

ИНТЕГРАЦИЯ ЛИЧНОСТИ КАК ЦЕЛЬ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ВЕРУЮЩИМ

Т.П. ГАВРИЛОВА*

В статье обсуждаются перспективы и формы развития христиански ориентированного психологического консультирования и психотерапии. Обобщая свой опыт работы в этой области, автор указывает на центральное место проблемы интеграции личности в структуре психологической помощи, которую верующий специалист оказывает верующему клиенту. Автор также пытается проследить связь и соотношение между психологическими понятиями «личность», «личностная интеграция» и богословскими понятиями «личность», «цельность», «духовная зрелость».

В последние годы в нашей стране наблюдается такое отрадное явление, как возникновение психологической помощи верующим. В церковной и специальной психологической литературе появляются материалы, освещающие работу психологов с верующими, на конференциях и семинарах обсуждаются проблемы консультирования и психотерапии этой категории клиентов.

Данный процесс – в достаточной мере стихийен. Он не регулируется ни Церковью, ни образовательными, ни консультативными учреждениями или сообществами. Верующие психологи сами выбирают форму служения и область профессионального интереса. Содержание помощи верующим определяется специализацией психолога в сфере практики, его профессиональными установками и предпочтениями, зачастую не зависящими от мировоззрения или вероисповедания специалиста.

* *Гаврилова Татьяна Павловна* – канд. психол. наук, старший научный сотрудник ПИРАО, профессор факультета психологического консультирования МГППУ.

Среди психологов, помогающих верующим, нет единого мнения о том, на каких основаниях строится эта работа: укоренена ли она в традициях научной психологии или христианской антропологии, осуществляется в классических моделях психологической помощи или в формах христианского общения.

Я не беру на себя смелость анализа существующего положения вещей, да и время для такого анализа, по-моему, не настало. Профессиональная помощь верующим побуждает меня описать свой собственный опыт, поделиться с коллегами своими наблюдениями, сомнениями, трудностями, чтобы внести посильный вклад в становление психологической помощи верующим как новой области практики. Я приступаю к изложению с некоторой робостью, отдавая себе отчет в том, сколь сложных и даже умонепостижимых материй я дерзаю коснуться.

Психологическую помощь верующим осуществляющие ее специалисты обозначают по-разному: приходское консультирование, духовно-ориентированное консультирование и психотерапия, синергичная психотерапия, православная (или христианская) психотерапия. Публикации недавнего времени предоставляют возможность классифицировать эти виды деятельности.

С моей точки зрения, в зависимости от степени вовлеченности психолога (консультанта или психотерапевта) в духовную жизнь клиента, характера применяемых им средств и техник, психологическая помощь верующим располагается в континууме между двумя полюсами: пастырская психотерапия и консультирование и психологическая помощь верующим (психотерапия и консультирование) в духовном измерении.

Пастырское консультирование и психотерапия предполагают воздействие психолога на духовную жизнь верующего, осознают себя как душепопечение, используют в работе с верующими, кроме профессиональных методов, духовные практики. Пастырское консультирование и психотерапия широко применяются в работе с верующими в христианских церквях Европы и Западного полушария. Это институционализируемая, принятая и Церковью и профессиональным сообществом профессиональная психологическая деятельность, развивающаяся при посредстве специальных периодических изданий.

Пастырские консультанты и психотерапевты, наряду с медицинским или психологическим образованием, имеют еще и богословскую подготовку. Среди них есть и священники – психологи или врачи по первой специальности.

В условиях России пастырская психологическая помощь не обрела еще общественного и профессионального статуса, пастырские психологи работают в редких пока еще консультативных центрах при храмах. В подавляющем большинстве это психологи без богословского образования, и не слышно, чтобы среди них были священники.

В Московском Психотерапевтическом Журнале (№ 3, 2006г.) под рубрикой «Душепопечение» рассматривался случай психотерапии пациента, больного раком, с глубокими личностными расстройствами. Описание случая, сопровождаемое комментариями священника, психиатра и пастырского психолога, создают образ пастырской психотерапии, в процессе которой сочетаются клинические психотерапевтические методы и духовные практики. И психотерапевт, и комментаторы его работы согласны в том, что нужно помочь пациенту очистить свое сердце от помыслов, отсечь страсти, научить его постоянному пребыванию в молитве, с помощью Святого Писания направлять свой ум и волю к памяти Божьей.

Примером пастырского консультирования может служить психологическая помощь верующим Т.А.Флоренской, которую она называла «духовно-ориентированным диалогом». Духовно-ориентированный диалог – это обращение психолога к духовному Я клиента, к голосу его совести или голосу Бога в нем, общение с клиентом «как с чадом Божиим». Психолог, работающий в модели духовно-ориентированного диалога, исходит из святоотеческого понимания человека, ведет его к катарсису как переживанию выхода из духовного тупика, к духовному преображению (Воловикова, 2004).

В том же номере МПЖ опубликован еще один материал, крайне важный для понимания природы психологической помощи верующим: выступления психотерапевтов на Интернет-форуме, посвященном возможностям и ограничениям «православной психотерапии» (Белорусов, 2006). Большинство выступавших высказались весьма определенно в пользу невмешательства психолога в духовную жизнь клиента. Психолог не заменяет собой священника, катехизатора, не берет на себя ответственность за духовную жизнь клиента, но сосредоточен на том, что препятствует утверждению Бога в его душе. Деятельность психолога, помогающего верующим, проникнута христианским мировоззрением; работая, как профессионал, он сверяет с христианским представлением о человеке применяемые им методы и психотехники. Именно этот вид психологической работы я и называю консультативной или психотерапевтической помощью верующим в духовном измерении и именно в такой модели работаю сама.

Психотерапия верующих в духовном измерении представлена, по моему мнению, в публикациях В.В.Стома и А.Н.Шапкиной (*священник Е.Левченко, Стома, 2006; Шапкина, 2005*). Для меня эти публикации интересны тем, как по-разному в каждом случае включено в психотерапию учение о страстях.

В.В.Стома описывает свою работу с пациентками с острыми психогенными реакциями в традициях клинической психотерапии, фиксирует положительную динамику их состояний, а затем анализирует содержание их переживаний, состояний и реакций с точки зрения учения о страстях. Складывается впечатление, что перевод переживаний и состояний на язык страстей необходим самому психотерапевту и ничего не добавляет и не меняет в его профессионально проведенной работе. В данном случае понимание природы дефекта и его видение в духовном измерении не пересекаются.

Работая с состоянием обиды, А.Н.Шапкина строит терапию на учениях Василия Великого о преодолении обиды и гнева. Она не объясняет клиенту смысл святоотеческого понимания греховности этих страстей, а помогает ему сосредоточиться на актуальном переживании, раскрывает механизм преодоления обиды, перестраивает систему жизненных отношений клиента. Без соотношения переживания обиды с христианским пониманием природы страстей, возможно, психотерапия была бы столь же успешной, но не была бы такой глубокой.

Несмотря на небольшое число наблюдений, рискну сравнить выше описанные виды психологической помощи верующим, обозначить, что между ними общего, и чем они отличаются друг от друга.

Возьмем случай, когда психолог, работающий с верующим в духовном измерении, и пастырский психолог – христианин, принадлежащие к одной конфессии. Они работают с благословения Церкви (по крайней мере, так принято в православной традиции), консультируют и проводят психотерапию перед лицом Бога и с Божьей помощью, признают сверхзадачей своей работы соработничество верующего клиента с Творцом. И тот, и другой воспринимают проблемы клиента неразрывно связанными с его духовной жизнью, соотносят используемые ими средства и психотехники с христианскими ценностями.

Однако, между этими двумя видами психологической помощи верующим есть существенные различия. Пастырский психолог – более духовно зрелый, чем его клиент, он имеет больший молитвенный и церковный опыт, является прямым посредником между клиентом и священником. Психолог, оказывающий верующему психологическую помощь в

духовном измерении, равен своему клиенту в молитвенном и церковном опыте, он – брат его во Христе. Психолог работает с клиентом, чтобы разрешить его проблемы, помочь ему преодолеть свои трудности, придти к согласию с самим собой и тогда услышать в себе голос Бога. Пастырский психолог тоже помогает клиенту в разрешении его проблем и преодолении трудностей, но одновременно он стремится восстановить в нем Образ Божий, осуществляет духовное руководство.

Принципиальное различие между ними, как представляется, лежит в понимании соотношения проблемы и греха. Пастырский психолог видит путь преодоления проблемы человека через освобождение его от греха, а для психолога, который помогает верующему в духовном измерении, освобождение человека от греха происходит через преодоление его психологической проблемы.

Кроме того, различны категориальный строй их мышления, язык описания своей работы. Первые видят угрозу в психологизации духовной жизни человека; вторые опасаются за духовными сущностями утратить психологическое содержание его душевной жизни.

Православное священство в массе своей явно сторонится психотерапии и более того – относится к ней с недоверием, а некоторые священники вовсе отрицают ее как деятельность, приносящую пользу людям, тем более, верующим.

О. Александр Шмеман называл психотерапию «терапевтикой». В самой словесной форме прочитывается его отношение к данному виду помощи. Впрочем, «терапевтику» он досадливо распространял на любые виды «душевных разговоров» – как в Церкви, так и вне ее (*прот. Александр Шмеман, 2007*). На страницах «Дневников» неоднократно встречаются нелестные отзывы о. Александра о «терапевтике». Он был против того, чтобы психотерапевты ориентировали человека на адаптацию к миру, эмоциональный комфорт, помогали ему жить «без горя и трагедий». Хотя суждения о. Александра относились к американской психотерапии, но, по-видимому, он именно так понимал принципиальную линию психотерапевтической практики.

«Природный человек, – писал о. Александр Шмеман, – на своей глубине хочет «не страдать»... Единственное, что христианство ему предлагает, – это страдание... В духовной победе над ним, в духовном «претворении» страдания – совершается духовный рост человека, вхождение в другое измерение» (*там же, с.237*). Поддерживая человека в его избегании страдания, психотерапия закрывает ему возможность личностного роста и духовного развития. Заблуждением считал о. Александр и уве-

ренность психотерапевтов в том, что человека можно спасти через самопонимание, тогда как спасение – со Христом.

О. Борис Ничипоров, психолог по образованию и клинический психолог по своей первоначальной деятельности, признавал потенциал психологии «для возрождения падшей души», но только в том случае, если психолог способен увидеть в искажениях человеческой природы не симптом, не нравственный дефект, а личный грех (Ничипоров, 1994). В те годы, когда о. Борис писал свою книгу, психотерапия была еще очень далека от Церкви, и вопрос о соотношении проблемы и греха даже не поднимался.

Удивляет единодушие, с которым священники выступают против принятия психологами своих клиентов такими, какие они есть. О. Борис называл принятие «мнимой любовью, чуждой духовного подвига» (Ничипоров, 1994 с.174). Единственное разумное объяснение, которое я нахожу этой позиции, следующее. Принимая человека со всем тем, что он есть, психолог принимает и его грех, и его поврежденность. Хочется спросить (да кто же услышит?): на чем же, если не на любви, принятии основано душепопечение, духовное окормление, забота о верующих? Каждый из нас знает по опыту своей церковной жизни, что, чем тяжелее грех, чем глубже покаяние, тем больше тепла и любви исходит от отпускающего грехи исповедника.

Психотерапевт, в какой бы парадигме он не работал, с необходимостью ведет клиента к самопринятию, обретению автономии, внутренней свободы, осознанию личной ответственности за все, что с ним происходит. Скажем прямо: профессиональная позиция верующего психотерапевта, работающего с верующими, неизбежно вступает в противоречие с отношением Церкви к гуманистическим ценностям. Свобода человека, его автономия, личная ответственность – это не приемлемый для Церкви антропоцентризм, фиксация человека на своей самости (самореализации, самоопределении), а на самом деле – самоволии.

Недоверие священства, по-видимому, порождается и фигурой психотерапевта, его ролью в психотерапевтическом процессе, его особыми способностями устанавливать контакт с клиентом, вводить его в диалог, проникать в его внутренний мир. Похоже, что не только священники, но и миряне опасаются влияния психотерапевта, внедрения в их духовную жизнь мало знакомого человека, владеющего сомнительными, с духовной точки зрения, средствами.

Однако есть суждение о психотерапии, выделяющееся из общего хора скептиков и недоброжелателей. «Психотерапия – самая христианская про-

фессия... инструмент психотерапевта – его собственная душа». Это говорит о. Александр Мень. «И психоаналитик работает перед лицом Бога» (Зик, 2003, с.6).

В словах о. Александра слышится уважение к нашей профессии и понимание огромной ответственности психотерапевта перед самим собой, перед людьми и перед Богом. «И психоаналитик» звучит как «даже психоаналитик», как если бы о. Александр хотел заступиться за психоаналитиков, поскольку среди священников они, насколько я знаю, слывут за отъявленных безбожников и манипуляторов.

На самом деле, к какой бы школе не принадлежал психотерапевт, независимо от того, насколько он удален от Бога или приближен к Нему, я убеждена, что в его профессиональной жизни наступает момент, когда он понимает, что, соучаствуя в страдании другого, он становится сопричастным чему-то большему, чем он сам.

Опыт психотерапевтов, помогающих верующим, внушает надежду, что предубеждение священства против психологов и психотерапии как профессии снимутся по мере того, как все больше людей, получивших психологическую помощь, станут верными сынами и дочерьми Церкви.

За 10 лет моего пребывания в Православной Церкви, работая с верующими, я утвердилась в мнении, что психотерапевт в Церкви необходим. Священник встречается в храме с Иваном, Натальей, Павлом не как с отдельными личностями, а как с христианами вообще. У них есть личные грехи, но все они повреждены первородным грехом. Священник считает, что если им дана свободная воля выбирать между грехом и праведной жизнью, и они грешат (вольно или невольно), значит, выбирают путь греха. Священник не предполагает за грехами прихожан их личных проблем и трудностей, связанных с их биографией, личной судьбой, и грех начинает отождествляться с самим человеком.

О. Василиос Термос указывает на типичную ошибку пастырей – рассматривать проблему человека как духовную, а не психологическую. Поскольку у них нет иных способов справиться с ней, они «применяют к личности свой диагноз и свои методы лечения, вместо того, чтобы, смилив себя, проявить к стоящему перед ним человеку внимание или, в крайнем случае, попросить помощи у специалиста» (о. Василиос Термос, 2006, с.40).

«...Пастырь должен быть хотя бы несколько знаком с психоаналитическими наблюдениями, должен прочесть хотя бы одну-две книги по пастырской психиатрии, – писал архимандрит Киприан Керн, – ... чтобы огульно не осудить в человеке как грех то, что само по себе есть ... траги-

ческое искривление душевной жизни, загадка ... таинственная глубина души, а не нравственная испорченность» (архим. Киприан Керн, 2002, с.306).

И Церковь в лице священников, и поучения Святых Отцов, и вся христианская литература обращаются к христианину как к взрослому, зрелому, открытому для самопознания человеку, способному рефлексировать свои побуждения, мысли, переживания – и не только то, что оформлено явно, но и то, что существует подспудно, в осколках и намеках. Псалмопевец знает, что у каждого есть «тайная моя», но он имеет в виду, скорее, постыдное, чем неосознаваемое.

Со всей своей смутой, тревогой, душевной непроясненностью прихожанин часто остается один на один, не зная, что адресовать Богу, а с чем пытаться справиться самому. По моему наблюдению, подобные состояния у верующих компенсируются чрезмерным тщанием в исполнении церковных предписаний, молитве, посте, посещении святынь. «Компенсаторную религиозность» отличает повышенная экзальтация, частое употребление имени Господа (кстати и некстати), высокомерие по отношению к тем, кто не так благочестив и церковно дисциплинирован. Именно таким людям и надо помогать совместными усилиями священника и психотерапевта.

Психотерапия проблем верующих в духовном измерении – часть моей профессиональной деятельности, и я занимаюсь этим наравне с психотерапией проблем атеистов, агностиков, людей безразличных к религии. Я не выясняю религиозных воззрений клиентов, за исключением тех случаев, когда, с моей точки зрения, это необходимо для психотерапии, и спрашиваю об отношениях с Церковью только крещеных.

Будучи детским и семейным психотерапевтом, я работаю с проблемами семьи, супружеских отношений, родительско-детских отношений, семейными проблемами взрослых. Верующие обращаются ко мне с теми же запросами, что и другие люди. Это, как правило, конфликты между супругами или между детьми и родителями, отчуждение взрослых детей, супружеская неверность, трудности создания семьи и т.д.

Специфика психотерапевтического запроса верующих клиентов заключается в том, что они ищут воцерковленного психолога. Одни из них ожидают от этого психолога духовного руководства, другим это не нужно, но все они думают, что с разрешением их трудностей, преодолением проблем, произойдут существенные изменения в их духовной жизни. Хочется думать, что встреча клиента со «своим» психотерапевтом происходит не случайно, а промыслительно.

Психотерапевту, работающему с верующими, следует определиться, в каких контекстах он работает (Василюк, 2006). Для меня несомненно, что психотерапевтическая помощь верующим основана на христианской богословской традиции, прежде всего, христианской антропологии, а также на опыте церковного душепопечения (в том числе, пастырского консультирования в протестантской Церкви и православной Церкви на Западе), молитвенном опыте и самопознании верующих, внутри и вне церковного общения христиан разных конфессий. Освоение христианской традиции значительно расширяет горизонт психотерапевта как профессионала и углубляет его видение проблем верующих.

Не сомневаюсь я и в том, что в работе с верующими психотерапевт опирается на научную психологическую традицию: психологию личности, психологию индивидуальных различий, психологию эмоций, клиническую психологию. Если в христианской тримерии душевное и телесное – плотяное, мирское, грешное, то для психолога психические процессы, функции, свойства не иерархизированы по степени значимости для психической жизни человека, а различаются лишь по степени сложности и роли в структуре психического. Научная психология признает важнейшую роль бессознательного в психической жизни человека, в то время как «христиански-ориентированная психология», в соответствии с богословской традицией, относит его к «ниже-естественным» состояниям человеческой природы.

Я разделяю мнения тех психологов, которые считают, что психотерапия проблем верующих встроена в традиции как классической, так и современной психотерапии. Работая как детский и семейный психотерапевт в интегративном ключе, я использую психодинамический подход, представления о семье как системе, гуманистический подход. Интегративность психотерапии определяется тем, как я анализирую проблемы своих клиентов, какие методы диагностики и психотехники применяю, как взаимодействую с клиентами в процессе психотерапии.

Психотерапевт, работающий с верующими, учитывает культурно-исторический контекст жизни современного человека, определяющий характер его проблем. Современный человек живет на пересечении своей потребности в смысле жизни, в вере в Бога и необходимости соответствовать миру вокруг, где утверждает себя не зная ограничений свобода, и один человек легко может стать жертвой самоволия другого. Люди стремятся раствориться во всеобщности, универсальности и, одновременно, противопоставляют себя тем, кто иной, непохожий на них. Неприятие

инаковости друг друга обнаруживается даже среди тех, кто изначально объединен культурой, этносом, Церковью.

Технология упрощает жизнь человека, его общение, познание, творчество, и она же обнажает его: о нем все известно, его легко можно найти и воздействовать на него.

Тот, кто пришел в Церковь взрослым, принес туда свои установки. «Новый верующий» – это бывший советский человек: коллективист, отвергающий ценность индивидуального; конформист, идущий за группой или лидером; «авторитарная личность», воспринимающая людей с точки зрения их статуса; язычник, верящий в магическую природу божественного, скорее пантеист, чем деист; позитивист, ищущий веру через знание, стремящийся божественные законы ввести в привычную и понятную для него систему координат нравственных и социальных норм. Все эти тенденции в личности и сознании «нового верующего» сочетаются самым причудливым образом, поочередно доминируя одна над другой, в зависимости от требований ситуации: подчинения церковной дисциплине, необходимости прибегнуть к магической силе святого или оспорить возможность чуда.

Вглядеться в этот калейдоскоп, увидеть за ним человека с его проблемами, в перспективе их изменения и, в конце концов, духовного преображения, может лишь тот, кто беспристрастно и заинтересованно воспринимает мир, жизнь вокруг, человеческий космос в целом и каждого человека в отдельности. Без Божьей помощи это никому недоступно.

Центральным понятием в осмыслении и описании психологом своей работы с верующими оказывается понятие «личность». Для меня один из самых серьезных вызовов психотерапии верующего – совмещение или хотя бы одновременное удержание в сознании христианского и психологического представления о человеке. Это тем более проблематично, если психолог остается на территории научной психологии.

В христианской антропологии «личность» – одна из наименее отчетливых и доступных пониманию категорий. Ее словарное и психологическое значение для христианской антропологии лишено смысла.

В богословии представления о личности основаны на учении Святых Отцов Церкви. В отеческом богословии личность понимается как образ и подобие Божие. «Отцы рассматривают человека в свете двойного «модуса существования» ... биологического ... и церковного существования» (митр. Иоанн Зизиулас, 2006, с.46).

«Трагедия биологической ипостаси состоит не в том, что в ней человек не существует как личность, а в том, что он, пытаясь стать личностью

за счет нее, обречен на неудачу. Грех и есть такая неудача, и именно грех составляет трагическую прерогативу исключительно человеческой личности» (*там же*, с.48).

«Человек существует в своей церковной ипостаси не таким, каков он уже есть, а каким еще только станет: его церковность связана с эсхатологией, т.е. с конечным результатом его жизни» (*там же*, с.55). «Поскольку Христос есть истина, человеку дается возможность встретить подлинную Личность – ту самую, что служит истоком его собственной» (*там же*, с.51).

«Личностное начало присуще людям не столько в виде данности, сколько заданности. Поэтому и новые уровни откровения постигаются и раскрываются по мере роста личностного самосознания» (*свящ. Александр Мень*, 2006, с.399).

«Человеческая личность есть любовь к себе, и потому – любовь к Богу, любовь к Богу, и потому любовь к себе, узнавание себя как носителя дара знания и восхождения в полноту жизни» (*прот. Александр Шмеман*, 1992, с.229).

«Когда «образ», то есть человеческая личность отчуждается от своего «первообраза», которому он обязан своим существованием, тогда ... человеку остается лишь «одиначество» и чувство полной оставленности» (*Габриэль Бунге, иеромонах*, 2005).

В богословской литературе – даже самой авторитетной – нельзя найти четкое определение личности. Понятие оказывается «плавающим»: личность – это человеческая идентичность, человек во всей его полноте, подобный Христу, принцип существования, субъект переживаний, тот, кто способен любить и быть свободным, Я человека, уникальный индивид.

Анализируя личностный образ бытия человека, С.А.Чурсанов предлагает следующее определение личности: «Личность есть несводимая к природе, свободная, открытая, уникальная, целостная, в смысле как неделимости, так и нерушимой идентичности, непознаваемая аналитическими объективирующими методами основа человека, определяющая образ бытия его индивидуализированной природы» (*Чурсанов*, 2006, с.76). Автор убежден, что такое понимание личности задает онтологический фундамент, опираясь на который православный психолог обретает возможность переосмыслить, в теоцентрической перспективе, онтологические основы, ценности, установки, терминологические системы и соответствующие психотерапевтические практики секулярной психологии (*там же*, с.77).

Если православная психология будет строиться на том, что невидимо, немыслимо, непознаваемо, неизмеряемо, то этой дисциплине придется взять себе другое название, а практика, основанная на такой (уже не научной) дисциплине, будет называться как-то иначе, а не психотерапия и консультирование.

Дискуссия о том, быть или не быть христианской психологии и христианской (или православной) психотерапии, уже ведется, но довольно вяло, и пока нельзя сказать, что прозвучали убедительные аргументы «за» и «против». Судя по публикациям, психологи, работающие с верующими, используют понятийный аппарат, которым они привыкли пользоваться в своей профессиональной деятельности.

Общеизвестно, что психологическая категория личности соотнесена с поведением человека, его потребностно-смысловой сферой, переживаниями, конфликтами, противоречиями, ценностями и смыслами, с отношением человека к себе и к людям, с векторами его развития. И как исследователь, и как практик, я исхожу из представления о личности как системном образовании разной степени интеграции, с особенностями ее функционирования и онтогенеза. Реализация человеком его духовных потребностей, формы его духовной жизни, темпы духовного роста зависят от того, насколько интегрирована его личность.

С точки зрения психологии, человек с интегрированной личностью открыт своему опыту, принимает себя и других людей, мир вокруг. Он обладает выстроенной идентичностью, тождественен сам себе, примиряет в себе мужское и женское. Он достаточно честен перед собой, чтобы увидеть противоречия в своих мотивах и потребностях, ценностях и смыслах, достаточно решителен, чтобы сделать все от него зависящее для их преодоления.

Прошлое не довлеет над ним, он способен жить настоящим и планировать будущее. Он может делать свой выбор и нести за него ответственность. «Интегрированный» человек уважает свою автономию и считается с автономией других людей. Он свободен от мнения окружающих, но учитывает их для полноты знания о себе. Он умеет сотрудничать с людьми, но не допустит, чтобы группа подчинила его, и не поступится принципами из страха остаться одному. Любовь, дружба, подлинность человеческих отношений – для него высокие ценности, он умеет и отдавать, и принимать.

Как видно, тип человека с интегрированной личностью почти полностью совпадает с тем, что в гуманистической психологии определяется как самоактуализирующаяся или нормально функционирующая личность.

Верующий, личность которого интегрирована, способен соотнести содержание своих переживаний, направленность своих мотиваций с Божиими заповедями, поучениями Святых Отцов, войти в диалог с Богом. Он хочет и может услышать голос своей совести, покаяться в грехах. Открытый перед собой, он готов открыться перед Богом, идти ему навстречу. В полноте пребывая в настоящем, он обращен к перспективе вечности.

В христианском богословии можно найти аналоги понятий личностной интеграции и духовной зрелости. В своей книге «Учение Апостола Павла о душевном и духовном человеке» И.Гумилевский рассматривает эти понятия через их значения в греческом языке, цитируя отрывок из первого послания Апостола Павла к фессалоникийцам. Человек с интегрированной личностью определяется здесь как цельный, здоровый, а духовно зрелый – как полный, целый (Гумилевский, 2004). В христианской антропологии Николая Кавасилы духовно зрелый тоже определяется как целый.

От раздробленного к цельному, от цельного к целому – вот путь христианина: через обретение себя к пребыванию во Христе. Эта тема постоянно звучала в проповедях митрополита Антония Сурожского. Христианину предстоит вырасти в полную меру как человеку и тогда только – в полную меру приобщения к Богу. По заповедям Христа живет только тот, кто духовно целен и здоров (*митр. Антоний Сурожский, 1999 /2/*).

Митрополит Антоний напоминает, что в руках у человека – материал, из которого он вылепит себя и только себя, а не другого. «На Страшном суде тебя не спросят, был ли ты Святым Петром, тебя спросят, был ли ты Петей» (*митр. Антоний Сурожский, 2000, с.110*).

«Личность, персона – это то, чем мы призваны стать, преодолев индивидуума, которого мы эмпирически можем в самих себе наблюдать. Личность высвобождается из плена индивидуума... того «я», которое не хочет видеть всего себя таким, как он есть, ... быть реальным значит стать перед судом Бога и людей. С уничтожением индивида ... останется личность, которая ... вновь входит в гармонию, которая есть Божественная любовь» (*там же, с.114*).

Познав себя, став самим собой, человек обретает способность любить и только тогда встретится с Богом. Митрополит Антоний призывает верующих научиться «вмалчиваться в свою глубину», потому что в самой глубине человека заложена тайна познания Бога (*митр. Антоний Сурожский, 1999 /1/*).

Человека с дезинтегрированной личностью, вслед за К.Хорни, можно назвать «невротической личностью нашего времени». Конституирую-

щим признаком «невротика» К.Хорни считает наличие внутриличностного конфликта. «Невротик» оберегает свое Я от психологического дискомфорта, вызванного внутренним конфликтом. Невротические структуры (по К.Хорни наклонности, потребности, защиты) образуют подструктуры, взаимодействующие друг с другом. Защиты и способы адаптации «невротика» – источник дополнительных трудностей (Хорни, 1994).

«Стремясь пройти по жизни целыми и невредимыми, мы становимся подобными морским существам, которые создают покрытие, ... и оно держит их, словно в тюрьме, в жестком коралловом панцире и постепенно удушает их» (митр. Антоний Сурожский, 1997, с.75).

«Невротик» не в ладу с собой, он хочет стабильности и определенности, но делает все, чтобы его жизнь стала непредсказуемой и неуправляемой. Ему трудно сделать выбор, принять на себя ответственность за него. Его жизнь – «непрошедшее прошлое», следы травмирующего опыта определяют его жизнь в настоящем. Обращенный в прошлое, он или обесценивает, или преувеличивает роль этого опыта, будущее страшит его.

«Невротик» нетождествен самому себе – в нем живет как будто несколько разных, плохо сочетающихся между собой людей, и он не знает, как примирить их.

«Невротик» зависим от оценок окружающих, остро переживает и безразличие, и отвержение. Он склонен либо подчиняться, либо конфликтовать, а в некоторых ситуациях совмещает обе эти стратегии. Он стремится к отношениям дружбы и любви, но одновременно боится глубоких эмоциональных контактов.

«Первое условие нашего единства с Богом, – пишет в своей книге «Раздирание» А.Грюн, – это спуститься в собственное подполье... свою темноту, в царство тени своей души, во все, что мы вытеснили, не желая признать как свое» (Грюн, 1998, с.75). А.Грюн – монах и психоаналитик, не может не знать, что человек не властен над своим «подпольем», своими тенями, и без психотерапевта ему самому не пройти по дорогам своего ада.

«Невротик» не способен признать грандиозность того факта, что он Образ и Подобие Божие, осознать, что его единственное Я дано ему Богом. Ему суждено встретиться с Богом и так обрести свою полноту. «Невротик» не может открыть свою дверь к Богу: он налегает на нее всеми своими защитами и конфликтами. Как говорила моя 60-летняя клиентка Надежда, «в моем сердце должен быть Бог, а там у меня маленькая обиженная девочка Надя». Взрослая Надежда жалела и опекала ее. Она переживала отчуждение взрослой дочери и страдала от того, что ее родитель-

ская несостоятельность и несчастливая женская судьба стали причиной не сложившейся личной жизни дочери. Она каялась в этом на исповеди, знала, что прощена, но постоянно ждала, когда Бог изменит ее жизнь, и дочь обернется к ней. Иначе она не могла поверить в прощение. Надежда не допускала мысли, что все останется по-прежнему, и ей придется любить дочь безответно. К этому она не была готова, когда пришла ко мне за помощью.

Надежда жила в постоянной обиде на мать, которая в детстве и подростковом возрасте не защищала ее от деспотизма отца и предпочитала ей брата. Каждую нашу встречу в течение долгого времени Надежда начинала с пересказов того, как и чем обидела ее мать. В результате длительной терапии она смогла простить ее, перестрадав, рассталась со своим прошлым, смирилась с настоящим, постепенно становилась взрослой Надеждой, самой собой.

На примере Надежды и других своих клиентов я вижу, что «невротиком» трудно покаяться в своих грехах. Об этом говорят и они сами. Они знают, что грешны, могут назвать свои грехи, осознают свою вину, но знают и то, что это не подлинное покаяние. Они и вины своей в полной мере не испытывают, поскольку кто-то другой (мать, отец) сделал их такими, какие они есть, а они сами не отвечают за последствия.

«Невротик» не распознает своего греха, если он совпадает с его защитой. Униженная отцом, пренебрегаемая матерью, Надежда, робкая и тихая дома, в подростковом возрасте стала «уверенной» и «принципиальной». Она и теперь нетерпима к другим точкам зрения, всегда старается настоять на своем, контролирует жизнь своих близких. Все это и было причиной отчуждения ее дочери.

Если определить защитное поведение клиентки, ее способы самоутверждения на языке греха, то она грешит гордостью, гневом и множественностью других грехов. Все дело в том, что она неспособна их распознать. Эти грехи оправданы в ее глазах, потому что она выживала с помощью своих защит.

Дерзну утверждать, что «невротик» неволен в своем грехе там, где грех совпадает с его защитой. Здесь кончается свободная воля человека. «Невротик» не способен отсечь страсти, как того требует Церковь. Никодим Святогорец писал, что не всякая страсть – былинка, некоторые подобны дереву.

«Невротик», пребывая в своем подполье, не слышит в себе голос Бога. Он не верит в Его любовь, но постоянно ждет от Него милости, прощения, жаждет пережить счастье встречи с Ним.

Психотерапевт возвращает клиента в прошлое, чтобы он смог заново пережить его и примириться с ним. В процессе работы клиент обретает способность видеть свое прошлое объемно, целостно, устанавливать связи между людьми и событиями, воспринимать персонажей своей жизненной драмы с точки зрения нового себя, человека с другими возможностями и перспективами.

Если на первых порах клиент «залипает» на психотерапевте, пытается удержать позицию незащитного, нуждающегося в поддержке, то постепенно он «взрослеет», осознает ответственность за все происходящее и в психотерапии, и в собственной жизни.

Как только клиент расстается с ролью жертвы, игрушки судьбы, меняется его отношение к виновникам всех его несчастий: он может прощать их и сострадать им. Прощение переживается им катартически, он получает мощный импульс для изменения и роста.

Особенность работы с верующими заключается в том, что с ними работать легко: они знают, какими им надо стать, ради чего изменяться. Они знают, что и психотерапевт это знает. Общие ценности и смыслы направляют их работу, помогают установлению контакта, развитию диалога, они образуют контекст психотерапии, ее пафос.

Цели моей работы с верующими не отличаются от того, к чему я стремлюсь в своей психотерапевтической практике: помочь интеграции личности клиента, сделать все от меня зависящее, чтобы он смог активно и ответственно преобразовать свою жизненную ситуацию.

В процессе психотерапевтической помощи верующему возникают специфические задачи понимания духовного смысла решающих моментов его жизни, поиска точек опоры, чтобы он мог встать во весь рост.

По мере того, как он становится самим собой и рушатся его защиты, он выходит из подполья, чтобы обрести свою глубину. Продвижение клиента проявляется в том, как изменяется для него облик времени. Примирившись с прошлым, он начинает активно жить в настоящем, смиряется с мыслью о конечности бытия. Он будет входить в «полноту христианства» и без страха взглянет в лицо вечности.

В моей работе с верующими сложилась определенная диалогическая стратегия взаимодействия. В процессе работы психотерапевт и клиент вступают в три вида диалога: профессионального диалога психотерапевта и клиента, христианского диалога и диалога верующего психотерапевта и верующего клиента. В каждом виде диалога психотерапевт соответственно выступает как профессионал, христианин, верующий психоте-

рапевт. Клиент со своей стороны взаимодействует с психотерапевтом как клиент, христианин, верующий клиент.

К верующему психотерапевту клиент приходит с презумпцией его компетентности и ответственности. Доверие клиента позволяет психотерапевту ввести его в диалог, где они – партнеры, собеседники, соавторы. Недирективность стиля общения психотерапевта создает для клиента атмосферу безопасности и свободы. Конгруэнтность психотерапевта, активное слушание способствуют открытости и искренности клиента, он получает возможность выражать и узнавать себя.

Профессиональный гуманистический диалог легко переходит в диалог христианский, когда психотерапевт и клиент общаются не как специалист и тот, кто пришел к нему за помощью, а как братья или сестры во Христе. Они говорят на одном языке, имеют сходный опыт личной и соборной молитвы, переживают сходные трудности, борясь с грехом, со страстями, их подстерегают сходные искушения – вплоть до сомнения в вере. Оба они идут тесными вратами, не всегда понимая замысел Бога о себе и границы собственной активности.

Если в процессе работы возникает религиозная тема, и психотерапевт решает перевести общение в другое русло, он предупреждает клиента, что будет говорить с ним не как профессионал, а как христианин. Психотерапевт и клиент размышляют над важными для каждого из них местами из Писания, обмениваются книгами, по содержанию связанными с проблемами клиента (о страдании, прощении, любви). Психотерапевт направляет течение диалога и ведет его к обсуждению актуальных для клиента вопросов: готовности к исповеди, крепости веры, диалога с Богом.

На определенном этапе работы психотерапевт и клиент вступают в третий вид диалога, когда они взаимодействуют как верующий психотерапевт и верующий клиент. От двух предыдущих этот вид диалога отличается тем, что психотерапевт и клиент рассматривают проблему клиента в духовном измерении, когда клиент уже сам способен соотнести свои переживания и конфликты с качеством своей духовной жизни: неполнотой покаяния, формальностью молитвы, недоверием к Богу.

На этом этапе клиент начинает понимать, что поглощенность собой запирает его в своем мире. Поддержка и сочувствие психотерапевта помогают клиенту осмысленно пережить свою удаленность от Бога. Полнота взаимопонимания зависит от того, насколько глубоко проработана проблема клиента и насколько отчетливо он осознает перспективу изменений.

После того, как описанные виды диалога сменили друг друга, они идут в любой последовательности и направляются психотерапевтом в соответствии с целями работы. Клиент хорошо различает их и легко переходит от одного вида общения к другому.

Надо сказать, что описанные разновидности диалогов сложились в моей практике спонтанно, я не планировала их и не предполагала, что в психотерапии верующих возникнет необходимость менять привычный стиль взаимодействия с клиентом. Работая с Надеждой (это была самая длительная психотерапия с верующим клиентом), я увидела, что диалоги сменяют друг друга самым естественным образом.

Теперь я понимаю, что в работе с Надеждой христианский диалог возник из моей потребности «тереть ее душу, чтобы согрелась». Эти слова святителя Феофана Затворника точно отражают суть моих действий. Наше общение сестер во Христе, простота и доверительность разговоров о вере, радостях и трудностях пребывания в Церкви помогали Надежде осмыслить свою жизнь в Свете Христовом.

Работа с Надеждой была для меня фактически лабораторией, в которой я смогла самоопределиться в том виде профессиональной деятельности, которую я называю психотерапией верующих в духовном измерении.

ЛИТЕРАТУРА

- Антоний, митрополит Сурожский.* Беседы о молитве. – СПб.: Сатисъ, 1999 (1).
- Антоний, митрополит Сурожский.* Духовное путешествие. Размышление перед великим постом. – М.: Православный паломник, 1997.
- Антоний, митрополит Сурожский.* О встрече. – Клин: Фонд «Христианская жизнь», 1999 (2).
- Антоний, митрополит Сурожский.* Человек перед Богом. – М.: Паломник, 2000.
- Белорусов С.А.* Православие и производные от него психотерапевтические парадигмы // Московский психотерапевтический журнал. 2006. № 3.
- Василиос Термос, свящ.* В поисках личности // Московский психотерапевтический журнал. 2006. № 1.
- Василюк Ф.Е.* Молитва и переживание. – М.: Смысл, 2006.
- Воловикова М.И.* Проблемы духовно-ориентированного диалога на семинарах Т.А.Флоренской // Московский психотерапевтический журнал. 2004. № 1.
- Габриель Бунге, иеромонах.* Акедия. Духовное учение Евагрия Понтийского об унынии. – Рига: ФиАМ, 2005.
- Грюн А.* Раздиране. – М.: Независимая психиатрическая ассоциация, 1998.
- Гумилевский И.* Учение Святого Апостола Павла о душевном и духовном человеке. – Киев: Пролог, 2004.

- Евгений Левченко, священник, Стома В.В.* Некоторые подходы к построению православной психологии и психотерапии // Московский психотерапевтический журнал. 2006. № 3.
- Зик С.* Звезда на карте // Приходские вести. 2003. № 15.
- Иоанн /Зизиюлас/, митрополит.* Бытие как общение. Очерки о личности и Церкви. – М.: Свято-Филаретовский православно-христианский институт, 2006.
- Мень Александр, священник.* Трудный путь к диалогу. – М.: Фонд имени Александра Меня, 2006.
- Ничипоров Б.В.* Введение в христианскую психологию. Размышления священника. – М.: Школа-Пресс, 1994.
- Хорни К.* Невротическая личность нашего времени. Самоанализ. – М.: Школа-Пресс, 1994.
- Чурсанов С.А.* Богословская концепция личностного образа Бытия как онтологический фундамент антропологических моделей // Московский психотерапевтический журнал. 2006. № 3.
- Шапкина А.Н.* Работа с обидой // Московский психотерапевтический журнал. 2005. № 3.
- Шмеман Александр, прот.* Дневники. 1973-1983. 2-е изд., испр. – М.: Русский путь, 2007.
- Шмеман Александр, прот.* Евхаристия. Таинство Царства. 2-е изд. – М.: Паломник, 1992.