

КОНФЕРЕНЦИЯ «ХРИСТИАНСТВО И ПСИХОТЕРАПИЯ»

За последние 5-7 лет, когда появилась возможность посмотреть, как работают наши иностранные коллеги, я замечал, что, работая с ними, я должен как бы забыть о том, что я христианин. Например, самоактуализация по определению предполагает работу человека над собой с помощью терапевта, а Христос говорит нам: «... без Меня не можете делать ничего» (Ин.15, 5). Специалист по гештальт-терапии предлагает участнице группы самой простить себя, а Слово Божие говорит о том, что мы должны исповедовать грех перед Богом и от Него получить прощение (1 Ин.8, 9). Не желая быть во время работы «отставным христианином», я пытался найти тех, чья работа не противоречит их вере. То, что я видел, можно описать в виде трех вариантов:

1. Разделение духовного и душевного. Христианин-психотерапевт, не задумываясь, применяет методы психотерапии, считая их научно обоснованным профессиональным инструментарием, игнорируя, что в их основе лежат определенные верования, например, о врожденной доброте человека.

2. Макияж. Методы, ранее разработанные на нехристианской основе, в эпоху «потребности в духовном» украшаются цитатами из Библии или ссылками на христианских деятелей, внутренне не связанными с сущностью применяемых методов.

3. Христианское консультирование. Методы основаны на Библии, практическая реализация включает многие знакомые нам приемы. Применяются в Западных протестантских церквях пасторами, получившими соответствующую подготовку в процессе своего обучения на кафедрах христианского консультирования. Консультированием занимаются также члены церкви после прохождения краткосрочного обучения.

У меня возникло желание собрать московских психотерапевтов-христиан, чтобы сообща обсудить наши проблемы и оценить ситуацию в этой области. Я разослал 350 приглашений московским подписчикам «Московского психотерапевтического журнала». На них откликнулись свыше 80 коллег. В участии было отказано тем, кто не является христианином и тем, кто не занимается психотерапией.

Отвечая на вопросы анкеты участника, 86% отметили, что для них актуален вопрос совместимости его мировоззрения и

психотерапевтических методов. 44% указали гуманистическую психологию в качестве наиболее близкой им концепции психотерапии. На вопрос о психотерапевте, наилучшим образом воплощающем наиболее близкую концепцию психотерапии, 38% не назвали никого, К.Роджерса – 13%, В.Франкла – 5%, Т.А.Флоренскую – 5%, по 3% назвали Витакера, Перлза, Сатир.

Конференция проходила 23 и 24 мая в помещении наркологического диспансера № 12.

Участники конференции проявили большую заинтересованность в конференции. Было сделано 8 докладов, проведены дискуссии по двум темам: «Теория христианской психотерапии» и «Практика христианской психотерапии». Конференция носила межконфессиональный характер. Кроме врачей и психологов, в ней участвовали консультанты, подготовленные и работающие в организации «Анонимные алкоголики» и Адвентистском центре здоровья.

Участники конференции решили объединиться в Ассоциацию христианских психотерапевтов и консультантов. Собрания Ассоциации будут проходить в первый понедельник месяца в 14 часов в конференц-зале наркологического диспансера № 12 (ул.Шверника, д.10/А).

Получить информацию о работе Ассоциации и порядке вступления в нее можно, позвонив мне по телефону 241-73-24 с 18 до 21 часа.

Николай Петров

Тезисы докладов, прочитанных на конференции

Христианство и светский гуманизм: их теология, философия и психология

Петров Николай Николаевич

Психотерапевту-христианину важно знать, что собой представляет светский гуманизм, являющийся мировоззренческой основой гуманистической психологии. Большинство участников конференции считают актуальным вопрос о совместимости своего мировоззрения и психотерапевтических методов, которые они применяют. Почти для половины участников гуманистическая психология является наиболее близкой концепцией в психотерапии.

1. Христианская теология утверждает существование мудрого, могущественного, любящего Бога, воплотившегося в Иисуса Христа. Теологической основой светского гуманизма является атеизм.

2. Самая главная философская истина Библии – об Иисусе Христе, Слове Бога, о том, что «через Него все начало быть» (Ин.1, 1-4). Светский гуманизм утверждает, что, кроме природы, ничего не существует (натурализм), а Бога, ангелов, дух, сатану считает порождением фантазии.

3. Христианская психология исходит из того, что человек состоит из тела, души и духа. Библия утверждает, что все люди греховны по своей природе и нуждаются в Спасителе (Рим.3, 23 и 6, 23).

Логическим следствием атеистической теологии и натуралистической философии гуманизма должен быть бихевиоризм. Б.Скиннер был избран гуманистом года в 1972г. Однако большинство гуманистических психологов считают индивидуальную свободу одним из величайших благ, они верят, что истинно свободный человек может установить контакт со своим врожденным совершенством и создать утопическую мировую цивилизацию. Гуманистическая психология фокусируется на врожденной доброте человека. Ее представители считают, что чувство вины является обузой, навязанной обществом, а христианство – источником чувства вины и, следовательно, помехой психическому здоровью.

Выводы

Христианство и светский гуманизм диаметрально противоположны в теологическом, философском и психологическом аспектах.

Гуманистическая психология является практической реализацией светского гуманизма, а самоактуализация несовместима с возрастанием во Христе.

Следует решить сложный вопрос о том, насколько техники гуманистической психологии можно отделить от ее направленности.

Психотерапевтам-христианам следует применять методы, основанные на учении Иисуса Христа.

Диалог в христианской терапии

Флоренская Тамара Александровна

В работе психолога существует много помех его христианскому строению души, например, уверенность в своих знаниях и умениях, соблазн наставничества, комплекс власти над клиентом, возможность применения гипнотических техник и др.

Преодолеть эти помехи можно, чувствуя христианскую любовь к своему клиенту и ощущая божественную основу психотерапевтического контакта. Таким образом, в процессе психотерапии участвуют трое – Бог, клиент и психолог. И именно через Бога психотерапевт помогает клиенту.

В христианской терапии важны следующие принципы. Клиент приходит к нам в период болезни или утраты мира внутри себя. Наша задача – помочь клиенту в исцелении, то есть в восстановлении его целостности. Разлад в душе, болезни являются следствием греха. Здесь важно, опираясь на четкие христианские ценности, выявить, какие законы духовной жизни нарушил клиент (инсайт) и помочь ему пройти путь покаяния (катарсиса). Когда человек впервые встречается со своей греховностью, он может испытать ужас, и возможны два исхода – самоубийство или покаяние. Покаяние – это отвержение некоторых частей своего наличного Я и принятие духовного Я.

Терапевт может в разной форме показать целительность следования законам духовной жизни. Он может поддержать голос духовного Я клиента на его языке. При этом большую роль играет соотнесение трех языков – евангельского, психологического и языка клиента. Для терапевта необходимо также внутреннее послушание Божьему голосу в себе. Таким образом, диалог в христианской терапии – это соединение двоих в Боге, их одновременная неслиянность и нераздельность, открытость двоих для получения благодатной помощи (Бахтин). В этом диалоге развиваются двое – терапевт и клиент, каждый на своем пути к Богу.

Трансцендентная психотерапия и духовное измерение личности

С.А.Белорусов

Тенденция к функциональной индустриализации современного мира обуславливает репрессирование духовности человека. Иллюзия механистической предсказуемости, являющаяся признаком отсутствия подлинной духовной зрелости, приводит к учащению личностных кризисов.

Трансцендентная терапия предполагает помощь человеку в ситуации трансцендентного кризиса. Этот путь предложен психологом и священником Адрианом ван Каамом на основе созданного им учения о духовной формации. Соответственно этому подходу выделяются четыре измерения человеческой формации: социально-историческое, витальное, функциональное и трансцендентное.

От остального творения человек отличается способностью к трансценденции, возможностью быть больше самого себя. Этот принцип коррелирует с понятием «духа» в традиционной святоотеческой антропологии. Духовно зрелый человек воспринимает жизненные события как указатели на присутствие Тайны в его жизни, как приглашение к более глубокому пониманию замысла Бога о нем.

Специалист по транстерапии, будучи временным спутником своего клиента в его жизненном путешествии, облегчает процесс раскрытия человека навстречу его призванию от Бога. Он способствует осознанию кризиса как сочетания опасностей и возможностей. Распознавая факторы бессознательного сопротивления, он помогает проявлению единственной целительной энергии – Благодати. Подход ван Каама, таким образом, интегрирует научно обоснованные достижения психологии с многовековой духовной мудростью человечества, выраженной в ее традиционных формах.

Духовность как измерение человеческого бытия является принципиально диалогичной. Врач и архиепископ Лука (Войно-Ясенецкий) в работе «Дух, душа и тело» пишет: «Дух имеет общение с миром трансцендентным, живет в нем и сам принадлежит вечности. Дух есть сумма нашей души и части ее, находящейся вне границ нашего сознания».

Признавая эссенциальность общения (связи – *religare*) с Высшим, имея целью выявление аутентичности духовного опыта, можно оправдать выделение трех составляющих трансцендентного (духовного) измерения личности.

Во-первых – восприимчивость, способность к принятию. В этом акте человек имеет возможность получать Откровение. Во-вторых – усвоение.

То, что мы получили, должно стать нашим, преобразить нашу сущность, придать нам новую форму, трансформировать нас. Третьей составляющей является выражение. Приняв и усвоив то, что открылось нам, мы утверждаем себя в мире, пытаясь действовать в соответствии с собственным изменением, происшедшим в результате Откровения.

Внутри каждой характеристики существует диалектический конфликт, выражаемый континуумом между противоположными полюсами. Для первой составляющей – открытость/закрытость; для второй – резонанс/сопротивление; для третьей – свобода/блокирование.

Возможность выделения подобных составляющих прослеживается на следующих примерах:

а) Притча о сеятеле (Мф.13: 3-8): «иное упало при дороге, и налетели птицы и поклевали то» – это символ нарушения первой духовной составляющей – дефект восприимчивости; семя на каменистой почве – неспособность усвоения Откровения (вторая составляющая); семя, заглушенное сорняками – трудность осуществления полученного Откровения – третья составляющая.

б) Трём составляющим духовности – восприимчивости, усвоению, воплощению – соответствуют три традиционных монашеских обета: послушания, бедности, целомудрия – как модусы поведения личности в этих направлениях.

в) В западной мистической традиции описываются три стадии Благодатного личностного роста: очищение (purgation), просвещение (illumination), объединение (unification). Их можно рассматривать как суть духовных процессов, проходящих в рамках выделенных составляющих духовности.

Итак, в соответствии с выделенными критериями, можно предположить, что нездоровый духовный опыт («теопатология», «токсическая вера») возникает вследствие либо незрелости (замедления), либо искажения динамики описанных составляющих духовного измерения человеческой личности.

Христианский подход к консультированию семьи

Паттерсон Вилли (Великобритания)

Опираясь на описание сотворения мужчины и женщины Библией: «Потому оставит человек отца своего и мать свою и прилепится к жене своей, и будут одна плоть» (Быт. 2, 23-25), содержащее квинтэссенцию библейской концепции брака (к этому отрывку постоянно апеллируют и Новозаветные авторы, говоря о назначении и функциях семьи), можно выделить три главных момента, образующие как бы углы «треугольника

семьи». Это: 1) отделение (психологическое, эмоциональное и физическое) от родителей, 2) «прилепление» супругов друг к другу (дружба, взаимопонимание, духовное и душевное единение) и 3) «становление одной плотью» (весь спектр сексуальных взаимоотношений супругов).

Все эти три момента жизненно необходимы для полноценного брака, и проблемы хотя бы в одной из этих сфер приводят к серьезнейшим трудностям в функционировании семьи.

Так, недостаточная отделенность от своих родителей (например, из-за привычной гиперопеки со стороны матери или из-за пронесенной через всю жизнь обиды на жестокого или безразличного отца) как бы «привязывает» взрослого человека к его отцу и матери и создает различные проблемы в его собственной семье.

Недостаток «единения» супругов в духовном, эмоциональном и других отношениях также лишает брак одного из важнейших элементов и создает трудности в проявлениях двух других «углов» треугольника.

Стойкое нарушение сексуальных отношений или пренебрежение ими также делает брак неблагополучным, неизбежно отражаясь и в двух других сферах.

В докладе рассматривались различные варианты нарушений каждой из трех перечисленных сфер и их сочетаний, и были охарактеризованы возможные подходы к консультированию по таким проблемам. При этом особый акцент делается на божественную природу брака и недостаточность только человеческих сил для полноценной реализации функций семьи и решения возникающих в ней проблем.

Христианские источники программы «12 Шагов»

Е. Савина¹

«12 Шагов» – это программа, выработанная движением «Анонимные Алкоголики», представляющим собой группы самопомощи. Движение эмпирически выработало двенадцать последовательных этапов, которые должен проходить алкоголик для того, чтобы поддерживать полноценную трезвую жизнь. Этот подход явился наиболее эффективным для подавляющего большинства людей, которые захотели ему следовать. Профессиональные терапевтические программы, основанные на принципах программы «12 Шагов», имеют целью помочь пациенту войти в группы АА для решения сопутствующих алкоголизму личностных проблем.

¹ Высказанные соображения – это частное мнение автора и оно не обязательно отражает официальную позицию Анонимных Алкоголиков.

Программа «Двенадцать Шагов» называет себя нерелигиозной программой, хотя она отражает духовный опыт многих людей. Движение открыто для всех, кто действительно хочет решить проблему алкогольной зависимости, независимо от их религиозных убеждений или отсутствия таковых. Это удастся, потому что Программа обращается к фундаментальному выбору человека. Субъект выбора называется Высшей Силой, и вся работа в программе состоит в осознании и опытным познании отношений с субъектом выбора.

Центральная идея выздоровления, не формализованная в литературе АА, есть уверенность в том, что в КАЖДОМ человеке есть образ Божий ВО ВСЕЙ ПОЛНОТЕ. Помрачение этого образа – причина болезни. Выздоровление может совершаться только благодатью Божией. Таким образом, Программа «12 Шагов» духовна в высшем смысле этого слова. Благодаря этому группы, имеющие четкую цель освобождения от зависимости, достигают ее в служении Богу и друг другу.

Алкоголик в силу своей зависимости вынужден понять смысл жертвы. Ему приходится ОТДАВАТЬ очень ценное: не только алкоголь, но весь свой способ жить, всю душу – для обретения жизни. Жизни духовной и физической – для алкоголика эти понятия оказываются необходимо связанными. Алкоголик вынужден обрести христианские добродетели для выздоровления, какими бы нежизненными, несовременными они ему ни казались. Евангельская фраза «будьте совершенны в любви» оказывается способом выжить.

«Шаги» направлены на восстановление целостности души как образа Божьего и все большее осознание СВОИХ ОТНОШЕНИЙ с субъектом выбора, здесь даже говорится о СОПРИКОСНОВЕНИИ с ним. Целостность рассматривается не только и не столько изолированно, но во множестве связей человека с миром. Человек ведет кропотливую работу по трансформации Эго-центричного мира алкоголика в Бого-центричный мир, начиная сознавать всю глубину и сложность отношений этого мира. На последнем, 12-ом, шаге алкоголика, пережив духовное пробуждение, несут эти идеи другим страдающим алкоголикам.

12-й Шаг ставит пациентов в положение новозаветных свидетелей. Получив благодатью выздоровление от зависимости, обретя подлинную трезвость духа, а не только физическую, Анонимные Алкоголики начинают свидетельствовать об этой благодати перед всеми страдающими от болезни. Страдание человека переплавляется в смысл, становится значимым опытом, и потому понятна фраза из АА: «Я счастлив, что я – алкоголик». Счастлив обретением Образа в себе и видением его в других. Здесь важно сознание своей системы общностей с другими людьми, ценности этих общностей, целостности души как общности с братом. Поставленные цели достигаются на долгом пути. Это движение часто приводит людей в Церковь. Выношенный, осознанный опыт однажды требует объявления, человек чувствует потребность продолжать его уже в

церковном русле – и делает это с успехом. Вероучение воспринимается уже как называние вещей своими именами, формулирование предчувствованного, обретение полноты. Это похоже на опыт ранних христиан. Они обретают «царственную свободу Евангелия», абсолютную ответственность сформулированного выбора.

Работающие в программе консультанты и психологи выступают также в роли свидетеля. Попытки «овладеть процессом, научить» вызывают опасность фарисейства и приводят к срыву. Поэтому нужна собственная работа терапевта в программе, с супервизором, духовником. Сознание истинного Источника помощи в работе терапевта с пациентом, литургическая практика по вере самого терапевта, понимание, что борьба со страстями в пациенте – это и наша собственная борьба тоже – необходимые условия успеха.

Программа «12 Шагов» – не алгоритм спасения. Пациент с терапевтом вместе создают условия, когда пациент становится готовым, свободным для принятия благодати – Господь милостив и подает ее щедро.

В России программа оказалась очень эффективной в силу особенностей восточного христианства. Христос и вера в Него воспринимались прежде всего как личный духовный опыт, которым люди делились. Это не мировоззрение, а глубоко личный опыт. Именно таким духовным опытом делятся в программе «12 Шагов».