

Гусев Георгий Витальевич
Магай Андрей Игоревич,
Сагидуллина Екатерина Игоревна
(Москва)

ВОЗМОЖНОСТИ ПОНИМАЮЩЕЙ ПСИХОТЕРАПИИ В СЕМЕЙНЫХ КЛУБАХ ТРЕЗВОСТИ

Аннотация: В статье излагается взгляд на продуктивное сотрудничество Межрегионального общественного движения в поддержку семейных клубов трезвости (СКТ) и организаций, занимающихся сохранением и развитием уникального отечественного подхода «понимающая психотерапия» — Ассоциации понимающей психотерапии и Института понимающей психотерапии им. Ф. Е. Василюка. Рассматриваются ценностные обоснования возможности совместной работы, направленной на помощь зависимым и созависимым людям, посещающим семейные клубы трезвости. Анализируются антропологические основы практики помощи в семейных клубах трезвости и в подходе «понимающая психотерапия».

Ключевые слова: семейные клубы трезвости, СКТ, понимающая психотерапия, ППТ, сотрудничество, антропологические практики.

В последней публикации одного из авторов настоящего доклада [7] говорилось о необходимости привлечения психологов к работе семейных клубов трезвости (СКТ). Предлагались различные специализации: семейный психолог, аддиктолог, групповой психотерапевт. Ниже излагается позиция, дающая новое направление психологической подготовке ведущих СКТ — целей, способов и результатов подготовки — в их взаимодействии с членами клубов, а, главное, перенесение полученного членами клуба опыта в свои семьи. Такая задача ставилась всегда: «Мы стремимся привить семье новые правила поведения, освоить с ней иной образ жизни и привести всех членов семьи к всестороннему росту и духовному созерцанию» [10. С. 56]. Предполагается, что появившаяся в нача-

ле 2000-х годов понимающая психотерапия [4] повысит эффективность этой работы.

Подход «Понимающая психотерапия» (ППТ) создан российским психологом Федором Ефимовичем Василиюком (1953–2017) и является уникальным отечественным подходом, творчески соединившим идеи Л. С. Выготского, А. Н. Леонтьева и других мыслителей отечественной школы с основными принципами работы и практическими достижениями гуманистического направления. Благодаря этому был преодолен «схизис», разрыв между теорией и практикой, возникший в отечественной психологии XX века. «Понимающая психотерапия», относясь к экзистенциально-гуманистическому направлению психотерапии и одновременно опираясь на мощную теоретическую базу культурно-деятельностного подхода, стала ярким явлением не только отечественной, но и мировой психотерапевтической теории и практики. Подходом интересуется все большее количество как психологов, работающих в сфере науки, так и психологов-практиков, желающих обрести крепкую почву под ногами в непростом деле оказания профессиональной помощи своим клиентам. В недавнем прошлом подход заинтересовал и работающие на приходах Русской Православной Церкви семейные клубы трезвости. В прошлом и текущем году было проведено три мини-курса для ведущих клубов и для проходящих обучение на ведущих клубов в Викариатской Школе СКТ по овладению знаниями и навыками психологического консультирования в подходе «понимающая психотерапия». Также психологи, работающие в подходе ППТ, были приглашены для чтения лекций участникам клубов. Это положило начало взаимодействию движения СКТ с Институтом Понимающей психотерапии (ИППТ) и с Ассоциацией понимающей психотерапии (АППТ). Было решено продолжить в наступающем 2026 году обучение ведущих клубов по более углубленной программе первой ступени ППТ, а также приступить к исследованию возможностей понимающей психотерапии при работе в группе с людьми, страдающими алкогольной и иными зависимостями и созависимыми членами их семей. О необходимости привлекать к групповой и индивидуальной работе в СКТ не только священников и врачей психиатров-наркологов, но и профессиональных психологов неоднократно говорил советник председателя Правления МОД СКТ Г. В. Гусев [6, 7].

Каковы же могут быть не только организационные, но и ценностные основания для такого сотрудничества?

Во-первых, то, что может стать важной объединяющей ценностью для СКТ и ППТ — это отношение к личности человека.

Уважение к личности — один из принципов, лежащих в основе метода помощи в СКТ, о чем пишет основатель движения СКТ в России и Председатель Правления МОД СКТ протоиерей Алексий Бабурин [1, 2]. Не менее важное значение придается значению личности человека в подходе ППТ. Личность — это прежде всего тот, кто берет на себя ответственность за свою жизнь и стремится занять авторскую творческую позицию по отношению к ней. На сессиях психологи через специальным образом выстроенные терапевтические фразы поддерживают работу личности клиента со своим переживанием, что способствует преобразению спонтанного процесса переживания в деятельность личности по овладению с критической ситуацией [4]. Терапевтическая работа в ППТ способствует укреплению субъектной позиции и личности человека, которая, становясь более зрелой, глубже осознает свои ценности и возможности совершать личностно-значимые выборы [9].

Вторым, не менее важным основанием совместной работы, может служить отношение к свободе. Ценность свободы, свободного выбора является чрезвычайно значимой в духовно-ориентированной реабилитации зависимых от употребления психоактивных веществ. Принципы свободы и ответственности, добровольности являются также одними из основных принципов, лежащих в основе метода помощи в СКТ [1, 2, 8].

Не менее важен принцип свободы и в понимающей психотерапии. Терапевт в этом подходе не ставит себя в экспертную позицию по отношению к жизни клиента, навязывая свои взгляды, убеждения и способы исправления жизненной ситуации клиента. Терапевт не дает советы, не наставляет и не ведет клиента в «светлое будущее», а занимает позицию сопереживающего Другого, не ограничивая свободу клиента и индирективно поддерживая продуктивный процесс его переживания. Такое доверие процессу клиента сторицей вознаграждается нахождением подлинных аутентичных смыслов, обретение которых было бы невозможным без ненавязчивой и одновременно сотворческой работы терапевта. А именно смысл является целью и ценностью в понимающей психотерапии. И это должен быть живой, вдохновляющий смысл, запускающий целительные изменения в жизни человека. «Смысл в своей позитивной осуществленности уже перестает быть “смыслом” как только ментальной реальностью, а становится жизнью — истиной — путем», — писал Ф. Е. Василюк [4. С. 13].

Кроме этих основных принципов есть и другие ценностные основания для плодотворного сотрудничества, углубление в которые

не позволяет сделать объем данной статьи, но которые было бы важно осмыслить и изложить в последующих публикациях.

Каким же образом может быть реализовано сотрудничество СКТ, ИППТ и АППТ? Видится, что это сотрудничество может быть воплощено в трех сферах: практической, образовательной и научной.

Практическая сфера включает в себя совместную работу в группе ведущего и психолога или только обученного основам понимающей психотерапии ведущего. Мы предполагаем, что ведущие, овладевшие навыками понимающего диалога и практикующие его на групповых встречах, в ходе группового взаимодействия научат этим навыкам членов группы, а те, в свою очередь, начнут практиковать такой способ общения в своих семьях. Основными характеристиками понимающего диалога являются понимание переживания собеседника, феноменологическое доверие тому, что чувствует другой, индирективность, бережное отношение, конгруэнтность, отсутствие манипуляций. Полагаем, что эти принципы понимающего диалога, применяемые в семейном общении, будут способствовать оздоровлению внутрисемейной ситуации, выравнивая отношения в сторону большего принятия членами семей друг другом. Оздоровление отношений внутри семьи и является целью работы семейных клубов трезвости, так как оно создает надежную основу для избавления от зависимости [6].

Образовательная сфера может быть представлена обучением ведущих навыкам понимающего диалога или освоение ими полной программы первой ступени ППТ. Мы полагаем, что в образовательной сфере можно применить психотехнический принцип единства практики, теории и обучения, разработанный Ф. Е. Василюком — когда практика, теория и обучение качественно взаимно дополняют друг друга, обуславливая развитие метода [4. С. 5]. Это еще означает, что обучение ведущих теории и практике ППТ само по себе включает не только овладение знаниями, умениями и навыками, но и несет в себе усвоение духа индирективной, личностно-ориентированной работы с человеком. На сегодняшний день метод групповой работы с семьями зависимых в СКТ можно обозначить как тот или иной способ внутригрупповой беседы, модулируемый ведущим [1, 8]. Также к такой структурированной беседе успешно были привиты принципы духовно-ориентированного диалога по методу Т. А. Флоренской. [8. С. 54]. Однако некоторые ведущие групп говорят о том, что хотели бы иметь и другие действенные инструменты для групповой работы с опорой на научно-разработанный метод, не противоречащий

духовным ценностям Русской Православной Церкви. Видится, что понимающая психотерапия как раз отвечает этим требованиям, так как является методологически построенным и научно-обоснованным методом, имплицитно содержащим в своей основе христианские ценности [4].

Научная сфера может развиваться за счет исследований и дальнейших теоретических осмыслений в области психологии зависимости, семейной психологии и групповых взаимодействий в СКТ. Попытка подобной работы с применением методов понимающей психотерапии в клубной работе совершается впервые, и это новые шаги к научно-практическому осмыслению помощи зависимым. «Наркология XX века занималась алкоголизмом и наркоманией. Аддиктология XXI века (лат. addictus, обреченный) — это медико-психологическая дисциплина, изучающая зависимости (аддикции), которых насчитывает не менее 18. Заниматься всеми ими трудно. Общей статистики нет, тем более сравнительной. Нет обобщенных исследований дисфункциональных семей, порождающих аддиктов (зависимых). До создания семейных клубов, вероятно, еще очень далеко. Но семейные клубы трезвости, укомплектованные специалистами, организованные как научные коллективы, могли бы сделать первый шаг в изучении означенных проблем», — считает Г. В. Гусев [6. С. 132].

В рамках данной статьи хочется сделать первый шаг, иллюстрирующий пользу взаимного научного сотрудничества — пример методологического осмысления практики СКТ через инструмент анализа антропологических практик, разработанный Ф. Е. Василюком. Данный инструмент помогает лучше понять принципы работы той или иной практики, а также отличать их друг от друга через со- и противопоставление ключевых категорий [4. С. 9]. Научное осмысление практики СКТ может быть полезно для ее самоопределения и понимания отличий от других практик, что дает увидеть ее уникальное место среди других антропологических практик помощи зависимым и наметить пути ее дальнейшего развития. В таблице основные категории практики СКТ проанализированы на основе работ А. Н. Бабурина с сотрудниками [1, 8] и Г. В. Гусева [6]. Также о. Алексей Бабурин размышляет о роли и месте ведущего клуба в практике помощи зависимым: «Руководитель — не хозяин клуба, не учитель и не третейский судья. Его функция — облегчать взаимоотношения и общение между членами клуба, создавать на встречах доброжелательную спокойную атмосферу» [5. С. 212]. О. Алексей, таким образом, отделяет практику СКТ от педагогики и юриспруденции не только формально, но и по целям и задачам,

показывая ее возможности, но и обозначая ограничения. В таблице ниже для примера анализируются практики медицинской помощи, педагогики, психологической помощи в подходе ППТ и рассматривается практика помощи в СКТ.

| Название практики: | Медицина | Педагогика | Понимающая психотерапия | Семейные клубы трезвости |
|-----------------------------------|--------------------------------------|--|--------------------------------|--|
| Профессионал | врач | учитель | психолог | ведущий группы |
| Предмет практики | организм | «ум» | жизненный мир | семья |
| Цель и ценность | здоровье | знание | смысл | здоровая семья |
| Проблемное состояние | болезнь | невежество | критическая ситуация | дисфункциональная семья |
| Продуктивный процесс | восстановление функций и компенсация | освоение | переживание | выстраивание здоровых отношений |
| Деятельность профессионала | лечение | обучение | сопереживание | групповая работа |
| Метод | аллопатия, гомеопатия и др. | словесные, практические, игровые и т. д. | понимание | структурированная беседа, духовно-ориентированный диалог |

На данный момент представляется плодотворным обогатить метод беседы, практикуемый в СКТ, методом понимания, разрабатываемом в подходе понимающая психотерапия для работы в группе. У Ф. Е. Василюка для метода работы с парами родилось название «челночное понимание». Суть его в том, чтобы понять, что происходит с каждым из клиентов и с парой в целом, осуществляя таким образом деятельность сопереживания паре. Достичь этой цели терапевт сможет, если «войдет» в жизненный мир каждого клиента, позволит себе чувствовать и мыслить почти так, как чувствует и мыслит каждый из супругов, и из созданной «нити»

понимания соткет «ковер» своего сопереживания. Челнок понимания летает между супругами, создавая узорное полотно. Осуществление метода челночного понимания происходит в технике понимания, названной Ф. Е. Василиюком «восьмеркой понимания». Терапевт в этой модели занимает позицию «на перекрестье» восьмерки, он сопровождает тот процесс, который есть у клиентов, помогая им его «распаковать». Находясь в «середине» «восьмерки понимания», терапевт является средством соединения процессов переживания обоих партнеров, помогая формированию совместности пары» [3. С. 123–124]. Модель техники «восьмерки понимания» представлена на рисунке ниже (рис. 1).

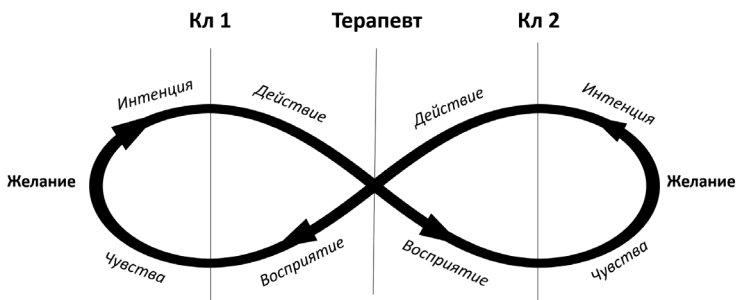


Рис. 1. Техника «восьмерка понимания»

Видится, что осуществления метода «челночного понимания» для групповой работы возможно в технике «ромашки понимания», когда психолог или ведущий группы осуществляет работу по соединению процессов переживания участников группы аналогично технике «восьмерки понимания», но делает это уже не внутри пары, а внутри группы, находясь «на перекрестье» «лепестков ромашки». Такая позиция и роль ведущего способствует реализации на практике той задачи «облегчать взаимоотношения и общение между членами клуба», о которой говорил о. Алексей Бабурин [5. С. 212]. В самом обобщенном виде графическая модель техники «ромашки понимания» может быть представлена так, как на рисунке ниже (рис. 2) и, конечно, она еще нуждается в дальнейшем осмыслении и разработке.

Также в научно-практической деятельности подход «понимающая психотерапия» может успешно дополнить практику профилактики зависимостей, реализуемой в семейных клубах трезвости. Современные научные концепции рассматривают зависимость

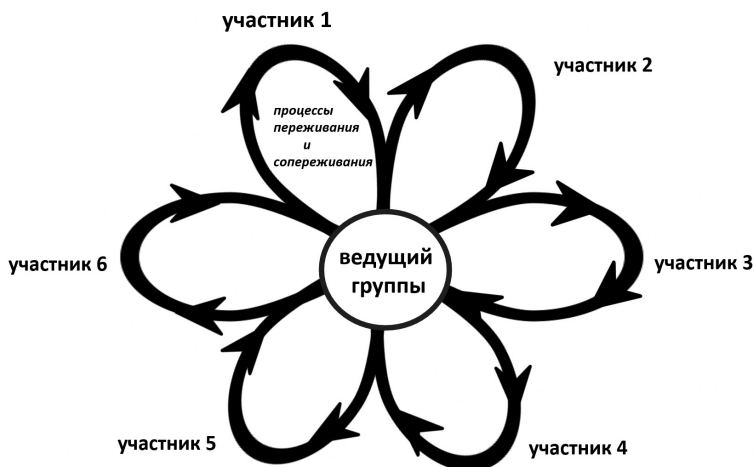


Рис. 2. Техника «ромашка понимания»

с трех основных позиций: 1) как неадаптивный механизм саморегуляции, приводящий к болезни, 2) как патологическую форму совладающего поведения, 3) как негармоничный образ жизни, сопряженный с вредными пристрастиями. Возможность выработки оптимальных навыков саморегуляции в ходе клубной работы основывается не только на богатой практике использования подобных механизмов членами сообществ, но также на обращении к профессиональной помощи. Необходимость сотрудничества с различными специалистами, обладающими соответствующими навыками, разъясняется участникам клубных встреч. Как следует из оснований подхода понимающей психотерапии, такое сотрудничество не противоречит методологии работы, а только может эффективно дополнять ее психологический компонент. Оптимальные стратегии совладания транслируются участникам клубов в ходе передачи позитивного опыта преодоления зависимости в семье. Усилия понимающей терапии, направленные на улучшение навыков коммуникации, могут лишь способствовать совершенствованию механизмов передачи проблемно-разрешающего опыта среди участников группы. И, наконец, рождение трезвого человека и обретение семейной трезвости сопряжено с изменением всего жизненного мира человека с его ценностными ориентациями и смысловыми представлениями. В жизненном мире участников семейных клубов трезвости наблюдается доминирование

ценностей традиции, доброжелательности, безопасности, что значительно отличает их от жизненного мира зависимого [2]. Обретение духовных смыслов, направленность личности на христианские ценности милосердия, любви и прощения соответствуют пути, по которому человек идет к трезвости, в чем ему может сопутствовать понимающая психотерапия. И в этой синергии совместных взглядов на решение проблем и преодоление глобальных вызовов современности, связанных с распространением зависимостей, видится залог успешной совместной работы семейного трезвенного клубного движения и подхода «понимающая психотерапия». Надеемся, что Бог благословит наше начинание и поможет сделать сотрудничество СКТ, ИППТ и АППТ продуктивным, творческим и приносящим благие плоды на ниве помощи людям, страдающим от зависимостей и их семьям.

Литература

1. Бабурин А. Н., Гусев Г. В., Сборникова Е. А., Горячева А. А. Семейные клубы трезвости как метод реабилитации в системе наркологической помощи: учебно-методическое пособие. М.: ГБОУ ДПО РМАПО, 2016. 112 с.
2. Бабурин А. Н., Магай А. И., Рязанова Т. Б. Особенности ценностных и религиозных ориентаций участников семейной духовно-ориентированной реабилитационной программы для людей с расстройствами поведения «Семейные клубы трезвости» // Наркология. 2024. № 6. С. 27–44.
3. Багинская А. В., Дроздов Д. С. Работа с парой в понимающей психотерапии: теория и практика // Сборник докладов XI научно-практической конференции АППТ «Понимающая психотерапия: путь, истина, жизнь». М., 2024. С. 119–131.
4. Василюк Ф. Е. Структура и специфика теории понимающей психотерапии // Консультативная психология и психотерапия. 2008. № 1. С. 5–33.
5. Вразуми меня и буду жить. Беседы в общине трезвости / Под общей ред. прот. Алексея Бабурина. Сост. Е. Савостьянова. М.: Душепопечительский центр имени Великой княгини преподобномученицы Елизаветы Федоровны «Дом Милосердия». М., 2008. 240 с.
6. Гусев Г. В. Некоторые принципиальные вопросы, касающиеся семейных клубов трезвости // Современная христианская психология и антропология: актуальные вопросы. Материалы четвертой всероссийской конференции / Под ред. Ю. М. Зенько. СПб.: ЦПХА, 2023. С. 129–135.
7. Гусев Г. В. Священник и психолог в семейных клубах трезвости при храмах // Современная христианская психология и антропология: акту-

альные вопросы. Материалы пятой всероссийской конференции / Под ред. Ю. М. Зенько. СПб.: ЦПХА, 2024. С. 129–135.

8. Семейные клубы трезвости: современные технологии психосоциальной реабилитации людей с религиозным мировоззрением: Коллективная монография / Под. ред. Г. И. Копейко, О. А. Борисовой, А. Н. Бабурина, Т. А. Солохиной, А. И. Магая. М.: МАКС Пресс, 2020. 88 с.

9. Филоник М. С. К обоснованию понятия «лично значимый выбор» // Психологическая наука и образование. 2009. № 5. С. 117–124.

10. Худолин В. Клуб леченных алкоголиков / Пер. с хорватского Е. Н. Нестеренко, М.: МОД СКТ, 2016.

Гусев Георгий Витальевич (Москва), психолог, преподаватель психологии, канд. пед. наук, заместитель руководителя Координационного центра по противодействию алкоголизму и наркомании Северного Московского викариатства Русской Православной Церкви, ведущий семейного клуба трезвости при храме Святых Царственных страстотерпцев; annaristov@yandex.ru.

Магай Андрей Игоревич (Москва), врач-психиатр, младший научный сотрудник отдела транскультуральной психиатрии ФГБНУ Научный центр психического здоровья, член Правления Межрегионального общественного движения в поддержку семейных клубов трезвости; andrey.magay2023@gmail.com.

Сагидуллина Екатерина Игоревна (Москва), психолог, сертифицированный специалист в подходе «Понимающая психотерапия», член Совета АППТ; serafimos07@rambler.ru.

Ссылка на публикацию:

Гусев Г. В., Магай А. И., Сагидуллина Е. И. Возможности понимающей психотерапии в семейных клубах трезвости // Современная христианская психология и антропология: актуальные вопросы. Материалы шестой всероссийской конференции. Санкт-Петербург, 2 ноября 2025 г. СПб.: ЦХПА, 2025. С. 126–135.