Бондарец Е.В., Гордиенко Е.В.

Возможности применения православной исповеди в процессе психологического консультирования

*Красноярский государственный педагогический университет им.В.П.Астафьева
(Россия, Красноярск)*

doi: 10.18411/lj-11-2019-181

idsp: ljournal-11-2019-181

Аннотация

В статье говорится о возможностях применения православной исповеди в процессе психологического консультирования. Рассматриваются определения исповеди и покаяния в православной религии, возможности применения исповеди в психологическом консультировании.

Ключевые слова: психологическое консультирование, раскаяние, покаяние, исповедь, чувство вины, православная психология.

Abstract

The article deals with the possibilities of using Orthodox confession in the process of psychological counseling. The article deals with the definition of confession and repentance in the Orthodox religion, in which cases it is possible to use confession in psychological counseling.

Keywords: psychological counseling, repentance, repentance, confession, guilt, Orthodox psychology.

Психология как наука в своем становлении прошла немало этапов. За это время сформировалось большое количество психологических школ и направлений. В практике психотерапии и психологического консультирования используются разные подходы, методы. Зависит это в первую очередь от мировоззренческих представлений самого психотерапевта или психолога-консультанта. В последнее время все чаще психологи стали ориентироваться на привнесение именно духовной составляющей в свою консультативную практику. Происходит это неслучайно. В современном обществе в последние десятилетия, с одной стороны, общество все глубже уходит в сторону «достигаторства» в материальном плане — успех, деньги, достижения, власть прочно вошли в жизнь современного человека. С другой стороны, интерес к духовности растет параллельно материализму с не меньшей силой. На фоне такого развития событий появляется все больше предложений на тему развития этой самой духовности. Такой интерес и возрождение религиозных исканий не могли пройти мимо психологии и многие представители этой науки с удовольствием стараются интегрировать в свою практику духовную составляющую. Такое положение вещей стало предпосылкой для формирования «четвертой волны» в психотерапии и практической психологии — духовно-ориентированной психотерапии. Это направление в психотерапии развивается на базе различных религиозных, философских и даже эзотерических учений о человеке. В России, например, последние десятилетия развивается и проходит этап становления православная психология, которая опирается на христианские философию и антропологию, Священное Писание и православное богословие. На наш взгляд, для нашей страны после длительного этапа атеизма, возрождение религии, духовности очень важно и как никогда актуально.

В православной религии важное место занимают Таинства церкви. Одно из них исповедь. Исповедь не может быть без покаяния. Покаяние в свою очередь не получить без искреннего раскаяния в своих грехах. На рисунке 1 мы видим как проходит путь православного человека от раскаяния к исповеди.

Рисунок 1. Схема исповеди

Что же такое исповедь? Как писал Святитель Игнатий (Брянчанинов): «Исповедь — это горячее покаяние сердца, жажда очищения, которая происходит от ощущения святости, это второе крещение, и, следовательно, в покаянии мы умираем для греха и воскресаем для святости». Исповедь тесно связана с покаянием и раскаянием. Прежде чем прийти к Богу с исповедью, необходимо осознать свой грех или в мирском понимании поступок, раскаяться в нем, прийти к покаянию и тогда состоится Таинство исповеди. Раскаяние — это мучительное чувство, связанное с мыслью о том, что дело идет не так, как оно — в соответствии с совестью — должно было бы идти. В раскаянии содержится намерение в будущем следовать голосу совести (4). Таким образом, раскаяние — это осознание плохого поступка и чувство сожаления и вины за совершенный поступок. Раскаяние, это первый этап покаяния. Покаяние, в свою очередь, более религиозный термин в христианстве, означающий осознание своих грехов перед Богом. Покаяние в христианстве неразрывно связано с таинством исповеди. В.И. Даль в своем словаре определял покаяние как признание в проступке, грехе: покаяться в проступке, грехе, исповедоваться в грехах и раскаяться. Отречение от прежней греховной жизни. То есть покаяние определяется не просто как раскаяние, но и твердое намерение не поступать так впредь.

Таким образом, мы выяснили, чтобы прийти к исповеди, необходимо осознать свой поступок, искренне в нем раскаяться. Далее следует покаяние, то есть раскаяние перед Богом и принятие твердого решения изменить свою жизнь и не поступать так впредь. И вот этот процесс завершает исповедь — исповедование своих грехов (плохих поступков) перед Богом в стенах храма.

Что дает нам исповедь? Как мы знаем, в основе психологического консультирования лежит рассказ клиента о причинах, которые его привели к психологу. По большому счету такой рассказ уже можно назвать исповедью, но не христианской, а психотерапевтической. В психологии давно уже известно о психотерапевтическом эффекте таких бесед. Обусловлено это тем, что каждый человек нуждается в сочувствии, сопереживании, поддержке, удовлетворении потребности быть услышанным, понятым и принятым. Иногда этого бывает достаточно для решения некоторых проблем или же просто для облегчения состояния клиента. В процессе выговаривания наболевшего помогает клиенту по новому взглянуть на ситуацию,

прийти к новому осознанию и решению сложившейся проблемы. Это объясняется тем, что при высказывании происходит озвучивание мыслей и чувств. И то, что сначала было не совсем осознано или осознавалось не до конца, в ходе консультативной беседы с психологом начинает осознаваться лучше.

Процесс религиозной исповеди отличается тем, что человек рассказывает (исповедует) о своих плохих поступках, обстоятельствах жизни не психологу, а Богу посредством священника в церкви. В процессе религиозной исповеди также происходит выход негативных чувств и переживаний, накопившихся у человека. Он как бы освобождается от того, что накопилось у него внутри, того, что разрушает его изнутри. Верующий человек в этом процессе убежден, что его исповедь и раскаяние дойдут до Бога, и он простит ему его грехи. Такая вера по своей сути уже имеет терапевтический эффект. Ведь когда человека прощает Бог, то самого себя простить легче, а значит и отпустить груз прошлых ошибок.

На наш взгляд, применение православной исповеди в рамках психологического консультирования и психотерапии будет наиболее эффективен в тех случаях, где в основе проблем лежит чувство вины. Как мы знаем, в основе чувства вины лежит какой-то поступок, действие или напротив бездействие, за которые человек испытывает чувство вины, стыда, угрызения совести. Как известно, вина может быть как реальной, то есть плохой поступок имел место быть, так и не реальной, когда человек испытывает вину за те действия или бездействия, на которые реально он не мог повлиять.

Таким образом, духовно-ориентированный психолог, а именно ориентированный на основы православия, может использовать в своем арсенале такой эффективный метод по работе с клиентами, испытывающими чувство вины, как православную исповедь. Есть два основных положительных момента применения православной исповеди в психотерапии. Во-первых, это переориентирование человека на духовные, религиозные ценности, что несомненно ведет к улучшению душевных, личностных, ценностных качеств личности. Во-вторых, это реальная возможность через духовность освободиться от чувства вины. По большому счету не столь важно реальная ли это вина или нет. Ведь не всегда есть способ искупить старую вину за реальные поступки. А если человек винит себя за то, на что объективно он не может повлиять, то осознание полученного прощения Бога действительно может снизить интенсивность переживаемого чувства вины, а то и освободить от него полностью.

В какой ситуации мы можем обратить внимание человека на православную исповедь? Во-первых, если мы работаем с чувством вины, то человек должен осознавать свою вину. Он может обратиться уже с таким запросом или вина может быть осознана в процессе психологического консультирования. Необходимо, чтобы человек искренне раскаивался в совершенном поступке. Как считает Р. Кочюнас, что для избавления от чувства вины, человеку необходимо пережить и прожить свою «греховность». Он считал, что не нужно сразу облегчать состояние человека с чувством вины. Сначала необходимо помочь человеку осознать свою «греховность», пожить с ней и это поможет прийти к искреннему раскаянию (5). Во-вторых, стоит иметь в виду, что вина бывает разная и тяжесть поступка тоже может быть разной. Если поступок можно исправить вполне доступными способами, искупить свою вину, исправить ситуацию, не стоит этим пренебрегать. Исповедь будет эффективна, когда способы искупления вины использованы и не привели к избавлению от тяжести вины или искупить вину не представляется возможным в силу разных обстоятельств. Например, вина может быть за поступки давно минувших лет и искупать ее уже не перед кем. В этом случае исповедь может быть наиболее эффективным методом. Также исповедь может быть достаточно эффективна в случаях с неадаптивной виной. В-третьих, одно из самых главных условий, человек должен быть верующим и исповедовать православную веру. В-четвертых, человек должен иметь положительный или

нейтральный опыт отношений с церковью, богом и верой. Для этого необходимо в процессе консультативной беседы выяснить отношение человека к вере, богу, церкви.

Несмотря на то, что исповедь будет применяться в работе психолога-консультанта, очень важно соблюдать все церковные предписания подготовки и прохождения этого таинства. Сейчас достаточно много литературы, посвященной подготовке и построению исповеди, и для практикующего, верующего психолога не составит большого труда подобрать наиболее подходящий вариант.

Какие могут быть минусы исповеди в целом и применения ее в практике психологического консультирования. Во-первых, это недостаточная вера самого консультанта и клиента. Здесь очень важны именно глубокая духовная и религиозная составляющая. Во-вторых, некоторые «верующие» люди, регулярно посещающие церковные службы, участвующие в таинстве исповеди, порой не стремятся менять свою жизнь. Они уверены, что за любой проступок Бог непременно их простит и после исповеди продолжают совершать те же действия.

В данной статье мы рассмотрели возможности и актуальность применения православной исповеди в практике психологического консультирования. Мы постарались раскрыть возможности применения, какие условия должны быть соблюдены, а также плюсы и минусы такой интеграции. Мы выяснили, что прежде чем применять такой метод в практике психологического консультирования, необходимо, чтобы клиент осознал свою греховность, вину, искренне раскаялся. Раскаяние является очень важным процессом в осознании своей вины в той или иной ситуации. Для избавления от вины важно не только раскаяние, но и покаяние и исповедь. Именно благодаря этим методам, опираясь на духовную основу, можно действительно осознать свои пороки и избавиться от чувства вины и впредь не допускать подобных поступков.

1. Брянчанинов И. Святитель В помощь кающимся
2. Даль В.И. Толковый словарь живого великорусского языка
3. Кондратьев С.В., Кондратьева О.В. Христианская психология
4. Константинов Ф.В. Философская энциклопедия
5. Кочюнас Р. Психологическое консультирование
6. Легостаева М.В. Очерки православной психотерапии
7. Положенкова Е.Ю., Руденко А.М. Основы духовной культуры
8. Семенов-Тянь-Шанский А. Православный катихизис
9. Схиигумен С. Плоды истинного покаяния

Гельман А.Т.

Подходы к исследованию проблемы связи уровня развития воображения и позиции старшего дошкольника в группе сверстников

*ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет»
(Россия, Москва)*

doi: 10.18411/lj-11-2019-182

idsp: ljjournal-11-2019-182

Аннотация

В статье рассматриваются основные теоретические подходы к исследованию проблемы связи уровня развития воображения и позиции старшего дошкольника в группе сверстников. Акцентируется внимание на том, что развитие воображения и становление межличностных отношений со сверстниками оказывает влияние на характер отношений и на позицию старшего дошкольника в группе сверстников.

Ключевые слова: воображение, социометрический статус, старший дошкольный возраст, сюжетно-ролевая игра, группа сверстников