



§6.2 ХРИСТИЯНСЬКА ТЕРАПІЯ ДУШІ: РЕСУРСНІСТЬ У РОБОТІ ІЗ ЗАЛЕЖНИМИ ОСОБИСТОСТЯМИ (Савчин М.В., Дрогобицький державний педагогічний університету імені Івана Франка)

Методологічний аналіз показує [1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8] показує, що сучасні напрями психотерапії володіють не тільки досягненнями, але й мають обмеження та недоліки. Згідно духовної парадигми травма може й не спричиняти горе, якщо особистість відчуває співпереживання, розуміння та співучасть у її житті з боку близьких, рідних та оточуючих людей взагалі та орієнтується на своє духовне я. В іншому випадку стається контейнеруються та капсульовання негативних емоцій, почуттів, переживань, думок, намірів тощо, в результаті чого потребууючий (клієнт) ізолюється від оточення, знаходить собі подібних чи стається своєрідна аутизація особистості (особистість в собі, сама для себе). Християнська терапія душі орієнтується на онтологічне бачення проблеми, одночасно розглядаючи глімери (радісні ситуації в житті), а не тільки тригери. Для цього використовуються специфічні методи, які принципово не використовуються у сучасній психотерапії.

Виклад основного матеріалу. У практиці християнської терапії використовується молитва, читання текстів Божого слова та духовної літератури, керовану христоцентричну візуалізацію, християнську медитацію, залучаються інші люди. Поряд з цими методами звичайно, використовуються ті методи психотерапії, які не суперечать християнському світогляду [9].

Розглянемо предметну сферу, де найвиразніше проявляються особливості підходу до розв'язання проблем та переваги християнської душі, зокрема, у вирішенні проблеми різних видів залежності особистості [10].



MODERNÍ ASPEKTY VĚDY

Svazek LIX mezinárodní kolektivní monografie

Встановлено, що процес виздоровлення передбачає реалізацію конкретних етапів у роботі з клієнтом, зокрема:

1) визнання клієнтом без будь-яких сумнівів факту, що є проблема та усвідомлення факту свого безсилля у її вирішенні. Таке щире викриття не є просто актом катарсису, спрямованого на покращення його самопочуття. Терапевт просить клієнта якомога повніше описати історію своєї залежності протягом всього життя. У такий спосіб він запрошує клієнта (потребуючого) до зцілення, відкуплення, самоформування власного внутрішнього світу, досягнення досконалості та довершеності в житті. Для цього консультант просить клієнта заспокоїти свій розум, який без допомоги Святого Духа буде надмірно обтяженим важкими та відволікаючими думками та переживаннями [11].

У процесі християнської терапії клієнт виявляє правду про себе, усвідомлює свою ситуацію, відкриває нові істини, визнає свої проєкції та упередження, помилки, вибудовує самодовіру та звільняється від сорому, переживає смуток від минулих втрат, виявляє свої таланти та нові способи взаємодії з людьми [12]. Без чесного прийняття факту наявності проблеми, визнання власного безсилля перед залежністю, що життя стало некерованим, людина не одужає. Заперечення проблеми – смертельна небезпека, а визнання власного безсилля та одночасна щира надія на Бога сприяє звільненню від залежності. Для цього клієнту необхідно набратися сміливості радикально діяти. Часто він відмовляється зростати далі, бо до цього потрібна глибока внутрішня капітуляція. Для одужання на першому етапі відпускається внутрішній нездоровий потяг, щоб пізніше опанувати ним, звільнитися від зовнішнього патологічного впливу, відмовитися від нездорових форм поведінки.

Визнання клієнтом своїх помилок, які найчастіше не визнаються, сповідання голосу істини, якою людина володіє у стосунках, в житті загалом, та



взяття зобов'язання змінити своє життя (поведінку) [13], творення жертви і терпіння, коли, наприклад, сексуальну чистоту можна здобути тільки через жертву сім'ї, дружині (коли прямо ставиться питання чи готовий він (вона) померти за дружину (чоловіка), дітей та ін.) [14];

2) заявляється про відданість і наполегливість, щоб залишити рани в минулому і прагнути майбутнього вільного життя у Христі. Клієнта орієнтують молитовно просити Бога подолати слабкі місця своєї особистості, щоб виникнув внутрішній душевний мир і спокій, якого він давно не відчував;

3) завдяки примиренню та прощенню відбувається відновлення стосунків з усіма, кому, від нього клієнт зазнав приниження чи шкоди. Для цього складається список осіб з якими необхідне примирення чи прощення. У ситуації заподіяння шкоди іншим людям клієнта просять «перерубати» корінь егоцентризму, що лежить в основі залежності;

4) серйозно розглядаються та підлягають звільненню випадки демонічної дії злих сил на клієнта. Звичайно, це дуже складне духовне завдання є предметом опіки отців-екзорцистів.

Процесуально християнський терапевт забезпечує оцінювання, розуміння та інтегрування минулих фізіологічних та емоційних реакцій з непропрацьованими почуттями [15]. Це означає, що у процесі роботи він має мати доступ до чуттєвого, моторного та соматичного досвідів, щоб використати їх для зміцнення емоційної регуляції клієнта та запобігання можливого повторення рецидивів захворювання. При цьому слід забезпечити одночасне опрацювання досвіду знизу доверху (ситуацій та випадків до виникнення повного переконання), а не тільки зверху до низу, як це застосовується більшості когнітивних та емоційних підходів до терапії травм. У процесі роботи опрацьовуються не тільки хибні переконання [16], а й



MODERNÍ ASPEKTY VĚDY

Svazek LIX mezinárodní kolektivní monografie

активно застосовуються конкретні емоційно спрямовані інтервенції [17], бо лише, коли з'ясовано схеми виникаючих у клієнта емоцій та думок, можливі прогнозовані та очікувані терапевтичні зміни [18]. За таких умов клієнт вчиться слухати, керувати і працювати із власною емоційною сферою (серцем), виражати і випробовувати свої емоції у Христі. Це сприяє автентичності розгляду емоцій, контролю за імпульсами, подолання гріховних емоційних патернів та зцілення від емоційної дисфункції. Так, особистість може протидіяти стресу завдяки уважності, медитації та організації повноцінного життя за принципом «тут і зараз». Консультант має забезпечити нове тлумачення емоцій, а для цього використовують різні метафори. Християнські психологи зосереджуються на тому, що часто інтелектуальні та поведінкові проблеми виникають через дію інших чинників, наприклад, органічні чи біологічні, що лежать в основі проблемних почуттів.

Терапевт проводить керований експеримент з візуальним образом, коли візуалізується гріховні позиції хворого [19]. У процесі роботи він, завдяки прочитанню мови тіла, виразу обличчя, тону голосу, рівня уважності, забезпечує здоровий зоровий контакт з клієнтом. За таких умов останнього переконують просити Господа подарувати нові мрії як засаду виліковування, коли він заявляє «Я жива, я не безпорадна людина, я маю надію на Бога».

Християнський терапевт працює із спогадами клієнта, які включають два види деструктивних вірувань: вірування стану (почуття відрази, відкинення, несвободи) та ідентичності (неповноцінності, меншовартості, інфантильності тощо). Щоб допомогти клієнту згадати певні події життя терапевт залучає не тільки різні типи його відчуттів, зокрема, зорові, слухові, рухові та ін., а також різні типи пам'яті, зокрема, процедурну, семантичну та епізодичну [20]. Так, у психології встановлено, що людська пам'ять



«записує» все, що з нами відбувається і в позитивному плані додає барв нашому щоденному життю, допомагає рухатися вперед, вчитися на помилках, аналізувати те, що сталося, ставати на сторону добра чи зла. Завдяки такій мудрості наші спогади допомагають нам виживати та змінюватися [21]. Одночасно людська пам'ять глибоко фіксує негативні події, негативні переживання та дії, образи, приниження, ситуації блокування базових екзистенційних потреб, що призводить до особистісних деструкцій. Так, процедурна (мимовільна) пам'ять проявляється у збереженні виконанні дій, які людина після засвоєння здійснює автоматично. Реально на початку людині потрібно думати про те, що робити і як робити (залучається певна «процедура»). Але згодом настає момент, коли людина запам'ятовує як функціонувати з дією, не задумуючись свідомо над цим процесом. Алгоритм виконання дії стає частиною інстинктивної (мимовільної) пам'яті. Наприклад, коли ми вчимося писати, нам доводиться думати про всі необхідні дії та намагаємося запам'ятати, як правильно тримати ручку, проводити обриси літер, рухати рукою по папері зліва направо та ін. Але з часом ця «процедура» запам'ятовується і ми пишемо, не роздумуючи над усіма необхідними кроками. У терапевтичному плані актуалізація відбувається у зворотньому напрямі цього виду пам'яті, що дозволяє згадати необхідні обставини, які передували виникненню, наприклад, травми.

У процесі роботи з клієнтом терапевт враховує особливості семантичної пам'яті, яка за своєю суттю, стосується запам'ятовування понять, слів, фактів, даних та інших видів інформації. Так, коли людина пам'ятає історію Ісуса Христа на горі Преображення чи, наприклад, згадує адресу якоїсь будівлі, їй потрібно отримати доступ до семантичної пам'яті. Цей тип пам'яті важливий для життя, бо дає людині змогу згадати велику кількість інформації, що зберігається в мозку, і за необхідності використовувати її в



MODERNÍ ASPEKTY VĚDY

Svazek LIX mezinárodní kolektivní monografie

потрібний момент. У плані терапії це дозволяє аналізуючи події чи ситуації, коли клієнт згадує про важливі обставини свого травмування, що допомагає конструктивно спрямувати терапію.

Окрім зазначених вище видів пам'яті у процесі християнського консультування терапевт використовує епізодичну пам'ять, яка активізується, коли людина згадує певну подію, що сталася в її житті за певних обставин. Так, клієнт з легкістю згадує те, що сталося, навіть, пів століття тому на кухні його бабусі: «Я прийшов додому пізно після тренувань із баскетболу. Коли я ввійшов на кухню, моя бабуся пекла солодке печиво. Запах був такий чудовий. Я побачив печиво на столі і запитав бабуся, чи можна його взяти. Вона посміхнулася і підійшла до столу, щоб узяти одне для мене. Бабуся простягла руку, взяла зі столу велике глазуроване печиво і подала його мені. Воно було теплим, гріло руку. Я підніс його до губ, відчув свіжий і солодкий аромат ванілі та цукру. Я трішки відкусив те печиво, воно було м'яким і, здавалося, тануло в роті. Пам'ятаю, що відчував тієї миті. Бабусине солодке печиво було смачне, і я хотів його з'їсти ще і ще» [цит. за 22]. Цей вид пам'яті актуалізується, щоб допомогти якомога повніше згадати пацієнту неприємні події чи ситуації. У процесі роботи слід враховувати, що існує позитивна та негативна епізодична пам'ять [23]. Якщо згадування приємних подій викликає радість і задоволення, то згадування неприємних подій викликає тривогу, занепокоєння.

У змістовому плані християнський терапевт організовує обговорення минулого клієнта, особливо, в ситуації невирішених проблем вікового розвитку, труднощів, соціалізації чи дитячих травм. Внутрішнє зцілення, зцілення спогадів відбувається, коли особлива увага звертається на значущість духовних, досвідних і навіть містичних аспектів життя, віри в Божу мудрість, вчення Святого Письма, та одночасно не переоцінюється



раціональний (розумовий) вимір життя людини. Це означає, що біблійні істини мають займати своє законне місце у пріоритеті важливості. У результаті опрацювання з клієнтом його спогадів, йому стає легше – звільняється від залежності.

Для опрацювання спогадів використовується метод, що ґрунтується закономірності, згідно якої людина прагне залишити минуле позаду, але її тіло та мозок запобігають цьому, а тому для використання десенсибілізації та переробки інформації використовують рухи очей та інші форми ритмічної стимуляції (поляскування чи тики, що допомагає мозку швидкими темпами обробляти інформацію. Свого часу R. Shapiro, зауважив, що нав'язливі емоції та тривожні думки зникають, коли очі швидко рухаються вперед і назад. Вчений запропонував десимобілізація та переробку особистісних проблем за допомогою руху очей (ДПРО) [24]. Виявляється, що коли дуже швидко рухаються очі вгору і вниз, зникають нав'язливі думки. За таких умов виникає низько-частотна стимуляція мозку, що зумовлює модифікацію спогадів у безпечних умовах. ДПРО – засіб, який створює зв'язки між актуальною патологічною тривогою, дитячою чи дорослою травмою. Подолання психологічної травми без ДПРО – це як терапія без анестезії [25].

Висновки. Практичний результат християнської терапії залежить від клієнта, терапевта та терапевтичного союзу між ними та їх орієнтації на Божу Благодать. У процесі християнської терапії залежності особистості актуалізуються духовні чинники, зокрема 1) звернення до суверенного Бога, який діє в любові; 2) актуалізація адекватного знання і прозріння щодо істини (Правди Божої) та позбування від хибних вірувань; 3) вільне прийняття рішень і свідоме повернення до повноцінного життя і любові; 4) орієнтацію на віру як здатність з твердою впевненістю сподіватися і не сумніватися в тому, чого не бачите; 5) відсутність страху вступати в любовні стосунки; 6) зниження



MODERNÍ ASPEKTY VĚDY

Svazek LIX mezinárodní kolektivní monografie

егоцентрації та подолання гордині, попередження аутизації; 7) творення добра і необхідності боротьби зі злом, творення свободи та відповідальності, надії, смирення та каяття; 8) культивування прощення та примирення; відповідальність клієнта за процеси відновлення, «вірність малому» (Мт. 25:14–30).

У своїй роботі християнський терапевт використовує особливі методи, зокрема, спільну молитву, читання Святого Письма, християнську візуалізацію, медитацію та ін., що призводить до глибоких, незворотних позитивних змін у внутрішньому світі та житті особистості, а також методи психотерапії, які не суперечать християнському світогляду.

Процес звільнення від залежності передбачає реалізацію конкретних етапів у роботі з клієнтом, зокрема: 1) визнання клієнтом без будь-яких сумнівів факту, що є проблема та усвідомлення факту свого безсилля у її вирішенні; 2) спонукання клієнта до заяви про відданість і наполегливість, щоб залишити рани в минулому і прагнути майбутнього вільного життя у Христі; 3) відновлення стосунків з усіма, кому, від нього клієнт зазнав приниження чи шкоди; 4) забезпечується оцінювання, розуміння та інтегрування минулих фізіологічних та емоційних реакцій з непропрацьованими почуттями. Клієнта вчать слухати, керувати і працювати із власною емоційною сферою (серцем), виражати і випробовувати свої емоції у Христі. З цією метою терапевт використовує молитву, читання Святого писма, керований експеримент з візуальним образом, переконує клієнта просити Господа подарувати нові мрії як засаду виліковування, працює із деструктивними віруваннями вірування стану (почуття відрази, відкинення) та ідентичності (неповноцінності, меншовартості, інфантильності тощо). Щоб допомогти клієнту відрефлексувати травмуючі події життя терапевт залучає не тільки різні типи його відчуттів, зокрема, зорові, слухові, рухові та ін., а також різні типи пам'яті.



Список використаних джерел:

1. Савчин М.В. Духовна парадигма психології: монографія / Мирослав Савчин. К.: Академвидав, 2013 а. 224 с.
2. Савчин М.В. Духовний потенціал людини: монографія / М. В. Савчин. – 2-ге вид., переробл. і допов. Івано-Франківськ: Місто НВ, 2010. 508 с.
3. Савчин М.В. Здатності особистості: монографія. К.: ВЦ. «Академія», 2016. 288 с.
4. Савчин М.В. Християнська терапія душі людини: методологічні засади /Moderní aspekty vědy: LIV. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o. Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., 2025. str. 278. S. 112-127.
5. Савчин М.В. Християнська терапія душі: особливості використовуваних методів /Moderní aspekty vědy: LVIII. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o.. Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., 2025. str. 307. Str. 175-186 .
6. Савчин М.В. Християнська терапія душі: теоретичний аспект. / Moderní aspekty vědy: LVII. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o. Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., 2025. str. 287. Str.196 – 214.
7. Савчин М. В. Християнська терапія душі: трансцендентний вимір реалізації /Moderní aspekty vědy: LV. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o. Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., 2025. str. 633. str. 339-349.
8. Савчин М. В. Християнська терапія душі: фундаментальність завдань і результатів / Moderní aspekty vědy: LVI. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o. Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., 2025. str. 430. str. 317-331.



MODERNÍ ASPEKTY VĚDY
Svazek LIX mezinárodní kolektivní monografie

9. Савчин М.В. Християнська терапія душі: особливості використовуваних методів / Moderní aspekty vědy: LVIII. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o.. Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., 2025. str. 307. Str. 175-186

10. Дорсі Майк Вільямз Людська природа з огляду на реабілітацію після залежності в груповій терапії / Епллбі Девід, Олшледжер Джордж. Зустрічі, що змінюють життя / переклад з англ. О. Разіньков. К.: Паливода А.В., 2018. 352 с. С. 256-268.

11. Сендфрд Мара Модель внутрішнього зцілення Іллі / Епллбі Девід, Олшледжер Джордж. Зустрічі, що змінюють життя / переклад з англ. О. Разіньков. К.: Паливода А.В., 2018. 352 с. С. 35-51.

12. Вордл Террі Сприяння особистісному збудуванню у формаційному консультуванні через зустрічі з Богом / Епллбі Девід, Олшледжер Джордж. Зустрічі, що змінюють життя / переклад з англ. О. Разіньков. К.: Паливода А.В., 2018. 352 с. С. 162-201.

13. Вордл Террі Сприяння особистісному збудуванню у формаційному консультуванні через зустрічі з Богом / Епллбі Девід, Олшледжер Джордж. Зустрічі, що змінюють життя / переклад з англ. О. Разіньков. К.: Паливода А.В., 2018. 352 с. С. 162-201.

14. Лазер Марк Л. Боже втручання у сексуальну залежність / Епллбі Девід, Олшледжер Джордж. Зустрічі, що змінюють життя / переклад з англ. О. Разіньков. К.: Паливода А.В., 2018. 352 с. С. 245-256.

15. Вордл Террі Сприяння особистісному збудуванню у формаційному консультуванні через зустрічі з Богом / Епллбі Девід, Олшледжер Джордж. Зустрічі, що змінюють життя / переклад з англ. О. Разіньков. К.: Паливода А.В., 2018. 352 с. С. 162-201.



16. Вордл Террі Сприяння особистісному збудуванню у формаційному консультуванні через зустрічі з Богом / Епллбі Девід, Олшледжер Джордж. Зустрічі, що змінюють життя / переклад з англ. О. Разіньков. К.: Паливода А.В., 2018. 352 с. С. 162-201.

17. Лідія К.В., Кім ван Даален, Джонсон Ерік Л. Переображення особистості через християнську емоційно-спрямовану терапію / Епллбі Девід, Олшледжер Джордж. Зустрічі, що змінюють життя / переклад з англ. О. Разіньков. К.: Паливода А.В., 2018. 352 с. С. 147-161.

18. Лідія К.В., Кім ван Даален, Джонсон Ерік Л. Переображення особистості через християнську емоційно-спрямовану терапію / Епллбі Девід, Олшледжер Джордж. Зустрічі, що змінюють життя / переклад з англ. О. Разіньков. К.: Паливода А.В., 2018. 352 с. С. 147-161.

19. Лідія К.В., Кім ван Даален, Джонсон Ерік Л. Переображення особистості через християнську емоційно-спрямовану терапію / Епллбі Девід, Олшледжер Джордж. Зустрічі, що змінюють життя / переклад з англ. О. Разіньков. К.: Паливода А.В., 2018. 352 с. С. 147-161.

20. Вордл Террі Сприяння особистісному збудуванню у формаційному консультуванні через зустрічі з Богом / Епллбі Девід, Олшледжер Джордж. Зустрічі, що змінюють життя / переклад з англ. О. Разіньков. К.: Паливода А.В., 2018. 352 с. С. 162-201.

21. Гаррен Гамільтон Джулі, Генрі Джей Філіп Сила Христа у трансформації небажаної гомосексуальної поведінки і потягу / Епллбі Девід, Олшледжер Джордж. Зустрічі, що змінюють життя / переклад з англ. О. Разіньков. К.: Паливода А.В., 2018. 352 с. С. 269-289.

22. Вордл Террі Сприяння особистісному збудуванню у формаційному консультуванні через зустрічі з Богом / Епллбі Девід, Олшледжер Джордж. Зустрічі, що змінюють життя / переклад з англ. О. Разіньков. К.: Паливода А.В., 2018. 352 с. С. 162-201.



MODERNÍ ASPEKTY VĚDY
Svazek LIX mezinárodní kolektivní monografie

23. Вордл Террі Сприяння особистісному збудуванню у формаційному консультиванні через зустрічі з Богом / Епллбі Девід, Олшледжер Джордж. Зустрічі, що змінюють життя / переклад з англ. О. Разіньков. К.: Паливода А.В., 2018. 352 с. С. 162-201.

24. Норккросс МакДональд Арліс, Джонстон Пола Христоцентрична візуалізація та ДПРО у зціленні травм / Епллбі Девід, Олшледжер Джордж. Зустрічі, що змінюють життя / переклад з англ. О. Разіньков. К.: Паливода А.В., 2018. 352 с. С.215-229.

25. Норккросс МакДональд Арліс, Джонстон Пола Христоцентрична візуалізація та ДПРО у зціленні травм / Епллбі Девід, Олшледжер Джордж. Зустрічі, що змінюють життя / переклад з англ. О. Разіньков. – К.: Паливода А.В., 2018. – 352 с. С.215-229.