

ОПЫТ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ПРИ ХРАМЕ: АНАЛИЗ СЛУЧАЯ РАБОТЫ С ВНУТРИЛИЧНОСТНЫМ КОНФЛИКТОМ*

М.С. ФИЛОНИК¹

В статье представлена работа, являющаяся частью двух продолжающихся исследовательских проектов. Один из них посвящен теоретическому осмыслению активно развивающейся сегодня практики православной психотерапии, второй связан с проблемой развития личностной зрелости, субъектности, становления идентичности и направлен на исследование процесса личностно значимого выбора. Анализируя случай, автор решает задачи обоих исследований и приходит к определенным выводам о специфичных для православной психотерапии отношениях терапевта и клиента, о некоторых элементах внутренней психотехники терапевта, а также о психотехнических действиях по отношению к клиенту, направленных на работу с внутриличностным конфликтом. Продуктивность использованных психотехнических средств позволяет автору сделать выводы о некоторых механизмах личностно значимого выбора. **Ключевые слова:** православная психотерапия, консультирование при храме, психотехническое исследование, анализ случая, внутриличностный конфликт, личностно значимый выбор.

Сегодня много говорят и пишут как в психологических, так и околоцерковных кругах о так называемой православной, или христианской психологии и психотерапии. Используются разные названия для описания бурно развивающейся практики оказания психологической помощи, так или иначе связанной с религиозным измерением.

Следует отметить, что понятие «православная психотерапия», как и «православный психотерапевт», не является устоявшимся ни в отечест-

* Работа выполнена при финансовой поддержке РФФИ. Грант № 12-06-31138.

¹ Автор выражает благодарность коллеге Е. Лазориной за помощь в создании данной статьи.

венной психологической литературе, ни в повседневном словоупотреблении. Наряду с этим термином звучат и другие названия: православно-ориентированная психотерапия, православный подход в психотерапии, христианская психологическая помощь и др. Также не все авторы согласны принять православную психотерапию как отдельное направление психотерапевтической практики. И это справедливо: являясь востребованной, православная психотерапия не имеет на сегодняшний день единой формы организации профессиональной деятельности и образования, а также должного уровня ее научного осмысления. Не существует профессионального сообщества, которое бы объединяло большинство православных психотерапевтов и разрабатывало единую систему понятий, методологию, образовательные стандарты и квалификационные требования, ориентиры во взаимоотношениях клиента и психотерапевта и т. п.

Тем не менее, постепенно происходит процесс научной рефлексии и самоопределения православной психотерапии. Как минимум, все авторы едины в том, что православное вероисповедание специалиста может оказывать влияние на его профессиональную деятельность.

Данная работа является продолжением исследований в русле изучения современного этапа становления православной психотерапии (Филоник, Дроздов, 2011; Филоник, 2008а), выявления ее специфики в сравнении с другими консультативными и иными помогающими практиками.

Под *православной психотерапией* мы будем понимать профессиональную психотерапевтическую деятельность, имеющую свою специфику вследствие влияния, которое на нее оказывает православное вероисповедание специалиста, осуществляющего эту деятельность. *Православный психотерапевт*, соответственно — это человек, идентифицирующий себя в сфере религии как православный христианин, являющийся практикующим специалистом-психотерапевтом и признающий, что православное вероисповедание вносит определенный вклад в его профессиональную деятельность.

В поисках ответа на вопрос о специфике такой деятельности мы будем двигаться от частного к общему, анализируя в рамках данной статьи конкретный случай психотерапевтической работы, и выявляя то, что позволяет назвать такую работу христиански ориентированной.

Данная работа, в то же время, стала продолжением исследований, посвященных проблеме личностно значимого выбора (Филоник, 2008б, 2009а, 2009б, 2011). Продолжая логику психотехнического исследования (Василюк, 2007), мы выдвигаем, в ходе изучения процесса выбора,

так называемые «психотехнические гипотезы» (Филоник, 2009). Исследование выбора происходит в процессе его совершения испытуемым в ситуации «здесь-и-сейчас», в нашем случае в ситуации психологической консультации, когда помощь клиенту оказывается с использованием определенных психотехнических средств. В рамках исследования эти средства становятся одновременно предварительной теоретической моделью процесса выбора, подлежащей эмпирической проверке и уточнению. Данной модели придается статус «*психотехнической гипотезы*».

В отличие от исследовательской гипотезы классического эксперимента, психотехническая гипотеза не только ориентирует исследователя в предмете исследования, но и опосредствует психотехническую деятельность по его «работе-с-предметом» (в нашем случае психотерапевтическую работу с процессом выбора, а именно — внутриличностного конфликта — в случае, который будет описан ниже). Психотехническая верификация, подразумевающая практику как критерий истины, заключается в оправдании психотехнической гипотезы результатами деятельности, в составе которой данная гипотеза выполняла и роль ориентировочной основы (П.Я. Гальперин), и роль психотехнического «орудия». Таким образом, психотехническая гипотеза должна быть проверена сопротивлением материала, реальностью предмета и реконструирована в соответствии с этой реальностью. То есть если в результате такой работы произойдет продуктивный процесс выбора, это говорит о подтверждении гипотезы. Продуктивным мы будем называть такой процесс, в результате которого субъект принимает решение, выбор осуществляется, конфликт снимается, а принятое решение впоследствии реализуется в жизни субъекта и оценивается им как правильное, верное для него (Филоник, 2009).

В случае внутриличностного конфликта противоборствующие тенденции (субличности) находятся в напряженной конфронтации, что не позволяет каждой из них быть до конца услышанной, представленной в сознании. Одним из важных этапов работы-с-выбором является разотождествление личности с каждой из субличностей, а также предоставление возможности каждой конфликтующей части прозвучать во всей полноте, как бы ни мешали этому психологическое защиты, напряжение, стыд, страх. Ф.Е. Василюк пишет об этом так: «Альтернативы, между которыми совершается выбор, — не разные способы действия, а отдельные жизненные отношения, составляющие существенные органы жизни субъекта... Жизненные отношения в чистом выборе должны быть представлены не в разветвленном виде «системы актов жизнедеятельности», а в виде своего центрального мотивационно-смыслового

ядра» (Василюк, 1997, с. 293). И далее: «Для того, чтобы возможным стало внутреннее психотехническое оперирование жизненным отношением или мотивом, субъект должен разотождествиться с этим отношением, превратив его из поглощающей стихии в предстоящий предмет так, чтобы можно было назвать его — “это мое”, тем самым актуализировав Я, которое не тождественно “мое”» (там же, с. 294). Далее автор говорит о важности одновременной представленности сознанию всех конфликтующих отношений (субличностей). Какими средствами будет реализовываться в терапии данная теоретическая модель — вопрос не первой важности. Вполне удобны здесь психодраматические методы, однако могут быть использованы и иные, если они обслуживают, с точки зрения исследовательской логики, проверку психотехнической гипотезы, а с точки зрения психотерапевтической реальности, помогают клиенту, то есть фасилитируют продуктивность процесса выбора.

* * *

Замысел данной статьи родился после сессии с верующей клиенткой (1 апреля 2012 года, Неделя Марии Египетской), назовем ее Елена. Встреча происходила в воскресный день сразу после Литургии, в которой участвовали как терапевт, так и клиент. Стоит отметить, что после консультации оба участника процесса ощущали, что что-то важное произошло, и произошло именно в религиозном измерении жизни клиента. Нередко бывает, что терапевт может чувствовать радость и удовлетворение от хорошей терапевтической работы, подобные чувства может испытывать и клиент либо оба одновременно. Но далеко не частым бывает понимание, что результат терапии находится не только в психологическом измерении, что случилось что-то более важное, о чем трудно и порой неловко говорить, но о чем можно вместе помолчать.

Вслед за Л.Ф. Шеховцовой здесь уместно ввести понятие так называемого «горизонтального» и «вертикального» измерения психотерапии (Шеховцова, 2009). Опираясь на основные положения православной антропологии, Л.Ф. Шеховцова выдвигает общую и частную задачи православной психотерапии. Общая задача состоит в помощи клиенту в преодолении последствий грехопадения, в восстановлении правильной иерархии триады «дух-душа-тело» и, тем самым, в спасении. Это так называемая «вертикаль» психотерапии. Частная задача — помощь в решении конкретных психологических проблем и жизненных трудностей психотерапевтическими методами — пред-

ставляет собой «горизонтальный» план православной психотерапии (Шеховцова, 2009).

Радость движения по вертикали — не столь частый плод психологической практики, однако заслуживающий особого внимания и рассмотрения как специфичный для христиански ориентированной психотерапии. Словосочетание «христиански ориентированная психотерапия» не случайно появляется в тексте в том месте, где должно было быть написано «православная психотерапия», потому что вертикальное измерение возникает прежде всего там, где речь идет о личных отношениях человека (клиента) с Христом, а не о его православности².

Перейдем к описанию случая. Зрелая — старше сорока — но вполне молодая женщина, давно воцерковленная православная христианка, искала себе для терапии верующего психолога. Мы с Еленой были уже знакомы — когда-то недолго работали в одной организации, сейчас являемся прихожанками одного прихода. «Как можно брать в терапию знакомого человека?» — слышу возмущенные отзывы некоторых профессионалов. Об особенностях сеттинга в православной психотерапии будет сказано отдельно, когда мы приступим к анализу описываемого случая. Пока лишь отметим, что в практике консультирования при храмах нередки случаи, когда психолог, работая на приходе, принимает клиентов, например, по благословению священника этого прихода, то есть клиент и терапевт являются прихожанами одного храма.

Елена много лет ходит в один и тот же храм, активно участвует в разных формах социального служения. На четвертую встречу она «приносит» тему, которая терапевту долгое время кажется не вполне понятной с точки зрения того, насколько это, во-первых, проблема, во-вторых, проблема психологическая и, в-третьих, проблема, нуждающаяся в психотерапевтической проработке. Немалое количество лет назад у Елены были длительные и непростые отношения с мужчиной, которые формально давно завершились, однако в душе точка еще не поставлена. Клиентка приводит такой пример: при просмотре пейзажных фотографий, посвященных памяти покойной знакомой, всплывают воспоминания об этом мужчине, о том, как когда-то они вместе бывали в похожих местах. Что-то екает, сердце щемит при взгляде на эти, казалось бы, нейтральные картинки. Такова жалоба клиента. Попытки прояснить, в чем именно состоит проблема, и чего бы Елена в связи с этим хотела, постепенно приводят к заключению, что не ушедшая тяга к этому муж-

² Правосла́вие — калька с греч. *Ὀρθοδοξία* — буквально «правильное суждение», «правильное учение» или «правильное прославление».

чине словно уводит Елену от Бога, будто бы она выбирает между ним и Богом и боится, что при любой подходящей возможности выбор будет осуществлен в пользу первого. «Даже сейчас я не уверена, что если он мне позвонит, я тут же не побегу к нему, как когда-то». К счастью, он живет в другой стране, встречи практически невозможны.

Но проблема лежит не в плоскости реальных действий, их нет и не будет, скорее всего. Клиентка жалуется на зависимость, которая не прошла по сей день. Услышав подробный рассказ о зависимости, терапевт продемонстрировал профессиональный рефлекс на ключевое слово: «Наверное, надо работать с зависимостью... какую бы методику применить, с чего начать?» «Может быть, поисследовать, что там такого притягательного? Или спросить, а что бы ты делала, если бы зависимости не было?...», — продолжались внутренние размышления терапевта. «Однако я знаю, что ты верующий человек... Ты даже рассказывала, как когда-то Бог тебя уже избавлял от этой зависимости, но потом ты сама пошла в нее опять. Наверняка ты об этом молишься и сейчас». «Но может сначала это уточнить, просто убедиться, что она молится, а потом идти дальше? Может быть, тут нет уже места психологу, может быть, просто надо поддержать того, кто молится, и не надо никакой терапии?»

Такое невинное и почти случайное размышление привело к прямому вопросу: «Лен, прости, а ты, наверное, молишься об этом, да?» И каков же был ответ! Изменившись в лице, потеряв всю серьезность предшествующего диалога, артистично изображая капризный тон, клиентка показала мне свой «разговор» с Богом по этому поводу: «Господи, Ты меня, конечно, избавь от этой зависимости, но все же оставь кусочек, ведь это такая сладость, самая большая сладость на земле, другой у меня нету. Господи, я, конечно, хочу быть с Тобой, но все же этой сладости Ты мне немножко-то оставь...». И дальше Елена жалуется, что действительно искренне просить об этом не может, потому что хочет в этой боли щемящей пребывать, получая удовольствие как от расчесывания раны.

Прошло еще минут 15—20 сеанса. Из совокупности всех рассказов об отношениях с этим мужчиной, о радостях и «сладостях», от которых так не хочется отказываться (хотя в реальности их давно уже нет), у терапевта складывался портрет девочки-подростка лет 10—12, которая очень хочет, чтобы ее любили, и которая хочет спрятаться от родителей, чтобы сделать что-то запретное, но очень важное для нее. Смеемся. Красочный и одновременно вызывающий жалость персонаж получается. Мало женского в этом образе, мало взрослого. Так рождается метафора недолюбленного ребенка как субличности Елены.

Еще через какое-то время терапевт в нелепых попытках что-то «сделать», обслужить запрос клиента на завершение прошлого, прощение с ним, спрашивает: «А ты могла бы за то хорошее, что было в этих отношениях, благодарить?» В ответ еще одна неожиданно яркая реакция: «А ты знаешь, я вот не знаю, благодарить за это или каяться!» И дальше клиентка рассказывает, как когда-то она жила подлинно свободно, несколько лет после Крещения была чиста (зависимости не было), и как сейчас она оплакивает свое падение как потерю той чистоты, как жалеет, что после дарованной ей Крещением свободы сама вернулась в состояние зависимости. Серьезный тон голоса, сосредоточенное выражение лица, чуть более медленная речь, другая лексика. Сейчас перед нами уже совсем другая Елена, не та, которая «нашкодила» (цит.) и хочет спрятаться от родителей, чтобы продолжать шкодить дальше. Неожиданно для себя терапевт замечает эту перемену и, пользуясь моментом, серьезно спрашивает: «Скажи, а вот *такая ты*, когда ты сейчас все это говоришь, *ты* могла бы просить Бога избавить тебя от зависимости?». Незамедлительный уверенный ответ: «Да».

В завершение встречи мы еще раз поговорили о том, что у Елены есть как бы две части: недолюбленный ребенок, который в своей жизни ничего прекраснее любви того мужчины никогда не видел, и зрелая, взрослая Елена, которой когда-то Бог чудесным образом показал Свою Любовь, которая знает, что нет на земле ничего выше и прекраснее этой Любви, и искренне желает избавиться от зависимости. В качестве перспективы дальнейшей работы были намечены две линии:

- 1) работа над обретением целостности: примирение с девочкой-подростком и забота о ней, в пределе — возможность ее полюбить, а не ампутировать;
- 2) оказание поддержки личности, помощь в развитии той Елены, которая может нелицемерно обращаться к Христу.

Когда мы шли потом вместе до метро, вспомнилось, что сегодня день памяти Марии Египетской...

Вечером по интернету пришло сообщение: «Марина, я продолжаю думать о нашей сессии, ход мысли таков: находясь в храме, я не могу каяться в блуде, просто потому что это не мой грех. Здесь интересная тема, что это раздвоение приводит к тому, что не происходит покаяния. За другие грехи — да. Но этот как бы отделен от меня, не мой. Это очень интересно! Думаю, если у нас получится с этим разобраться, это будет большая помощь кающимся».

Через несколько дней мы обе, независимо друг от друга, написали тексты об этой встрече. Ниже приводится самоотчет клиентки, практически без сокращений.

«Я хотела разобраться в природе боли, которая возникает во мне при столкновении с видами стран, упоминаниями городов, где я была с несостоявшимся мужем. Я уже думала об этой боли. Что она для меня: потеря любимого? Потеря мечты о законном браке? А может совсем материальна — потеря возможности жить на другом уровне в цивилизованной стране? И хочу ли я избавиться от этой боли? Или я мазохистка? И эта боль мне дорога, напоминает мне о том, что в моей жизни была любовь, что она посетила меня, пусть неудачная, греховная, но была? Напоминает мне о трепещущих чувствах юности, когда все так звонко, ясно, чисто, пронзительно. Или это какой-то привет из чувственной молодости в мою уравновешенную старость? И этим мне дорога эта боль? Но она слишком пронзительна. И она выводит меня из равновесия, и я впадаю в не лучшее состояние саможаления — «эта темно-вишневая шаль», «любовь прошла, завяли апельсины». И жизнь прошла. Все в прошлом, в несостоявшемся прошлом. Сделать ничего нельзя. Непоправимо. А счастье было так возможно!

Эту боль я воспринимала как нечто ненормальное, стыдное... К этому еще вернусь — нужно подобрать точные слова. Мне скоро 50! Вообще пора бы уже плоти знать свое место! Я уже «взрослая девочка», битая, все понимающая. Одно дело надеяться, когда есть хоть какой-то шанс, чтобы получить желаемое. Совсем другое, когда поезд ушел, а ты все переживаешь, что ты не в нем, и вспоминаешь, как там было. А было плохо, но и хорошо одновременно! Почему же хорошо, когда плохо? Отчего хорошо? Какая-то тоска по несбывшемуся выдуманному. И вот такая круговерть в голове. А сердце ноет. С головой не соглашается.

...И если я христианка, то почему то грешное время моей жизни так манит, почему для меня это так сладко? Христианка я не идейная, а призванная — крестилась только после того, как встретила Ответ на свою молитву и поняла, что Бог есть. То есть, пребывание в Церкви для меня — это реальная жизнь. И любовь Бога я знаю, с которой не сравнится земная, даже самая сладкая. Почему же я изо всех сил стремлюсь именно к ней?

Ну вот, и все это нужно было рассказать психотерапевту. Причем я не хотела затрагивать тему секса, чтобы не смутить психотерапевта. Как-то не хотелось нести в консультацию это. Может, я не права. От этого содалось впечатление, что этих отношений у нас не было. Или они были где-то сбоку. Когда мы обсуждали, что в нем мне дорого, я говорила о руках, в которых чувствуешь себя тепло и надежно, о голосе, при звуке которого все мои решения прекратить отношения сразу испарялись. Я не сказала, что он был первый, с которым я познала счастье близос-

ти. До этого я была замужем, развелась. Но там секс — это было что-то механическое. А этот мужчина умел делать женщин счастливыми в постели. Кроме того, он был умный, находчивый, преуспевающий. Он же привел меня к Богу. Слишком много на нем зацеплено. А потом я пошла к Богу, а он — от Него. И его богом стал Телец. А я все искала в нем того, первого, идеализированного мною. И этот идеальный образ не уходит до сих пор, даже после моего знакомства с реальным им. Может, я вижу, каким его задумал Бог? И все его грехи не могут закрыть от меня его внутреннего, и я скорблю, что не могу встретиться с тем, кто в глубине, а общаться с тем, кто снаружи — невозможно.

Это, конечно, не отзыв о сессии, а дополнительные размышления.

Теперь о терапевтической работе. Из описания наших с ним отношений получалось, что это маленькая девочка нашла себе защиту-опору-папу, а секса не было. Я возмутилась. Секс был!!! Но потом подумала, что, может быть, и там он был какой-то незрелый, скорее игра в секс, приносящий большое удовольствие, но без глубины. Наверное, вот это новая мысль. Да, в наших отношениях не было глубины. Не получалось равноправного партнерства, но это другая тема.

Ценным для меня было, когда терапевт обратила мое внимание на две ипостаси. Я никак не могла понять себя. Почему я, которой была дана незаслуженная милость, благодать — познать любовь Бога, предпочитаю любовь телесную, земную. Но теперь можно посмотреть на это так: эта капризная девчонка знает Бога только как «можно-нельзя» и стремится обойти запреты, чтобы получить желаемое, а другая ипостась, знающая Бога, просто игнорирует свою «блудницу», отказывается от нее — это не я. Тогда становится понятно: так вторая — она фарисейка! Это сейчас я осознала, когда пишу. А терапевт предложила мне блудницу пожалеть, пообщаться, познакомиться с Богом, в конце концов. С милующим, прощающим Богом, который только и ждет покаяния.

Еще важным был разговор уже после консультации, когда мы говорили о Марии Египетской. О том, что ее тело еще долгие годы напоминало ей телесные утехы, вызывало из памяти. Столько лет, сколько до этого прп. Мария грешила. Тогда что такое мои трехлетние уколы в сердце! Как-то до этого не думала, что плоть реально за себя борется, за свои права. И это не относится только к святым, о борьбе которых мы читаем в житиях. Кажется, что это положено святым — борьба с плотью. А в наше время — это, в лучшем случае, удел монахов. Реальность такая, что и сегодня тело — против Бога, тянет обратно в грех. Вот ведь!

Сейчас переслушиваю запись нашей консультации. Это большая поддержка, когда терапевт говорит, что у него вызывает уважение моя

позиция по разделению себя и зависимости. Слова поддержки мне были очень нужны. Лукавство. «Ты не можешь просить об этом искренне», — психолог назвал мое состояние. Это было значимо. Я обыграла, а психолог назвал, подметил. Можно было не оправдываться, не спешить — моя задержка с ответом была вызвана не отказом участвовать в этом обсуждении, а заглядыванием в себя, прислушиванием к себе.

Вопрос «Благодаришь Бога?» был очень нужен во время консультации. Хотя я его и сама себе не раз задавала, но не могла найти ответ. Возможно, ответ пока не найден, но важно было на эту тему говорить. Благодаря этому мне показали, что я не святая, не ангелоподобная. Обидно слегка было слушать, но в данном контексте прозвучало очень бережно, и услышать было важно. Именно важно, что это было сказано вслух. Здесь уже шла духовная работа. Она органично вошла в психотерапию. Вряд ли это сказал бы терапевт-атеист. Потом была поддержка: легко быть чистой, когда нет искушений. Если бы чистота была до конца твоей — ты бы ее не потеряла. Подлинная природа оказалась другой. «Ну, да». Вот это «ну, да» — такое естественное подтверждение, что я имею право быть не святой, спокойным житейским голосом. Ну, это у всех так: образ-подобие и — падение. Вдруг понимаешь, что это, в общем-то, нормально — то я «светлая», то «грязная».

Интересной была тема ошибочного принятия того или иного состояния за подлинную себя. «Только не думайте что это у вас сейчас момент истины», — процитировала терапевт любимую фразу своего коллеги-психиатра, которую он обычно говорит пациентам в состоянии депрессии. Фраза сработала в том смысле, что не надо верить голосу одной части себя и думать, что это и есть истина. Не знаю, помогло ли это в данной ситуации, но фраза эта мне очень понравилась, и я запомнила ее. Нужно выйти к свету, чтобы понять, где и какова тьма.

Значимым оказался разговор про тело, которое тянет рубашку на себя. Важно уже по одной той причине, что я не могла позволить себе говорить об этом с кем-нибудь и где-нибудь еще. Стыдно. Как христианке. Тема — непозволительная.

Повторюсь, очень важным стало понять, что во мне есть две ипостаси. Там я живу по законам другого мира. Там я другой субъект. Эта девица по-другому не умеет. Вторая плачет по потере чистоты. Стоит подумать, что хорошего может дать эта девица. Как с ней поговорить? По-человечески. Похоже, с ней по-человечески никто никогда не говорил. Здесь так ее стало жалко, хотелось говорить, как ей нужно было понимание, чтобы кто-то выслушал. Ведь ее никто не слушал, как ей обидно, что ничего не получилось. Никому не поплакалась. Ведь согрешил

ла — чего теперь плакаться. А так хотелось! Молчишь в тряпочку и страдаешь. И никто это страдание не разделяет! Надо на следующем сеансе попросить терапевта быть жилеткой, выплакаться о несбывшемся, чтобы пожалели, приглубили. Пришел мужик, взял, и она обалдела. Хочется, чтобы та взрослая, которая имеет поддержку от Бога, вступила с ней в отношения, пожалела, обняла. Рождается молитва любви о несчастном затюканном ребенке...».

Такие размышления были у Елены после консультации, вернее было бы сказать — встречи.

Прошло 5,5 месяцев, пока шла работа над статьей. Текст уже был готов к сдаче, и вот 15 сентября 2012 года мы встретились с Еленой на очередной сессии. Она рассказала, как, будучи на отдыхе, гуляя по берегу Финского залива, провела сама с собой своего рода психодраматическую работу. Она позволила себе побыть той «девицей», рассказать всю свою правду и выплакать свою почти детскую боль «христианке». Затем, когда Елена заняла вторую позицию, ей стало жалко ту недолюбленную девочку, которая иначе не могла и не умела. «Девочка» просила прощения. «Христианка» простила «блудницу». Тема фарисейства ушла.

Перейдем теперь к анализу данного случая, удерживая центральный исследовательский вопрос о специфике православной психотерапии как особой помогающей практики, а также идею проверки психотехнической гипотезы в работе с внутриличностным конфликтом.

Анализируя случай, можно выделить несколько важных моментов в процессе терапевтической работы.

Особенности отношений клиента и терапевта, проблема сеттинга

Во многих психотерапевтических школах традиционно и вполне обоснованно считается, что для «чистоты» терапевтических отношений необходимо избегать так называемых «двойных» отношений с клиентом. С этой точки зрения работа с клиентом, который одновременно являлся в прошлом коллегой терапевта, с которым терапевт ходит в один храм и тому подобное, является недопустимой. Однако, на наш взгляд, «двойные» отношения возможны — при условии, что оба участника процесса четко отделяют границы психотерапевтического пространства от всех остальных и не смешивают их. Говоря о специфике православной психотерапии, можно, вслед за рядом авторов (например, Василюк, 2007; Черняева, 2004), высказать предположение, что совместная молитва, совместное участие в богослужении и Таинствах могут, скорее, помогать, чем мешать продуктивности психотерапевтической работы. Результаты исследования представлений православных психо-

терапевтов о специфике своей профессиональной деятельности показали, что многие психологи-практики сегодня говорят о важности принесения молитвы в контекст психотерапевтического процесса (Филоник, Дроздов, 2011). В случае с Еленой, например, видим, что важный для клиентки процесс продолжался после завершения сессии — по дороге к метро вспомнили о том, что сегодня день Марии Египетской (возможно, соотношение с «культурным эталоном» продвинуло работу переживания клиентки).

Внутренняя психотехника терапевта

Терапевт удерживал себя в определенной (диалогической) позиции с помощью ряда средств:

а) своего рода «*методическая аскетика*» — воздержание от активных действий (например, было желание применить ту или иную психотерапевтическую методику, но терапевт этому сознательно не последовал). Здесь помогают внутренние паузы и осознание контрпереносных реакций;

б) внимательная неспешность, которую можно выразить метафорой «пристальное осторожное прислушивание» — *активная пассивность*, как говорит Ф.Е. Василюк. Это постоянное ожидание (удерживание «вертикали»), готовность вот-вот встретить в клиенте того, кто сможет обратиться к Христу. Работа как бы на грани зоны ближайшего развития клиента: даже если сейчас ты повернут ко мне и к Богу не лучшей своей стороной, я знаю, что ты можешь больше, знаю, что есть другая часть тебя, которая пока лишь не проявлена, зашумлена. Нередко в таких случаях приводят сравнение с работой по реставрации иконы — лик проступает постепенно, вначале он совсем не виден, но реставратор знает, что лик точно есть. Пример работы с Еленой наглядно иллюстрирует данный аспект в силу того, что Елена — верующий человек и готова обсуждать свои отношения с Богом. В случаях работы с менее религиозными, а также с более невротизированными клиентами это бывает делать сложнее. Трудно верить в то, чего пока совсем не видишь. Однако важно стараться увидеть то лучшее в другом, что пока может быть от нас и от него самого сокрыто.

в) *Конгруэнтность и доверие себе (свобода)* — важно оставаться предельно честным с самим собой, не бояться своей слабости, не стесняться говорить что-то, что может показаться глупым или неуместным. Если что-то рождается «из глубины души», лучше это сказать, каким бы нелепым оно не казалось на первый взгляд. Это могут оказаться очень важные сейчас для клиента слова. Если же это что-то неважное, клиент

сразу даст это понять, и можно будет спокойно двигаться дальше. В случае с Еленой поворотные моменты в ходе терапии случались после скорее ненужных, как казалось терапевту, высказываний.

Психотехнические действия по отношению к клиенту

а) *Разотождествление личности и страсти, представление сознанию всех конфликтующих «сторон»* (разотождествление человека и поступка, как сказал бы К. Роджерс) — принципиальный методический прием, высвобождающий пространство для «работы» с грехом. Это не «Я от него завишу и ничего не могу с этим сделать, да и не хочу, если быть совсем честной», — как говорила Елена в начале консультации. А это теперь — «У меня есть зависимость», «Во мне есть часть, которая от него зависит, но это лишь часть, это *не я вся*». Здесь можно применять разные психотерапевтические средства, вполне удобны, как уже говорилось, психодраматические, когда мы называем ту или иную «часть» каким-то именем или рисуем образ. Появление персонажей открывает большое поле возможностей для дальнейшей работы. Недолюбленную девочку становится жалко, она оказывается понятой, у клиента появляются культурные средства обращения со своей проблемой, а также перспективы для интеграции. И, как видим, работа продолжилась спустя почти полгода, самостоятельно, с использованием приобретенных культурных средств. Клиентка провела аутопсихотерапию, в результате которой произошло прощение, конфликт был снят. Совершилась *продуктивная* работа — по критерию продуктивности, приведенному выше, что позволяет предварительно говорить о верности выдвинутой психотехнической гипотезы, описанной выше.

б) *Поддержка того, кто сможет обратиться к Богу (личности клиента), без игнорирования субличностей* таит в себе две опасности.

Во-первых, при излишней гуманизации, человекоцентрированности у терапевта есть соблазн поддерживать *любые* проявления клиента, все его части (субличности). Так неверно может пониматься постулат о безоценочном принятии. Важно, *кого* мы так принимаем. Мы принимаем клиента как личность, как человека, но можем оценивать те или иные его проявления и поступки. Безоценочное принятие *всего* в человеке может усложнить для него слышание своей совести, затруднить встречу с собой настоящим. Наша онтологическая задача как психотерапевта — быть для клиента Другим, а не «зеркалом».

Во-вторых, есть соблазн игнорировать все «худое» и активно поддерживать *только* самое светлое и лучшее. Однако, скорее всего, такая тактика приведет к сопротивлению клиента, не услышанные субличности

будут постоянно давать о себе знать. Важно «обнять» — объять клиента целиком, со всеми правдами и неправдами, не вычеркивая что-либо даже по самым благовидным мотивам. Если бы Елена услышала примерно такие слова: «Хорошо, что ты осознаешь всю постыдность и греховность своей страсти, я совершенно солидарен с тобой, в этом нужно каяться» и т. п., это вряд ли бы ей помогло. Это был бы контакт лишь с одной частью, и терапия была бы не нужна, если бы личность была так просто устроена.

Кратко обобщая вышесказанное, можно заключить, что христоцентричность, а не человекоцентричность задают специфическое пространство православной психотерапии, главной задачей которой становится поиск, выживание и поддержка *того, кто сможет сам* обратиться к Христу. И тогда, конечно, психотерапия уже не нужна.

ЛИТЕРАТУРА

- Василюк Ф.Е. Историко-методологический анализ психотерапевтических упований. М.: Московский психотерапевтический журнал. 2007.
- Василюк Ф.Е. Понимающая психотерапия как психотехническая система: Автореф. дис. ... докт. психол. наук. М., 2007.
- Василюк Ф.Е. Психотехника выбора // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / Под ред. Д.А. Леонтьева, В.Г. Шур. М.: Смысл, 1997.
- Дроздов Д.С., Филоник М.С. Представления православных психотерапевтов о специфике своей профессиональной деятельности // Консультативная психология и психотерапия. 2011. № 3. С. 133—158.
- Филоник М.С. К обоснованию понятия «лично-значимый выбор» // Психологическая наука и образование. 2009. № 5. С. 117—124.
- Филоник М.С. Особенности консультирования при православном храме: опыт понимающей психотерапии // Московский психотерапевтический журнал. 2008. № 3. С. 104—119.
- Филоник М.С. Процесс лично-значимого выбора: логика психотехнического исследования // Понимающая психотерапия: теория, методология, исследования. М.: МГППУ; ПИ РАО, 2009. С. 274—295.
- Филоник М.С. Субъективные критерии правильности / неправильности лично-значимого выбора // Психологическая наука и образование. 2008. № 5. С. 141—154.
- Филоник М.С. Ценностные основания лично-значимого выбора: анализ случая // Консультативная психология и психотерапия. 2011. № 1. С. 156—180.
- Черняева С.А. Христианская психологическая поддержка самореализации личности. М.: Московский психотерапевтический журнал. 2004. № 4.
- Шеховцова Л.Ф. Христианское мировоззрение как основа психологического консультирования и психотерапии. СПб.: Храм Воскресения Христова, 2009.

EXPERIENCE IN COUNSELLING AT THE CHURCH: THE CASE ANALYSIS WITH INTRAPERSONAL CONFLICT

M.S. FILONIK

The paper presents the work that is part of two ongoing research projects. One of them is devoted to theoretical understanding now actively developing the Orthodox practice of psychotherapy, and the second — is connected with the problem of personal maturity, subjectivity, identity formation and aims to study the process of personally meaningful choice. In analyzing the case, the author solves the problems of both studies and come to certain conclusions about specific Orthodox psychotherapy relationship therapist and client, some of the elements of the inner psycho therapist, as well as psycho-action to the client designed to work with intrapersonal conflict. Productive use of psycho allows authors to conclude that some of the mechanisms personally meaningful choice.

Keywords: orthodox psychotherapy, counselling at the church, Psychotechnical research, analysis of the case, intrapersonal conflict, personally meaningful choices.

- Vasiljuk F.E.* Istoriko-metodologicheskij analiz psihoterapevticheskikh upovanij. M.: Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal. 2007.
- Vasiljuk F.E.* Ponimajushhaja psihoterapija kak psihotehnicheskaja sistema: Avtoref. diss. ... dokt. psihol. nauk. M., 2007.
- Vasiljuk F.E.* Psihotehnika vybora // Psihologija s chelovecheskim licom: gumanisticheskaja perspektiva v postsovetskoj psihologii / Pod red. D.A. Leont'eva, V.G. Shhur. M.: Smysl, 1997.
- Drozдов D.S., Filonik M.S.* Predstavlenija pravoslavnyh psihoterapevtov o specifikе svoej professional'noj dejatel'nosti // Konsul'tativnaja psihologija i psihoterapija. 2011. № 3. С. 133—158.
- Filonik M.S.* K obosnovaniju ponjatija «lichnostno znachimyj izbor» // Psihologicheskaja nauka i obrazovanie. 2009. № 5. S. 117—124.
- Filonik M.S.* Osobennosti konsul'tirovanija pri pravoslavnom hrame: opyt ponimajushhej psihoterapii // Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal. 2008. № 3. S. 104—119.
- Filonik M.S.* Process lichnostno znachimogo vybora: logika psihotehnicheskogo issledovanija // Ponimajushhaja psihoterapija: teorija, metodologija, issledovanija. M.: MGPPU; PI RAO, 2009. S. 274—295.
- Filonik M.S.* Sub'ektivnye kriterii pravil'nosti / nepravil'nosti lichnostno-znachimogo vybora // Psihologicheskaja nauka i obrazovanie. 2008. № 5. S. 141—154.
- Filonik M.S.* Cennostnye osnovanija lichnostno znachimogo vybora: analiz sluchaja // Konsul'tativnaja psihologija i psihoterapija. 2011. № 1. S. 156—180.
- Chernjaeva S.A.* Hristianskaja psihologicheskaja podderzhka samorealizacii lichnosti. M.: Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal. 2004. № 4.
- Shehovcova L.F.* Hristianskoe mirovozzrenie kak osnova psihologicheskogo konsul'tirovanija i psihoterapii. SPb.: Hram Voskresenija Hristova, 2009.