



**Опыт создания православных групп  
поддержки наркозависимых**

Методическое пособие

Русская Православная Церковь  
Отдел по церковной благотворительности и социальному служению  
Координационный центр по противодействию наркомании  
Благотворительный фонд святого праведного Иоанна Кронштадтского

## **Опыт создания православных групп поддержки наркозависимых**

**Методическое пособие**

(2-е издание, обновленное и исправленное)

Москва 2016

*Методическое пособие для тех, кто занят в сфере помощи наркозависимым и заинтересован в создании и развитии православных групп поддержки*

### **Выражение признательности**

Координационный центр по противодействию наркомании Отдела по церковной благотворительности и социальному служению Русской Православной Церкви благодарит всех, кто принял активное участие в подборе материала и написании данного методического пособия. Эта работа была бы невозможна без молитвенного и деятельного участия епископа Каменского и Алапаевского Мефодия – руководителя Координационного центра и помощи сотрудников: Алексея Лазарева, Максима Благодатских, Андрея Черепанова, Аллы Тарасевич и Натальи Ищенко. Отдельно хочется выразить признательность руководителю Епархиального отдела по противодействию наркомании и алкоголизму Уфимской епархии протоиерею Роману Тарасову и сотруднику отдела, ведущей православных групп поддержки Елене Никитиной за ощутимый вклад в написание этой работы. Благодарим за поддержку и консультации Александра Савицкого, а также Романа Прищенко, который помог нам начать работу над пособием и написать введение. Низкий поклон всем коллегам, которые принимали участие в создании, проведении и развитии православных групп поддержки в Москве, Санкт-Петербурге, Уфе, Новосибирске, Владимире, Костромской и Тверской области.

Составитель пособия – Максим Сергеевич Благодатских, социальный работник, консультант по химической зависимости, сотрудник Координационного центра по противодействию наркомании Отдела по церковной благотворительности и социальному служению Русской Православной Церкви.

Во второе издание включена статья руководителя Координационного центра по противодействию наркомании Отдела по церковной благотворительности и социальному служению Русской Православной Церкви епископа Каменского и Алапаевского Мефодия «Мы идем совсем путем» об отношении к программе «12 шагов». Обновлена база православных групп поддержки и дополнен список часто возникающих организационных вопросов. Внесены поправки в параграф «Основные понятия» и проведена коррекция всей первой главы. В приложения добавлены памятки для наркозависимых и для родителей ребенка-наркомана.

### **Содержание**

|   |    |
|---|----|
| Введение .....  | 2  |
| Цели и задачи данного методического пособия.....  | 5  |
| Епископ Каменский и Алапаевский Мефодий <b>МЫ ИДЕМ СВОИМ ПУТЕМ.</b>                           |    |
| Отношение к программе «12 шагов» .....  | 6  |
| <b>ЧАСТЬ 1. ПРАВОСЛАВНЫЕ ГРУППЫ ПОДДЕРЖКИ</b> .....   | 15 |
| 1. Понятие о группах поддержки. Специфика православных групп .....                            | 15 |
| 2. Основные понятия. Виды и формы групповой работы .....                                      | 16 |
| 3. Участники группы.....  | 21 |
| 4. Участие духовника в работе группы.....   | 21 |
| 5. Участие специалистов в работе группы.....  | 22 |
| 6. Распределение ответственности между участниками в группе.                                  |    |
| Послушания .....  | 22 |
| 6. Место встречи группы.....  | 24 |
| 7. Правила работы в группе .....  | 25 |
| 9. Рекомендации для участников групп .....  | 26 |
| 10. Наставничество.....   | 27 |
| 11. Финансирование группы.....  | 28 |
| 12. Информирование о деятельности группы.....   | 29 |
| 13. Ведение учёта и статистики .....  | 30 |
| 14. Папка ведущего.....   | 31 |
| 15. Папка нового участника .....  | 32 |
| 16. Часто возникающие организационные вопросы .....   | 33 |
| 18. Взаимодействие и обмен опытом между членами содружества православных групп поддержки..... | 35 |
| <b>ЧАСТЬ 2. АЛГОРИТМ СОЗДАНИЯ ПРАВОСЛАВНОЙ ГРУППЫ ПОДДЕРЖКИ НАРКОЗАВИСИМЫХ</b> .....          | 37 |
| Этапы организации группы .....  | 37 |
| 1 ЭТАП. Поиск людей, которые разделяют Ваши интересы .....                                    | 37 |
| 2 ЭТАП. Поиск места и времени собраний .....  | 38 |
| 3 ЭТАП. Определение целей и формата группы.....   | 39 |
| 4 ЭТАП. Развитие группы .....   | 40 |
| <b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b> .....   | 42 |
| Приложение 1 .....  | 42 |
| Приложение 2 .....  | 45 |
| Приложение 3 .....  | 47 |
| Приложение 4 .....  | 53 |
| Приложение 5 .....  | 57 |
| Приложение 6 .....  | 59 |
| Приложение 7 .....  | 64 |
| <b>КОНТАКТЫ</b> .....   | 77 |

### **Введение**

*«...где двое или трое собраны во имя Мое,  
там Я посреди них.»*

*Мф (18:20)*

*«Легче изменить индивидуумов, собранных в группу,  
чем каждого из них в отдельности»*

*К. Левин*

Наркозависимость часто называют «болезнью одиночества». В этом есть правда, ведь путь употребления наркотиков – это путь потерь, которые рано или поздно возникают во всех жизненных измерениях наркозависимого человека: духовном, социальном, телесном и психологическом. Человек движется по сужающейся спирали к той точке, где главной ценностью становится наркотик, а все остальное – Бог и спасение души, семья и близкие, учеба и работа, здоровье телесное и душевное – теряет свой смысл. Ради употребления человек приносит в жертву все, что у него есть, но в итоге остается один на один со своим «хозяином» – наркотиком. В какой-то момент наркозависимый может с Божьей помощью и с помощью близких увидеть, что выбранный им путь – это путь в никуда, путь к смерти, который уже привел его к жизненному кризису и преодолеть его в одиночку не так просто.

Близкие наркозависимого человека, пытаясь помочь в преодолении кризиса, также могут столкнуться с серьезными трудностями, когда все попытки решить проблему или усугубляют ее, или в итоге оказываются недостаточными.

Нередко бывает и так, что наркозависимому человеку удалось самостоятельно или с помощью медицины справиться с физической зависимостью и прервать употребление наркотиков. Наступает ранний период трезвости, который связан с множеством проблем, но для их решения у человека часто не хватает знаний, умений, опыта и сил.

Человеку, попавшему в трудную жизненную ситуацию, требуется помощь – поддержка и утешение, наставление и вдохновляющий пример. Где найти эту помощь? Куда обратиться?

Одним из важнейших и наиболее эффективно работающих инструментов в решении проблемы, а точнее, неотъемлемой частью

процесса выздоровления от наркозависимости являются группы поддержки. В мире существует несколько различных подходов, основываясь на которых, те или иные группы осуществляют свою помощь. Самые известные из таких сообществ – Союз Креста (Kreuzbund), семейные клубы и общества трезвости, сообщество Анонимных Наркоманов (NA). Численность этих групп стремительно растет и в нашей стране.

«В 90-х годах, когда в Церкви еще только зарождалась деятельность, связанная с реабилитацией людей, попавших в наркотическую зависимость, человеку, пришедшему в православную Церковь за помощью, в большинстве случаев рекомендовали поискать решения своей проблемы в нецерковном или протестантском реабилитационном центре, так как в церковной ограде еще не было четкого понимания чем можно помочь наркозависимому человеку, царила некоторая растерянность и даже испуг перед этим новым вызовом.

Надо признать, что и сейчас ещё есть над чем работать, но понимание проблемы значительно прояснилось, уже открылись десятки реабилитационных центров, работают консультационные пункты, «дома на полпути» – происходит становление церковной системы помощи наркозависимым. Церковь нашла собственный путь в работе с этой категорией своей паствы, согласный с ее многовековой традицией и опирающийся на современное понимание природы химической зависимости. При этом такой вид работы как группы поддержки на сегодняшний день находится в самой начальной стадии своего развития», – считает преосвященный Мефодий, епископ Каменский и Алапаевский.

В разных регионах России священники, психологи, социальные работники и другие церковные служащие уже участвуют в создании и организации работы православных групп поддержки наркозависимых и их близких. Ведущие таких групп устраивают видеоконференции, делятся наработками, связанными с проведением православных групп поддержки. Мы же постараемся объединить накопленный на сегодняшний день опыт работы православных групп, действующих в церковных общинах РФ, и представить его в виде методического пособия для более широкого применения.

Наше видение того, как может быть организована работа группы и каким может быть ее содержание, не является единственно верным и исчерпывающим. Любая группа на базе церковной общины –

это совместный творческий процесс, обусловленный присутствием конкретных людей, решающих конкретные жизненные задачи.

Твердое основание философии наших групп – православное вероучение. Оно определяет основные принципы, лексику, атрибутику и правила проведения группы. Православные группы призваны объединять людей со схожими проблемами, вызванными употреблением наркотиков, для решения тех вопросов, которые беспокоят участников наших групп. При этом каждый участник должен осознавать, что он находится в пространстве, где все разделяют православное мировоззрение.

### **Цели и задачи данного методического пособия**

**Цель** – объединить существующие наработки по созданию православных групп поддержки, изложить данный опыт в брошюре для дальнейшего усовершенствования и использования церковными структурами в своей деятельности.

#### **Задачи:**

- Отразить специфику православных групп поддержки, их отличие от существующих групп и сообществ, работающих в данном направлении.
- Структурировать имеющийся опыт и изложить его в виде возможного алгоритма создания православной группы с «нуля» как отдельного типичного элемента церковной системы помощи наркозависимым.
- Объединить в общую, обновляющуюся информационную базу контактные данные всех существующих в настоящее время православных групп для:
  - активного взаимодействия
  - обмена опытом
  - оперативного реагирования.
- Предложить данную методику для апробации в церковных приходских и монастырских общинах для дальнейшего усовершенствования и доработки.

**Епископ Каменский и Алапаевский Мефодий**  
**МЫ ИДЕМ СВОИМ ПУТЕМ.**  
**Отношение к программе «12 шагов»**

Остались ли в прошлом горячие споры относительно программы «12 шагов», групп Анонимных Наркоманов (АН), Миннесотской модели реабилитации? Насколько целесообразно использование программы «12 шагов» церковными организациями, в какой степени возможно ее сближение с православной традицией, можно ли выстроить конструктивное взаимодействие приходов с группами АН, существует ли запрос на такое взаимодействие?

Споры по данным вопросам, начавшиеся в 90-х годах прошлого столетия, стали менее яростными не потому, что основными оппонентами были найдены удовлетворившие всех ответы. Просто во время перехода антинаркотической деятельности Церкви с этапа отдельных инициатив на общецерковный уровень было признано за лучшее отложить рассмотрение этой проблематики на будущее. Такой стратегии с момента своего основания придерживался Координационный центр по противодействию наркомании Синодального отдела по благотворительности. В задачи Центра входит координация на общецерковном уровне антинаркотической деятельности церковных организаций, сбор и анализ информации, разработка методических и концептуальных документов по реабилитационной деятельности Церкви, проведение обучающих семинаров, организация конференций, координация взаимодействия церковных реабилитационных структур с государственными и общественными организациями. Полнота возложенных на Синодальный отдел обязанностей и полномочий позволяла Координационному центру «заморозить» тему, которой если и касались на мероприятиях общецерковного уровня, то делали это дозированно и крайне аккуратно.

Пришло время обсуждения вопроса об отношении к программе «12 шагов» во всей полноте. Почему не раньше, а именно сейчас? Потому что становление собственной опирающейся на антропологию и аскетические традиции православия методики церковной реабилитации наркозависимых становится реальностью и в качественном, и в количественном отношении. Потому что стоит задача объединить все находящиеся в России под эгидой Церкви реабилитационные структуры в единую сеть помощи наркозависимым, что требует качественно нового уровня единомыслия по основным во-

просам работы с наркозависимыми, в том числе по реабилитационным методикам.

Чтобы изначально снизить градус предстоящей полемики, не дать возобладать эмоциям над разумом, следует сказать, что целью инициируемых обсуждений является не нападение на программу «12 шагов» и не изгнание ее приверженцев из церковной ограды, а защита собственной методики, все еще находящейся на начальной стадии своего развития. Предшествующее время показало, что слова служителей Церкви: «Мы намерены на своей территории развивать в качестве приоритетной свою собственную методику реабилитации» воспринимаются адептами программы «12 шагов» как объявление православными гонений на них. Почти всегда конструктивный разговор предваряют обида и агрессия, и спокойного обсуждения не получается. Возникает недоумение: неужели приверженцы американской по происхождению программы убеждены в своем праве доминировать в вопросах реабилитации и на церковной территории, а развитие церковной методики реабилитации воспринимают как угрозу?

Приступая к обсуждению темы, разобьем ее на два блока: 1) почему нас не удовлетворяет программа «12 шагов», и мы видим ее несовместимость с православной традицией; 2) каким требованиям должны удовлетворять православные группы поддержки наркозависимых, альтернативные группам Анонимных Наркоманов.

Программа «12 шагов» (далее - Программа) действительно является эффективным инструментом в реабилитации алко- и наркозависимых, с этим согласились непредвзятые наблюдатели во всем мире (понятно, что различные группы более или менее успешно применяют ее). Данная программа родилась в религиозной протестантской среде, имела христианское вдохновение, но, предоставляя возможность участия в группах далеким от веры страждущим, в том числе имеющим предубеждения против религиозной жизни, говорила о Христе прикровенно. Цель создателей заключалась в выведении зависимых от психоактивных веществ (алкоголя) в устойчивую ремиссию, а не в приведении последователей к Христу. Когда основатели Программы вместо конкретного Бога стали говорить о некоей Высшей силе, помощь которой необходима для преодоления зависимости, они полагали, что по мере участия в Программе адепты все равно рано или поздно увидят в Высшей силе Христа и Программа

будет не только решать проблему зависимости, но станет этапом на пути приближения к Спасителю. В реальности Программа, оставаясь духовно ориентированной, в целом далеко ушла от Христа. На родине программы «12 шагов» – в Соединенных Штатах Америки – реабилитационные сообщества, ее практикующие, лишаются финансовой поддержки государственных фондов, если признают Христа Высшей силой.

В России некоторая часть алко- и наркозависимых людей, достигших трезвости с помощью данного инструмента, вместе с посещением групп также воцерковлялась с большим или меньшим успехом. Есть чада Церкви, в том числе некоторые священники, которые, не сумев преодолеть свою зависимость с помощью церковных Таинств и аскезы, добились искомого успеха, получив дополнительную поддержку в занятиях по программе «12 шагов». Участие в группах АН и работа по Программе не оторвали большинство из них от церковной жизни. Надо признать, что были и отошедшие: по большей части те люди, кто первоначально прибил к Церкви единственно с целью освободиться от зависимости, а также сделавшие неверный вывод о бессилии Церкви, поскольку конкретно они не смогли получить свободы от пагубной страсти в рамках православной традиции. Сразу следует заметить, что частный опыт их победы над зависимостью, если судить об этом непредвзято, характеризует не реабилитационный потенциал Церкви и программы «12 шагов», а личную историю выздоровления этих людей.

Последователи программы «12 шагов» впадают в крайность, когда утверждают, что только данная Программа является эффективным инструментом поддержки и реабилитации зависимых людей, что в мире и у Церкви нет столь же эффективных средств в деле реабилитации. Невозможно с этим согласиться. Просто потому, что в настоящее время немало реабилитационных методик, не связанных с 12-шаговой программой, показывают хорошие результаты. Программа «12 шагов» и включающая ее Миннесотская модель реабилитации доминируют в Соединенных Штатах, но в Европе не меньшее распространение имеют центры, работающие по методике Терапевтического Сообщества. Эти европейские центры показывают столь же успешные результаты помощи наркозависимым. Так же и у Русской Православной Церкви есть собственный успешный опыт реабилитации наркозависимых на основе органично присущих ей инструментов работы с людьми.

Ссылаясь на прикладной, а не вероучительный характер программы «12 шагов», ее адепты утверждают, что изначально стоящее за ней мировоззрение, хотя и не конгениальное православному церковному, но все же христианское, не является существенным препятствием к воцерковлению человека. Более того, многие из них настаивают, что программа «12 шагов» при незначительной коррекции становится самой что ни на есть церковной программой, что нет нужды изобретать что-то иное, а следует именно ее адаптировать и использовать в православных центрах, опекать и брать на свой баланс группы Анонимных Наркоманов. Можно согласиться с тем, что программу «12 шагов» удастся несколько адаптировать к православию (что и делают некоторые ее приверженцы из членов Церкви), но сделать ее в полном смысле церковной невозможно. Рожденная в лоне протестантской традиции, она в основаниях своих этой традиции соответствует, не может изменить своей изначальной природе. Постараемся это пояснить.

Прежде всего, сразу будем говорить о лучшем с церковной точки зрения варианте, когда упоминаемой в 3-м шаге Высшей силой, помогающей преодолеть зависимость, является Бог Святая Троица, либо второе лицо Святой Троицы – Спаситель мира Иисус Христос. В случае произвольной и неопределенной высшей силы все становится на порядок хуже. Православные традиционно очень тщательно следят за размежеванием с католицизмом и протестантизмом, прекрасно понимая, что, веруя в одного и того же Бога, мы остаемся в мире различными сообществами: по-разному относимся к Священному Преданию, привержены различным аскетическим традициям, у нас несовместимые практики богослужения и характер богочитания. Даже миссию в мире предпочитаем вести отдельно. Поэтому утверждение, что Высшей силой согласно 3-му шагу является почитаемый православной Церковью Бог, делает программу «12 шагов» несколько более приемлемой, но отнюдь ни в коей мере не делает ее православной.

Рожденная в протестантизме, программа «12 шагов» во всей полноте протестантскую и осталась. «Мы приняли решение препоручить нашу волю и наши жизни заботе Бога, как мы его понимали». Отметим снова, пусть Бог – это Христос, что наиболее приемлемо. Возможна также редакция не «как мы Его понимали», а «насколько мы Его понимали». Суть не меняется. Здесь свидетельствуется отрицание Священного Предания, свойственное всему протестантизму.



Каждая протестантская группа рождает и придерживается какое-то время своего собственного понимания Священного Писания и вещей божественных, пока от нее в свою очередь не отойдет очередная группа с собственным обновленным богословием. Более того, группы АН возвели данный принцип в квадрат, поскольку со своим собственным богословием (в худшем случае - богом) позволено жить каждому члену группы. Православие же неотступно держится того понимания Бога и всего священного, которое заповедует Святая Церковь, которое исповедовали и защищали Святые Отцы Церкви.

Еще раз о «понимании» с другой стороны. Православие не стремится достичь недостижимой в этом веке меры знания непостижимого Бога, обещанной будущему веку: «Сия же есть жизнь вечная, да знают Тебя, единого истинного Бога, и посланного Тобою Иисуса Христа» (Ин. 17:3). Православный священник в литургийной молитве обращается на Ты к Богу: «Ты бо еси Бог неизреченен, недоведом, невидим, непостижим ...», и это исповедуемое незнание Бога ни в коей мере не препятствует предстоянию пред Ним и служению Ему. Православные находятся на службе живому Богу Авраама, Исаака и Иакова, Богу Отцов, как поется в первом тропаре покаянного канона святого Андрея Критского: «Помощник и покровитель, бысть мне во спасение, сей мой Бог и прославлю Его, Бог отца моего, и вознесу Его, славно бо прославися». Любовь предшествует пониманию, и православные служат конкретной личности – распятому за нас Иисусу Христу, которого полюбили. Достоевский пишет к Фонвизинной: «Если б кто доказал мне, что Христос вне истины, и действительно было бы, что истина вне Христа, то мне лучше хотелось бы оставаться со Христом, нежели со истиной». Возможное для человека понимание «плетется в хвосте», последует, а не предшествует выбору, как в «религии профессоров» – протестантизме. Большинство из того, что протестанты не понимают, они просто отбросили за ненадобностью. И программа «12 шагов» вполне соответствует этой традиции.

В православии и богословие, и неразрывно связанная с ним аскетика (практика жизни) исходят от Бога и нисходят к человеку. Подвижники учат, что само стремление спастись должно опираться не на наши желание и произволение, а на волю Бога, «который хочет, чтобы все люди спаслись и достигли познания истины» (1 Тим. 2:4). Подвизаясь о спасении, православные исполняют волю Божию о себе: в воле Божией, а не в своей собственной, источник их делания. Все шаги Программы начинаются с «мы», исходят от человека,

что в корне противоречит православной традиции. В программе «12 шагов», как в целом в протестантизме, слишком много человеческого.

В достаточно известной книге последователя и апологета программы «12 шагов» встречается такое вероучительное положение: «Парадоксальным образом ... стали расцветать духовные принципы Анонимных Сообществ, где мерой всех вещей, опорой выздоровления и надеждой был назван вовсе не человек, а Бог, Каким каждый из нас понимает Его». Мерой всех вещей, согласно православному вероучению, является Господь Иисус Христос, воплотившийся Сын Божий, совершенно конкретный исторический персонаж, родившийся от Девы Богородицы в Вифлееме немногим более 2 тысяч лет назад. Совсем не некий Бог, тем более не понимание некоего Бога каждым из нас, не наши фантазии о некоем Боге, в том числе не мысли об Иисусе Христе, а Он Сам. Может ли претендовать на статус меры всех вещей «богословие», сложившееся в сознании некоторого прекратившего наркотизацию человека? Согласно православному учению, мировоззрение никакого человека мерой всех вещей быть не может.

Все-таки предыдущий пример - это частный случай отношения и понимания программы «12 шагов» одним из ее последователей, а не сама Программа. Но обратим внимание на 4-й шаг: «Мы глубоко и бесстрашно исследовали себя с нравственной точки зрения». О какой нравственности идет речь? Общечеловеческой? Но таковая существует только в речах политиков. Нет даже общехристианской нравственности: например, для православных недопустимы однополые браки, а значительная часть протестантских групп их уже давно практикует. Так что, если даже высшей силой в Программе признается Иисус Христос, нравственным мерилom для себя является сам наркозависимый, его личное понимание добра и зла, как-то увязанное с его личным пониманием Бога. Когда нравственные лекала, по которым человек судит себя, он сам же для себя по сути и определяет, о каких глубине и бесстрашии можно говорить? Бесстрашии услышать нравственное суждение группы АН? В нашей стране в период доминирования коммунистической идеологии утверждалось, что «партия - ум, честь и совесть нашей эпохи». Какие деяния можно оправдать, когда некоторая группа людей (партия) определяет, что есть честь и совесть, свидетельствует история России прошлого столетия. Но что говорит апостол Павел? «Для меня очень мало значит,



как судите обо мне вы или как судят другие люди; я и сам не сужу о себе. Ибо хотя я ничего не знаю за собою, но тем не оправдываюсь; судия же мне Господь» (1 Кор. 4:3-4). Только Господь и Его заповеди, хранимые неповреждёнными Святым Преданием, определяют для православных критерии нравственности, но никак не групповое или индивидуальное сознание. Последнее в значительной мере свойственно протестантизму: для подтверждения можно опять же вспомнить отношение к однополым бракам.

Как управляются общины православной Церкви и как управляются группы Анонимных Наркоманов? В православии власть управления, равно как власть учения и священнодействия, исходит от Бога, является теократической и сакральной по своему характеру. Во вверенных им епархиях епископы обладают полнотой исполнительной, законодательной и судебной власти, все происходит по их благословию. Полноту власти епископы получили по непрерывному преемству от апостолов, которым власть была дана непосредственно Иисусом Христом. В управлении каноническими подразделениями епархии епископы частично делегируют свою власть клирикам и другим служителям Церкви. Но «пресвитеры и диаконы, без воли епископа, ничего да не совершают» (Ап. 30). Все решения приходских общин вступают в силу только после утверждения их епископом. Власть же в группах АН принадлежит самой группе и только ей. Согласно 12-ти традициям, группы АН являются полностью автономными, никому не подчиняются, максимумом допустимой зависимости является координация своей деятельности в некоторых вопросах с другими группами АН. В группе выделяются лидеры и группой определяются ответственные за некоторые организационные вопросы, но, согласно 2-й традиции, «наши лидеры – это люди, которым мы доверяем и наши добрые друзья, они нами не управляют». Не единичны случаи, когда лидер, обычно инициатор создания группы АН, узурпирует власть в группе, но искажения оставим без внимания, группы эти уклонения в целом преодолевают. Так что, согласно традициям, в управлении группами наблюдается устойчивое балансирование между анархией и демократией. Можно согласиться с тем, что со своим подходом к власти и управлению самоорганизующиеся на основании 12-ти традиций группы как-то соответствуют некоторым течениям протестантизма, но с православием они никоим образом не сочетаются. Нельзя выдавать деятельность групп Анонимных Наркоманов на территории прихода за антинар-

котическую деятельность приходской общины, чем нередко грешат настоятели, приписывая себе чужие труды и заслуги. Необходимо сознавать, что группа Анонимных Наркоманов на приходе в прямом смысле является инородным телом.

Трезвость сама по себе не имеет особой ценности: важно, что человек делает, чему служит, будучи трезвым. Но в группах Анонимных Наркоманов мы сталкиваемся с культом трезвости. Трезвость отмечается особыми знаками, высчитывается, трезвость празднуется. В православии не отдаются подобные почести посту, который также является аскетическим инструментом к стяжанию добродетелей. Православные не носят и не хранят никаких значков, указывающих на количество исполненных ими постов, не выставляют на вид строгость своих постных подвигов, напротив, исполняя заповедь, историю и степень своего воздержания хранят в тайне. В целом, не в традиции православия говорить о своих молитвенных достижениях и добрых делах, распространяться о своей аскезе, описывать свою духовную биографию – все это чуждо духу православия. Протестанты, как и порожденное ими движение анонимных, придерживаются противоположной традиции.

Неприемлемым для православной антропологии и аскетической традиции является то, как участники группы перед началом каждого своего выступления представляют себя, например: «Здравствуйте, я Николай, и я наркоман». Это прямое нарушение заповеди «не судить». Авва Дорофей в шестом поучении пишет: «Осуждать - значит сказать: такой-то лгун, гневлив, блудник. Вот сей осудил самое расположение души его, произнёс приговор о всей его жизни, говоря, что он таков-то, и осудил его, как такого - а это тяжкий грех». Наркомания, согласно разуму Церкви, и грех, и болезнь. Отождествив себя с грехом и болезнью, произнося приговор всей своей жизни, созданная по образу Божию личность совершает судьбоносную ошибку. «То, что является для нас самым дорогим в человеке, то, что делает его «им самим» - неопределимо, потому что в его природе нет ничего такого, что относилось бы собственно к личности, всегда единственной, несравнимой и «бесподобной». Человек, определяемый своей природой, действующей в силу своих природных свойств, в силу своего «характера» - наименее «личен»» (В. Лосский. «Очерк мистического богословия»). Утверждая, свидетельствуя о себе: «Я наркоман», человек определяет себя уже не чертами характера, а болезнью: «Здравствуйте, я болезнь». В православной традиции по-

добное звучит дико, и мы никогда и ни перед кем не представляем: «Здравствуйте, я блудник», или «Я жмот», «Я хвастун». Между тем, в Программе эта практика приговора самому себе имеет огромное значение, она органично привязана и к культуре трезвости, и к культу самого сообщества. Наличие этого последнего культа у некоторой части сообщества Анонимных Наркоманов предсказуемо вызовет возражение с их стороны.

Но замечено, что принадлежность к группе анонимных зачастую становится предметом личной и коллективной гордости. Врачуется во время воцерковления этот «побочный эффект» с большим трудом, поскольку не только на обычных прихожан, но и на священников члены сообщества смотрят несколько снисходительно - как на людей, не умеющих «проработать» свои проблемы. Они настроены не столько учиться в Церкви, сколько учить. Высказывают также пожелания обогатить, восполнить практику церковной жизни элементами Программы. Достаточно распространённым среди Анонимных Наркоманов является убеждение, что без участия в группах освободиться от зависимости и устоять в трезвости почти невозможно. Неправильно понятое утверждение Священного Писания: «Сам искушен быв, может и искушаемым помощи» (Евр.2, 18) привело значительную часть членов сообщества к мысли, что помощь выздоравливающего наркозависимого другому страждущему имеет особую несравненную ценность и силу. Впоследствии из этих рассуждений родилось убеждение, что только бывшие наркоманы могут по-настоящему понять другого наркомана, и им дано некое недоступное для иных сокровенное знание проблемы. Иными словами, впадение в грех открывает дверь к сокровенному знанию, сокровенной мудрости для посвященных. Нетрудно видеть, что данное учение является гносеологией от Сатаны: именно эту лезть змей нашептывал Еве, побуждая вкусить от древа познания Добра и Зла. «Сам искушен быв, может и искушаемым помощи» относится к подвижникам, которые преодолели искушения от плоти, мира и Дявола, устояли от падения в грех, всецело освоили науку побеждать в духовных бранях. Такой подвижник может более помочь, нежели мучительно выбирающийся из-под власти зависимости собрат по несчастью. Совершенно аналогично учиться, как строить семейную жизнь, надо не у того, кто восемь раз был женат, а у того, кто сохранил верность своей единственной супруге несмотря на все испытания и искушения жизни.

Резюмируя все сказанное, можно сделать вывод, что программа «12 шагов» не срастается и не может срастись с православной традицией. Допуская участие своих страдающих от зависимости прихожан в группах, работающих по программе «12 шагов», Церковь должна сделать приоритетом развитие своей, в собственном смысле церковной, системы реабилитации, первые успешные опыты которой уже имеются. В разных регионах появились полноценные православные группы поддержки, не практикующие программу «12 шагов». Функционирование при приходах и монастырях групп Анонимных Наркоманов или реабилитационных центров, работающих в рамках Миннесотской модели, не должно стать поводом к приостановке деятельности по становлению собственной системы церковной реабилитации, не должно ее отменить. Да и зачем держаться за чужое, если подрастает свое?

*епископ Каменский и Алапаевский Мефодий*

## **ЧАСТЬ 1. ПРАВОСЛАВНЫЕ ГРУППЫ ПОДДЕРЖКИ**

### **1. Понятие о группах поддержки. Специфика православных групп**

Существующая в наше время система и настроения в обществе имеют по отношению к наркозависимым больше характер осуждения и репрессий, чем оказания помощи и поддержки. Выздоровливающие наркозависимые вынуждены скрывать свой недуг, во избежание отказа в приеме на работу или негативного отношения в коллективе и даже среди родных людей. К сожалению, постановка на учет к наркологу или тюремное заключение не решают тех проблем, которые приводят человека к употреблению наркотиков.

Здоровая атмосфера, взаимопонимание, честность, поддержка и любовь – это то, без чего невозможно преодолеть болезнь, невозможно двигаться вверх по лестнице ко спасению. Именно поэтому важнейшую роль в трезвой жизни зависимого играет та среда, в которой он находится. Ради создания благоприятной среды и создаются группы поддержки людей, объединенных какой-либо проблемой или недугом.

Православные группы поддержки наркозависимых – это тот элемент, который рождается из церковной традиции жизни общины, члены которой всегда готовы помогать друг другу в любой сложной ситуации. «Бог воплощенный, Иисус Христос является мерой всех вещей!» – вот та истина, на которой строится вся идеология наших групп. Православная группа не может существовать вне церковной общины, вне прихода. Это своего рода «подгруппа» прихода, на котором она работает.

Одной из основных принципиальных особенностей православных групп поддержки является православное вероучение и понимание Бога как Спасителя, Творца всего сущего, Единого в Трех Лицах, Господа Иисуса Христа. Неотъемлемой частью регламента собрания должно стать чтение отрывка из «дневного» или «воскресного» Евангелия. В основу встреч заложена взаимная поддержка и обмен опытом выхода из трудных жизненных ситуаций, знакомство с основами православного вероучения и святоотеческим Преданием, а также проведение аналогии своей жизни с Евангельским путём спасения. Начало и окончание группы сопровождается православной молитвой: вначале читается молитва «Царю Небесный...», в конце – «Достойно есть...». В церковной традиции не принято во время молитвы братья за руки или обниматься, поэтому на православных группах это также неприемлемо.

Важно помнить, что группы поддержки – это лишь один из компонентов всего комплекса мер, направленного на преодоление зависимости. Они призваны дополнять эти меры и не являются панацеей от наркомании. Группы не заменяют процесса воцерковления, а являются лишь одним из инструментов преодоления кризиса и улучшения качества жизни наркозависимых людей и их близких. Группы поддержки дают людям возможность принять активное участие в решении собственных проблем.

## 2. Основные понятия. Виды и формы групповой работы

Прежде чем создать новую группу, или улучшить качество работы в уже имеющейся православной группе, необходимо разобраться какую цель вы хотите достичь в результате регулярной работы группы и какие для этого необходимы ресурсы. Подходит или нет конкретно для ваших условий тот или иной формат группы? Существует достаточно большое количество групп поддержки различных

направленностей. Все они так или иначе призваны оказывать терапевтический эффект на своих участников, поддерживать и укреплять в сложных ситуациях, информировать о возможных проблемах и предупреждать возможность срыва.

Рассмотрим основные виды групп и формы групповой работы, распространенные в сфере профилактики и реабилитации химической зависимости. Для этого необходимо сначала определиться с некоторыми понятиями, которые предлагаются в современной литературе.

**Группы поддержки** – регулярно собирающиеся группы людей, объединенных общей проблемой или ситуацией. Служат для обмена опытом, информацией и оказания поддержки. Организатором таких групп выступает общественная или государственная организация. Группу ведет профессиональный ведущий, обычно сотрудник организации, в которой проходит группа. Группы поддержки считаются эффективным методом для повышения качества жизни людей, особенно живущих с хроническими заболеваниями и принадлежащих к стигматизированным группам<sup>1</sup>.

**Группа поддержки** – группа, члены которой встречаются для выражения, обсуждения проблем друг друга в атмосфере взаимной поддержки<sup>2</sup>.

**Группы поддержки** дают людям возможность поделиться насущными проблемами, получить необходимую информацию о зависимости и способах выхода из кризиса и, наверное, самое важное – поделиться личным опытом преодоления сложных ситуаций. Ответственность за проведение такого вида групп возложена на специалиста или сотрудника сервисной организации (сервисной организацией в случае с православными группами поддержки может выступать православный приход, монастырь, братство, сестричество или другая церковная структура, которая обеспечивает работу группы). Такой вид групповой работы наиболее эффективен для людей, находящихся в кризисе.

**Группы самопомощи (взаимопомощи)** – по своему формату очень похожи на группы поддержки, но создаются не сервисной организацией, а по инициативе активистов группы. Ответственность за работу и проведение таких групп лежит не на специалистах, а

1 Глоссарий медико-социологических терминов, 2002 г., проект АКОУ АнтиСПИД-Сибирь  
2 Жмуров В.А. Большая энциклопедия по психиатрии, 2-е изд., 2012 г.

на самих людях, активных участниках. Ведущим становится один из членов группы, в функции которого входит следить за соблюдением правил группы. Чем больше будет активистов в такой группе, тем устойчивее будет ее работа. Группы самопомощи в некоторых источниках называются группами взаимопомощи или взаимной поддержки.

**Группа взаимной поддержки** – это несколько человек, которые решили регулярно посвящать часть своего времени, чтобы встретиться друг с другом, выслушать каждого, обсудить то, что необходимо, поделиться личным опытом и, самое главное, поддержать друг друга<sup>3</sup>.

Таким образом, ответив на два основных вопроса: КТО и ДЛЯ КОГО организует группу, можно выделить следующие виды групп:

#### **Кто организует группу?**

По способу организации группы могут быть двух видов:

- Группы поддержки
- Группы самопомощи (взаимопомощи).

**Группа поддержки** инициируется и создается организацией или приходом и проводится профессиональным терапевтом или консультантом.

**Группа самопомощи** инициируется людьми, которых объединяет проблема (болезнь, беда/происшествие, зависимость или другая страсть) и проводится активными участниками группы.

#### **Для кого организована группа?**

По объекту воздействия группы поддержки делятся на:

- Группы для наркозависимых
- Группы для значимых близких и родственников наркозависимых
- Группы для помогающих

В некоторых случаях организуются «смешанные» группы, куда приглашаются и сами зависимые и их родственники. Такие группы, как правило, проводятся в формате бесед и обсуждения насущных проблем. Собрания смешанных групп по своей структуре похожи на

<sup>3</sup> Ротштейн, В.Г. Основы психиатрической грамотности: методическое пособие для преподавателей/В.Г.Ротштейн, М.Н.Богдан. – Москва, 2008. – 92с.

собрания обществ трезвости, и посещают такие группы, по большей части, родственники зависимых и алкозависимые. Наркозависимые редко становятся полноценными участниками смешанных групп, но такое тоже встречается.

В зависимости от целей своей работы, группа может приобрести более узкую направленность. Рассмотрим некоторые, самые распространенные формы групповой работы.

**Психотерапевтические группы** призваны способствовать личностному росту участников. Участникам таких групп предоставляется возможность улучшить навыки общения, получить новое представление о себе и об окружающих. Группу ведет профессиональный психотерапевт или психолог, который устанавливает регламент и может корректировать правила участия в группе, в зависимости от сложившейся ситуации.

Как правило, на таких группах присутствуют люди, достаточно продолжительное время находящиеся в ремиссии, имеющие личный опыт трезвости или после прохождения курса реабилитации. Обмен опытом и поддержка не являются главной целью, поэтому люди, находящиеся в кризисе, обычно не принимаются.

На **тематических группах** участники прорабатывают одну или несколько, заранее продуманных тем или проблем. Это может быть задание, которое подготовил один из участников, или обсуждение темы, которую выбрала группа. На тематическую группу можно приглашать священников, психологов или специалистов в области психиатрии и наркологии в качестве гостей и, при необходимости, обращаться к их авторитетному мнению. Ведущим может быть любой из участников группы, кандидатуру которого одобрили участники и администратор группы.

Тематические группы может проводить священник или сотрудник сервисной организации с целью просвещения или углубления знаний по определенной проблематике. Такие группы, как правило, не имеют четкой структуры, посвящены обсуждению или решению конкретного вопроса или проблемы и больше похожи на беседы, встречи единомышленников, клубы и т.п. К тематическим группам можно отнести **группы по заданиям, группы по обсуждению кинофильмов.**

Работа в **группе по профилактике срыва** направлена на предупреждение, предсказывание грядущего срыва. Участники узнают о процессе срыва и о способах его предотвратить. Собрания такого вида групп четко структурированы и имеют целью своей работы помочь человеку вовремя распознать «предвестники срыва», научить с ними справляться и быть готовым остановить процесс срыва на любой из его стадий. Такие группы имеют информационную и практическую часть. Нередко ведущий группы задает участникам домашнее задание, направленное на проработку конкретной проблемы или вопроса. Ведущим может быть как специалист (психолог), так и опытный консультант по зависимости или один из членов группы, имеющий достаточно большой срок ремиссии, определенный уровень знаний о зависимости и опыт проведения групп поддержки.

На группы поддержки и самопомощи часто приглашаются гости, имеющие достаточно большой срок трезвости, с целью обмена опытом выздоровления. Тематический раздел таких групп можно назвать «**Непридуманные истории**».

Члены группы могут принять решение об ограничении входа для новых участников. Иногда на собраниях решаются вопросы, требующие максимального доверия.

На закрытые группы допускается ограниченное количество участников. Правила проведения собраний таких групп четко регламентированы. Работа направлена на достижение определенного терапевтического эффекта. Собрания проводятся в атмосфере полного доверия, поэтому для создания безопасной среды на них не допускается присутствие посторонних. Нередко закрытые группы ограничивают число участников узким кругом, и бывают закрыты для входа новых желающих.

В открытые группы принимаются все желающие, соответствующие критериям входа. Если группа становится слишком велика для имеющегося помещения, то, как правило, подыскивается более удобное место, или выделяется актив из нескольких человек, и открывается новая группа.

В церковной среде существует множество разновидностей групповой работы, направленной на развитие духовной сферы жизни человека: **евангельские группы, катехизаторские группы, группы по изучению псалтири, дискуссионные группы** и другие. Но в

данном пособии мы их рассматривать не будем, а сконцентрируем внимание на группах, которые непосредственно связаны с решением проблем зависимости от наркотиков.

### 3. Участники группы

В **православных группах поддержки наркозависимых** могут участвовать те люди, которые объединены общей проблемой – зависимостью от наркотиков, **ИМЕЮТ ЖЕЛАНИЕ** избавиться от неё и согласны с целями и задачами группы.

- Возраст участников группы - от 18 лет и старше.
- Участие в группе не зависит от пола, социального статуса и национальности.
- В случае, если участник пришел на собрание в нетрезвом виде, ведущий вправе разрешить или запретить ему присутствовать. Такой участник лишается права высказываться на протяжении всего собрания.

В **православных группах поддержки значимых близких и родственников наркозависимых** могут участвовать родственники и близкие наркозависимого, которые объединены общей проблемой зависимости близкого человека от наркотиков, **ИМЕЮТ ЖЕЛАНИЕ** принять участие в её решении и согласны с целями и задачами группы.

- Возраст участников группы - от 18 лет и старше.
- Участие в группе не зависит от пола, социального статуса и национальности.

Существует практика устраивать открытые собрания, на которых могут присутствовать как сами зависимые, так и их родственники, друзья, близкие. Также в них могут участвовать все равнодушные к проблеме люди. Такие собрания целесообразно устраивать не чаще 1 раза в месяц, по благословению духовника группы.

### 4. Участие духовника в работе группы

Православная группа или организация, которая организовала работу группы, должна позаботиться о том, чтобы найти священника, который бы занимался духовным окормлением членов группы,



принимал участие в решении важных вопросов или проблем, принимал посильное участие в жизни группы. Духовник прихода или церковной общины благословляет образование и начало работы группы.

Куратор группы может пригласить духовника или другого священника для решения вопросов вероучительного характера, разрешения спорных организационных вопросов и конфликтных ситуаций, а также для того, чтобы участникам группы было легче войти в приходскую жизнь.

Православная группа поддержки не может быть закрыта для духовника (главы общины), но на собраниях он не лидер и не ведущий, но эксперт и советник, который вступает в разговор, когда ему будет предоставлено слово ведущим.

### **5. Участие специалистов в работе группы**

По запросу и решению группы, по благословению духовника церковной приходской или монастырской общины, или духовника группы на встречи группы поддержки могут быть приглашены следующие специалисты:

- Психолог
- Врач-нарколог
- Врач-психотерапевт

С благословения духовника, в группах могут применяться различные методы работы, которыми может пользоваться ведущий. Это могут быть игры, упражнения, тренинги с участием всех или отдельных членов группы, которые не противоречат православному вероучению.

### **6. Распределение ответственности между участниками в группе. Послушания**

В данном разделе изложен опыт существующих в разных регионах православных групп, в которых успешно применяется распределение ответственности как эффективный терапевтический инструмент.

Распределение ответственности в группах необходимо для вовлечения участников в жизнь группы, в жизнь общины, в церковную деятельность. В церковной традиции существует такое понятие, как послушание, поэтому на группах в Москве роли участников группы именуют именно так. Послушания призваны формировать навык ответственности, повышать коммуникацию, помогать социализироваться, проявлять индивидуальность. Каждый может сделать личный вклад в развитие группы, почувствовать себя нужным, увидеть, что его роль очень важна и благодаря ему группа работает лучше.

### **Послушания**

Из практического опыта работы московских групп поддержки сформировались следующие виды послушаний участников:

#### **1. Куратор (руководитель) группы.**

Куратор группы выполняет функции координатора и является ответственным за работу группы. В его обязанности входит административная часть (договоренность о помещении для проведения группы, график и время проведения группы, хозяйственное обеспечение), взаимодействие с активом группы по любым вопросам. Куратору необходимо знать о региональной системе помощи наркозависимым, располагать контактами наркологических и реабилитационных учреждений, чтобы ориентировать нуждающихся в помощи.

#### **2. Ведущий.**

Ведущий несет ответственность за внутреннее (смысловое) наполнение собраний, соблюдение участниками дисциплины, регламента. Ведущий вправе придавать беседе нужное направление, при необходимости останавливать высказывание, дополнять или комментировать речь участников. Ведущий не наставляет, не дает советов, не уговаривает, он лишь модератор собрания. Ведущий начинает и заканчивает собрание, организует членов группы на мероприятия группы.

#### **3. Дежурный.**

Отвечает за подготовку помещения к работе группы (приходит заблаговременно, расставляет столы, стулья). По окончании работы группы расставляет все по местам, при необходимости проводит уборку. Отвечает за сохранность ключей. Дежурный

выбирается по собственному волеизъявлению, затем назначается общим голосованием.

#### 4. Буфетчик (келарь).

Подготавливает и организует чаепитие (кипятит воду, заваривает чай, расставляет посуду, раскладывает выпечку и т.п.). Отвечает за хранение продуктов и посуды. После чаепития приводит все в порядок, привлекая участников группы. Келарь выбирается по собственному волеизъявлению, затем назначается общим голосованием.

#### 5. Казначей.

Отвечает за сбор и распределение пожертвований участниками группы (сбор и распределение пожертвований – только с благословения духовника). Выставляет кружку для пожертвований в начале группы и убирает в конце группы. В присутствии членов комиссии вынимает пожертвования, ведет учет средств в тетради. Собранные средства, могут быть израсходованы только по согласованию со всеми участниками группы. Казначей выбирается по собственному волеизъявлению, затем назначается общим голосованием.

### 6. Место встречи группы

Собрания православной группы поддержки могут проходить как при церковных общинах, при храмах и монастырях, так и в любом арендованном или предоставленном в безвозмездное пользование помещении, отвечающем требованиям проведения группы. Каковы же основные требования к помещению?

Во-первых – его размеры должны быть достаточны для размещения в нем необходимого количества участников. Оно должно быть оборудовано хотя бы минимальным набором мебели: стульями (по количеству участников, с небольшим запасом), столами, полками или шкафом для хранения имущества и методических материалов группы.

Во-вторых, желательно, чтобы оно не было «проходным». Во время проведения собрания не должно быть посторонних шумов, входящих или заглядывающих посторонних людей. Все должно располагать к доверительной беседе и ничто не должно отвлекать участников, чтобы они чувствовали свою безопасность. Лучше все-

го договориться заранее с теми, кто предоставляет помещение о том, что вас не будут беспокоить в указанные часы.

Температура воздуха в помещении должна быть оптимальной для того, чтобы можно было снять верхнюю одежду и расположиться удобно. В помещении не должно присутствовать посторонних запахов, помещение должно быть проветриваемым. Одним словом, в помещении должно быть комфортно.

Зачастую для проведения собраний группы используются помещения воскресной школы, трапезной и других построек, относящихся к какому-либо храму или монастырю. В исключительных случаях группа собирается на дому, но для таких встреч стоит учесть потребности остальных членов семьи.

### 7. Правила работы в группе

- Анонимность и конфиденциальность. Никто из участников не должен раскрывать имена присутствующих за пределами группы, распространять сведения об откровенных высказываниях участников группы и разглашать их личные подробности. Не считается нарушением конфиденциальности, если участник рассказывает вне группы, о том, что он сам пережил, чему научился в группе или делится переживаниями.
- Каждый участник представляется, называя своё имя, говорит только о себе, о своём опыте, не даёт советов, не учит и не наставляет. Высказывается по каждой из тем по очереди, не перебивая других, выслушивая их уважительно и внимательно.
- Когда кто-то делится своей насущной, сегодняшней бедой и просит помощи, этот вопрос становится приоритетным. Все прочие вопросы и тема дня автоматически отходят на второй план.
- Каждый несёт ответственность за свои переживания и поведение в группе, за последствия принятого решения перед самим собой, за то, как, насколько и когда открываться группе.
- Соблюдение регламента – ответственность каждого из участников.
- Во время проведения собрания воспрещается пользоваться мобильными телефонами. Их можно отключить, либо перевести в беззвучный режим.



- Отсутствие ненормативной лексики, агрессии, проповедей греха.
- На собраниях православных групп неприемлемо использование формулы приветствия: «Здравствуйте, я наркоман», так как она противоречит Евангелию и нашей традиции. Лучше так: «Здравствуйте, я Петр».
- Дискуссии на духовные темы могут иметь место лишь в присутствии духовного лица, но высказывания о своём личном духовном опыте приветствуются. Осуждения и тем более споры недопустимы!
- Политические вопросы не поднимаются и не обсуждаются. Реклама и агитация неуместна.
- Во время собрания или по его окончании может быть организовано чаепитие.

### 9. Рекомендации для участников групп

Каждый из участников группы должен четко понимать цель своего присутствия на группе, осознавать, в каком состоянии он сейчас находится, и что ему делать дальше. Собрания проходят более плодотворно, если группа сконцентрирована на работе, каждый из ее членов готов поделиться опытом, подсказать, поддержать того, кому в данный момент тяжело. Нужно следить за тем, чтобы группа выполняла поставленные перед ней цели и задачи, контролировать, чтобы собрания не превращались в веселые посиделки за чашечкой чая.

#### Какие рекомендации можно дать участникам наших групп?

- Не пропускайте встреч без уважительных причин.
- Постарайтесь, хотя бы за час до группы воздержаться от курения.
- Если у Вас есть проблема, не утаивайте ее, а искренно обсудите со всеми. Проявляйте открытость, искренность, честность. Мы собираемся для того, чтобы помогать друг другу!
- Если на встрече присутствует много людей, помните о том, что высказаться сегодня, возможно, хочется каждому из них.
- Окажите сердечное внимание впервые пришедшему человеку – чтобы он почувствовал помощь и поддержку.

- Даже если Вы давно посещаете группу, не поучайте, не давайте «профессиональных советов», а помните о том, что и Вам самому еще требуется помощь.
- Стремитесь участвовать в делах группы.
- Сорвавшись, не отчаивайтесь, а начинайте путь к воздержанию сначала. Не осуждайте того, кто сорвался. Это – общая беда.

### 10. Наставничество

С древних времен в Церкви существовал институт наставничества. Когда человек решал принять святое Крещение, кто-то должен был его направлять, учить основам веры и заботиться о его воцерковлении. Крестные родители (восприемники) становятся для новонаначального христианина его наставниками в христианском воспитании, несут ответственность за его благочестие, приучают к церковной жизни и участию в таинствах.

Самый яркий пример наставничества в Церкви – это, конечно же, духовный наставник. Священник, который несет ответственность перед Богом за свое духовное чадо, не только наставляет, но и утешает в скорбях, беседует, помогает разрешить житейские вопросы, молится о нем и регулярно исповедует.

Наставничество в группах поддержки – это своеобразная аналогия духовному наставничеству, но ни в коем случае не замена ему! Наставник необходим наркозависимому для направления по пути преодоления зависимости. Конечно, он может помочь разобраться в некоторых, в том числе и духовных, вопросах, но основная сфера его ответственности – это проблемы, связанные с наркотизацией подопечного. При этом задача наставника помочь, а не решить проблему за подопечного.

**Наставник** – это «впередиидущий» член группы, который добровольно соглашается делиться собственным опытом, помогать и направлять по пути выздоровления, быть готовым поддержать, поговорить, дать совет и быть примером для подопечного. Наставник сопровождает в написании заданий из церковной программы социальной реабилитации. Каждый может выбрать себе наставника из числа участников группы или членов прихода и попросить его об этом.

### Какие функции может выполнять наставник?

- Сопровождать подопечного в процессе работы с письменными заданиями.
- Выдавать задания, проводить консультации по заданиям и организовывать группу для сдачи заданий.
- Наставлять, поддерживать и мотивировать подопечного.
- Помогать адаптироваться в группе и церковной среде.

### Кто может быть наставником?

*Обязательно:*

- Быть воцерковленным человеком.
- Иметь срок ремиссии не менее 1 года (в случае наличия зависимости).
- Иметь опыт трезвой жизни вне реабилитационного центра.
- Иметь желание и готовность быть наставником.

*Желательно:*

- Будущий наставник должен либо хорошо знать, либо сам пройти церковную программу социальной реабилитации.
- Приветствуется, если будущий наставник сам имеет опыт преодоления какой-либо зависимости (не обязательно химической).

При соответствии всем вышеперечисленным критериям будущий наставник проходит собеседование, получает одобрение от куратора группы и благословение духовника группы.

Для наставника важно понимать, что «один у нас Наставник – Христос» (Мф.23:10), поэтому процесс воспитания следует совершать в смиренности и иметь уважительное отношение к воспитуемому<sup>4</sup>.

## 11. Финансирование группы

Каждая группа поддержки испытывает потребность в материальном обеспечении. Все, начиная с вешалки и стульев и заканчивая чаем и печеньем, стоит денег и вопрос в том, где их взять?

4 Методология социальной реабилитации наркозависимых в церковной общине/ Игумен Мефодий (Кондратьев), Р.И.Прищенко, Е.Е. Рыдалевская/ Предисловие Н.М.Сироты. – М.: ООО «Авансд Солушнз», 2013. - С.32

Существует различная практика сбора и использования средств. Обеспечение работы некоторых групп берет на себя храм, в котором они организованы, или сервисная организация. Чаепитие организуется силами участников, которые делают свой добровольный вклад материальными ценностями и продуктами.

Другим группам приходится самостоятельно изыскивать средства на содержание группы, распространение информации о ее работе, закупку канцелярских товаров, литературы, мебели и всего прочего, необходимого для ее существования.

Итак, если группа организована и работает на территории церковных приходских и монастырских общин, по благословению настоятеля общины, то содержание расходов на работу группы (аренда помещения, рекламные, организационные расходы и т.п.) может приходиться на местную религиозную организацию. Участники группы по желанию могут вносить свой свободный вклад в виде пожертвований в специально установленные церковные ящики или кружки для пожертвований в помощь храму или монастырю.

Если группа организована и работает по инициативе ее активных членов, то в группе, с благословения духовника, может осуществляться сбор пожертвований, при условии, что за этот процесс возьмет на себя ответственность один из членов актива группы. Его кандидатуру на должность казначея группы должен одобрить администратор и общее голосование.

Вопрос сбора средств, в любом случае, очень важный и неоднозначный. Куратор обязан следить за тем, чтобы не пострадала репутация группы. Вопросы финансирования решаются по благословению духовника группы или прихода.

## 12. Информирование о деятельности группы

После определения и согласования времени, места, продолжительности и тематики встреч, проводится информирование о работе группы: размещение информации на доске объявлений и на сайте храма, в рекламных буклетах и визитках. Чем больше людей узнает об открытии новой группы, тем лучше.

При организации новой группы поддержки необходимо подать информацию о группе в Координационный центр по противодействию наркомании Синодального отдела по церковной благотвори-

тельности и социальному служению Русской Православной Церкви для включения в общую базу (Приложение 7). Это поможет развитию взаимодействия с другими православными группами для обмена опытом и пополнит базу данных о деятельности Церкви в сфере помощи наркозависимым.

### 13. Ведение учёта и статистики

Для того чтобы структурировать, объединить и анализировать опыт по организации и развитию православных групп, как отдельных типичных элементов всего Содружества православных групп поддержки, а также для предоставления отчётности в местные епархиальные отделы и Координационный центр рекомендуется ведение учёта работы групп.

Ведение «Журнала группы» является важнейшим инструментом для ведущего при планировании встреч, для текущего учета и регистрации участников, сбора и анализа данных по актуальным проблемам и темам, посещаемости, информации об участниках, а также базой для составления отчётности. Отражение в журнале текущих обсуждаемых вопросов является очень важным для выявления «острых» тем и проблем, которые потом помогут сформировать общий список тем для обсуждения. У ведущего группы всегда должны быть в запасе под рукой те вопросы, которые пробудят группу и сделают встречу полезной. В журнале отражаются: дата встречи, порядковый номер встречи, имя (Ф.И.О.) ведущего, темы для обсуждения, количество присутствующих, список участников (по желанию с номером телефона и даты рождения). Согласно требованиям Федерального закона РФ 152-ФЗ «О персональных данных», информация о персональных данных участников является конфиденциальной и не подлежит разглашению вне группы.

Данная статистика обрабатывается куратором группы. Информация предоставляется по запросу в оргкомитет Содружества православных групп поддержки, непосредственно руководителю местного епархиального отдела и в Координационный центр по противодействию наркомании.

Используя обобщённые данные о работе групп, Координационный центр сможет планировать и организовывать тематические обучающие мероприятия для ведущих православных групп и сотрудников сервисных организаций, которые образуют в своих епархиях православные группы поддержки наркозависимых.

### 14. Папка ведущего

Все материалы, необходимые для проведения группы, целесообразно собрать в одну папку. Пользоваться ею сможет любой человек, на которого возложена ответственность ведущего. Материалы в папку ведущего подбираются куратором группы, затем согласовываются с духовником и утверждаются.

Предлагаемые материалы для папки ведущего:

1. Руководство для ведущего (Приложения 1, 2, 3).
2. Правила группы.
3. Рекомендации для участников группы (Глава 9).
4. Список контактов участников группы.
5. Список примерных тем для обсуждения в рамках собрания группы на случай, если во время собрания повисла длительная пауза и никто из участников не решается предложить тему разговора (Приложение 4).
6. Список рекомендованной литературы для прочтения ведущими (Приложение 5).
7. Список рекомендованных к просмотру ведущими видеофильмов.
8. Список рекомендованных к прочтению статей и материалов на Интернет-ресурсах.
9. Евангельские чтения на каждый день (по православному церковному календарю).
10. Карточки с описанием послушаний (для того чтобы участник группы, желающий взять на себя ответственность, мог просмотреть и выбрать наиболее подходящее для себя послушание).
11. Контактные данные местных наркологических или реабилитационных учреждений, куда при необходимости можно обратиться в острых ситуациях.
12. Памятка наркозависимому (Приложение 6).
13. Памятка родителям от ребенка-наркомана (Приложение 6).

## 15. Папка нового участника

Каждый новый участник в группе – это событие не только для него самого, но и для всей группы. От того, как встретят вновь пришедшего, зачастую, зависит придет ли он в следующий раз. Понравится ли ему атмосфера, найдет ли он общий язык с другими участниками, получит ли он необходимую информацию и поддержку – вот те главные вопросы, которые должен задать себе каждый участник группы, принимающей новичка.

Но помимо живого общения новый участник должен получить нечто такое, что он унесет с собой, что будет напоминать ему о первой встрече с новым для него сообществом. Таким материальным выражением внимания может стать, например, небольшая иконка того святого, в честь которого назван храм, где собирается группа, небольшое карманное издание Святого Евангелия, буклет с контактами и расписанием работы православных групп поддержки в данном регионе или какой-либо другой подарок, который будет вручаться каждому новому участнику группы. Это может быть не одна вещь, а целый набор или папка. Мы предлагаем список материалов, которые целесообразно включить в такой набор.

**«Папка нового участника»** для наркозависимых:

- Контакты и расписание работы группы.
- Список работающих в регионе православных групп поддержки.
- Евангелие.
- Список рекомендуемой литературы (Приложение 5).
- Список рекомендованных к просмотру видеофильмов.
- Рекомендации для участников группы (Глава 9).
- Памятка наркозависимому (Приложение 6).

**«Папка нового участника»** для близких:

- Контакты и расписание работы группы.
- Список работающих в регионе православных групп поддержки.
- Евангелие.
- Список рекомендуемой литературы (Приложение 5).

- Список рекомендованных к просмотру видеофильмов.
- Памятка родителям от ребенка-наркомана (Приложение 6).

## 16. Часто возникающие организационные вопросы

Во время проведения Skype-конференций по созданию и проведению православных групп поддержки были предложены к обсуждению вопросы и выработаны рекомендации по их решению:

**«Некоторые из участников говорят, что незачем создавать православную группу, можно пользоваться опытом параллельных сообществ. Что делать?»**

- Провести беседу на эту тему, возможно в присутствии священника.
- Стремиться к всеобщему пониманию – нельзя обесценивать работу православных групп только потому, что они еще не распространены повсеместно и не имеют пока своей длинной истории существования. Пройдет еще немало лет, прежде чем православные группы поддержки укоренятся и приживутся в церковной среде.
- Напоминать участникам о том, что в православных группах поддержки речь ведется не только о преодолении зависимости, но и о спасении души.

Важно помнить о целях, ради которых работает ваша группа и не пытаться решить всех проблем каждого из участников сразу.

**«Чем можно наполнить внутреннее содержание православной группы поддержки или самопомощи? Какие инструменты преодоления кризиса можно использовать?»**

- Использование элементов программы социальной реабилитации в церковной общине. Под чутким руководством наставника выполнять задания из программы, а затем сдавать их в рамках тематической «группы по заданиям».
- Чтение и обсуждение отрывка Евангелия.
- Подготовка одним из участников какой-либо актуальной «Темы дня» и совместное ее обсуждение на собрании.
- Беседа с батюшкой в рамках собрания.

- «Непридуманные истории» – один из участников рассказывает о своем опыте выздоровления.
- Проработка личностных проблем в рамках «группы по профилактике срыва».

**«Как привить правильное отношение к послушанию у участников?»**

- Поднимать вопрос о послушании на собраниях группы, возможно в присутствии священника.
- Устраивать собрания, или выделять для этого время на собраниях.
- Устраивать тематические выступления одного из участников готового поделиться опытом по этому вопросу.
- Мотивировать собственным примером.
- Распределить ответственности в группе (добровольные послушания), желательно на определенный срок (неделю или месяц), по очереди.
- Устраивать совместные субботники и другие коллективные мероприятия.
- Организовывать совместный досуг.

**«Могут ли в группах для наркозависимых принимать участие алкозависимые?»**

- Да, могут, но нужно следить за тем, чтобы не снизилась эффективность помощи наркозависимым.
- В любом случае, алкозависимых выгонять из группы нельзя. Они обычно даже положительно влияют на общую атмосферу в группе.
- В случае, если в группе произойдет смена состава участников (останутся одни алкозависимые), группа просто переориентируется и поменяет профиль на помощь алкозависимым.

**«Как себя вести ведущему группы, когда кто-то из участников начинает рекламировать сторонние организации, сообщества, и т.п.»**

- Прописать в правилах группы: «не рекламировать сторонние организации или сообщества».

- Если кто-то из участников начинает рекламу или агитацию, дожидаться паузы и сделать объявление, что это делать запрещено. Можно делать объявления о работе данной группы или данного сообщества, время для этого будет выделено в конце собрания.
- Делать объявления в начале или в конце собрания о том, что мы несем ответственности за те объявления, которые делаются не ведущим собрания.

**«Каким образом проводить «профилактику срыва» в смешанных группах (зависимые + близкие)»**

- Нужно разделять группы, профилактика только для зависимых.
- Если назрела необходимость, создать параллельно группу для зависимых и объявить об этом в смешанной группе.

В последующих изданиях данного методического пособия список часто возникающих организационных вопросов будет дополняться.

**18. Взаимодействие и обмен опытом между членами содружества православных групп поддержки.**

Когда церковный человек заходит в храм, он всегда безошибочно определяет и по внешним признакам, и на уровне ощущений, что он находится именно в православном храме, где ему все знакомо: и внутреннее убранство, и облачения священников, и образы на иконах, и чтение молитв. Русская Православная Церковь даже в самом отдаленном уголке нашей родины и далеко за ее пределами свято хранит чистоту соблюдения канонов и традиций, совершения таинств и обрядов.

Идентификация по внешним и внутренним признакам крайне важна и для православных групп поддержки. Человек, нуждающийся в помощи, должен иметь возможность в любом регионе посетить православную группу поддержки. Это достижимо при условии, что все православные группы будут работать по одной схеме, в одном смысловом поле, иметь одну идеологию. Это достигается путем взаимодействия и выработки единых критериев работы групп.

**Цели** такого взаимодействия – повышение качества и эффективности работы групп.

**Задачи** – обмен опытом, совместная разработка методических материалов, решение сложных вопросов и спорных ситуаций, под-



держка помогающих, супервизорная помощь, обмен информацией о проведении обучающих мероприятий и конференций.

Координационным центром по противодействию наркомании Отдела по церковной благотворительности и социальному служению Русской Православной Церкви (КЦ) организованы Skype-конференции для организаторов и ведущих православных групп поддержки наркозависимых и их близких. Skype-конференции проводятся ежемесячно для обмена опытом и решения текущих проблем. Желающим принять участие в работе таких конференций, необходимо отправить заявку (просьбу) сотрудникам КЦ. Контакты КЦ указаны в приложении.

В ближайшее время готовится объединение православных групп поддержки в единое сообщество под названием «Содружество православных групп поддержки наркозависимых и их значимых близких», что облегчит взаимодействие, позволит оперативно решать вышеуказанные задачи и поможет страждущим находить подходящую православную группу поддержки.

Формируется единая база православных групп на канонической территории Русской Православной Церкви. Информация о действующих православных группах поддержки собрана в Приложении 6.

## **ЧАСТЬ 2. АЛГОРИТМ СОЗДАНИЯ ПРАВОСЛАВНОЙ ГРУППЫ ПОДДЕРЖКИ НАРКОЗАВИСИМЫХ**

Люди со схожими проблемами легче переживают сложные ситуации, когда общаются между собой и помогают друг другу. У тех, кто уже давно расписался в своей беспомощности и считают себя больными, немощными, нуждающимися, появляется возможность проявить себя в другой роли – чем-то поделиться, помочь, поддержать, что, безусловно, повышает самооценку и позволяет переосмыслить происходящее.

Итак, предположим, что у нас созрела идея создать православную группу поддержки. С чего начать? Что для этого нужно? Совершенно очевидно, что одного желания недостаточно. Это трудоемкий процесс, требующий определенных знаний, навыков, сил, времени и терпения.

Организовывать и руководить группой поддержки могут как сами зависимые (получатели помощи), так и не имеющие химической зависимости сотрудники храмов, церковных организаций, общин, братств, в том числе и священники. Главное в процессе формирования группы создать атмосферу взаимного доверия, предоставить возможность взаимного обмена опытом, развивать чувство сопричастности каждого из членов группы к общему делу.

Мы изучили опыт ученых С.М. Бабина, О.М. Василенко и Т.А. Тевелевой, которые разработали пошаговую инструкцию по созданию группы самопомощи. Осмыслив и переработав данный опыт, мы представили его в данном методическом пособии в виде алгоритма по созданию православной группы поддержки.

### **Этапы организации группы**

#### **1 ЭТАП. Поиск людей, которые разделяют Ваши интересы**

На начальном этапе необходимо изучить поле деятельности, в которое вы хотите войти. Кто занимался этим раньше или занимается сейчас? Желательно познакомиться с этими людьми, посетить их собрания, попросить материалы, которые будут полезны для создания вашей группы. Нужно понять и прочувствовать, как они работают. Вы можете взять из их опыта то, что считаете наиболее эффективным, интересным, удачным и использовать в своей группе.

Затем следует найти тех, кто не просто желает присоединиться к участию в группе, а готов помочь в ее создании и проведении собраний. Обязательным условием существования православной группы считается наличие духовника. Позаботьтесь о том, чтобы священник участвовал во всех значимых для группы событиях, начиная с ее формирования. Важные решения принимайте с благословения и только после беседы с духовником.

Впереди много работы, связанной с информационным сопровождением, проведением встреч, организацией чаепитий и т.д., с которыми сложно справиться в одиночку. Если у вас есть единомышленники, способные разделить ответственность за группу, это может предотвратить ряд проблем организационного характера, в том числе и развал группы. Очень важно помнить о том, что основа работы в группах – это «взаимопомощь».

Каждый из членов группы должен четко осознавать цель работы группы. Если она четко и ясно сформулирована, потенциальному или новому участнику будет проще оценить, подходит ли ему данная группа.

## **2 ЭТАП. Поиск места и времени собраний**

На этапе поиска помещения для проведения встреч группы следует учитывать те факторы, которые мы перечислили в 7 главе первой части данного пособия.

Чаще всего местом собраний православных групп поддержки становятся воскресные школы, трапезные, конференц-залы и другие помещения, находящиеся при храмах.

Посоветовавшись, выберите удобное для всех время и периодичность собраний. Многие предпочитают собираться 1 раз в неделю по вечерам, в одно и то же время, чтобы было легче запомнить. Каждый из участников должен быть уверен в том, что группа состоится в назначенное время, поэтому важно, чтобы ведущий был взаимозаменяем и заблаговременно заботился о предстоящем собрании. Определите продолжительность ваших собраний (обычно, они длятся 1 - 2 часа, в зависимости от формата группы).

После того, как вы поразмышляете и, посоветовавшись с духовником и другими активными членами группы, примете решение о том, кто может посещать ваши собрания и определите условия член-

ства, можно наметить дату и объявить о первом собрании группы. Для этого можно воспользоваться всеми доступными средствами коммуникаций, от социальных сетей в интернете до «сарафанного радио», расклеить объявления, распространить листовки, оповестить врачей в наркологических клиниках, попросить знакомых распространить информацию и т.д.

Первое собрание очень важно. Для группы должно быть готово нечто больше, чем просто выбрать время и место. Первые впечатления важны, поэтому убедитесь, что у вас есть кто-то, кто будет приветствовать людей, когда они войдут, необходимо чтобы каждый чувствовал себя желанным.

Важно чтобы первое собрание пошло в нужном направлении. Возможно будут люди, которые будут видеть друг друга впервые, и каждому предстоит решить, захочет ли он прийти снова, участвовать в группе. Первое собрание послужит фундаментом для всех остальных, поэтому очень важно задать тон встречи.

## **3 ЭТАП. Определение целей и формата группы**

Прежде чем группа начнет работать, нужно определить ее назначение. Для кого создается группа? Для чего она создается? Какова будет структура ее собраний? В каком формате будут проходить собрания и чем на них заниматься? Это может быть, как эмоциональная и духовная поддержка или взаимопомощь, так и тематические встречи, просвещение в вопросах зависимости или работа по профилактике срыва. Когда будут сформулированы цели и задачи, лучше всего будет прописать их и вложить в папку ведущего для того, чтобы они всегда были под рукой. Цели помогут определить функции ведущего. Хорошей мыслью является формулировка цели группы на каждом собрании, как напоминание для постоянных членов и для ориентации новых.

После того как определены цели, можно обговорить и выбрать удобный именно для ваших условий формат группы. Будет это группа самопомощи или поддержки, группа по работе с наркозависимыми или их близкими, группа по заданиям или профилактика срыва – все будет зависеть от ваших ресурсов и возможностей и нужд членов группы. Примерную структуру и содержание собраний, на примере Московских православных групп поддержки, мы привели в приложениях в конце брошюры.



Вопрос конфиденциальности также лучше всего обговорить на первом собрании и принять решение о том, насколько конфиденциальна информация, произносимая на группе. Каждый из членов группы должен быть уверен, что то, что он произносит, чем делится во время собрания, не покинет стен помещения, где проходит группа. Важно, чтобы все чувствовали себя безопасно и комфортно.

Во время формирования группы следует подумать о том, чем могут помочь группе каждый из ее участников? Существует практика разделения ответственности. На православных группах это послушания, которые добровольно принимают участники и стараются с усердием выполнять в течение определенного срока.

#### **4 ЭТАП. Развитие группы**

Роль ведущего в группах поддержки состоит в том, чтобы помочь членам группы осознать свою проблему, а затем помочь в ее решении. Конечно, один человек не может взять на себя ответственность за все сферы, он рискует быть перегружен ответственностью, что приведет к его скорому выгоранию. С другой стороны, если группа зависит от одного человека, то существует опасность сбоя или прекращения ее работы, если куратор группы заболел или по каким-либо другим причинам оставил руководство группой. Чтобы этого не случилось следует развивать разделение руководства.

С первого дня работы группы вовлекайте ее членов в процесс, поощряйте их участие, развивайте их умения, обсуждайте кто и за что может взять на себя ответственность. Некоторые люди думают, что лидерами рождаются, а не становятся. Но лидерство – это совокупность изучаемых умений (навыков), которыми могут овладеть все члены группы, делая это или обучаясь этому!

Большинство групп поддержки переживают моменты кризиса, когда они теряют импульс, приходят в упадок, сокращается число членов группы, возрастают проблемы, группа перестает работать. Нередко участники начинают бунтовать, требовать перемен или разнообразия. Кому-то может показаться, что группа должна давать ему больше, или наоборот он захочет выполнять больше задач, принимать более деятельное участие. Как замотивировать участников на дальнейшее посещение группы и участие в ее развитии и руководстве?

- Посоветуйтесь с духовником и другими активными членами группы.
- Попытайтесь вовлечь участника в работу вне группы. Можно попросить его расклеить объявления, нарисовать плакат, организовать паломническую поездку или поход в кино, быть контактным лицом группы, чтобы принимать звонки и т.п. Одним словом, попытайтесь задействовать его личные качества чтобы вовлечь в деятельность, связанную с работой группы.
- Пересмотрите время и место собраний. Возможно удастся найти более удобные и комфортные варианты.
- Создайте интересную деятельность и вовлекайте в нее участников.
- Пытайтесь вести дела группы вне собраний.
- Заведите журнал учета и отмечайте посещаемость.
- Организуйте чаепития на собраниях.
- В подходящее время, будет уместен и юмор.
- Устраивайте культурные походы, совместные участия в Богослужениях.
- Поощряйте взаимодействие участников на собраниях и вне группы.
- Будьте на связи! Создайте страничку группы в соц. сетях, или общий чат в мобильных сервисах, это обеспечит общение вне собраний.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

#### Руководство для ведущего православной группы самопомощи наркозависимых «СРЕДА» (г. Москва)

##### 19:00. НАЧАЛО

Здравствуйте! Меня зовут ....., я приветствую вас на собрании православной группы самопомощи для наркозависимых «СРЕДА».

Наше собрание начинается с молитвы «Царю Небесный...»

Всех нас объединяет одна проблема – зависимость от веществ, изменяющих сознание, и от этого страдаем не только мы, но и наши близкие. Мы собираемся, чтобы поделиться опытом, надеждами и переживаниями, радостью и успехами, найти понимание, сочувствие и самое главное – поддержать друг друга!

Собрание длится 1,5 часа и заканчивается в 20:30. Вначале мы знакомимся, приветствуем тех, кто пришел к нам впервые, делимся впечатлениями от прошедшего дня или недели. Затем беседуем на выбранную тему дня, которую может предложить и подготовить любой участник группы заранее. Обсуждаем, делимся опытом по предложенной теме. Во второй части собрания, темы или вопросы для обсуждения предлагаются участниками группы. Перед завершением (20:20) мы читаем отрывок из дневного Евангелия, который послужит напутствием на предстоящий день, и подводим итоги встречи.

##### Правила нашей группы:

(правила зачитывают по очереди сами участники)

- Все сказанное и услышанное остается в пределах комнаты, где проходит собрание.
- На наших собраниях принято говорить только по очереди, не перебивая друг друга.
- Мы не осуждаем и не даем оценок чужим поступкам или намерениям.
- Мы не рекламируем другие сообщества и организации.

- Мы не употребляем ненормативную лексику и не ведем себя агрессивно.
- Мы не спорим и не вступаем в дискуссии на духовные темы, а политики не касаемся вовсе.
- Мы стараемся уделить особое внимание новичкам. Они очень нуждаются в нашей поддержке!
- Мы не поучаем, не даем «профессиональных советов», даже если давно посещаем наши собрания
- На собраниях мы говорим только о своем опыте, чувствах и переживаниях: говорим всегда «я», а не «мы», «ты» или «кто-нибудь».
- Мы не осуждаем тех, кто сорвался, а стараемся их поддержать!
- Мы собираемся для того, чтобы помогать друг другу, поэтому говорим открыто о своих проблемах.
- На наши собрания не принято приходить в нетрезвом виде. Если же один из нас употребляли сегодня и пришел – он может присутствовать, но должен воздержаться от высказываний!
- Опоздавший также лишен права высказываться на 15 минут.
- Следует помнить о том, что мы собираемся на территории, предоставленной Церковью.
- Соблюдать дисциплину во время собрания – ответственность каждого, а не только ведущего.
- Пожалуйста, отнеситесь с пониманием, если ведущий будет прерывать вашу речь звонком, это лишь соблюдение регламента и правил, а не личное оскорбление.
- Мы стремимся участвовать в делах группы (помощь в уборке помещения, приготовление чая на наших встречах и т.д.).
- Мы отключаем сигнал своих телефонов и стараемся не пользоваться им во время собрания.

А теперь давайте по очереди представимся и вкратце расскажем, кто с чем пришел. С какими чувствами?

«**ТЕМА ДНЯ**». Участник зачитывает подготовленную тему. Каждый имеет право высказаться и принять участие в обсуждении.

**ВНИМАНИЕ!** Если на группе присутствует новичок, тема дня «С чего начать выздоровление?».

Продолжим наше собрание. Есть ли у кого-нибудь желание предложить тему для обсуждения? Хочу напомнить всем о том, что мы воздерживаемся от осуждения или оценок. Мы можем поделиться своим опытом или соображениями по предложенной теме и говорим о себе! Ваш вопрос или предложенная тема не обязательно должны быть связаны с темой зависимости. Мы с радостью готовы поговорить о духовном или насущном.

### **20:20. ЕВАНГЕЛИЕ**

Чтение отрывка дневного Евангелия (напутствие на предстоящий день, неделю).

### **20:25. ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Наше собрание подходит к концу. Давайте подведем итоги, кто с чем уйдет сегодня, после нашего собрания. Хочет ли кто-нибудь поделиться впечатлениями или высказать свои пожелания по поводу проведения нашей группы? С какими чувствами вы уходите?

*Пауза для ответов!*

Если, в силу каких-то причин, Вы не смогли или не успели высказаться, можете сделать это сейчас, но очень кратко, либо подойти лично к ведущему после собрания.

*Пауза для ответов!*

Если у Вас есть объявление, связанное с работой группы, можно сделать его сейчас.

*Пауза для ответов!*

Если до конца собрания остается время, играем «Я хочу, чтобы вы знали обо мне...»

Каждый участник, по кругу должен рассказать о себе как минимум 3 вещи, которые он не скрывает от остальных, при этом он начинает свое высказывание фразой «Я хочу, чтобы вы знали обо мне...»

В завершение собрания мы читаем молитву «Достойно есть...»

### **20:30. СОБРАНИЕ ОКОНЧЕНО.**

Храни вас Господь!

После окончания группы, ведущий контролирует уборку помещения, выключение электроприборов, закрытие окон и т.п.

## **Приложение 2**

### **Руководство ведущего православной группы поддержки значимых близких и родственников наркозависимых «ВЕШНЯКИ» (г. Москва)**

#### **19:00. НАЧАЛО**

Здравствуйте! Меня зовут ....., я приветствую вас на собрании православной группы поддержки для близких и родственников наркозависимых.

Наше собрание начинается с молитвы «Царю Небесный...»

Всех нас объединяет одна проблема – в нашей семье есть зависимый человек, и от этого страдает вся семья. Мы собираемся, чтобы поделиться опытом, надеждами, переживаниями, радостью и успехами, найти понимание, сочувствие и самое главное – поддержать друг друга!

Собрание состоит из двух частей. В первой части мы знакомимся, приветствуем тех, кто пришел к нам впервые. Затем беседуем на выбранную тему дня, которую может предложить любой участник перед началом, обсуждаем, делимся опытом по предложенной теме. В 19:45 перерыв: можно попить чай, подышать воздухом, пообщаться друг с другом, познакомиться поближе. Во второй части собрания мы читаем отрывок из воскресного Евангелия этой недели и кратко беседуем по прочитанному. Затем мы готовы обсудить предложенные вами вопросы или проблемы. В конце собрания мы вместе с вами подводим итоги.

#### **Правила нашей группы:**

- Все сказанное и услышанное остается в пределах комнаты, где проходит собрание.
- На наших собраниях принято говорить по очереди, не перебивая друг друга.
- Мы не осуждаем и не даем оценок чужим поступкам или намерениям.
- Мы не употребляем ненормативную лексику и не ведем себя агрессивно.
- Мы не поучаем, не даем «профессиональных советов», даже если давно посещаем собрания.

- На собраниях мы говорим только о своем опыте, чувствах или переживаниях: говорим всегда «я», а не «мы», «ты» или «кто-нибудь».
- Мы собираемся для того, чтобы помогать друг другу, поэтому говорим открыто о своих проблемах.
- Мы не спорим и не вступаем в дискуссии на духовные темы, а политики не касаемся вовсе.
- Мы стремимся участвовать в делах группы (помощь в уборке помещения, приготовление чая на наших встречах и т.д.)
- Следует помнить о том, что мы собираемся на территории, предоставленной Церковью.
- Пожалуйста, отнеситесь с пониманием, если ведущий будет прерывать вашу речь звонком, это лишь соблюдение регламента и правил, а не личное оскорбление.
- Просим Вас воздержаться от рекламы других сообществ или организаций. Напоминаем Вам, что мы несем ответственность только за ту информацию, которая предоставлена ведущими.
- На время собрания мы отключаем телефоны или переводим их на беззвучный режим.

А теперь давайте по очереди представимся и вкратце расскажем кто с чем пришел. Если Вы не впервые на группе, то можете поделиться тем, какие изменения произошли в вашей жизни с момента начала посещения наших собраний или после последнего собрания.

Тема дня (предлагается к обсуждению участниками, либо выбирается ведущим)

#### **19:45. ПЕРЕРЫВ 15 МИНУТ**

#### **20:00** Чтение отрывка дневного Евангелия

Мы послушали отрывок из Евангелия. Если у кого-то из вас есть желание высказаться по поводу услышанного, можно поделиться своими мыслями.

Продолжим наше собрание. Есть ли у кого-нибудь желание предложить тему для обсуждения? Хочу напомнить всем о том, что мы воздерживаемся от осуждения или оценок. Мы можем поделиться своим опытом или соображениями по предложенной теме и говорим о себе!

Ваш вопрос или предложенная тема не обязательно должны быть связаны с темой зависимости. Мы с радостью готовы поговорить о духовном или насущном.

#### **20:50. ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Наше собрание подходит к концу. Давайте подведем итоги. Что нового вы открыли для себя сегодня? Какие возникли мысли? Можно поделиться впечатлениями или пожеланиями по поводу проведения нашей группы.

Пауза для ответов.

Если в силу каких-то причин, вы не смогли или не успели высказаться, есть возможность сделать это сейчас очень кратко, либо подойти лично к ведущему после собрания.

Пауза для ответов.

Если у Вас есть объявление, связанное с работой группы, можно сделать его сейчас.

Пауза для ответов.

В завершение собрания мы читаем молитву «Достоинство есть...»

#### **21:00. СОБРАНИЕ ОКОНЧЕНО**

Храни вас Господь!

После окончания группы, ведущий контролирует уборку помещения, выключение электроприборов, закрытие окон и т.п.

### **Приложение 3**

#### **Руководство для ведущего православной группы по профилактике срыва наркозависимых «НА СТАНИСЛАВСКОГО» (г. Москва)**

Группа начинается с молитвы «Царю Небесный...»

«Здравствуйте, меня зовут ....., я зависим от (назвать предмет(ы) зависимости). Добро пожаловать на православную группу по предотвращению срыва и саморазрушающего поведения.

На группе не присутствуют люди, употреблявшие сегодня химические вещества, изменяющие сознание. Мы просим покинуть собрание тех, кто сегодня употреблял. Приходите, когда вы будете трезвыми. Спасибо.»

**Введение:**

Группа по предотвращению срыва – это структурированная встреча, разработанная для того, чтобы помочь склонным к срыву людям, страдающим зависимостью, распознавать приближающийся срыв и научиться управлять его симптомами. Группа создана как добровольная организация самопомощи. Для вступления в неё не требуются ни взносы, ни сборы, ни специальное членство. Основная задача данной группы – помочь склонным к срыву людям в определении своих индивидуальных проблем, а также организация встреч, на которых эти люди могли бы оказывать друг другу обоюдную помощь и поддержку в периоды кризисов.

Группа по предотвращению срыва разработана для совместной работы с другими группами поддержки и самопомощи. Она также рассчитана на сотрудничество с профессиональными консультантами. Группа по предотвращению срыва не рассчитана на замещение других групп или профессиональной помощи.

Единственным условием для вступления в данную группу является ряд честных попыток предотвращения срыва в периоды трезвости, не увенчавшихся успехом, а также опасения, что срыв может случиться. Члены групп самопомощи по предотвращению срыва выяснили, что люди склонные к срыву переживают многочисленные неудачи в попытках выздоровления. История неудач часто приводит их к тому, что они сами начинают считать себя неудачниками. В связи с тем, что уникальные проблемы таких людей зачастую соседствуют с целой вереницей неудач на пути выздоровления, то подобным людям необходима специальная группа поддержки, в которой они смогут обрести помощь от стабильно выздоравливающих людей, испытывавших когда-то подобные неудачи.

Множество признаков, предупреждающих о срыве, развиваются незаметно для склонных к срыву людей. Группа по предотвращению срыва имеет целью обеспечение обратной связи между её членами, которые смогут сообщать о наблюдаемых друг у друга признаках срыва. Основными факторами, благодаря которым группы по предотвращению срыва считаются такими эффективными, являются:

- а) ежедневная инвентаризация, позволяющая распознавать симптомы приближающегося срыва на ранних стадиях;
- б) попытки приостановить симптомы раньше, чем они выйдут из-под контроля;

- в) открытые беседы с другими членами группы о признаках срыва, и возможных способах их предотвращения.

По опыту людей, входящих в состав подобных групп – нет безнадежных зависимых и созависимых. Выздоровление возможно даже для людей с хроническими срывами и длинным рядом неудачных попыток остаться трезвыми. Ключом к выздоровлению считается профессиональный уход за подобными людьми, участие в группах поддержки и самопомощи, и специальные шаги планирования предотвращения срывов.

**Представление участников:**

Давайте представимся и назовем зависимости, которые привели нас в группу.

Как я уже сказал, меня зовут....., я зависим от (назвать предмет зависимости).

**Правила группы:**

Просьба не использовать ненормативную и грубую лексику и помнить, что помещение, в котором мы находимся освящено и в нем есть иконы. Не ходите во время группы, выключите или поставьте в беззвучный режим средства сотовой связи, не включайте чайник во время работы группы. Не заходите в другие помещения, кроме туалетов на 2 этаже. Если нужно выйти, то делайте это между высказываниями, не отвлекая других. Во время группы не спорьте и не критикуйте ведущего. Вопросы и конфликты в группе, которые может предложить любой участник, решайте на рабочих собраниях путем голосования. Помните о том, что ведущий облечен вашим доверием и доверием руководства данного помещения и вправе корректировать ход собрания по своему усмотрению. Не забывайте о времени, отведенном на высказывания, чтобы возможность высказаться имел каждый (время на высказывания определяет ведущий в зависимости от того сколько людей находится на группе). В напоминание я буду звонить в колокольчик, прошу не воспринимать это близко к сердцу. Помните, что группа несет материальную ответственность за порчу имущества, поэтому ничего не трогайте без необходимости. А если что-то не знаете, то лучше спросите у ведущего.

Есть также классические правила для нашей группы:

- **КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ.** Все сказанное на группе больше нигде не обсуждается и не разглашается.

- **ОТКРОВЕННОСТЬ.** Если не готов сказать правду – лучше не говорить ничего, но не врать.
- **ПРАВО НА «СТОП».** Если не хочешь отвечать на какой-то вопрос или делать какое-то задание, можно отказаться, но с объяснением причин отказа.
- **ГОВОРИТЬ ТОЛЬКО О СЕБЕ И ОТ СЕБЯ,** а не о других людях, чьих-то теориях, или вещах, не относящихся к теме.
- **НЕ ОТВЛЕКАТЬСЯ.**
- **ОБРАЩЕНИЕ ПО ИМЕНИ И НА «ТЫ».** Исключение составляют священнослужители, которые могут быть приглашены на группу.

### **Минута молчания**

Давайте минуту помолчим, расслабимся и подумаем, зачем мы сюда пришли, что хотим здесь оставить, что хотим получить и сосредоточимся на группе.

### **Круг по чувствам**

Ведущий дает «листок с чувствами» (на листке перечислены основные чувства человека) и участники говорят, что они чувствуют в данный момент, например, «я чувствую грусть, тоску, печаль и т.д.»

### **План группы**

Рассказать план проведения группы и спросить, кто хочет получить обратную связь во второй части группы.

### **ЧАСТЬ 1**

В первой части, когда говорит один человек, а другие слушают, конфронтация или обратная связь запрещены.

- Какие были предвестники за неделю, что с ними делали и что помогло, а что нет (30 минут).
- Чтение книги или какой-нибудь лекции, которую заранее назначает ведущий (10-15 минут), работа по Рабочей тетради ППС.
- Обсуждение прочитанного (10-15 минут).

*Перерыв (20 минут).*

### **ЧАСТЬ 2**

#### **Обратная связь**

Обратная связь дается в форме оценки.

Человек, желающий услышать мнение о той или иной части своего выздоровления, должен вкратце рассказать и очертить круг своих проблем (10-15 минут). Потом задаются вопросы по одному по кругу, можно пропустить, но потом всё равно вопрос задать. Затем вопросы задаются вразнобой (10 минут).

На вопросы существует «правило СТОП»: рассказчик может отказаться отвечать на вопрос, желательнее объяснив причины отказа. Ведущий следит за тем, чтобы обратная связь была без оскорблений и нравоучений (15-20 минут).

На обратную связь «правило СТОП» не действует.

Обратная связь состоит из основных вопросов:

- Что я думаю о том, что было сейчас рассказано?
- Что я чувствовал, когда это рассказывалось?
- Что отдаляет рассказчика от срыва?
- Что приближает его к срыву?

Если никто не хочет получать обратную связь, то используется «метод мячика»: ведущий, по своему усмотрению, одному из членов группы дает мячик, который должен рассказать о своих проблемах и ответить на вопросы других участников. Если он не хочет получить обратную связь, то он передает мячик дальше другому участнику группы. После того, как человек получит обратную связь, спросить у него, что он чувствует.

#### **Домашнее задание**

Ведущий назначает, кому подготовить лекцию к следующей группе, дает домашнее задание по рабочей тетради.

Также ведущий объявляет время и место следующей встречи.

#### **Круг по чувствам**

Участники обмениваются тем, какие чувства они испытывают в данный момент.



## Заключение

В заключении я хочу сказать, что мы убеждены в том, что основная проблема некоторых выздоравливающих людей в незнании многих важных вещей. Чем больше мы узнаем о зависимости, тем эффективнее сможем помогать друг другу на пути выздоровления. Слепой страх срыва больше не должен одолевать вас. Чем больше мы узнаем о процессах, связанных с возникновением срыва, тем четче сможем определить пути, с помощью которых можно его предотвратить.

Также в заключении, я хочу процитировать девиз следующей недели для размышлений (на выбор ведущего):

- Мы не здоровы настолько, насколько не высказались и не выслушали другого человека.
- Выздоровление от зависимости – долгосрочный процесс, который не может быть легким.
- Выздоровление требует полного воздержания от алкоголя и наркотиков, предметов и состояний, а также активных усилий, направленных на психологический и духовный рост.
- Понимание само по себе не приведет к выздоровлению. Новое понимание должно выражать себя в конкретных действиях.
- Периодически застревать на дороге выздоровления – это нормально и естественно. То, застреваете вы или нет, не считается успехом или поражением, но то, как вы справляетесь с трудными местами, считается.
- Все, чем мы здесь делимся в доверии, не выходит за пределы нашего собрания.
- Если нам плохо, нам нужна группа. Если нам хорошо, мы нужны группе. Мы получаем тогда, когда отдаем.
- Группа может дать инструменты для выздоровления, но освобождает Бог!

Ведущий объявляет время и место следующей встречи, назначает докладчика

Группа завершается молитвой «Достойно есть...»

## Приложение 4

### «Тема дня». Примерный список тем и вопросов для использования ведущими (из практики работы православных групп поддержки).

#### Для группы наркозависимых:

- Какое поведение родных и близких подтолкнуло Вас к желанию выздоровления от зависимости?
- Как вести себя, когда чувствуешь, что приближается срыв?
- Как выстраивать «границы» в своей жизни?
- Есть ли возможность выздоравливать двум зависимым разного пола, при этом сохраняя отношения?
- Как стресс может влиять на риск срыва и что с ним делать?
- Как относиться к критике (замечаниям), меняется ли отношение к критике со временем?
- Как вести себя при встречах со «старым другом», находящемся в употреблении?
- Как трезво отмечать праздники?
- Как научиться говорить «нет»?
- Как научиться обращаться за помощью?
- Как не впасть в «прелесть»?
- Можно ли выздороветь от зависимости окончательно?
- С чего начать выздоровление?
- Как вести себя выздоравливающему в ситуации, когда близкий знакомый, находящийся в срыве, просит о помощи, но отказывается от всех предложений?
- Что такой «душевность»? Плохо это или хорошо?
- Как лучше сказать моим «друзьям» о моем решении не употреблять?
- Как жить «здесь и сейчас».
- Я никого не люблю, как быть?



- В рабочем коллективе принято выпивать по праздникам и не только. Как избежать участия в подобных мероприятиях, никого не обидев?
- Как бороться с напряжением?
- Как научиться держать слово/обещание?
- Надо ли спорить/доказывать правоту в вопросах веры?
- Зачем нужен духовник. Как его найти?
- Почему отношения с противоположным полом могут привести к срыву?
- Может ли человек не грешить?
- Чудеса Божии в моей жизни.
- Срыв и пути выхода из него.
- Мешает ли «мир» моему духовному росту?
- Какие «инструменты» выздоровления я использую в трезвости?
- Общение с семьей в трезвости.
- Прием нового участника в группу.
- Предвестники срыва.
- Стоит ли говорить независимому человеку о своей зависимости?
- Как бороться с гневом и раздражением, особенно в семье?
- Эгоизм. Как с ним бороться?
- Что такое созависимость?
- Польза и вред от телевизора.
- Как различать лень или усталость?
- Ложь. Как научиться не врать?
- Нужно ли вести план выздоровления?
- Встреча с друзьями. Как проводить?
- Почему группа так действенна?
- Боязнь молитвы (начинаю ходить в храм, молиться, приходят искушения, и я срываюсь).

- Опыт выздоровления.
- Что приятнее отдавать или брать?
- Что такое пост?
- Что такое зависть. Как с ней бороться?
- Позвонил/зашел/ встретился «соупотребитель». Как быть?
- Что делать, если произошел срыв?
- Как бороться с ленью?
- Как структурировать свою жизнь? Самоорганизация.
- Как жениться/обеспечивать свою семью, если маленькая зарплата?
- Чувство вины. Как с ним справляться?
- Преодоление трудностей, стресса.
- Мешают ли блудные отношения выздоровлению?
- Как реагировать, когда на меня обижаются?
- Отношение к употребляющим людям.
- Пост. Что это для меня?
- Что такое любовь? Как понять, она/не она?
- Можно ли жить трезвым?
- Проживание негативных чувств.
- Кто такой друг и что такое дружба?
- Как терпеть женщину?
- Как бросить курить?
- Можно ли быть полностью откровенным с друзьями?
- Предательство друзей. Как прожить?
- Любовь к Богу. Попущение Божие.
- Страхи по выходу из реабилитационного центра.
- Служение, послушание и их роль в выздоровлении.
- На чем базируется трезвая жизнь?

- Зависимое поведение и мышление в трезвости (их проявление).
- Эмоциональное выгорание.
- Как ограничить свое присутствие в соц. сетях? (опыт)
- Прощение и попустительство.

#### **Для группы близких и родственников наркозависимых:**

- Что такое созависимость?
- Как вести себя созависимым, когда они чувствуют, что приближается срыв близкого человека?
- Как мотивировать человека к трезвому образу жизни?
- Как выстраивать «границы» в своей жизни?
- Как построить разговор или беседу с зависимым человеком, когда он просит о помощи, желает поговорить?
- Продолжительное время нет контакта с сыном (зависимым), убегает от разговора и встреч, как матери дальше держаться? Предпринимать ли какие-нибудь действия или ждать и молиться?
- Как можно помочь человеку, который не решается остановиться от употребления?
- Что значить «заняться собой»? Что стоит за этими словами?
- Как бороться с напряжением?
- Чудеса Божии в моей жизни.
- Может ли человек не грешить?
- Что нужно делать, когда кажется, что ничего уже нельзя сделать? (зависимый отказывается принимать помощь).
- Как установить контакт с зависимым?
- Можно ли выздороветь от зависимости окончательно?
- Как сделать так, чтобы муж захотел сам что-то делать для своего выздоровления. Как пробудить в нём это желание?
- Две крайности в поведении: «спасать и тащить на себе» или «бросить и не обращать внимания». Как же правильно себя вести?
- Что делать с кредитами, вещами, сданными в ломбард?

- Как, сохраняя любовь к ближнему, позволить ему самому понести ответственность за свои поступки?
- В чем вина родителей, если дети наркоманы?
- Что значит «выйти из жизни» наркозависимого человека, чтобы он сам в себе разобрался?
- Слепая любовь, потворство болезни.

### **Приложение 5**

#### **Списки рекомендованной литературы**

##### **Для наркозависимых:**

- Святое Евангелие.
- «Достигнув дна, вернуться к свету...». ДПЦ св. прав. Иоанна Кронштадтского. М-2007
- «Яко с нами Бог». Ф.Е. Мельников (С. Лавров). М-2008
- «Бриллиантовая явь». Священник Александр Захаров. СПб-2002
- «Возвращение в жизнь». Иеромонах Анатолий (Берестов). М-2000
- «Не умру, но жив буду». Игумен Мефодий (Кондратьев), Е.Е. Рыдалевская. 2005
- «Возвращение Кая». Е.А. Савина. М-2006
- «Духовной жаждою томим». Е.А. Савина. М-2014
- «Победить свое прошлое». Исповедь – начало новой жизни / Спасо-Преображен. Соловец. ставропиг. муж. монастырь

##### **Для близких и родственников наркозависимых:**

- Святое Евангелие.
- «Созависимость – умение любить». С.Н. Зайцев. Н.Новгород-2004
- «Зависимость – семейная болезнь». В.Д. Москаленко. 2009
- «Не умру, но жив буду». Игумен Мефодий (Кондратьев), Е.Е. Рыдалевская. 2005
- «Достигнув дна, вернуться к свету...». ДПЦ св. прав. Иоанна Кронштадтского. М-2007

- «Бриллиантовая явь». Священник Александр Захаров. СПб-2002
- «Дети и молодёжь». Старец Порфирий Кавсокаливит. 2001
- «Я люблю его...». Е.А. Савина. М-2014
- Статья на сайте www.pravoslavie.ru «Оставь ребенка в покое». Архимандрит Андрей (Конанос)
- Статья на сайте www.pravoslavie.ru «Молчание Бога». Митрополит Лимассольский Афанасий
- «Победить свое прошлое». Исповедь – начало новой жизни / Спасо-Преображен. Соловец. ставропиг. муж. монастырь

#### **Для помогающих:**

- Святое Евангелие.
- Апостол.
- Документ «Об участии Русской Православной Церкви в реабилитации наркозависимых».
- «В храм пришел наркозависимый. Как помочь?». Игумен Мефодий (Кондратьев).
- «Методология социальной реабилитации наркозависимых в церковной общине».
- «Азбука помощи наркозависимым: православный взгляд». Р.И. Прищенко.
- «Остаться трезвым». Т.Т. Горски, М. Миллер.
- Святоотеческая литература.
- Вся рекомендованная литература для наркозависимых и для близких.

## **Приложение 6**

### **Памятка наркозависимому**

#### ***Дорогой друг!***

С тобой и твоей семьёй случилось большое несчастье: ты заболел наркоманией. Говорят, что наркомания – неизлечимая болезнь. Но ты не отчаивайся и не верь тому, что она неизлечима.

Сотни ребят и девушек уже избавились от этой заразы и ведут нормальный, здоровый образ жизни! Они работают, учатся, женятся, рожают детей, радуются жизни.

Наркомания – это не медицинская и не биологическая болезнь, это – болезнь духовная, следствие греха и греховного образа жизни. А грех действительно не лечится, с ним борются в Церкви верой Христовой, и здесь тебе помогает сам БОГ. Поэтому ты правильно сделал, что пришёл в Церковь – к Тому Врачу, Который лечит все болезни всех людей.

БОГ – Творец вселенной и людей, и разве может ОН не помочь ТЕБЕ, если ты пришёл к НЕМУ за помощью?

Но ты должен сделать первый шаг к НЕМУ: открыть ЕМУ свою душу, поверить ЕМУ, попросить у НЕГО помощи. БОГ в первую очередь помогает тем, кто сам первый приходит к НЕМУ с открытой душой. Наркомания – это болезнь духовная, следствие греха, поэтому ты должен осознать свою греховность, осознать, что жил до сего дня неправильно, вопреки воли БОЖИЕЙ. Это второй шаг на пути твоего выздоровления. Третий шаг – это исповедь – признание своих грехов перед БОГОМ. Мы получаем прощение своих грехов от священника, ибо БОГОМ священнику дана власть прощать людские грехи. Покаяние очищает душу от всех грехов, в которых ты покаялся.

Следующий шаг, который ты должен сделать, это не повторять грехи, в которых ты покаялся. Как это сделать – покаяться и не повторять больше эти грехи, тебе подскажут священники, врачи и те ребята, которые уже освободились от зависимости.

Следующий шаг: ты должен стремиться изменить свой греховный образ жизни, который ты вёл, и начать жить по Заветам Божиим.

Мы тебе поможем это сделать. Ты должен прекратить общение со своим наркоманическим кругом, не отвечать на телефонные

звонки твоих бывших знакомых наркоманов, и сам им не звони. Ходи в Церковь, молись БОГУ и еженедельно исповедуй свои грехи, посещай группы поддержки наркозависимых.

Помни: тебе помогут встать на новый путь жизни твои новые друзья, священники, врачи, психологи и ребята из группы поддержки – бывшие наркоманы, но прекратившие наркоманить!

Итак, жизнь и здоровье в твоих и БОЖИИХ руках.

За твоё исцеление мы не берём ни рубля, ни доллара!

Мы глубоко уверены, что там, где начинаются деньги, там кончаются Любовь и Благодать Божия!

**Желаем Тебе успехов, и да поможет Тебе ГОСПОДЬ БОГ!**

*из книги «Достигнув дна, вернуться к свету»,  
изд-во ДПЦ св. прав. Иоанна Крондштадского*

#### **Памятка родителям от ребенка-наркомана**

1. Не поддавайтесь на мои провокации и не давайте мне денег, какими бы самыми благими намерениями я это ни мотивировал. Ведь и Вы, и я знаете, как я их потрачу.
  2. Не балуйте меня и не поддавайтесь ни на мой шантаж, ни на мои угрозы. Я так проверяю границы допустимого поведения и степень Вашей «слепой» любви и выносливости.
  3. Не пытайтесь постоянно менять «правила игры» в семье в зависимости от стадии употребления наркотиков. Это лишает меня возможности приспособиться к ним, позволяет мне усомниться в их стабильности и подталкивает меня на поиск новых лазеек.
  4. Не пытайтесь жить только моей жизнью, у Вас достаточно своих целей, забот и интересов. Не поддавайтесь на мои постоянные провокации, заставляющие Вас заниматься только мной и моими проблемами.
  5. Не пугайтесь моих ломок, плохого физического самочувствия и депрессий. Чем эмоциональнее Вы реагируете, чем глубже сочувствуете и боитесь, тем больше шансов «убежать в болезнь» Вы мне даёте. Ведь это один из способов борьбы за Ваше внимание и попытка втянуть Вас в созависимость.
6. Не верьте мне, когда я хочу Вас убедить, что я ещё «маленький». Обратите внимание, что я делаю это только тогда, когда мне это выгодно. Во всех остальных ситуациях я вполне «большой» и самостоятельный. Просто я хочу таким образом избавиться от ответственности за наркотизацию и переложить её на Вас.
  7. Не пытайтесь решить за меня проблемы, возникающие в моих отношениях с окружающими, связанные с наркотиками. Не важно, с кем я пытаюсь Вас свести: с дилерами, с «коллегами» по тусовке, со своими, теперь уже бывшими, «нормальными» друзьями, с нашими общими близкими или дальними родственниками, откажитесь от принятия собственных решений. Дайте мне понять, что это у МЕНЯ возникли проблемы и «разруливать» я их тоже должен САМ.
  8. Не оправдывайте моё поведение в любых конфликтных ситуациях моей болезнью. Это приучает меня к вседозволенности, по принципу: «Какой же спрос может быть с наркомана?». Именно такая позиция мне очень удобна и выгодна.
  9. Не выполняйте за меня те домашние, учебные, служебные обязанности, которые я в состоянии выполнить сам, но манкирую ими, ссылаясь на болезнь и плохое самочувствие.
  10. Не стремитесь всё время выставить мне «оценку за поведение». Ведь те отрицательные баллы, которые я набрал на наркотиках, я пытаюсь компенсировать «примерным» выполнением всех Ваших требований и искуплением собственной вины в периоды просветления. Я выполняю Ваши желания и перестаю прислушиваться к своим. Вместо попытки проанализировать весь огромный спектр мыслей и чувств, мне остаётся одно — чувство вины, и опять хочется «сбежать».
  11. Не требуйте от меня объяснений «Почему я употребляю наркотики?» Я редко могу найти истинные причины, поэтому подменяю их простейшими внешними поводами, в которых почему-то всегда виноват кто-то другой. Чем больше Вы настаиваете на обсуждении, тем больше я привыкаю лгать не только Вам, но и самому себе.
  12. Не подозревайте меня непрерывно и не проверяйте каждый мой шаг и каждое моё слово. Это — очень унижительно. Во-первых, этим Вы ещё раз доказываете, что я не достоин Вашего доверия

и никогда не смогу его вернуть. Во-вторых, боясь очередной семейной сцены, я вынужден лгать и выкручиваться даже тогда, когда ни в чём не провинился перед Вами.

13. Не угрожайте мне всеми смертными карами, не обещайте того, чего никогда не сможете выполнить по отношению ко мне. Я же знаю Вас не один год. Ваше мужество совершить поступок и действия вместо слов, гораздо убедительнее, чем очередная словесная проработка.
14. В любой, даже самой неприятной ситуации, ведите себя достойно. Ведь наркотики могут остаться в прошлом, а уважение к Вам мне хотелось бы сохранить навсегда.
15. Не читайте мне в лоб занудные лекции о вреде наркотиков. Я знаю последствия употребления не хуже Вас. Кроме того, это, пожалуй, та тема, в которой я ориентируюсь свободнее, да и видел побольше своими глазами, а не в статьях и популярных брошюрах.
16. Не скрывайте от меня информацию, какой бы неприятной и пугающей она ни была, по проблеме наркотиков и наркотизации. Главное, чтобы она была убедительной и профессиональной, а не относилась к разряду пустых страшилок. Я не против «информационной войны».
17. Не пытайтесь приукрашивать и утаивать сведения о состоянии моего здоровья, даже если речь идёт о гепатите и СПИДе. Это информация, с которой мне всё равно придётся столкнуться. Я не смогу Вам доверять, если получу её от посторонних людей.
18. Никогда не говорите: «Я в твои годы...». Вам это кажется положительным примером, а мне прямым намёком на мою несостоятельность и никчемность. Впрочем, в Ваши годы было, конечно же, много соблазнов, но наркотиков не было...
19. Не обещайте мне награды и подарки за отказ от наркотиков, не пытайтесь меня подкупить. Эта проблема не может являться предметом торга. Я умею торговаться не хуже Вас и сделаю всё возможное, чтобы получить и то и другое. Зачем же отказываться ещё от одного УДОВОЛЬСТВИЯ, которое само плывёт тебе в руки.

20. Не принимайте близко к сердцу моё хамство, нападки и вспышки агрессии по отношению к Вам. Мне очень больно, и я не могу страдать в одиночку. Я хочу, чтобы Вы почувствовали то, что испытываю я.
21. Не отказывайте мне в праве на ошибку и срыв. Я сам буду извлекать из них уроки. Это — не повод лишать меня надежды на будущее.
22. Не защищайте меня от последствий собственных ошибок и срывов. Наркотики были МОИМ выбором, и за его последствия должен отвечать я сам.
23. Не страхуйте меня от неоправданного риска и опасных экспериментов. Безрассудство и ощущение собственного всемогущества свойственно любому подростку. Вы всё равно не сможете взять ситуацию под контроль.
24. Не отказывайте мне в праве попробовать отказаться от наркотиков самостоятельно без медицинской помощи. Я хочу ещё раз проверить себя. Просто проинформируйте меня, что я имею право только на одну попытку.
25. Не ведите со мной душевительные беседы, когда я «под кайфом», ведь я Вас не слышу. Выберите более подходящий момент.
26. Не скрывайте от значимых для меня знакомых и родственников, что я наркоман. Как бы больно и стыдно Вам ни было, их необходимо честно проинформировать, потому что это означает Вашу готовность бороться, а, кроме того, может уберечь их детей и их деньги.
27. Не обсуждайте мою наркоманию с посторонними людьми в моём присутствии, если это, конечно, не врач. Я не вижу в этом никакого смысла, кроме стремления унижить меня.
28. Не ищите во мне только недостатки, попытайтесь увидеть хоть какие-то достоинства. Если я согласился лечиться, поддержите меня и помогите мне найти врача.
29. Не пытайтесь найти «козла отпущения» и выяснять отношения с моим вторым родителем, в попытке ответить на вопрос: «Кто виноват?» Ваши ссоры только добавляют мне ощущения нестабильности. Мне кажется, что вопрос: «Что делать?» гораздо актуальнее и привносит в семью сплочённость, а не раздор.

30. Не ставьте мне в пример здорового брата или сестру, не сравнивайте наши успехи и достижения. Зависть порождает не любовь, а ненависть.
31. Не пытайтесь насильно втягивать брата или сестру в решение моих проблем. Не упрекайте их в благополучии и бессердечности. Они имеют право на свою жизнь и свою долю внимания и любви.
32. Не манипулируйте мной через мою девушку/молодого человека. Это — сфера моей ЛИЧНОЙ жизни, которая Вам не принадлежит. Постарайтесь убедить меня рассказать ей/ему о моей болезни.
33. Не скрывайте от меня своих чувств и реакций. Поделитесь со мной своей тяжестью и болью, не прячьте их. Ваше доверие только прибавит мне взрослости и ответственности.
34. Не сдавайтесь сами и не опускайте рук. Я должен быть убеждён, что Вы видите выход и знаете, какие конкретные шаги необходимо предпринять. Ваша неуверенность лишает меня надежды на выздоровление и делает все мои попытки выбраться бессмысленными.
35. Не отказывайтесь от меня. Мне ещё не раз понадобятся Ваша помощь, поддержка и оптимизм в процессе лечения.

*Ирина Данилина, кандидат психологических наук*

## Приложение 7

Общая информационная база существующих православных групп поддержки.

### Москва

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа самопомощи наркозависимых                 |
| <b>Название группы</b>  | «СРЕДА»   |
| <b>Адрес группы</b>     | г. Москва, ул. Станиславского, 20с2 (М Таганская или Римская) |
| <b>Время проведения</b> | по средам 19:00   |
| <b>Куратор</b>          | Лазарев Алексей Владиславович                                 |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (968) 712 26 26, ccfoda@gmail.com                          |

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых                 |
| <b>Название группы</b>  | «ВЕШНЯКИ»   |
| <b>Адрес группы</b>     | г. Москва, ул. Юности, 17 (М Рязанский проспект) храм Успения Пресвятой Богородицы в Вешняках |
| <b>Время проведения</b> | По пятницам 19:00   |
| <b>Куратор</b>          | Благодатских Максим Сергеевич   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (968) 582 55 45, helpjobmax@gmail.com  |

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа самопомощи наркозависимых   |
| <b>Название группы</b>  | «УСПЕНСКАЯ»   |
| <b>Адрес группы</b>     | г. Москва, ул. Юности, 17 (М Рязанский проспект) храм Успения Пресвятой Богородицы в Вешняках |
| <b>Время проведения</b> | По понедельникам 19.00  |
| <b>Куратор</b>          | Черепанов Андрей Леонидович   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (968) 712 30 30, omulka55@gmail.com  |

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа профилактики срыва наркозависимых         |
| <b>Название группы</b>  | «НА СТАНИСЛАВСКОГО»   |
| <b>Адрес группы</b>     | г. Москва, ул. Станиславского, 20с2 (М Таганская или Римская) |
| <b>Время проведения</b> | По пятницам 19:00   |
| <b>Куратор</b>          | Ахмедов Кирилл Вячеславович                                   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (968) 712 30 30, kirilahm87@gmail.com                      |



|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки нарко/алкозависимых и их значимых близких (смешанная)                |
| <b>Название группы</b>  | «АКСИНЬИНО»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Москва, ул. Фестивальная, 6 (М Речной вокзал) храм иконы Знамение Пресвятой Богородицы в Аксиньино |
| <b>Время проведения</b> | По воскресеньям в 16.00  |
| <b>Куратор</b>          | Скворцова Ирина Борисовна  |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (905) 769 55 40,<br>skvortsovapsy@gmail.com   |

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых             |
| <b>Название группы</b>  | «КУЛИШКИ»   |
| <b>Адрес группы</b>     | Москва, Малый Трехсвятительский пер., 4/6 (М Китай-Город) храм Трех Святителей в Кулишках |
| <b>Время проведения</b> | По средам 19:00   |
| <b>Куратор</b>          | Свешникова Татьяна Владиславовна  |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (916) 558 42 58  |

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа самопомощи наркозависимых  |
| <b>Название группы</b>  | «МАРЬИНО»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Москва, ул. Белореченская, вл. 41, (М Братиславская) Храм святых Жен-мироносиц в Марьино |
| <b>Время проведения</b> | по четвергам 19:00   |
| <b>Куратор</b>          | Гусев Вадим Мирчевич   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (985) 644 7937, guseff.vm@gmail.com   |

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых              |
| <b>Название группы</b>  | «ЩЕЛКОВСКАЯ»   |
| <b>Адрес группы</b>     | Москва, ул. Байкальская, 37А (М Щелковская) Храм Зосимы и Савватия Соловетских в Гальяново |
| <b>Время проведения</b> | по понедельникам 19:30   |
| <b>Куратор</b>          | Черепанов Андрей Леонидович  |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (903) 614 98 38, omulka55@gmail.com   |

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых                 |
| <b>Название группы</b>  | «ДЕГУНИНО»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Москва, ул. Дегунинская, 18А (М Петровско-Разумовская) Храм св. мч. Бориса и Глеба в Дегунино |
| <b>Время проведения</b> | по вторникам 18:30  |
| <b>Куратор</b>          | Ищенко Наталья Алексеевна   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (916) 319 69 19, inatalia73@list.ru  |

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых                        |
| <b>Название группы</b>  | «ЛЕВОБЕРЕЖЬЕ»  |
| <b>Адрес группы</b>     | МО, г. Химки, ул. Библиотечная, 1 (жд ст. Левобережье) Храм Новомученников и Исповедников Российских |
| <b>Время проведения</b> | по средам 18:30  |
| <b>Куратор</b>          | Ищенко Наталья Алексеевна  |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (916) 319 69 19, inatalia73@list.ru   |

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых |
| <b>Название группы</b>  | «КОЖУХОВО»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Москва, ул. Святоозерская, д.1, Храм Живоначальной Троицы в Кожухово          |
| <b>Время проведения</b> | по средам 19:00   |
| <b>Куратор</b>          | Балабанова Ольга Владимировна   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (916) 233 61 28, bovbox@mail.ru  |

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых                          |
| <b>Название группы</b>  | «РОГОЖКА»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Москва, ул. Рогожский поселок, 1а/29 (М Римская) Храм святителя Николая Чудотворца в Рогожском поселке |
| <b>Время проведения</b> | по четвергам 18:00   |
| <b>Куратор</b>          | Благодатских Максим Сергеевич  |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (968) 582 55 45, helpjobmax@gmail.com   |

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых             |
| <b>Название группы</b>  | «ЛЮБОВЬ»  |
| <b>Адрес группы</b>     | МО, г. Реутов, ул. Октября, строение 14 (М Новокосино) Храм Казанской иконы Божией Матери |
| <b>Время проведения</b> | по четвергам 18:30  |
| <b>Куратор</b>          | Черепанов Андрей Леонидович   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (903) 614 98 38, omulka55@gmail.com  |

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых                |
| <b>Название группы</b>  | «КОЖЕВНИКИ»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Москва, 2-й Кожевнический переулок 4/6 (М Павелецкая) Храм Живоначальной Троицы в Кожевниках |
| <b>Время проведения</b> | по пятницам 19:00  |
| <b>Куратор</b>          | Настоятель храма иерей Олег Тогобецкий   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (916) 573 89 11, oleg.tog@yandex.ru   |

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых                           |
| <b>Название группы</b>  | «СУЗДАЛЬСКАЯ»   |
| <b>Адрес группы</b>     | Москва, ул. Суздальская д.8 (М Новокосино), Храм всех святых в земле Российской просиявших в Новокосино |
| <b>Время проведения</b> | по пятницам 18:30   |
| <b>Куратор</b>          | Ищенко Наталья Алексеевна   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (916) 319 69 19, inatalia73@list.ru  |

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых             |
| <b>Название группы</b>  | «НА РИМСКОЙ»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Москва, ул. Николаямская, д.57, стр.7 (М Таганская/Римская) Храм прп. Сергия Радонежского |
| <b>Время проведения</b> | по воскресеньям 15:00   |
| <b>Куратор</b>          | Диакон Иоанн Клименко   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (915) 113 10 77, o.ioann.klimenko@gmail.com  |

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых                   |
| <b>Название группы</b>  | «МЕТРОГОРОДОК»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Москва, Открытое шоссе, 31<br>(М Б-р Рокосовского) Храм Святого блгв. князя Даниила Московского |
| <b>Время проведения</b> | по субботам 11:00   |
| <b>Куратор</b>          | Сычев Алексей Михайлович  |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (920) 253 99 87, sytshev@mail.ru   |

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых |
| <b>Название группы</b>  | «СОЛНЦЕ»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Москва, ул. Богданова, 21,<br>Храм прп. Сергия Радонежского в Солнцево        |
| <b>Время проведения</b> | по понедельникам 19.00  |
| <b>Куратор</b>          | Благодатских Максим Сергеевич   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (968) 582 55 45, helpjobmax@gmail.com                                      |

### Санкт-Петербург

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых |
| <b>Название группы</b>  | Нет   |
| <b>Адрес группы</b>     | Санкт-Петербург, Александро-Невская<br>Лавра, Митрополичий корпус, кабинет 73 |
| <b>Время проведения</b> | По пятницам 18:00   |
| <b>Куратор</b>          | Рыдалевская Елена Евгеньевна  |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (901) 303 12 86, diaconiafond@gmail.com                                    |

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки нарко/<br>алкозависимых   |
| <b>Название группы</b>  | Нет   |
| <b>Адрес группы</b>     | Ленинградская обл., Кингисеппский р-н,<br>г. Кингисепп, Красногвардейская улица,<br>2м, храм Всех Святых в земле Санкт-<br>Петербургской просиявших |
| <b>Время проведения</b> | По субботам 14:00   |
| <b>Куратор</b>          | иерей Тимофей Смирнов   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (921) 091 36 48,<br>tima.smirnov.1980@mail.ru  |

### Владимирская область

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников зависимых |
| <b>Название группы</b>  | «НАДЕЖДА»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Владимир, ул. Большая Нижегородская, 71а,<br>Князь -Владимирский храм    |
| <b>Время проведения</b> | По понедельникам 18:00   |
| <b>Куратор</b>          | Голубев Игорь Александрович  |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (910) 773 67 06, igor-nachalo@ya.ru                                   |

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки нарко<br>и алкозависимых и их значимых близких<br>(смешанная) |
| <b>Название группы</b>  | «НАДЕЖДА»   |
| <b>Адрес группы</b>     | Владимир, ул. Большая Нижегородская, 71а,<br>Князь-Владимирский храм                        |
| <b>Время проведения</b> | По понедельникам 19:00  |
| <b>Куратор</b>          | Голубев Игорь Александрович   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (910) 773 67 06, igor-nachalo@ya.ru  |

**Тверская область**

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки нарко/алкозависимых и их значимых близких (смешанная)                      |
| <b>Название группы</b>  | «ПРОСВЕЩЕНИЕ»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Тверская область, Калининский р-н, с. Николо-Малица, ул. Школьная, 17, Николо-Малицкий Мужской монастырь |
| <b>Время проведения</b> | По воскресеньям 12:30 (после акафиста)   |
| <b>Куратор</b>          | Федосеев Виталий Александрович   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (904) 000 87 00, tvertg@mail.ru   |

**Воронежская область**

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа самопомощи зависимым               |
| <b>Название группы</b>  | «СРЕДА»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Воронеж, ул.25 Октября, 17а, Храм Богоявления Господня |
| <b>Время проведения</b> | По средам 19.00  |
| <b>Куратор</b>          | Канапухин Алексей Николаевич                           |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (980) 543 74 78, kanapuhin@bk.ru                    |

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа самопомощи зависимым               |
| <b>Название группы</b>  | «ВОСКРЕСНАЯ»   |
| <b>Адрес группы</b>     | Воронеж, ул.25 Октября, 17а, Храм Богоявления Господня |
| <b>Время проведения</b> | По воскресеньям 19.00                                  |
| <b>Куратор</b>          | Канапухин Алексей Николаевич                           |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (980) 543 74 78, kanapuhin@bk.ru                    |

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников зависимых |
| <b>Название группы</b>  | нет  |
| <b>Адрес группы</b>     | Воронеж, ул.25 Октября, 17а, Храм Богоявления Господня                   |
| <b>Время проведения</b> | По субботам 19.00  |
| <b>Куратор</b>          | Бородин Михаил Юрьевич   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (910) 288 76 83, misha-rc@mail.ru                                     |

**Республика Башкортостан, г. Уфа**

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки наркозависимых                                    |
| <b>Название группы</b>  | «СПАССКАЯ»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Уфа, ул. Октябрьской Революции, 37а, помещение воскресной школы Спасского храма |
| <b>Время проведения</b> | По вторникам 19:00  |
| <b>Куратор</b>          | Никитина Елена Николаевна   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (937) 156 71 70, elen_nik@list.ru  |

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых   |
| <b>Название группы</b>  | «ЕДИНЕНИЕ»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Уфа, ул. Октябрьской Революции, 37а, помещение воскресной школы Спасского храма |
| <b>Время проведения</b> | По пятницам 19:00   |
| <b>Куратор</b>          | Никитина Елена Николаевна   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (937) 156 71 70, elen_nik@list.ru  |

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых   |
| <b>Название группы</b>  | «СЛОВО»   |
| <b>Адрес группы</b>     | Уфа, ул. Октябрьской Революции, 37а, помещение воскресной школы Спасского храма |
| <b>Время проведения</b> | По понедельникам 19:00  |
| <b>Куратор</b>          | Никитина Елена Николаевна   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (937) 156 71 70, elen_nik@list.ru  |

#### Кемеровская область

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа самопомощи наркозависимых   |
| <b>Название группы</b>  | Нет   |
| <b>Адрес группы</b>     | Кемеровская область, г. Юрга, ул. Первомайская, 7, храм Вифлеемских мучеников младенцев |
| <b>Время проведения</b> | По воскресеньям 12:00   |
| <b>Куратор</b>          | Атавин Роман Сергеевич  |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (923) 489 06 74, fatherdio@mail.ru   |

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых              |
| <b>Название группы</b>  | Нет  |
| <b>Адрес группы</b>     | Кемеровская область, г. Юрга, ул. Первомайская, 7.<br>храм Вифлеемских мучеников младенцев |
| <b>Время проведения</b> | вторая и четвертая суббота месяца 12:00  |
| <b>Куратор</b>          | Швец Наталья Егоровна  |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (923) 517 10 20, nashve@rambler.ru  |

#### Новосибирская область

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников наркозависимых        |
| <b>Название группы</b>  | Нет  |
| <b>Адрес группы</b>     | Новосибирск, ул. Красный проспект, 1а, помещение трапезной храма Александра Невского |
| <b>Время проведения</b> | По средам 18:15, по четвергам 18:00  |
| <b>Куратор</b>          | Романова Наталья Яковлевна   |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (960) 787 24 46, rom6021@ngs.ru   |

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа профилактики срыва наркозависимых  |
| <b>Название группы</b>  | «ЖИВОНОСНЫЙ ИСТОЧНИК»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Новосибирск, ул. Красный проспект, 1а, собор во имя святого благоверного князя Александра Невского |
| <b>Время проведения</b> | По пятницам 18:00  |
| <b>Куратор</b>          | Цыплов Андрей Геннадьевич  |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (952) 939 33 38, +7 (383) 299 14 14, ciplov@mail.ru   |

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки алко/наркозависимых и их значимых близких (смешанная)                |
| <b>Название группы</b>  | «ЖИВОНОСНЫЙ ИСТОЧНИК»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Новосибирск, ул. Красный проспект, 1а, собор во имя святого благоверного князя Александра Невского |
| <b>Время проведения</b> | По вторникам 18:00   |
| <b>Куратор</b>          | Цыплов Андрей Геннадьевич  |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (952) 939 33 38, +7 (383) 299 14 14, ciplov@mail.ru   |

**Ярославская область, г. Рыбинск**

|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки нарко/алкозависимых и их значимых близких (смешанная)                |
| <b>Название группы</b>  | «При храме»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Рыбинск, улица Александровская 1, воскресная школа храма Иверской иконы Божией Матери, г. Рыбинска |
| <b>Время проведения</b> | По пятницам 17:30  |
| <b>Куратор</b>          | Разумов Александр Владиславович<br>Валеев Алексей Александрович                                    |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (960) 537 36 97, razumow76@list.ru,<br>valeev-aleks@mail.ru                                     |

**Свердловская область**

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Тип группы</b>       | Православная группа поддержки значимых близких и родственников нарко/алкозависимых                  |
| <b>Название группы</b>  | «СОДЕЙСТВИЕ»  |
| <b>Адрес группы</b>     | Свердловская обл., пос. Рефтинский, ул. Лесная 1/1, приход в честь иконы Божией Матери «Державная». |
| <b>Время проведения</b> | По средам 18:30   |
| <b>Куратор</b>          | настоятель Прихода иеромонах Павел (Пальгунов)  |
| <b>Контакты группы</b>  | +7 (909) 010 83 39, angelreft@mail.ru   |

**КОНТАКТЫ****Адрес:**

109004, Москва, Николаямская ул., дом 57, стр. 7

**Контактные лица:**

Руководитель Координационного центра по противодействию наркомании Отдела по церковной благотворительности и социальному служению Русской Православной Церкви, председатель правления БФ св. прав. Иоанна Кронштадтского **епископ Каменский и Алапавский Мефодий**

Руководитель направления по противодействию наркомании Отдела по церковной благотворительности и социальному служению **Лазарев Алексей Владиславович**

тел.: +7 (968) 712 26 26

Координатор-аналитик Координационного центра по противодействию наркомании Отдела по церковной благотворительности и социальному служению **Благодатских Максим Сергеевич**

тел.: +7 (968) 582 55 45

**Контакты:**

Консультанты по химической зависимости Координационного центра по противодействию наркомании Отдела по церковной благотворительности и социальному служению (прием обращений по вопросам реабилитации, ресоциализации, групп поддержки)

телефоны: +7 (499) 704 61 69, +7 (968) 712 30 30

Адрес электронной почты: ccfoda@mail.ru



*Методическое пособие издано в рамках реализации Программы «Развитие координируемой Благотворительным фондом святого праведного Иоанна Кронштадтского системы помощи наркозависимым гражданам на базе церковных организаций Москвы» при финансовой поддержке Комитета общественных связей города Москвы.*

