

## Особенности душепопечительской помощи в прямом эфире на радио

В наш стремительный век скоростей и технологизации общества услуги психолога консультанта становятся все более востребованными. Не удивительно, что консультации по радио, когда в прямом эфире задается вопрос и психолог отвечает на него, становятся все более популярны среди населения. Кто-то рассматривает такие радиоконсультации исключительно как коммерческое шоу, но есть и другая точка зрения, что СМИ может занять достойное положение и в психологической и духовной помощи людям в их конкретных жизненных ситуациях. Особенное положение в контексте душепопечительской помощи играют христианские СМИ, потому что люди, которые слушают христианские радиопрограммы, уже готовы к тому, что любые вопросы освещаются с позиции Священного Писания, то есть Библия является безоговорочным авторитетом в любой, даже самой «современной» проблемной ситуации.

Начнем с того, что такие беседы в эфире обязательно должны включать в себя пять основных компонентов:

1. Когнитивный (информационный) компонент, когда удовлетворяется потребность в приобретении недостающей информации по поводу назревшей проблемы.
2. Рефлексивный компонент (самоанализ), когда полученную информацию человек пропускает через себя, отслеживая спорные и «горячие точки» в своей жизни, анализирует их. Проводя ежедневные часовые консультации в прямом эфире, мы получаем много откликов радиослушателей, которые получили ответы на собственные вопросы, прослушав то, как другие люди в эфире делились своими сложными ситуациями с ведущим во время совместного поиска решения.
3. Мотивационный компонент, когда человек обретает мотивацию к действиям, чтобы изменить что-то в своем мышлении, поведении и отношении к себе и к окружающей действительности. Наша позиция заключается именно в этом: человек **сам** принимает решения по поводу своих действий, причем это решение во многом зависит от количества и качества информации.
4. Поведенческий компонент, когда структурируются возможные модели поведения в кризисных ситуациях, по поводу которых был сделан запрос. Профессор В.В.Рыжов описывает в своих трудах четыре уровня со-бытийности каждой личности: со-бытие с другим человеком, со-бытие с самим собой, со своим подлинным «Я», со-бытие с

социумом, человечеством, как выражение способности «соприсутствовать иной данности» (В.Франкл), со-бытие с Богом, как единство предельными, конечными ценностями бытия.

Это последнее со-бытие мы выводим в отдельный компонент:

5. Духовно-нравственный компонент, который имеет дело с мировоззрением человека, с таким понятием, как понимание смысла жизни, обращенность к высшим и вечным ценностям бытия, ставшим или становящимся для личности ее естественными атрибутами. Данный компонент напрямую зависит от мировоззрения самого психолога, ведущего эфир к которому направлен запрос. «Все люди, независимо от того, знают они об этом, или нет, желают этого или не желают, связаны друг с другом всеобщей взаимной связью в добре и зле. Эта связь налагает на них известные, неотменимые взаимные обязательства и подчиняет их определенным духовным правилам.»

(И.А.Ильин).

Именно этот компонент является решающим при консультировании. Люди, обращающиеся за помощью, должны знать мировоззрение специалиста для того, чтобы сразу определить для себя, доверяют ли они ему. Это тем более важно при обращении в условиях ограниченности во времени (средняя консультация в прямом эфире длится 7-10 минут).

Конечно же, в консультации в прямом эфире есть своя специфика.

Первое: обязательная четкая мировоззренческая позиция психолога. Я, как специалист, стою на христианских духовно-нравственных принципах. То есть люди, которые звонят в прямой эфир, знают, например, что я никогда не посоветую завести любовника (чтобы отомстить мужу), попробовать секс до брака (если нет возможности пожениться), сделать аборт (если ребенок нежелателен по финансовым соображениям) и т.д.

Второе: ограниченность во времени не предполагает долгой беседы для установления контакта. Предполагается, что позвонивший в эфир человек уже знаком со мной, как с психологом - по моим беседам в прямом эфире с другими радиослушателями, то есть открытость предполагается изначально. Я открыта для беседы, человек открыт для высказывания собственной проблемы.

Третье. В прямом эфире важно задавать четкие и конкретные вопросы по поводу возникшей ситуации, ее истоков и воздействия. Вопросы могут быть закрытыми (требующими ответа Да-Нет) и открытыми – с просьбой прояснить какую-то деталь.

Но – помня об ограниченности во времени, важно формулировать эти вопросы достаточно четко и конкретно.

Четвертое. Ограниченность во времени предполагает вычленение конкретной проблемы. Радиослушатели привыкают к тому, что спустя одну-две минуты нашего разговора по поводу проблемы, я спрашиваю: «И так, каков ваш вопрос?» Если ситуация слишком запутанна, то я формулирую свою мысль так: «Какой вопрос на сегодняшний момент для вас наиболее актуален?»

Пятое. Пробиваться к психологической правде обратившегося человека приходится более радикальными методами, нежели в частной беседе. Особенно это касается запросов на почве неврастенической проекции собственных проблем на окружающих. Например: «Я пью, потому что у меня жена гуляет». В данном случае допустимо высказать радикальность своей позиции. *«Вы не правы. Мужчина САМ отвечает за свои действия. Вот и отвечайте. Зачем вам это надо – напиваться?»* Или: *«Я не хочу играть с вами в кошки-мышки. Меня не надо обманывать».* Или: *«Я – не свободные уши, чтобы выслушивать в эфире сказки и мифы. Предлагаю вам честный разговор».*

Шестое. Четко разграничивать запрос. Если высказывается собственное мнение по поводу своей проблемы, нужно просто поблагодарить за него и – высказать свое. Если высказывается свое решение с просьбой одобрить его или отвергнуть, значит, это и нужно сделать. Если формулируется вопрос, вычленить его из общей массы информации.

Седьмое. Психолог, работающий в прямом эфире, обязательно должен готовиться к этому эфиру: иметь массу заготовок в виде газетных статей, истории из жизни интересных людей, цитаты из литературы, из Библии, высказывания известных людей. Эти заготовки должны быть лаконичны, жизненны и проблемны. Они необходимы как когнитивный, рефлексивный и мотивационный компонент для работы с запросами радиослушателей.

Приведу небольшую иллюстрацию по этому поводу. Есть потрясающая книга под названием «Белое на черном» Ее автор – Рубен Давид Гонсалес Гальего. Он – русский испанец, который остался сиротой при живых родителях и провел первую половину своей жизни в детдоме для инвалидов. Однажды в эфире я привела несколько строк из этой книги для женщины, которая звонила с вопросом о том, стоит ли ей отдавать своих детей в интернат, потому что у нее не хватает денег. Я прочитала такие строки: *«Первое воспоминание: Я один, маленький, лежу в манеже. Кричу. Никто не подходит. Кричу долго. Никого. Взрослые приходят по расписанию. Когда приходят, кричат на меня, кормят. Я люблю взрослых, а они меня – нет. Пусть кричат, пусть перекладывают на неудобную кушетку. Мне все равно. Хочется, чтобы кто-нибудь пришел».* В голосе женщины, которую я консультировала в прямом эфире,

послышались слезы. «Спасибо. Я все поняла». И сразу же раздался звонок от другой радиослушательницы, которая сказала: «Благодарю вас. Вы ответили на вопрос, который последний месяц тревожит меня и моего мужа: стоит ли нам усыновлять двухлетнего малыша, оставшегося после того, как в автокатастрофе погибли его родители-наркоманы, моя сестра с сожителем. Врачи ставят ребенку очень неутешительный диагноз, но теперь я точно знаю, что этот малыш будет нашим!» Это - пример рефлексии, и мотивации к действию, которые произошли на основе услышанной информации и духовно-нравственных христианских принципов.

Еще несколько примеров консультаций:

Ответ на сообщение, которое пришло на наш пейджер:

*« Меня зовут Елена. Я в разводе уже 5 лет. Мой муж пил, издевался над детьми, а потом ушел к своей сожительнице. А мой сын собирается жениться, но он не хочет приглашать своего отца, моего бывшего мужа, на свою свадьбу. Говорит, что не хочет иметь ничего общего с этим чудовищем. При этом утверждает, что не держит на отца зла, но просто не хочет, чтобы он имел что-то общее с его семьей. Но ведь мы только своим терпением и прощением можем показать ему христианскую любовь. Как мне убедить своего сына пригласить отца?»*

НАДЕЖДА. Елена, вам не понравится то, что я вам сейчас скажу. А я скажу, что вы – еще большее чудовище, нежели ваш бывший супруг. Вы позволяли ему издеваться над вашими детьми, избивать их, прикрываясь при этом христианскими добродетелями. Вы превратили себя в боксерскую грушу. Это – ваш выбор. Но вы не оставили выбора своим детям и сделали из них таких же жертв того, кого вы выбрали себе в мужа. Вы не имели никакого права держать своих детей в ситуации, опасной для их жизни, и не сопротивляться пороку! Ваш муж поступал порочно в состоянии алкогольного опьянения, а вы – будучи в здравом уме и рассудке. Сейчас вам надо думать не о христианском терпении к своему мужу, а о *собственной* вине перед своими детьми! СРОЧНО! Идите и просите у них прощения за то, что вы не были им настоящей матерью, что ваш страх перед беснующимся алкоголиком и ваше раболепие лишило их возможности полноценно расти и развиваться. Что же касается вашего сына, он прав. То, что он простил отца и не держит на него зла, совершенно не обязывает его пускать «чудовище» в свою семью. Молиться за отца – ДА! Надеяться, что он придет к покаянию – ДА! Но пока ваш бывший муж не раскаялся и не изменил своего поведения, он - воплощение зла, которое ваш сын и не хочет допускать до своей семьи, до своих детей. Я поддерживаю решение вашего сына.

- Здравствуйте. Меня зовут Елена Петровна. В последнее время у меня складываются противоречиво-конфликтные отношения с моим зятем.

- В последнее время?

- Да. С тех пор, как мою дочь положили в больницу. Несколько дней назад это произошло. Зять взял на работе несколько дней за свой счет, чтобы быть дома с полуторагодовалым сынишкой, моим внуком. Но моя дочь попросила меня самой взять на себя уход за внуком, потому что зять не укладывает его днем спать. Скажите, ведь надо детям днем спать? Это же отражается на их здоровье! А мой зять отказывается слушать, и мы из-за этого ссоримся.

- Мой вам совет: не вмешивайтесь в эту семью! Уйдите! Ваш зять совершил настоящий мужской поступок – взял на себя ответственность за сына, а вы мешаете ему быть мужчиной.

- Но моя дочь просит. Дневной сон очень важен.

- Поверьте! Дневной сон *менее* важен, чем по крайней мере три момента. Во-первых, отец вашего внука совершает мужской поступок. Во-вторых, ваш внук и его отец получают потрясающую возможность стать друг другу ближе в ежеминутном общении. И, в-третьих, ваш зять и ваша дочь научатся решать свои проблемы, не сваливая их на нарушения режима и на бабушку-выручалочку.

- Но дочка расстроится, если я не буду приходить и следить за соблюдением режима...

- Если вы останетесь между вашей дочкой и вашим зятем, то расстроится, развалится вся их семья, а вы будете в этом соучастницей. Вас устраивает такая перспектива?

- Нет, конечно. Спасибо. Я подумаю над тем, что Вы сказали.

(несколько дней спустя звонок в эфир): «Я – та самая теща, что раздражала зятя.

Спасибо вам! И огромный совет тещам и свекровям: не вмешивайтесь в жизнь своих выросших детей! В лучшем случае – совет, и то, не ждите его немедленного исполнения.»

- Меня зовут Светлана. У меня такой вопрос. Мы встречаемся с молодым человеком четыре месяца. Наши встречи проходят раз в неделю в каком-нибудь кафе, где мы общаемся друг с другом. Причем каждый платит сам за себя, чтобы пока не быть друг другу ничем обязанными. Так было даже в День Святого Валентина. Это нормально?

- А почему вы задаете такой вопрос?

- Потому что меня это несколько смущает. Я воспитана несколько иначе. Не так современно, может быть...
- Почему вы сказали «пока» не хотите быть ничем обязанными». «Пока» - это до какого времени?
- Он человек серьезный. Я вижу, что намерения у него по поводу наших отношений тоже серьезные.
- Значит, у него к вам, с вашей точки зрения, серьезные отношения, но он «*пока*» не желает тратить на вас деньги. А вы воспитаны традиционно, когда предполагается, что мужчина, приглашая женщину, с которой он строит какие-то отношения, платит за нее в кафе. В этом – возникший дискомфорт. Я правильно вас понимаю?
- Да. Но ведь если я позволю ему заплатить за себя, значит, я ему чем-то становлюсь обязана?
- Если мужчина платит за вас в кафе, намереваясь за это получить от вас что-то, например, сексуальное удовлетворение, такие отношения ни в коей мере не называются «мы встречаемся». Такие отношения называются издавна проституцией. «Мы встречаемся» предполагает постепенное построение отношений между мужчиной и женщиной с целью построить прочные супружеские отношения. То есть мужчина берет на себя инициативу этих встреч, как глава отношений. В том числе – и в финансовом плане.
- Так что же мне делать?
- А почему бы откровенно не сказать ему то, что вы сказали мне, что вы воспитаны традиционно и не понимаете всех этих современных «наворотов»? Я считаю, что происходящее между вами эти четыре месяца, нельзя назвать «мы встречаемся». Это просто деловые бизнес-ланчи.
- Спасибо. Я все поняла.
-