

УДК 159.922.4

**ПРАВОСЛАВНОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ –  
ПРАКТИКА ФОРМИРОВАНИЯ ДУХОВНО ЗРЕЛОЙ ЛИЧНОСТИ**

**ORTHODOX COUNSELING – FORMATION OF SPIRITUALLY MATURE PERSON**

**Г. С. Дулина**

**G. S. Dulina**

*ФГБОУ ВПО «Чувашский государственный университет  
имени И. Н. Ульянова», г. Чебоксары*

**Аннотация.** В статье рассмотрено православное консультирование как практика формирования духовно зрелой личности. Православный психолог совместно со священнослужителем оказывает адекватную системную помощь детям и родителям, семейным парам, решает вопросы, касающиеся гармоничного личностного развития человека, формирования его целостного профессионального мировоззрения, построения детско-родительских, семейных взаимоотношений.

**Abstract.** The article discusses the Orthodox counseling as spiritual practice of formation of a spiritually mature person. The Orthodox psychologist together with the priest give appropriate systematic help to children and parents, married couples, resolve the issues concerning the harmonious development of the human personality, the formation of holistic professional outlook, develop parent-child and family relationships.

**Ключевые слова:** *православное консультирование, православный психолог, психическое здоровье, психологические проблемы.*

**Keywords:** *Orthodox counseling, Orthodox psychologist, mental health, psychological problems.*

**Актуальность исследуемой проблемы.** В области психологического консультирования как направления практической психологии произошел перенос приемов и техник из разных направлений психотерапии. Психолог-консультант использует эти приемы и техники не для лечения (как в психотерапии), а для оказания помощи здоровому человеку в преодолении жизненных затруднений. В религии накоплен огромный опыт практической психологической работы с людьми, основанной на нравственных принципах. Практическое христианство, духовное наставничество отшлифованы в православии в течение двух тысячелетий, представляют интерес для совершенствования практики молодой отечественной психотерапии, психологии и православного консультирования. Сейчас очень часто одни и те же мотивы приводят человека и в храм, и к православному психологу, толкают его на духовные поиски выхода из различных ситуаций. Ценность православного консультирования состоит в гармоничном единстве психического и нравственного развития, которое сочетается с телесным здоровьем. Актуальной представляется попытка проанализировать возможность применения православного подхода на практике православного консультирования священнослужителем и психологом совместно [3].

В конце XIX – начале XX века работы В. С. Соловьева, С. Н. Трубецкого, Н. Я. Грота, Л. М. Лопатина, Н. А. Бердяева, Н. О. Лосского послужили основанием для признания важности религиозно-философского знания о человеке. Идеи этих авторов способствовали продолжению в нашей стране традиции идеалистической психологии, просуществовавшей до конца 1920-х годов и ставшей предпосылкой философской психологии настоящего времени. Сегодня трансперсональная психология, опираясь на практику клинической и психотерапевтической работы, утверждает важность выделения в человеке духовного компонента, основываясь на различных духовных и религиозных учениях (В. Франкл, Р. Мей, Э. Фромм, Э. С. Скиннер). Этические принципы православного психолога, меру его ответственности за результат психотерапевтического процесса в православном консультировании рассматривали К. Шнайдер, Е. Б. Беззубова, М. И. Яновский, А. Ф. Бондаренко, И. Н. Мошков, Б. Д. Карвасарский, Б. С. Братусь и др.

XXI век – это время многообразных форм альтернативной медицины, психосоциальных техник «нежного» примирения человека с самим собой, с обстоятельствами жизни. Существует более ста психотерапевтических техник, духовных практик, которые облегчают работу православным психотерапевтам и психологам не столько своими приемами, сколько представлениями о человеке и его душе, о том, что для души благо, а что вред [6]. В связи с этим представляется важным обращение к духовно-религиозному наследию христианской традиции, в частности к духовной беседе-исповеди, православному консультированию.

Целью данной статьи является анализ православного консультирования как практики формирования духовно зрелой личности, способствующего выработке умения выстроить христианское доверие между церковью, классической психологической наукой и людьми, пришедшими за помощью и исцелением от душевных и телесных недугов.

**Материал и методика исследований.** Для достижения указанной цели был применен комплекс теоретических методов исследования, включающий анализ философской, психологической, научно-методической литературы по теме исследования, методы теоретического анализа и синтеза, абстрагирования и конкретизации.

**Результаты исследований и их обсуждение.** В процессе православного психологического консультирования человеку отводится активная роль – он полноправный участник специально организованного процесса общения, где оба субъекта взаимодействуют, где происходит актуализация сил, способностей и резервов клиента для отыскания выхода из трудной жизненной ситуации. Консультирование охватывает и более широкий круг нравственно-психологических проблем – помочь страждущему человеку обрести психологическое благополучие, создать нравственную ориентацию личностного здоровья, увидеть логическую цепочку в действиях человека, нуждающегося в помощи, показать ему скрытые мотивы его поведения.

В «Психотерапевтической энциклопедии» под ред. Б. Д. Карвасарского православная психотерапия определяется как «совокупность форм и подходов к врачеванию души, имеющих в основе мировосприятие, покоящееся на православной вере, духовном, аскетическом и литературном опыте Единой, Соборной и Апостольской Церкви (конфессионально определяемой как Православная)» [7]. Соответственно, православная психотерапия, включающая православное консультирование, в своем воззрении на природу человека исходит из христианского учения, но так как цель христианского учения – спасение человека для вечности, то православная психотерапия ставит своей задачей не только ле-

чение, но и оказание помощи человеку в становлении на пути спасения его души для жизни вечной. Поэтому можно говорить об общих христиански ориентированных принципах православной психологии и психотерапии, православного консультирования, православной медицины и педагогики [7].

Таким образом, фундаментом православной консультационной психологии и психотерапии являются христианское мировоззрение и аскетика. Соответственно вводятся основополагающие принципы:

1) христоцентричность. Это главный основополагающий, смыслообразующий и целеобразующий принцип, определяющий отношение к Богу, призывающий все соотносить с Господом Иисусом Христом – «непреложной Истиной, Высшим авторитетом и Путем» (Ин. 1, 16);

2) экклезиоцентричность. Данный принцип характеризует отношение к Церкви: «Только в Богочеловеческом теле Церкви может происходить единение человека с Христом» (Ин. 15, 4);

3) антропоцентричность. Определяет отношение к человеку: «Человек стоит в центре душепопечительского процесса, в свете Христовом за грехами и слабостью человека виден образ Божий, страждущему человеку нужна помощь в спасении»;

4) духовно-нравственное единство православного психолога/психотерапевта и пациента, достижение ими единомыслия и единомыслия при содействии Божественной благодати и при условии воцерковления их обоих;

5) личностно-нравственный аскетизм. Данный принцип определяет отношение православного психолога к себе и своей профессиональной деятельности: он должен являть достойный образ христианина и личного благочестия, постоянно стремиться к духовному возрастанию через стяжание христианских добродетелей и борьбу со своими страстями. Постигание аскетического опыта психологом возможно только через личное воцерковление [5].

Основная задача православного психолога – помочь пришедшему за помощью человеку найти и задействовать внутренние и внешние ресурсы, необходимые для преодоления стоящих перед ним препятствий. Эффективность и результативность работы зависят не только от профессионализма православного психолога, но и от условий проведения консультирования. Кроме этого, специалист должен быть верующим человеком, личностно и эмоционально зрелым, обладать высокой стрессоустойчивостью, оформленной личностной позицией, а также высоким духовно-нравственным уровнем. Психологическая работа с людьми продолжается и после принятия ими решения об исповеди священнослужителю, и после исповеди. Особенности православного консультирования состоят в психологическом знании физиологического (уровень тела), эмоционального, когнитивного (осознание себя в мире), социального (принятие новых ролей в социальном окружении) и экзистенциального уровней, которые затрагивают все жизненные принципы человека, что, в свою очередь, приводит к глубоким изменениям самосознания, отношения к себе, другим, миру.

Первоначальные этапы психологического и православного консультирования одинаковы. Здесь акцент делается на возможности ситуации выбора, далее обозначаются позиции церкви и той религии, к которой личность себя относит, поэтому важно дать ей максимальное количество информации, выявить различные точки зрения, но выбор каждый делает сам. На начальном этапе православного консультирования задачи православного психолога заключаются в умении преодолеть барьер недоверия и настороженности, формировании сознательного отношения клиента к собственному выбору и принятии на себя

полной ответственности за его последствия, в максимальном ослаблении эмоционального напряжения и повышении степени осознанности ситуации, формировании позитивного образа будущего, обсуждении экзистенциальных вопросов. Нельзя выстроить универсальную схему проведения беседы, так как каждый человек уникален, как и его жизненная ситуация. В любом случае основными являются мотивы человека, приведшие его к православному психологу, и решение, которое он принял после его посещения. Православный психолог должен помочь человеку так проработать позитивный образ будущего, чтобы он четко зафиксировался в его сознании. В этом случае значительно уменьшится эмоциональное напряжение и будет гораздо легче повлиять на решение пациента. В частности, в экзистенциальном блоке православный психолог должен быть уверен в эмоциональной зрелости человека, пришедшего к нему на прием, в его способности к рефлексии, знании о планах на ближайший год, пять, десять лет. Только тогда у пациента запустится механизм, который постепенно может перестроить всю его систему ценностей, позволит ему взглянуть по-новому на некоторые вещи, которые казались простыми и обыденными, давно решенными и однозначными, найти в себе силы для преодоления трудностей, которые раньше казались непосильными. Отметим, что есть яркая связь между поступками и верой человека. Искренне глубоко верующий, воцерковленный человек знает заповеди и не преступает их, так как церковь это запрещает. Такой мотив, как «мое поведение – грех», может стать очень мощным для верующего человека, для невоцерковленного он будет слабым. Среди конструктивных мотивов также значимое место занимает признание ценности и уникальности своей жизни.

Смысл работы православного психолога с человеком в том, чтобы подготовить его к общению со священником. Он ни в коей мере не подменяет священнического служения, а помогает человеку поразмыслить над собственной жизнью, проанализировать ее, самому найти болевые точки собственного «Я», взглянуть на себя как на христианина, увидеть свои ошибки и промахи. С одной стороны, православный психолог должен уметь выслушать, понять собеседника, выстроить с ним контакт, с другой – поддержать и вывести его из состояния потерянности, горечи, раздавленности. Нужно уметь ему деликатно показать, что на самом деле никто другой, а именно он сам во многом эту ситуацию запутал или привел ее к такому драматическому развитию, подсказать, почему предпринятые усилия не приносят результата и какие еще есть возможности исправить положение. Только тогда, когда человек стал ясно понимать цель и смысл своей жизни, когда он разобрался в задачах спасения и сам трудится над исправлением собственной души, ему достаточно совета духовника, благословения, поддержки, регулярной исповеди, причастия [4].

Православный консультант должен побуждать родителей не к сетованию и слезам, а к действию, чтобы восполнить ту брешь в воспитании, которую они сами и создали, правильно вести детей по жизни, не ломая их характер, развивая уверенность в собственных силах, вести с любовью и терпеливой заботой. Только тогда и у родителей, и у детей будут положительные сдвиги в понимании того, что они что-то смогли переменить, исправить и духовно переосмыслить [1].

Современные направления психологического консультирования и психотерапии стали чаще обращаться к «долженствованию» – каким должен стать человек в развитии своей природы и духовной сущности, что является не только особенностью человеческого существования, но и условием его душевного здоровья. Становятся характерными обращение к представлениям о человеке как о духовном существе и понимание того, что решать психологические проблемы человека без сопровождающих духовных изменений – неэффективно [8].

Догматическое богословие и аскетика содержат в себе всю психологию человеческой души. Опыт церкви, святоотеческий опыт позволяют осуществить практическую психологию. Формирование души и духовно зрелой личности начинается с человека, воспитания и развития его внутреннего мира. Суть процесса духовного формирования личности состоит в том, что нравственные, культурно-религиозные, духовные идеи становятся достоянием всех людей, превращаются в нормы и правила их поведения. Этот процесс возможен только при совместной многогранной духовной деятельности священнослужителей и православных психологов.

Надо отметить, что на современном этапе духовность стала отождествляться с религиозностью, где благотворным фактором является не столько вера, сколько духовная, трансцендентная направленность верующих людей на что-то, помимо ситуативных выгод. Религия – наиболее распространенная, но не единственно возможная форма такой духовности. Духовная направленность однозначно благотворна при различной религиозной природе, так как религия служит во всех православных и духовных практиках, особенно в православном консультировании, поддержке, выполняя позитивную функцию с позиции психогигиены и психопрофилактики [2].

**Резюме.** Православное консультирование – это оказание помощи здоровому человеку в решении его психологических проблем. Данный вид консультирования основывается на христианском учении о человеке и ценностях христианской жизни: безусловном признании ценности человека, уникальности его личности; содействии осознанию пациентом глубинных причин болезненного состояния; обучении навыкам самопознания, духовного совершенствования и нравственного воспитания. Ориентация на духовность в психотерапевтическом консультировании приводит к главному результату: человек, обратившийся к православному психологу за помощью, обретает путь развития духа, на котором он переживает кризисы, просветления, подъемы и падения. Его жизнь не становится проще, она становится качественно другой, так как его путь – это стремление к духовному совершенствованию. Приобретаемые в ходе этого пути метаценности веры и любви усиливают все внутренние конфликты, способствуют приобретению человеком другого понимания себя и окружающих, снятию проблем, приведших к терапии, и постановке новых, которые он теперь должен решать сам.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. *Белорусов, С. А.* Духовность и психологическое консультирование / С. А. Белорусов // Журнал практического психолога. – 1998. – № 8. – С. 21–43.
2. *Дулина, Г. С.* Проблемы духовно-нравственной направленности молодежи / Г. С. Дулина // Вестник Чувашского государственного педагогического университета имени И. Я. Яковлева. – 2012. – № 3 (75). – С. 49–53.
3. *Дулина, Г. С.* Роль православной традиции в духовном становлении человека / Г. С. Дулина // Вестник Чувашского государственного педагогического университета имени И. Я. Яковлева. – 2013. – № 1 (77). Ч. 2. – С. 58–62.
4. *Зенько, Ю. В.* Психология и религия / Ю. В. Зенько. – СПб. : Алетейя, 2002. – 384 с.
5. *Знаков, В. В.* Духовность человека в зеркале психологического знания и религиозной веры / В. В. Знаков // Вопросы психологии. – 1998. – № 3. – С. 104–115.
6. *Психология и христианство: путь интеграции.* – СПб. : Иматон, 2007. – 225 с.
7. *Психотерапевтическая энциклопедия* / под ред. Б. Д. Карвасарского. – СПб. : Питер, 2007. – 943 с.
8. *Шеховцова, Л. Ф.* Элементы православной психологии / Л. Ф. Шеховцова, Ю. М. Зенько. – М. : Издательство Московского подворья Свято-Троицкой Сергиевой лавры, 2012. – 252 с.