

деятельности, в том числе и группы, проявляющие тенденции к дезорганизации совместной деятельности в напряженных и экстремальных ситуациях.

Библиографический список

1. Донцов, А.И. Психология коллектива [Текст] / А.И. Донцов. – М., 1984.
2. Китаев-Смык, Л.А. Психология стресса [Текст] / Л.А. Китаев-Смык. – М., 1983.
3. Левин, К. Конфликт между аристотелевским и галилеевским способами мышления в современной психологии [Текст] / К. Левин // Психологический журнал. – 1990. – Т. 11. – № 5. – С. 134-158.
4. Подорога, В.Я. Экспериментальное изучение влияния напряженных ситуаций на групповую деятельность старшеклассников [Текст]: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М., 1973.
5. Сарычев, С.В., Чернышев, А.С. Социально-психологические аспекты надежности группы в напряженных ситуациях совместной деятельности [Текст] / С.В. Сарычев, А.С. Чернышев. – Курск, 2000.
6. Селье, Г. Стресс без дистресса [Текст] / Г. Селье. – М., 1979. – 124 с.
7. Уманский, Л.И. Методы экспериментального исследования социально-психологических феноменов [Текст] / Л.И. Уманский // Методология и методы социальной психологии. – М., 1977. – С. 54-71.
8. Уманский, Л.И. Психология организаторской деятельности школьников [Текст] / Л.И. Уманский. – М., 1980.

Р. Яворски

СПОСОБЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРЕССА У ЛИЦ С РАЗНЫМ ТИПОМ РЕЛИГИОЗНОСТИ

В статье проанализированы теоретические аспекты исследуемой темы. Выделены и описаны типы религиозности, что позволяет более дифференцированно рассмотреть феномен религиозности и его психологический коррелят.

R. Yavorsky

WAYS OF OVERCOMING STRESS OF PEOPLE WITH A DIFFERENT TYPE OF RELIGIOUSNESS

In the article are analysed theoretical aspects of an investigated theme. Religiousness types are differentiated and described, that allows in a more differentiated way to regard a phenomenon of religiousness and its psychological correlator.

По экзистенциальным причинам проблема преодоления трудностей вызывает закономерный интерес. Проведенные на сегодняшний день психологические исследования позволили выделить две стратегии преодоления стресса.

С. Фолькман и Р. Лазарус, подходя к стрессу как к результату соглашения между личностью и окружением, описали его как процесс. Преодоление стресса включает действия, ведущие к успокоению эмоций и восстановлению внутреннего равновесия (бегство – уклонение, дистанцирование, самоконтроль, самокритика – самоагрессия, поиск общественной поддержки, положительная переоценка), а также активное действие, направленное на решение проблемы (конфронтация, плановое решение проблемы).

По Священному Писанию, трудности человека возникают как результат греха и его последствия в виде страдания. Состояние отделения от Бога является, по мнению библейских авторов, самым тяжелым положением человека. Избавлением от него является пожертвование жизнью Сына Божьего. Восстановление единства с Богом является условием для достижения непреходящего счастья и преодоления проблем.

Трудности, связанные с повторным обретением Бога и пребыванием в соединении с ним, изучают моральная теология, пасторальная теология и теология духовности. Преодоление трудностей, связанных с духовной жизнью, требует большого доверия к Богу и смиренного подчинения Святому Духу. Если поставить Бога в жизни на первом месте и направить мысли к бого-

угодным делам, у человека сформируется соответствующая оценка поступков и отношение к ним.

Не все верующие люди представляют одинаковый тип религиозности. Внимательный психологический анализ религиозности позволяет выделить *персональную религиозность* и *антиперсональную религиозность* [1]. Персональная религиозность опирается на персональные отношения человека с Богом. Она соотносится с высоким уровнем интеграции личности. Поэтому для лиц с персональной религиозностью характерна зрелость в психической, эмоциональной сферах и в общественных отношениях.

Антиперсональная религиозность связана с инструментальным подходом к Богу, с восприятием Его как Силы, которую можно использовать для обеспечения эгоистических нужд. Индивиды такого типа религиозности характеризуются высоким уровнем скрытого страха и низкой интеграцией личности, они не акцептируют себя и хуже приспособлены к жизни в обществе.

Исследования указывают на существенную роль религиозности в формировании личности человека.

Целью нашего исследования является поиск ответа на вопрос: насколько отличаются друг от друга личности с персональной и антиперсональной религиозностями в применении способов преодоления трудностей.

Нами были сформулированы следующие исследовательские гипотезы, проверка истинности которых будет задачей эмпирических исследований:

1. Индивиды с персональной религиозностью в связи с большей интеграцией личности более органично применяют разные способы преодоления трудностей.
2. Индивиды с персональной религиозностью чаще пользуются общественной поддержкой как способом преодоления трудностей, чем лица с антиперсональной религиозностью, так как первые более откровенны в отношениях с другими людьми и с Богом.
3. Персональная религиозность связана с высшей самооценкой личности и ее созидательным отношением к реальности, поэтому лица с этим типом религиозности активно решают свои проблемы ча-

ще, чем лица с антиперсональной религиозностью.

4. Низкая самооценка, эгоцентризм и меньшая интеграция личности в антиперсональной религиозности способствуют эмоциональному способу решения трудностей и предпочтению стратегии бегства.

Представленные гипотезы, относящиеся к способам преодоления трудностей лицами с персональной и антиперсональной религиозностью, требуют эмпирической проверки. Для этого были проведены психологические исследования, которые позволили сформулировать конечные выводы, определяющие степень влияния религиозности на применение этих способов.

Исследовательские методы

С целью проверки истинности указанных гипотез в исследованиях были применены две стандартизированные психологические техники. Для исследования независимой величины – типа религиозности – применена шкала персональной религиозности (ШПР). Для анализа способов преодоления трудностей (зависимая величина) использована анкета WCQ С. Фолькман и Р. Лазаруса.

1. Шкала персональной религиозности (ШПР) Р. Яворского

Для выделения типов персональной религиозности применялась шкала персональной религиозности (ШПР), разработанная в 1998 г. Ромуальдом Яворски. Шкала состоит из инструкции и 30-ти утверждений, отобранных компетентными лицами. Достоверность шкалы была проверена методом ретестирования и составляет (r – Спирмана) от 0,69 до 0,85 [2]. В ШПР выделены четыре подшкалы: «Вера» (ВР), «Моральность» (МР), «Религиозные практики» (ПР), «Религиозный сельф» (СР) – самоидентификация.

Переживая связь с Богом (с сакральным), человек как объект этого переживания характеризуется разными чертами в зависимости от типа религиозности. То, что существенным образом отличает религиозности – персональную и антиперсональную – это особый способ отношения к Богу. Третьим элементом, позволяющим провести дифференцирование персональной и анти-

персональной религиозности, является тип отношений между человеком и Богом.

Созданная теоретическая модель персональной религиозности потребовала разработки такой исследовательской техники, которая, соответствуя методологическим требованиям, дала бы возможность выделить группы с крайним (высоким и низким) усилением персональной религиозности. Для этого и была построена ШПР.

Конструирование метода началось с выстраивания широкого спектра утверждений, которые бы указали на персональные характеристики религиозности или выявили ее отсутствие. После вступительного отбора и передачи вопросов специалистам, которые оценили их диагностическую ценность, был составлен тест, состоящий из 100 утверждений. В результате дальнейшей работы над шкалой были определены вопросы с самой большой дискриминационной силой, то есть наиболее диагностические. Так была созда-

на окончательная версия ШПР, состоящая из инструкции и 30 вопросов.

Исследуемые определяли степень ответственности своих убеждений и поведения содержанию отдельных утверждений по шкале: от 7 (*решительно соглашаюсь*) до 1 (*решительно не соглашаюсь*). К ответам на вопросы номер 2, 6, 10, 14, 18, 19, 25, 28 и 30 – противоположный подход: самый высокий выбор в шкале оценки (7) обозначает самое низкое число баллов (1). Исследуемое лицо может получить по ШПР максимально 210 баллов, минимально – 3.

После анализа содержания вопросов компетентными лицами были выделены четыре подшкалы. Таблица 1 представляет данные, указывающие на принадлежность отдельных вопросов к выделенным подшкалам и характеристику лиц, получающих высокие и низкие результаты в отдельных подшкалах.

Таблица 1.

Состав и содержание отдельных подшкал в ШПР

(+) Персональная религиозность	(-) Антиперсональная религиозность
<i>Вера (BP)</i> – вопросы: 1, 3, 4, 7, 10, 16, 19, 28	
Лица с персональным типом религиозности имеют чувство внутренней связи с Богом, который активен по отношению к человеку. Они доверяют Богу, которого воспринимают как любящего Отца, акцептируют планы Бога в собственной жизни. В переживании несчастья выражают смирение. Верят в милосердие Бога. События интерпретируют как Божью волю.	Лица с антиперсональным типом религиозности доверяют Богу, но у них нет чувства внутренней связи с Ним, они не верят в Божьи планы, касающиеся их личной жизни. События интерпретируют как «предначертание судьбы». Иногда переживают бунт против Бога по поводу несчастья. Не верят в Божье провидение (считая, что Бог безучастен). Сомневаются в Его милосердии, воспринимая Его больше Судьей, чем Отцом.
<i>Моральность (MP)</i> – вопросы: 9, 11, 12, 14, 17, 20, 21	
У лиц с персональной религиозностью моральное поведение мотивируется религиозными убеждениями. Религия управляет их повседневными решениями, так как они готовы к пониманию и осуществлению Божьей воли. Отсюда для них чем-то обыкновенным является согласование личного жизненного плана с Божьим планом. Чувство ответственности перед Богом за мысли и поступки связано больше с желанием каждым действием выразить Богу любовь, нежели со страхом перед Божьим наказанием.	У лиц с антиперсональной религиозностью моральное поведение не мотивируется религиозными убеждениями. Религия не влияет на их повседневные решения. В жизненных планах они также не учитывают Божьей воли. Чаще всего им не хватает чувства ответственности перед Богом за мысли и поступки. Однако если они и избегают плохих поступков, принимая во внимание Бога, то делают это скорее всего от страха перед наказанием, чем из-за любви к Богу.
<i>Религиозные практики (PI)</i> – вопросы: 2, 6, 8, 13, 23, 26, 27, 29	
Лица с персональной религиозностью придают большое значение религиозным практикам; исполняют их независимо от общественного мнения. Стараются углублять религиозные знания. Часто их практикой являются благодарственные молитвы и молитвы о заступничестве. Они способны к созерцанию и находят радость в частых	Для лиц с антиперсональной религиозностью религиозные практики не имеют большого значения. Их соблюдение часто обусловлено общественным мнением. Редко молятся за других. Благодарственная молитва также не является частой практикой. У них отсутствует способность к созерцанию, они не стремятся к углуб-

размышлениях о религиозных вопросах. Активное участие в жизни церкви является для них источником удовлетворения.	лению религиозных знаний. Редко размышляют о религии и не находят в этом радости. Не участвуют в жизни церкви.
<i>Религиозный сельф (РС) (самоидентификация) – вопросы: 5, 15, 22, 24, 25, 30</i>	
У лиц с персональной религиозностью сильно чувство близости Бога, идентификации с Богом. Они постоянно убеждены в перманентной связи с Ним, даже в повседневных делах, гордятся тем, что они христиане и благодаря этому всегда готовы углублять религиозную жизнь.	У лиц с антиперсональной религиозностью отсутствует чувство близости Бога и отождествления с Ним. У них нет чувства связи с Богом в повседневных делах. Они не чувствуют гордости и удовлетворения от того, что они христиане. Им постоянно не хватает времени на углубление религиозной жизни.

2. Анкета WCQ С. Фолькман и Р. Лазаруса

Способы преодоления трудностей исследованы анкетой The Ways of Coping Questionnaire (WCQ) Ричарда Лазаруса и Сьюзан Фолькман. Использована третья версия этого метода в обработке польских ученых З. Обой, Й. Перечинской, Б. Скузы и К. Вжесневского [3]. Анкета состоит из инструкции и 66 утверждений. В инструкции содержатся: просьба вспомнить сложные, вызывающие стресс ситуации и сопутствующие им обстоятельства и описание шкалы, позволяющей оценить утверждения, содержащиеся в анкете. Шкала оценки утверждений:

- 0 – решительно не соглашаюсь;
- 1 – скорее не соглашаюсь;
- 2 – скорее соглашаюсь;
- 3 – решительно соглашаюсь.

Анкета содержит 8 шкал, определяющих отдельные способы преодоления стресса, выделенные Р. Лазарусом и С. Фолькман.

Шкала 1 позволяет оценить, в какой степени исследуемые применяют конфронтацию как способ преодоления трудностей. Конфронтация понимается как усилия для изменения ситуации (включает такие утверждения, как, например: «не поддавался», «боролся за то, чего я хотел», «пытался обратиться к кому-нибудь, кто повлиял бы на изменение позиции лица, связанного с проблемой», «проявил злость по отношению к лицу, которое было причиной проблемы») и принятие риска (например, «воспользовался случаем и сделал что-то очень рискованное»). Максимальное количество баллов в этой шкале – 18. Результаты, близкие к этому числу, свидетельствуют о частом применении конфронтации в процессе преодоления трудностей.

Шкала 2 дает возможность оценки дистанцирования, то есть действий принятых для того, чтобы изолироваться, «отойти в сторону» от проблемы. Шкала содержит 6 утверждений (максимальное количество баллов – 18). Таким образом, число баллов, близкое к 18, указывает на частое использование этого способа преодоления трудностей.

Шкала 3 относится к самоконтролю и указывает на готовность предпринимать усилия с целью регуляции чувств, сопутствующих стрессу, и овладения способами его преодоления. Индивиды с сильным самоконтролем получают по этой шкале число баллов, близкое 21-му.

Шкала 4 указывает, в какой степени исследуемые лица предпринимают усилия для получения общественной поддержки. Это поиск информации о возникшей обстановке (например, вопрос № 8), поиск эмоциональной поддержки (вопрос № 18) и реальной помощи, конкретного решения проблемы (вопрос № 31). Личности, часто ищущие общественной поддержки, получают по этой шкале максимально 18 баллов.

Шкала 5 включает способ преодоления, называемый принятием ответственности. Это означает стремление испытуемого лично участвовать в решении проблемы и его сознательную готовность преодолеть последствия возникшей обстановки, а также попытку самостоятельно привести в порядок дела. Максимальное количество баллов в этой шкале – 12.

Шкала 6 содержит утверждения, означающие бегство, уклонение от трудного положения, конформистское мышление. Индивиды, охотно применяющие этот способ преодоления, получают 27 баллов.

Шкала 7 опирается на утверждения, указывающие на действия, направленные на

плановое решение проблемы. Это продуманные, сконцентрированные на проблеме усилия, предпринимаемые с целью изменения обстановки. Они связаны с анализом проблемы и возможных ее решений. Максимальное число баллов – 18.

Шкала 8 описывает положительную переоценку. Это попытки найти хорошие стороны события, придать трудностям положительное значение, например, для личностного роста данного индивида. Максимальное количество баллов в этой шкале – 21.

Для сопоставления и исследования корреляции между отдельными шкалами ШПР и WCQ была использована компьютерная статистическая программа SPSS/PC+. Инструкция и содержание утверждений в анкете WCQ представлены в Приложении 2.

Описание хода исследований

Исследования проводились в 1999 г. Было распространено 150 экземпляров анкет ШПР и WCQ среди жителей мазовецких городов Польши (Гостынина, Плоцка, Скерневиц). Исследованы были лица, считающие себя религиозными. Обратного вернулось 148 комплектов анкеты, из которых 135 были квалифицированы как пригодные для статистических анализов. В ряде анкет не было полных ответов на поставленные вопросы.

Многие из исследуемых лиц просили представить им результаты обработки анкет и были очень заинтересованы ходом всего

исследования. С целью сохранения объективности исследований и получения адекватных ответов респондентам был разъяснен научный характер этой работы, а также за респондентами была оставлена свобода в указании персональных данных. Так как исследования касаются очень личных вопросов и многие из анкетированных лично знакомы с автором этого труда, часть опрошенных оставила анкеты анонимными, обозначив только пол и возраст.

В исследовании приняли участие лица старше 18 лет. Только 49 человек назвали свое имя и фамилию. 15 человек не указали своего образования. Характеристика исследуемых, которые представили свои биографические данные, следующая.

Из 135 исследуемых большинство – женщины. Мужчин труднее было уговорить на участие в исследовании. Соотношение полов представлено в таблице 2.

Самое большое количество исследуемых лиц принадлежит к возрастным группам 46-55 лет и 25-35 лет, вместе они составляют 64,4% исследуемых. Соотношение возрастов и полов исследуемых представлено в таблице 3.

Большинство респондентов составляют лица со средним и высшим образованием (76,4%). 15 человек не указали своего образования. Среди исследуемых 17 человек (12,6%) имеет профессиональное образование. Точные данные представляет таблица 4.

Таблица 2.

Пол исследуемых лиц

Пол	N	%
Женщины	85	62,96
Мужчины	50	37,04

N – количество человек

Таблица 3.

Пол и возраст исследуемых лиц

Возраст	Мужчины		Женщины		Вместе	
	N	%	N	%	N	%
18-24	14	10,5	8	5,9	22	16,29
25-35	32	23,7	21	15,5	53	39,2
36-45	13	9,6	5	3,7	18	13,3
46-55	25	18,5	9	6,7	34	25,2
56-65	3	2,2	7	5,2	10	7,4

Таблица 4.

Образование исследуемых лиц

Образование	Мужчины		Женщины		Вместе	
	N	%	N	%	N	%
профессиональное	12	8,9	5	3,7	17	12,6
среднее	46	34,1	17	12,6	63	46,8
высшее	22	16,3	18	13,3	40	29,6
отсутствие данных	5	3,7	10	7,4	15	11,0

Чаще всего респонденты представляли следующие профессии: медсестры и акушерки – 15, учителя – 18, продавцы – 4, экономисты – 10, юристы – 2, повара – 2, портнихи – 4, представители технических профессий – 14 человек.

Данные, касающиеся отобранной группы исследуемых

По результатам, полученным в ходе исследования с применением ШПР, из общего числа респондентов выделено 67 человек, то есть 50%. Наименьшее количество баллов, полученное по ШПР, составляет 91, самое большое – 200. Из всех исследуемых 34 человека (25%) получили самые низкие результаты, 33 человека (25%) с самым вы-

соким количеством баллов перешли к дальнейшим исследованиям. Лица с самыми низкими результатами (антиперсональный тип религиозности) получили 91-138 баллов. Лица с самыми высокими результатами (персональный тип религиозности) получили 173-200 баллов. Распределение отдельных переменных величин (пол, возраст, образование) в отобранных группах отражено в таблицах 5 и 6. В контрольной группе, как и в общей, большинство составляют женщины. В группе лиц с персональной религиозностью женщин 66,7%, большинство в возрасте 25-35 лет (24,2%) и 46-55 лет (21,2%); мужчин 33%, большинство в возрасте 25-35 лет (24,2%).

Таблица 5.

Распределение возраста и пола в группах с персональной (ПР) и антиперсональной (аПР) религиозностью

Возраст	Лица с персональной религиозностью						Лица с антиперсональной религиозностью					
	Женщины		Мужчины		Вместе		Женщины		Мужчины		Вместе	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
18-24	3	9,1	1	3,0	4	12,1	4	11,8	2	5,9	6	17,6
25-35	8	24,2	8	24,2	16	48,5	11	32,4	6	17,6	17	50,0
36-45	3	9,1	0	0	3	9,1	3	8,8	3	8,8	6	17,6
46-55	7	21,2	2	3,0	9	27,3	2	5,9	2	5,9	4	11,8
56-65	1	3,0	0	0	1	3,0	0	0	1	2,9	1	2,9
Итого	22	66,7	11	33,3	33	100	20	58,8	14	41,2	34	100

Таблица 6.

Образование лиц с персональной и антиперсональной религиозностью

Образование	Лица с персональной религиозностью						Лица с антиперсональной религиозностью					
	Женщины		Мужчины		Вместе		Женщины		Мужчины		Вместе	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Профессиональное	3	9,1	1	3,0	4	12,1	2	5,9	2	5,9	4	11,8
Среднее	10	30,3	2	6,0	12	36,4	15	44,1	5	14,7	20	58,8
Высшее	7	21,2	7	21,2	14	42,4	2	5,9	4	11,8	6	17,6
Отсутствие данных	1	3,0	2	6,0	3	9,1	1	2,9	3	8,8	4	11,8

Группа лиц, представляющих антиперсональную религиозность, состоит преимущественно из женщин (58,8%), в основном в возрасте 25-35 лет (32,4%). Мужчин – 41,2%, самая большая группа в возрасте 25-35 лет (17,6%). У большинства исследованных лиц с персональной религиозностью высшее образование (42,2%) и среднее (36,4%). Преобладают учителя – 12 человек, экономисты – 4 человека, сотрудники медицинской службы – 3 человека.

Большинство респондентов с антиперсональной религиозностью имеет среднее образование (58,8%), высшее образование – 17,6%, профессиональное – 11,8%. По профессии это в основном медсестры – 7 человек, техники-экономисты – 6 человек, техники-механики – 3 человека.

7 человек из обеих групп не указали своего образования.

Представление результатов исследований

Результаты исследований, полученных с помощью ШПР и анкеты WCQ, были обработаны с применением статистической компьютерной программы SPSS/PC+. Чтобы проверить наличие существенных различий в средних результатах по обеим группам, представляющим персональную и антиперсональную религиозность, был применен тест на существенность различий (t-студента). Результаты представлены в таблице 7.

Во всех подшкалах, исследующих аспекты религиозной жизни, выявлены существенные различия между группами на уровне $p.i. < 0,001$. Группа с персональной религиозностью получила средние результаты в ШПР ($M = 186,75$) действительно выше, чем лица с антиперсональной религиозностью ($M = 122,79$). В подшкале «Вера» средние результаты составляют для пер-

Таблица 7.

Различия в отдельных аспектах религиозности между группами с персональной и антиперсональной религиозностью

Религиозность и подшкалы религиозности	Типы религиозности	N	M	σ	t-студента	p.i.
Религиозность	персональная	33	186,75	7,34	22,43	<0,001
	антиперсональная	34	12,97	14,64		
Вера	персональная	33	50,57	4,61	12,92	<0,001
	антиперсональная	34	34,97	5,24		
Моральность	персональная	33	41,81	3,17	11,59	<0,001
	антиперсональная	34	30,94	4,39		
Религиозные практики	персональная	33	54,72	3,52	18,97	<0,001
	антиперсональная	34	32,76	5,67		
Религиозный сельф	персональная	33	31,93	2,10	15,46	<0,001
	антиперсональная	34	20,26	3,80		

Примечания: N – число случаев; M – средние результаты; σ – стандартное отклонение; p.i. – уровень доверчивости.

сональной религиозности $M = 50,75$; для антиперсональной религиозности $M = 34,97$. В подшкале «Моральность» $M = 41,81$ для персональной религиозности и $M = 30,94$ для антиперсональной религиозности. Средние результаты в подшкале «Религиозные практики» составляют для персональной религиозности $M = 54,72$ и для антиперсональной религиозности $M = 32,76$. В подшкале «Религиозный сельф» для персональ-

ной религиозности $M = 31,93$, для антиперсональной религиозности $M = 20,26$.

Сопоставление типов религиозности и способов преодоления, выполненное тестом t-студента, отображает таблица

Статистически существенные различия между группами с персональной и антиперсональной религиозностью отражены в трех шкалах анкеты WCQ:

- В шкале «Положительная переоценка» (S_8) разница между средними результатами лиц с персональной религиозностью ($M = 14,72$) и антиперсональной ($M = 11,64$) статистически весьма существенна ($p.i. < 0,001$).

Таблица 8.

Различия в способах преодоления трудностей в группах с персональной и антиперсональной религиозностью

Способы преодоления	RP			RaP			t-студента	p.i.
	N	M	σ	N	M	σ		
S_1 Конфронтация	33	9,42	1,95	34	9,52	2,20	-0,21	n.i.
S_2 Дистанцирование	33	7,63	2,98	34	7,85	2,56	-0,32	n.i.
S_3 Самоконтроль	33	11,84	1,82	34	11,47	2,17	0,77	n.i.
S_4 Поиск общественной поддержки	33	12,03	2,84	34	10,41	2,79	2,35	0,02
S_5 Принятие ответственности	33	7,72	1,68	34	7,35	1,82	0,87	n.i.
S_6 Бегство – уклонение	33	11,81	3,01	34	12,23	3,00	-0,57	n.i.
S_7 Плановое решение проблемы	33	12,00	1,67	34	10,79	2,67	2,20	0,03
S_8 Положительная переоценка	33	14,72	2,05	34	11,64	2,90	5,0	<0,001

Примечания: S – шкала; RP – персональная религиозность; RaP – антиперсональная религиозность; p.i. – уровень, несущественный статистически.

- В шкале «Поиск общественной поддержки» (S_4) средний результат в группе персональной религиозности ($M = 12,03$) выше, чем в группе с антиперсональной религиозностью ($M = 10,41$). Разница статистически существенна ($p.i. = 0,02$).
- В шкале «Плановое решение проблемы» (S_7) средний результат существенно выше ($p.i. = 0,03$) в группе персональной религиозности ($M = 12,00$), чем в группе антиперсональной религиозности ($M = 10,79$).

В остальных шкалах разница является статистически несущественной.

Для исследования зависимости между типами религиозности, определенными по ШПР, и способами преодоления по WCQ применен коэффициент корреляции г-Пирсона. Результат представлен в таблицах 9 и 10. Опираясь на тест корреляции г-Пирсона, установлено, что в группе с пер-

сональной религиозностью существует отрицательная корреляция между подшкалой «Моральность» и способами преодоления, определяемыми как: «Дистанцирование» (r -Пирсона = -0,49, высокий уровень доверчивости = 0,003) и «Бегство – уклонение» (r -Пирсона = -0,48, высокий уровень доверчивости = 0,004), а также положительная корреляция подшкалы «Моральность» со шкалой «Положительная переоценка» (r -Пирсона = 0,39, $p.i. = 0,02$). Положительная корреляция существует также между подшкалой «Религиозный сельф» и способом преодоления «Плановое решение проблемы» (r -Пирсона = 0,44, $p.i. = 0,01$). В целом персональная религиозность коррелирует положительно со способом преодоления «Положительная переоценка» (r -Пирсона = 0,38, $p.i. = 0,02$).

Таблица 9.

Корреляция между способами преодоления трудностей и аспектами религиозности в группе лиц с персональной религиозностью

Способы преодоления	Персональная религиозность		Вера		Моральность		Религиозные практики		Религиозный сельф	
	r	p.i.	r	p.i.	r	p.i.	r	p.i.	r	p.i.
S_1	-0,07	n.i.	-0,03	n.i.	-0,20	n.i.	-0,16	n.i.	0,08	n.i.
S_2	0,03	n.i.	-0,14	n.i.	-0,49	0,003	0,02	n.i.	0,31	n.i.

S ₃	-0,12	n.i.	-0,24	n.i.	-0,15	n.i.	-0,15	n.i.	0,15	n.i.
S ₄	0,22	n.i.	0,24	n.i.	0,04	n.i.	0,07	n.i.	0,28	n.i.
S ₅	0,15	n.i.	0,15	n.i.	-0,02	n.i.	0,002	n.i.	0,18	n.i.
S ₆	0,09	n.i.	-0,23	n.i.	-0,48	0,004	-0,05	n.i.	0,15	n.i.
S ₇	0,04	n.i.	0,04	n.i.	0,02	n.i.	0,13	n.i.	0,44	0,01
S ₈	0,38	0,02	0,28	n.i.	0,39	0,02	0,07	n.i.	0,28	n.i.

В группе с антиперсональной религиозностью, кроме положительной корреляции между антиперсональной религиозностью и способом преодоления «Принятие

ответственности» (r -Пирсона = 0,33, $p.i.$ = 0,05), отдельные аспекты религиозности не коррелируют ни с каким способом преодоления ($p.i.$ > 0,05).

Таблица 10.

Корреляция между способами преодоления и аспектами религиозности в группе лиц с антиперсональной религиозностью

Способы преодоления	Персональная религиозность		Вера		Моральность		Религиозные практики		Религиозный сельф	
	r	$p.i.$	r	$p.i.$	r	$p.i.$	r	$p.i.$	r	$p.i.$
S ₁	-0,10	n.i.	-0,04	n.i.	-0,22	n.i.	0,03	n.i.	-0,19	n.i.
S ₂	-0,06	n.i.	-0,11	n.i.	-0,04	n.i.	0,01	n.i.	-0,03	n.i.
S ₃	0,13	n.i.	0,04	n.i.	-0,003	n.i.	0,10	n.i.	0,09	n.i.
S ₄	0,16	n.i.	0,2	n.i.	0,002	n.i.	0,09	n.i.	0,04	n.i.
S ₅	0,33	0,05	0,24	n.i.	0,02	n.i.	0,29	n.i.	0,18	n.i.
S ₆	0,21	n.i.	0,05	n.i.	0,11	n.i.	0,29	n.i.	0,06	n.i.
S ₇	0,008	n.i.	-0,05	n.i.	-0,17	n.i.	0,15	n.i.	-0,21	n.i.
S ₈	0,16	n.i.	0,11	n.i.	0,06	n.i.	0,18	n.i.	0,16	n.i.

Интерпретация результатов исследования и критический анализ выводов

Эмпирические исследования были проведены двухэтапно. Первый этап включал определение лиц с персональной и антиперсональной религиозностью с помощью ШПР. Результаты этих исследований подтверждают существенные различия между двумя группами. Полученные средние результаты в обеих группах указывают на объективность примененного метода. На основе квалификации этих групп стало возможным проведение дальнейших тестов.

Лица с персональной религиозностью чаще придают вере в Бога центральное место в своей жизни. Относятся к Богу как к любящему Отцу, верят в Его заботу и опеку, в его руководство человеческими делами. Считают, что являются кем-то важным для Бога (подшкала «Вера»), а Бог важен в их жизни. Множество дел выполняют с учетом веры (подшкала «Религиозные практики»), чувствуют себя ответственными перед Богом за свои поступки и мысли (подшкала «Моральность»). Их религиозность глубоко

интериоризированная (подшкала «Религиозный сельф»).

Тест на существенность различий (t -студента) для отдельных аспектов религиозности в персональном и антиперсональном типах (таблица 9) доказывает, что лица с антиперсональной религиозностью относятся к Богу и вере как к делам менее существенным в их жизни (подшкала «Вера»). Они не руководствуются в своей повседневной жизни религиозными указаниями или делают это лишь отчасти (подшкала «Моральность»). Также часто они пренебрегают религиозными практиками или соблюдают их, не испытывая душевной потребности (подшкала «Религиозные практики»), в небольшой степени отождествляют себя со своим вероисповедованием (подшкала «Религиозный сельф»).

Второй этап заключался в сопоставлении выделенных групп (с персональной и антиперсональной религиозностями) с теми способами преодоления трудностей, которые они предпочитают. Проведенные исследования выявили существенные различия.

Лица с персональной религиозностью чаще, чем лица с религиозностью антиперсональной, стараются искать что-то хорошее в переживаемых трудностях (результаты, полученные в шкале «Положительная переоценка», таблица 8). Это можно объяснить глубокой осознанностью присутствия и заботы Бога. Отнесение переживаемой проблемы к миру религиозных ценностей позволяет быстрее ее рационализировать и придать ей положительное значение. Глубокое внутреннее переживание религиозных вопросов способствует оценке проблемы как дающей возможность внутреннего развития, личностного роста. Лица с персональной религиозностью в большей степени соотносят трудности и веру и рассматривают их в качестве, например, испытания веры, доверия по отношению к Богу. Вера в то, что у Бога есть для каждого человека определенный план и что Он желает человеку счастья, порождает спокойное отношение к трудностям как к Божьему дару. Дар этот служит или для переосмысления ошибок, совершаемых человеком в жизни (воспитательная роль), или для осознания блага, которое, может быть, тяжело сразу понять, но которое известно Богу. Положительная переоценка позволяет сохранить оптимизм и внутренний покой даже в самом тяжелом положении, обеспечивает чувство безопасности.

Но это все не означает умаления проблемы лицами с персональной религиозностью. Исследования корреляции, проведенные тестом г-Пирсона, позволяют выявить зависимость между персональной религиозностью и способом преодоления «Положительная переоценка» (см. таблица 9).

Более низкие средние результаты, полученные группой с антиперсональной религиозностью в «Положительной переоценке», могут быть обоснованы тем, что Бог и вера не имеют большего значения в жизни таких людей. К вопросам, связанным с религией, эта группа относится поверхностно, что не способствует инспирации для переоценки трудного положения. Бог не является для этих лиц опорой, гарантией покоя и безопасности. Таким образом, трудно ожидать, чтобы лица с антиперсональной религиозностью обрели дополнительный смысл

переживаемой ситуации по причине поверхностной веры в Бога.

Персональный характер религиозности личности способствует также более частому обращению к общественной поддержке (см. таблица 7). Возникает это, скорее всего, из-за большей открытости людей с персональной религиозностью. Вера в Бога и ее глубокое внутреннее переживание способствуют тому, что группа с персональной религиозностью более доверчива по отношению к Богу. Такие люди рассказывают Богу о своих поступках. Собственные переживания они переносят в отношения с Ним.

Такое проявление своих переживаний может также помочь открыться перед другими людьми. Чувство безопасности, которое дает Бог, ведет к тому, что лица с персональной религиозностью не боятся открывать свои чувства (на что указывает и низкий уровень явных и скрытых волнений) [4]. Рассказывание о проблемах, умение поделиться с другими своими заботами помогает их проанализировать, укротить эмоции, узнать мнение других людей, которые с большей объективностью и спокойствием оценят обстановку. Откровенность и искренность по отношению к другим людям помогает также в приобретении друзей, на которых можно рассчитывать. Подход к другим людям с доверием, ожиданием от них добра позволяет открыть им свои поступки. Взгляд на других людей через призму веры вызывает желание близких отношений, особенно с теми, кто подобным образом чувствует связь с Богом. Отношение к Богу как к источнику любви помогает встретить и полюбить другого человека.

Лица с антиперсональной религиозностью менее открыты для общественной поддержки. Связано это с большим чувством страха [5] и нежеланием проявлять свои чувства и делиться переживаниями.

Индивиды с персональной религиозностью чаще, чем личности с антиперсональной религиозностью, концентрируются на плановом решении проблемы (см. табл. 7). Возможно, внутренний покой, который они получают от общения с Богом и доверия к Нему, служат причиной того, что лица с персональной религиозностью легче справляются с эмоциями. Они умеют сохранить здравомыслие, проанализировать про-

блему и приложить усилия, чтобы найти решение.

Предлагаемую интерпретацию результатов подтверждают положительные корреляции, которые выявлены между «Плановым решением проблемы» и «Самоидентификацией» (см. табл. 9). Эта корреляция указывает на связь между переживанием религиозных вопросов как личных, верой как глубоким доверием Богу и принятием конкретных действий для решения проблем. Пересечение двух измерений – плоскости религиозной (духовной) жизни и жизни в конкретной материальной реальности – позволяет лучше понять переживаемые трудности, более глубоко их осмыслить и найти разнообразные пути решения проблемы. Настоящая связь с Богом ведет к тому, что лица с персональной религиозностью меньше времени посвящают подавлению эмоций (чувствуют себя безопасно) и быстрее могут предпринять действия, направленные на плановое решение проблемы.

Корреляция г-Пирсона показывает, что самое большое влияние на частоту применения некоторых способов преодоления стресса имеет моральность человека, в меньшей мере влияет на эту частоту степень самоидентификации с религией.

Отрицательная корреляция подшкалы «Моральность» и шкалы «Дистанцирование» у лиц с персональной религиозностью (таблица 9) указывает на серьезное отношение к трудностям. Они до конца пытаются разобраться в сложившейся ситуации, редко оставляют дела незавершенными.

Отрицательная корреляция между способом преодоления, определяемым как «Бегство – уклонение», и подшкалой «Моральность» свидетельствует об отсутствии склонности к уклонению от существующей проблемы, к выталкиванию ее из сознания. Лица с персональной религиозностью стараются, пожалуй, преодолеть трудности, понять их и разрешить. Реже они применяют пожелательное мышление или игнорирование информации о проблеме.

Антиперсональная религиозность положительно коррелирует со способом преодоления «Принятие ответственности» (ср. таблица 10). Эта корреляция указывает на большую степень концентрирования на себе

лиц с антиперсональной религиозностью. Уже упомянутый высокий уровень волнения у этих лиц ведет к тому, что они скрывают настоящие внутренние переживания и не доверяют окружению, приписывают себе всю ответственность за сложившуюся ситуацию (иногда у них большое чувство вины), а также пытаются справиться с ситуацией лишь своими силами.

Концентрация на себе способствует восприятию себя как движущей силы всех жизненных событий, игнорированию объективных внешних факторов, влияющих на жизнь, и отказу в принятии помощи от другого человека.

Исследования не указывают на существование различий в применении способов преодоления стресса у лиц с персональной и антиперсональной религиозностями. Ограниченное число исследуемых (135) может быть причиной возможной неточности результатов. С учетом сопоставимого характера обеих групп кажется допустимым рассматривать как не имеющие влияния на результат исследований такие переменные величины, как пол, возраст, образование. Правильный ход исследований могли нарушить другие переменные, модифицирующие частоту выбора разных способов преодоления (например: профессия респондентов, глубокая неизлеченная душевная травма в прошлом).

Проведенные исследования подтвердили выдвинутую ранее гипотезу (2) о связи персональной религиозности с поиском общественной поддержки, а также гипотезу (3) о связи персональной религиозности с действием, направленным на плановое решение проблемы. Не подтвердилась гипотеза (4), определяющая предпочтения применения лицами с антиперсональной религиозностью стратегии бегства. Исследования показали, однако, отрицательную корреляцию между высоким уровнем в подшкале «Моральность» и способами преодоления «Дистанцирование» и «Бегство – уклонение» в персональной религиозности. Лица с персональной религиозностью с высоким уровнем моральности применяют бегство реже, чем другие стратегии.

Исследования подтвердили также гипотезу (1), относящуюся к гибкости в применении разных способов преодоления. Ли-

ца с антиперсональной религиозностью реже применяют «Общественную поддержку», «Плановое решение проблемы» или «Дистанцирование». Остальные способы применяются обеими группами с одинаковой частотой.

Отсюда вывод, что лица с антиперсональной религиозностью менее органично пользуются способами преодоления трудностей. Они сосредоточены на себе и на регулировании эмоций (гипотеза 4). Для них является самым главным не решение проблемы, а сохранение внутренней стабильности или ее восстановление. Каждая проблема несет опасность для их и так мало интегрированной личности, поэтому часто они уходят от проблемы в другие сферы жизни или обращаются к вредным привычкам, пренебрегают проблемой или вообще выталкивают ее из сознания. Такие люди предпочитают обвинять себя в сложившейся ситуации, применять самоагрессию («мне всегда не везет», «видно, так и должно быть», «так мне и надо»), нежели искать пути решения или переоценки проблемы. Им также тяжело открыть свою душу другим людям и искать поддержку. Часто они не доверяют другим, подозревая их в плохих намерениях.

Несмотря на то, что группа с персональной религиозностью отличается высокой гибкостью в применении способов преодоления, отрицательная корреляция шкалы «Моральность» с подшкалами «Бегство – уклонение» и «Положительная переоценка» дифференцирует эту группу изнутри. Лица с высокими результатами в шкале «Моральность» проявляют меньшую гибкость в применении стратегии избегания проблемы,

зато они чаще справляются с трудностями благодаря «Положительной переоценке».

Персональная религиозность в отношении лучшего личностного и общественного приспособления связана с применением большего набора способов преодоления и большой гибкостью их пользования. Лица с антиперсональной религиозностью сосредоточены на себе, на преодолении собственных эмоций, на действиях, направленных прежде всего на нивелирование страха и чувства опасности. Поэтому количество применяемых способов преодоления у них ограничивается главным образом эмоциональными стратегиями. Различия между способами преодоления в религиозности персональной и антиперсональной касаются прежде всего обращения к общественной поддержке, планового решения проблемы и положительной переоценки. Эти методы чаще применяются лицами с персональной религиозностью. Остальные способы используются обеими группами в сопоставимой степени.

В персональной религиозности выделяется отрицательная корреляция между моральностью и применением стратегии бегства и дистанцирования. Обе стратегии отражают попытку отстранения от проблемы: одна – через пожелательное мышление, замену мыслей о проблеме другими заботами, вторая – через умаление проблемы, пассивное подчинение ходу событий, отказ от действия. Положительно моральность коррелирует с положительной переоценкой. Существует связь также между самоидентификацией с религией и плановым решением проблемы. Лица с сильно интегрированной религиозностью чаще применяют этот способ преодоления трудностей.

Примечания

1. Jaworski, R. Psychologiczne korelaty religijności personalnej [Текст]. – Lublin, 1985.
2. Jaworski, R. Psychologiczne badania religijności personalnej [Текст] // «Zeszyty Naukowe KUL». – N. 41. – 1998. – S. 80-82.
3. Ср.: Terelak, J. Studia z psychologii stresu, radzenia sobie ze stresem, uwarunkowania i strategia [Текст]. – Warszawa, 1997. – S. 147, 265-369.
4. Ср.: Jaworski, R. – 1985, dz.cyt. – С. 162-163.
5. Ср.: Там же. – С. 16.