

Гаврилькевич В. К., Крук С. Л. Чи має право психолог давати поради клієнтам у процесі психологічного консультування та психотерапії? // *Наукові записки Львівського державного університету безпеки життєдіяльності: Педагогіка та психологія*. 2025. № 1 (5). С. 142–150. DOI: <https://doi.org/10.32782/3041-1297/2025-1-19>. URL: <https://journal.ldubgd.edu.ua/index.php/pp/article/view/3009/2890>

УДК 159.942:174

Гаврилькевич В. К.¹, Крук С. Л.²

¹ *Хмельницький національний університет, доцент кафедри психології та педагогіки, м. Хмельницький, Україна*

² *Львівський державний університет безпеки життєдіяльності, доцент кафедри практичної психології та педагогіки, м. Львів, Україна*

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9473-7844> – В. К. Гаврилькевич

<https://orcid.org/0000-0002-7453-1918> – С. Л. Крук

E-mail: gavrilkevich@gmail.com

ЧИ МАЄ ПРАВО ПСИХОЛОГ ДАВАТИ ПОРАДИ КЛІЄНТАМ У ПРОЦЕСІ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ?

Анотація. Стаття присвячена проблемі допустимості надання психологом порад клієнтам у процесі психологічного консультування та психотерапії.

На підставі огляду вказівок і пояснень, що містяться у навчальних посібниках з психологічного консультування, виявлено і сформульовано таку суперечливість: «Під час психологічного консультування психологу заборонено давати поради, психолог повинен відмовитися від надання порад клієнтам, але, за необхідності, психолог має давати клієнтам поради».

Метою статті є розв'язання зазначеної суперечливості та визначення допустимості надання порад клієнтам у процесі психологічного консультування та психотерапії.

Для досягнення цієї мети здійснено семантико-етимологічний, етичний та практичний аналіз зазначеної проблеми.

З'ясовано, що слово «порада» в українській мові є неоднозначним, воно має кілька значень, таких як: 1) пропозиція, вказівка, як діяти за яких-небудь обставин, допомога добрим словом у скруті; рада; повчання, напучення; сприяння, допомога в якій-небудь справі; 2) спільне обговорення яких-небудь питань, обмірковування чого-небудь із кимсь; рада; 3) те, що заспокоює, сповнює радістю; втіха, відрода. Відповідно, у контексті надання психологічної допомоги принцип «заборона давати клієнтам поради» (або «відмова від надання клієнтам порад») є теж неоднозначним.

Психолог може давати своїм клієнтам поради (пропозиції, вказівки, як діяти за яких-небудь обставин), якщо: 1) розуміє, що клієнт зможе успішно і в повному обсязі виконати надані йому поради; 2) точно знає, які саме наслідки клієнт отримає від їх виконання; 3) впевнений, що ці наслідки будуть корисними для клієнта та, водночас, не зашкодять іншим; 4) готовий взяти на себе

відповідальність (моральну, юридичну та будь яку іншу) за наслідки виконання клієнтом цих пропозицій і вказівок.

Психолог не повинен давати клієнту поради (пропозиції, вказівки, як діяти за яких-небудь обставин), якщо: 1) дізнається, що клієнт має такі особистісні особливості та/або життєві обставини, які можуть утруднювати чітко і повне виконання певних пропозицій і вказівок; 2) не може чітко передбачити всі наслідки, до яких призведе виконання клієнтом цих пропозицій і вказівок; 3) не має достатньої впевненості в тому, що ці наслідки будуть корисними для клієнта і не зашкодять іншим; 4) не може взяти на себе відповідальність (моральну, юридичну та будь яку іншу) за наслідки виконання клієнтом наданих пропозицій і вказівок.

Синонімом слова «порада» в сучасній українській мові є слово «рекомендація», яке за своїм сутнісним значенням означає «доручення». Відповідно, слово «рекомендація» є навіть більш наказовим, ніж слово «порада». Зважаючи на це, психологи-консультанти і психотерапевти можуть сміливо використовувати слово «порада», не замінюючи його словом «рекомендація». Оскільки слово «рекомендація» за своїм сутнісним значенням є повним синонімом слова «доручення», то у професійному контексті його варто застосовувати в тих випадках, коли психологи покладають на клієнтів виконання певних дій і завдань.

Ключові слова: психологічне консультування, психотерапія, психолог, поради, рекомендації.

Havrylkevych V. K.¹, Kruk S. L.²

¹ *Khmelnytskyi National University, Khmelnytskyi, Ukraine*

² *Lviv State University of Life Safety, Lviv, Ukraine*

DOES A PSYCHOLOGIST HAVE THE RIGHT TO GIVE ADVICE TO A CLIENT IN THE PROCESS OF PSYCHOLOGICAL COUNSELING AND PSYCHOTHERAPY?

Annotation. This article addresses the issue of whether psychologists have the right to offer advice to clients during psychological counselling and psychotherapy.

Based on a review of the instructions and explanations contained in the textbooks on psychological counseling, the following contradiction was identified and formulated: “During psychological counseling, a psychologist is prohibited from giving advice, a psychologist must refuse to give advice to clients, but, if necessary, a psychologist must give advice to clients”.

The aim of the article is to resolve the specified contradiction and determine the admissibility of providing advice to clients in the process of psychological counseling and psychotherapy. To achieve this goal, a semantic-etymological, ethical and practical analysis of the specified problem was carried out.

It is established that the Ukrainian word “porada” (advice) is polysemous and can have several meanings, such as: 1) a suggestion or directive regarding actions under certain circumstances; verbal assistance in times of difficulty; instruction or guidance;

support or help in a particular matter; 2) a joint discussion of certain issues; deliberation with someone; 3) something that brings relief or joy; consolation or comfort.

Accordingly, in the context of psychological assistance, the principle of “prohibition against giving advice to clients” (or “refraining from giving advice”) is also ambiguous.

A psychologist may offer advice to clients (suggestions or directives on how to act in specific situations) if: 1) he understands that the client will be able to successfully and fully implement the advice given to him; 2) the psychologist can clearly foresee the consequences of following such advice; 3) is confident that these consequences will be beneficial for the client and will not cause harm to others; 4) is willing to assume full responsibility (moral, legal, or otherwise) for the consequences of the client’s actions based on that advice.

Conversely, a psychologist should refrain from giving such advice if: 1) it becomes evident that the client has personal characteristics and/or life circumstances that may hinder accurate or complete implementation of the suggested actions; 2) the psychologist is unable to foresee all possible outcomes of the advice; 3) there is insufficient confidence that the consequences will benefit the client and not harm others; 4) the psychologist is unwilling or unable to accept responsibility (moral, legal, or otherwise) for the consequences of the client’s actions taken on the basis of the given advice.

In modern Ukrainian, the word “porada” (advice) is synonymous with “recomendatsia” (recommendation), which, in its essential meaning, signifies a “doruchennia” (assignment or directive). Accordingly, the word “recommendation” is even more imperative than the word “advice”. Given this nuance, counseling psychologists and psychotherapists may safely use the term “*advice*” without replacing it with “*recommendation*”. Since the word “*recommendation*” is semantically equivalent to “*assignment*” in its core meaning, it is more appropriate to use it in professional contexts where psychologists delegate specific tasks or behavioral actions to clients for implementation.

Key words: psychological counseling, psychotherapy, psychologist, advice, recommendations.

Постановка проблеми та її зв’язок із науковими і практичними завданнями. Практична діяльність психологів, які займаються психологічним консультуванням і психотерапією, має таку особливість, що до них звертаються люди, які просять порад щодо розв’язання життєвих проблем. Водночас, у середовищі сучасних практикуючих психологів спостерігається тенденція щодо відмови від надання порад, натомість надаються рекомендації: «Ми, психологи, не даємо порад, ми даємо тільки рекомендації». І сучасні наукові психологічні дослідження та кваліфікаційні роботи на здобуття першого (бакалаврського) або другого (магістерського) ступеня вищої освіти зазвичай завершуються розробкою практичних або організаційних, або методичних рекомендацій для певної групи осіб, яких стосується проведене дослідження.

Для того, щоб професійно здійснювати психологічне консультування і психотерапію, необхідно чітко розуміти співвідношення понять «порада» і

«рекомендація», щоб знати, коли і в яких контекстах їх застосовувати або не застосовувати у мовленні та практичній діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій з даної проблеми; виділення невіршених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується стаття. Для з'ясування зазначеної проблеми ми розглянули вказівки і пояснення щодо порад у навчальних посібниках із психологічного консультування, які були видані в різні роки протягом останніх 20 років. Завдяки цьому розгляду ми виявили цікаві факти, які подано далі.

«Ми, психологи, не даємо порад...», – цей постулат міцно вкорінюється у свідомість психологів під час здобуття вищої психологічної освіти. Це відбувається тому, що як у давніх, так і в сучасних навчальних посібниках із психологічного консультування чітко і однозначно написано, що одним із принципів психологічного консультування є: «**Заборона давати поради**» [1, с. 4; 9, с. 15; 11, с. 31], – і далі одразу зазначено: «Клієнтам не можна давати поради» [9, с. 15; 11, с. 31]. В іншому посібнику сказано так: «Ще одним важливим принципом є *відмова психолога від порад і рецептів*, оскільки він не може брати на себе відповідальність за життя іншої людини; його завданням, як уже зазначалося, є посилення відповідальності клієнта за те, що з ним відбувається, спонукання його до активності в аналізі проблеми, у пошуку виходу з кризи» [8, с. 13], і через 50 сторінок знову повторено: «...важливим принципом є **відмова психоконсультанта від порад**» [8, с. 63].

Чому психологу заборонено давати клієнтам поради, у згаданих вище навчальних посібниках пояснено так: «Підстави для цього різні й досить суттєві. Насамперед, яким би не був життєвий і професійний досвід психолога, дати гарантовану пораду іншій людині неможливо: життя кожного унікальне й непередбачуване. До того ж, радячи, консультант повністю бере на себе відповідальність за те, що відбувається, а це не сприяє розвиткові особистості клієнта, формуванню адекватного ставлення до дійсності. У такій ситуації психолог може опинитися в ролі «гуру», що реально шкодить консультуванню, призводить до того, що в клієнта замість активного прагнення розібратися у своєму житті й змінити його формується пасивне й поверхнєве ставлення до того, що відбувається. При цьому будь-які невдачі в реалізації поради, звичайно, приписуються консультантові, який дав пораду, що, природно, заважає клієнту усвідомити свою роль у подіях, що відбуваються з ним» [8, с. 63; 9, с. 15; 11, с. 31].

Отже, цей принцип психологічного консультування у навчальних посібниках подано достатньо обґрунтовано, він виглядає повністю зрозумілим, і ми цілком погоджуємось із таким обґрунтуванням заборони давати поради клієнту під час психологічного консультування. Але ми звернули увагу на одну обставину, що викликала у нас сумніви щодо однозначності розуміння «заборони давати поради» як непорушного принципу психологічного консультування.

У згаданих вище навчальних посібниках, незважаючи на задекларований принцип психологічного консультування, такий як «заборона давати поради» або «відмова психоконсультанта від порад», в інших розділах посібників при

поясненні того, як психолог має надавати клієнту психологічну консультативну допомогу, порада неодноразово вказується як одна із форм допомоги, а психологу пропонується роль *порадника*. Кілька таких прикладів у вигляді цитат із посібників подано далі (всі слова, що вказують на давання *порад*, у цитатах ми виділили курсивом. – В.Г.).

«Якщо психолог володіє інформацією, необхідною для клієнта, він у даному випадку може стати *порадником* – куди і як піти, кому і що говорити, про що просити й т. п.» [11, с. 223].

«У цей момент у розмові з пацієнтом про смерть консультант повинен відчувати велику відповідальність. Насамперед непогано *порадити* йому привести до порядку життєві справи (останнє бажання, заповіт і т. п.)» [11, с. 323].

«Дружинам, що скаржаться на проблеми, пов'язані із сексом, часто просто не вистачає повної інформації і, оскільки гарної популярної літератури про сексуальні стосунки раніше було занадто мало, а тепер занадто багато, психологові часто доводиться брати на себе роль *порадника*: що саме варто почитати, куди ще варто звернутися з подібними проблемами» [1, с. 84-85; 11, с. 376].

«Наприклад, якщо в квартирі в клієнта продовжують зберігатися речі колишнього чоловіка, а він сам давно живе в іншому місці, із якихось причин не забираючи їх, треба *порадити* клієнтові наполягти на тому, щоб ці речі було забрано» [1, с. 97; 11, с. 422].

«Психологу-консультанту слід дотримуватися обережності, щоб не викликати необґрунтованих надій і очікувань з боку клієнта, не давати йому обіцянок, *порад* і рекомендацій, які не можна буде виконати» [1, с. 29]. Іншими словами, як ми зрозуміли, психолог-консультант може давати клієнту тільки такі поради, які можна буде виконати.

«Існують загальні *поради*, якими можна скористатися в типових випадках проведення психологічного консультування на обговорювану тему. Ці *поради*, що даються клієнту, наступні» [1, с. 41].

«На заключному етапі психологічного консультування сам клієнт ділиться з психологом-консультантом своїми враженнями і далі, за *породою* психолога-консультанта, вибирає і закріплює у своєму життєвому досвіді найбільш доцільні форми ділової міжособистісної поведінки» [1, с. 44].

«Якими можуть бути практичні *поради* психолога-консультанта клієнту в кожному з цих окремих випадків?» [1, с. 50].

«**Психологічним консультуванням** називається особлива область практичної психології, яка пов'язана з наданням з боку фахівця-психолога безпосередньої психологічної допомоги людям, які потребують її, у вигляді *порад* і рекомендацій. Вони даються психологом клієнту на основі особистої бесіди і попереднього вивчення тієї проблеми, з якою в житті зіткнувся клієнт [8, с. 8].

«Психологічне консультування вирішує наступні основні *завдання*:

<...>

4. Чітке формулювання *порад* і рекомендацій клієнту з приводу того, як найкращим чином розв'язати його проблему.

5. Надання поточної допомоги клієнту у вигляді додаткових практичних *порад*». [8, с. 12].

«Директивна модель консультативної допомоги передбачає побудову такого сценарію взаємодії, в якому психолог грає роль учителя, наставника, знавця, ведучого, а клієнт, у свою чергу – учня, підопічного, веденого. Застосування такої моделі консультування має місце, коли мова йде про добре вивчені психологічні феномени. В цьому випадку психолог апелює до вивіреної психологічної інформації. Надання такої інформації здійснюється у формі *порад*, інструкцій, вказівок, настанов чи інших форм керівництва до дії. Наприклад, так можна представити *поради* щодо конкретної стратегії виходу із конфлікту на тій чи іншій стадії його розвитку, або рекомендації щодо заходів подолання дитячого онанізму тощо» [8, с. 13]. Також, у цьому навчальному посібнику з психологічного консультування (Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П., 2022) викладено чіткі правила, яких варто дотримуватися психологові-консультантові при формулюванні *порад* і рекомендацій, для того, щоб клієнтові були цілком зрозумілі запропоновані психологом-консультантом *поради* та рекомендації, а також для того, щоб клієнт зміг ними успішно скористатися і добитися бажаного практичного результату. Ці правила є досить доцільними. Але, як ми згадували вище, на інших сторінках цього ж посібника вказано, що важливим принципом психологічного консультування є відмова психоконсультанта від *порад* [8, с. 13, 63].

Беручи до уваги розглянуті вище вказівки і пояснення, що містяться у навчальних посібниках з психологічного консультування, ми виявили в них суперечливість, яку сформулювали так: «Під час психологічного консультування психологу заборонено давати *поради*, психолог повинен відмовитися від надання *порад* клієнтам, але, за необхідності, психолог має давати клієнтам *поради*».

Метою статті є розв'язання зазначеної суперечливості та визначення допустимості надання *порад* клієнтам у процесі психологічного консультування та психотерапії.

Для досягнення цієї мети ми здійснили семантико-етимологічний, етичний та практичний аналіз зазначеної проблеми.

Виклад основного матеріалу дослідження. Шукаючи розв'язання зазначеної вище суперечливості, ми виявили ще два важливі факти.

Перший факт: слово «консультування» в сучасній українській мові означає дію за значенням «консультувати». Дієслово «консультувати» означає «давати *поради* з якого-небудь питання», а іменник «консультація» має такі значення: 1) *порада* фахівця з якого-небудь питання; 2) надавання *порад* з яких-небудь питань; консультування; 3) установа, в якій фахівці допомагають *порадами* з яких-небудь питань [2, с. 567]. Відповідно до значень цього слова, впливає досить логічний висновок: якщо психолог не буде давати клієнту *порад* з якого-небудь питання, то не буде і психологічного консультування. По суті це означає, що принцип «заборона давати *поради*» суперечить самій назві того виду

діяльності психолога, до якого цей принцип вказаний як один із основних, і який називається «психологічне консультування».

Щоб глибше розібратися у цій проблемі, ми поцікавились етимологією слів «консультування», «консультувати», «консультація», і дізналися, що ці слова походять із латинської мови, в якій слово *cōnsultātio* означає: «нарада, розмірковування; звернення за порадою» [10, с. 376-377; 12, с. 40-41], а воно походить від дієслова *cōnsultāre* «радитися, обдумувати, обговорювати; приймати рішення, вирішувати; піклуватися; просити поради, запитувати». Перелік значень цього латинського слова чітко вказує на те, що дійсно відбувається під час психологічного консультування: клієнт звертається до психолога за порадою; вони разом обдумують, обговорюють проблему, вирішення якої шукає клієнт, радяться, вирішують, що, коли і як краще робити, щоб у співпраці досягти бажаної спільної мети; психолог піклується про психологічний добробут клієнта. Отже, латинське дієслово *cōnsultāre* передбачає можливість звернення за порадою, а давати поради не зобов'язує, на відміну від українського дієслова «консультувати», значення якого прямо зобов'язує давати поради з якого-небудь питання. Але психологи – відповідно до засвоєних із навчальної літератури принципів своєї професійної діяльності – не мають права давати порад, яких очікують і просять клієнти, а замість них дають клієнтам те, що називають поняттям «рекомендації». З цим поняттям «рекомендації» пов'язаний другий важливий факт, на який ми звернули увагу.

Другий факт: слово «рекомендація» в сучасній українській мові означає: «позитивний усний або письмовий відзив про кого-небудь, зазвичай із порукою за нього, характеристика кого-, чого-небудь; порада, вказівка кому-небудь; пропозиція» [2, с. 1211]. Таким чином, в українській мові слово «рекомендація» за одним зі своїх значень є синонімом слова «порада». Відтак, твердження «Ми психологи не даємо порад, ми даємо рекомендації» рівнозначне за змістом такому: «Ми психологи не даємо порад, ми надаємо відгуки, характеристики, поради, вказівки або пропозиції». Іншими словами, це повідомлення містить деяку суперечливість.

Знову ж таки, щоб глибше розібратися в цій проблемі, ми поцікавились етимологією слова «рекомендація», і дізналися, що воно запозичене через польське посередництво з латинської мови, в якій *recommēdātio* означає «рекомендація; доручення» і походить від дієслова *recommēdāre* «рекомендувати», що складається з префікса *re-* і дієслова *commēdāre* (*commēdāre*) «доручати» [3, с. 52]. Слово «доручати», яке являє собою сутнісне значення слова «рекомендувати», в сучасній українській мові означає: «покласти на когось виконання чого-небудь; віддавати кого-, що-небудь у повне розпорядження когось» [2, с. 1211]. Отже, вислів: «Ми психологи не даємо порад, ми даємо рекомендації», – відповідно до сутнісного значення слова «рекомендація» має такий зміст: «Ми психологи не даємо порад, ми даємо доручення, тобто покладаємо на клієнтів виконання чого-небудь або віддаємо клієнтів у повне розпорядження когось». На наш погляд, таке висловлювання виглядає більш зверхнім, суворішим і категоричнішим, ніж просто надання порад.

Таким чином, навіть якщо не брати до уваги той факт, що в сучасній українській мові слово «рекомендації» є синонімом слова «поради», а використовувати його за сутнісним значенням «доручення», то, на наш погляд, це не змінює кардинально його суть, адже «доручити клієнту щось зробити» і «порадити клієнту щось зробити», – це функціонально дуже близькі дії. Відповідальність за наслідки виконання клієнтом доручення щось конкретне зробити, так само, як і за наслідки виконання поради, лягає на психолога, який дав їх клієнту.

Проаналізувавши настанови, які дані психологам у навчальних посібниках із психологічного консультування, і провівши семантико-етимологічний аналіз традиційних для психології понять «консультування» і «рекомендація», ми дійшли висновку, що у практичній консультативній роботі з клієнтами психолог не може обійтись без того, щоб не давати клієнтам певних вказівок, які можна називати або словом «рекомендації», або словом «поради».

Проаналізувавши настанови, надані психологам у навчальних посібниках із психологічного консультування, та провівши семантико-етимологічний аналіз традиційних для психології понять «консультування» і «рекомендація», ми дійшли висновку, що у практичній консультативній роботі з клієнтами психолог не може повністю уникнути надання певних вказівок, які можна називати або «рекомендації», або «поради».

Це спонукало нас глибше осмислити зміст поняття «порада», щоб з'ясувати допустимість надання її клієнтам психологом.

Згідно з тлумачним словником сучасної української мови, слово «порада» означає: 1) пропозиція, вказівка, як діяти за яких-небудь обставин, допомога добрим словом у скруті; рада; повчання, напучення; сприяння, допомога в якій-небудь справі; 2) спільне обговорення яких-небудь питань, обмірковування чого-небудь із кимсь; рада; 3) те, що заспокоює, сповнює радістю; втіха, відрада [2, с. 1064]. А дієслово «порадити» означає: 1) навчити, підказати, як треба діяти, що робити за яких-небудь обставин, до кого звернутися і т. ін.; дати пораду, допомогти радою; наставити на добрий розум; знайти вихід із скрутного становища; зарадити, надати якусь допомогу; 2) обміркувати, вирішити щось спільно з ким-небудь; порадитися; 3) підтримати радою, втішити кого-небудь [2, с. 1064].

Розглянувши значення іменника «порада» в контексті психологічної допомоги (психологічного консультування, психотерапії), ми виокремили низку аспектів поради як засобу психоконсультативної чи психотерапевтичної допомоги. Вони дають можливість сформулювати багатогранне уявлення про роль порад. Кожен із цих аспектів слова «порада» в контексті психологічної практики викладено далі з використанням відповідних підзаголовків.

Порада як пропозиція чи вказівка до дії. Роздумуючи про цей аспект поради, ми проаналізували власний практичний досвід та склали такі міркування. Щоб дати пораду іншій людині, як діяти за яких-небудь обставин: 1) можна згадати свій життєвий досвід, що ми самі робили в подібних обставинах, і як ми знайшли вихід із цих обставин; 2) якщо ми ще не маємо особистого досвіду успішного подолання подібних обставин – можна у своїй уяві поставити

себе на місце людини, якій треба дати пораду, і уявити, що би ми робили в цих обставинах відповідно до свого світогляду, своїх життєвих цінностей, знань, умінь, навичок і звичок, тобто відповідно до своїх особистісних властивостей і якостей, або 3) використати інформацію, яку ми дізналися з мудрих книг, у яких описано подібні обставини та дано вказівки, що необхідно робити за цих обставин. У всіх цих трьох випадках для формулювання поради інформація видобувається з архівів пам'яті порадача, і ця інформація відповідає його особистісним можливостям і здатностям.

Інша людина за своїми особистісними можливостями і здатностями не є ідентичною особою, яка надає пораду, бо вона пройшла і проходить інший життєвий шлях, здобула і здобуває інший комплекс життєвого досвіду. Хоча вона може мати деякі життєві цінності, знання, уміння, навички і звички, особистісні властивості і якості такі самі, як і в того, хто радить, але в цілому вона є іншою. І ця людина далеко не завжди зможе успішно застосувати у своїх життєвих обставинах чужий спосіб розв'язання певної проблеми, бо в неї для цього може не бути достатньо напрацьованих умінь і навичок, або цей спосіб може суперечити її життєвим цінностям, або не вміщуватись у її світогляд тощо. Відповідно, щоб дати людині таку пораду, яку вона зможе успішно застосувати у своєму житті, психолог має глибоко пізнати подробиці світогляду і життєвого досвіду цієї людини, її життєві цінності, знання, уміння, навички і звички, її особистісні властивості і якості та знайти такі слова і пропозиції, які гармонійно впишуться у контекст особистісного світу людини, якій порада адресована. В іншому випадку, людина або не зможе успішно застосувати у своєму житті надану пораду або отримає небажані результати.

Коли психолог щось радить, – як зазначено у згаданих вище навчальних посібниках, – він повністю бере на себе відповідальність за те, що відбувається [8, с. 63; 9, с. 15; 11, с. 31]. Ми розуміємо це так, що будь-яка конкретна порада обмежує свободу вільного вибору людиною того чи іншого варіанту дій із можливих у тій чи іншій життєвій ситуації, а це вже покладає моральну відповідальність на того, хто дав пораду. Тому при наданні порад психолог має спочатку усвідомити і зважити, чи готовий він повністю взяти на себе відповідальність (моральну, юридичну та будь-яку іншу) за те, що відбувається у житті клієнта, зокрема, за наслідки виконання клієнтом даної поради.

На нашу думку, психолог може давати поради (пропозиції, вказівки, як діяти за яких-небудь обставин), якщо:

1) глибоко пізнав внутрішній світ і особистісні особливості клієнта і точно знає, які саме наслідки клієнт отримає від виконання наданих порад;

2) впевнений, що ці наслідки будуть корисними для клієнта та, водночас, не зашкодять іншим;

3) готовий взяти на себе відповідальність (моральну, юридичну та будь яку іншу) за наслідки виконання клієнтом цих пропозицій і вказівок.

Наприклад, якщо під час бесіди з клієнтом, психолог дізнається, що клієнт пізно лягає спати, мало спить, і невдоволений своїм емоційним чи загальним самопочуттям, то психолог має дати клієнту чіткі пропозиції та вказівки (тобто пораду) щодо нормалізації режиму сну – вчасно лягати спати і спати таку кількість

годин, яка буде достатньою для нормального відпочинку і відновлення ресурсів. Наслідки виконання таких пропозицій і вказівок можна передбачити на основі професійних знань про психофізіологію сну. Аналогічно, на основі глибоких і обширних професійних знань можна досить повно і чітко передбачити наслідки та взяти на себе відповідальність за виконання клієнтами пропозицій і вказівок щодо нормалізації режиму харчування, від якого також залежить психічне та психофізичне самопочуття людини. Те саме стосується регулярного здійснення заходів особистої та психогігієни, ведення щоденника самостережень, записи в якому можуть допомогти у процесі психологічного консультування тощо. Якщо професійних знань і досвіду психолога недостатньо для розуміння того, що відбувається в душі та фізичному організмі клієнта, психолог також має чітко, зрозуміло і недвозначно дати клієнту обґрунтовану пропозицію чи вказівку (тобто пораду) звернутися за допомогою до більш досвідченого психолога або психотерапевта, психіатра, невролога тощо.

Але, психолог не може давати клієнту поради (пропозиції, вказівки, як діяти за яких-небудь обставин), якщо:

1) дізнається, що клієнт має такі особистісні особливості та/або життєві обставини, які можуть утруднювати чітке і повне виконання певних пропозицій і вказівок;

2) не може чітко передбачити всі наслідки, до яких призведе виконання клієнтом цих пропозицій і вказівок;

3) не має достатньої впевненості в тому, що ці наслідки будуть корисними для клієнта і не зашкодять іншим людям;

4) не може взяти на себе відповідальність (моральну, юридичну та будь яку іншу) за наслідки виконання клієнтом наданих пропозицій і вказівок.

Наприклад, клієнту, який страждає від конфліктних стосунків зі своєю дружиною, психолог, на нашу думку, не має морального права дати пропозицію чи вказівку (пораду) розлучитися з дружиною, щоб не страждати і здобути душевний спокій, або ж, навпаки, порадити залишатися в цих стосунках (бо саме через такі стосунки клієнт повинен щось усвідомити, щось зрозуміти, щось навчитися і таке інше). Адже в жодному підручнику чи навчальному посібнику з психологічного консультування чи психотерапії, або іншій професійній психологічній літературі, немає чіткого опису того, як після такого розлучення (або нерозлучення) зміниться духовний і душевний стан та життєва доля саме цього клієнта, його дружини, їхніх дітей (якщо у них є діти), їхніх близьких родичів. У розглянутому випадку звичайним людським інтелектом (навіть за наявності кількох вищих освіт, докторського наукового ступеня і поважного статусу психотерапевта міжнародного реєстру) неможливо точно передбачити, чи наслідки виконання пропозиції, вказівки (поради) будуть сприятливими для життєвого добробуту, для духовного і особистісного розвитку клієнта та близьких людей, із якими пов'язана його життєва доля. В цьому та подібних випадках лише клієнт разом зі своєю дружиною можуть вирішити подальшу долю їхніх сімейних стосунків та свій подальший життєвий шлях. І саме для таких випадків, на нашу думку, добре підходить обґрунтування, чому психологу

заборонено давати поради клієнтам, яке подано в усіх згаданих вище навчальних посібниках із психологічного консультування.

Порада як допомога добрим словом у скруті. В пункті 1.1 Етичного кодексу психологів-консультантів зазначено: «Метою психотерапії та психологічного консультування є допомога клієнту в досягненні його цілей та покращення функціонування у фізичній, емоційній, інтелектуальній, соціальній та духовній сферах. Психолог-консультант підтримує та допомагає клієнту набутти максимального функціонування та розвитку» [6]. Відповідно до цього пункту психолог як консультант і психотерапевт має допомагати людям у скруті. Основним засобом психологічної допомоги він має добре слово (на відміну від лікарів, які крім доброго слова для допомоги людям у скруті можуть використовувати ще фармацевтичні препарати, хірургічні інструменти та інші фізичні впливи).

Порада як повчання, напучення. Щоб з'ясувати, чи може психолог давати своїм клієнтам повчання, напучення, ми з'ясували значення відповідних слів. У сучасній українській мові іменник «повчання» утворений від дієслова «повчати», яке означає: «вчити кого-небудь чогось, даючи поради, напучення, пояснюючи, показуючи; напучувати, наставляти» [2, с. 1002]. Майже те саме означає і слово «напучення» – дія за значенням напучувати; добрі побажання, повчальні слова, поради; а дієслово «напучувати» означає: «давати комусь поради, настанови і т. ін.; навчати чого-небудь; повчати, радити; давати вказівки, поради, висловлювати побажання кому-небудь (переважно перед відправленням у дорогу або початком якої-небудь справи)» [2, с. 732].

Зазвичай, психолог, на відміну від більшості своїх клієнтів має більше спеціальних знань про психічні явища і про психічні та психофізіологічні закономірності функціонування людини. Тож, якщо у когось із його клієнтів є інтерес і питання, що стосуються цієї тематики, та бажання розширити свої знання про психічну сферу, психолог може поділитися своїми знаннями і пояснити та показати на прикладах зазначені закономірності. В сучасній психології така діяльність психолога називається психологічною просвітою або психоедукацією (від англійського *psychoeducation*). Вона є дуже важливою, оскільки підвищує рівень психологічної обізнаності клієнтів і допомагає зменшити у клієнтів тривогу і зайві страхи, які часто виникають при недостатчі відповідних знань про психічні і психофізіологічні закономірності. Отже, якщо клієнт має бажання вчитися у спілкуванні з психологом, психолог може давати йому повчання і напучення.

Порада як сприяння і допомога в якій-небудь справі. За нашим розумінням, психолог може надавати своїм клієнтам сприяння, допомогу в якій-небудь справі, якщо буде діяти в межах чинного законодавства і відповідно до свого професійного етичного кодексу.

Порада як спільне обговорення яких-небудь питань та обмірковування чого-небудь. Спільне обговорення і обмірковування є основною процедурою у розмовних жанрах консультування і психотерапії. Воно менше використовується у сугестивних і тілесно-орієнтованих жанрах консультування і психотерапії. Але у всіх сучасних методологічних підходах консультування і психотерапії спільне

обговорення і обмірковування є необхідним, щоб принаймні зрозуміти, яку саме проблему хоче розв'язати клієнт, яку мету він прагне досягти, і як допомогти клієнту. Тому психолог має давати своїм клієнтам можливість спільного обговорення і обмірковування запитів, з якими клієнт звернувся по допомогу, та інших життєвих питань і ситуацій, у яких клієнт хоче розібратися.

Порада як те, що заспокоює, сповнює радістю, як втіха і відрада. Заспокоєння, сповнення радістю, втіха і відрада – це прояви душевної рівноваги. Отже, психолог має давати своїм клієнтам такі висловлювання, що заспокоюють, сповнюють радістю, дають втіху та відраду. Такі дії психолога є необхідними, щоб підтримувати клієнтів і допомагати їм відновлювати душевну рівновагу.

Розглянуті аспекти порад ясно показують, що поради (за більшістю значень, які це слово має в українській мові) є досить важливим і необхідним засобом психологічного консультування і психотерапії. Також, із проведеного дослідження ми зрозуміли, що надання або ненадання порад в процесі психологічного консультування і психотерапії є досить неоднозначним і непростим питанням.

З одного боку, саме поняття «консультування» передбачає можливість надання порад. У етичних кодексах психологів [4; 5; 6; 7] також не має категоричної заборони щодо надання порад клієнтам.

З іншого боку, надання слухної і безумовно корисної поради є дуже складною задачею з багатьма невідомими. Ця дія психолога обмежує свободу волі людини, якій порада дається, і покладає на психолога всю повноту моральної (та можливо і юридичної чи іншої) відповідальності за наслідки виконання клієнтом наданої йому поради. Тому, щоб вміти надавати клієнтам корисні поради, або зрозуміти, коли поради недоречно давати, необхідно мати достатні професійні знання і життєвий досвід та вміти:

- глибоко пізнавати внутрішній світ і особистісні особливості клієнтів, щоб зрозуміти, які поради для них будуть доречними;
- усвідомлювати межі своєї свободи і відповідальності та свободи і відповідальності клієнтів;
- передбачати в широкому контексті можливі наслідки виконання клієнтами наданих їм порад;
- усвідомлено брати на себе відповідальність за наслідки наданих порад;
- здійснювати етичний самоконтроль і саморегуляцію, щоб не давати порад тоді, коли це недоречно.

Висновки і перспективи подальших розвідок у цьому напрямку. Слово «порада» в українській мові є неоднозначним, бо має кілька значень, таких як: пропозиція, вказівка, як діяти за яких-небудь обставин, допомога добрим словом у скруті; рада; повчання, напучення; сприяння, допомога в якій-небудь справі; спільне обговорення яких-небудь питань, обмірковування чого-небудь із кимсь; рада; те, що заспокоює, сповнює радістю; втіха, відрада. Відповідно, у контексті надання психологічної допомоги принцип «заборона давати клієнтам поради» (або «відмова від надання клієнтам порад») є теж неоднозначним.

У певних ситуаціях і за певних умов психолог має право давати клієнтам поради у процесі психологічного консультування та психотерапії, а в деяких ситуаціях психолог не повинен давати клієнтам поради.

Синонімом слова «порада» в сучасній українській мові є слово «рекомендація», яке за своїм сутнісним значенням означає «доручення». Відповідно, слово «рекомендація» є навіть більш наказовим, ніж слово «порада». Зважаючи на це, психологи-консультанти і психотерапевти можуть вільно використовувати слово «порада», не замінюючи його словом «рекомендація». Оскільки слово «рекомендація» за своїм сутнісним значенням є повним синонімом слова «доручення», то у професійному контексті його варто застосовувати в тих випадках, коли психологи покладають на клієнтів виконання певних дій і завдань.

Подальші дослідження варто спрямувати на вироблення критеріїв професійної готовності психолога до надання порад, включаючи моделі прийняття відповідальності та формування етичного самоконтролю. Необхідно також оновити вказівки щодо порад у навчальних посібниках для психологів, а саме: категоричну заборону щодо надання порад варто замінити на більш диференційоване пояснення, що таке поради, коли і які поради варто давати, і в яких випадках не варто давати поради.

Список літератури:

1. Вавринів О. С. Основи психологічного консультування : навч. посіб. Львів: ЛДУ БЖД, 2020. 112 с.
2. Великий тлумачний словник сучасної української мови (з додатками і доповненнями) / уклад. і голов. ред. В. Т. Бусел. Київ; Ірпінь: ВТФ «Перун», 2005. 1728 с.
3. Етимологічний словник української мови : у 7 т. Т. 5: Р–Т / уклад.: Р. В. Болдирев та ін.; редкол. О. С. Мельничук (голов. ред.) та ін. Київ: Наук. думка, 2006. 704 с.
4. Етичний кодекс психолога / Ю. Гундертайло, А. Богдан, Ю. Бодашевська та ін.; Національна Психологічна Асоціація України. 2021. 12 с. URL: <https://npa-ua.org/pub/files/66d3a42494d2acd8.pdf> (дата звернення: 20.04.2025).
5. Етичний кодекс психолога. Прийнятий на I Установчому з'їзді Товариства психологів України 18 грудня 1990 р. URL: <https://surl.li/vgllgv> (дата звернення: 20.04.2025).
6. Етичний кодекс психологів-консультантів / Асоціація психологічного консультування та травмотерапії. URL: <https://www.psycounseling.org/ethics> (дата звернення: 20.04.2025).
7. Кодекс професійної етики психолога / Клуб психологів України. URL: <https://psy4you.org/i-oth-code.html> (дата звернення: 20.04.2025).
8. Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П. Основи психологічного консультування : навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 360 с. URL: <https://surl.li/dpzxwf> (дата звернення: 30.03.2025).
9. Основи психологічного консультування (лекційний курс) : навч.-метод. посіб. для студ. спеціальності «Практична психологія» / укладачі: Борис

Андрійович Якимчук, Ірина Павлівна Якимчук. Умань: ПП Жовтий О. О., 2013. 204 с. URL: <https://surl.li/rvuwlj> (дата звернення: 30.03.2025).

10. Сучасний словник іншомовних слів: близько 20 тисяч слів і словосполучень / уклали: О. І. Скопненко, Т. В. Цимбалюк; Нац. академія наук України; Інститут мовознавства імені О. О. Потебні. Київ: Довіра, 2006. 789 с.

11. Цимбалюк І. М. Психологічне консультування та корекція. Модульно-рейтинговий курс : навч. посіб. Київ: ВД «Професіонал», 2005. 656 с. URL: <https://surl.li/eqfugx> (дата звернення: 30.03.2025)

12. Чуракова Л. П. Латинсько-український та україно-латинський словник – понад 25 тисяч слів та словосполучень. Київ: Чумацький Шлях, 2009. 617 с.

References:

1. Vavryniv, O. S. (2020). *Osnovy psykholohichnoho konsultuvannia: navchalnyi posibnyk* [Fundamentals of Psychological Counseling: A Textbook]. Lviv: LDU BZhD. 112 s. [in Ukrainian]

2. *Velykyi tлумachnyi slovnyk suchasnoi ukrainskoi movy (z dodatkamy i dopovnenniamy)* [Large Explanatory Dictionary of the Modern Ukrainian Language (with Appendices and Additions)] / ukladach i holovnyi redaktor V. T. Busel. (2005). Kyiv; Irpin: VTF «Perun». 1728 s. [in Ukrainian]

3. *Etymolohichni slovnyk ukrainskoi movy : u 7 t. T. 5: R–T* [Etymological Dictionary of the Ukrainian Language: in 7 vols. Vol. 5: R–T] / uklad.: R. V. Boldyriev ta in.; redkol. O. S. Melnychuk (holov. red.) ta in. (2006). Kyiv: Naukova dumka. 704 s. [in Ukrainian]

4. *Etychnyi kodeks psykholoha* [Psychologist's Code of Ethics] / Yu. Hundertailo, A. Bohdan, Yu. Bodashevska ta in.; Natsionalna Psykholohichna Asotsiatsiia Ukrainy. (2021). 12 s. Retrieved from: <https://npa-ua.org/pub/files/66d3a42494d2acd8.pdf> (access date: 21.04.2025). [in Ukrainian]

5. *Etychnyi kodeks psykholoha. Pryiniaty na I Ustanovchomu zizdi Tovarystva psykholohiv Ukrainy 18 hrudnia 1990 r.* [Code of Ethics for Psychologists. Adopted at the First Constituent Congress of the Ukrainian Psychological Society on December 18, 1990.]. Retrieved from: <https://surl.li/vgllgv> (access date: 21.04.2025). [in Ukrainian]

6. *Etychnyi kodeks psykholohiv-konsultantiv* [Code of Ethics for Counseling Psychologists] / Asotsiatsiia psykholohichnoho konsultuvannia ta travmoterapii. Retrieved from: <https://www.psyncounseling.org/ethics> (access date: 21.04.2025). [in Ukrainian]

7. *Kodeks profesiinoi etyky psykholoha* [Psychologist's Code of Professional Ethics] / Klub psykholohiv Ukrainy. Retrieved from: <https://psy4you.org/i-oth-code.html> (access date: 21.04.2025). [in Ukrainian]

8. Mahdysiuk, L. I., Fedorenko, R. P. (2022). *Osnovy psykholohichnoho konsultuvannia: navchalnyi posibnyk* [Fundamentals of Psychological Counseling: A Textbook]. Lutsk: Vezha-Druk. 360 s. Retrieved from: <https://surl.li/dpzxwf> (access date: 21.04.2025). [in Ukrainian]

9. *Osnovy psykholohichnoho konsultuvannia (lektsiinyi kurs): navchalno-metodychnyi posibnyk dlia studentiv spetsialnosti «Praktychna psykholohiia»*

[Fundamentals of Psychological Counseling (lecture course): a teaching and methodological manual for students of the specialty «Practical Psychology»] / ukladachi: Borys Andriiovych Yakymchuk, Iryna Pavlivna Yakymchuk. (2013). Uman: PP Zhovtyi O. O. 204 s. Retrieved from: <https://surl.li/rvuwlj> (access date: 21.04.2025). [in Ukrainian]

10. Suchasnyi slovnyk inshomovnykh sliv: blyzko 20 tysiach sliv i slovospoluchen [Modern dictionary of foreign words: about 20 thousand words and phrases] / uklaly: O. I. Skopnenko, T. V. Tsymbaliuk; Natsionalna akademiia nauk Ukrainy; Instytut movoznavstva imeni O. O. Potebni. (2006). Kyiv: Dovira. 789 s. [in Ukrainian]

11. Tsymbaliuk, I. M. (2005). Psykholohichne konsultuvannia ta korektsiia. Modulno-reitynhovyi kurs: navchalnyi posibnyk [Psychological counseling and correction. Modular rating course: a textbook]. Kyiv: VD «Profesional», 2005. 656 s. Retrieved from: <https://surl.li/eqfugx> (access date: 21.04.2025). [in Ukrainian]

12. Churakova, L. P. (2009). Latynsko-ukrainskyi ta ukraino-latynskyi slovnyk – ponad 25 tysiach sliv ta slovospoluchen [Latin-Ukrainian and Ukrainian-Latin dictionary – over 25 thousand words and phrases]. Kyiv: Chumatskyi Shliakh. 617 s. [in Ukrainian]