

Соколовская Ирина Эдуардовна
(Москва)

РЕЛИГИОЗНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ И ПСИХОКОРРЕКЦИЯ, КАК СОВРЕМЕННАЯ ПСИХОТЕХНОЛОГИЯ

Аннотация: Религиозно-ориентированная психокоррекция (РОП) представляет собой инновационный метод, разработанный для адресного решения специфических потребностей верующих. Ее ключевое отличие заключается в интеграции психорелигиозных принципов, ценностей и мировоззрения в процесс терапии. РОП рассматривает человека как целостную личность, включающую в себя не только психическое и физическое, но и духовное измерение. Это позволяет терапевту понимать и работать с проблемами клиента в контексте его веры, используя духовные ресурсы и практики, такие как молитва, покаяние, духовное наставничество и изучение священных текстов.

Ключевые слова: религиозно-ориентированная психокоррекция, РОП, духовное измерение, целостная личность, духовные ресурсы, молитва, покаяние, духовное наставничество, изучение священных текстов.

«Не плоть, а дух растлился в наши дни...»
Ф. И. Тютчев

Эти слова, словно набат, звучат особенно актуально в современном мире, погрязшем в деструктивном поведении, привычках, отсутствии совести и цинизме. Классическая психотерапия, безусловно, играет важную роль в оказании помощи людям, но она не всегда может эффективно работать с верующими, особенно в контексте российской культуры. Различие подходов, установок и самой направленности ума религиозного клиента требует более чуткого и специализированного подхода. Именно поэтому я разработала авторский метод — религиозно-ориентированную терапию и психокоррекцию души человека, стремящуюся вернуть верующим утраченную гармонию и духовное здоровье.

Современная психологическая практика все чаще сталкивается с запросами, корнящимися в психо-духовной и психо-религиозной сферах. Эти проблемы возникают из-за множества факторов, включая некорректные духовные практики, социокультурные изменения и, что особенно важно, отрыв от традиционных нравственных и духовных ценностей. Многие люди, ищущие духовный путь, попадают в сети деструктивных сект или практик, приводящих к измененным состояниям сознания (ИСС), духовному опустошению и серьезным психологическим проблемам. В таких случаях классическая психотерапия, зачастую игнорирующая религиозный и духовный контекст, может оказаться не только неэффективной, но и даже вредной, усугубляя конфликт между духовными потребностями и светскими подходами.

Религиозно-ориентированная психокоррекция (РОП) представляет собой инновационный метод, разработанный для адресного решения специфических потребностей верующих. Ее ключевое отличие заключается в интеграции психо-религиозных принципов, ценностей и мировоззрения в процесс терапии. РОП рассматривает человека как целостную личность, включающую в себя не только психическое и физическое, но и духовное измерение. Это позволяет терапевту понимать и работать с проблемами клиента в контексте его веры, используя духовные ресурсы и практики, такие как молитва, покаяние, духовное наставничество и изучение священных текстов.

Одной из важнейших задач РОП является работа с последствиями измененных состояний сознания, вызванных, например, неконтролируемыми духовными практиками или вовлечением в деструктивные религиозные группы. РОП помогает человеку осознать и переосмыслить свой опыт, отделить истинные духовные переживания от иллюзий и манипуляций, и восстановить связь с традиционными духовными ценностями. В этом процессе важна не просто когнитивная переработка информации, но и глубокая работа с чувствами вины, стыда и страха, которые часто сопровождают опыт ИСС.

РОП также направлена на преодоление деструктивных моделей поведения и привычек, которые, как было сказано выше, все глубже проникают в современное общество. Цинизм, отсутствие совести, потребительское отношение к жизни — все это является проявлением духовной болезни, которая требует не только психологической, но и духовной коррекции. РОП помогает человеку восстановить связь с нравственными принципами, укрепить свою духовную идентичность и найти смысл жизни, но самое главное

найти место своей души и уровень ее развития, понимания действительности и осознанности.

Преимуществом РОП является ее ориентированность на традиционные ценности, что особенно важно для верующих в России. В то время как западные психотерапевтические подходы зачастую базируются на индивидуалистических и секулярных принципах, РОП подчеркивает важность семьи, коллектива, духовного наставничества и следования духовно-нравственным и морально-этическим предписаниям. Это позволяет создать безопасную и доверительную атмосферу, в которой клиент чувствует себя понятым и принятым, а терапия становится более эффективной и результативной.

Проведем методологический анализ важности внедрения РОП в психотерапию. Для этого разберем влияние работ некоторых авторов на методологию религиозно-ориентированной психокоррекции (РОП).

Концепция духовного исцеления, представленная в диссертационном исследовании Ирины Соколовской, по теме «Социальной психологии религиозной идентичности современной российской молодежи» (Соколовская, 2015), является основополагающей для РОП. Понимание духовного исцеления включает в себя определение критериев духовного здоровья, методов диагностики духовных проблем и техник достижения духовного исцеления, интегрированных в терапевтический процесс.

Духовно-психологические болезни, проявленные в современном социуме:

- ненависть к жизни — это базовая программа саморазрушения;
- жажда власти — паразитическая потребность контролировать других людей;
- садистские наклонности — это получение удовольствия от чужой боли;
- предательство — разрушение священных связей;
- алчность — бездонная дыра в душе;
- зависть — яд, разъедающий сердце;
- жестокость — полная потеря человечности;
- трусость — отказ от своей Божественной природы;
- лживость — искажение реальности;
- равнодушие — смерть души при жизни;
- гордыня — отделение себя от источника света, любви и ясности — Бога.

Самостоятельная диагностика признаков духовных проблем (если более трех пунктов выбрано, значит человек нуждается в религиозно-ориентированной психокоррекции):

- временные аномалии в жизни — это когда человек теряет счет времени, присутствуют навязчивые мысли о переменах, квантовых переходах;

- тело отторгает высокие частоты солнечной системы и Земли — появляются необъяснимые симптомы, ощущения в теле, которые врачи не могут диагностировать;

- синхронность зашкаливает — человек начинает обращать внимание на повторения чисел на циферблате, например 11:11, повторение событий, человек как будто идет по кругу;

- реальность как будто становится зыбкой, ощущение жизни во сне;

- встреча с Посланниками — появляются странные люди, передающие какие-то послания, информацию человеку;

- непреодолимое желание исчезнуть из социума, устав преодолевать кризисные ситуации — Душа уже готовится к смерти (суицид).

Представляю критерии духовного здоровья, которые развиваются в процессе психотерапевтического сопровождения по методу Религиозно-ориентированной психокоррекции:

- безусловная любовь — это способность дарить любовь без ожиданий;

- внутренняя целостность — единство мыслей, чувств, действий;

- доверие Богу — полная синхронизация с потоком любви и жизни;

- созидательная активность — постоянное творение;

- эмпатическое служение — естественное желание помогать другим;

- кристальная честность — невозможность лгать даже себе;

- радостное принятие — умение видеть красоту абсолютно во всем;

- душевная храбрость;

- Божественная мудрость;

- энергетическая щедрость;

- Божественное смирение — осознание себя частью целого.

РОП опиралась в своем развитии на труды следующих авторов.

Уильям Джеймс предложил трансперсональные (нем. «überpersonlich») концепции, изучение религиозного опыта. В своей работе

«Многообразие религиозного опыта» (1902 г.) он писал: «психическое существо каждого человека гораздо более экстенсивно, чем это представляется его сознанию. Оно является индивидуальностью, которая не может всецело выявить себя в телесных проявлениях. Человеческое “я” проявляется через организм: но известная часть “я” всегда остается невыявленной; и некоторая часть возможных органических выявлений всегда остается неосуществленной» (Джемс. 1902, с 402). Включение трансперсонального подхода У. Джеймса позволяет учитывать субъективный религиозный опыт клиента, признавать его ценность и использовать его как ресурс для исцеления и роста. Осознание индивидуальных религиозных переживаний в РОП способствует выстраиванию глубокой эмпатии между терапевтом и клиентом.

Роберто Ассаджиоли разработал психосинтез, стремление к интеграции личности, включение духовного измерения. Р. Ассаджиоли утверждал, что «в действительности нет двух “я”, двух независимых и обособленных существ. Есть только Я, которое проявляется на разных уровнях сознательности и самопостижения. Отражение кажется самосущим, но в действительности не имеет собственной субстанциальности. Иными словами, это не новый, другой свет, а проекция источника света» (Ассаджиоли. 1994, с. 14). Использование психосинтеза позволяет в РОП интегрировать духовные ценности клиента в его личность, помогая достичь целостности и гармонии. Это важно для работы с психо-духовными и психо-религиозными проблемами, возникающими из-за конфликта между религиозными убеждениями и современным миром.

Носарат Пезешкиан предложил свои варианты применения к психо-духовным и психо-регуляционным проблемам. Н. Пезешкиан говорил, что «позитивная психотерапия центрирует внимание психотерапевта и пациента на позитивные аспекты его жизни, его ресурсы, необходимые для разрешения проблемы» (см.: Позитивное направление... 2018, с. 10), что помогает переключить фокус с дефицита на ресурсы клиента — при психо-духовных кризисах это усиливает смысло-образование; при нарушениях регуляции — дает опору для восстановления функционирования. «Найти ресурсы — значит восстановить и дух, и регуляцию» (Пезешкиан. 2017, с. 65). Концепция Н. Пезешкиана напрямую соотносится с баланс-моделью РОП. Применение элементов позитивной психотерапии полезно при работе с эмоциональной дисрегуляцией и духовными запросами о «правильной жизни», где прорабатываются «внутренние конфликты — путь к росту, если найти равновесие между потребностями, обязанностями и идеалами» (Там же);

«болезнь или конфликт — это не просто нарушение, которое нужно устранить, а потенциальный ресурс, который указывает на отсутствие равновесия в жизни индивида и требует изменения направления» (Там же). Психодуховные проблемы требуют изменения направления и обращают клиента к поиску нового смысла, новых целей и ценностей (сфера «Будущее/Смысл» в Баланс-модели). Конфликт становится «учителем», а не «врагом». Психо-регуляторные проблемы: Фраза «указывает на отсутствие равновесия» напрямую отсылает к Баланс-модели Пезешкиана (тело, деятельность, контакты, смысл). Нарушение регуляции (например, тревога, выгорание) интерпретируется как сигнал о том, что одна из четырех сфер жизни игнорируется или перегружена, и необходимо восстановить баланс.

Абрахам Маслоу разработал иерархию потребностей, концепцию самоактуализации и трансценденции. Он писал, что «самоактуализация — это стремление человека к полному раскрытию своего потенциала, а трансценденция — выход за пределы эго, переживание единства со всем сущим» (Маслоу. 1999, с. 110). В кругу его интересов были психологические аспекты таких высоких переживаний, как любовь, креативность, экстаз и мистический опыт. В своем выступлении в Унитарной Церкви в Сан-Франциско (04.09.1967) ученый предсказал появление «четвертой силы» (Маслоу. 2002, с. 7) в отечественной науке, которая будет изучать эти измененные состояния сознания. РОП опирается на иерархию потребностей Маслоу, чтобы помочь клиенту удовлетворить базовые потребности и затем перейти к самоактуализации и трансценденции, в контексте его религиозных убеждений. Духовный рост рассматривается тут как важная часть самоактуализации.

Владимир Козлов разработал интегративные психотехнологии, работа с измененными состояниями сознания. Разработки В. Козлова в области работы с ИСС полезны для безопасного и эффективного сопровождения клиентов, переживших опыт, связанный с духовными практиками. РОП использует его методы для интеграции и переосмысления этого опыта.

Сергей Белорусов разработал интегративные методы духовной психологии, основанной на философско-богословском понимании человека. Методы духовной психологии С. Белорусова, используются для гармонизации телесных, психических и духовных ресурсов клиента. Это способствует восстановлению целостности личности и духовному исцелению, особенно в случаях, когда отход от нравственных принципов и духовных законов привел к дезадаптации и психическому дискомфорту.

О нюансированности использования подобных методов лечения на стыке религии и науки писал В. Франкл: «религия — это не иллюзорное проявление человеческой души, а реальность, которая также может быть искажена религиозностью, выданной авторитетному разуму... Психогигиеническое значение религиозности возрастает в логотерапии, но не без понимания того, что религия — это нечто совершенно иное, нежели психотерапия или логотерапия... Из всего этого следует, что субъективные психологические и антропологические аспекты религии стоят на первом плане исследований экзистенциального анализа, аналогично психоанализу» (Франкл. 2022, с. 108).

Данные воззрения дополняет и работа Д. Е. Мелехова «Психиатрия и проблемы духовной жизни» (Мелехов. 2003), а также совместное исследование Б. А. Воскресенского и Л. С. Виноградовой «О некоторых аспектах религиозно-ориентированной психотерапии», где отмечается, что следует описывать религиозные переживания не как дополнения, но изучать их лечебно-реабилитационные аспекты (Воскресенский, Виноградова. 2007).

В целом, интеграция работ этих авторов в РОП позволяет создать многогранный и эффективный подход к исцелению и духовному росту верующих, учитывая их конфессиональную принадлежность и интегрируя духовные практики в терапевтический процесс.

Новым в предлагаемом методе РОП является комплексный, био-психо-духовно-социальный подход к психическим и психологическим проблемам пациента. Сущность подхода состоит в том, что индивидуума исследуют с позиции семейной системы, включающей соматический (телесный), психический (душевный) и ментальный (духовный) элементы. Достоинством описанного метода мы считаем отсутствие императивных гипнотических воздействий, что делает данный способ лечения психо-экологичным и обеспечивает возможность его применения для лечения пациентов, не поддающихся гипнозу, при этом лечение ведут два специалиста: психолог-священник и РОП-психотерапевт.

Одной из целей данного способа лечения становится получение позитивного результата при реализации клиентом контроля собственного эмоционального состояния и осмысления своих поступков. Важным фактором в этом процессе излечения становится личное желание клиента о нравственном совершенствовании.

Детализация метода крупным планом выглядит так: сначала выясняются обстоятельства жизни пациента, приведшие его к психо-религиозным и психо-духовным проблемам, а также мо-

тивации, способствующие его вхождению в измененное состояние сознания. С этой целью производятся групповое и индивидуальное психотерапевтические воздействия, которые опять-таки выполняют два разноплановых специалиста: священник-психолог и религиозно-ориентированный психотерапевт.

Лечение происходит за 3–5 сеансов. Метод показан при выводе пациентов из кризисных состояний и сложных жизненных ситуаций, из посттравматических синдромов и в целом применим в реабилитационных целях. В случаях проведения постоянного медикаментозного лечения, метод следует применять как вспомогательный к основной терапии.

В заключение, религиозно-ориентированная психокоррекция является необходимым и востребованным методом в современном мире, где духовные и психологические проблемы переплетаются, а традиционные ценности подвергаются эрозии. Она предоставляет верующим и не верующим, всем людям возможность получить квалифицированную помощь, учитывающую их религиозные убеждения и духовные потребности, и помогает им вернуться к гармонии с собой.

Да, «не плоть, а дух растлился в наши дни», но именно РОП способна помочь этому духу исцелиться и возродиться.

Литература

- Ассаджюли Р.* Психосинтез. Часть первая: Принципы. М., 1994.
- Воскресенский Б. А., Виноградова Л. С.* О некоторых аспектах религиозно-ориентированной психотерапии // Независимый психиатрический журнал. 2007. № 4. С. 65–68.
- Маслоу А.* Новые рубежи человеческой природы / Пер. с англ. М.: Смысл, 1999. 425 с.
- Маслоу А.* По направлению к психологии бытия: религии, ценности и пик-переживания / Пер. с англ. М.: Эксмо-Пресс, 2002. 272 с.
- Мелехов Д. Е.* Психиатрия и проблемы духовной жизни // Психиатрия и актуальные проблемы духовной жизни. М., 2003. С. 12–61.
- Пезешкиан Н.* Позитивная психотерапия. М.: Смысл, 2017. 65 с.
- Позитивное направление в консультировании и психотерапии: учебно-методическое пособие для студентов высших учеб. заведений / Авт.-сост. С. А. Вьюжанина, Я. С. Сунцова. Ижевск: Удмуртский ун-т, 2018. 126 с.
- Соколовская И. Э.* Религиозность и ее влияние на характер и личность современного человека. Конструктивные и деструктивные аспекты религиозности современной молодежи. М., 2013. 170 с.

Соколовская И. Э. Духовная безопасность в области сохранения психического здоровья // Психическое здоровье и образование. Сборник научных статей по материалам II Конгресса «Психическое здоровье человека XXI века». М., 2018. С. 312–314.

Соколовская И. Э. Религиозный экстремизм как разновидность социальной активности современного общества // Человеческий капитал. 2020. № S4 (136). С. 96–100.

Соколовская И. Э. Социальная психология религиозной идентичности современной российской молодежи. Дисс. ... докт. психол. наук. М.: Московский педагогический государственный университет, 2015. 315 с.

Соколовская И. Э., Петрова Е. А. Духовная безопасность в борьбе с религиозным экстремизмом // Человек в современном мире: идентичность и межкультурная коммуникация. Дюссельдорф, 2019. С. 209–216.

Соколовская И. Э., Ясин М. И. Миссия и возможности религиозной веры в сохранении психологического здоровья человека современного цифрового общества // Человеческий капитал. 2018. № 11–2 (119). С. 91–95.

Франкл В. Подсознательный бог: Психотерапия и религия / Пер. с нем. М.: Альпина нон-фикшн, 2022. 218 с.

Соколовская Ирина Эдуардовна (Москва), докт. психол. наук, проф. Российского государственного социального университета; проф. Института государственного управления и права; i.e.sokol@yandex.ru.

Ссылка на публикацию:

Соколовская И. Э. Религиозно-ориентированная психотерапия и психокоррекция, как современная психотехнология // Современная христианская психология и антропология: актуальные вопросы. Материалы шестой всероссийской конференции. Санкт-Петербург, 2 ноября 2025 г. СПб.: ЦХПА, 2025. С. 84–92.