**РЕЗЮМЕ КЛАСТЕРА**

**«ДУХОВНО ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ»**

**1)    Определение.**

Духовно ориентированная психотерапия (далее – ДОП) – это область психотерапии, рассматривающая человека в рамках четырехчастной биопсихосоциодуховной парадигмы и ориентированная на духовную составляющую как на главную и интегрирующую все остальные.

**2)    Сущность метода.**

Важнейшей целью ДОП является формирование человека как целостной духовной личности, гармонично существующей на всех уровнях бытия.

Содержанием духовно ориентированного подхода является специфическая эффективная форма воздействия на внутренний мир человека в целях обеспечения и сохранения его психического, физического, социального и духовного благополучия.

Миссией ДОП, ее приоритетом в сравнении с другими видами психотерапии, является укрепление психического здоровья за счет достижения духовного роста и личностного самосовершенствования человека.

Дополнительно к этому, духовно ориентированная психотерапия решает задачи по профилактике и терапии психических расстройств.

В настоящее время в науках о человеке происходит смена парадигмы. Трехчастная биопсихосоциальная парадигма, уходит в историю, уступая место четырехчастной биопсихосоциодуховной модели человека.

В биопсихосоциальной модели, описанной G.L. Engel, рассматривалась иерархическая структура, находящаяся в динамическом единстве постоянного изменения и взаимного влияния трех составляющих: биологической, личностной и социальной.

Новая четырехчастная парадигма – биопсихосоциодуховная сохраняет все достоинства предыдущей модели и развивает их дальше. В ней человек понимается как сложноорганизованное существо, в котором представлены четыре уровня бытия: биологический, психический, социальный и духовный. Эта модель дает возможность холистического подхода, который не только комплексно рассматривает объект, но и постулирует, что целое больше суммы своих частей, а при взаимодействии элементов в системе возникают новые качества или целостные свойства.

В психотерапии смена парадигмы была обусловлена тем, что в последнее время появилось значительное число клиентов без выраженных психических расстройств, соматически здоровых, успешных в социальном отношении. Их обращение к психотерапевту связано с проблемами в духовной сфере, такими как поиск смысла жизни, веры, собственного предназначения, желание самосовершенствоваться и другие. В связи с этим потребовалось новое понимание сущности человека, включающее духовный уровень.

Таким образом, четырехчастная биопсихосоциодуховная парадигма своевременно пришла в психотерапию, привнеся новое, более многогранное понимание человека и открывая возможности для новых практических подходов. Поэтому новый девиз психотерапии, сформулированный Президентом Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги В.В. Макаровым, звучит так: «Ab homine sapientis ad hominem spiritualium («От человека разумного к человеку духовному»).

Что же представляет из себя нововведенный четвертый элемент, обозначаемый как духовный?

В самом общем смысле, духовность являет собой совокупность проявлений духа в мире и человеке. Согласно толкового словаря Ушакова, стремлением к внутреннему совершенствованию, высоте духа называют «духовностью».

В философской литературе духовным обозначают высшую способность человека, благодаря которой возможно самоопределение личности. Близкое определение дается в психологических справочниках, где духовность рассматривается как высший уровень развития и саморегуляции зрелой личности, когда основными ориентирами ее жизнедеятельности становятся непреходящие человеческие ценности.

Гуманитарные науки обозначают духовность как объединяющие начала общества, выражаемые в виде моральных ценностей и сконцентрированные, как правило, в религиозных учениях и художественных образах искусства.

Социология определяет духовную сферу общества как область социальной жизни, содержание которой составляет объективная идеальная реальность как совокупность смыслов, знаний, ценностей, обнаруживающихся в деятельности общества и людей. По мнению социологов, духовная сфера общества включает в себя все формы общественного сознания – философию, религию, мораль, право, искусство, а также науку, идеологию, образование и воспитание во всех их многообразных проявлениях.

На протяжении всего своего существования человечество признавало существование духовной составляющей, рассматривая ее как наиболее высокий и организованный уровень человеческого бытия. В процессе самопознания человечество пришло также к выводу о ведущей силе духа и о целительности духовности.

Теперь пришла очередь психотерапии внести свою лепту в исследование духовной составляющей человека. Особая миссия психотерапии состоит в том, что кроме исследования, наша наука может обратить целительную силу духа на пользу человеку. В первую очередь дать возможность лечения и исцеления людям с разнообразными проблемами в психической и духовной сферах, а также осуществлять общую гармонизацию личности, благодаря воздействию на духовном уровне, являющимся ведущим и упорядочивающим все остальные. Кроме того, применение духовно ориентированного подхода дает возможность человеку идти по пути самосовершенствования к своему высшему состоянию, которое, в свою очередь, также находится в области духовности.

**3)    Теоретические основы.**

Истоки духовно ориентированной психотерапии уходят вглубь веков. Так во всех древних религиозных системах, в частности в восточных практиках, существовали техники, призванные помочь человеку духовными средствами  решить личностные проблемы. Не случайно многие направления психотерапии уже в ХХ веке обратились за помощью, опытом и  источником вдохновения к шаманским практикам. В разных аспектах вопросами духовности в западной психологии занимались такие психологи, как Уильям Джемс,  В. Дильтей, Э. Шпрангер (конец ХIХ - начала ХХ вв) и другие. Но духовно ориентированный подход в практическую психотерапию и психиатрию  впервые ввёл  К.Г. Юнг. К.Г. Юнг  большое внимание уделял анализу  традиций духовной культуры Запада и Востока, впервые ввёл понятие архетипических структур и  коллективного бессознательного. Юнг говорил об «архетипе духа», его роли в развитии личности. В психосинтезе Р. Ассаджоли понятие духовности связывалось с уровнем высшего бессознательного, являющегося источником интуиции и творческого вдохновения. Духовное пробуждение, по Ассаджоли, заключается в преодолении личного Я и слиянии его с духовным Я. Ориентировались на духовные ценности и основатели гуманистического подхода в психотерапии Д. Бьюдженталь,  К. Хорни, К. Роджерс и др.. А. Маслоу,  связывал духовность с высшими духовными бытийными ценностями и пиковыми переживаниями, характерными для самоактуализирующихся личностей. Он создал теорию метамотивации, в основе которой лежат высшие ценности, в том числе духовные.  В. Франкл рассматривал духовность как один из базовых «экзистенциалов» человеческого бытия, как высшее измерение человека. Франкл уделял особое внимание духовному бессознательному, посредством которого человек улавливает истинные смыслы. В дальнейшем вопросами духовности занимались многие известные ученые, в числе которых С. Гроф, Э. Минделл, К. Уилбер, М. Мерфи, Р. Уолш, А. ван Каам, Б. Хеллингер, и др.

Русская культура традиционно исследовала проблемы, лежащие на стыке духовности и психологии. В начале ХХ века некоторые учёные (В. Бехтерев, А. Яроцкий и др.) вплотную приблизились к созданию отечественного духовно ориентированного подхода в психологии. В конце ХХ века в отечественной психотерапии появились исследования, посвященные этой теме (А. Белкин, В.Макаров, М.Бурно, Б.Братусь и др.).

**4)    Применение. Показания к применению.**

Духовно ориентированная психотерапия может использоваться в следующих областях:

-Медицина:

Терапия пациентов с депрессивными, невротическими, стрессовыми, психосоматическими, личностными расстройствами, зависимостями;

В рамках психотерапии, психиатрии, наркологии, психосоматики, психопрофилактики и психогигиены и др.

-Психология:

Психологическое консультирование лиц, переживающих кризисы (духовные, возрастные, и др.; находящихся в неблагоприятных психосоциальных условиях);

В форме семинаров и тренингов по личностному и профессиональному росту, здоровому образу жизни, повышению стрессоустойчивости, коучингу.

-Образование:

Обучение методам духовно ориентированной психотерапии специалистов (врачи-психотерапевты, врачи-психиатры, медицинские психологи).

Научно-исследовательская, научно-публицистическая, просветительская деятельность.

**5)    Практические результаты.**

Результатом воздействия ДОП является реализация человека на духовном уровне, подразумевающая активную деятельность в выбранном направлении с определенными ориентирами в виде духовных ценностей. Активизация духовного уровня, являющегося самым организованным и ресурсным, ведет к упорядочиванию всех остальных уровней бытия. В результате достигается состояние физического, душевного и социального благополучия, что соответствует определению здоровья Всемирной организации здравоохранения. Благодаря терапевтическому эффекту духовно ориентированного подхода происходят устранение психопатологической симптоматики и предупреждение ее рецидивирования, а также осуществляется профилактика психических нарушений. Окончательным результатом духовно ориентированной психотерапии является выздоровление клиента и достижение им общей гармонии, здоровья и благополучия.