

Секция «Психология»

Роль значимой деятельности в структуре религиозного и секулярного субъективного благополучия

Кожар Н.В.¹, Ягияев И.И.²

*1 - Киевский Национальный Университет имени Тараса Шевченко, Факультет психологии, 2 - Киевский Национальный Университет имени Тараса Шевченко, Философский, Киев, Украина
E-mail: bitterheart@meta.ua*

Исследования субъективного благополучия свидетельствуют о достаточно слабой, но стабильной положительной корреляции между религиозностью и счастьем [1; 4]. Уяснение причин и характера этой корреляции бесспорно является актуальным для психологии религии. В данном исследовании религиозность разбивается на ряд факторов и исследуется значение каждого из них в структуре субъективного благополучия. Исследование опирается на факторы, выделенные С. Любомирски, и операционализованные следующим образом: (1) социальная и эмоциональная вовлеченность (в религиозную деятельность); (2) ощущение самоуважения (религия легитимизирует образ жизни человека, даёт осознание "правильности" жизни); (3) контроль (возможность управлять событиями); (4) способность принимать вызов, рисковать; (5) цели и смысл жизни (религия как трансцендентный фундамент) [4].

Ряд исследователей (в частности, и С. Любомирски) отмечает, что факторы, связывающие счастье с религией, могут иметь светские, нерелигиозные источники. С. Мадди утверждает, что такой показатель, как жизнестойкость, связан с религиозностью, но эта связь сложна и не всегда однозначна [5]. Недавнее исследование Э. Динера, Л. Тау и Д. Майерса показало, что религиозность тесно связана со счастьем лишь в тех обществах, условия жизни которых сложны и неблагоприятны, и где религиозность нормативна для большинства. В благополучных секулярных обществах различия стираются [3]. Задачей этого исследования является поиск вышеуказанных факторов в иной, нерелигиозной (секулярной) деятельности, и сопоставление их значения у религиозных и нерелигиозных людей. В проведенном пилотажном исследовании (n=54, оба пола, возраст – 18-32 года) было выделено 4 группы респондентов: религиозные (религиозность выявлялась вопросами о значимости религии в жизни и частоте посещения храма (не реже раза в неделю), что является принятой практикой в международных исследованиях [3]); занимающиеся йогой; занимающиеся неконтактными боевыми искусствами (для представителей этих групп было важно посещение тренировки не менее раза в неделю и субъективная значимость занятий); не религиозные и одновременно не вовлеченные в значимую деятельность.

В исследовании были использованы следующие методики: субъективное благополучие измерялось шкалой удовлетворенности жизнью (ШУДЖ) Э. Диннера (адаптация Д. Леонтьева, Е. Осина), оценка счастья – шкалой общей оценки счастья С. Любомирски (ШООС) в адаптации Д. Леонтьева и Е. Осина [2]. Вовлеченность, контроль и принятие риска (операционализация факторов (1), (3), (4) по С. Любомирски) – опросником жизнестойкости (адаптация Д. Леонтьева, Е. Рассказовой), цели и смысл жизни – одноименной шкалой опросника психологического благополучия К. Рифф (адаптация

Т. Шевеленкова, Р. Фесенко), самоуважение – шкалой аутосимпатии опросника самоактуализации А. Лазуркина (адаптация Н. Калина).

Статистическая обработка результатов показала прямую слабую значимую ($s=0,05$) корреляцию между всеми факторами. Были также выявлены статистически значимые различия между парами групп по разным комбинациям факторов (t-тест Стьюдента, $s<0,05$). Использование метода сравнения средних выявило более низкие показатели по всем факторам в контрольной группе, чем в остальных группах. К примеру, среднее значение показателей ШООС (шкалы счастья) у представителей экспериментальных групп (5,42) выше, чем у контрольной (3,78), при среднем по выборке 4,95; аналогичная тенденция выявлена также по остальным шкалам. Были выявлены значимые различия между экспериментальными группами. Так, представители боевых искусств имеют наивысшие средние по показателям счастья (6,07 при среднем по выборке 4,95), удовлетворенности жизнью (6,21 при среднем по выборке в 5,01) и аутосимпатии (5,93 при среднем по выборке в 4,93); занимающиеся йогой – по целям и смыслу жизни (6,10 при среднем по выборке в 4,92), и жизнестойкости (наивысшие показатели по всем подшкалам (факторы (1), (3), (4)).

Таким образом, полученные результаты позволяют предположить, что факторы субъективного благополучия связаны как с религиозностью, так и с вовлечённостью в секулярную, но субъективно значимую деятельность. Для получения более надежных данных будут проведены исследования на большей выборке, которые также позволят уточнить содержание этой связи.

Литература

1. Аргайл, М. Психология счастья / М. Аргайл. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2003. – 271 с.
2. Леонтьев Д., Осин Е. Методологические и методические вопросы эмпирического изучения и диагностики личностного потенциала // Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д. А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2011. – с. 404–423.
3. Diener E., Tay L., Myers D. The Religion Paradox: If Religion Makes People Happy, Why Are So Many Dropping Out // Journal of Personality and Social Psychology. Vol. 101, 6. 2011. p. 1278-1290.
4. Lyubomirsky S. The How of Happiness. – New York: The Penguin Press, 2008. – p. 367.
5. Maddi S. The Role of Hardiness and Religiosity in Depression and Anger // International Journal of Experimental Psychology & Psychotherapy. July 2004. Volume 1, Issue 1, p. 38-49.