

ЦІННІСНО-МОРАЛЬНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ ЯК ЗАСІБ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ РЕЛІГІЙНІЙ ОСОБИСТОСТІ

Шпак Д. О.

*кандидат історичних наук, доцент,
доцент кафедри педагогіки, психології та менеджменту освіти
Миколаївський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти
вул. Адміральська, 4А, Миколаїв, Україна
orcid.org/0000-0003-0545-6560
denys.shpak@moippo.mk.ua*

Ключові слова:

протестантизм, психологічна допомога, психологічне здоров'я, психологічне консультування, релігійна особистість, сенсожиттєві орієнтації, християнство, ціннісні орієнтації.

У статті розглянуто актуальні теоретичні й практичні аспекти психологічного консультування, що охоплює різні сфери суспільного життя й набуває особливого значення в умовах соціальних викликів. Узагальнено підходи до розмежування консультативної психології з клінічною практикою, показано, що консультування зорієнтоване на підтримку психічно здорових осіб, які стикаються з внутрішніми чи соціальними труднощами. Розглянуто сутність, завдання, особливості й принципи застосування інноваційного напрямку психологічного консультування, який автор статті назвав «ціннісно-моральне консультування». Доведено, що підхід до консультування, яке ґрунтується на ціннісно-моральному підході, є не лише відповіддю на потреби особистості в складних життєвих обставинах, а й логічним продовженням науково обґрунтованого розуміння природи психологічного здоров'я вірян-протестантів як феномена, що формується на основі духовних смислів і трансцендентних орієнтацій. Перелічено завдання психолога, спрямовані на формування моральної свідомості, підтримку процесів духовного пошуку, рефлексії й усвідомлення сенсу життя. Запропоновано напрями роботи консультанта з релігійними клієнтами. Отримано висновок, що зазначений підхід не лише сприяє подоланню кризових станів, а й забезпечує глибинне оновлення особистості, формує здатність до морального вибору, відповідальності й збереження психологічного здоров'я. Показано, що врахування духовно-моральних орієнтирів клієнта підвищує ефективність допомоги, поглиблює терапевтичний альянс і створює умови для тривалої психологічної стійкості. Зроблено висновок про значення ціннісно-морального консультування як важливого чинника в підтримці психоемоційної стабільності, розвитку цілісної Я-концепції та запобіганні деструктивним наслідкам стресових і травматичних впливів. Заявлено, що ціннісно-моральне є необхідним інструментом психологічної підтримки релігійної особистості в умовах складних життєвих обставин, спричинених повномасштабною війною в Україні.

VALUE-MORAL COUNSELING AS A MEANS OF PROVIDING PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO THE RELIGIOUS PERSONALITY

Shpak D. O.

*Candidate of Historical Sciences, Associate Professor
Associate Professor at the Department of Pedagogy, Psychology,
and Educational Management
Mykolaiv In-Service Teachers Training Institute
Admiralska str., 4A, Mykolaiv, Ukraine
orcid.org/0000-0003-0545-6560
denys.shpak@moippo.mk.ua*

Key words: *Protestantism, psychological help, psychological health, psychological counseling, religious personality, life-meaning orientations, Christianity, value orientations.*

This article examines the relevant theoretical and practical aspects of psychological counseling, which spans various spheres of public life and is becoming particularly important in the context of social challenges. Approaches to differentiating counseling psychology from clinical practice are summarized, showing that counseling is oriented toward supporting mentally healthy individuals who are facing internal or social difficulties. The essence, objectives, features, and principles of application of an innovative direction in psychological counseling, which the author terms “value-moral counseling”, are considered. It is proven that the approach to counseling based on the value-moral framework is not only a response to the needs of the individual in difficult life circumstances but also a logical continuation of a scientifically grounded understanding of the nature of psychological health among Protestant believers as a phenomenon formed on the basis of spiritual meanings and transcendent orientations. The tasks of the psychologist aimed at forming moral consciousness, supporting processes of spiritual search, reflection, and realization of the meaning of life are listed. Directions for the counselor’s work with religious clients are proposed. It is concluded that this approach contributes not only to overcoming crisis states but also ensures deep personal renewal, fosters the capacity for moral choice, responsibility, and the preservation of psychological health. It is shown that taking into account the client’s spiritual and moral guidelines increases the effectiveness of assistance, deepens the therapeutic alliance, and creates conditions for long-term psychological resilience. A conclusion is drawn regarding the significance of value-moral counseling as an important factor in supporting psycho-emotional stability, developing a holistic self-concept, and preventing the destructive consequences of stressful and traumatic influences. It is stated that value-moral counseling is a necessary tool for the psychological support of religious individuals in the difficult life circumstances caused by the full-scale war in Ukraine.

Постановка проблеми. У сучасному дискурсі психологічної допомоги особам, які перебувають у стані екзистенційної кризи, утрачають життєві орієнтири або зазнають впливу тривалих психотравмуючих обставин, особливої актуальності набуває ціннісно-моральне консультування як засіб цілісного особистісного й духовного відновлення. Такий підхід передбачає не лише фокус на емоційному стані клієнта чи поведінкових проявах дезадаптації, а й глибинну роботу з його ціннісно-смысловими структурами, моральними орієнтаціями, світоглядною позицією. В умовах складних життєвих обставин, які часто прово-

кують утрату відчуття внутрішньої цілісності, сенсу буття, надії на майбутнє, саме звернення до ціннісного виміру досвіду людини виявляється дієвим засобом психологічної підтримки, що не лише здатна забезпечити зняття психоемоційного напруження, а й активізувати особистісні ресурси суб’єкта до психологічної трансформації, відновлення внутрішньої гармонії та цілісності.

Ми провели експериментальне дослідження ціннісної детермінації психологічного здоров’я членів протестантських спільнот, результати якого засвідчили, що психологічне здоров’я представників цієї категорії осіб є глибоко вкоріненим

у системі цінностей, які мають трансцендентний характер. Мова йде про такі феномени внутрішнього життя релігійних людей, як переживання глибокого духовного зв'язку з Творцем, усвідомлення свого життя як частини божественного задуму, орієнтація на служіння іншим тощо. Саме ці цінності слугують джерелом внутрішньої сили, стабільності й цілеспрямованості, що забезпечують високий рівень здатності до самодетермінації в умовах життєвих криз. Вони не лише структурно впорядковують суб'єктивний світ особистості, а й виконують функцію життєвого компаса, який дає змогу зберігати орієнтацію навіть у ситуаціях невизначеності, утрат і зовнішніх потрясінь. Тому надання психологічної допомоги членам протестантських спільнот, які переживають складні життєві обставини, зокрема спричинені повномасштабною війною в Україні, потребує врахування особливостей їхньої ціннісної організації, що й зумовлює актуальність дослідження можливих напрямів психологічної допомоги для такої категорії осіб.

У цьому ракурсі з опорою на отриманий фактаж можна запропонувати новий напрям психологічного консультування з умовною назвою «ціннісно-моральне консультування». Мова йде саме про новітній та інноваційний напрям психологічного консультування, оскільки в джерельній базі відсутні будь-які згадування про ціннісно-моральне консультування.

Станом на теперішній час у літературі представлено такі дотичні до ціннісно-морального консультування різновиди консультування, як християнське консультування [6; 11; 13; 14; 15; 18; 19] та екзистенційне консультування [3; 10; 11; 21]. Однак необхідно відзначити, що вони мають дещо інші акценти, що принципово відрізняє їх від запропонованого нами напрямку психологічної допомоги.

Для членів протестантських спільнот, у яких духовність є органічною складовою ідентичності, ціннісно-моральне консультування відкриває простір для осмислення труднощів крізь призму віри, надаючи сенсу стражданням, сприяючи інтеграції втрат у нову життєву парадигму та зміцнюючи здатність особистості до конструктивної самодетермінації в мінливому соціальному середовищі, травмованому війною.

Таким чином, підхід до консультування, що ґрунтується на ціннісно-моральному підході, є не лише відповіддю на потреби особистості в складних життєвих обставинах, а й логічним продовженням науково обґрунтованого розуміння природи психологічного здоров'я протестантів як феномена, що формується на основі духовних смислів і трансцендентних орієнтацій. Це дає змогу розглядати ціннісно-моральне консульту-

вання як необхідний інструмент психологічної підтримки.

Метою статті є теоретичне розкриття сутності й особливостей застосування авторського напрямку психологічного консультування з умовною назвою «ціннісно-моральне консультування», як особливої форми надання психологічної допомоги, що характеризується концептуальною обґрунтованістю й практичною релевантністю, дає змогу інтегрувати в психотерапевтичний процес моральні переживання, духовні смисли та глибинні ціннісні переконання клієнта.

Результати дослідження з обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Сьогодні практика психологічного консультування активно й ефективно впроваджується в різноманітні сфери суспільної та професійної діяльності, охоплюючи такі напрями, як система освіти, охорона здоров'я, підприємництво, промислове виробництво тощо. Швидке поширення консультативної допомоги зумовлюється прагненням фахівців з психології втілювати теоретичні напрацювання в реальні механізми підтримки населення, спрямовані на полегшення психоемоційного стану та сприяння особистісній адаптації. У зв'язку з цим психологічне консультування розглядається як одна з практично зорієнтованих гілок сучасної психологічної науки, у якій утілюються емпіричні знання, наукові концепції щодо чинників виникнення різноманітних психологічних труднощів [1].

Своєрідність і неповторність психологічного консультування полягає в тому, що воно є формою переважно словесної психотерапевтичної взаємодії, при якій допомога надається виключно через діалог, осмислення проблемної ситуації клієнта та переорієнтацію його внутрішнього ставлення до неї. Консультант стимулює людину до пошуку адекватних рішень, використання власного потенціалу й ресурсів для подолання складнощів, що виникли. На відміну від методів психотерапії або психокорекційного втручання, у межах психологічного консультування не застосовуються спеціалізовані техніки прямого впливу на психічні процеси особистості, а взаємодія відбувається у форматі підтримуючої бесіди з акцентом на усвідомлення, рефлексію й внутрішні зміни [9, с. 243].

У найзагальнішому сенсі психологічне консультування розглядається як один із напрямів прикладної психології сучасності, головною метою якого є формування теоретичних засад і практичних інструментів для надання психологічної підтримки особам, які не мають психіатричних або соматичних діагнозів, але перебувають у ситуаціях життєвих труднощів чи внутрішньоособистісних конфліктів. Варто наго-

лосити, що як окрема дисципліна консультативна психологія оформилася в 1951 році, з метою чіткого розмежування між роботою з психічно здоровими клієнтами й клінічною психологією, яка зосереджується на терапевтичному супроводі людей із психопатологіями або фізичними захворюваннями [7]. Саме вивчення важких психічних станів, аналіз наслідків глибоких психологічних травм стало тим ґрунтом, на якому в межах психологічної науки почали окреслюватися принципи ефективної комунікації й раціональної організації різноманітних форм людської діяльності, що, у свою чергу, зумовило зсув фокусу в бік визнання важливості надання кваліфікованої психологічної допомоги не лише особам з клінічними проявами, а й цілком психічно та фізично здоровим людям.

З опорою на наведену аргументацію необхідно більш детально розкрити сутність та особливості застосування ціннісно-морального консультування.

У нашому розмінні ціннісно-моральне консультування постає як особлива форма надання психологічної допомоги, що характеризується концептуальною обґрунтованістю та практичною релевантністю, даючи змогу інтегрувати в психотерапевтичний процес моральні переживання, духовні смисли та глибинні ціннісні переконання клієнта. Його завданням стає не лише підтримка в подоланні негараздів, а й сприяння оновленню особистості шляхом мобілізації її внутрішнього духовного потенціалу. Особливо важливо, що в межах такого підходу консультант визнає автономію моральної свідомості клієнта, його здатність до ціннісного вибору й духовної рефлексії, уникаючи редукції екзистенційного досвіду до симптомів чи психопатологічних проявів.

Варто окремо підкреслити, що психологи, які працюватимуть у сфері ціннісно-морального консультування, мають зосереджувати свою увагу не лише на проблемах психічного здоров'я чи особистісного зростання клієнтів упродовж життєвого шляху, а й на глибших аспектах – сенсожиттєвих орієнтирах, морально-етичних виборах, духовному становленні особистості та її взаємодії з базовими цінностями буття. У межах такого підходу психологічна допомога розглядається як спосіб сприяти усвідомленню клієнтом власної системи цінностей, моральних пріоритетів, ідентичності й життєвого призначення. У цьому процесі застосовуються глибоко індивідуалізовані практики, які опираються на сильні сторони особистості, її духовні ресурси, здатність до рефлексії, емпатії, внутрішнього самовизначення й етичної відповідальності. Особливе значення надається запобіганню внутрішнім конфліктам, моральним кризам, ідентифікаційним розладам, а також підтримці особи-

стості в періоди світоглядної або екзистенційної нестабільності [10, с. 122].

Ціннісно-моральне консультування передбачає глибоку увагу до внутрішнього світу особистості, її переживань, сумнівів, моральних виборів і духовних потреб. У цьому контексті застосовуються методики, що базуються на потенціалі клієнта до етичної саморегуляції, сенсопошукової діяльності, екзистенційного осмислення життєвого досвіду. Такий вид консультування є особливо ефективним у роботі з клієнтами, які перебувають у стані ціннісної кризи, зазнають морального дистресу, втрати смислу або духовної дезорієнтації [6].

До кола професійних завдань консультанта у сфері ціннісно-морального консультування входять ідентифікація ціннісних конфліктів особистості; оцінювання рівня сформованості її моральної свідомості; допомога в переосмисленні життєвих пріоритетів; створення умов для автономного прийняття рішень на основі внутрішніх переконань. Змістову основу консультативної взаємодії становлять прийоми емпатійного слухання, смислової інтерпретації, етичного діалогу, морального розмежування й духовної підтримки. У межах такої взаємодії відбувається активізація внутрішнього ресурсу особистості до етичного вибору, прийняття відповідальності, формування цілісної Я-концепції [3].

З наукової точки зору ціннісно-моральне консультування може розглядатися як форма психологічної інтервенції, що може передувати, супроводжувати або бути альтернативою традиційній психокорекційній або психотерапевтичній практиці. Воно виконує як діагностичну, так і прогностичну функцію, даючи змогу визначити етичну зрілість особистості, її здатність до моральної саморефлексії та критичного мислення. У цьому контексті консультування спрямоване не лише на зменшення дистресу, а й на активне формування смисложиттєвої перспективи та морально обґрунтованої життєвої позиції.

Допомога християнам у контексті ціннісно-морального консультування передбачає звернення до їхньої системи вірувань як ресурсу для подолання психологічної кризи, моральних конфліктів і внутрішніх переживань. Це особливо актуально в разі психосоматичних або психічних порушень, де важливу роль відіграють емоційно-ціннісні розлади, втрата сенсу життя або внутрішнє відчуття провини. Для вірянина-протестанта такі стани можуть бути пов'язані не лише із суто психологічною проблематикою, а й із духовною боротьбою, падінням або кризою віри. У таких випадках консультант має не лише психологічну, а й пасторську сенситивність [19].

Особливої уваги потребує робота з протестантами, які зазнали психологічного травмування й характеризуються зниженою здатністю усвідомлювати, описувати й розпізнавати власні емоції. У таких випадках духовна складова може бути як ресурсом для одужання, так і джерелом внутрішньої боротьби. Психологічна підтримка повинна включати діалог про цінності, гріх, вибачення, надію, що відповідає богословським переконанням клієнта. Наприклад, концепція «внутрішнього оновлення» (spiritual transformation), характерна протестантській культурі, може використовуватися як основа для реструктуризації особистості.

Ціннісно-моральне консультування орієнтоване на особистість клієнта, а не на симптоматику як таку. У випадку релігійного клієнта особливо важливо враховувати його богословське розуміння хвороби, зцілення, зла, духовної боротьби. Група іноземних дослідників підкреслює, що ціннісне консультування з урахуванням релігійної системи значень сприяє не лише одужанню, а й зростанню духовної зрілості, зміцненню віри та світоглядної стійкості [17, с. 795].

Разом із перерахованими перевагами варто відмітити, що такий підхід допомагає сформувати глибший рівень терапевтичного альянсу, що базується на спільному розумінні сенсів і цінностей. Дослідження показують, що для вірян включення духовного елемента в терапію підвищує довіру до спеціаліста та рівень залучення в процес [15]. Саме тому формування моральної компетентності консультанта – здатності вести діалог у царині добра і зла, каяття і прощення, смислу життя – стає центральним у роботі з такою категорією клієнтів.

Ціннісно-моральне консультування протестантів передбачає не лише технічне володіння психологічними методами, а й глибоке розуміння духовних основ клієнта, його віри, моральних переконань і богословських інтерпретацій життєвих подій. Лише в такому поєднанні можлива справжня підтримка, яка сприяє не лише зменшенню симптомів, а й духовному зростанню й особистісному оновленню.

Консультативний процес у контексті ціннісно-морального консультування ґрунтується на тих же засадах і принципах, що й традиційне психологічне консультування. Можемо виділити такі принципи психологічного консультування:

1. Принцип доброзичливого та безоцінного ставлення до клієнта, що передбачає низку змістових характеристик професійної поведінки (активне слухання, уміння надавати емоційну підтримку, не засуджувати), реалізація якої має забезпечити спокій і комфорт пацієнта.

2. Принцип орієнтації на норми та цінності пацієнта – під час консультативної роботи фахівець має розкрити, зрозуміти й урахувати систему

норм і цінностей, якими керується пацієнт. Глибинна ж сутність цього принципу полягає в тому, щоб поважати ціннісні настанови клієнта, навіть тоді, коли вони виявляються неприйнятними для консультанта, що дає змогу побудувати міцну атмосферу співпраці та довіри.

3. Принцип анонімності – передбачає заборону на передачу інформації без згоди пацієнта в жодні громадські або державні організації, а також приватним особам, у тому числі родичам і друзям.

4. Принцип розмежування особистих і професійних стосунків – консультант під час психологічної допомоги має створити особливу атмосферу дружніх, довірливих відносин. Але вони не мають переходити межі панібратства, спілкування «на короткій нозі» тощо. Цим же принципом вводиться обмеження на надання консультативних послуг своїм родичам і друзям.

До переліку висвітлених принципів додамо кілька принципів психологічного консультування, що їх зазначають у роботах Л. Магдисюк та Р. Федоренко: *принцип добровільності*, що передбачає наявність у пацієнта щирого бажання й автономної мотивації до звернення за консультативними послугами; *принцип професійної вмотивованості консультанта* – орієнтація консультанта виключно на захист інтересів клієнта, а не інших осіб, а також зайняття нейтральної позиції в разі виникнення конфліктних ситуацій пацієнта з іншими зацікавленими особами, уникнення упередженого ставлення [4].

На нашу думку, у межах ціннісно-морального консультування важливими завданнями психолога є таке:

- установлення довірливого, автентичного контакту (терапевтичного альянсу) з урахуванням цінностей і світогляду особистості;

- створення безпечного простору для прояву моральних переживань: тривоги, сумніву, образи, сорому;

- підтримка процесу моральної саморефлексії, критичного мислення й формування здатності до внутрішнього вибору;

- допомога в усвідомленні й перетворенні деструктивних переконань, пов'язаних із самозвинуваченням, незаслуженою провиною, втратою сенсу;

- сприяння у формуванні мотивації до морально обґрунтованих дій і прийняття відповідальності за психічне та духовне здоров'я;

- активізація екзистенційного ресурсу особистості – віри, надії, духовного пошуку, відкритості до трансцендентного [6].

У традиційній, немедичній психоконсультативній практиці сутнісною характеристикою психологічного консультування релігійних осіб, які зазнали психологічного травмування, є здійснення

психологічного впливу, спрямованого не лише на зміну поведінкових патернів, а й на глибинне моральне та ціннісне переосмислення способу життя. У цьому контексті важливою є інтеграція духовних переконань особи в консультативний процес.

Вітчизняна психологиня, професорка Н. Афанасьєва зазначає, що психологічний вплив у процесі консультування здійснюється з використання вербальної та невербальної комунікації, приводячи до трансформації основ людської діяльності [1, с. 115]. Такий вплив, відображаючись у свідомості клієнта, викликає зміни в психологічних регуляторах його активності. У випадку з релігійними клієнтами, ці зміни тісно пов'язані з процесами духовного осмислення, покаяння та морального самовиправдання, що сприяє прийняттю рішення про відмову від дезадаптивних поведінкових проявів, які розглядаються не тільки з психологічної, а й із морально-духовної точки зору [14].

У практиці ціннісно-морального консультування осіб із протестантським світоглядом доцільно виокремити чотири ключові напрями роботи:

Робота над усвідомленням і подоланням емоційно-когнітивних дисфункцій – відомо, що особи, які зазнали психологічного травмування внаслідок війни, мають труднощі з розпізнаванням і вираженням емоцій. Це, у свою чергу, ускладнює процес покаяння та духовної рефлексії, які є ключовими в релігійному контексті. Консультант має сприяти розвитку емоційної відкритості й здатності клієнта до глибокого само спостереження. Саме усвідомлення гріховної природи дезадаптивної поведінки та її деструктивного впливу на відносини з Богом і ближніми є каталізатором внутрішньої трансформації. Глибока духовна робота дає людині змогу зрозуміти, що дезадаптивні форми поведінки руйнують її не лише психологічно, а й духовно.

Формування мотивації до зміни поведінки – у ціннісно-моральному консультуванні зміна поведінки ґрунтується не стільки на зовнішньому контролі, скільки на внутрішній духовній мотивації – прагненні жити згідно з біблійними принципами. Тут доречними є техніки, що спонукають клієнта до моральної відповідальності перед Богом, ближніми та собою. Протестантська етика самоконтролю, дисципліни й особистої відповідальності є вагомими внутрішніми ресурсами для подолання важких психологічних наслідків пережитих життєвих труднощів. Цей напрям також включає роботу щодо переоцінки кола спілкування, пошуку духовно-змістової альтернативи.

Прийняття відповідальності за власні вчинки – в осіб, на психологічне здоров'я яких здійснено

деструктивний вплив, часто формується екстернальний локус контролю. У релігійному контексті ця установка суперечить богословському вченню про свободу волі й індивідуальну відповідальність перед Богом. Психолог має допомогти клієнтові усвідомити, що він не лише жертва обставин, а активний суб'єкт етичного та ціннісного вибору. Шляхом діалогу, рефлексії та духовної практики клієнт має прийти до розуміння своєї ролі у власному житті й відповідальності за зміни.

Розвиток адаптивних, морально прийнятних форм поведінки – цей напрям передбачає залучення клієнта до конструктивної діяльності, що узгоджується з його релігійними переконаннями. Це може бути служіння в громаді, волонтерська робота, участь у біблійних гуртках або групах підтримки. Формування позитивного життєвого сценарію, ґрунтованого на духовних цінностях, є важливою частиною тривалого ціннісно-морального консультування. У процесі роботи активно застосовуються техніки логотерапії, що спрямовані на пошук сенсу, а також елементи екзистенційної терапії з фокусом на відповідальність і життєво значущий вибір [2; 8; 10].

Ще раз важливо підкреслити, що консультування клієнтів-вірян не має суперечити їхнім релігійним переконанням. Навпаки, морально-ціннісне консультування має опиратися на віру клієнта як на ресурс змін. Згідно з дослідженнями Дж. Ріплі та Д. Шульца [18; 19], інтеграція духовних переконань у процес психологічної допомоги не лише підвищує ефективність консультування, а й сприяє довготривалим позитивним змінам. У такій інтегративній моделі важливо уникати секуляризованого редукування духовного досвіду до суто психологічних механізмів. Натомість консультант має поважати автономію віри клієнта, а також бути достатньо обізнаним у релігійному контексті, у якому формується його світогляд. Психолог не виконує роль священнослужителя, однак може бути посередником у процесі духовного усвідомлення та морального зцілення. У зв'язку з тим що ціннісно-моральне консультування передбачає глибоку роботу з індивідуальною системою переконань, моральними орієнтирами, світоглядною позицією клієнта, можна цілком обґрунтовано стверджувати, що такий різновид консультування є особливою формою психологічної допомоги й важливим чинником у забезпеченні та збереженні психологічного здоров'я особистості. Забезпечення психологічного здоров'я в контексті такого консультування ґрунтується на принципі інтеграції моральних смислів у процес осмислення особистістю своїх життєвих труднощів. В умовах втрати внутрішньої рівноваги, кризи ідентичності або моральної дезорієнтації консультант допомагає клієнту переосмис-

лити власні ціннісні позиції, відновити зв'язок із життєво значущими цілями, що, відповідно до досліджень К. Паргамента, є ключовим чинником у подоланні внутрішніх конфліктів, відновленні цілісності Я-образу й регенерації психологічної стійкості [16]. Шляхом залучення клієнта до рефлексії пережитих утрат та особистісних смислів, ціннісно-моральне консультування формує умови для конструктивного подолання психоемоційного напруження та зменшення внутрішньої тривожності.

Ще одним важливим завданням ціннісно-морального консультування є збереження досягнутого рівня психологічного благополуччя шляхом підтримки клієнта в ситуаціях моральної невизначеності або дії деструктивних соціально-політичних та економічних впливів. Особливої ваги це набуває в роботі з клієнтами, які є членами релігійних спільнот, де моральні орієнтири часто задаються нормативно, а переживання вини, сорому чи екзистенційного страху можуть набувати панівного характеру [15]. Завдяки роботі з моральними дилемами, які виникають на перетині особистісного вибору та нормативних уявлень про добро і зло, консультант сприяє зниженню внутрішньої поляризації клієнтського досвіду, зменшує ризик виникнення хронічного психоемоційного виснаження й запобігає розвитку таких реактивних станів, як депресія, тривожні розлади або психосоматичні прояви.

Збереження психологічного здоров'я в цьому контексті можливе лише за умов стійкої внутрішньої інтеграції моральних орієнтирів, що формують відчуття сенсу життя. Саме ціннісно-моральне консультування допомагає підтримати цю інтеграцію за рахунок відновлення суб'єктності особистості, яка здатна не лише адаптуватися до обставин, а й приймати рішення відповідно до глибоко усвідомлених життєвих принципів.

Коли клієнт переживає втрату сенсу, розчарування в моральних авторитетах або релігійну кризу, консультування, спрямоване на реконструкцію власної системи цінностей, слугує не лише терапевтичним інструментом, а й профілактичним ресурсом для запобігання психологічному регресу. Це особливо актуально в умовах тривалих стресогенних навантажень або посттравматичних змін у світоглядній картині особистості, коли збереження психологічного здоров'я безпосередньо пов'язане з відновленням моральної надійності як внутрішньої опори. Таким чином, ціннісно-моральне консультування за умов його якісної реалізації має потенціал як для забезпечення психоемоційної стабільності й особистісного зростання, так і для формування механізмів довготривалого збереження психологічного здоров'я.

Отже, ціннісно-моральне консультування є однією з форм психологічної допомоги, що ґрунтується на глибокому розумінні внутрішнього світу особистості, її моральних орієнтацій, життєвих цінностей і смислів. Цей підхід виявляється особливо актуальним у роботі з людьми, які опинилися в складних життєвих обставинах, адже саме в кризові періоди найбільш актуалізуються екзистенційні питання, пов'язані з переживанням болю, утрат, моральних сумнівів і пошуком сенсу буття. Ефективне консультування неможливе без наявності цілісної психологічної теорії, яка поєднує філософське бачення людини, наукове осмислення її психологічного функціонування й практичний досвід фахівця, що працює з конкретними проблемами клієнта. Така теоретична основа дає консультантові змогу бачити в людині не лише носія симптомів чи труднощів, а насамперед особистість зі своїм унікальним духовним досвідом, ціннісними орієнтирами й потенціалом до морального вибору.

У межах ціннісно-морального консультування акцент переноситься з пошуку інструментальних рішень на глибину особистісного переживання та моральної рефлексії. Із цього приводу В. Педоренко зазначає, що в психологічній практиці важливо враховувати зміст моральних цінностей усіх суб'єктів процесу психологічної допомоги. При цьому дуже важливою є ціннісна позиція психолога. Зокрема, спрямованість на клієнта як на носія унікального внутрішнього досвіду потребує від консультанта не лише емпатії, а й готовності до морального співпереживання, яке не зводиться до співчуття, а передбачає моральну присутність у переживаннях іншої людини. Суверенні моральні цінності, на думку В. Педоренко, формуються в умовах рефлексії свого життєвого шляху, різного досвіду реалізації морального вибору в ситуаціях виникнення моральних дилем. Така ціннісна орієнтація дає змогу не тільки підтримати клієнта в кризі, а й створити умови для його зростання за рахунок осмислення життєвої ситуації з морально-ціннісної точки зору [5].

Особливе місце в процесі ціннісно-морального консультування посідає феномен духовного резонансу між клієнтом і консультантом. Як свідчать результати дослідження О. Глушко й О. Байер, ефективність психотерапевтичної взаємодії значною мірою залежить від збігу ціннісних і релігійних переконань між обома сторонами процесу. Такий збіг не тільки підвищує рівень довіри, а й створює умови для глибшого відкриття клієнта, що переживає внутрішню кризу, спричинену суперечностями між власними діями та моральними переконаннями [2]. У цьому разі консультування набуває форми діалогу, у якому консультант є не суддею і не радником, а емоційно значущим

співрозмовником, що допомагає клієнтові розібратися у власному моральному досвіді, перебувати ієрархію особистісних цінностей та інтегрувати їх у нову життєву стратегію.

Висновки і перспективи подальших розробок у напрямку дослідження. Таким чином, ціннісно-моральне консультування можна розглядати як інтегративну практику, що поєднує психотерапевтичні методи, моральну рефлексію, духовний супровід і підтримку ціннісної ідентичності особистості. Його сутність полягає не лише в усуненні симптомів чи зменшенні страждання, а в сприянні глибокому особистісному перетворенню, яке здійснюється шляхом осмислення життєвих випробувань у площині морального вибору. Це консультування виводить психоло-

гічну допомогу за межі утилітарного вирішення проблем, наближаючи її до духовного служіння людині в її пошуках сенсу, цілісності й внутрішньої свободи.

У сучасному науково-практичному просторі ціннісно-моральне консультування ми бачимо як перспективний напрям психологічної допомоги, що поєднує елементи екзистенційної психології, етики, духовного супроводу та гуманістичної психотерапії. Його інтеграція в різні соціальні інститути – освіту, охорону здоров'я, духовно-релігійну сферу, військову й реабілітаційну практику – становить важливу умову підвищення моральної стійкості, духовної цілісності та психоемоційного добробуту особистості в умовах кризового суспільного середовища.

ЛІТЕРАТУРА

1. Афанасьєва Н. Є. Психологічне консультування представників екстремальних професій: теорія, методологія, практика : монографія. Харків : НУЦЗУ, 2017. 315 с.
2. Глушко О., Байер О. Ціннісний портрет українця, потенційно зацікавленого у психотерапії. *Психологія і суспільство*. 2019. № 1(75). С. 52–59. URL: https://pis.wunu.edu.ua/index.php/uapis/article/view/1028?utm_source=chatgpt.com.
3. Зварич І. М., Чуйко Г. В., Колтунович Т. А. Екзистенційна та гуманістична психологія : навчальний посібник. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2019. 496 с.
4. Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П. Основи психологічного консультування : навчальний посібник. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. URL: <https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/20907/1/opsykons.pdf>.
5. Педоренко В. Сутнісні аспекти розвитку суверенних моральних цінностей особистості. *Психологія і суспільство*. 2017. № 3(69). С. 104–111. DOI: <https://doi.org/10.35774/pis2017.03.104>.
6. Робінсон Б. Основи християнського консультування. Київ : ХНАЦ, Книгоноша, 2024. 112 с.
7. Славіна Н. С. Психологічне консультування : навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський : Видавець Ковальчук О. В., 2022. 180 с.
8. Титаренко Т. М., Ларіна Т. О. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека : навчальний посібник. Київ : Марич, 2009. 105 с.
9. Фурс О. Й. Basic techniques of psychological counseling in work with applicants of vocational education institutions. У Соціально-освітні доміанти професійної підготовки сучасного компетентного фахівця : збірник матеріалів II Всеукраїнської науково-практичної конференції, м. Біла Церква, 18 травня 2023 р. Біла Церква : БІНПО ДЗВО «УМО» НАПН України, 2023. С. 241–244.
10. Amani C. The impact of existentialism on contemporary mental health practices. *International Journal of Psychology*. 2024. Vol. 59. № 2. P. 123–135. URL: <https://doi.org/10.47941/ijp.2088>.
11. Erling I. Pathways to change in existential group treatment for older adults. *Psychology and Aging*. 2025. Vol. 40, № 1. P. 15–29. URL: <https://doi.org/10.1037/pag0000526>.
12. Hawkins R. L., Clinton T. The New Christian Counselor. Harvest House, 2015. URL: https://www.harvesthousepublishers.com/data/files/excerpts/9780736943543_exc.pdf?srsId=AfmBOor4HOumBBQsPzWG3HmT02YhWRoJAzeHK4JIGHNo8EpT7HFf8o9R.
13. Lazar F. L. The Connection Between Counseling Psychology and Christian Spiritual Direction. *Proceedings of the 1st International Conference on Education, Humanities, Health and Agriculture. ICEHHA 2021, 3–4 June 2021, Ruteng, Flores, Indonesia*. 2021. URL: <https://doi.org/10.4108/eai.3-6-2021.2310678>.
14. McMinn M. R. Psychology, theology, and spirituality in Christian counseling. Carol Stream (USA) : Tyndale House Publishers, 2011. 371 p.
15. Nganyu N. G. Theological and psychological integration in Christian psychotherapy: A critical analysis. *Greener Journal of Social Sciences*. 2025. Vol. 15(1). P. 75–82. URL: <https://doi.org/10.15580/gjss.2025.1.022525031>.
16. Pargament K. I. Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred. New York : Guilford Press, 2007. URL: https://psipp.itb-ad.ac.id/wp-content/uploads/2020/10/Kenneth-I.-Pargament-Spiritually-Integrated-Psychotherapy_-Understanding-and-Addressing-the-Sacred-2007-The-Guilford-Press.pdf.

17. Post B. C., Wade N. G. Religion and spirituality in psychotherapy: A practice-friendly review of research. *Journal of Clinical Psychology*. 2022. № 65(2). P. 131–146. DOI: <https://doi.org/10.1002/jclp.20564>.
18. Ripley J. S. Integration of Psychology and Christianity. *Journal of Psychology and Theology*. 2022. Vol. 40. Iss. 2. P. 150–154. <https://doi.org/10.1177/009164711204000213>.
19. Schultz D. M. Revisiting Emotions in Pastoral Care and Counseling: A Scoping Review. *Pastoral Psychology*. 2024. Vol. 73. P. 759–777. URL: <https://doi.org/10.1007/s11089-024-01182-3>.
20. Vos J., Heidenreich T. Existential psychological therapies: An overview of effectiveness. *Journal of Contemporary Psychotherapy*. 2023. Vol. 53. № 3. P. 145–158. URL: <https://doi.org/10.1007/s10879-023-09453-3>.
21. Westhoff M., Berg M., Reif A., Rief W., Hofmann S. G. Major problems in clinical psychological science and how to address them : introducing a multimodal dynamical network approach. *Cognitive Therapy and Research*. 2024. Vol. 48. P. 791–807. URL: <https://doi.org/10.1007/s10608-024-10487-9>.

REFERENCES

1. Afanasieva N. Ye. (2017). Psykholohichne konsultuvannya predstavnykiv ekstremalnykh profesii: teoriia, metodolohiia, praktyka [Psychological counseling of representatives of extreme professions: theory, methodology, practice]. Kharkiv [in Ukrainian].
2. Hlushko O., Baiier, O. Tsinnisnyi portret ukrainsia, potentsiino zatsikavlenoho u psykhoterapii [A valuable portrait of a Ukrainian potentially interested in psychotherapy]. *Psykholohiia i suspilstvo*. 2019. № 1(75). S. 52–59. URL: https://pis.wunu.edu.ua/index.php/uapis/article/view/1028?utm_source=chatgpt.com [in Ukrainian].
3. Zvarych I. M. (2019). Ekzystentsiina ta humanistychna psykholohiia [Existential and humanistic psychology] / I. M. Zvarych, H. V. Chuiko, T. A. Koltunovych. Chernivtsi [in Ukrainian].
4. Mahdysiuk L. I., Fedorenko R. P. (2022). Osnovy psykholohichnoho konsultuvannya [Fundamentals of psychological counseling]. Lutsk. URL: <https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/20907/1/opsykons.pdf> [in Ukrainian].
5. Pedorenko V. Sutnisni aspekty rozvytku suverennykh moralnykh tsinnosti osobystosti [Essential aspects of the development of sovereign moral values of the individual]. *Psykholohiia i suspilstvo*. 2017. № 3(69). S. 104–111. DOI: <https://doi.org/10.35774/pis2017.03.104> [in Ukrainian].
6. Robinson B. (2024). Osnovy khrystyianskoho konsultuvannya [Fundamentals of Christian Counseling]. K. [in Ukrainian].
7. Slavina N. S (2022). Psykholohichne konsultuvannya : navchalno-metodychnyi posibnyk [Psychological counseling: a teaching and methodological manual]. Kamianets-Podilskyi [in Ukrainian].
8. Tytarenko T. M., Larina T. O. (2009). Zhyttiistiikist osobystosti: sotsialna neobkhdnist ta bezpeka [Resilience of the individual: social necessity and safety: teaching manual]. K. [in Ukrainian].
9. Furs O. Y. Basic techniques of psychological counseling in work with applicants of vocational education institutions. U Sotsialno-osvitni dominanty profesiinoi pidhotovky suchasnoho kompetentnoho fakhivtsia: zb. materialiv II-yi Vseukrainskoi studentskoi naukovo-praktychnoi konferentsii, m. Bila Tserkva, 18 travnia 2023 r. S. 241–244 [in Ukrainian].
10. Amani, C. (2024) The impact of existentialism on contemporary mental health practices, *International Journal of Psychology*, Vol. 59, № 2, pp. 123–135. URL: <https://doi.org/10.47941/ijp.2088> [in English].
11. Erling, I. (2025) Pathways to change in existential group treatment for older adults, *Psychology and Aging*, Vol. 40, № 1, p. 15–29. URL: <https://doi.org/10.1037/pag0000526> [in English].
12. Hawkins, R. L., Clinton, T. (2015) *The New Christian Counselor*. Harvest House. URL: https://www.harvesthousepublishers.com/data/files/excerpts/9780736943543_exc.pdf?srsltid=AfmBOor4HOumB-BQsPzWG3HmT02YhWRoJAzeHK4JlGHNo8EpT7HFf8o9R [in English].
13. Lazar, F. L. (2021) The Connection Between Counseling Psychology and Christian Spiritual Direction, *Proceedings of the 1st International Conference on Education, Humanities, Health and Agriculture (ICEHHA 2021)*, 3–4 June 2021, Ruteng, Flores, Indonesia. URL: <https://doi.org/10.4108/eai.3-6-2021.2310678> [in English].
14. McMinn, M. R. (2011) *Psychology, theology, and spirituality in Christian counseling*. Carol Stream (USA): Tyndale House Publishers. 371 p. [in English].
15. Nganyu, N. G. (2025) Theological and psychological integration in Christian psychotherapy: A critical analysis, *Greener Journal of Social Sciences*, Vol. 15(1), p. 75–82. URL: <https://doi.org/10.15580/gjss.2025.1.022525031> [in English].
16. Pargament, K. I. (2007) *Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred*. New York: Guilford Press. URL: <https://psipp.itb-ad.ac.id/wp-content/uploads/2020/10/Kenneth-I.-Parga>

ment-Spiritually-Integrated-Psychotherapy_-Understanding-and-Addressing-the-Sacred-2007-The-Guilford-Press.pdf [in English].

17. Post, B. C., Wade, N. G. (2022) Religion and spirituality in psychotherapy: A practice-friendly review of research, *Journal of Clinical Psychology*, № 65(2), p. 131–146. DOI: <https://doi.org/10.1002/jclp.20564> [in English].
18. Ripley, J. S. (2022) Integration of Psychology and Christianity, *Journal of Psychology and Theology*, Vol. 40, Iss. 2, p. 150–154. URL: <https://doi.org/10.1177/009164711204000213> [in English].
19. Schultz, D. M. (2024) Revisiting Emotions in Pastoral Care and Counseling: A Scoping Review, *Pastoral Psychology*, Vol. 73, p. 759–777. URL: <https://doi.org/10.1007/s11089-024-01182-3> [in English].
20. Vos, J., Heidenreich, T. (2023) Existential psychological therapies: An overview of effectiveness, *Journal of Contemporary Psychotherapy*, Vol. 53, № 3, p. 145–158. URL: <https://doi.org/10.1007/s10879-023-09453-3> [in English].
21. Westhoff, M., Berg, M., Reif, A., Rief, W., Hofmann, S. G. (2024) Major problems in clinical psychological science and how to address them: introducing a multimodal dynamical network approach, *Cognitive Therapy and Research*, Vol. 48, p. 791–807. URL: <https://doi.org/10.1007/s10608-024-10487-9> [in English].

Дата першого надходження рукопису до видання: 21.09.2025

Дата прийнятого до друку рукопису після рецензування: 14.10.2025

Дата публікації: 28.11.2025