

STANISŁAW GŁAZ SJ

## WYBRANE DETERMINANTY PRZEŻYĆ RELIGIJNYCH

W ciągu ostatnich lat pojawił się nowy obszar badań w dziedzinie psychologii. Obejmuje on przeżycia religijne, sposoby zmagania się ze stresem i poczucie bezpieczeństwa. Z fenomenami tymi spotyka się niemal każdy człowiek. Wielu psychologów zainteresowanych tymi stanami podjęło próbę określenia ich struktury, pochodzenia, oddziaływania na ludzką psychikę.

Niniejszy artykuł dotyczy wyżej wymienionych zagadnień psychologicznych. Determinantami przeżyć religijnych są tutaj sposoby zmagania się ze stresem i poczucie bezpieczeństwa.

Przeżycia religijne, podobnie jak i inne doznania egzystencjalne, są trudne do zinterpretowania. Mogą pojawiać się z różną częstotliwością (Hay, 1979; Głaz, 1996) zarówno u mężczyzn, jak i u kobiet. Występują wśród ludzi różnych kultur, ras, a nawet u osób o odmiennej przynależności wyznaniowej (Hood, 2001). Na gruncie psychologii istnieje wiele definicji przeżycia religijnego, często nawet sprzecznych ze sobą (Freud, Clark). W artykule przyjęto, że doznania religijne są rozumiane jako przeżycie bezpośredniego kontaktu z rzeczywistością transcendentną – Bogiem. Otwartość człowieka sprzyja zaistnieniu relacji z przedmiotem religii. Człowiek, angażując swoją sferę poznawczą, emocjonalną, wolitywną, pragnie uchwycić to, co dla niego jest najważniejsze, co stanowi tajemnicę, choć nie zawsze mu się to udaje. Doświadcza Boga, Kogoś niewidzialnego, nieokreślonego. Świadomość przeżycia obecności Boga staje się jego udziałem. Ten ulotny fenomen jest krótkotrwały, trudny do uchwycenia. Niekiedy ogarnia człowieka zgoła odmienny stan świadomości religijnej, nieobecności Boga. Są to dwie krańcowo różne odmiany przeżycia religijnego, mające ze sobą wiele wspólnego, ale także za-

sadniczo różniące się między sobą. W przeżyciu obecności Boga człowiekowi często towarzyszą uczucia radości, zachwytu, fascynacji przedmiotem religijnym. W trakcie przeżycia nieobecności Boga natomiast ujawniają się często uczucia takie, jak zagubienie, zniechęcenie, opuszczenie. Ta relacja pomiędzy człowiekiem a Transcendencją może wyrażać się w różny sposób (Hood, Morris, Watson, 1990).

Przeżycia egzystencjalne, podobnie jak przeżycia o charakterze religijnym, często powodują, że człowiek uświadamia sobie nowe treści psychiczne, niekoniecznie religijne. Ma subiektywne przekonanie, że wnoszą one coś nowego w jego życie. Pozostawiają w jego życiu jakiś ślad w sferze duchowo-psychicznej (Gruehn, 1966; Otto, 1968; Pruyser, 1968; Głaz, 1996, 2003a). Jung (1970) pisze, że odciskają piętno na jego życiu duchowo-psychicznym. Niektóre badania dowodzą, iż najczęstszym rezultatem interakcji o charakterze religijnym są zmiany w sferze religijności i niektórych innych aspektach osobowości człowieka (Głaz, 1996; Hood, 2001). Pod wpływem przeżyć religijnych często zmienia on własny pogląd na samego siebie i na otaczający go świat. Staje się bardziej otwarty na doznania własne i innych osób. Funkcjonuje lepiej i jest bardziej twórczy. W jego życiu pojawia się uczucie wdzięczności wobec Boga i ludzi (Rogers, 1951; Maslow, 1986). Można przyjąć, że w wyniku przeżyć o charakterze religijnym lepiej poznaje i rozumie siebie, drugiego człowieka i Boga. Tego rodzaju treści i skutki doznań religijnych, osadzone w osobowości człowieka, mogą być dostępne badaniom empirycznym.

Stres jest pewnym fenomenem psychicznym, stanowiącym nieunikniony element ludzkiego życia. Termin ten może mieć wiele znaczeń: niekiedy wyraża napięcie, napór o różnej sile, jak również wszelką aktywność zmuszającą organizm do przeciwdziałania dającego odprężenie psychiczne (Lazarus, 1966; Terelak, 1997; Głaz, 2000). Zdaniem wymienionych tu badaczy stres często ma charakter traumatyczny i u wielu ludzi bywa przyczyną zmian w sferze psychicznej, a nawet duchowej. Niejednokrotnie prowadzi do zachwiania równowagi psychofizycznej (Badura-Madej, 1996). Może wpływać na całość funkcjonowania i zachowania człowieka (Cooper, 1996; Grochmal, 1992). Pojawiający się w życiu człowieka stres ma swoje przyczyny – wedle wielu psychologów – w różnych stresorach: zewnętrznych bądź wewnętrznych.

Niektórzy badacze (Antonovsky, 1995; Witki, 1997) są zdania, że wiele objawów pourazowych, wywołanych silnym stresem, nie jest wynikiem działania jakiejś irracjonalnej siły, ale ich przyczyną jest brak skutecznego radze-

nia sobie przez daną osobę z własnymi przeżyciami, które ograniczają zdolność odnajdywania się w trudnej sytuacji. Wskazują oni człowiekowi znajdującemu się w stanie silnego stresu przydatne środki oraz sposoby, którymi mógłby zapobiec silnemu oddziaływaniu stresu na własną psychikę. Jednak nie każdy człowiek potrafi skutecznie przeciwdziałać stresom.

Pojęcie „zmaganie się ze stresem” obejmuje stale zmieniające się poznawcze i behawioralne wysiłki zmierzające do tego, by sprostać wewnętrznym i zewnętrznym wymaganiom, które wynikają z relacji osoba–środowisko, ocenianym przez człowieka jako przekraczające jego środki zaradcze (Mazurkiewicz, 1998). Niektórzy autorzy zalecają strategie zmagania się ze stresem skierowane na zadanie, emocje bądź radzą unikać stresujących sytuacji (Oleś, 1995; Endler, Parker, 1990). Inni uważają, iż skutecznym środkiem przeciwdziałania stresów oraz wykształcenia w sobie odporności na sytuacje stresogenne jest twórcza samoaktualizacja, która sprzyja integracji potrzeb emocjonalnych, intelektualnych, somatycznych, a nawet duchowych (Maslow, 1966, 1986; May, 1994). Część psychologów, zwłaszcza o orientacji humanistyczno-egzystencjalnej, słusznie zauważa, że wtedy, gdy zawodzą psychiczne sposoby zmagania się ze stresem, wielu ludzi odwołuje się do środków „nadzwyczajnych” – medytacji, tak popularnej na Zachodzie, czy do autentycznej religijności, której istotą jest osobiste, indywidualne przeżycie o treści religijnej odnoszące się do Sacrum (Antonovsky, 1995; Głaz, 1997; Sęk, 1995).

Wielu psychologów uważa (Allport, 1988; Maslow, 1966), że do rozwoju, uzewnętrznienia tego, co potencjalnie dobre, ukryte w człowieku, potrzebny jest odpowiedni klimat, sprzyjające warunki rozwojowe. Jednym z ważnych pozytywnych czynników, zapewniających rozwój wrodzonych predyspozycji, jest poczucie bezpieczeństwa (Erikson, 1997; Bloomfield, Cooper, 2000). Rozumiane jest ono często jako pierwotna, podstawowa potrzeba psychiczna, której zaspokojenie warunkuje normalne funkcjonowanie człowieka i jego pomyślny rozwój psychiczny (Maslow, 1966). Psychologowie o orientacji humanistycznej (Maslow, 1986; Rogers, 1951) słusznie zauważyli, że poczucie bezpieczeństwa jest jednym z ważniejszych elementów zdrowia psychicznego człowieka. Przeprowadzone przez niektórych z nich badania (Kotlarska-Michalska, 1997; Uchnast, 2001) dowodzą, że wiele czynników, np. fanatyzm, brak wolności, niewłaściwy sposób przeżywania własnego życia, może stanowić istotne zagrożenie dla poczucia wewnętrznego bezpieczeństwa osoby. Niezaspokojona potrzeba bezpieczeństwa sprzyja rozwojowi egocentryzmu, osłabieniu emocjonalnej stabilności (Szymoń, 2001). Zagrożenie poczucia bezpieczeństwa często jest powodem regresji, czyli powrotu do pierwot-

nych postaw i zachowań. Osoba mająca zapewnione poczucie bezpieczeństwa wykazuje świadomość właściwego miejsca w świecie, jest otwarta na siebie i inne osoby, które postrzega jako przyjacielskie i życzliwe.

## I. CEL I PROBLEM ARTYKUŁU

Przeżyciami religijnymi, sposobami zmagania się ze stresem oraz problemem poczucia bezpieczeństwa zajmują się liczni psychologowie. Skrzypek i Widomska-Czekajska (2000) analizowali sposoby radzenia sobie ze stresem u osób z dusznicą bolesną, Hys i Nieznańska (2001) – u aktorów. Siek i Grochowski (1999) badali poczucie bezpieczeństwa u młodzieży, zaś Bielecki (2001) – zależność poczucia pewności siebie i potrzeby bezpieczeństwa. Badania Rosegranta (1976) wykazały korelację dodatnią pomiędzy wynikami uzyskanymi na podstawie skali mistycyzmu a poziomem stresu ( $r = 0,29$ ;  $p < 0,05$ ). Inne badania ujawniły, że u młodzieży doznania mistyczne najczęściej miały miejsce wtedy, gdy odczuwała ona samotność, bądź w sytuacji poważnych stresów (Hay, 1979). Hood (1977) stwierdza, że osoby o wyższym poczuciu bezpieczeństwa uzyskują większe wyniki w skali mistycyzmu niż pozostałe. Nie ma natomiast badań dotyczących powiązania sposobów zmagania się ze stresem i sytuacji trudnych z poczuciem skutków przeżycia religijnego: obecności i nieobecności Boga.

Sugeruje się, że kobiety studiujące charakteryzują się innym poziomem poczucia skutków przeżyć religijnych i bezpieczeństwa niż mężczyźni. Stosują również inne sposoby zmagania się ze stresem oraz w odmienny sposób przewyciężają stresujące sytuacje, tak by mogły kontynuować podjętą edukację.

Zakłada się także, że podejmowane przez młodzież studencką sposoby zmagania się ze stresem, m.in. te skierowane na rozwiązanie problemu lub na redukcję emocjonalnego napięcia, również oddziałują na poczucie skutków przeżyć religijnych: obecności i nieobecności Boga.

Autor artykułu, mając na uwadze powyższe założenia teoretyczne i empiryczne, dotyczące poczucia skutków przeżycia religijnego, sposobów zmagania się ze stresem oraz poczucia bezpieczeństwa, a zarazem doceniając rangę tych zagadnień na polu nauki, postanowił szukać odpowiedzi na następujące pytania badawcze:

**1. Czy zmienna niezależna** (tj. płeć) różnicuje: (1) poczucie skutków przeżycia religijnego, (2) sposoby zmagania się ze stresem, (3) poczucie bezpieczeństwa młodzieży studiującej, a jeśli tak, to w jakim zakresie?

**2. W jakim stopniu i jaki rodzaj** zmiennych niezależnych dotyczących sposobów zmagania się ze stresem – branych pod uwagę w badaniach studiującej młodzieży, pogrupowanej według podobnych syndromów poczucia bezpieczeństwa (skupienia) – wyjaśnia wariację zmiennych zależnych. Za zmienne zależne uznano: (1) poczucie skutków przeżycia obecności Boga (OB), (2) poczucie skutków przeżycia nieobecności Boga (NOB).

## II. BADANIA WŁASNE

O doborze odpowiedniej metody decyduje postawiony problem, który ma być rozstrzygnięty, i zamierzony sposób jego rozwiązania. W celu przeanalizowania postawionego na wstępie pracy problemu autor niniejszego artykułu posłużył się takimi narzędziami badawczymi, które pozwalają mu uzyskać odpowiednią ilość materiału empirycznego. Badaniami objęto młodzież studiującą. Zebrany materiał został poddany dalszej analizie psychologicznej.

### 1. *Metody zastosowane w pracy*

W ostatnich latach psychologowie opracowali odpowiednie metody badawcze, które są pomocne w bliższym opisie takich szczególnych zjawisk psychicznych, jak: poczucie bezpieczeństwa, stres, jego przyczyny, intensywność (Uchnast, 1991; Folkman, Lazarus, 1985b; Antonovsky, 1995). Opracowano również odpowiednie metody diagnostyczne, które pozwalają ująć i bliżej określić cechy religijności człowieka wierzącego.

Do określenia poczucia skutków przeżycia obecności i nieobecności Boga autor artykułu posłużył się własnym narzędziem badawczym – Skalą Poczucia Skutków Przeżycia Religijnego (SPSPR) (Głaz, 2003a). Skala składa się z trzech podskal. Pierwsza określa intensywność poczucia skutków przeżycia obecności Boga (OB), gdzie współczynnik zgodności wewnętrznej  $\alpha$  Cronbacha wynosi 0,93. Druga służy do pomiaru intensywności uczuć towarzyszących osobie podczas przeżycia nieobecności Boga (UCZ), a współczynnik zgodności wewnętrznej  $\alpha$  wynosi 0,83. Ostatnia określa intensywność poczucia skutków przeżycia nieobecności Boga (NOB). Współczynnik zgodności wewnętrznej  $\alpha$  Cronbacha jest tutaj również wysoki (0,89).

W celu określenia sposobów zmagania się ze stresem autor pracy użył skali – Sposoby Radzenia Sobie ze Stresem (SRSS) w wersji P. Olesia

(1995). Została ona skonstruowana na bazie teorii Lazarusa i w pewnym sensie stanowi przeróbkę znanej skali Ways of Coping Checklist S. Folkmana i R. Lazarusa (1985a). Proponowana przez obu autorów teoria stresu ma charakter *relacyjny*, gdyż stres zdefiniowany jest w kategoriach relacji pomiędzy człowiekiem a otoczeniem. Skala SRSS składa się z podskal szczegółowych. Opanowanie (Op) – mierzy skłonność jednostki do rozważnego postępowania i opanowania własnych emocji w sytuacji stresowej. Poszukiwanie rozwiązania (Ro) – bada zdolność osoby do skutecznego radzenia sobie ze stresem i poszukiwania rozwiązania. Mobilizacja (Mo) – określa stopień, w jakim osoba mobilizuje się do działania w czasie trwania sytuacji stresowej. Poszukiwanie informacji (Pi) – bada stopień, w jakim osoba poszukuje danych o zaistniałej sytuacji i sposobach jej rozwiązania. Poszukiwanie wsparcia (Ws) – określa poziom wsparcia, jakiego osoba poszukuje w swoim środowisku. Rezygnacja (Rg) – określa poziom rezygnacji z wysiłku. Samobwinianie (Sa) – charakteryzuje skłonność osoby do reagowania na sytuację stresową negatywnymi uczuciami. Unikanie-ucieczka (Un) – służy do określenia skłonności osoby do unikania stresowej konfrontacji. Bagatelizowanie (Ba) – ukazuje skłonność osoby do umniejszania znaczenia sytuacji stresowej. Kompensowanie (Ko) – charakteryzuje skłonność osoby do wynagrodzenia sobie przykrości związanych ze stresem. Religia (Re) – określa stopień, w jakim osoba ucieka się do wiary religijnej w walce ze stresem. Optymizm (Om) – bada skłonności jednostki do optymistycznej interpretacji sytuacji stresowej. Dojrzewanie (Rf) – określa przekonanie osoby o pozytywnych efektach sytuacji stresowych. Trzy pierwsze podskale (Mo + Ro + Op) określają strategie skoncentrowane na problemie (PZS) ( $\alpha$  Cronbacha wynosi 0,86), pozostałych siedem (Pi + Ws + Rg + Sa + Un + Ba + Ko) charakteryzuje strategie skoncentrowane na emocjach (EZS) ( $\alpha$  Cronbacha wynosi 0,87). Trzy ostatnie podskale (Re, Om, Rf) nie stanowią części dwóch ogólnych strategii zmagania się ze stresem i są rozpatrywane oddzielnie.

Dla określenia poziomu poczucia bezpieczeństwa młodzieży posłużono się Kwestionariuszem Poczucia Bezpieczeństwa (KPB) Z. Uchnasta (1991; 2001), opartym na założeniach teorii osobowości Masłowa, który służy do określenia zmiennych indywidualnych. Stanowią one syndrom poczucia bezpieczeństwa i braku poczucia bezpieczeństwa. Kwestionariusz składa się z trzech podskal: Poczucia bliskości (BL), Poczucia stabilności (ST), Poczucia zaufania do siebie (ZS). Współczynnik rzetelności  $r$  dla kwestionariusza wynosi 0,93.

W celu wyodrębnienia homogenicznych grup osób o podobnych cechach (profilach) posłużono się Analizą skupień, stosując metodę K-means (Marek, Noworol, 1983).

## 2. Opis grupy badanej

Badaniami objęto studentów. Wszyscy deklarowali się jako wierzący oraz mieli subiektywne przekonanie, że przeżycie religijne miało miejsce w ich życiu. Celem badania było wykazanie, w jakim stopniu badani odczuwają obecność i nieobecność Boga. Do analizy wykorzystano wyniki otrzymane na podstawie 134 poprawnie wypełnionych kwestionariuszy. Próbkę badawczą stanowiło 33 mężczyzn z Wyższej Szkoły Ekonomii, 37 mężczyzn z Wydziału Leśnictwa Akademii Rolniczej, 32 kobiety z Wyższej Szkoły Filozoficzno-Pedagogicznej „Ignatianum” w Krakowie oraz 32 kobiety z Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Nowym Sączu. Przedział wiekowy badanych mieści się w granicach 22-25 lat.

### III. ANALIZA WYNIKÓW

W celu opracowania danych posłużono się pakietem programów statystycznych BMBP (Nixon, 1992). Uzyskane wyniki analizowano, opierając się na wartościach średnich ( $M$ ) i odchyleniach standardowych ( $SD$ ). Następnie przeprowadzono analizę wariancji (ANOVA) oraz zastosowano test porównań wielokrotnych – Student-Newman-Keuls. W dalszej kolejności omówiono wyniki badanych mężczyzn i kobiet otrzymane w badaniach kwestionariuszowych (SPSPR, SRSS, KPB). Analiza otrzymanych wyników poszczególnych podgrup młodzieży w zakresie przeciętnych profili umożliwia znalezienie odpowiedzi na pytania badawcze.

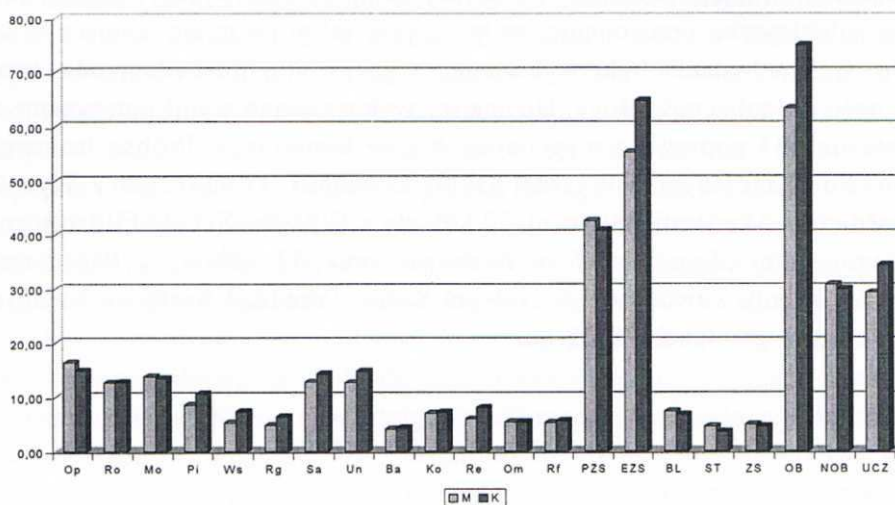
#### 1. Płeć a zmienne zależne

Zgodnie z założeniem, postanowiono odpowiedzieć na pytanie, czy płeć różnicuje zmienne zależne brane pod uwagę w prezentowanych w pracy badaniach. Niektórzy psychologowie (Francis, Wilcox, 1998; Maton, 1989; Lewis, Maltby, 1995; Loewenthal, 2002) uważają, że istnieje pewna zależność po-



między płcią a przeżyciami religijnymi, sposobami zmagania ze stresem oraz syndromem poczucia bezpieczeństwa.

Zgodnie z wcześniejszym planem, aby określić powiązania płci z wartościami uzyskanymi w testach: SRSS, KPB oraz SPSRR, wyniki badań poddano analizie wariancji. Przeprowadzona procedura badawcza pozwoliła określić związki, jakie zachodzą pomiędzy zmienną niezależną (płcią) a zmiennymi psychologicznymi otrzymanymi w zastosowanych testach.



Wykres 1. Średnie arytmetyczne dla mężczyzn i kobiet badanych testami SRSS, KPB i SPSRR

Powyższe wyniki badań (wykres 1) ujawniają, że istotne statystycznie różnice zachodzą w kilku czynnikach. Świadczy to o tym, że płeć różnicuje niektóre cechy młodzieży studiującej. Mężczyźni charakteryzują się wyższym poziomem opanowania emocji w sytuacji stresowej (Op) ( $F = 7,56$ ;  $p = 0,006$ ) oraz mają większe poczucie stabilności, ładu i uporządkowania (ST) ( $F = 3,39$ ;  $p = 0,049$ ) niż kobiety. Kobiety natomiast ujawniają większą świadomość poczucia skutków przeżycia obecności Boga (OB) ( $F = 25,81$ ;  $p < 0,05$ ) i uczuć towarzyszących przeżyciu nieobecności Boga (UCZ) ( $F = 12,88$ ;  $p = 0,0005$ ), a także większe zaangażowanie w poszukiwanie informacji o sytuacji stresowej i o sposobach jej rozwiązania (Pi) ( $F = 15,10$ ;  $p = 0,0002$ ). Objawiają większą potrzebę wsparcia ze strony środowiska (Ws) ( $F = 18,17$ ;  $p < 0,05$ ), większy poziom rezygnacji z wysiłku i bierne oczekiwanie (Rg) ( $F = 11,45$ ;  $p = 0,001$ ) oraz większą autoagresję wobec samych siebie (Sa) ( $F = 4,95$ ;  $p = 0,028$ ). Obserwuje się u nich większy poziom



dezorganizacji i ucieczki od rzeczywistości (Un) ( $F = 8,97$ ;  $p = 0,0031$ ), odczuwają także większą potrzebę rzeczywistości religijnej w obliczu sytuacji stresowej (Re) ( $F = 28,92$ ;  $p < 0,05$ ) oraz wyższy poziom emocji i przykrego napięcia w podobnych sytuacjach (EZS) ( $F = 18,59$ ;  $p < 0,05$ ) niż mężczyźni.

## 2. Podział i porównanie skupień homogenicznych pod względem syndromu poczucia bezpieczeństwa

Wcześniej, zgodnie z założeniem, poszukiwano odpowiedzi na pytanie, w jakim stopniu płeć różnicuje zmienne psychologiczne przyjęte w tej pracy, dotyczące poczucia skutków przeżycia religijnego, sposobów zmagania się ze stresem i poczucia bezpieczeństwa. Analiza otrzymanych wartości dowodzi, że płeć, zmienna niezależna, różnicuje tylko niektóre zmienne psychologiczne zależne (wykres 1).

Zdaniem niektórych psychologów (Maslow, 1986; Rogers, 1951), zapewnienie człowiekowi poczucia bezpieczeństwa umożliwia rozwój jego wyższych potrzeb. Tylko człowiek, który czuje się bezpiecznie, może wszechstronnie się rozwijać, jest bardziej otwarty na własne doznania egzystencjalne. Zagrożenie poczucia bezpieczeństwa często sprzyja regresji, rezygnacji z rozwoju, z samorealizacji.

Badanych pogrupowano nie na podstawie z góry przyjętych kryteriów (płeć), ale biorąc za zmienne kryterialne wartości psychologiczne uzyskane w kwestionariuszu KPB, dotyczące syndromu poczucia bezpieczeństwa. W tym celu użyto metody analizy skupień. Badaniom poddano opisaną wcześniej grupę młodzieży studiującej.

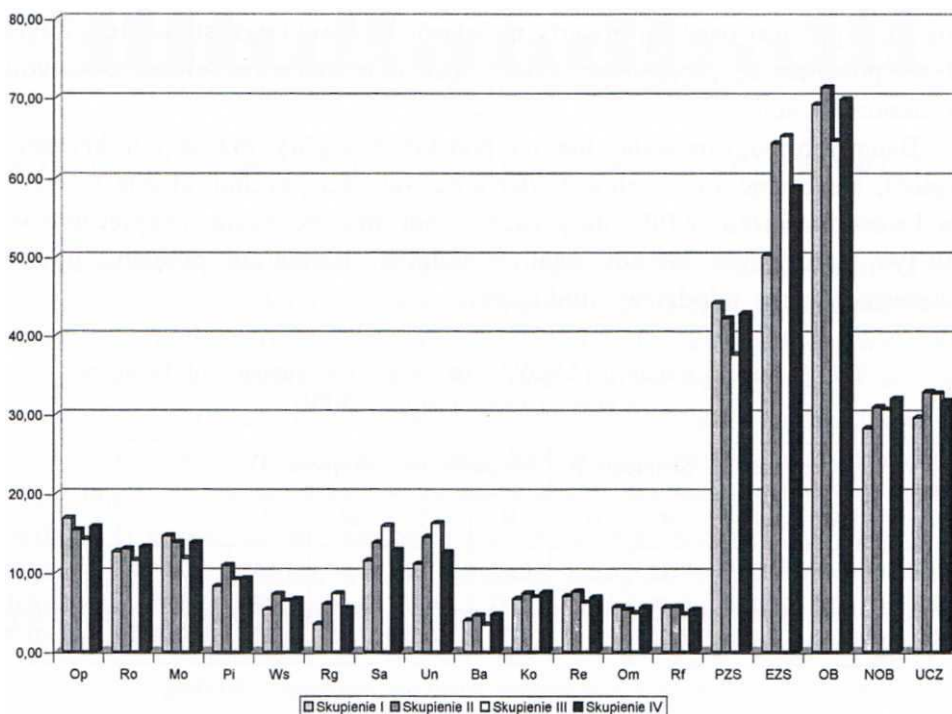
Tab. 1. Analiza wariancji (ANOVA) dla wszystkich skupień osób badanych za pomocą kwestionariusza (KPB)

Skale	Skupienie I		Skupienie II		Skupienie III		Skupienie IV		F	df	p
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD			
BL	7,68	2,285	7,32	1,340	2,71	1,182	8,00	1,865	62,094	3	<0,05
ST	7,38	1,393	3,44	1,804	1,57	1,687	3,34	1,274	76,471	3	<0,05
ZS	7,35	1,873	2,88	1,467	1,75	1,669	7,75	1,294	110,442	3	<0,05

Rozkład wyników zamieszczonych w tab. 1 wskazuje, że istotne statystycznie różnice odnotowuje się pomiędzy wszystkimi skupieniami na poziomie  $p < 0,05$ . Wyodrębniono cztery skupienia (podgrupy) o nierównolicznej liczbie osób. Uzyskano cztery odmienne profile postaw związanych z poczuciem bezpieczeństwa. Młodzież o wysokim poczuciu bezpieczeństwa pod każdym względem (skupienie I), młodzież o wysokim poczuciu bliskości z innymi i światem, zaś słabym poczuciu stabilności i zaufania do samego siebie (skupienie II), młodzież o bardzo niskim poczuciu bezpieczeństwa (skupienie III) oraz młodzież o wysokim poczuciu bliskości i zaufania do siebie, a niskim poczuciu stabilności (skupienie IV).

Pierwsze skupienie stanowią 34 osoby, drugie - 43. W trzecim było 28 osób, natomiast w najmniej licznym, czwartym, 24.

Udział pozostałych zmiennych psychologicznych otrzymanych w trakcie badań młodzieży przy użyciu testów (SRSS i SPSPR) w kontekście typów charakteryzujących się różnymi postawami względem poczucia bezpieczeństwa, skategoryzowanych za pomocą analizy skupień, przedstawia wykres 2 i tab. 2.



Wykres 2. Średnie arytmetyczne dla wszystkich skupień osób badanych testami SRSS i SPSPR

Tab. 2. Różnice statystyczne: analiza wariancji (ANOVA) ( $F$ ,  $p$ ) oraz test porównań wielokrotnych dla skal testów SRSS, KBP i SPSPR

Skale	Skupienie I: II	Skupienie I: III	Skupienie II: III	Skupienie I: IV	Skupienie II: IV	Skupienie III: IV	$F$	$df$	$p$
Op	-	0,010	-	-	-	-	3,85	3	0,011
Ro	-	-	0,010	-	0,050	-	2,93	3	0,03
Mo	-	0,001	0,001	-	-	0,050	6,39	3	0,0005
Pi	0,001	-	0,001	-	-	-	4,67	3	0,004
Ws	0,001	-	-	-	-	-	4,41	3	0,006
Rg	0,001	0,001	-	0,050	-	0,010	12,68	3	0,05
Sa	0,050	0,001	0,010	-	-	0,050	8,44	3	0,05
Un	0,001	0,001	-	-	-	0,001	17,70	3	0,05
Ba	-	-	0,001	-	-	0,050	4,67	3	0,004
Ko	-	-	-	-	-	-	1,44	3	-
Re	-	-	0,010	-	-	-	2,00	3	0,011
Om	-	-	-	-	-	-	1,80	3	-
Rf	-	-	0,010	-	-	-	2,08	3	0,01
PZS	-	0,001	0,050	-	-	0,050	5,97	3	0,0008
EZS	0,001	0,001	-	0,050	-	-	11,12	3	0,05
BL	-	0,001	0,001	-	-	0,001	62,09	3	0,05
ST	0,001	0,001	0,001	0,001	-	0,001	76,47	3	0,05
ZS	0,001	0,001	0,050	-	0,010	0,010	110,44	3	0,05
OB	-	-	-	-	-	-	1,31	3	-
NOB	-	-	-	-	-	-	0,62	3	-
UCZ	-	-	-	-	-	-	1,08	3	-

Osoby o wysokim poczuciu bezpieczeństwa (skupienie I) potrafią bardzo dobrze radzić sobie w sytuacji stresowej. Są świadomi skutków przeżycia obecności Boga (OB), Jego nieobecności (NOB) oraz uczuć, które towarzyszą im w trakcie przeżycia nieobecności Boga (UCZ). Charakteryzują się wysoką skłonnością opanowania emocji (Op) i mobilizacją do działania w sytuacjach stresowych (Mo). Mają zawyżoną zdolność aktywnego poszukiwania wszelkich rozwiązań (Ro) w sytuacji stresowej, licząc przy tym bardziej na siebie niż na wsparcie ze strony środowiska (Ws). Nie wahają się podjąć wysiłku i aktywnie zaangażować w rozwiązanie sytuacji stresowej (Rg), nie bagatelizują incydentu stresowego (Ba), nie przeraża ich sytuacja, w której zaistniał problem (Un), potrafią zachować dystans wobec emocji negatywnych, są dalecy od autoagresji (Sa). Bardziej koncentrują się na problemie, jaki się pojawił, niż na emocjach, jakie im towarzyszą w sytuacji stresowej. Ujawnia-

ją wysoki poziom poczucia bliskości z innymi (BL), poczucie stabilności, uporządkowania i ładu (ST) oraz zaufania do siebie (ZS).

Osoby o wysokim poczuciu bliskości z innymi i światem, ale słabym poczuciu stabilności i zaufania do samego siebie (skupienie II) liczą bardziej na innych niż na własne zdolności i umiejętności w rozwiązywaniu sytuacji stresowej. Towarzyszy im wysoki poziom poczucia skutków przeżycia obecności Boga (OB). Ujawniają wysoką skłonność do poszukiwania informacji o zaistniałej sytuacji stresowej i sposobie jej rozwiązania (Pi). Oczekują wsparcia ze strony środowiska (Ws). Najczęściej poszukują go jednak w religii (Re). Podchodzą bardzo poważnie do sytuacji stresowej (Ba). Mają poczucie bliskości ze światem i innymi ludźmi (BL), ale brakuje im stabilności i wewnętrznego uporządkowania (ST) oraz afirmacji siebie.

Osoby o bardzo niskim poczuciu bezpieczeństwa (skupienie III) trudno sobie radzą z opanowaniem emocji w momencie zaistnienia sytuacji stresowej (Op); ich zdolności do aktywnego zmagania się ze stresem i poszukiwania rozwiązań są ograniczone (Ro). Ujawniają duży poziom rezygnacji (Rg), autoagresji w przeżywaniu sytuacji stresowej (Sa). Najlepszym sposobem na rozwiązanie problemu stresowego jest według nich wycofanie się, ucieczka od rzeczywistości (Un). Bardziej koncentrują się na emocjach zaistniałych podczas sytuacji stresowej niż na samym problemie. Brak im poczucia bliskości z innymi i otaczającym ich światem (BL), poczucia stabilności, uporządkowania i ładu (ST) oraz zaufania do samych siebie (ZS).

Osoby o wysokim poczuciu bliskości i zaufania do siebie, ale niskim poczuciu stabilności (skupienie IV) charakteryzują się dużym optymizmem życiowym, nie przerażają ich sytuacje stresowe. Spośród wszystkich badanych ujawniają największe zdolności do aktywnego zmagania się ze stresem i poszukiwania jego rozwiązania (Po), mają skłonność do optymistycznej interpretacji sytuacji stresowej i oczekiwania pozytywnego jej rozwiązania (Om), charakteryzuje je wysoki poziom poczucia bliskości ze światem i innymi ludźmi (BL) oraz poczucia zaufania do siebie (ZS).

#### A. Wyniki analizy wielokrotnej regresji krokowej w poszczególnych skupieniach

Poczucie zagubienia, dezorientacji oraz trudności w zmaganiu się z problemami życiowymi oddziałują na niektóre aspekty osobowości. Dotyczy to również przeżyć religijnych. Analiza danych empirycznych, przeprowadzona przez niektórych psychologów, dowodzi, że często następstwami przedłużającego się działania stresu są widoczne czasami nawet trwałe zmiany negatyw-

ne w niektórych aspektach osobowości człowieka (Hys, Nieznańska, 2001; Błaszczak, 2000), natomiast inni ukazują, że w następstwie sytuacji stresowej zostają nawet usprawnione takie cechy osobowościowe, jak dojrzałość duchowa, koleżeństwo, miłość (Borkowski, 2001). Zakłada się również, że podejmowane przez młodzież studiującą sposoby zmagania się ze stresem mogą oddziaływać na jej poczucie skutków przeżyć religijnych: obecności i nieobecności Boga.

Zgodnie z wcześniejszym założeniem postanowiono ukazać, jaki rodzaj zmiennych niezależnych odnoszących się do sposobów zmagania się ze stresem i w jakim stopniu wyjaśnia wariację zmiennych zależnych w podgrupie osób o określonym syndromie poczucia bezpieczeństwa (skupienia). Przyjęto, że zmiennymi niezależnymi będą wartości otrzymane w wyniku badań kwestionariuszem SRSS, zaś zmienną zależną – dane uzyskane za pomocą skali SPSPR. Za pomocą wielokrotnej regresji krokowej wyodrębniono zmienne niezależne istotne (esencjalne) oddziałujące na zmienne zależne.

Tab. 3. Esencjalne zmienne niezależne wyjaśniające wariację zmiennej zależnej: poczucie skutków przeżycia obecności Boga (OB) w poszczególnych skupieniach. Wyniki analizy wielokrotnej regresji krokowej

Skupienia	Esencjalne zmienne niezależne	<i>R</i>	Procent wariacji wyjaśnionej
I	Re	0,4271	17
	Op	0,4669	21
	Mo	0,4926	26
II	Ko	0,7010	48
	Sa	0,7547	58
	Re	0,7922	65
III	Ko	0,6106	38
	Re	0,6972	49
IV	Re	0,4818	23
	Op	0,6131	36

W skupieniu I trzy zmienne esencjalne niezależne: szukanie wsparcia w wierze religijnej w sytuacji stresogennej (Re), skłonność jednostki do poważnego postępowania i opanowania własnych emocji w sytuacji stresowej (Op) i mobilizacja osoby w trakcie trwania sytuacji stresowej (Mo) oddziałują

na zmienną zależną OB. Pierwsza zmienna esencjalna niezależna Re wyjaśnia 17% zmienności zmiennej zależnej OB ( $R = 0,4271$ ). Natomiast wszystkie zmienne esencjalne niezależne wyjaśniają 26% wariancji zmiennej zależnej OB ( $R = 0,4926$ ). Dobroć uzyskanego równania wielokrotnej regresji określa wartość testu  $F = 13,57$ ,  $df = 3$ ,  $p < 0,05$ . Równanie regresji przedstawia się następująco:  $OB = 50,87 + -0,65 \times Re + 0,34 \times Op + -0,32 \times Mo$ .

W skupieniu II również trzy zmienne esencjalne niezależne oddziałują na zmienną zależną OB. Należą do nich: skłonność osoby do wynagrodzenia sobie przykrości związanych ze stresem (Ko) oraz do reagowania na sytuację stresową negatywnymi uczuciami (Sa), a także szukanie wsparcia w wierze religijnej w sytuacji stresogennej (Re). Zmienna esencjalna niezależna Ko wyjaśnia 48% zmienności zmiennej zależnej OB ( $R = 0,7010$ ). Warto zauważyć, że wszystkie zmienne esencjalne niezależne razem wyjaśniają 65% wariancji zmiennej zależnej OB ( $R = 0,7922$ ). Dobroć uzyskanego równania wielokrotnej regresji określa wartość testu  $F = 19,51$ ,  $df = 3$ ,  $p < 0,05$ . Równanie regresji jest następujące:  $OB = 11,10 + 0,40 \times Ko + 0,33 \times Sa + 0,96 \times Re$ .

W skupieniu III dwie zmienne esencjalne niezależne, a mianowicie skłonność osoby do wynagrodzenia sobie przykrości związanych ze stresem (Ko) i szukanie wsparcia w wierze religijnej w sytuacji stresogennej (Re) oddziałują na zmienną zależną OB. Zmienna esencjalna niezależna Ko wyjaśnia 38% wariancji zmiennej zależnej OB ( $R = 0,6106$ ). Warto podkreślić, że obie zmienne esencjalne niezależne wyjaśniają 49% wariancji zmiennej zależnej OB. Dobroć uzyskanego równania wielokrotnej regresji określa wartość testu  $F = 10,04$ ,  $df = 2$ ,  $p < 0,05$ . Natomiast równanie regresji jest następujące:  $OB = 53,55 + 0,98 \times Ko + -0,83 \times Re$ .

W skupieniu IV również dwie zmienne esencjalne niezależne: szukanie wsparcia w wierze religijnej w sytuacji stresogennej (Re) i skłonność jednostki do rozważnego postępowania i opanowania własnych emocji w sytuacji stresowej (Op) oddziałują na zmienną zależną OB. Zmienna esencjalna niezależna Re wyjaśnia 23% zmienności zmiennej zależnej OB ( $R = 0,4818$ ). Obie razem zmienne esencjalne niezależne wyjaśniają 36% wariancji zmiennej zależnej OB ( $R = 0,6131$ ). Dobroć uzyskanego równania wielokrotnej regresji określa wartość testu  $F = 11,41$ ,  $df = 2$ ,  $p < 0,05$ . Równanie regresji jest następujące:  $OB = 71,60 + -0,70 \times Re + 0,27 \times Op$ .

Tab. 4. Esencjalne zmienne niezależne wyjaśniające wariancję zmiennej zależnej: poczucie skutków przeżycia nieobecności Boga (NOB) w poszczególnych skupieniach. Wyniki analizy wielokrotnej regresji krokowej

Skupienia	Esencjalne zmienne niezależne	<i>R</i>	Procent wariancji wyjaśnionej
I	Rg	0,3840	15
	Un	0,5134	26
III	Re	0,5547	32
IV	Mo	0,4691	23

W skupieniu I dwie esencjalne zmienne niezależne: rezygnacja z wysiłku w trakcie sytuacji stresowej (Rg) i unikanie stresowej konfrontacji (Un) oddziałują na zmienną zależną NOB. Zmienna esencjalna niezależna Rg wyjaśnia 15% wariancji zmiennej zależnej NOB ( $R = 0,3840$ ). Obie zmienne esencjalne niezależne natomiast wyjaśniają 26% zmienności zmiennej niezależnej NOB ( $R = 0,5134$ ). Dobroć uzyskanego równania wielokrotnej regresji określa wartość testu  $F = 5,20$ ,  $df = 2$ ,  $p < 0,05$ . Równanie regresji jest następujące:  $NOB = 34,24 + 0,48 \times Rg + -0,55 \times Un$ .

W skupieniu III jedna zmienna esencjalna niezależna, szukanie wsparcia w wierze religijnej w sytuacji stresogennej (Re), oddziałuje na zmienną zależną NOB. Wyjaśnia ona 32% wariancji zmiennej zależnej NOB ( $R = 0,5547$ ). Dobroć otrzymanego równania regresji określa wartość testu  $F = 12,11$ ,  $df = 1$ ,  $p < 0,05$ . Równanie regresji wielokrotnej jest następujące:  $NOB = 12,09 + 0,93 \times Re$ .

W skupieniu IV również tylko jedna zmienna esencjalna niezależna, a mianowicie mobilizacja do działania w sytuacji stresowej (Mo), wyjaśnia zmienność zmiennej zależnej NOB. Wariancja zmiennej niezależnej Mo wyjaśnia 23% wariancji zmiennej zależnej NOB ( $R = 0,4691$ ). Dobroć otrzymanego równania wielokrotnej regresji określa wartość testu  $F = 6,45$ ,  $df = 1$ ,  $p < 0,05$ , natomiast równanie regresji przedstawia się następująco:  $NOB = 2,79 + 1,88 \times Mo$ .



#### IV. PODSUMOWANIE I DYSKUSJA WYNIKÓW

Uzyskany materiał empiryczny dotyczący poczucia skutków przeżycia religijnego u młodzieży studiującej – obecności i nieobecności Boga, sposobów zmagania się ze stresem oraz poczucia bezpieczeństwa – i jego psychologiczna analiza pozwala podjąć próbę odpowiedzi na postawione w niniejszym artykule pytania badawcze.

1. Celem pracy było m.in. ukazanie, w jakim stopniu płeć różnicuje poczucie skutków przeżycia religijnego, sposoby zmagania się ze stresem oraz poczucie bezpieczeństwa młodzieży studiującej. Uzyskane wyniki badań wykazują, że w tym wypadku płeć różnicuje tylko niektóre zmienne psychologiczne uwzględnione w badaniach, i potwierdzają poniekąd inne dane empiryczne, a także świadczą o tym, że struktura religijności młodzieży ulega częstym przeobrażeniom (Jaworski, Sadowska, 2002). Kobiety nie są bardziej religijne niż mężczyźni, ani odwrotnie (Siek, Grochowski, 1999). Religijność jednych i drugich jest bardzo zróżnicowana (Sherket, Cunningham, 1998). Odnosi się wrażenie, a nawet w pewnym stopniu potwierdzają to badania, że na zróżnicowanie struktury religijności kobiet i mężczyzn w większym stopniu oddziałuje raczej rodzaj wychowania niż płeć biologiczna (Loewenthal, 2002). Kobiety uzewnętrzniają zwiększoną intensywność skutków przeżycia obecności Boga i uczuć pojawiających się w trakcie przeżycia nieobecności Boga niż mężczyźni. Uzyskane wyniki sugerują, że sposób przeżywania religijności jest inny u kobiet niż u mężczyzn. W religijności kobiet dużą rolę odgrywa sfera emocjonalna.

Analiza materiału empirycznego dowodzi, że sposób zmagania się ze stresem zarówno przez mężczyzn, jak i kobiety można określić jako złożony. Przypuszcza się, że wybór poszczególnych sposobów zmagania się ze stresem w dużym stopniu zależy od nasilenia samego stresu, dojrzałości studiującej młodzieży, a zwłaszcza sfery emocjonalno-uczuciowej. Dane omówione w niniejszym artykule wskazują, że mężczyźni lepiej sobie radzą ze stresem i sytuacjami stresogennymi niż kobiety. Potwierdzają to dodatkowo w niektórych aspektach wyniki badań uzyskane przez Wronę-Polańską (1999). I tak, mężczyźni mają wyższy poziom opanowania emocji w sytuacji stresowej oraz ujawniają wyższe poczucie stabilności, ładu i uporządkowania. Uzewnętrzniają pod wieloma względami większą zaradność i samodzielność w zmaganiach ze stresem i sytuacjach trudnych niż kobiety. Kobiety natomiast oczekują większego wsparcia ze strony środowiska, charakteryzują się również brakiem zaradności w sytuacjach stresowych, czują się nawet zagubione, bezradne.

Stan taki może sugerować, że niektóre aspekty osobowości u mężczyzn dowodzą ich większej dojrzałości w porównaniu z kobietami. Ponadto z niektórych badań wynika (Włodarczyk, 1999; Gruszka, 2000), że mężczyźni w trudnych sytuacjach lepiej koncentrują się na zadaniu, co wymaga odpowiedniego przekształcenia struktur poznawczych. I w tym wypadku, szukając sposobów rozwiązania sytuacji stresowej, studiujący mężczyźni częściej koncentrowali się na zadaniu niż np. na emocjach bądź unikaniu sytuacji stresowej. Zatem można przypuszczać, że u kobiet sposób zmagania się ze stresem, polegający na skoncentrowaniu na emocjach, wydaje się bardziej naturalny niż mężczyzn.

2. Celem artykułu było również ukazanie, jaki rodzaj zmiennych niezależnych, branych pod uwagę w badaniach, a odnoszących się do sposobów zmagania się ze stresem, i w jakim stopniu, oddziałuje na zmienne zależne: poczucie skutków przeżycia obecności Boga i Jego nieobecności. Należy dodać, że wymienione tu zmienne psychologiczne były analizowane na podstawie badań przeprowadzonych w podgrupach o odmiennych syndromach poczucia bezpieczeństwa (skupienia).

Przeprowadzona analiza wyników wskazuje, że kilka zmiennych niezależnych (esencjalnych), dotyczących sposobów zmagania się ze stresem, w podgrupach o odmiennych syndromach poczucia bezpieczeństwa (skupienia) w różnym stopniu wyjaśnia wariancję zmiennych zależnych: poczucie skutków przeżycia obecności Boga oraz Jego nieobecności.

Rodzi się pytanie, jaki rodzaj zmiennych psychologicznych dotyczących sposobu zmagania się ze stresem (skupieni na problemie czy skoncentrowane na emocjach, a może inne), branych pod uwagę w przedstawionych badaniach, ma mocniejsze oddziaływanie na poczucie skutków przeżycia obecności i nieobecności Boga w podgrupach (skupieniach) o odmiennych syndromach poczucia bezpieczeństwa. Oto kilka pytań, które towarzyszą analizie uzyskanego materiału. Zgodnie z opinią niektórych psychologów (Maslow, May), wariancję poczucia skutków przeżycia obecności i nieobecności Boga u osób o zwiększonym poczuciu bezpieczeństwa winny w tym wypadku bardziej wyjaśniać zmienne psychologiczne o charakterze religijnym.

W podgrupie młodzieży o wysokim poczuciu bezpieczeństwa (skupienie I) na zmienność poczucia skutków przeżycia obecności Boga najsilniej oddziałuje zmienna dotycząca religijności, a mianowicie szukanie wsparcia w sytuacji stresogennej w wierze religijnej (Re). Mniej istotny udział ma strategia skoncentrowana na problemie, która odnosi się do skłonności osoby do rozważnego postępowania (Op) i mobilizowania się jej w trakcie sytuacji stresowej (Mo). Na poczucie skutków przeżycia nieobecności Boga najsilniej

wpływa strategia zmagania się ze stresem skoncentrowana na emocjach (rezygnacja z wysiłku – Rg oraz unikanie stresowej konfrontacji – Un).

W podgrupie osób o wysokim poczuciu bliskości z innymi i światem, ale słabym poczuciu stabilności i zaufania do samego siebie (skupienie II) można zaobserwować, że na poczucie skutków przeżycia obecności Boga najistotniejsze oddziaływanie mają wartości związane ze strategią skoncentrowaną na emocjach. Dotyczą one skłonności osoby do wynagradzania sobie przykrości związanych ze stresem (Ko) oraz do reagowania na sytuację stresową negatywnymi uczuciami (Sa). Niewielki udział ma trzecia zmienna – szukanie wsparcia w wierze religijnej (Re). Na poczucie skutków przeżycia nieobecności Boga w tej podgrupie osób badanych nie oddziałuje żadna wartość psychologiczna.

Należy przyjąć, że na poczucie skutków przeżycia obecności Boga w podgrupie młodzieży o bardzo niskim poczuciu bezpieczeństwa (skupienie III) oddziałuje zmienna dotycząca strategii skoncentrowanej na emocjach (Ko) oraz – w niewielkim stopniu – strategia o charakterze religijnym, a mianowicie szukanie wsparcia w wierze religijnej. Na skutki przeżycia nieobecności Boga najistotniejsze oddziaływanie ma natomiast jedna zmienna; odnosi się ona do wymiaru religijnego i dotyczy szukania wsparcia w wierze religijnej w sytuacjach trudnych (Re).

W podgrupie młodzieży o wysokim poczuciu bliskości i zaufania do siebie, a niskim poczuciu stabilności (skupienie IV) najistotniejszy wpływ na zmienność poczucia skutków przeżycia obecności Boga ma uciekanie się do wiary religijnej w sytuacji trudnej (Re) oraz skłonność jednostki do rozważnego postępowania (Op). Jedna z nich (Re) dotyczy sfery religijnej, a druga (Op) – strategii skoncentrowanej na problemie. Na poczucie skutków przeżycia nieobecności Boga istotne oddziaływanie ma mobilizacja do działania w sytuacji stresowej (Mo), która odnosi się do strategii skoncentrowanej na problemie.

\*

Przegląd literatury psychologicznej oraz analiza materiału empirycznego dotyczącego poczucia skutków przeżyć religijnych, sposobów zmagania się ze stresem oraz poczucia bezpieczeństwa nasuwają kilka wniosków:

1. Przeżycia religijne – obecności i nieobecności Boga – sprzyjają lepszemu poznaniu i rozumieniu siebie, drugiego człowieka i Boga.

2. Zagadnienie przeżyć religijnych – obecności i nieobecności Boga – pozostaje jeszcze dziedziną nie do końca opracowaną. Widoczny jest dotkliwy brak zarówno opracowań teoretycznych, jak i wiarygodnych badań empirycznych w tej materii, które pozwoliłyby uzyskać szersze spojrzenie na ten fenomen.

3. Należy podkreślić, że wartości psychologiczne brane pod uwagę w obecnej pracy dotyczące sposobów zmagania się ze stresem mają zróżnicowany udział w omawianych tu procesach, nie wyjaśniają do końca wariacji poczucia skutków przeżycia obecności i nieobecności Boga.

4. Można przypuszczać, że są jeszcze inne zmienne psychologiczne, od których zależy zmienność poczucia skutków przeżycia obecności i nieobecności Boga.

5. W podgrupach badanej młodzieży o zróżnicowanych syndromach poczucia bezpieczeństwa wśród zmiennych branych pod uwagę decydujące oddziaływanie na poczucie skutków przeżycia obecności i nieobecności Boga ma zmienna psychologiczna odnosząca się do sfery religijnej, a mianowicie szukanie wsparcia w wierze religijnej w sytuacji stresowej; mniejsze znaczenie mają zmienne psychologiczne dotyczące strategii skoncentrowanych na problemie i emocjach.

6. Przeprowadzone badania potwierdzają wcześniejsze wyniki otrzymane przez autora artykułu (Głaz, 2003b, w druku), a mianowicie wskazują, że centralną zmienną niezależną oddziałującą na przeżycia religijne jest wartość psychologiczna dotycząca sfery religijnej. Na dalszym miejscu znajdują się zmienne odnoszące się innych aspektów osobowości.

7. Zebrany materiał badawczy oraz brak podobnych badań empirycznych w szerszym zakresie w tej dziedzinie i na tego rodzaju podgrupach nie upoważniają do wyciągnięcia jednoznacznych, kategorycznych wniosków.

8. Wyniki przedstawione w niniejszym artykule mogą stanowić dobry punkt wyjścia dla dalszych poszukiwań.

Polemika na temat wyników uzyskanych w innych badaniach psychologów, wskazujących, że kobiety są bardziej religijne niż mężczyźni (Loewenthal, 2002), nie wydaje się uzasadniona. Na poziom i jakość religijności zarówno kobiet, jak i mężczyzn znacząco oddziałuje prawdopodobnie odmiennność wychowania religijnego i kultura (Marcer, Durham, 1999). Z niektórych badań wynika (Maton, 1989; Paragament, 1992; Wandrasz, 1998), że religijność, w tym i doznania religijne, mogą być wsparciem dla niektórych ludzi w sytuacjach trudnych. Wielu psychologów zastrzega się, iż dzieje się tak tylko pod warunkiem, że mamy do czynienia z autentycznymi przeżyciami

religijnymi. Osoby o dojrzałej religijności, postawie religijnej mają zwiększoną odporność na sytuacje stresogenne i lepiej sobie radzą w takich momentach (Maslow, 1986; Borkowski, 2001).

Analiza zebranego materiału wykazuje, że przeżycia religijne, podobnie jak religijność, odgrywają ważną rolę w rozwoju osobowości. Jak słusznie zauważyli wybitni znawcy osobowości (Frankl, Allport, May) jakość własnej osobowości w dużej mierze zależy od rozwoju religijności, poczucia bezpieczeństwa, tak jak bezpieczeństwo i religijność zależy od osobowości.

#### BIBLIOGRAFIA

- Allport, G. (1988). *Osobowość i religia*. Warszawa: PAX.
- Antonovsky, A. (1995). *Rozwikłanie tajemnicy zdrowia: jak radzić sobie ze stresem i nie zachorować*. Warszawa: Fundacja IPN.
- Badura-Madej, W. (1996). Traumatyczne wydarzenia życiowe: diagnoza i interwencja kryzysowa. W: W. Badura-Madej (red.), *Wybrane zagadnienia interwencji kryzysowej* (s. 145-155). Warszawa: Wyd. PZWL.
- Bielecki, J. (2001). Poczucie pewności siebie a potrzeba bezpieczeństwa u jękających się przed terapią i po terapii. *Studia Psychologica*, 2, 103-109.
- Bloomfield, H., Cooper, R. (2000). *Jak żyć bezpiecznie w niebezpiecznym świecie*. Warszawa: Świat Książki.
- Błaszczak, W. (2000). Reinterpretacja doświadczenia zagrożenia życia jako sposób radzenia sobie ze stresem. *Nowiny Psychologiczne*, 2, 39-51.
- Borkowski, J. (2001). *Radzenie sobie ze stresem a poczucie tożsamości*. Warszawa: Elipsa.
- Cooper, C. (1996). *Handbook of stress. Medicina and health*. Florida: Academic Press.
- Endler, N., Parker, J. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 844-854.
- Erikson, E. (1997). *Dzieciństwo i społeczeństwo*. Poznań: Rebis.
- Folkman, S., Lazarus, R. (1985a). An analysis of coping in a middle aged community sample. *Journal of Health and Social Psychology*, 46, 839-852.
- Folkman, S., Lazarus, R. (1985b). If it changes it must be a process: A study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 150-170.
- Francis, L., Wilcox, C. (1998). Religiosity and femininity: Do women really hold a more positive attitude towards Christianity? *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37, 462-469.
- Głaz, S. (1996). *Intensywność doświadczenia religijnego a koncepcja siebie*. Kraków: WAM.
- Głaz, S. (1997). Konstruktywna i destruktywna rola religii w rozwoju jednostki. W: P. Oleś (red.), *Wybrane zagadnienia z psychologii osobowości* (s. 203-213). Lublin: TN KUL.
- Głaz, S. (2000). Rola stresu w rozwoju człowieka. *Rocznik Pedagogiki Religijnej WSFP Ignatianum w Krakowie 2000*, s. 191-201. Kraków.
- Głaz, S. (2003a). *Osobowościowe uwarunkowania przeżyć religijnych*. Poznań: Wyd. Fundacja Humaniora.

- Głaz, S. (2003b). Wpływ zmiennych egzystencjalnych na skutki przeżycia religijnego. *Czasopismo Psychologiczne*, 1, 111-132.
- Głaz, S. (w druku). Wyznaczniki przeżycia religijnego u młodzieży studenckiej. *Studia Psychologica*.
- Grochmal, S. (1992). *Stres nasz wróg czy sprzymierzeniec?* Wrocław: Zakład Naukowy im. Ossolińskich.
- Gruehn, W. (1966). *Religijność współczesnego człowieka*. Warszawa: PAX.
- Gruszka, M. (2000). Stres egzaminacyjny u studentek pedagogiki, strategie radzenia sobie ze stresem. *Psychologia Wychowawcza*, 1, 37-42.
- Hay, D. (1979). Religious experience amongst a group of postgraduate students: A qualitative study. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 18, 164-182.
- Hill, P. (1994). Toward an attitude process model of religious experience. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 33, 303-314.
- Hood, R. (1977). Differential Triggering of Mystical Experience as a Function of Self-Actualization. *Review of Religious Research*, 18, 155-163.
- Hood, R. (2001). Dimensions of the Mysticism Scale: Confirming the Three-Factor Structure in the United States and Iran. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 4, 691-705.
- Hood, R., Morris, R., Watson, P. (1990). Quasi-experimental elicitation of the differential report of mystical experience among intrinsic indiscriminately pro-religious types. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 29, 164-172.
- Hys, A., Nieznańska, A. (2001). Osobowość a style radzenia sobie ze stresem u aktorów teatralnych. *Studia Psychologica*, 2, 51-64.
- Jaworski, R., Sadowska, M. (2002). Wpływ grup rówieśniczych na religijność młodzieży. *Studia Płockie*, 30, 125-149.
- Jung, C. (1970). *Psychologia a religia*. Warszawa: Książka i Wiedza.
- Kotlarska-Michalska, A. (1997). *Poczucie bezpieczeństwa społecznego w świetle badań polsko-fińskich*. Poznań: UAM.
- Lazarus, R. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill.
- Lewis, C., Maltby, J. (1995). The reliability and validity of the Francis Scale of Attitude Towards Christianity Among US Adult. *Psychological Reports*, 76, 1243-1247.
- Loewenthal, K. (2002). Are women more religious than men? Gender differences in religious activity among different religious groups in the UK. *Personality and Individual Differences*, 32, 133-139.
- Marcer, C., Durham, Th. (1999). Religious mysticism and gender orientation. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 1, 175-181.
- Marek, T., Noworol, Cz. (1983). *Wprowadzenie do analizy skupień*. Kraków: Wyd. UJ.
- Maslow, A. (1966). *The psychology of science. A reconnaissance*. Chicago: AHM.
- Maslow, A. (1986). *W stronę psychologii istnienia*. Warszawa: PAX.
- Maton, K. (1989). The stress-buffering role of spiritual support: Cross sectional and prospective investigations. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 28, 310-323.
- May, R. (1994). *Odwaga tworzenia*. Poznań: Rebis.
- Mazurkiewicz, M. (1998). Style radzenia sobie w sytuacji trudnej u kobiet i mężczyzn. *Sztuka Leczenia*, 1, 49-54.
- Nixon, W. (1992). *BMBP Statistical Software*. Berkeley: University of California Press.

- Oleś, P. (1995). *Kryzys „połowy życia” u mężczyzn*. Lublin: RW KUL.
- Otto, R. (1968). *Świętość*. Warszawa: Thesaurus Press.
- Paragament, K. (1992). God help me: The relationship of religious orientation to religious coping with negative life events. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 4, 504-513.
- Pruyser, P. (1968). *A dynamic psychology of religion*. New York: Springer.
- Rogers, C. (1951). *Client-centered therapy. Its current practice, implications, and theory*. Cambridge: Academic Press.
- Rosegrant, J. (1976). The impact of set and setting on religious experience in nature. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 15, 301-310.
- Sęk, H. (1995). Wstęp do wydania polskiego. W: A. Antonovsky (red.), *Jak radzić sobie ze stresem i nie zachorować* (s. 7-9). Warszawa: RW.
- Sherket, D., Cunningham, Sh. (1998). Extending the semi-involuntary institution: Religious differences and social constraints on private religious consumption among African Americans. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 3, 383-396.
- Siek, S., Grochowski, A. (1999). Postawy religijne a poczucie bezpieczeństwa młodzieży. *Studia z Psychologii*, 9, 111-117.
- Skrzypek, M., Widomska-Czekajska, T. (2000). Analiza strategii radzenia sobie ze stresem u pacjentów z dusznicą bolesną. *Sztuka Leczenia*, 2, 29-40.
- Szymoń, J. (2001). Tezy Prymasa Tysiąclecia o rodzinie empirycznie zweryfikowane. *Studia nad Rodziną*, 2, 131-138.
- Terelak, J. (1997). *Studia z psychologii stresu*. Warszawa: Wyd. AT.
- Thompson, E. (1991). Beneath the status characteristics: Gender variations in religiousness. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 30, 300-314.
- Uchnast, Z. (1991). *Metoda pomiaru poczucia bezpieczeństwa*. W: *Wykłady z psychologii w KUL* (s. 95-108). Lublin: RW KUL.
- Uchnast, Z. (2001). Empatia osobowa: metoda pomiaru. *Przegląd Psychologiczny*, 2, 189-207.
- Wandrasz, M. (1998). *Religijność a postawa wobec choroby*. Lublin: RW KUL.
- Witki, G. (1997). *Stres mężczyźni*. Poznań: Rebis.
- Włodarczyk, D. (1999). Rola i miejsce oceny poznawczej w radzeniu sobie ze stresem. *Nowiny Psychologiczne*, 4, 57-72.
- Wrona-Polańska, H. (1999). Zmaganie się z białaczką a obraz siebie kobiet i mężczyzn. *Przegląd Psychologiczny*, 3, 143-156.



## SELECTED DETERMINANTS OF RELIGIOUS EXPERIENCES

## S u m m a r y

Some psychologists believe that there is some correlation between gender or the choice of a university and religiousness of an individual, the intensity of the effects of a religious experience, coping with stress and a sense of security. It is also thought that many factors such, as the background of a person, their upbringing, their religious attitude, maturity and sense of security can have an influence on the intensity of religious experiences over life.

Research was carried out in a group of 150 students. All of them described themselves as believers and did report religious experiences in their lives. 134 properly filled in questionnaires were used for the analysis. There were 33 men from the University of Economy, 37 men from the Forestry Faculty of the Academy of Agriculture, 32 women from Ignatianum University in Krakow and 32 women from Vocational High School in Nowy Sącz. The age of the subjects was within the range of 22 to 25 years.

The author of the article, interested in the issues of the sense of security, coping with stress and religious experiences of the students of various universities has tried to answer the following questions: Does the independent variable, gender differentiate (influence) the level of the sense of security, the effects of religious experiences of God's presence or absence, and coping with stress? Which of the independent variables identified in Ways of Coping Questionnaire (and to what extent) have an influence on the dependent variables; the sense of effects of the experience of God's presence (OB) and the sense of effects of the experience of God's absence (NOB)? The results show that gender has a definite influence on differentiation of the dependent variables. It should be emphasised that when the regression analysis is applied one can notice that essential independent variables of religious character have the most tangible influence on the dependent variables. However, mainly the former ones decide about the intensity of religious experiences of an individual.

**Słowa kluczowe:** przeżycie religijne, stres, poczucie bezpieczeństwa.

**Key words:** religious experience, stress, sense of security.