



Координационный центр по противодействию наркомании и алкоголизму Отдела по церковной благотворительности и социальному служению Санкт-Петербургской епархии



Санкт-Петербургская Благотворительная общественная организация «ФАВОР»

ЖУРНАЛ ВЫЗДОРОВЛЕНИЯ

воспитанника Реабилитационного Центра «Лавра»

Программа «Городской Буксиръ»



Содержание

Реабилитационная программа «Городской Буксирь»	2
Правила Реабилитационного Центра «Лавра»	4
Представление нового участника программы	5
Дневник самонаблюдения	6
Список чувств	7
Формы проявления психики и их взаимосвязь	8
Программа индивидуальных письменных заданий	9
Рекомендации по выполнению письменных заданий	10
Границы безопасности	12
10 ситуаций, в которых наркотики «помогали», 10 ситуаций, когда мешали	13
Мои потери в связи с употреблением	14
История химической зависимости	17
Мой план трезвости	19
Моя духовная биография	20
Еженедельные задания:	
Самоанализ	21
Итоги недели	22
Приложения:	
Молитвенное Правило Реабилитационного Центра «Лавра»	23
Моя родословная. Составление генеалогического древа	26
Коллекция художественных фильмов, рекомендованных для просмотра	28

Реабилитационная программа «Городской Буксирь»

Реабилитационная программа «Городской Буксирь» создана для реабилитации зависимых и созависимых, основана на христианском понимании зависимости, как страсти и болезни. Мы постарались создать симфонию из святоотеческого опыта борьбы со страстями, разноплановых направлений психотерапии и опыта выздоровления, созданного зависимыми людьми. Зависимость – комплексное психо-физио-духовно-социальное заболевание, поэтому для эффективного лечения необходим комплексный подход. Этот подход включает в себя, как сугубо церковную практику (духовные беседы со священниками, катехизация, литургическая жизнь – подготовка к исповеди, причастия, обретение навыка молитвы), так и современные психотерапевтические, воспитательные и развивающие методы, такие как: групповая и индивидуальная психотерапия, равное консультирование, трудотерапия, письменные работы по исследованию своей зависимости, арт-терапия, посещение святых мест и высокохудожественных объектов культуры Санкт-Петербурга и т. д.

Срок реабилитации – три месяца. Программа реабилитации работает семь дней в неделю. Помощь предоставляется бесплатно и конфиденциально. ВИЧ-статус не является препятствием для прохождения реабилитации.

Реабилитация проходит в реабилитационном центре «Лавра», который работает в формате «дневного стационара».

За время пребывания в реабилитационном центре решаются следующие задачи:

- Помощь в формировании православного мировоззрения, подготовка к Таинству Исповеди, участие в таинствах Православной Церкви (Крещение, Соборование, Причастие), пастырская работа с зависимыми, полноценная литургическая жизнь. Воцерковление происходит согласно индивидуальным особенностям и пожеланиям воспитанников.
- Обретение и поддержание устойчивой трезвости.
- Раскрытие позитивных личностных резервов.
- Самоанализ.
- Моделирование ближайших и отдаленных перспектив в индивидуальном и групповом психологическом консультировании, создание плана выздоровления.
- Немедикаментозная терапия и психотерапия психоэмоциональных нарушений, депрессивного синдрома, профилактика суицидальных тенденций.
- Семейно-бытовая реабилитация включает вопросы созависимых отношений с родителями, членами семьи, привитие навыков опрятности, аккуратности в быту, выполнение ролевых семейных функций (материнских, отцовских и супружеских).
- Формирование представлений о здоровом образе жизни через создание гармоничного режима дня.
- Культурный рост.

Трехмесячный курс реабилитации включает следующие три этапа:

- «Фаза отрыва или вливания» – первый этап исходной диагностики и ориентировки, а также адаптации к условиям реабилитационного центра, включения в группу и формирования терапевтических и групповых отношений. Знакомство с Церковной жизнью и начало катехизации. Начало исследования своей зависимости.
- «Фаза реконструкции» – второй этап, ориентированный на нормализацию психического состояния реабилитируемых, реконструкцию личности и гармонизацию системы отношений. Вхождение в церковную жизнь, участие в таинствах, продолжение катехизации.
- «Фаза закрепления» – третий, завершающий этап, связанный с поддержкой достигнутых реабилитационных эффектов, подготовкой к возвращению реабилитируемых в социум. Знакомство с жизнью конкретного православного прихода и плавное включение в его жизнь. Посещение постреабилитационных программ. Продолжение исследования своей зависимости. Помощь в трудоустройстве и решении социальных проблем.
- Фаза «Формирование терапевтических отношений в семье» – это вовлечение созависимых родственников в программу реабилитации, которая предполагает обязательное участие в групповой терапевтической работе 2 раза в неделю и посещение Церковных служб по выходным дням вместе с зависимыми родственниками. Исследование своей созависимости.

Исходя из личных пожеланий и индивидуальных особенностей участники программы реабилитации делятся на два потока:

Первый (основной) – это те, кто проходят полный курс реабилитации (три месяца) и остаются в городе.

Второй – те, кто ориентирован на более длительную реабилитацию вне города – в загородном реабилитационном центре. В этом случае срок реабилитации в дневном стационаре сокращается (2х недель), и одним из важнейших элементов оказания помощи зависимому становится подготовка его к прохождению длительной реабилитации в загородных реабилитационных центрах Русской Православной Церкви.

Координационный центр по противодействию наркомании и алкоголизму сотрудничает с реабилитационными центрами Выборгской епархии, которыми руководит протоиерей Сергей Бельков – «Саперное» и «Торфяное», также с центрами фонда «Диакония» – «Сологубовка» (Тихвинская епархия) и «Пошитни» (Псковская область).

Налажено сотрудничество и с реабилитационными центрами, которые находятся в Ивановской области, в селах Георгиевское (руководитель – игумен Силуан (Роубо)) и Петровское (руководитель – игумен Серафим (Копнин)).

Есть возможность прохождения реабилитации воспитанников центра «Лавра» в других реабилитационных центрах Русской Православной Церкви.

Правила Реабилитационного Центра «Лавра»:

1. Сроки пребывания в Реабилитационном Центре (РЦ) определяются не менее 2-х недель и не более 6-х месяцев, при отсутствии нарушений дисциплины и непрерывного прохождения программы (другое возможно только по решению руководителя РЦ).
2. В течении первых двух недель реабилитации, необходимо пройти медицинское освидетельствование (Ф-50, кровь на RW, биохимический анализ крови, флюорография, справка об учете в ПНД, справка от дерматолога).
3. Воспитанник РЦ «Лавра» обязан посещать все занятия согласно расписанию.
4. В случае пропусков занятий необходимо предоставить оправдательный документ или заранее предупредить сотрудников РЦ.
5. Воспитанник обязан посещать Богослужения (Всенощное Бдение, Литургию, Молебны).
6. Курение на территории Лавры запрещено.
7. Во время прохождения программы необходимо находиться в трезвости.
8. Воспитанник должен быть согласен на проведение тестирований, выявляющих наличие в его организме наркотических веществ. Отказ от тестирования приравнивается к срыву.
9. При срыве, воспитанник отстраняется от посещения занятий, до последующего решения руководителем РЦ.
10. Одежда воспитанника, находящегося на занятиях, должна соответствовать монастырским правилам (женщины должны быть в юбках и головном уборе, мужчины – в брюках и рубашках с длинным рукавом). Данное правило распространяется и на близких воспитанника РЦ.
11. В РЦ запрещено пользоваться аудиоаппаратурой, мобильными телефонами и другими гаджетами.
12. В РЦ запрещено проявление насилия и агрессии, в том числе, и словесной, запрещена нецензурная брань, сквернословие и употребление сленговых выражений.
13. В РЦ общение с противоположным полом ограничивается рамками реабилитационного процесса, романтические отношения недопустимы, в том числе и так называемые платонические.
14. Воспитанникам необходимо поддерживать чистоту и порядок в аудиториях и помещениях, где проходят занятия.
15. Воспитанникам необходимо проявлять уважительное отношение и послушание к сотрудникам РЦ.

Представление нового участника программы

- Меня зовут... Я – зависимый: наркоман/алкоголик/...
- Родился... (где).
- Мне... лет.
- В какой семье (кто отец, мать, братья, сестры).
- Попробовал я в первый раз...
- Начал употреблять систематически...
- Наиболее часто употребляемый мною:
 - наркотик...
 - алкогольный напиток...
- Мои потери в жизни из-за употребления:
 - материальные...
 - нравственные/моральные...
- Я пытался лечиться:
 - сам, каким образом...
 - с помощью специалистов... и т. п.
- Перед поступлением в РЦ жил: где, с кем, в каких условиях.
- Я работал (учился):
 - специальности...
 - профессия...
- Перед РЦ я:
 - работал...
 - учился... о
 - другое...
- Мои любимые увлечения: ...
- Мое отношение к Церкви, православной вере. Крещен?
 - опыт молитвы, посещал ли храм;
 - верующая ли семья.
- Готов ли ты принять устав, уклад и условия данного РЦ?
 - да
 - нет
 - не знаю

Дневник самонаблюдения

Утром испытай себя, как провел ты ночь, и вечером так же, как провел день. И среди дня, когда отяготишься помыслами, рассмотри себя (св. Дорофей Палестинский).

Цель написания дневника самонаблюдения:

1. Обрести навык определять свои эмоции и чувства, называть их своими именами.
2. Способность понимать и анализировать свои реакции и поведение.

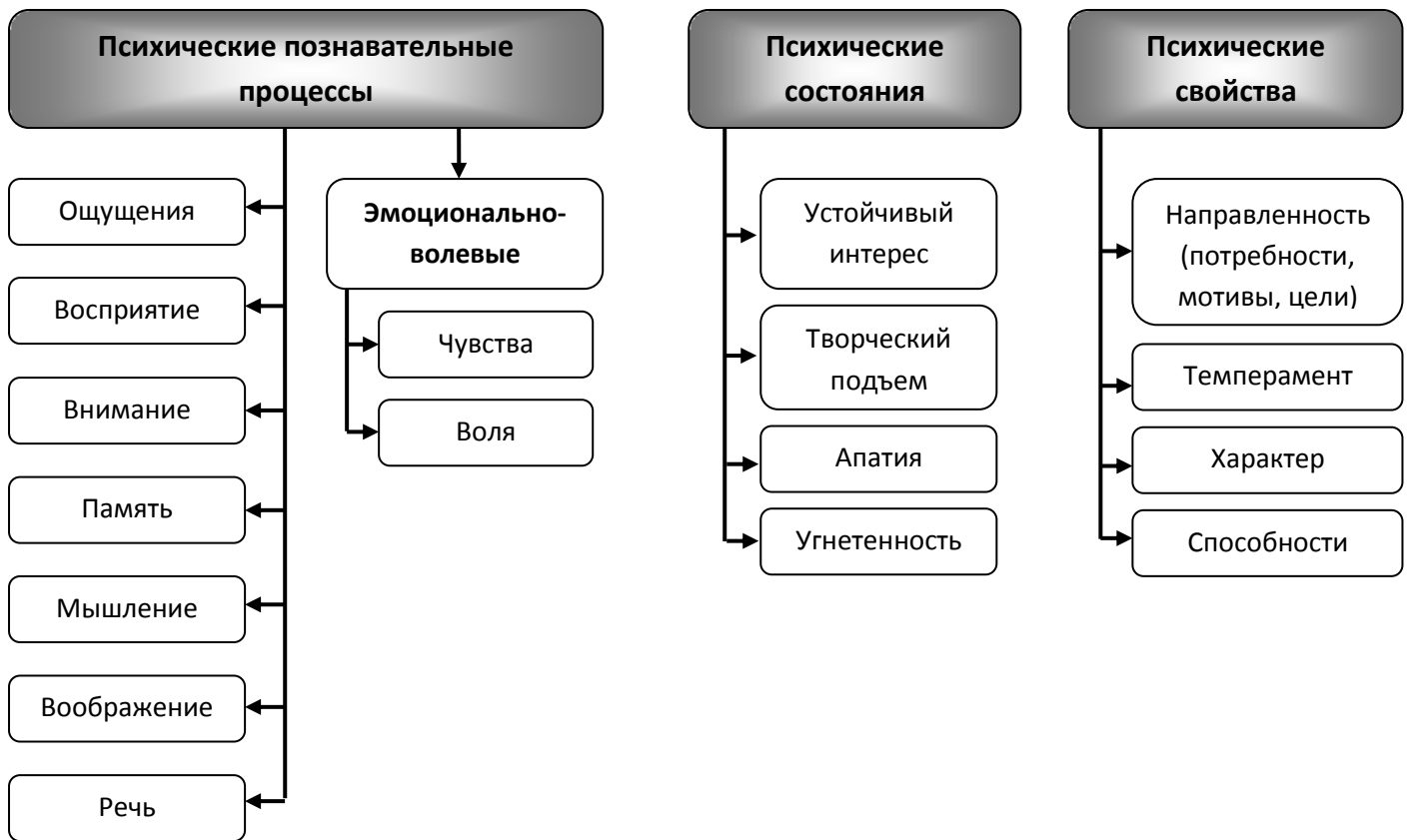
Графа 1	Графа 2	Графа 3	Графа 4	Графа 5
Событие (мысль, воспоминание и т. п.), когда происходило то-то и то-то	Чувства, Эмоции, Состояния	Что происходило в моем теле? (реакция тела)	Для меня это было: приятно / неприятно	Как я поступил? Что подумал? Что сделал?
Опоздал на начало занятий	Вина, неловкость, опасение	Напряжение в плечах, засосало под ложечкой	Неприятно	Подумал о том, что завтра выйду пораньше
Встретил по дороге домой приятеля, который в употреблении	Смятение, беспокойство, растерянность	Мышцы шеи напряжены, учащенное сердцебиение	Не приятно	Задумался, о чем с ним говорить? Достал телефон и сделал вид, что занят разговором
Сдал очередное задание по Программе	Радость, подъем, надежда, удовлетворение	Блеск в глазах, губы в улыбке	Очень приятно	Подумал, что никто в группе не остался равнодушным к моей истории

Определить и сформулировать свою боль часто обозначает избавление от неё
(прот. Александр Ельчанинов).

Список чувств

Чувства	Реакции тела
ГНЕВ	
Бешенство, ярость, ненависть, раздражение, протест, возмущение, обида, злость, неприязнь, нетерпение, недовольство, мстительность, высокомерие, зависть, недоверие, брезгливость, сарказм, злорадство, ирония, фрустрация, отрицание, отвращение, инфантилизм, обида, раздражение.	Кулаки сжаты, голос громкий, голос тихий (шипящий), глаза навывкате, глаза прищурены, глаза налиты кровью, брови сведены к переносице, сердцебиение, лицо горит, уши горят, челюсти сжаты, желваки «ходят», мышцы шеи напряжены, взгляд исподлобья, мышцы ног напряжены, движения порывисты, тик (глаза, щеки), губы сжаты, губы надуты, «раздуваются» крылья носа, усиление/ускорение темпа речи, изменение ширины зрачка.
СТРАХ	
Ужас, шок, испуг, боязнь, опасение, тревога, растерянность, паника, отчаяние, оцепенение, подозрение, взволнованность, беспокойство, озадаченность, застенчивость, неуверенность, замешательство (вина, стыд, смущение, неловкость, нерешительность), настороженность, напряжение, смятение.	Расширены глаза, закрыты глаза, брови подняты, мурашки по спине, сухость во рту, пот холодный, урчание в животе, мышцы рук и ног напряжены, сильное сердцебиение, боль в груди, голос дрожит, глаза бегают, рот открыт, дрожание мышц, общая мышечная слабость (напряжение).
ГРУСТЬ	
Горечь, тоска, скорбь, одиночество, жалость, отрешенность, отверженность, беспомощность, боль, безнадежность, обреченность, подавленность, скука, разочарование, самоунижение, равнодушие, смирение, безразличие, сомнение, тяжесть, угрызения совести, раскаяние, спокойствие, унижение, ущербность, печаль, апатия.	Взгляд рассеянный, на глазах слёзы, брови нахмурены, губы надуты, нижняя губа выпячена, непроизвольное зевание, покачивание головой, голова наклонена, плечи приподняты, голос тихий, сердцебиение тихое, дыхание медленное, тяжесть в груди, уголки губ опущены, плечи опущены, сутулость, взгляд опущен вниз, в сторону.
РАДОСТЬ	
Восторг, эйфория, умиротворение, приподнятость, оживление, облегчение, возбуждение, удовольствие, надежда, покой, интерес, удовлетворение, любопытство, предвкушение, удивление, уверенность, наслаждение, общность, поддержка, веселье, легкость, торжественность, радушие, единство.	Губы в улыбке, голос звонкий, движения порывисты, дыхание учащенное, расслабленность, «лихость» в движениях, смех (иногда без объективной причины), взгляд прямой, вверх, блеск глаз, румянец.
ЛЮБОВЬ	
Тепло, нежность, сочувствие, блаженство, сопереживание, сопричастность, счастье, доверие, безопасность, благодарность, вдохновение, симпатия, уважение, влюбленность, страсть, близость, гордость, сердечность, воодушевление, признательность.	Слезы умиления, губы в улыбке, дыхание глубокое; голос нежный, утробный, глубокий; в груди тепло, движения плавные, глаза «горят» (светятся).

Формы проявления психики и их взаимосвязь



Программа индивидуальных письменных заданий

№	Наименование задания	Дата получения	Дата сдачи	«Сдано» или причина перенесения даты	Новая дата сдачи	Подпись сотрудника РЦ	Сроки сдачи задания (в днях)
1	Почему я хочу избавиться от зависимости? (10 причин)						3
2	Границы безопасности						3
3	10 ситуаций, в которых «помогали наркотики/алкоголь», 10 ситуаций, в которых – мешали						3
4	Потери в результате употребления						5
5	О чем я буду просить Бога? (5+5)						3
6	10 ситуаций, когда я уходил в одиночество						3
7	10 ситуаций, когда я манипулировал близкими						3
8	10 позитивных ресурсов						3
9	10 ситуаций, когда я испытывал чувства вины, как справлялся						3
10	10 ситуаций, когда я испытывал чувство злости, как справлялся						3
11	10 ситуаций, когда я испытывал чувство жалости к себе, как справлялся						3
12	10 ситуаций, когда я испытывал чувство страха, как справлялся						3
13	10 дел, когда я испытывал самоуважение						3
14	Что мне дает православная вера и посещение храма? (10 примеров)						3
15	История химической зависимости						7
16	В каких делах мне нужна помощь выздоравливающих зависимых, светских специалистов, а в каких-священнослужителей. (5+5)						3
17	Мой план трезвости						3
18	Моя духовная биография						3

Рекомендации по выполнению письменных заданий

№	Форма и характерные особенности	Образец содержания примера (ситуации)
1	<p>Почему я хочу и избавиться от зависимости?</p> <p>Задание должно давать реальное представление, что явилось причиной моего обращения за помощью, почему я здесь оказался. Задание должно давать конкретные представления о том, чего я жду от трезвой жизни, ради чего я живу.</p>	<p>1) <u>Причина</u>: «Я хочу восстановить отношения с родителями»</p> <p><u>Пример</u>: Однажды я сидел дома на ломках. У меня не было денег на наркотики. Я дождался, когда мама уйдет на работу, и украл из дома телевизор. Вечером мне было стыдно и страшно возвращаться домой. Я ночевал в подъезде, испытывая холод, вину, безысходность. Сейчас я испытываю сожаление, надежду и страх.</p> <p>2) <u>Причина</u>: «Я бросаю алкоголь ради создания семьи»</p> <p><u>Пример</u>: Я жил с девушкой, и она хотела выйти за меня замуж. Из-за моего употребления она меня бросила.</p>
2	<p>Границы безопасности</p>	<p>Рекомендации на стр. № 12</p>
3	<p>10 ситуаций, в которых «помогали наркотики/алкоголь», 10 ситуаций, в которых – мешали.</p>	<p>Рекомендации на стр. № 13</p>
4	<p>Потери в употреблении</p>	<p>Рекомендации на стр. № 14</p>
5	<p>О чем я буду просить Бога?</p> <p>Что бы ты хотел получить, обращаясь к Богу. 5 примеров на сейчас и 5 примеров на будущее.</p>	<p>1) Прошу у Бога способности справляться с обидами. Старался на дежурстве, очень устал, а сотрудник РЦ отругал меня, мол, плохо убирался и недобросовестно.</p> <p>2) Прошу, чтобы семья наша соединилась, и мы жили вновь вместе с женой и дочкой.</p>
6	<p>10 ситуаций одиночества.</p> <p>Не путай одиночество с уединением. Вспомни случаи, когда ты замыкался в себе и чувствовал себя одиноким (даже находясь среди близких людей или в компании).</p>	<p>Однажды я в употреблении ходил по двору и видел освещенные окна дома, за которыми люди ужинали семьей. Я чувствовал одиночество, безысходность, жалость к себе. Сейчас я чувствую грусть, надежду, облегчение.</p>
7	<p>Манипуляция – это когда ты хотел добиться чего-то от людей, не называя прямо свою цель.</p>	<p>Однажды я был дома на ломках. Тогда я разыграл сцену сильной зубной боли, чтобы мама меня пожалела и дала денег на стоматолога. Тогда я чувствовал тягу, страх, нетерпение. Сейчас я чувствую стыд, смущение, раскаяние.</p>
8	<p>Позитивные ресурсы.</p> <p>Записывается всё, что при воспоминании вызывает светлые чувства. Воспоминания детства, друзья, любимые люди и т. д.</p>	<p>Я узнал, что мы едем на алтайский горнолыжный курорт, и просто летал от счастья. Погода была на редкость солнечная, снег блестящий и пушистый. Мы жили в маленьком уютном домике, ходили есть к пожилому алтайцу вкуснейшую национальную кухню. Это был горный рай. Две недели пролетели</p>

		одним мгновением. Тогда я чувствовал радость, счастье, любовь, тепло. Сейчас я чувствую грусть, ностальгию и надежду.
9, 10, 11, 12	Задания № 9,10,11,12: Примеры пишутся конкретно и лаконично. Подробности не нужны. Важно, чтобы была понятна суть происходящего и то, и какое действие предпринял, чтобы справиться (по 10 примеров на каждое чувство).	- Испытал чувство вины , когда, играя дома, уронил мамину любимую хрустальную вазу. Справился тем, что когда пришла мама, признался. - Испытал чувство гнева на свою сестру. Она должна была купить хлеба и заигралась с подружками. Я пришел сильно уставший, а мать заставила идти в магазин. Справился тем, что, когда вышел за дверь, сильно выругался. - Испытал чувство жалости к себе , когда узнал результаты анализов: у меня гепатит В и С. Справился тем, что употребил наркотики. - Испытал чувство страха, когда после сильного опьянения проснулся без денег в электричке в ту-пике. Справился тем, что по дороге домой думал об употреблении.
13	Самоуважение. Мои поступки, которые помогают мне обрести ощущение собственной ценности. Это может быть помощь кому-то, сострадание, личные достижения, успехи.	Когда я увидел, как собаку сбила машина, я подобрал ее, привез к ветеринару, оплатил лечение и после излечения отдал в хорошие руки. Чувствовал тогда сочувствие, жалость, желание помочь. Теперь чувствую удовлетворение, радость, надежду.
14	Что мне дает вера и посещение храма? (10 примеров)	После воскресной службы, обратил внимание, что вернувшись домой чувствую тепло, покой и желание быть полезным своим близким.
15	История химической зависимости	Рекомендации на стр. № 17
16	В каких делах мне нужна помощь выздоравливающих зависимых, светских специалистов, а в каких – священнослужителей (5+5).	Однажды поссорившись с другом, почувствовал тягу к выпивке, уже стал думать о покупке спиртного, но решил позвонить сотруднику РЦ. Пока мы разговаривали о ссоре с братом и анализировали ситуацию, желание выпить стало пропадать и я вернулся домой трезвый, чувствуя самоуважение.
17	План трезвости	Рекомендации на стр. № 19
18	Моя духовная биография	Рекомендации на стр. № 20

Границы безопасности

Работая над этим заданием, обращайся за помощью к психологам и консультантам!

Для того чтобы сегодня и сейчас остановить развитие твоей зависимости, необходимо следовать простым, но важным правилам. Самое важное для тебя сегодня правило – это совершенно прекратить любые контакты с друзьями, употребляющими наркотики/алкоголь; это полностью избегать компаний и сборищ, где употребляют наркотики и алкоголь, и держаться подальше от любого окружения, напоминающего тебе о твоём употреблении. Это абсолютно необходимые условия для остановки твоей наркомании/алкоголизма.

Наркотики/алкоголь управляют человеком, изменяя его сознание. Сформировавшаяся зависимость принуждает человека употреблять снова и снова. Почти во всех случаях что-то срабатывает как спусковой механизм для возникновения страстных желаний (тяги).

Возникающая тяга запускает механизм употребления наркотика/алкоголя. Употребление даже небольших доз алкоголя также немедленно запускает этот механизм. Друзья, вечеринки, любое окружение (музыка, фильмы, книги), ассоциирующиеся с наркотиками/алкоголем, всегда будут способствовать тому, что тяга и оправдания приведут к новому циклу твоего употребления.

Важно осознать, что эти люди и подобные ситуации – это, собственно, часть твоей зависимости.

Ты не сможешь исправить или вылечить твоих друзей, употребляющих наркотики/алкоголь. Но ты можешь начать выздоравливать сам, распрощавшись с ними и держась от них подальше.

В своей рабочей тетради:

- Перечисли всех людей, которые каким-либо образом связаны с твоим употреблением наркотиков/алкоголя.
- Перечисли все места, которые ты ассоциируешь с употреблением. Конкретно. Какие районы (микрорайоны), улицы, дворы и т.д.
- Перечисли все общественные места, где ты употреблял (клубы, кафе и т.д.), а также музыку, фильмы, книги, которые у тебя ассоциируются с употреблением.

Указания:

- При встрече с употребляющим, напиши, что ты будешь делать.
- Начинай каждую со слов: **Только сегодня я...**
- В продолжение фразы должно прозвучать не то, чего ты делать не будешь (избегание), а то, что **ты станешь делать вместо этого.**

Пример:

- Только сегодня, когда я поймаю себя на мыслях об употреблении, я начну молиться, звонить наставнику и т. д.
- Только сегодня, когда я встречу людей из своего употребления, я перейду на другую сторону улицы, пройду мимо, не поздоровавшись, скажу, что очень тороплюсь и оборву разговор и т. д. (конкретное действие)

После прочтения задания на группе внеси, если будут, коррективы с учетом обратной связи участников группы и дополни задание.

10 ситуаций, в которых наркотики «помогали», 10 ситуаций, когда мешали

Цель: Помочь осознать и избавиться от иллюзии, что наркотик/алкоголь помогал нам в наших делах, помогал жить.

Как выполнять задание:

Вспомнив ситуацию, описать ее подробно и ответить на следующие вопросы:

- Когда это было?
- Где это было?
- Кто присутствовал при этом?
- Каким ты был?
- Что тебе говорили?
- Что говорил твой внутренний голос?
- Как это проявилось на физическом уровне?
- Какие ощущения ты испытал?
- К каким действиям побудили эти чувства?
- Как ты справился с этим чувством?

Как помогали:

«Наркотики/алкоголь помогали мне в общении с противоположным полом. В 2010 году я пошел в ночной клуб. Там я встретил девушку, она мне очень понравилась, но я никак не решался к ней подойти и заговорить. Чувствовал скованность и смущение. После того, как я в туалете употребил наркотики, страх и скованность прошли. Я подошел к ней, и мы познакомились».

Как мешали:

«В конце употребления наркотики/алкоголь мешали мне общаться с противоположным полом. В 2000 году познакомился с девушкой. Как-то утром я проснулся на кумарах. Она была рядом и предложила мне провести день вместе. Я отказал, так как думал только о том, где бы мне взять наркотик. Я испытывал жалость к себе, раздражение на девушку, и хотел, чтобы меня оставили в покое, и я мог спокойно, без страха, что она узнает, что я наркоман, заняться поиском наркотиков».



Мои потери в связи с употреблением

1. Физическое здоровье.

- Ухудшение общего самочувствия, снижение работоспособности, ухудшение памяти, внимания.
- Заболевания печени, желудка и двенадцатиперстной кишки, в т. ч. язва; повышение артериального давления, головные боли, проблемы деторождения.
- Травмы, в том числе, головного мозга, полученные в состоянии опьянения.
- Эпилептические припадки, психотические состояния, по поводу которых получали психиатрическую помощь.
- Лечение у наркологов. Госпитализация в связи с этим.

Оцените состояние Вашего физического здоровья, где 100% – здоровье до систематического употребления.

2. Сфера семьи

(Как Ваше употребление повлияло на физическое, эмоциональное состояние каждого члена Вашей семьи. Расскажите о каждом из них)

- Случаи обмана, лжи, невыполненных обещаний, воровство, утаивание денег. Физическое, эмоциональное, сексуальное насилие в отношении членов Вашей семьи.
- Безрассудное поведение в отношении членов семьи, например, вождение машины в нетрезвом виде.
- Расскажите о случаях, когда Ваши близкие стыдились вас.

Оцените в % Ваши потери в семейной жизни, где 100% – Ваши отношения до систематического употребления.

3. Потери в сфере работы, деловых отношений.

- Потери работы, опоздания, прогулы, ложь, низкое качество работы в связи с употреблением.
Случаи отказа в повышении по должности, зарплате...

Оцените потери в деловых отношениях, где 100% – отношения до употребления.

4. Потери в социальных контактах, отношениях с друзьями.

- Как изменился круг общения? Отношения с друзьями?

- Как изменилось качество общения Вашей семьи?

- Чем заполнено Ваше свободное время, отдых?

- Как изменилось отношение к Вашим любимым занятиям, хобби, спорту?

Оцените в % Ваши потери в социальных контактах, где 100% – отношения до систематического употребления.

5. Потери в сфере финансов.

- В какую сумму вам обошлось Ваше употребление?

- Включите сюда потери денег, вследствие упущенных возможностей, невыходов на работу, наказаний деньгами. Долги, кредиты. Включите сюда стоимость лечения.

Оцените в % Ваше финансовые потери. Где 100% – каким оно могло быть без употребления.

6. Нарушение отношений с законом.

- Какие противоправные действия Вы совершали, находясь в состоянии опьянения? Включите сюда нарушения общественного порядка, хулиганство, попадание в вытрезвитель, вождение машины в нетрезвом виде. Случаи физического, эмоционального, сексуального насилия, совершенные Вами. Преступные действия, которые могли бы привести или привели к смерти или тюрьме, даже, если Вам удалось избежать встречи с правоохранительными органами.

Оцените Ваши потери в %, где 100% – Ваше достойное поведение в обществе, каким оно могло бы быть без употребления.

7. Нарушения и потери в интимной жизни в связи с употреблением.

- Нарушения в интимной сфере, импотенция.

- Потеря отношений с любимым человеком, в т. ч. потеря доверия со стороны супругов. Попадание в опасные для жизни и здоровья ситуации (изнасилование, измены, венерические заболевания, ВИЧ)

Оцените в %, где 100% – Ваша интимная жизнь без употребления.

8. Нарушения в эмоциональной сфере.

- Насколько Вы в состоянии переживать жизнь в трезвом состоянии? Какие чувства непереносимы в трезвости? Какие чувства потеряны Вами в связи с употреблением? Как Вы к этому относитесь?

- Как меняется Ваше эмоциональное состояние в употреблении?

Оцените %, где 100% – Ваше полное проживание жизни в трезвости (например, как в детстве).

9. Потери в нравственном состоянии человека.

- Стали ли Вы таким, каким хотели стать? Какие собственные цели, ценности Вы предавали, употребляя? Какие качества в себе и в окружающих Вы ценили до систематического употребления? Можно ли сказать о Вас, что, употребляя, Вы не изменились? Если изменилось в Вас что то, то что?

Оцените в %, насколько в настоящий момент Ваш характер определяет чувство собственного достоинства и самоуважения?

Пишите на каждую сферу жизни по 2 примера. С чувствами – тогда и сейчас.

История химической зависимости

Для полноценной проработки задания необходимо увидеть и осознать, как развивалась твоя зависимость с течением времени. Алкоголь и наркотики далеко не сразу стали для тебя проблемой. Было время, когда тебе нравилось употреблять, и ты не видел причин, почему ты должен был отказывать себе в удовольствии. Это период можно охарактеризовать как «наркотик/алкоголь – друг». Однако со временем вещества, изменяющие сознание, вместо того, чтобы помогать, стали создавать тебе проблемы. Этот период развития зависимости мы обозначим как «наркотик/алкоголь – враг». Ещё чуть позже вещества начали всё больше и больше вторгаться в твою жизнь, постепенно беря её под контроль. Этот период мы назовём «наркотик/алкоголь – хозяин». История зависимости – это рассказ о том, как менялись твои отношения с веществом с течением времени.

История зависимости – это не история твоей жизни. Тебе не нужно расписывать в подробностях, как у тебя складывались отношения с родителями, и каких успехов тебе удалось достичь в карьере. История зависимости – это рассказ о том, что происходило с тобой и твоей жизнью в связи с употреблением вещества. Это перечень конкретных фактов, а не рассуждения по их поводу. Это также возможность осознать свои чувства и поделиться с другими. При выполнении задания избегай соблазна оправдывать себя или замалчивать болезненные факты.

1. Отношения с веществами в детстве (до 7 лет).

Опиши, как относились к алкоголю и другим веществам, изменяющим сознание, твои близкие. Были ли у кого-то из твоих родных проблемы с употреблением? Приходилось ли тебе употреблять алкоголь и наркотики ребёнком? Как это было? Каковы были последствия на тот момент?

2. Отношения с веществами в период начальных и средних классов.

Опиши отношение к алкоголю и наркотикам твоих близких в этот период. Приходилось ли тебе тогда употреблять алкоголь и наркотики? Какие были ощущения? Были ли последствия?

3. Отношения с веществами в период старших классов.

Опиши, каким было твоё употребление веществ в этот период:

- Где и при каких обстоятельствах?
- Как часто?
- В каких количествах?
- Как менялось твоё состояние?
- Что вещества позволяли тебе делать из того, что тебе не удавалось или плохо удавалось в трезвом состоянии?
- Какие идеи и убеждения у тебя были относительно употребления?
- Каковы были последствия употребления в тот период?

4. Отношения с веществами в период дальнейшей учебы (училище, техникум, колледж, институт).

Опиши, каким было твоё употребление веществ в этот период:

- Как часто?
- В каких количествах?
- Что вещества позволяли тебе делать из того, что тебе не удавалось или плохо удавалось в трезвом состоянии?
- Чему и как мешало твоё употребление?

- Какие идеи и убеждения у тебя были относительно употребления?

5. Отношения с веществами в период взрослой жизни (армия, работа, личная жизнь, семья).

Каким стало твоё употребление в этот период?

- Как часто?
- В каких количествах?
- Что вещества позволяли тебе делать из того, что тебе не удавалось или плохо удавалось в трезвом состоянии?
- Чему и как мешало твоё употребление? Что у тебя не получалось?
- Какие идеи и убеждения у тебя были относительно употребления?
- Каковы были последствия в этот период?

6. Отношения с веществами сегодня.

- Считаешь ли ты себя больным наркоманией и/или алкоголизмом? На основании чего ты делаешь этот вывод?
- Что ты собираешься в дальнейшем делать со своим употреблением алкоголя, наркотиков?
- Какие идеи и убеждения сложились у тебя к настоящему времени относительно алкоголя и наркотиков?

7. А теперь перечитай свою историю и ответь на следующие вопросы:

- Как с течением времени менялись твои отношения с веществами?
- К чему привело употребление психоактивных веществ, что оно сделало с тобой и твоей жизнью за время наркотизации/алкоголизации?
- Что еще употребление не успело разрушить?
- На какие жертвы ты способен ради освобождения от зависимости? Что ты готов для этого предпринять?



Мой план трезвости

Подробно ответить на следующие вопросы:

Для чего Вам трезвость? Трезвость – это не цель, а средство для создания множества возможностей условие для их осуществления

Что может угрожать Вашей и необходимое трезвости при длительном периоде воздержания от употребления: обстоятельства, ситуации, внутреннее состояние?

Что помогает Вам сейчас и возможно в будущем воздерживаться от употребления?

Ответы на эти вопросы включить в план действий, мероприятий, которые применимы лично к Вам, отвечают персональному жизненному опыту, убеждениям и сформированным навыкам трезвого поведения за период реабилитации. За основу Плана трезвости можно взять примеры по различным аспектам Вашей жизнедеятельности, которые приведены ниже.

Биологический аспект

- Забота о здоровье (обследование: инфекционист, терапевт, стоматолог и т. д.)
- Утренняя зарядка, контрастный душ, бассейн, прогулки, баня, фитнес, отдых на море, в лесу...
- Питание (режим, витамины)

Психологический аспект

- Группы взаимопомощи
- Группы, клубы личностного и культурного роста
- Индивидуальная или групповая психотерапия

Социальный аспект

- Семья
- Работа, учеба
- Безопасный круг общения
- Хобби, увлечения, театр, музеи, выставки, путешествия

Духовный аспект

- Руководство духовного наставника
- Воцерковление
- Домашняя молитва
- Ежедневное чтение Евангелия (духовных и религиозных книг)
- Соблюдение церковного года (посты, праздники)
- Дружба и общение с верующими и церковными людьми, вхождение в приходскую жизнь

Моя духовная биография

Смысл этого задания рассказать о своем пути к Богу. С чего начались мои отношения с Богом. Мои первые религиозные переживания, первая молитва, первое сердечное обращение к Богу. Душа человека – это поле битвы ангелов и бесов, добра и греха. Духовная биография должна описать историю этой борьбы. Историю того, как в душе росло и развивалось стремление к Богу, к Церкви, к добру, к победе над грехом. И историю того, как развивались мои отношения с грехом и со злом.

Во время выполнения данного задания можно использовать описание следующих переживаний:

1. Опыт любви (влюбленности) детской, школьной, зрелой.
2. Опыт молитвы.
3. Опыт переживания присутствия Бога в своей жизни, в отдельных событиях жизни (встречи, утраты, страдания, болезни).
4. Опыт тоски по утраченному раю (потеря невинности, общение с природой, искусство, пребывание в монастыре и т. д.).
5. Стремление к совершенству и саморазвитию (чего-то достичь, состояться в жизни, мечты).
6. Переживание (осознание) своей смертности.
7. Переживание присутствия Бога во взаимоотношениях с родителями.
8. Мои авторитеты и мои кумиры, опыт преклонения перед кем-то (желание служить кому-то, чему-то).
9. Рождение ребенка как чудо и дар свыше. Переживания в связи с этим событием.
10. Встреча с проявлениями демонических энергий (когда есть мистическое переживание одержимости во время совершения преступления, добычи наркотика, алкоголя, обращение за помощью к темным силам)
11. Опыт понимания и осознания смысла (не случайность событий, встреч, смысл произведений культуры, явлений природы и т. д.). Поиск смысла жизни.
12. Опыт прощения и благодарности.

Где любовь, там нет возмездия; а где возмездие, там нет любви. Любовь, когда совершает добрые дела или исправляет прошлые поступки, не воздаст тем самым за дела прошлого.

Но заботится она о том, что наиболее полезно в будущем: она исследует грядущее, а не прошедшее

(Исаак Сирин).

Самоанализ

1. Был ли я расстроен сегодня и почему? (ситуация)
2. Какие свойства моего характера (дефекты) вызвали такую реакцию?
3. Делал ли я «быструю оценку» и удалось ли мне справиться с ситуацией. Если нет, то почему? (человек/ситуация)
4. Удалось ли мне сегодня сдержать свои эмоции (недобрые реплики, поспешная оценка, скоропалительная критика, категоричность, эмоциональный спор, менторский тон)
5. Был ли я горд или мстителен (надутый вид, молчаливое презрение, высказывания с упором на собственное превосходство)
6. Упивался ли я «своими» успехами (хвастовство, фантазии о победах над людьми и обстоятельствами)
7. Вёл ли я себя как «Большой Босс» - покровительственный тон, высокомерие, самоуверенность, поучал ли кого-либо?
8. Помнил ли, что трезв только благодаря Высшей Силе и всё, что у меня есть сегодня, всё чего добился от Бога, «мои» успехи – по Его Воле?
9. Относился ли я с пониманием к людям, не смотря на их возможную эмоциональную неуравновешенность, на не такую, как у меня точку зрения, что они не принимают мою систему ценностей, т.е. с моей точки зрения – не правы.
10. Подвёл ли я кого-нибудь и признал ли это перед собой и этим человеком?
11. Использовал ли я сегодняшние ситуации и ошибки для самобичевания, самоедства, самообвинения?
12. Делал ли я то, чего мне не хотелось и к каким результатам это привело (чувства, изменилось ли моё состояние)?
13. Намерения, мысли и поступки за которые мне стоит себя уважать и похвалить (отметить)
14. Каковы мотивы мыслей и поступков, которые я оцениваю, как неправильные?
15. Какое поведение могло быть правильным в данных ситуациях?
16. С Божьей помощью сделать выводы и принять решение использовать эти выводы для завтрашнего дня и если нужно и возможно компенсировать то, в чём был не прав (например, извиниться)
17. Пытаюсь ли я обелить свои неблагоприятные действия, поступки (самооправдание, поиск причин, благородные побуждения, праведный гнев)?
18. Критиковал ли я «конструктивно» кого-нибудь, обсуждал ли кого-нибудь в его отсутствие?
19. Причинял ли боль тому, кого люблю якобы для того, чтобы научить (а на самом деле наказать, проманипулировать)?
20. Требовал ли я повышенного внимания и сочувствия (был явно подавлен, жаловался)?
21. За что я сегодня благодарю Бога?

Итоги недели

- Какие выводы сделал из полученных знаний: на лекциях, на группах, «итогах»; в беседах.
- Что я делал для своего воцерковления: в молитвах, чтении, в храме; в общении с духовником, в беседах.
- Общение в РЦ:
 - Конфликтные ситуации (с братьями и сестрами, с консультантами, сотрудниками), как разрешил;
 - Недостатки, создающие трудности;
 - Темы самых полезных бесед;
 - Наиболее привычное для меня состояние;
 - Что нового узнал о себе.
- Что «отравило мне жизнь» за это время?
- Самое благодатное событие.
- Чем я огорчил Бога?
- Чем я порадовал Бога?

Зачитывается и сдаётся на «итогах» в пятницу.

Помни! Если ты перепишешь эту «шпаргалку», добавив лишь: «нового не узнал, не улучшил, конфликтов не было, недостатков полно, чувствую себя хорошо» и т. д. или в том же духе; или формально перечислишь произошедшие события, то задание не будет принято.

Необходимо описать состояния, наблюдения; сделать выводы и осмыслить произошедшее с тобой, полученные знания, информацию, отследить привычки.

Ничто и никто, кроме Бога не обладает совершенством.





МОЛИТВЕННОЕ ПРАВИЛО РЕАБИЛИТАЦИОННОГО ЦЕНТРА «ЛАВРА»

Молитва мытаря

Боже, милостив буди мне грешному. (Поклон)

Молитва предначинательная

Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, молитв ради Пречистыя Твоя Матере и всех святых, помилуй нас. Аминь.

Слава Тебе, Боже наш, слава Тебе.

Молитва Святому Духу

Царю Небесный, Утешителю, Душе истины, Иже везде сый и вся исполняяй, Сокровище благих и жизни Подателю, прииди и вселися в ны, и очисти ны от всякия скверны, и спаси, Блаже, души наша.

Трисвятое

Святой Боже, Святой Крепкий, Святой Безсмертный, помилуй нас. (Читается трижды, с крестным знаменем и поясным поклоном.)

Слава Отцу и Сыну и Святому Духу, и ныне и присно и во веки веков. Аминь.

Молитва ко Пресвятой Троице

Пресвятая Троице, помилуй нас; Господи, очисти грехи наша; Владыко, прости беззакония наша; Святой, посети и исцели немощи наша, имене Твоего ради.

Господи, помилуй. (Трижды).

Слава Отцу и Сыну и Святому Духу, и ныне и присно и во веки веков. Аминь.

Молитва Господня

Отче наш, Иже еси на небесех!

Да святится имя Твое, да приидет Царствие Твое, да будет воля Твоя, яко на небеси и на земли. Хлеб наш насущный даждь нам днесь; и остави нам долги наша, якоже и мы оставляем должником нашим; и не введи нас во искушение, но избави нас от лукаваго.

Псалом 50

Помилуй мя, Боже, по велицей милости Твоей, и по множеству щедрот Твоих очисти беззаконие мое. Наипаче омой мя от беззакония моего, и от греха моего очисти мя; яко беззаконие мое аз знаю, и грех мой предо мною есть выну. Тебе Единому согреших и лукавое пред Тобою сотворих, яко да оправдишися во словесех Твоих, и победиши внегда судити Ти. Се бо, в беззакониих

зачат есмь, и во гресех роди мя мати моя. Се бо, истину возлюбил еси; безвестная и тайная премудрости Твоя явил ми еси. Окропиши мя иссопом, и очищуся; омыеши мя, и паче снега убелюся. Слуху моему даси радость и веселие; возрадуются кости смиренныя. Отврати лице Твое от грех моих и вся беззакония моя очисти. Сердце чисто созижди во мне, Боже, и дух прав обнови во утробе моей. Не отвержи мене от лица Твоего и Духа Твоего Святого не отыми от мене. Воздаждь ми радость спасения Твоего и Духом владычним утверди мя. Научу беззаконныя путем Твоим, и нечестивии к Тебе обратятся. Избави мя от кровей, Боже, Боже спасения моего; возрадуется язык мой правде Твоей. Господи, устне мои отверзеша, и уста моя возвестят хвалу Твою. Яко аще бы восхотел еси жертвы, дал бых убо: всесожжения не благоволиши. Жертва Богу дух сокрушен; сердце сокрушенно и смиренно Бог не уничижит. Ублажи, Господи, благоволением Твоим Сиона, и да созиждутся стены Иерусалимския. Тогда благоволиши жертву правды, возношение и всесожегаемая; тогда возложат на олтарь Твой тельцы.

Символ веры

Верую во единого Бога Отца, Вседержителя, Творца небу и земли, видимым же всем и невидимым.

И во единого Господа Иисуса Христа, Сына Божия, Единородного, Иже от Отца рожденного прежде всех век; Света от Света, Бога истинна от Бога истинна, рожденна, несотворенна, единосущна Отцу, Имже вся быша.

Нас ради человек и нашего ради спасения сшедшаго с небес и воплотившагося от Духа Свята и Марии Девы и вочеловечшася.

Распятого же за ны при Понтийстем Пилате, и страдавша, и погребенна.

И воскресшаго в третий день по Писанием.

И возшедшаго на небеса, и сидяща одесную Отца.

И паки грядущаго со славою судити живым и мертвым, Егоже Царствию не будет конца.

И в Духа Святаго, Господа, Животворящаго, Иже от Отца исходящего, Иже со Отцем и Сыном спокланяема и сславима, глаголавшаго пророки.

Во едину Святую, Соборную и Апостольскую Церковь.

Исповедую едино крещение во оставление грехов.

Чаю воскресения мертвых,

И жизни будущаго века. Аминь.

Молитва Оптинских старцев

Господи, дай мне с душевным спокойствием встретить все, что принесет мне наступивший день.

Дай мне всецело предаться воле Твоей святой.

На всякий час сего дня во всем наставь и поддержи меня.

Какие бы я ни получал известия в течение дня, научи меня принять их со спокойной душой и твердым убеждением, что на всё святая воля Твоя.

Во всех словах и делах руководи моими мыслями и чувствами.

Во всех непредвиденных случаях не дай мне забыть, что все ниспослано Тобой. **Научи** меня прямо и разумно действовать с каждым членом семьи моей, никого не смущая и не огорчая.

Господи, дай мне силу перенести утомление наступившего дня и все события в течение его.

Руководи моею волею и научи меня молиться, верить, надеяться, терпеть, прощать, благодарить Тебя за всё и любить.

Аминь.

Молитвенное призывание святого, имя которого носишь

Моли Бога о мне, святой угодниче Божий (имя), яко аз усердно к тебе прибегаю, скорому помощнику и молитвеннику о душе моей.

Песнь Пресвятой Богородице

Богородице Дево, радуйся, Благодатная Марие, Господь с Тобою; благословена Ты в женах и благословен плод чрева Твоего, яко Спаса родила еси душ наших.

Тропарь Кресту

Спаси, Господи, люди Твоя, и благослови достояние Твое, победы православным христианом на сопротивных даруя, и Твое сохраняя Крестом Твоим жительство.

Молитва о живых

Спаси, Господи, и помилуй отца моего духовнаго (имя), родителей моих (имена), сродников (имена), начальников, наставников, благодетелей (имена их) и всех православных христиан. Избави их от всякия скорби, гнева и нужды, от всякия болезни душевныя и телесныя. Прости им всякое согрешение, вольное и невольное и душам нашим полезная сотвори.

Молитва о усопших

Упокой, Господи, души усопших раб Твоих: родителей моих, сродников, благодетелей (имена их), и всех православных христиан, и елико в житии сем яко человецы согрешиша, Ты же, яко Человеколюбец Бог, прости их и помилуй, вечныя муки избави, Небесному Царствию причастники учини и душам нашим полезная сотвори.

Окончание молитв

Достойно есть яко воистину блажити Тя Богородицу, Присноблаженную и Пренепорочную и Матерь Бога нашего. Честнейшую Херувим и славнейшую без сравнения Серафим, без истления Бога Слова рождшую, сущую Богородицу Тя величаем.

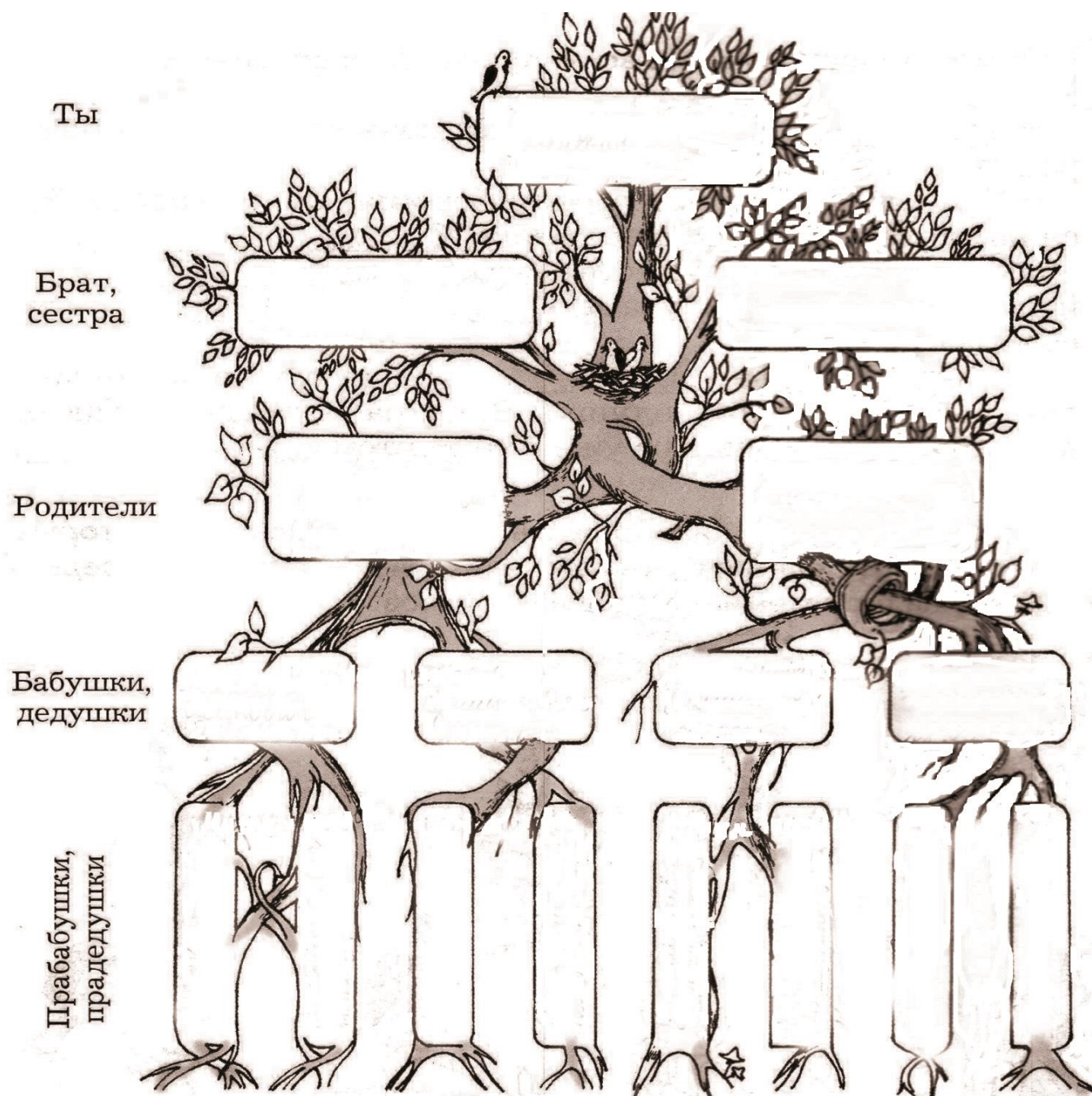
Слава Отцу и Сыну и Святому Духу. И ныне и присно и во веки веков. **Аминь.**

Господи, помилуй. (Трижды)

Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, молитв ради Пречистыя Твоя Матере, преподобных и богоносных отец наших и всех святых помилуй нас. **Аминь.**

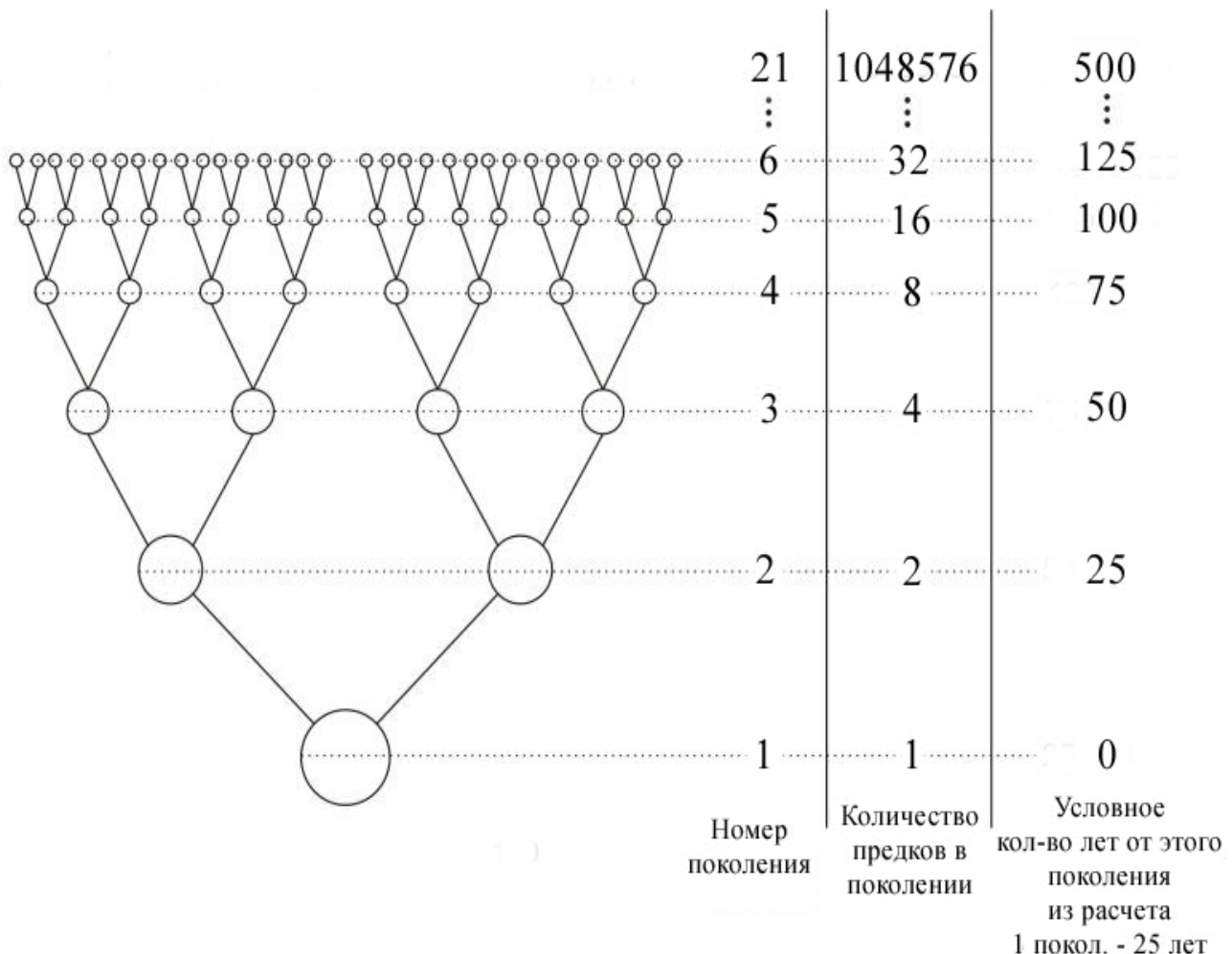
Моя родословная. Составление генеалогического древа

Мы хотим знать, где наши корни, от кого мы произошли, кто наши родственники по линии отца и матери. Перебирая старые письма, фотографии, руководствуясь воспоминаниями наших родителей, бабушек и дедушек и родственников разных уровней, мы можем составить свое генеалогическое древо (семейное дерево), из которого все становится понятным, и которое отображает историю развития нашей семьи. Напишите в рамке: степень родства, фамилию, имя и отчество, даты рождения и смерти, по возможности вставьте фотографию. Заполните на каждого члена вашей большой семьи генеалогическую карточку.



Генеалогическая карточка

- | | |
|--|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Фамилия
(для замужних женщин указать девичью). 2. Имя, отчество
(если менялись, указать, какие были). 3. Дата и место рождения. 4. Дата и место смерти
(если похоронен в другом месте,
указать также местоположение могилы). 5. Национальность. 6. Фамилия, имя, отчество отца. 7. Фамилия, имя, отчество матери. 8. Место или места жительства
(с указанием дат). 9. Имена и даты рождения братьев и сестёр. 10. Образование, что закончил. | <ol style="list-style-type: none"> 11. Место (места) работы или службы,
должности. 12. Участие в войнах (каких, где). 13. Награды, звания. 14. Ф.И.О. жены (мужа). 15. Ф.И.О. детей, их даты рождения. 16. Вероисповедание,
принадлежность к сословию
(до 1917 года). 17. Хобби. 18. Источники информации:
документы, фотографии, письма,
воспоминания, интервьюирование. 19. Дата заполнения. |
|--|---|



Коллекция художественных фильмов, рекомендованных для просмотра

- «Страсти по Андрею. Андрей Рублев» (1966 г.), А. Тарковский. Сила веры, история отечества.
- «Ночи Кабирии» (1957 г.), Ф. Феллини. Готовность принимать испытания. Преображение.
- «Большая рыба», Т. Бёртен. Детско-родительские отношения, любовь.
- «Мусульманин» (1996 г.), В. Хотиненко. Фарисейство, смирение, любовь.
- «Несколько дней из жизни Обломова», Н. Михалков. Жизненный выбор, ответственность за свою жизнь, любовь.
- «28 дней» (2000 г.), Б. Томас. История реабилитации, преобразование.
- «Остров», П. Лунгин. Духовный путь от предательства до спасения.
- «День сурка» (1993 г.). Застой или Изменения ради жизни.
- «Мой парень ангел» (2011 г.). Комедия. Понимание любви земное и небесное. Бескорыстие.
- «Страсти Христовы», М. Гибсон. Дни великой недели страданий Господа, Воскресение.
- «Орда» (2012 г.). Сила веры, история отечества, «..претерпевший до конца спасётся».
- «Поезд на Юму». Самопожертвование, воспитание мужского начала.
- «12», Н. Михалков. Справедливость, милосердие, сострадание, способность помочь.
- «Джузеппе Москатти – Исцеляющая любовь» (2007 г.). История святого Джузеппе Москати, он всю свою жизнь декларировал, что главная сила — любовь...
- «Дураков нет», П.Мамонов. Интервью. Христианство и современный мир.
- «Сердца в Атлантиде / Hearts in Atlantis» (2001 г.). Детские страхи и их преодоление, самоидентификация.
- «Голгофа» (2014 г.). Ирландия. Грани веры и неверия. Жертвенность.
- «Неоконченная пьеса для механического пианино», Н. Михалков. Зависимое поведение, любовь, жертвенность.
- «Преступление и наказание» (1969 г.), Л. Кулиджанов. Муки совести, покаяние, любовь.
- «Амели» (2001 г.), Жан-Пьер Жёне. Детско-родительские отношения, любовь.
- «Битва за свободу» (2012), Дин Райт. Верность Христу. Защита Христианства с оружием в руках.
- «Бог не умер» (2014), Харольд Кронк. Отстаивание своих христианских убеждений в современном секулярном мире.
- «Монах и бес» (2016), Николай Досталь. Фильм – притча о смирении, святости и любви.
- «О людях и богах» (2010), Ксавье Бовуа. Самопожертвование, следование за Христом, мученичество – как свидетельство Любви.
- «Ида» (2014), Павел Павликовский. Выбор. Испытание. Два пути – путь жизни и путь смерти.

**Координационный центр по противодействию наркомании и алкоголизму Отдела церковной
благотворительности и социального служения Санкт-Петербургской епархии:**
191167 Санкт-Петербург, наб. р. Монастырки, 1, к. 73, тел: +7 (911) 170-5404
e-mail: kc.eparhia@mail.ru, сайт: www.antinarko.org

