

УДК 364.62:27-726.3

## СПЕЦИФИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ХРИСТИАНСКИХ СВЯЩЕННОСЛУЖИТЕЛЕЙ

**Никольский Е.В., Смолин А.А.**

В статье с опорой на данные последних исследований в сфере психологии и православной антропологии изучается синдром эмоционального и профессионального выгорания и его проявление в среде современного духовенства Православной Церкви. Это состояние истощения, которое приводит к параличу душевных сил, чувств и сопровождается утратой радости по отношению к жизни и служению Богу. Распространению синдрома выгорания среди духовенства способствует наша эпоха – время достижений, потребления, нового материализма, развлечений и получения удовольствия от жизни, что входит в противоречие с традиционными христианскими ценностями. В статье предлагаются пути решения данной острой проблемы, которую стали изучать только в последние годы.

**Ключевые слова:** православное духовенство, синдром эмоционального выгорания, пастырское богословие, уныние, депрессия, богословское образование, призвание к священству, Патриарх Кирилл.

## THE SPECIFICITY OF EMOTIONAL AND PROFESSIONAL BURNOUT OF THE CHRISTIAN CLERGY

**Nikolsky E.V., Smolin O.O.**

Relying on the latest psychological research and Orthodox anthropology the article studies the syndrome of emotional and professional burnout and its manifestation among the clergy of the Orthodox Church nowadays. It is a state of exhaustion that leads to paralysis of mental strength, feelings and is accompanied by a loss of joy in relation to life and service to God. The spread of burnout among the clergy contributes to our era, the time of achievements, consumption, new materialism, fun and joy from life that is in direct contradiction to the traditional

Christian values. The article suggests the ways to solve this acute problem, which is being studied only in recent years.

**Keywords:** Orthodox clergy, burnout syndrome, pastoral theology, despondency, depression, theological education, calling to the priesthood, Patriarch Kirill.

Стрессы, которые современный человек испытывает на протяжении всей своей жизни и во всех сферах деятельности, часто приводят к выгоранию. Это выгорание может быть как эмоциональное, касающееся преимущественно личной сферы [24], так и профессиональное, связанное с отношением к работе. Профессиональное выгорание встречается у рабочих и интеллигентов (учителя и преподаватели [2; 4; 15; 16], врачи [18], работники социальной [6; 8; 14; 20; 27], правоохранительной и юридической отрасли [3; 7; 13]), а также в сфере служения, если речь идет о священниках [5; 9; 10; 17; 26], волонтерах и т.п.

Под синдромом профессионального выгорания понимается постепенное угасание положительного отношения к работе вплоть до полного ее отвращения, депрессии и (или) иных проявлений, которые значительно снижают качество жизни и способны привести, в том числе, к соматическим заболеваниям [21; 22]. При всем «многообразии определений "выгорания" – термина, введённого в 1974 г. американским психиатром Х.Дж. Фрейденбергом – в этом феномене выделяют три основных компонента: эмоциональное, а нередко и сопутствующее физическое истощение, которое приводит к невозможности отдаваться работе в прежней мере; деперсонализация, то есть исполнение своих обязанностей без внутреннего участия, или, напротив, с негативной эмоциональной реакцией, или "дегуманизация" общения; и последний, третий компонент – редукция личных достижений, или другими словами, угнетающее осознание собственной профессиональной некомпетентности» [5].

Эмоциональное выгорание отличается от стресса, одним из следствий которого оно является. Синдром эмоционального выгорания, или

переутомление, является продолжительной реакцией на факторы хронического профессионального, эмоционального и межличностного стресса. Особенно часто выгорание происходит у специалистов, вынужденных во время выполнения своих обязанностей тесно общаться с людьми. Данный синдром затрагивает очень целеустремлённых работников различных социальных сфер, а также священно и церковнослужителей.

Традиционными признаками эмоционального выгорания являются: 1) чувство безразличия, эмоционального истощения, изнеможения (человек не может отдаваться работе так, как это было прежде); 2) дегуманизация (развитие негативного отношения к своим коллегам и клиентам); 3) негативное профессиональное самовосприятие, иными словами, формируется ощущение собственной некомпетентности, недостатка профессионального мастерства [22; 25].

Ниже мы рассмотрим преломление этих общих факторов в среде православного духовенства. Очевидно, что в связи «с ускоряющимся ритмом современной жизни и огромными стрессовыми нагрузками, которые вызывают чувства эмоционального перенапряжения и истощения, священникам сегодня, так же как и многим специалистам, деятельность которых связана с помощью людям, приходится искать пути решения проблемы профессионального выгорания» [9, с. 101]. Отметим, что профессиональное выгорание во всех социально ориентированных профессиях возникает в результате внутреннего накапливания отрицательных эмоций без «разрядки» или «освобождения» от них. Профессиональному выгоранию больше подвержены сотрудники, испытывающие внутриличностный конфликт в связи с работой (или служением).

Все признаки синдрома выгорания можно разделить на три группы и соотнести их с вышеупомянутыми состояниями: физическим и моральным истощением, резко возникшими цинизмом и отрешенностью, комплексом неполноценности и неуспешности. Нередко такое выгорание сопровождается девиантным поведением, преступлениями против закона и совести, тяжкими

зависимостями (среди которых преобладают алкоголизм, наркомания, сексуальные пороки и так далее). Признаки усугубляются по мере накопления стресса. Профессиональное выгорание является настоящим бичом нашего времени. Это очень неприятный и опасный синдром, который сопровождается состоянием истощения – эмоционального, умственного и физического.

Неудивительно, «что и духовенство также попадает в эту "зону риска". В западной психологии феномен "выгорания" в среде духовенства последние десять лет активно изучается, проводятся статистические исследования, организуются особые институты для оказания психологической и духовной помощи пастырям, оказавшимся в таком непростом положении. Стефен Мьюз говорит даже об "эпидемии ухода с пастырского служения" и приводит цифру в 1500 пасторов, которые ежемесячно становятся жертвами "выгорания личности" среди всех христианских конфессий в США. Свойства личности, наиболее благоприятные для развития "выгорания", а именно перфекционизм, идеализм, ангажированность, потребность в социальном признании, готовность без остатка "раствориться" в работе – для хорошего священника являются обязательными чертами характера» [5].

Однако сам термин «профессиональное выгорание» для большинства священников, к какой бы Церкви (конфессии, юрисдикции) они не принадлежали, конечно же, может показаться циничным. Священство-пастырство, согласно Священному Писанию и церковным канонам, безусловно, не является профессией, как, например, плотник, повар, или даже врач. Вряд ли кому-нибудь придет в голову требовать, чтобы каменщик вел определенную высоконравственную жизнь, и, в случае, нарушения одного из внешних правил этой нравственной жизни, каменщику грозил бы запрет на профессиональную деятельность. Конечно, существуют этические кодексы врача, юриста, но они все касаются исключительно профессиональной деятельности и никак не затрагивают так называемую личную жизнь.

А в священстве, напротив, по слову апостола Павла, «образ будь верным делом, словом, житием» (1 Тим. 4:12). Существует масса канонических правил,

касающихся жизни и деятельности священника, никакой личной жизни у священника по определению быть не может – вся жизнь его как на ладони. С одной стороны, священник, «верующий в то, что он проповедует, предстоит перед Престолом, на котором находится Чаша, а в Святых Дарах есть Источник Жизни. Следовательно, тот, кто находится при Источнике, не может выгорать и жаждать. С другой стороны, в своем служении священник имеет дело с болезнями, смертью, душевной болью и отчаянием людей, что является сильным стрессором, способным вызывать состояние эмоционального выгорания» [9, с. 103], приводящее порой к нарушениям нравственных и социальных норм.

Подтверждением этому является череда бесконечных скандалов, слухов и сплетен, начиная от обсуждения роскошной жизни высшего духовенства, представители которого кроме канонических норм должны соблюдать еще и монашеские обеты, до приходских разговоров и сплетен о жизни батюшек.

Сами же «духовные лица указывают на следующие причины выгорания: чрезмерный уровень напряжения и объем работы, монотонность работы; вкладывание в работу больших личностных ресурсов; физическое изнеможение, недостаточный отдых или отсутствие нормального сна; работа без дальнейшего профессионального совершенствования; напряженность и конфликты в межличностных отношениях; недостаточная поддержка со стороны коллег; эмоциональная насыщенность или когнитивная сложность коммуникации и др.» [9, с. 105].

Замечено, что симптоматика профессионального выгорания может быть «инфекционной» и проявляться не только у отдельных сотрудников социальной структуры, в частности, служителей алтаря. Нередко встречается профессиональное выгорание целых организаций (в том числе и Церкви), которое проявляется в том, что у подавляющего большинства священников присутствует напряженное внутреннее эмоциональное состояние с одними и теми же симптомами, а также одни и те же формы отклоняющего поведения. В таких случаях заметно «стираются» индивидуальные различия между

пастырями, они становятся неестественно похожими и одинаковыми, как бы «на одно лицо». Пресвитеры становятся пессимистами, у которых нет веры в лучшее и возможность что-то изменить собственными усилиями.

Причинами профессионального выгорания духовенства выступают постоянные противоречия в стратегическом и тактическом руководстве Церковью, епархией, благочинием, приходом; чрезмерные, невыполнимые требования к пресвитерам; передача ответственности сотрудникам, не имеющим полномочий или необходимого опыта и квалификации; отсутствие объективных критериев для оценки результатов труда; неэффективная система мотивирования и стимулирования священнослужителей.

Симптомы профессионального выгорания в религиозных организациях состоят в следующем: неадекватно повышенная текучесть кадров (уход за штат или сокращение времени пребывания в храме и с прихожанами); сниженная мотивация к труду, слишком частые «чайные» и «обеденные» перерывы (более 30% от общего объема рабочего времени); профессиональная зависимость священников от руководителей в лице благочинных и архиереев, которая проявляется либо в повышенном и неадекватном критическом отношении к управлению, либо в чувстве беспомощности без активной помощи со стороны иерархии.

Собственное неблагополучное состояние, как отдельного священника, так и всей епархии и даже Церкви трудно, практически невозможно увидеть со стороны, поэтому отсутствуют условия для того, чтобы вовремя начать коррекционные и восстанавливающие мероприятия. А «специфическими признаками собственно религиозного выгорания являются ропот, сомнение в истинности веры, утрата смысла религиозных действий (обрядов) и законоположений, расцерковление и сомнение в бытии Бога и Его благодати» [9, с. 105].

Не стоит думать о том, что несоответствие публичным нравственным требованиям к духовенству, сформулированным в Священном Писании и канонах Церкви, является проблемой лишь современного секулярного

общества, которое и порождает то самое духовенство. В творениях святых отцов, например, Иоанна Златоуста, ярко описана безнравственная жизнь и пороки священников и епископов, рожденных и воспитанных в Византийской империи IV – начала V вв.

При рассмотрении положения в современной Русской Православной Церкви, отметим, что в последнее время с увеличением количества лет служения «у священников снижалась профессиональная мотивация, чаще проявлялось личностное отдаление и психоэмоциональное истощение. Такие состояния, как депрессия, чувство вины, снижение самооценки, страхи, апатия, агрессия, игнорирование своего участия в неудачах, подозрительность, конфликтность были более свойственны священнослужителям со стажем служения от 30 лет, чем их коллегам с меньшим стажем служения» [9, с. 105]. Обычно через 20 лет работы в школе у подавляющего числа педагогов наступает «эмоциональное выгорание», а к 40 годам педагогического пути эмоционально сгорают почти все учителя, и даже у начинающих педагогов показатель степени социальной адаптации ниже, чем у больных невротиками, что характеризуется несдержанностью, грубостью, неуверенностью, тревожностью.

Обычно и священники, и представители светских профессий зачастую не видят в тревожных симптомах профессионального выгорания признаков надвигающейся проблемы. Они продолжают ходить на работу, которая перестала быть интересной, и ничего не делают для того, чтобы исправить ситуацию. Основными причинами такого бездействия являются следующие: 1) человек не знает, чего он на самом деле хочет от жизни, что ему нравится и что доставляет ему удовольствие; 2) боязнь перемен: подавляющее большинство людей не любят перемен в жизни и очень боятся любых изменений, в том числе и в работе [24; 25].

Отметим, что есть общие причины эмоционального и профессионального выгорания у современного православного духовенства (стресс, истощение, физическая и душевная усталость, которая накапливается при неправильно организованной работе в течение длительного срока; недосыпание, отсутствие

поддержки со стороны родных и близких, неумение отдыхать, расслабляться). Часто причиной данного состояния могут стать травмы, главным образом, психологические. Здесь мы не наблюдаем большой разницы между представителями духовенства и иными социально-коммуникативными сферами.

Но есть и специфические причины. Рассмотрим их детальнее. Проблема несоответствия нравственного уровня духовенства тем требованиям, которые Церковь декларирует в обществе, была и будет всегда. Никогда общество, в большинстве своем, не будет рассматривать священника, оценивая исключительно его профессиональные качества. Прихожане будут говорить не только о том, что, например, *приходской священник отец N* такой замечательный духовник, но и о том, на каких курортах этот батюшка отдыхает, в каком доме живет, на какой машине ездит и в какой компании его видели в дорогом ресторане.

В ответ на это Церковь устами своих апологетов и богословов всегда, как и в первом тысячелетии (вспомним «Шесть слов о священстве» святителя Иоанна Златоуста), так и во втором и третьем (например, труды о папстве митрополита Антония (Храповицкого), его ученика архимандрита Киприана (Керна), многочисленные выступления митрополита Антония Сурожского), говорит, что все мы люди, все мы больны, повреждены грехом, и блеск митры или орлец под ногами – это свидетельство не столько высоты духовной жизни пастыря, сколько указание на высоту осуществляемого им священнического служения.

Конечно, подобные ситуации свидетельствуют не только о нравственных проблемах духовенства, но и о моральных проблемах прихожан. Духовные проблемы священников и мирян вообще не стоит разделять: священники тоже когда-то были мирянами, часто весьма юными они приняли решение или согласились с решением родителей поступить в конфессиональное учебное заведение. Для понимания проблемы профессионального выгорания

духовенства, имеет смысл рассмотреть основные психологические проблемы, возникающие в духовных школах.

Какую же оценку духовным школам дает церковное священноначалие? Здесь мы приведем слова Святейшего Патриарха Кирилла о проблемах духовных школ, отметим сугубо, что эти проблемы являются универсальными для всех: «кого мы готовим о духовных школах – сегодня мы часто готовим бизнесменов, менеджеров, которые после семинарии уходят и занимаются светской работой». И поэтому пренебрежительное «отношение к богословскому образованию (не декларируемое – никто не говорит, что это не нужно – а внутреннее: "Главное сейчас батюшек иметь достаточно, образование – это потом") – вот это внутреннее презрительное отношение к богословию как одному из обязательств правящего архиерея надо пересматривать, потому что от уровня нашего богословского образования, от того, что есть богословское образование, зависит, в конце концов, сама передача Священного Предания Церкви»[12].

Но проблема не ограничивается только количеством духовенства. Еще один крайне актуальный момент, по мнению Патриарха Кирилла, это – качество подготовки священнослужителей: «Мы все с вами помним старый бурсацкий аргумент: "А зачем мне учить иностранный язык? Что я, на английском языке с бабками в церкви разговаривать буду?" Конкретно я сталкивался с этим аргументом очень часто в разных вариациях. Мы понимаем, что дело здесь, конечно, не в английском. На месте языков может оказаться и патрология, и история Церкви, и даже Священное Писание. Никогда не забуду, как я, будучи еще архимандритом, имел разговор с одним архиепископом, который в тот момент уже был на покое, но до того был постоянным членом Священного Синода, человеком очень влиятельным в нашей Церкви, не буду его имя называть. Он был глубоко убежден, что вообще не нужно никакого богословского образования, он сам его не имел. И говорил мне: "Вы там академию кончаете, а я вот сейчас выйду и на любую тему вам проповедь произнесу"... И очень хвалился тем, что может произнести проповедь на

любую тему экспромтом» [12]. В сознании этого неназванного владыки богословское образование было просто ненужным, может быть, даже вредным делом. К сожалению, есть и ныне такие архиереи, но несомненно, что для многих из них повседневная забота о епархии, о приходах нередко оттесняет на второй план попечение о духовной школе.

При таком подходе кандидату в священный сан не нужно ничего, кроме минимума литургических навыков. Вот мы и получаем в итоге требоисполнителя, зачастую, с очень широким карманом. Потому что такое требоисправление, оторванное от Предания, да и от благочестия, превращается просто в предоставление религиозных услуг за соответствующую плату. Но самое печальное то, что этот «идеал» возникает у горе-семинариста не на пустом месте – он видит определенные подтверждения своей концепции в церковной практике. Такой «идеал» священника смертельно опасен для Церкви. Зачем требоисполнителю-наемнику социальная работа? Зачем миссия? Зачем образование? Зачем жертвенное служение людям? Да, в конце концов, даже жертвенное служение Богу?

Но не провоцируют ли сами иерархи такое нигилистическое отношение к духовному образованию тем, что рукополагают людей без духовного образования, либо с горем пополам отучившихся в семинарии год-другой, или принимая в семинарии и училища людей без всяких способностей к систематическому образованию?

Оправдывается такой подход банальной нехваткой духовенства. Скорее всего, можно было так ясно и определенно говорить на эту тему лет десять-пятнадцать назад, когда в Церкви был острый кадровый кризис. Сейчас острого кризиса нет, поэтому стоит переходить от количества духовенства на приходах к качеству его подготовки.

Однако зачастую решение о посвящении в священный сан диктуется той же нехваткой: пусть *кандидат в священники N* плохо образован, некультурен, но вроде как человек верующий, активный прихожанин, почему бы ему

священником не стать? Благочестие и культура, вера и образование – это не альтернативы, вот что нужно понять.

Нельзя культуру противопоставлять благочестию, а веру нельзя противопоставлять образованию. Это противопоставление недопустимо. Вера, церковность, благочестие – это абсолютно необходимые требования. У будущего священника должны быть еще и соответствующие душевные, интеллектуальные и даже физические качества. Речь не идет о том, что мы должны предпочитать благочестию образование и способности. Абитуриент должен обладать и тем, и другим. Если мы будем брать в семинарии троечников, посредственность, или даже двоечников, людей с психическими отклонениями, то миссия Церкви будет провалена, эти люди будут неспособны обращаться к Церкви и Богу сердца современных людей.

А несоответствия уровня образования и самоидентификация как сугубо требоисполнителя – это именно то, что в реальности приводит к выгоранию, разочарованию в пастырском служении. То есть, именно через эти обстоятельства реализуются те общие факторы описанного американским психиатром Гербертом Фрейденбергером синдрома в профессиональной, или точнее, конфессиональной группе российского духовенства.

Поэтому нам далее необходимо рассмотреть специфику социального контекста данной проблемы. Иначе Церковь снова останется Церковью для малообразованных людей, для тех самых бабушек, которым ни английский язык, ни патрология не нужны. Так Церковь никогда не выйдет за пределы своей ограды, а сегодня важнейшая задача заключается в том, чтобы Церковь стала Церковью всего народа.

Вот что говорит Патриарх Кирилл об имеющихся среди православного духовенства недостатках, в частности, о профессиональном выгорании: «Это сложная тема. Я размышлял над ней, и не только в отношении социальных работников, даже в отношении некоторых священников, которые теряют энтузиазм через какое-то время, особенно сталкиваясь со скромными материальными возможностями для своей жизни, иногда под влиянием семьи,

когда говорят: "Смотрите, как сосед живет, а мы тут в нищете" ... Думаю, чтобы не выгорать, не нужно очень сильно и ярко гореть. Я вспоминаю своего духовного отца, митрополита Никодима, который говорил, что есть две возможности освещать пространство: вспыхнуть как лампочка, на которую подают высокое напряжение, и тут же потухнуть. Или гореть, не очень ярко, но долго. К сожалению, сам он пошел по первому пути, как вы знаете, и умер в 47 лет именно от шестого инфаркта, находясь на рубеже церковно-государственных отношений, защищая нашу Церковь от всех внешних тогдашних неприятностей» [11].

Для того чтобы трезво оценить психологические проблемы духовенства и следующие за ними кризис и выгорание, необходимо рассмотреть основные психотипы абитуриентов духовных учебных заведений и дальнейшую их трансформацию при обучении и последующем служении Церкви. Имеет смысл говорить о проблемах по большей части белого приходского духовенства.

Конечно, психологические расстройства, профессиональное выгорание, а зачастую и полная профнепригодность части духовенства оказывают колоссальное влияние, как на материальную, так и на духовную жизнь приходского духовенства. Но для обсуждения психологических проблем духовенства необходима воля и желание самих архиереев эти проблемы решить. Пациент может начать лечиться только тогда, когда он сам этого желает, ведь «не требуют здравые врача, но болящие» (Мф. 5:17). Епископат, в большинстве своем, к сожалению, никаких проблем, будто бы не наблюдает.

Приходя в стены духовной школы, молодой человек психологически и духовно несет в себе печать воспитания не только той семьи, в которой он вырос, но и социума, который его окружает. Здесь нельзя не вспомнить о Патриархе Кирилле, выросшем в семье священника, но при этом, бывшим типичным советским юношей. По признанию самого Патриарха, в то время, когда большинство советских людей строило коммунизм, а в Церкви был тяжелейший период гонений, он как и все советские юноши и девушки, воодушевленный героями того времени – геологами, физиками, космонавтами,

учеными, собирался поступать на факультет физики Ленинградского университета. Но непосредственный начальник его отца, митрополит Никодим (Ротов), пожелал поговорить со способным мечтательным юношей Володей Гундяевым, и, наверное, в разговоре употребил столь серьезные аргументы, что убедил его вместо карьеры физика избрать служение Церкви и поступить в духовную семинарию.

Возвращаясь в наши дни, снова приведем цитату из речи Патриарха Кирилла о духовных школах: «Духовное образование немыслимо без церковной науки, без богословия, без церковной мысли, без серьезных научно-методических трудов. А почему, собственно говоря? Да потому, что без богословия мы можем начать передавать, по слову апостола Павла, бабьи басни (1 Тим. 4:7) вместо подлинного церковного Предания. Ведь так же и происходит, когда бабьи басни становятся частью местного предания и не отсекаются, потому что нет способности отсечь одно от другого, отделить одно от другого. На этой почве и рождаются ереси и расколы, когда бабьи басни становятся в сознании людей частью предания, когда они поставляются в центр Благовестия. Мы постоянно говорим в наших духовных школах о послушании. Но не стоит ли за этим скрытое желание получить всецело послушных и запуганных людей, неспособных возразить начальству ни в какой ситуации? Не прививаем ли мы одновременно с послушанием низкопоклонство, человекоугодие и лицемерие? Может ли такой человек быть духовно свободным и ответственным пастырем, вождем своей паствы? Мы с вами слишком хорошо знаем, как зачастую за благообразным внешним фасадом скрывается лицемерие, притворство и цинизм» [12].

Здесь Патриарх Кирилл свидетельствует о крайне серьезных духовных и психологических проблемах, с которыми сталкиваются студенты духовных школ, но необходимо говорить о том, какова мотивация абитуриентов духовных учебных заведений. Имеет смысл требовать от поступающих в духовную семинарию не только справку, зачастую формальную, от участкового психиатра, но и пройти во время вступительных испытаний обязательное

собеседование с психологом. Ведь сейчас подготовлено достаточно вполне квалифицированных православных психологов, которые могли бы работать со многими психологическими проблемами, как абитуриентов, так и студентов многих духовных учебных заведений. Молодые люди, получая духовное образование и становясь священниками, часто имеют еще большее количество психологических проблем, чем до поступления в учебное заведение. А недостаточность образования и моральная неподготовленность к пастырскому служению становятся факторами, очень скоро приводящими к религиозному формализму и профессиональному выгоранию.

Среди громадного количества психологических отклонений, вызванных описанными выше причинами, есть еще и проблема так называемого младостарчества [23]. Вот, что говорил по этому поводу митрополит Антоний Сурожский: «подчас молодые люди, выходящие из богословских школ, воображают, будто рукоположение наделило их и умом, и опытностью, и "различением духов", и делаются тем, что в аскетической литературе называли "младостарцами"; то есть, не обладая еще духовной зрелостью, не обладая еще даже тем знанием, которое дает просто личный опыт, они думают, что их научили всему, что может им помочь взять кающегося грешника за руку и повести от земли на небо. И, к сожалению, это случается слишком часто, и во всех странах: молодой священник, в силу своего священства, но не потому, что он духовно опытен, и не потому, что Бог его к этому привел, начинается руководить своими духовными детьми "указами": этого ты не делай; это ты делай; такую-то литературу не читай; в церковь ходи; отбивай поклоны... И в результате получается некая карикатура духовной жизни у его жертв, которые делают всё, что, может быть, и делали подвижники, – но те-то делали это из духовного опыта, а не потому что они дрессированные животные. А для духовника – катастрофа, потому что он вторгается в такую область, в которую у него нет ни права, ни опыта вторгаться» [1, с. 244].

Заметим, что младостарчество – далеко не единственная кричащая психологическая проблема в жизни современного духовенства, могущая

привести к эмоциональному и профессиональному выгоранию. К сожалению, священники далеко не всегда являются носителями духовных истин, защищенными от психологических травм, комплексов, посттравматического стрессового расстройства (тяжёлое психическое состояние, которое возникает в результате единичной или повторяющихся психотравмирующих ситуаций, как, например, участие в военных действиях, тяжёлая физическая травма), а часто и психических болезней разной этиологии.

Между тем, эта проблема освещалась в пастырском богословии XX века. Так архимандрит Киприан (Керн) в одной из своих книг среди пастырских искушений подробно описывает, что собой представляет такой кризис: «Притупление интереса к своей работе, иногда происходящее от неудач и от косности среды, может привести к тому, что пастырь, в особенности, если он чрезмерно надеялся на свои собственные силы, сложит руки, духовно захиреет, впадет в уныние и безнадежное отношение к своему служению. Появляется тогда нежелание молиться, избегание служения литургии, потеря интереса к духовной жизни – и все это часто объясняется разными благовидными причинами нездоровья, усталости и проч. Почти незаметно подкрадывается известное в аскетике "окамененное нечувствие". Когда-то ярко горевший огонь ревности потух. Священник становится тогда формалистом, чиновником, только отбывающим номер, "отслуживающим", "отчитывающим", "отпевающим" и вообще отделяющимся от скучной работы. У такого утомленного, разочарованного, унывающего пастыря очень часто рождается противление Уставу, церковной традиции, иерархии ценностей, аскетике: "Все это устарело, все это уже не для нас, надо многое пересмотреть и реформировать" и т.д. Вместо того чтобы самому равняться на требования церковного строя, пастырь в таком состоянии хочет измерять церковность своим настроением и принижать церковные установления по своей лени и нерадению. Если же пастырь в своей молодости особенно сильно полагался на свое "призвание" или по своей природе подвержен скорым очарованиям и разочарованиям, то при такой духовной депрессии он близок к отчаянию и

может даже совершенно оттолкнуться от того, чему он прежде поклонялся. Это может привести к снятию сана и духовной смерти» [10, с.134].

Современный церковный писатель протоиерей Павел Великанов предлагает несколько сомнительную трактовку и решение данной проблемы: «Если посмотреть на феномен "выгорания" глазами святых отцов, мы получим более чем интересную картину. Прежде всего, признаки "выгорания" почти во всём повторяют признаки уныния... Другим общим местом "выгорания" и уныния является "минимализм": в отношении профессиональной деятельности он представляет собой формальное отношение к своим обязанностям, а при пастырском кризисе – сокращение молитвенного делания до предела или же вообще полное оставление келейного правила и вообще сведение до минимума исполнения церковных установлений» [5]. Наблюдение, безусловно, интересное, но на наш взгляд, тут наблюдается постмодернистское смещение двух антропологических подходов: старого византийского (аскетического) и нового медицинского. Мы не стали бы квалифицировать выгорание как уныние и врачевать его исключительно аскетическими методами времен Византийской империи. Природа выгорания и греха уныния различна, также как глубоко различны между собой страсть и болезнь.

На западе же, к примеру, в протестантских церквях, где духовенство, конечно же, не обладает столь громадной духовной мощью и духовной броней как в Православии, психологическая работа и коррекция с пасторами является делом обычным. Вот интересная статистика, приведенная на Первом психологическом симпозиуме, посвященном теме «Глобальное значение психологического здоровья и роль Церкви»:

- 13-15% пасторов находятся в процессе развода;
- 25 % пасторов не имеют никого, к кому бы они могли обратиться, когда переживают проблему в семье или свою личную проблему;
- 33% жён пасторов заявляют, что основной источник конфликтов в семье – это служение (работа) их мужа;

- 33% пасторов чувствуют переутомление на протяжении первых 5-ти лет своего служения;
- 40% пасторов и 47% их супруг страдают от переутомления, напряженных расписаний и нереалистичных ожиданий;
- 45% пасторов говорят о том, что они пережили депрессию в своей жизни или переживают, что им нужно на какое-то время уйти из служения;
- 56% жён пасторов говорят о том, что у них нет близких друзей;
- 57% пасторов говорят о том, что они ушли бы на другую работу, если бы у них была такая возможность;
- 1000-1500 пасторов уходят из служения каждый месяц либо из-за переутомления, либо из-за конфликта, либо из-за каких-то нравственных проблем [26].

Если провести подобную объективную оценку психологического состояния православного духовенства на постсоветском пространстве, то результаты будут не более обнадеживающими.

Страдающих синдромом эмоционального выгорания молодых священников много: они не всегда приспособлены к церковной жизни, порой они не устанавливают себе никаких границ, а их непосредственное руководство в силу ряда причин не препятствует им в этом. Что же касается пресвитеров в возрасте, страдающих синдромом эмоционального выгорания (а таких, как мы уже отмечали выше, больше), то в их жизни добавляется особенно важное чувство ответственности, имеющее отношение к уровню материального комфорта, который они должны предоставлять своей значительной возросшей семье. Таким клирикам тем более рекомендуется особый психотерапевтический подход с целью оказания им комплексной психологической помощи.

Вообще, работа с синдромом выгорания начинается с разгрузки. Для священников нужно уменьшить цейтнот, разделить ответственность и полномочия, ставить реалистичные цели, критически рассматривать те ожидания, которые не сразу и не всегда воплощаются в реальность. Это большая тема для отдельного исследования. Ведь здесь мы действительно

наталкиваемся на очень глубокие структуры экзистенции, где идет речь о позиции духовенства по отношению к жизни. Если синдром выгорания имеет уже гораздо более выраженную форму, то такого клирика следует отправить больничный, дать ему физически отдохнуть, обратиться к врачу, при более легких расстройствах полезно лечение в санатории.

Но проблема в том, что многие священнослужители, имеющие синдром профессионального выгорания, не могут себе «разрешить поболеть». Батюшка уходит на больничный, но так же продолжает предъявлять к себе чрезмерные требования и, таким образом, не может преодолеть стресс. Многие пресвитеры страдают от угрызений совести, что усиливает выгорание. Конечно, кратковременно могут помочь медикаменты, но они не представляют собой решение проблемы, а лишь временно ослабляют ее проявление.

Исходя из вышесказанного, следует сделать вывод, что психологическое и медицинское образование для православного духовенства является не менее необходимым и важным, чем литургия или патрология. Такое образование нужно для правильного и своевременного оказания помощи священникам в условиях синдрома профессионального выгорания. Очевидно, что православное духовенство нуждается в постоянной психоаналитической супервизии, что может являться залогом оздоровления религиозно-нравственной ситуации в современной Православной Церкви.

### **Список литературы:**

1. Антоний (Блум), митрополит. О встрече. СПб: Сатисъ, 1994. 262 с.
2. Буртовая Н.Б. Личностные и профессиональные предпосылки формирования эмоционального выгорания у преподавателей высшей школы // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2010. № 12. С. 141-148.
3. Бухтояров О.В., Самарин Д.М., Чванова Ю.О. Эмоциональное выгорание у сотрудников уголовно-исполнительной системы России // Вопросы психологии. 2015. № 4. С. 92-101.

4. Быкова Е. Ю. Социальная апатия российских учителей: к проблеме определения условий и причин возникновения // *Философия образования*. 2016. № 5 (68). С. 92-105.

5. Великанов П., прот. Кризис пастырского служения и синдром профессионального выгорания [Электронный ресурс] // *Православие и мир* [сайт]. 17.11.2010. URL: <http://bit.ly/2URLgry> (дата обращения 23.02.2019).

6. Волосатова Е.Б. Проблемы «профессионального выгорания» в фитнес-индустрии // *Вестник спортивной науки*. 2010. № 6. С. 71-72.

7. Гурьева М.В. Профессиональное выгорание сотрудников ОВД // *Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России*. 2011. №3 (51). С. 175-180.

8. Демидова Л. Эмоциональное выгорание: правила борьбы // *Справочник по управлению персоналом*. 2016. № 1. С.47-52.

9. Кезикова И.З., Хомяков А.Г. Эмоциональное выгорание священнослужителей Русской Православной Церкви // *Новое в психолого-педагогических исследованиях*. 2017. № 2. С. 101-108.

10. Киприан (Керн), архим. Православное пастырское служение. Клин: Фонд «Христианская жизнь», 2002. 336 с.

11. Кирилл (Гундяев), Патриарх. Мода на пьянство в элите ушла. Слава Богу! [Электронный ресурс] // *Комсомольская правда* [сайт]. 03.09 2015. URL: <http://bit.ly/2VjhwRr> (дата обращения 23.02.2019).

12. Кирилл (Гундяев), Патриарх. Доклад Святейшего Патриарха Кирилла на совещании ректоров духовных учебных заведений Русской Православной Церкви [Электронный ресурс] // *Патриархия.Ru* [сайт]. 14.11.2009. URL: <http://bit.ly/2YKi052> (дата обращения 23.02.2019).

13. Кулакова С.В. Супервизорская помощь психологам уголовно-исполнительной системы как одно из основных направлений профилактики профессионального выгорания // *Уголовно-исполнительная система: право, экономика, управление*. 2017. № 1. С. 30-31.

14. Лотова И.П. Синдром «эмоциональное сгорание» у специалистов учреждений социального обслуживания: причины возникновения, проявления, профилактика и психокоррекция // Отечественный журнал социальной работы, 2018. № 1. С. 188-197.

15. Матвеева Т.Н. Проблема профессионального выгорания преподавателей высших учебных заведений // Перспективы науки и образования. 2013. № 6. С. 124-127.

16. Неруш Т. Г. Профессиональное выгорание как специфическая форма профессиональных деструкций // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Философия. Психология. Педагогика. 2012. Т. 12. № 3. С. 83-87.

17. Никитский М.В., Никитская Е.А. Формы и средства религиозного (православного) воспитания в реалиях современной социально-педагогической практики // Вестник Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета. Серия 4: Педагогика. Психология. 2014. № 1 (32). С. 15-24.

18. Огнерубов Н.А. Синдром эмоционального выгорания у врачей // Вестник Тамбовского университета. Серия: Естественные и технические науки. 2013. Т. 18. № 4-1. С. 1337-1341.

19. Павлушков А.Р. Проблема изучения правонарушений православного духовенства в отечественной историографии // Вестник Северного (Арктического) федерального университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки. 2014. № 2. С. 13-20.

20. Попова Н.А. Проблема профилактики эмоционального выгорания социальных работников // Научно-исследовательские публикации. 2014. № 6 (10). С. 84-88.

21. Смирнова И.Е. Оценка и критерии профессионального выгорания // Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров. 2014. № 3 (20). С. 43-47.

22. Смирнова И.Е. Социально-психологический климат и эмоциональное выгорание // Армия и общество. 2013. № 5 (37). С. 76-79.

23. Соколов В., свящ. Младостарчество и православная традиция: сб. ст. М.: Паломник, 2005. 252 с.
24. Теперик Р.Ф. Профессиональные синдромы сгорания: как не сгореть на работе // Психология для руководителя. 2008. № 2. С. 66-68.
25. Фонталова Н.С. Стресс в профессиональной деятельности и его психолого-экономические последствия // Известия Иркутской государственной экономической академии. 2011. № 3. С. 179-182.
26. Халанский В. Психологическое здоровье: как помочь пастырю и его прихожанам? // Богословский клуб во имя святого Максима Исповедника. 02.07.2015 [сайт]. URL: <http://bit.ly/2UBcjIf> (дата обращения 23.02.2019).
27. Шац И.К. Психологические аспекты профессионального выгорания педагогов // Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. 2013. № 3. С. 49-57.

**Сведения об авторах:**

Никольский Евгений Владимирович – доктор филологических наук, доктор богословских наук, профессор, Ученый секретарь Научно-экспертного совета Института современных гуманитарных исследований (Москва, Россия).

Смолин Александр Александрович – протоиерей, доктор богословских наук, профессор Карпатского университета имени Августина Волошина (Ужгород, Украина).

**Data about the authors:**

Nikolsky Evgeny Vladimirovich – Doctor of Philological Sciences, Doctor of Theological Sciences, Professor, Scientific Expert Council Secretary of the Institute of Modern Humanitarian Researches (Moscow, Russia).

Smolin Oleksandr Oleksandrovych – Archpriest, Doctor of Theological Sciences, Professor of Carpathian University named after Augustin Voloshin (Uzhhorod, Ukraine).

**E-mail:** Eugenius-08@yandex.ru.

**E-mail:** tiger.fox@ukr.net.