

ОПЫТ РАБОТЫ ПРАВОСЛАВНОГО ПСИХОЛОГА В ЦЕРКОВНОМ ПРИХОДЕ

М.БАЯЗИТОВА *, о.ВЯЧЕСЛАВ (ПЕРЕВЕРЗЕНЦЕВ)**

В статье рассматриваются особенности оказания психологической помощи в православном приходе. Статья подготовлена на основе материалов, собранных в процессе пятилетней работы психолога в приходе Свято-Никольского храма, с. Макарово Московской области. Обсуждаются вопросы организации психологической помощи в приходе, взаимодействия психолога и священника в процессе работы, вопросы, связанные с выбором и использованием психологических методов. Обозначены проблемы и трудности, возникающие в процессе работы психолога в православном приходе. Подчеркивается необходимость комплексного подхода к вопросам терапии души.

“В последнее время достаточно много говорится и пишется на тему: “Православие и психотерапия”. Можно назвать круглые столы и семинары, проводимые на эту тему ПСТБИ, Свято-Даниловым монастырем, книги Невяровича (2000), Авдеева (1998, 2000, 2001), книги и статьи игумена Евмения (Перистого) (2000, 2001, 2002), Ильина (2001). И хотя тема эта для нашей Церкви новая и потому дискуссионная, вряд ли кто-то из наших пастырей сегодня не согласится с выводом, приведенном в “Основах социальной концепции Русской Православной Церкви” : “В области психотерапии оказывается наиболее плодотворным сочетание пастырской и врачебной помощи душевнобольным при надлежащем разграничении сфер компетенции врача и священника”.

Православный приход Свято-Никольского храма с.Макарово был открыт осенью 1990г. Нашими прихожанами являются, в основном, жители близлежащего г.Черноголовка – небольшого подмосковного научного центра. Проблемы нашей приходской жизни вряд ли отличаются от проблем

* Баязитова Майя Владимировна – психолог-консультант при Свято-Никольском Макаровском храме.

** Протоиерей Вячеслав Переверзенецв – настоятель Свято-Никольского храма с.Макарово Ногинского района Московской области.

тысяч восстанавливающихся в наши дни приходов. Огромные силы уходят на реставрацию храма, и все же мы понимаем, что главное – это души человеческие, которые изуродованы не меньше, если не больше, чем наши православные святыни. Многие наши соотечественники видят в Церкви не только место, где они могут удовлетворить свои религиозные потребности, но и “душевную лечебницу”, из которой, как говорится в молитве перед исповедью, “никто не выйдет не исцеленным”. Тем более бывает тяжело на душе, когда ты понимаешь, что не можешь помочь человеку, т.к. проблема, которая привела его в Церковь, требует скорее квалифицированной помощи психотерапевта или психиатра. Легче всего было бы таких людей отослать к ближайшему психиатру или психологу, но во многих случаях психиатр только выписывает рецепты, а пойти на откровенный разговор с психологом-атеистом или агностиком для православного человека отнюдь не просто.

Поэтому я благодарен Богу, что вот уже пять лет у меня есть возможность сотрудничества с квалифицированным психологом-консультантом, которая является прихожанкой нашего храма”.

о.Вячеслав (Переверзenceв)

Вопрос о необходимости и обоснованности существования православного направления в психологии и психотерапии своими корнями уходит в потребность религиозного человека в получении такой медико-социальной и психологической помощи, которая не вредила бы его духовному развитию. Эта проблема характерна не только лишь для православия или христианства в целом, но и для других религий. Таким образом, в более общей постановке этот вопрос сводится к проблеме получения психологической помощи, согласующейся с системой морально-этических и духовных ценностей человека, в частности, христианина.

Действительно, какая польза, с точки зрения человека православного, может быть в попытке приобретения телесного или психического здоровья в ущерб духовному? Современная психология и психотерапия предоставляет широкий спектр методов и приемов психологического воздействия. Но может ли верующий человек, без вреда для себя, воспользоваться услугами психотерапевтов, практикующих в любом из этих направлений? С другой стороны, может ли каждый человек объективно и правильно оценить соответствие предлагаемых ему методов воздействия основам его религии? В настоящее время этот вопрос решается с учетом мнения (по благословению) духовника или приходского священника. Однако такое положение вещей предполагает глубокое понимание священником всех тонкостей предлагаемых психологических методов и основательных познаний в психологии, что далеко не всегда возможно. В связи с этим, воз-

никает необходимость в сотрудничестве священника со специалистом, которому он может доверять. Необходимым условием доверия является общность религиозных убеждений. Православный психолог – это специалист, к которому священник при необходимости может направить человека, нуждающегося в психологической помощи, будучи уверенным в том, что это не повредит его духовному чаду. Основной задачей православного психолога является оказание психологической помощи с верой в Господа, глубоким осознанием его всемогущества и безмерной любви к каждому человеку, как образу и подобию Божию, а также с использованием методов, не противоречащих основам и духу христианской веры. Сила совместной работы пастырей и практических психологов состоит во взаимобмене практическими знаниями и навыками, уважении ценностей и опыта друг друга, умении и желании учиться друг у друга.

В нашей статье мы хотели поделиться опытом работы психолога в православном приходе, который, вероятно, мог бы быть полезен при организации психологической помощи в других церковных приходах. Мы не ставили задачи анализа конкретных случаев, встречавшихся в нашей практике, или попыток осмысления религиозно-духовных аспектов психотерапевтического процесса. Возможно, эти темы могли бы быть предметом следующих наших публикаций. Здесь мы стремились изложить основные задачи и проблемы, с которыми нам приходилось сталкиваться в процессе организации и осуществления психологической помощи в нашем приходе в течение последних пяти лет.

Уже на первых этапах работы психолога в приходе возникли вопросы: каким образом и где организовать работу, какие методы лучше и допустимо использовать, как осуществлять взаимодействие психолога и священника, как организовать обратную связь, и много других подобных вопросов. В процессе работы они постепенно решались своим чередом.

По обоюдному согласию между священником и психологом было условлено, что психолог будет принимать только тех прихожан, которых направляет на консультацию батюшка. Это условие было принципиальным в наших отношениях и, как показал опыт, оптимальным. С другой стороны, если в процессе работы с человеком возникала необходимость решения вопросов духовного характера, психолог предлагал клиенту обсудить их, прежде всего, с батюшкой. С нашей точки зрения, принцип послушания в отношениях между православным психологом и священником играет очень важную роль, и является залогом успешной работы психолога. Основные проблемы и трудности, которые возникали в процессе работы, обсуждались и решались в ходе периодически проводимых встреч настоятеля храма и психолога, при этом совместными усилиями мы пытались оценить возможность использования тех или иных методов.

В результате был сформирован комплексный подход, в основу которого положен диалогический принцип, описанный в работах Т.А. Флоренской (1998, 2001). В основе этого подхода лежит диалог между психологом и клиентом, в котором реализуются основные христианские ценности: безусловная любовь и принятие психологом пришедшего к нему страдающего человека (“...это отношение между Одним, абсолютно центральным, и Другим, существующим только для первого, только в направлении к нему, только по отношению к нему” {*Митрополит Антоний Сурожский*, 2000, с.106}), понимание психологом того, что сидящий перед ним человек является личностью Богоподобной, стремление увидеть и проявить красоту его образа, вера в возможность такого проявления и осознание этой возможности, как основной задачи диалога. Тактическими условиями диалога являются эмпатическое внимание к собеседнику, помощь в преодолении и снятии деструктивных переживаний, побуждение собеседника к диалогу со своей совестью.

Специфика работы психолога в приходе заключается в том, что контингент людей, обращающихся за помощью, и спектр предъявляемых проблем весьма разнороден. Так, на прием могут прийти и молодая мать с ребенком, пережившая развод, страдающая тревожным расстройством; и пожилая семейная пара с запросом по поводу ипохондрических опасений и страха смерти одного из супругов; и человек с тяжелой депрессией эндогенного характера. Следующим клиентом может оказаться подросток с суицидальными мыслями или импульсивный ребенок, который вздумает проверить на крепость психолога, швыряя в него кусочками пластилина. Поэтому психологу необходимо владеть навыками индивидуального, семейного консультирования, навыками работы с детьми и подростками. Необходимы знания основ психиатрии. Приходится использовать приемы сказкотерапии и метафоры, рисуночные и игровые техники, приемы экзистенциальной, когнитивной и поведенческой психотерапии, знакомить людей с методами саморегуляции. Опыт показывает, что большую пользу при работе в приходе может принести групповая работа, особенно актуальная в подростковой среде. Возможно, подобная эклектика не способствует глубокой специализации психолога, однако она стимулирует творческий потенциал и способность к импровизации.

В ходе периодических встреч психолога со священником проводилось обсуждение конкретных случаев, условий и необходимости продолжения психологической работы. Следует обратить внимание, что в отличие от общепринятых этических норм взаимоотношений с коллегами, на этом этапе приходится решать вопрос, связанный с сохранением конфиденциальности содержания психологических встреч и таинства исповеди. Эта проблема, в частности, решалась за счет того, что психолог, предполагая

беседу со священником, предварительно спрашивала разрешения у клиента передать ту или иную информацию батюшке. Таким образом, мы использовали в наших беседах ту информацию, которую человек пожелал сообщить нам обоим.

Приемы проходили в помещении воскресной школы. Перед началом работы психолог, часто вместе с человеком, пришедшим на прием, молились перед иконами, прося Бога о помощи в работе. Поэтому важно, чтобы в кабинете для психологического консультирования были иконы. Они создают ощущение присутствия Иисуса Христа, Божьей Матери, святых угодников. В трудные моменты большой поддержкой для психолога оказывается обращение к иконам, и мысленное взывание к святым о помощи. Перед их образами ему проще справляться с собственным эгоизмом, тщеславием, желанием поучать, неискренностью. При этом часто случается так, что человек, пришедший на прием, тоже поднимает глаза к иконам.

На прием не всегда попадают верующие люди. Одна девочка-подросток, объявившая себя атеисткой, сказала, что ей неприятен и непереносим “взгляд икон”, что у нее начинает болеть голова, когда она долго на них смотрит. Эти ее слова были причиной долгого разговора, в результате которого удалось многое понять.

Отдельно хотелось бы поговорить о трудностях, с которыми приходится сталкиваться психологу, работающему в церковном приходе. Первая и главная из них заключается в том, что случаи, с которыми приходится работать, оказываются весьма непростыми. Священник, стремясь не перегружать психолога, выбирает только самые сложные случаи, в которых необходима помощь специалиста. В результате приходится работать с людьми, находящимися в тяжелой депрессии, страдающими навязчивыми состояниями, серьезными тревожными расстройствами, сопровождающимися паническими атаками, психосоматическими и галлюцинаторными заболеваниями, различными фобиями. Эти психопатологические состояния зачастую отягощены целым спектром соматических заболеваний, тяжелыми социально-бытовыми и семейными условиями, финансовыми проблемами. В таких случаях нет возможности направить человека к хорошему специалисту, помочь организовать необходимое лечение.

Это может стать для психолога серьезным испытанием, прежде чем ему удастся понять и принять для себя мудрость слов: “На все воля Божья”. В связи с этим, особенно актуальной кажется мысль об организации совместной работы психолога, врача и духовника, высказанная еще профессором Д.Е.Мелеховым (1997, с.171). Возможно, такое положение вещей в рамках отдельно взятого прихода является утопией, но оно очень желательно и плодотворно. В этом удалось убедиться, когда появилась возможность направлять людей, нуждающихся в психиатрической помощи, на консульта-

цию к православному врачу-психиатру. Благодарим Бога за то, что представилась возможность ведения пациента, страдающего серьезным тревожным расстройством, совместно с православным врачом-неврологом, также являющейся прихожанкой нашего храма. На фоне фармакотерапии, проведенной врачом, когнитивная психотерапия и методы саморегуляции дали хороший психотерапевтический эффект.

Важным моментом в работе психолога являлось и то, что существовала возможность вынести наиболее сложные случаи на обсуждение с коллегами – православными психотерапевтами.

В связи с этим, представляется правомерной и обоснованной идея организации централизованных межрегиональных православных центров по оказанию медицинской и психологической помощи, работающих по принципам учреждений здравоохранения, в которых верующие и неверующие люди могли бы получать комплексную медико-психологическую помощь, гарантированно высокого качества, в соответствии со стандартами МЗ РФ, и с использованием методов, не противоречащих основам христианской веры.

Другая трудность заключается в том, что, не взимая платы с клиентов приходской консультации, психолог не располагает таким важным фактором регулирования отношений с ними, как оплата сеанса. Это может провоцировать у клиента рентную установку и быть помехой процессу работы. Человек, который считает, что психолог, будучи христианином, добрым самаритянином, Христа ради, должен просто утешать, разделять его тяготы, советовать и сострадать, не готов к серьезной работе над собой, порой весьма болезненной. Рентная установка универсальна: человек ждет милости от Бога, священника, психолога, окружающих его людей, ссылаясь на свои страдания и немощи. Поэтому в данном случае особенно важна и плодотворна хорошая координация действий священника и психолога.

В случае приходской консультации, психолог и его клиенты являются братьями и сестрами, членами одной церковной общины. А это значит, что они всегда могут обратиться за помощью друг к другу (ну а к кому же еще обратиться с душевной болью, как не к психологу?). Это приводит порой к тому, что к психологу то и дело обращаются с просьбой, при встрече или по телефону, о консультации “прямо сейчас, потому что если я сейчас выговорюсь, мне станет легче”. Этот вопрос каждый раз приходится решать строго индивидуально, с учетом множества самых различных факторов. Например, если это кто-то, уже начавший работу с психологом, то следует предложить ему дождаться очередной встречи. При обращении нового клиента психолог всегда предлагает ему поговорить со священником, с тем, чтобы он решил, необходима ли в этом случае консультация психоло-

га. В некоторых же случаях необходимо выслушать человека и поддержать его, не откладывая.

Не следует забывать и о таком немаловажном факторе: зачастую авторитет священника распространяется “авансом” и на психолога. С одной стороны, это может облегчить возникновение психотерапевтического альянса, с другой стороны, является серьезным искушением для психолога и может негативно повлиять на качество диалога.

Следует сказать несколько слов о причинах, приводивших, по нашим наблюдениям, людей к убеждению в необходимости начала работы над собой. Одной из самых веских причин является стремление избежать страдания, той боли, которую возникшая проблема причиняет человеку и его близким. Другой немаловажной причиной является желание человека разобраться в себе, увидеть, в чем грешен, “за что Господь наказывает”, уменьшить ту долю грехов, которые совершаются “в неведение”. Если в процессе работы с психологом человек осознает свой грех, это является поводом для него обратиться к исповеди. Следует при этом отметить, что работа с людьми открывает видение своих грехов и для самого психолога, психотерапевтические отношения “психолог – клиент” проявляют их очень явственно, являясь серьезной основой для самоанализа.

Необходимо отметить, что в ряде случаев психолог может столкнуться со следующей установкой православного человека: “Господь послал мне эти страдания; мое дело терпеть, молиться, а не заниматься психологией”. Утверждение, по сути, верное, однако за ним может скрываться защита – страх раскрыть себя чужому человеку, не священнику, гордыня, или, как было в одном из случаев, идеологизированное переживание этой истины. Однажды к психологу была направлена женщина с симптомами тревожного расстройства. Она пришла на прием только потому, что повиновалась священнику, направившему ее к психологу. При этом она полагала, что раз Господь попустил ей такое испытание, то значит, она не должна сопротивляться этому и избыть страдание до конца, даже если ей суждено при этом умереть. Однако, как показали результаты собеседования, на самом деле она вовсе не хотела умирать, не хотела и болеть, и даже наоборот, мечтала о выздоровлении. Однако сам стиль ее мыслительного процесса, характеризующийся императивом: “Я должна хотеть принимать все, что посылает мне Бог”, стиль, собственно, являющийся частью ее расстройства, приводил к возникновению разлада в ее душе.

Восприятие слов Священного Писания, молитв, наставлений очень сильно зависит от личности воспринимающего, и для верующего человека может быть причиной внутреннего конфликта. В ходе работы приходится сталкиваться с тем, что у многих людей, приходящих на прием к психологу, представление о своем “недостойнстве и ничтожестве перед Богом и

людьми” выливалось в неприятие себя или даже ненависть к себе. Такое представление о себе вело их не к смирению, а к унынию. Например, пожилой мужчина, находившийся в состоянии депрессии, полагал добродетелью прощение грехов ближним, при постоянном самоукорении и непростении собственных грехов, даже тех, которые уже исповеданы перед Богом. Именно это и повергало его в уныние, как человека самолюбивого. Можно привести множество подобных примеров, особенно часто встречающихся у людей, недавно пришедших в православную церковь.

В связи с этим, становится очевидной возникающая у многих христиан проблема с правильным пониманием терминологии и смысла священных текстов. В ряде случаев, особенно при множественности семантических значений некоторых понятий (например, страх вообще и страх Божий) или фонетической трансформации и заимствовании некоторых слов церковно-славянского языка в современной бытовой лексике без сохранения первоначального смысла (например, *вера, любовь, малодушие* и др.), человек склонен к произвольному, часто не верному их пониманию. Так, признание необходимости смирения, лишенное одновременного осознания себя как образа и подобия Божия, возлюбленного чада Божия, может привести к развитию у человека кризиса самооценки. Понятно, что наилучшим средством профилактики таких состояний является своевременно проводимое в приходе духовное просвещение верующих в форме обучения в церковно-приходской школе, проведения семинаров для взрослых и подростков с привлечением врачей и психологов.

В ряде случаев отмечается перенос проблем, возникших в межличностном общении человека, в духовную сферу. В частности, однажды, во время работы, молодая женщина призналась психологу, что в ее восприятии Святой Троицы ей непонятен Бог-отец, в то время как Сын и Дух Святой очень близки ее душе. В ответ на вопрос, как она относится к собственному отцу, она в волнении рассказала об отношениях с отцом, о которых не решалась до этого говорить.

Не хочется останавливаться только на трудностях, с которыми приходится сталкиваться психологу, работая в приходе. Необходимо также сказать о тех моментах, которые делают ее легче. В первую очередь, это общность веры – понятий, смыслов, представлений психолога и клиента. Для человека, пришедшего на прием к психологу, очень важно, разделяет ли тот его веру. Приходилось не раз работать с людьми, побывавшими у обычного, “светского” психолога, которые жаловались на отсутствие контакта и неприемлемость для себя полученных рекомендаций. Но самое главное – это то, что человек, которому нужна помощь, имеет бесценную возможность исповедываться, причащаться Святых Тайн, читать Священное писание, молиться, посещать святые места. Делая все это с истинной

верой и пониманием, человек получает от Господа ни с чем не сравнимую возможность прощения, а значит, и исцеления.

В заключение хочется вспомнить слова св. Симеона Нового Богослова: “Тело, будучи сложено из многих, и притом неодинаковых частей, которые и сами составлены из четырех стихий, когда занеможет, имеет нужду в разных врачевствах и притом составленных из разных трав. А душа, напротив, будучи невещественна, проста и несложна, когда занеможет, одно врачевство врачует ее – Дух Святой, благодать Господа Иисуса Христа”.

Благодарности:

Авторы хотят поблагодарить православных психотерапевтов: А.Г.Фомина и В.Н.Недашковского за внимание к нашим проблемам и ценные рекомендации; православного врача-психиатра, д.и.н., профессора К.Б.Гаццолаева; православного врача-невролога, д.м.н., профессора Л.Т.Попову за неоценимую помощь и поддержку.

ЛИТЕРАТУРА

Авдеев Д.А. “Духовная сущность психических расстройств” – М.: Русский Хронограф, 1998.

Авдеев Д.А. В помощь страждущей душе. Опыт врачебного душепопечения. – М.: Русский Хронограф, 2000.

Авдеев Д.А. Беседы с православным психиатром. – М.: Русский Хронограф, 2000.

Авдеев Д.А., Невярович В.К. “Наука о душевном здоровье. Основы православной психотерапии”. – М.: Русский Хронограф, 2001.

Евмений, игумен. Духовность как ответственность // Пастырская психология и психотерапия. – Иваново: Родник, 2000.

Евмений, игумен. Луч надежды в наркотическом мире // Пастырская психология и психотерапия. – редакция Свет православия, 2001.

Евмений, игумен. Батюшка, я – наркоман! Практическое пособие для пастырей. // Пастырская психология и психотерапия. – редакция Свет православия, 2002.

Евмений, игумен. “Психотерапия в пастырском душепопечении”. Человек. № 6, 1999, №№ 1, 2, 2000.

Ильин В. Интернет журнал Православие.Ру.

http://www.provoslavie.ru/infolavt_iljin/avt.htm.-5k-14.05.2001.

Мелехов Д.Е. В кн. Психиатрия и актуальные проблемы духовной жизни. – М.: Радонеж, 1997.

Невярович В.К. Терапия души. – М.: Русский Хронограф, 2000.

Невярович В.К. Происхождение болезней и их причина. – М.: Русский Хронограф, 2000.

"Основы Социальной Концепции Русской Православной Церкви", XI. 6.

Сурожский Антоний, митрополит "Человек перед Богом". – М.: Паломник, 2000.

Флоренская Т.А. Мир дома твоего. // Психология в жизни. – М.: Радонеж, 1998.

Флоренская Т.А. Диалог в практической психологии. // Наука о душе. – М.: Владос, 2001.