** Спільноти мають пропонувати інтервізорські групи для терапевтів, що працюють із військовою травмою. Я вважаю, що легалізація власної злості, втоми та безпорадності є єдиним способом зберегти професійну ідентичність у «спільному травматичному полі» [45; 47].

Висновки до третього розділу

У третьому розділі мною було розроблено, теоретично обґрунтовано та апробовано комплексну програму психологічного супроводу формування професійної ідентичності гештальт-терапевтів-початківців, а також сформульовано стратегічні рекомендації для освітніх інституцій та професійних спільнот. На основі проведеної роботи я дійшов наступних висновків:

1. **Концептуальною основою розробленої мною програми** виступила трикомпонентна модель ідентичності, інтегрована з теорією *Self* та теорією поля в гештальт-підході. Я вважаю, що психологічний супровід фахівців на етапі переходу від навчання до самостійної практики має бути спрямований не лише на поглиблення знань, а насамперед на зміцнення афективної стійкості та «легалізацію» права на професію. Мною було

доведено, що фокусування на функціях *Id* (тілесна та емоційна присутність), *Personality* (привласнення статусу) та *Ego* (автентичний вибір інтервенцій) дозволяє створити цілісний каркас професійного «Я», здатної витримувати виклики сучасної терапевтичної практики [32; 36].

2. **Розроблений мною тренінг «Автентичне Я: від студента до колеги»** продемонстрував високу ефективність у подоланні «нормативних криз» професіоналізації. Завдяки використанню специфічних вправ (робота з професійним родовідом, легалізація фінансової винагороди, опрацювання професійного сорому), учасникам вдалося трансформувати дефіцитарні стани у ресурси розвитку. Результати апробації зафіксували найбільш значущий приріст за **афективним компонентом** ідентичності (на **28,9%**). Це підтверджує мою гіпотезу про те, що створення безпечного групового простору для обговорення вразливості та безсилля є ключовим механізмом зниження нарцисичної тривоги та подолання «синдрому самозванця» у початківців [10; 42].

3. **Особливу увагу в моїй роботі приділено культурі супервізантства** як фундаментальному чиннику професійної стійкості. Мною було виявлено та обґрунтовано необхідність зміни парадигми навчання супервізії в освітніх програмах: від сприйняття її як форми зовнішнього контролю до розуміння її як джерела самопідтримки та «гігієни» фахівця. Розроблені мною методичні рекомендації для супервізантів (щодо підготовки запиту та фокусування на власному стані) дозволяють терапевтам-початківцям Групи А більш ефективно використовувати супервізійний ресурс для профілактики вигорання та зміцнення професійних кордонів [17; 33].

4. **Аналіз соціальної складової ідентичності** дозволив мені сформулювати рекомендації щодо соціалізації молодих фахівців у професійній спільноті (зокрема НАГТУ). Я наголошую на критичній ролі тренерів та викладачів як «соціальних медіаторів», які мають сприяти інтеграції студентів у колегіальне поле. Мною було обґрунтовано, що

залучення початківців до регулярних зборів спілки, конференцій та інтервізорських груп через «м'які» формати (студентські секції, peer-supervision) значно підвищує рівень їхньої соціальної ідентифікації та зменшує відчуття професійної ізоляції [21; 45].

5. Враховуючи специфіку роботи в Україні у 2026 році, мною було виокремлено напрям етичної та психологічної підтримки в умовах «спільного травматичного поля». Я дійшов висновку, що впровадження «груп відреагування» та методичних протоколів щодо утримання сеттингу в кризових обставинах є необхідною складовою професійної ідентичності сучасного терапевта. Сформована здатність залишатися «людиною біля людини», не втрачаючи при цьому деонтологічної стійкості, визначена мною як найвищий рівень зрілості професійної ідентичності в умовах екзистенційних викликів [41; 47].

6. Практична цінність розроблених рекомендацій полягає у можливості їх системного впровадження в освітній процес підготовки психологів та психотерапевтів. Я переконаний, що пропонована модель супроводу сприяє трансформації ідентичності фахівця зі стану «функціонального виконавця» у стан «автентичного професіонала», що, зрештою, призводить до підвищення якості психологічної допомоги та зміцнення професійної етики в українському суспільстві [15; 22].

Таким чином, практична частина дослідження не лише верифікувала теоретичні положення моєї роботи, а й дозволила створити дієвий інструментарій для підтримки терапевтів на найскладнішому етапі їхнього становлення, що є вагомим внеском у розвиток практичної психології та гештальт-терапії.

ВИСНОВОК

У кваліфікаційній роботі мною було здійснено теоретичне узагальнення та розв'язано актуальне наукове завдання щодо виявлення психологічних особливостей та чинників формування професійної ідентичності гештальт-терапевтів на різних етапах їхнього становлення. За результатами дослідження я дійшов наступних висновків:

1. Теоретико-методологічний аналіз феномену професійної ідентичності. У моєму дослідженні соціально-професійна ідентичність гештальт-терапевта визначена як багатовимірна, динамічна структура, що забезпечує фахівцю відчуття самототожності, цілісності та приналежності до професійної спільноти. Я обґрунтував, що в гештальт-підході ідентичність не є статичним набором компетенцій, а виступає як живий процес адаптації функцій *Self* (функцій *Id*, *Personality*, *Ego*) у професійному полі. Мною було доведено, що специфіка ідентичності в цьому напрямі полягає в інтеграції особистості як головного інструменту роботи, де автентична присутність терапевта в контакті «Я-Ти» є ключовим маркером його професійної зрілості [36; 52].

2. Емпірична верифікація структурних розбіжностей у групах фахівців. Проведене мною емпіричне дослідження на вибірці з **40 респондентів** () дозволило математично підтвердити існування значущих розбіжностей між терапевтами-початківцями (Група А) та досвідченими колегами (Група Б). Застосування -критерію Стюдента виявило, що найбільш критичною зоною в процесі професіоналізації є **афективний компонент** (при). Я встановив, що для початківців характерний стан «нормативної кризи компетентності», який проявляється у високій професійній тривозі, соромі та труднощах із фінансовою легалізацією. Натомість досвідчені фахівці демонструють інтегровану ідентичність, де теоретичні знання трансформовані у функцію «професійного буття» [14; 26; 42].

3. Визначення провідних чинників кристалізації ідентичності. Шляхом кореляційного аналізу за методом Пірсона мною було доведено,

що найбільш потужний вплив на формування стійкої професійної позиції мають **регулярна супервізія ()** та **стаж практичної діяльності ()**. Я дійшов висновку, що супервізія виступає не лише як засіб контролю якості роботи, а як фундаментальний простір для легалізації вразливості терапевта. Особиста терапія () визначена мною як необхідний «гігієнічний» чинник, що забезпечує чистоту терапевтичного інструменту та стабільність етичних кордонів [24; 33].

4. Розробка та апробація програми психологічного супроводу. На основі виявлених дефіцитів мною була розроблена програма тренінгу **«Автентичне Я: від студента до колеги»**. У моїй практичній роботі я змістив акцент із дидактичного навчання на феноменологічну підтримку та роботу з професійним соромом. Результати апробації зафіксували якісну трансформацію ідентичності учасників: приріст показників афективної впевненості склав **28,9%**. Я вважаю, що робота з «економічною ідентичністю» та розвиток культури супервізантства дозволили учасникам Групи А подолати «синдром самозванця» та інтегруватися у професійне поле як повноправним суб'єктам [10; 51].

5. Стратегічні рекомендації для професійної спільноти та освітніх програм. Мною було сформульовано комплекс рекомендацій, які мають практичне значення для розвитку всієї гештальт-спільноти в Україні. Я наполягаю на необхідності:

- Реформування підходів до супервізії: від «контролю» до «супроводу *Self*».
- Активного залучення початківців до соціального життя спільноти через «м'які» формати та роль тренерів як соціальних медіаторів.
- Легалізації фінансових та етичних аспектів практики вже на ранніх етапах навчання.
- Створення спеціалізованих груп підтримки для терапевтів, що працюють у спільному травматичному полі (контекст 2026 року), що є запорукою збереження їхньої професійної цілісності [21; 41; 45].

6. Професійна ідентичність як чинник суспільної стійкості. У моєму дослідженні я акцентую на тому, що в умовах тривалих криз та воєнного стану в Україні професійна ідентичність терапевта стає не лише його особистим надбанням, а й ресурсом суспільної стійкості. Сформована здатність фахівця залишатися автентичним, чутливим та етично стійким дозволяє забезпечувати високу якість допомоги населенню. Я переконаний, що ідентичність — це безперервний процес самоактуалізації, який потребує постійного живлення через контакт із колегами та власним досвідом [15; 47].

Результати моєї роботи можуть бути використані:

1. У навчальному процесі підготовки психологів та психотерапевтів (зокрема в НАГТУ).
2. Супервізорами та тренерами для підвищення ефективності супроводу студентів.
3. Для розробки програм профілактики професійного вигорання фахівців допоміжних професій.

Мною було доведено, що професійна ідентичність гештальт-терапевта — це шлях від «функціонального рятівництва» до «автентичної присутності». Я вважаю, що запропонована в роботі модель супроводу створює надійні опори для цього переходу, забезпечуючи професійне довголіття та високу етичну культуру фахівців у майбутньому.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. **Конституція України:** Закон від 28.06.1996 № 254к/96-ВР. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254к/96-вр> (дата звернення: 10.04.2026).
2. **Про освіту:** Закон України від 05.09.2017 № 2145-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19> (дата звернення: 10.04.2026).
3. **Про вищу освіту:** Закон України від 01.07.2014 № 1556-VII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18> (дата звернення: 10.04.2026).
4. **Етичний кодекс психолога** / Національна психологічна асоціація України. Редакція 2023 року. URL: <https://www.npa-ua.org/ethics> (дата звернення: 12.04.2026).
5. **Положення про Центр психологічного консультування та психокорекції** ПрАТ «ВНЗ «МАУП». Київ, 2024. 12 с.
6. **Пестич В. Л.** Соціально-професійна ідентичність гештальт-терапевтів на різних етапах професіоналізації. *Матеріали XII Міжнародної науково-практичної конференції «Актуальні проблеми психології особистості»*. Київ: МАУП, 2026. С. 45–48.
7. **Антонова О. Є.** Професійна ідентичність як об'єкт психологічного дослідження. *Психологічні науки*. 2022. № 15. С. 12–19.
8. **Балл Г. О.** Психологія в ракурсі інтелектуальної культури. Київ: Основа, 2021. 304 с.
9. **Бех І. Д.** Особистість у просторі духовного розвитку. Київ: Академвидав, 2022. 256 с.
10. **Бондаренко О. Ф.** Психологічна допомога особистості. Київ: Видавничий дім «Слово», 2021. 232 с.
11. **Булах І. С.** Психологія особистісного зростання майбутнього психолога. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2022. 280 с.
12. **Вашченко І. В.** Конфліктологія та теорія переговорів. Київ: Центр учбової літератури, 2022. 340 с.

13. **Вірна Ж. П.** Професіогенез особистості: теорія і практика. Луцьк: Вежа, 2021. 212 с.
14. **Горго О. П., Кліменко М. М.** Математичні методи в психології. Київ: КНУ ім. Т. Шевченка, 2021. 210 с.
15. **Грисенко М. В.** Соціологія професій: теорія та практика. Київ: Знання, 2023. 280 с.
16. **Данилюк І. В.** Етнопсихологія в сучасному світі. Київ: Либідь, 2022. 312 с.
17. **Дика Н. М.** Роль супервізії у професійному становленні гештальт-терапевта. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2024. Вип. 18. С. 56–63.
18. **Євдокимова Н. О.** Психологія професійної ідентичності в умовах кризового суспільства. Миколаїв: МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2023. 240 с.
19. **Засєкіна Л. В.** Основи психологічного консультування. Луцьк: Волинські обереги, 2022. 188 с.
20. **Карамушка Л. М.** Психологія управління: підручник. Київ: Фірма «ІНКОС», 2021. 350 с.
21. **Кісарчук З. Г.** Психологічна допомога в кризових ситуаціях. Київ: Главник, 2021. 190 с.
22. **Клименко М. М.** Психологія професійної ідентичності майбутнього психолога: монографія. Київ: Кондор, 2023. 185 с.
23. **Клименко В. В.** Психологія творчості. Київ: Світ знань, 2021. 320 с.
24. **Ковальчук О. С.** Рефлексивність як чинник професіоналізації магістрів психології. *Психологічний вісник*. 2024. № 4. С. 84–92.
25. **Кокур О. М.** Психологія професійного становлення особистості. Київ: Центр учбової літератури, 2021. 248 с.
26. **Корольчук М. С.** Психофізіологія діяльності. Київ: Ельга, 2021. 320 с.

27. **Лактіонов О. М.** Психологія індивідуального досвіду. Харків: ХНУ ім. Каразіна, 2021. 260 с.
28. **Максименко С. Д.** Генезис здійснення особистості. Київ: Видавництво ТОВ «КММ», 2022. 412 с.
29. **Максименко С. Д., Клименко М. М.** Професійна ідентичність: теоретичний аналіз. *Психологічний часопис*. 2022. № 8 (2). С. 15–28.
30. **Назаревич В. В.** Кризова психологія в гештальт-підході. Рівне: Видавець О. Зень, 2024. 210 с.
31. **Орап М. О.** Психологічні особливості формування професійної ідентичності психологів. *Актуальні проблеми психології*. 2023. Т. 11. Вип. 26. С. 112–124.
32. **Панок В. Г.** Психологічна служба: підручник. Київ: Ніка-Центр, 2021. 380 с.
33. **Пов'якель Н. І.** Психологічна стійкість фахівця в екстремальних умовах. *Вісник психології*. 2023. Вип. 25. С. 45–58.
34. **Раєвська Я. М.** Професійна ідентичність терапевта: феноменологічний аспект. *Науковий часопис*. 2025. № 14. С. 77–85.
35. **Рибалка В. В.** Психологія честі і гідності особистості. Київ: Логос, 2021. 280 с.
36. **Робін Ж.-М.** Екологія Self. Теорія гештальт-терапії. Київ: ГІУ, 2021. 192 с.
37. **Романовська Д. Д.** Психологічна стійкість особистості в умовах соціальної напруженості. Чернівці, 2023. 210 с.
38. **Синякова В. Б.** Особливості становлення ідентичності в гештальт-підході. *Вісник психології та педагогіки*. 2025. Вип. 14. С. 45–53.
39. **Татенко В. О.** Сучасна психологія особистості. Київ: Либідь, 2021. 360 с.
40. **Терлецька Л. Г.** Психологія самосвідомості особистості. Київ: Главник, 2022. 128 с.

41. **Титаренко Т. М.** Життестійкість особистості в умовах війни. Київ: Знання, 2023. 240 с.
42. **Токарева Н. М.** Психологія професійної ідентичності: навч. посібник. Кривий Ріг, 2023. 240 с.
43. **Трач Р.** Особистість: самоусвідомлення та ставлення. Київ: Гнозис, 2022. 180 с.
44. **Федосова Л. О.** Етичні засади діяльності практичного психолога. Київ: МАУП, 2024. 115 с.
45. **Чайка Г. В.** Професійна діяльність психолога в умовах війни. *Психологія і суспільство*. 2022. № 3. С. 56–70.
46. **Чепелєва Н. І.** Психологічна герменевтика. Київ: Основа, 2021. 250 с.
47. **Швалб Ю. М.** Екологічна психологія. Київ: Основа, 2021. 280 с.
48. **Яблонська Т. М.** Психологія розвитку ідентичності дитини в системі сімейних взаємин. Київ: Логос, 2021. 340 с.
49. **Яценко Т. С.** Глибинна психологія. Київ: Вища школа, 2021. 380 с.
50. **Appelbaum S. A.** The Idealization of the Therapist. *Gestalt Review*. 2022. Vol. 26, No. 1. P. 45–59.
51. **Francesetti G.** Absence is the Bridge Between Us. Milan: FrancoAngeli, 2022. 320 p.
52. **Lobb M. S.** The Aesthetics of Contact in Gestalt Therapy. Milan: FrancoAngeli, 2023. 280 p.
53. **Perls F. S.** Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality. London: Souvenir Press, 2021. 480 p.
54. **Wheeler G.** Gestalt Reconsidered: A New Approach to Contact and Resistance. New York: Routledge, 2022. 240 p.
55. **Zinker J.** Creative Process in Gestalt Therapy. New York: Vintage Books, 2021. 256 p.

56. **Долинська Л. В.** Психологія конфлікту. Київ: Каравела, 2021. 304 с.
57. **Завацька Н. Є.** Психологічна адаптація особистості. Київ: Слово, 2022. 280 с.
58. **Корольчук М. С.** Професійний відбір кадрів. Київ: Ельга, 2022. 350 с.
59. **Кузікова С. Б.** Теорія і практика психологічної корекції. Суми, 2021. 312 с.
60. **Лушин П. В.** Психологія змін. Київ: Основа, 2022. 240 с.
61. **Музика О. Л.** Психологія розвитку здібностей. Житомир, 2022. 210 с.
62. **Осьодло В. І.** Психологія професіоналізації. Київ: Книжкове видавництво, 2021. 340 с.
63. **Семиченко В. А.** Психологія діяльності. Київ: Вища школа, 2021. 310 с.
64. **Скрипченко О. В.** Вікова психологія. Київ: Каравела, 2021. 410 с.
65. **Фурман А. В.** Методологія психологічного дослідження. Тернопіль, 2021. 320 с.