

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛЮДЕЙ, ОБРАЩАВШИХСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ К СВЯЩЕННИКУ И К ПСИХОЛОГУ

**Е. В. Головина**

**Аннотация:** Цель работы — исследовать психологические особенности людей, обращавшихся за психологической помощью. Предмет исследования — различия в механизмах психологической защиты, характеристиках самоотношения, межличностных отношений и уверенности в себе людей, обращавшихся за психологической помощью к психологу или священнику. Полученные различия в выраженности характеристик позволили описать психологические портреты респондентов в разных группах.

Анализ данных показал, что группа испытуемых, не обращавшихся за помощью, отличаются от остальных групп тем, что склонна сознательно дистанцироваться от переживания отрицательных эмоций путем полагания на рациональное объяснение событий. Положительный психологический фон данной категории людей, возможно, объясняет их нежелание что-либо менять в себе. В этом они похожи с испытуемыми, обращавшимися за помощью к священникам. Полученные данные также свидетельствуют, что эта категория людей менее всего склонна к самообвинению и более склонна к самоконтролю. Они, как правило, предусмотрительны, основательны, проявляют индивидуализм. Люди, находящиеся в состоянии угнетенности, подавленности, недовольства собой и другими, хотя и получают помощь психотерапевта. Оказывается, что для того, чтобы пойти к священнику не обязательно быть в состоянии угнетенности, подавленности, недовольства со-

бой и другими, достаточно не копаться в себе, быть более доверчивым. Данное исследование позволяет определить эффективность восстановления с помощью определенного вида терапии.

**Ключевые слова:** механизмы психологической защиты, уверенность в себе, самоотношение, межличностные отношения, типы религиозности, психологическая помощь священника и психотерапевта.

## Введение

Современные исследования в области психологии, а также эпидемиологические исследования в психиатрии констатируют рост различных психологических расстройств в современном мире. Жизнь в огромных мегаполисах, ускоренный темп жизни, плохая экологическая обстановка, давление средств массовой информации, чувство одиночества — все это факторы, которые безусловно влияют на ухудшение психического состояния человека, особенно молодого человека (Сочивко, Полянин, 2009). Анализ литературы по вопросу обращения людей за психологической помощью к психологу или священнику показал, что в последние годы были проведены отдельные исследования по изучению особенностей людей, использовавших религиозный подход в восстановлении своего психического здоровья (Осколкова, 2006). В то же время, нами не было обнаружено исследований, которые могли бы сравнить людей, использующих психотерапевтиче-

ский подход в восстановлении своего психического состояния, и людей, использующих религиозный подход. Выявить возможные личностные отличия одной и другой группы, и как следствие, попытаться объяснить факт обращения за психологической помощью к психологу или священнику — важная задача с точки зрения практикующего психолога, решение которой значительно расширяет возможности в выборе способов воздействия и помощи потенциальным клиентам. Цель данной работы — исследовать психологические особенности людей, обращавшихся за психологической помощью и выявить различия в выраженности психологических характеристик.

### **Задачи психолога и священника**

Одной из задач практического психолога является работа с внутренними переживаниями, конфликтами человека. Цель работы с клиентом помочь человеку разрешить эти конфликты, помочь посмотреть на проблемы с других сторон, научить его самому справляться с ними. Внутренний конфликт предполагает наличие взаимоисключающих душевных движений. Например, человек одновременно хочет быть лидером, и быть незаметным в толпе, или хочет общаться, но боится идти на контакт с людьми, не проявляет инициативы. Такие внутренние конфликты могут касаться различных потребностей душевной жизни: лидерства и ведомости, безопасности и риска, в привязанности и свободы. Когда такие разноплановые силы начинают действовать, человек начинает испытывать стресс, депрессию. Смысл профессиональной психологической помощи не ограничивает-

ся временным облегчением состояния клиента, а подразумевает помощь человеку в собственной оценке сложных жизненных обстоятельств и самостоятельном выборе им стратегии решения его психологических трудностей, в расширении его психологических возможностей за счет повышения самоуважения и самопринятия, повышения уважения и принятия им других людей. Цель священника показать, что есть сила Божья, и что она всегда рядом с человеком. Священник является проводником между «земным» и божественным. Часто люди приходят в церковь, чтобы поговорить со священником, получить совет, «облегчить душу». Священник может оказать психологическую поддержку, выслушать человека, посочувствовать, сопереживать. В этом есть психотерапевтический эффект

На первый взгляд может показаться, что православный психолог преследует те же цели, что и обычный психотерапевт. Считается, что православный психолог решает общие и частные вопросы. Общей задачей православной психотерапии является помощь в преодолении его «падшей природы», одухотворении, и тем самым спасении.

Частной задачей православной психотерапии является оказание человеку помощи в решении его конкретных проблем и жизненных затруднений психотерапевтическими методами. Видение «горизонтالي» конкретных психологических проблем клиента на фоне «падшести» — «общей болезни человечества», а также духовной «вертикали», помогает православному важную (по его мнению) задачу оказания помощи в преодолении духовного поражения. Если клиент не идентифицирует себя

с православной конфессией, то психотерапевт решает скорее частную задачу — «горизонтальную» — и, возможно, подводит затем клиента к экзистенциальным вопросам, рассматривая их в контексте христианского учения. Если клиент идентифицирует себя с христианской конфессией, то православный психотерапевт решает в ходе терапии как частную, так и общую задачи.

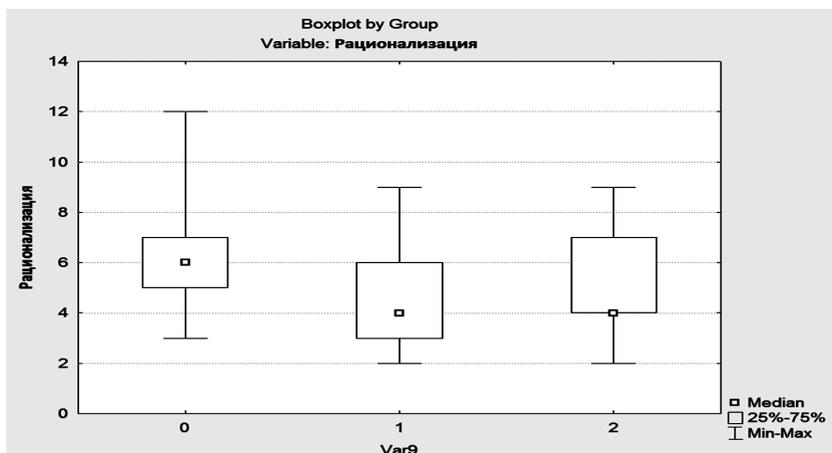
**Эмпирическое исследование индивидуально-психологических особенностей людей, обращавшихся за помощью к психологу или священнику**

**Выборка.** В эмпирическую выборку вошли студенты Высшей школы экономики, сотрудники ОАО «Альфа-Банк» (г. Москва), сотрудники компании «Прософт» (г. Москва, г. Санкт-Петербург, г. Новосибирск), а также другие люди, изъявившие желание принять участие в опросе. Всего в исследовании приняло участие 55 человек в возрасте от 18 до 77 лет, в т.ч. 18 мужчин и 37 женщин.

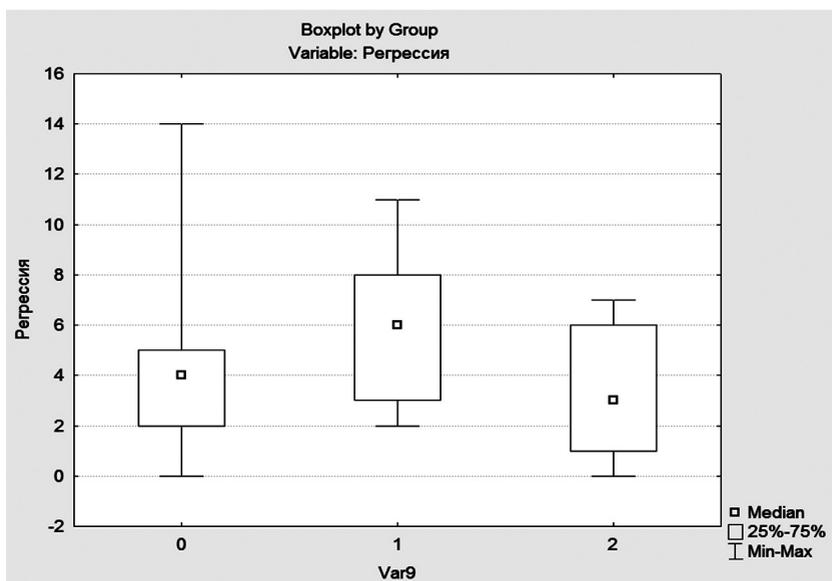
На основании ответов на анкету все испытуемые были поделены на три группы: в первую группу вошли люди, обращавшиеся за психологической помощью к священнику, во вторую — обращавшиеся к психологу. В третью — никогда не обращавшиеся за психологической помощью.

**Методики.** Тест-опросник механизмов защиты «индекс жизненного стиля» Р. Плутчик, Г. Келлерман, Х.Р. Кннте; Методика исследования самооотношения» (МИС) Р.С. Пантелеева; Методика диагностики межличностных отношений Т. Лири; Тест на уверенность в себе В. Ромека.

За основу исследования были взяты механизмы психологической защиты. Важным в выборе данной методики как основной явилось и мнение о том, что религия представляет собой особую форму защиты для православного человека, способной пробудить в нем силы, способные изжить в самом себе негативные свойства и состояния, разрушающие личность [Котене-



**Рис. 1. Различия по защитному механизму «Рационализация»**



**Рис. 2. Различие по механизму «Регрессия»**

ва, 2010 г.). Выбор формы защиты зависит от уверенности личности. В исследованиях профиля личности осужденных в местах лишения свободы обнаружено, что утрата уверенности в себе приводит к компульсивному демонстративному поведению (Сочивко, Бурцев, 2014). Автором данной статьи (Головина, 2012) исследовались эмоциональность и агрессивность в структуре уверенности личности. Показано, что чрезмерно уверенным в себе лицам свойственны негативизм и словесная агрессия. Чрезмерно инициативным в социальных контактах лицам свойственна косвенная агрессия. У социально смелого человека интенсивность эмоций ниже и переживание эмоций не оказывает на него отрицательного воздействия. (Головина, 2013, 2014).

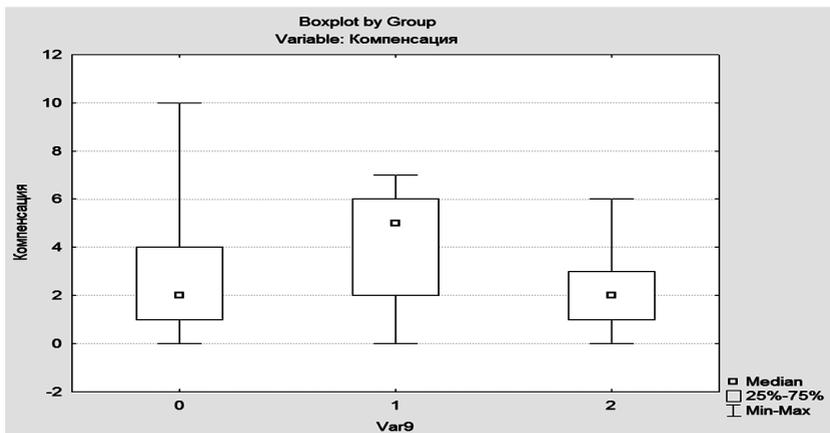
**Методы.** При обработке данных эмпирического исследования были ис-

пользованы методы первичной статистики, непараметрические критерии Манна-Уитни и Краскала-Уоллиса. Для статистической обработки использовался пакет программ Exell 2003 и STATISTIKA 8.0.

**Статистически-значимые различия, полученные при сравнении испытуемых, обращавшихся к психологу или священнику, с группой, не обращавшихся за помощью (p=0.05)**

*Различия в применении механизмов психологических защит*

Обнаружены статистически значимые различия между обращавшимися к психологу (1) и не обращавшимися за помощью (0) по видам применяемых защит: «Регрессия», «Компенсация» и «Рационализация». «Рациона-



**Рис. 3. Различие по механизму «Компенсация»**

лизация» — преобладающая форма защиты у испытуемых, не обращавшихся за психологической помощью. Данная категория людей склонна сознательно дистанцироваться от переживания отрицательных эмоций (см. рис. 1). «Регрессия» и «Компенсация» более выражены у испытуемых, обращающихся к психологам. Данная категория людей испытывает неуверенность в себе и страх неудач. Несмотря на более сильное чувство неудовлетворенности собой, можно говорить о попытках данной группы испытуемых исправить или найти замену чувству неполноценности (Рис 2., Рис 3).

*Различия по шкалам методики диагностики самоотношения*

Обнаружены различия по шкалам: «Самопривязанность» между испытуемыми, обращавшимися к священнику (2) и не обращавшимися за помощью (0), и по шкалам «Самопривязанность», «Самообвинение», «Открытость» между испытуемыми, обращавшимися к пси-

хологу (1) и не обращавшимися за помощью (0).

У испытуемых, не обращавшихся за психологической помощью, по сравнению с обеими группами, обращавшимися за помощью, обнаружены более высокие показатели по шкале «Самопривязанность», что может свидетельствовать о возможном нежелании что-либо менять в себе на фоне общего хорошего отношения к себе. Более высокие значения по шкалам «Открытость» и «Самообвинение» обнаружены у испытуемых, обращавшихся к психологу. Данный факт свидетельствует об осознании своих недостатков и неудач и готовности ставить их себе в вину, т.е. о большей готовности осознавать свое «Я» и более высокой степени рефлексии и критичности.

*Различия по шкалам методики диагностики межличностных отношений*

Обнаружены статистически значимые различия по характеристикам: «Не-

доверчивый /скептический» у испытуемых, обращавшихся к психологу (1), по сравнению с испытуемыми, не обращавшимися за помощью (0). Испытуемые, обращавшиеся за помощью к психологу, имеют более высокие значения. Данная категория испытуемых проявляет большее недоверие к окружающим людям, критична по отношению к ним, более реалистична в суждениях и поступках.

*Различия, полученные при сравнении респондентов, обращавшихся за психологической помощью к психологу и священнику*

**1. Различия в применении механизмов психологических защит.** Обнаружены статистически-значимые различия по защитам: «Регрессия», «Компенсация», «Смещение» (Рис. 2, Рис. 3, Рис. 4). В группе испытуемых, обращавшихся за помощью к психологу, они преобладают. По преобладающим защитам можно сделать вывод о том, что данная категория людей испытывает страх неудач.

**2. Различия по шкалам самоотношения.** Обнаружены статистически-значимые различия по шкале «Открытость» (внутренняя честность). Испытуемые, обращавшиеся к психологу, по сравнению с людьми, обращавшимися к священнику, в большей степени готовы осознавать свое «Я», у них более высокая степень рефлексии и критичности.

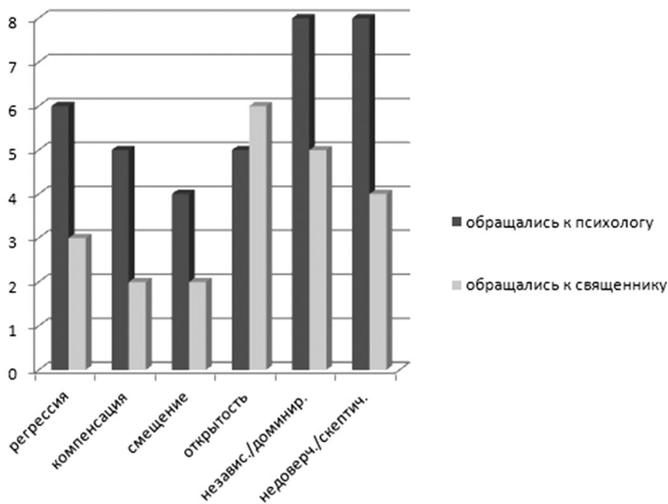
**3. Различия по шкалам методики диагностики межличностных отношений.** Обнаружены статистически-значимые различия по характеристикам: «Независимый/доминирующий», «Недоверчивый/скептический». У ис-

пытуемых, обращавшихся к психологу, по сравнению с испытуемыми, обращавшимися к священнику, обнаружены более высокие значения по шкалам «Независимый/доминирующий», «Недоверчивый/скептический». Это свидетельствует о том, что данный тип людей, ориентированный на себя, склонный к соперничеству. Эти люди более реалистичны в суждениях и поступках, критичны по отношению к окружающим их людям.

**4. Различия по шкалам опросника Уверенности в себе.** Обнаружены статистически-значимые различия: по шкале «Социальная смелость» выше значения в группе обращавшихся к священнику, по шкале «Инициатива в социальных контактах»: выше значения в группе обращавшихся к психологу. Значимые различия уверенности в своих знаниях, умениях (интеллектуальной уверенности) не обнаружено.

### **Общие выводы**

За помощью к психологу обращаются люди, находящиеся в большем эмоциональном дискомфорте по сравнению с другими группами, это более тревожный тип людей, у которого преобладают такие формы психологической защиты как «Регрессия», «Компенсация» и «Смещение». Применение этих защит связано с внутренней конфликтностью и самообвинением. Данная категория людей испытывает неуверенность в себе и страх неудач. Несмотря на сильное чувство неудовлетворенности собой, можно говорить о попытках испытуемых исправить или найти замену чувству неполноценности, которые они, испытывают.



**Рис. 4. Выраженность характеристик у групп, обращавшихся к психологу и священнику**

Люди, обращавшиеся к священнику, по сравнению с обращавшимися к психологу, меньшей критичны, а также в меньшей степени готовы осознавать и выдавать значимую о себе информацию. В этом данная группа похожа на группу не обращавшихся за помощью. Эта группа испытуемых демонстрируют большую уверенность и удовлетворенность собой, она характеризуется как более доверчивая, ориентированная на мнение окружающих, более зависимая. Испытуемые данной группы по сравнению с испытуемыми, обращавшимися к психологу, менее настойчивы и энергичны. Они менее реалистичны в суждениях и поступках, менее критичны по отношению к окружающим их людям, более конформны.

Группа испытуемых, не обращавшихся за помощью, отличается от остальных тем, что склонна сознательно дистанцироваться от переживания

отрицательных эмоций путем полагания на рациональное объяснение событий. Более положительный психологический фон данной категории людей, возможно, объясняет их нежелание что-либо менять в себе. В этом они похожи с испытуемыми, обращавшимися за помощью к священникам. Полученные данные также свидетельствуют, что данная категория людей менее всего склонна к самообвинению, склонны к самоконтролю. Они, как правило, предостроительны, основательны, проявляют индивидуализм.

**Заключение.** В данной статье начата работа по изучению психологических характеристик людей, обращающихся за помощью. Наверно, люди, находящиеся в состоянии угнетенности, подавленности, недовольства собой и другими, хотят получить помощь психотерапевта. Оказывается, что для того, чтобы пойти к священнику не обя-

зательно быть в состоянии угнетенности, подавленности, недовольства собой и другими, достаточно не копаться в себе, быть более доверчивым. Остается открытым вопрос о причинах обращения к священнику. Исходя из того, что люди, принимающие участие в нашем исследовании, имели высшее образование, можно предположить, что они относятся к когнитивному типу религиозности. Для определения их принадлежности к одному из типов религиозной Я-концепции необходимо провести дополнительное исследование, которое позволит прогнозировать эффективность восстановления с помощью определенного вида терапии.

### Литература

1. Головина Е.В. Эмоциональные аспекты уверенности в себе // Развитие психологии в системе комплексного человекознания. Часть 1 / Под ред. А.Л. Журавлева, В.А. Кольцовой — М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012. С. 152–155.

2. Головина Е.В. Взаимосвязь уверенности в себе с осознанием внутренних конфликтов и способами выхода их них // Человек, субъект, личность в современной психологии / Под ред. А.Л. Журавлева и Е.А. Сергиенко. — М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. С.155–159.

3. Головина Е.В. Взаимосвязь уверенности в себе с эмоциональностью и агрессивностью / Прикладная юридическая психология, №4, Рязань, 2014. С. 85–92.

4. Котенева А.В. Кандидатская диссертация на тему «Психологическая защита с позиций христианской антропологии», 2010г.

5. Осколкова С.Н. «Священнослужитель как психотерапевт в местах лишения свободы» // Психиатрия и религия на стыке тысячелетий: Сборник научных работ Харьковской областной клинической психиатрической больницы №3 (Сабуровой дачи) и Харьковской медицинской академии последипломного образования / Под общ. Ред. П.Т. Петрюка, Р.Б. Брагина — Харьков: 2006. Т. 4. С. 68–70.

6. Сочивко Д.В., Полянин Н.А. «Молодежь России: образовательные системы, субкультуры, исправительные учреждения», М., Московский психологический институт, 2009. — 268 с.

7. Сочивко Д.В., Бурцев А.О. Психоклинический профиль личности осужденных в местах лишения свободы (не состоящих на медицинском и профилактическом учете) // Прикладная юридическая психология, № 4, Рязань, 2015. С. 45–52.