

УРОВЕНЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА СОТРУДНИКОВ ЕПАРХИИ РПЦ Григорьев М.М.

*Григорьев Михаил Михайлович – магистрант,
кафедра психологии,
Амурский государственный университет, г. Благовещенск*

Аннотация: психолог для священника в их совместной работе может стать помощником батюшке, по аналогии совместной работы врача (священнослужитель) и фельдшера (психолог). Православные психологи сотрудничают с духовно-просветительскими центрами и воскресными школами, с социальными работниками, активно работают в плане формирования приходской общины.

Ключевые слова: приход, православие, церковь, православный психолог, психотерапия, стресс, эмоциональное выгорание, социальное отчуждение.

Вопрос о необходимости и обоснованности существования православного направления в психологии и психотерапии своими корнями уходит в потребность религиозного человека в получении такой медико-социальной и психологической помощи, которая не вредила бы его духовному развитию. Эта проблема характерна не только лишь для православия или христианства в целом, но и для других религий. Таким образом, в более общей постановке этот вопрос сводится к проблеме получения психологической помощи, согласующейся с системой морально-этических и духовных ценностей человека, в частности, христианина. Действительно, какая польза, с точки зрения человека православного, может быть в попытке приобретения телесного или психического здоровья в ущерб духовному? Современная психология и психотерапия предоставляют широкий спектр методов и приемов психологического воздействия. Но может ли верующий человек, без вреда для себя, воспользоваться услугами психотерапевтов, практикующих в любом из этих направлений? С другой стороны, может ли каждый человек объективно и правильно оценить соответствие предлагаемых ему методов воздействия основам его религии? В настоящее время этот вопрос решается с учетом мнения духовника или приходского священника. Однако такое положение вещей предполагает глубокое понимание священником всех тонкостей предлагаемых психологических методов и основательных познаний в психологии, что далеко не всегда возможно. В связи с этим, возникает необходимость в сотрудничестве священника со специалистом, которому он может доверять. Необходимым условием доверия является общность религиозных убеждений. Православный психолог – это специалист, к которому священник при необходимости может направить человека, нуждающегося в психологической помощи, будучи уверенным в том, что это не повредит его духовному чаду. Основной задачей православного психолога является оказание психологической помощи с верой в Господа, глубоким осознанием его всемогущества и 4 безмерной любви к каждому человеку, как образу и подобию Божию, а также с использованием методов, не противоречащих основам и духу христианской веры. Сила совместной работы пастырей и практических психологов состоит во взаимобмене практическими знаниями и навыками, уважении ценностей и опыта друг друга, умении и желании учиться друг у друга. Специфика работы психолога в приходе заключается в том, что контингент людей, обращающихся за помощью, и спектр предъявляемых проблем весьма разнороден. Так, на прием могут прийти и молодая мать с ребенком, пережившая развод, страдающая тревожным расстройством; и пожилая семейная пара с запросом по поводу ипохондрических опасений и страха смерти одного из супругов; и человек с тяжелой депрессией эндогенного характера. Следующим клиентом может оказаться подросток с суицидальными мыслями или импульсивный ребенок. Поэтому психологу необходимо владеть навыками индивидуального, семейного консультирования, навыками работы с детьми и подростками. Необходимы знания основ психиатрии. Приходится использовать приемы сказкотерапии и метафоры, рисуночные и игровые техники, приемы экзистенциальной, когнитивной и поведенческой психотерапии, знакомить людей с методами саморегуляции [1, 30].

Большую пользу при работе в приходе может принести групповая работа, особенно актуальная в подростковой среде. Возможно, подобная эклектика не способствует глубокой специализации психолога, однако она стимулирует творческий потенциал и способность к импровизации. Следует обратить внимание, что в отличие от общепринятых этических норм взаимоотношений с коллегами, на этом этапе приходится решать вопрос, связанный с сохранением конфиденциальности содержания психологических встреч и таинства исповеди. Эта проблема, в частности, решалась за счет того, что психолог, предполагая беседу со священником, предварительно спрашивала разрешения у клиента передать ту или иную информацию батюшке. Мы использовали в наших беседах ту информацию, которую человек пожелал сообщить нам обоим [2, 43].

Психолог для священника в их совместной работе может стать помощником батюшке, по аналогии совместной работы врача (священнослужитель) и фельдшера (психолог). Православные психологи со-

трудничают с духовно-просветительскими центрами и воскресными школами, с социальными работниками, активно работают в плане формирования приходской общины. В работе с молодежью приходской психолог может проводить профориентационную работу. Однако основной функцией психолога на приходе видится консультирование прихожан. Опытные священники отмечают, что зачастую прихожане обращаются к ним не с духовными, а с душевными, психологическими проблемами: сложности в супружеских отношениях, проблемы воспитания детей, психологические травмы, связанные с потерей близких, потерей смысла жизни и тому подобными проблемами. Данные проблемы традиционны для психологического консультирования. Необходимо подчеркнуть, несмотря на то, что методы светской психологии вполне применимы в работе православных психологов, тем не менее, существуют определенные различия и своя специфика в работе православных психологов [3, 256].

Чаще всего прихожане обращаются к психологу с проблемами взаимоотношений с детьми, подростковыми проблемами, проблемами адаптации детей в учебных учреждениях. Одним из основных направлений в работе детского психолога на приходе является коррекционная работа: индивидуальная и групповая. Православные психологи в своей работе используют методы арт-терапии, сказкотерапии, кукольной терапии. С целью определения уровня выгорания сотрудников Благочинной Епархии, мной был использован тест на эмоциональное, профессиональное выгорание методики К. Маслач по измерению «выгорания». Выборку составили 15 сотрудников.

Таблица 1. Уровень профессионального стресса

№ п/п	Результат	%
1	ЭИ=низ. СО=низ. ЗЛД=сред.	ЭИ=5,5 СО=0 ЗЛД=67,7
2	ЭИ=низ. СО=низ. ЗЛД=сред.	ЭИ=11,1 СО=5 ЗЛД=68,8
3	ЭИ=низ. СО=низ. ЗЛД=сред.	ЭИ=20,5 СО=2 ЗЛД=70,9
4	ЭИ=низ.. СО=низ. ЗЛД=сред.	ЭИ=12,8 СО=8 ЗЛД=67,3
5	ЭИ=низ. СО=низ. ЗЛД=сред.	ЭИ=8,3 СО=9 ЗЛД=72,1
6	ЭИ=низ. СО=низ. ЗЛД=сред.	ЭИ=7,9 СО=10 ЗЛД=73,8
7	ЭИ=низ. СО=низ. ЗЛД=сред.	ЭИ=14,3 СО=4 ЗЛД=69,6
8	ЭИ=низ. СО=низ. ЗЛД=сред.	ЭИ=16,5 СО=1 ЗЛД=75,5
9	ЭИ=низ. СО=низ. ЗЛД=сред.	ЭИ=19,7 СО=6 ЗЛД=79,0
10	ЭИ=низ. СО=низ. ЗЛД=сред.	ЭИ=21,1 СО=9 ЗЛД=74,4
11	ЭИ=низ. СО=низ. ЗЛД=сред.	ЭИ=24,3 СО=4 ЗЛД=66,8
12	ЭИ=низ. СО=низ. ЗЛД=выс.	ЭИ=27,8 СО=9 ЗЛД=83,2
13	ЭИ=низ. СО=низ. ЗЛД=сред.	ЭИ=28,4 СО=12 ЗЛД=68,4
14	ЭИ=низ. СО=низ. ЗЛД=выс.	ЭИ=25,2 СО=2 ЗЛД=82,3
15	ЭИ=низ. СО=низ. ЗЛД=выс.	ЭИ=27,1 СО=4 ЗЛД=80,6

После проведенного теста были получены следующие результаты:

Эмоциональное истощение (ЭИ), балл для низкого уровня истощения – 60%. Социальное отчуждение (СО), балл для низкого уровня отчуждения - 30%. Занижение личных достижений (ЗЛД), низкий уровень занижения личных достижений - 0-65%, средний уровень - 66-79%, высокий уровень - 80-100%.

Все опрашиваемые показали низкий уровень эмоционального истощения, также все опрашиваемые показали низкий уровень социального отчуждения.

Что касается уровня занижения личных достижений, высокий уровень был выявлен у 3 опрашиваемых, у всех остальных выявлен средний уровень.

Исследование показало, что среди сотрудников епархии наблюдается низкий уровень эмоционального выгорания, а высокий уровень занижения личных достижений, скорее всего, связан с особенностями организационной культуры [4, с. 128].

Список литературы

1. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика, 2012.
2. Авдеев Д.А. Беседы с православным психиатром, 2014.
3. Мелехов Д.Е. В кн. Психиатрия и актуальные проблемы духовной жизни, 2013.
4. Флоренская Т.А. Диалог в практической психологии. Наука о душе, 2012.