

Dr. sc. Dženan Skelić
Gabrijela Lučić
Janja Antolović

ODNOS RELIGIJSKE ZRELOSTI I PRISUSTVA AUTOMATSKIH MISLI

Sažetak

Istraživanje je obuhvatilo 98 ispitanika pri čemu je fokus bio na utvrđivanju parametra ne/postojanja veze između religijske zrelosti i prisustva automatskih misli te prisustva nade. U obzir su uzeti i neki opšti parametri kao što su spol, socioekonomski status i iskaz o vlastitoj religijskoj orijentaciji i konfesionalnoj pripadnosti. Rezultati istraživanja su pokazali kako ne postoji očekivana povezanost između religijske zrelosti i prisustva automatskih misli, dok su se neki drugi parametri pokazali kao značajni prediktori religijske zrelosti kao i drugih varijabli uključenih u istraživanje.

Ključne riječi: *religijska zrelost, nada, automatske misli, konfesija*

Uvod

Istraživanje je usmjereno na utvrđivanje odnosa između prisustva nade, prisustva automatskih misli i stepena religijske zrelosti.

Snyder (1994,2000) je ispitivao pozitivne aspekte uticaja nade na zdravlje, rad, edukaciju i lično mnijenje, našavši kako je ovaj uticaj prevasahodno određen kroz tri obrasca mišljenja i to usmjeravanje života ka ciljevima, pronalaženje različitih načina da se do tih ciljeva dođe te vjerovanje da će se ciljevi realizirati. Isti autor nalazi kako je aspekte nade i njenoga djelovanja na psihičko ozdravljenje i sazrijevanje jedinke moguće iskorisiti u okviru terapijskog procesa pokretanja pozitivnog mišljenja pri čemu se osobu uči realističnom postavljanju ciljeva i sposobnosti snažnog samomotiviranja i vjerovanja u mogućnosti ostvarenja samih ciljeva različitim putevima (Snyder,2002). Ovakav model ima dodirnih tačaka i dosta je sličan Ellis-ovoj (1994,2004). REBT, odnosno

racionalno- emotivnoj ponašajnoj terapiji, a očite su sličnosti i sa CBT što je i očekivano.

Automatske misli prema Beck-ovoj (1972,1976) koncepciji skupa sa maladaptivnim uvjerenjima predstavljaju sastavni dio mehanizma koji stvara emocionalne poremećaje koji kulminiranjem i usložnjavanjem mogu producirati depresivni poremećaj. Automatske misli mogu imati kako pozitivnu tako i negativnu konotaciju iako je negativna ona na koju se u istraživanjima ali i literaturi mnogo češće skreće pozornost posebno zbog njihovog značaja za CBT.

Burns (1980) je definirao najčešće od kognitivnih pogreški koje dovode do emocionalnih poremećaja od kojih možemo polirati 9 najznačajnijih: skok na zaključak (skontali su moju grešku i sad me preziru), proricanje sudbine (ovo će mi uništiti budućnost), fokus na negativnom (to je dokaz da mi ništa ne ide), diskvalificiranje pozitivnog (uspjeh je samo prolazan slučaj), emocionalni rezon (osjećam se bezvrijedno znači da jesam takav), personalizovanje (smiju se mojoj grešci i meni), definicione izjave (ono što sam definisao kao pogrešno jeste pogrešno), polarizovano mišljenje (sve je pogrešno i ništa nije dobro) te selektivno izdvajanje iz konteksta (ako mi se vrti u glavi umirem).¹

Murken (1998,2002a,2002b,2003a,2003b) ukazuje na niz prednosti uvažavanja religijskog sentimenta u svakodnevnom životu i terapijskom procesu koje prozilaze kao zaključak nastao na osnovu mnogostrukih studija o pozitivnim efektima religioznosti na zdravlje jedinke sa posebnim osvrtom na dobrobiti od njene primjene u terapijskom procesu odnosno generalno procesu ozdravljenja bilo koje vrste.

Prema Skelić (2014) religioznost može imati različite funkcije na individualnom i kolektivnom odnosno društvenom planu. Na individualnom planu religioznost može imati slijedeće funkcije: 1.funkcija priskrbljivanja smisla i nade; 2.funkcija obezbjeđivanja socijalne sigurnosti jedinke kroz potvrdu pripadnosti zajednici; 3.katarzička funkcija na planu pražnjenja emocionalnog naboja; 4.funkcija prividne kontrole nad konačnim ishodima životnih događaja; 5.funkcija obezbjeđivanja univerzalnog kriterija u procesu transcendencije; 6.zaštitna funkcija realizirana kroz upotrebu ritualnih riječi i/ili ritualnih ponašanja; 7.adaptivna funkcija u procesu nošenja

¹ Kod Grohol (2009) nalazimo dosta pregledan kratki prikaz objašnjenja i primjera za svih 15 kognitivnih distorzija

sa gubitkom, stresom ili kriznim kontekstom. Na društvenom pak planu religioznost može imati slijedeće funkcije: 1.povećanje društvene kohezije i solidarnosti; 2.obezbjedivanje sadržaja semiosfere te time distinkcije na relaciji Mi/Oni; 3.obezbjedivanje i održavanje kulture i društveno poželjnog sistema vrijednosti te protežiranja moralog prosuđivanja i djelovanja; 4.katarzička funkcija na planu pražnjenja emocionalnih naboja unutar zajednice; 5.te funkcija društvenog pritiska i prisile (ibid.).

U okviru individualnih funkcija religije evidentno je (Skelić, 2014) priskrbljivanje smisla i nade koje je za naše istraživanje od vitalne važnosti. Mnogi mislioci, teolozi, filozofi i autori iz različitih područja društvenih znanosti oduvijek su povezivali nadu i religiju kao jedno od izvorišta iste. Također je za očekivati da religioznost priskrbi umanjene negativnih automatskih misli jer kroz funkcij 4,6 i 7 prema Skelić (2014) na individualnoj razini olakšavaju nošenje sa neizvjesnošću kroz stvaranje privida kontrole i mogućnosti uticaja kroz molitvu, rituale i slično.

Dakle sa aspekta razumijevanja ovih odnosa religioznosti, nade i kognitivnih distorzija za očekivati je postojanje određene sprege između njih koja bi rezultirala pozitivnom korelacijom religioznosti sa nadom i negativnom korelacijom to dvoje sa prisustvom automatskih misli.

Metod

Uzorak

Uzorak je sačinjavalo 98 ispitanika od čega su većina ženskog spola njih 74,5%. Uzorak razlikuje ispitanike u odnosu na religijsku pripadnost pri čemu je 61,6% islamske vjeroispovjeti, 23,3% katoličke i 15,1% ateista. Pravoslavna vjeroispovjest nije zahvaćena uzorkom s obzirom na iznimno malu zastupljenost osoba ove religije u tretiranoj populaciji. Ispitanici su hronološke dobi između 19 i 29 godina ($M=21.71$, $sd=2.036$). Većina ispitanika se izjašnjava kako su prosječnog socioekonomskog statusa 80.6%, dok se 15.3% izjašnjava da su dobrostojeći a 4.1% da žive loše.

Instrumenti

Skala nade² predstavlja adaptiranu skalu nade prema Snyder-ovom modelu. Skala sadrži 9 čestica sa ponuđenim odgovorima na skali slaganja od 1 do 5 odnosno od potpuno netačno do potpuno tačno. U našem istraživanju dobijen je Cronbach alpha: $\alpha=.802$.

Skala religijske zrelosti³ je adaptirana Skala globalne razvijenosti vjere koja je konstruisana u skladu sa četvrtim i petim stadijem razvoja religioznosti Fowleor-ovog model. Skala je adaptirana i preformulirana u Hrvatskoj. Sastoji se od 7 stavki sa ponuđenim A i B odgovorima. U našem istraživanju dobijen je Cronbach alpha: $\alpha=.612$.

Upitnik automatskih misli⁴ je u Hrvatskoj adaptirani upitnik ATQ Hollon & Kendall koji se sastoji iz 30 čestica koje definiraju prostor negativnih automatskih misli kroz skalu slaganja od 1-5 odnosno gradaciju od nikada do uvijek. U našem istraživanju dobijen je Cronbach alpha: $\alpha=.937$.

Rezultati

Rezultati istraživanja su pokazali kako između religijske zrelosti ($M=11.58$; $sd=1.86$) i opšteg prisustva nade ($M=34.64$; $sd=5.74$) ne postoji statistički značajna povezanost ($r=.129$; $p=.205$), kao niti ($r=.182$; $p=.072$) sa prisustvom automatskih misli ($M=53.17$; $sd=15.66$).

Rezultati pak pokazuju da između opšteg prisustva nade i prisustva automatskih misli postoji statistički značajna negativno konotirana povezanost ($r=-.314$; $sd=.002$). Ova visina korelacije mada je statistički značajna ukazuje samo na slabu povezanost sa negativnim predznakom.

Spol se nije pokazao kao dobar prediktor religijske religioznosti ($F=1.385$; $p=.242$), niti prisustva nade ($F=.230$; $p=.633$) kao niti prisustva automatskih misli ($F=.914$; $p=.341$).

Ekonomski status obitelji se također nije pokazao kao dobar prediktor religijske zrelosti ($F=.647$; $p=.587$), niti prisustva nade ($F=1.950$; $p=.127$), niti prisustva automatskih misli ($F=.915$; $p=.437$).

² vidjeti u Proroković, A. Et al. (???). Zbirka psihologijskih skala i upitnika I. Sveučilište. Zadar. p.3,4.

³ vidjeti u Proroković, A. Et al. (2004). Zbirka psihologijskih skala i upitnika II. Sveučilište. Zadar. p.69-78.

⁴ Vidjeti u ibd. p.79-84.

Religijska pripadnost se pak pokazala kao veoma dobar prediktor religijske zrelosti ($F=4.889$; $p=.003$) dok se nije pokazala kao dobar prediktor prisustva nade ($F=1.209$; $p=.311$) kao niti prisustva automatskih misli ($F=.751$; $p=.525$).

Primjenom post-hoc LSD testa nalazimo kako se ova razlika na skorovima religijske zrelosti producira na osnovu razlike između ispitanika koji se izjašnjavaju kao religiozni i onih koji se izjašnjavaju kao ateisti, pri čemu u odnosu na konfesionalnu pripadnost ispitanika nalazimo kako vjernici islamske vjeroispovjesti pokazuju statistički značajno ($p=.002$) manju religijsku zrelost ($M=11.31$; $sd=1.79$) nego ispitanici koji se izjašnjavaju kao ateisti ($M=14.25$; $sd=1.70$) a isto je i sa vjernicima koji se izjasnjavaju kao katolici ($M=12.23$; $sd=1.58$) koji pokazuju statistički značajno manje rezultate nego ateisti na skali religijske zrelosti ($p=.045$).

Interesantno je da LSD također pokazuje, kako, iako ne postoji generalna razlika po pitanju ispoljavanja nade, statistički značajnu razliku nalazimo u distinkciji muslimani ($M=34.78$; $sd=5.68$) ateisti ($M=38.5$; $sd=2.08$) na nivou $p=.025$ kao i u distinkciji ateista i katolika ($M=32.53$; $sd=6.55$) na razini $p=.012$ pri čemu ateisti dakle u oba slučaja iskazuju značajno viši stepen nade nego pripadnici dvaju konfesija.

Diskusija

U dobijenim rezultatima je interesantno nekoliko momenata. Kao prvo ne nalazimo povezanost između nade i religijske zrelosti, što nije u skladu sa našim očekivanjima s obzirom da se viši stepen religijske zrelosti oslanja na optimističniju sliku Boga i njegovih uticaja na svakodnevno življenje a samim time i značajniji stepen očekivanja intervencije što za osobu koja je religiozna znači viši stepen optimizma a samim tim i nade. Rezultati pak ne potvrđuju ovakva očekivanja. Dublja analiza pak pokazuje ček tendenciju da osobe koje se izjašnjavaju kao areligiozna i ateise iskazuju viši stepen nade nego osobe koje se deklarišu kao religiozni. Ovakav rezultat može se interpretirati u svjetlu prthodnih rezultata ukoliko se uđe dublje u strukturu religioznosti na prostorima BiH koja je danas aktuelna. Naime radi se religijskom sentimentu koji primarno počiva na strahu od Božije odmazde i neminovnosti apsolutnog povinovanja Božijim očekivanjima. U sklopu ovakve religioznosti često susrećemo odsustvo optimizma te su česte i depresivne

tendencije koje su posljedica ubjeđenja jedinke da ne može odgovoriti zahtjevima Božanskog zakona. Takav vid religioznosti dakle ne iskazuje funkciju pružanja smisla i nade koju očekujemo na osnovu pozitivnih potencijala zdrave zrele religioznosti.

Također, ne nalazimo niti povezanost (negativnu niti pozitivnu) između religijske zrelosti i automatskih misli. Nalazimo pak očekivanu negativnu korelaciju između nade i prisustva automatskih misli. Ovakav rezultat je potvrda koncepta nade kao okosnice nošenja sa depresivnim tendencijama te procesuiranja negativnih emotivnih obrazaca.

Sa aspekta zdrave religioznosti neočekivan rezultat je i tendencija da ateisti iskazuju veći stepen religijske zrelosti nego ispitanici koji se deklariraju kao vjernici kako islamske tako i katoličke vjeroispovjesti. Međutim pojedinačnom analizom itema biva evidentno kako je skala religijske zrelosti zasičena itemima koji podrazumjevaju unutar koncepta zrelosti prisustvo otvorenosti i tolerancije te pozitivnog odnosa prema drugim religijama i njenim učenjima. Evidentno je kako su ispitanici koji se izjašnjavaju kao ateisti otvoreniji i tolerantniji prema drugačijim učenjima od onih koja slijede, nego što to pokazuju religiozni. Također je evidentno kako su ispitanici katoličke konfesije u iskazima pokazali viši stepen iste tolerancije nego ispitanici koji se izjašnjavaju kao pripadnici islamske konfesije. Ovakvi rezultati su u skladu sa sve većim zatvaranjem islamske zajednice unutar nešto rigidnijeg vrijednosnog sistema i semiosfere povezane sa njenim krucijalnim identitetima a u funkciji adaptacije u čijim temeljima se nalazi potencirani obrazac preuzimanja uloge žrtve i preveniranja budućih identičnih ishoda eventualnih neprijateljstava kroz intenziviran proces sabijanja u pravcu apsolutne grupne kohezije i snažne isključivosti spram različitosti odnosno spram Drugog. Razvoj rigidnog religijskog koncepta nalazimo često u društvima koja se nalaze u bezizlaznim prilikama kakvima se situacija u BiH sve više, sudeći prema različitim socioekonomskim parametrima, čini.

Literatura

1. Beck, A. T. (1976). Cognitive therapies and emotional disorders. New York. New American Library.
2. Beck, A. T. (1972). Depression; Causes and Treatment. Philadelphia. University of Pennsylvania Press.
3. Burns, D. D. (1980). Feeling good: The new mood therapy. New York. New American Library.
4. Ellis, A. (1994). Reason and Emotion in Psychotherapy: Comprehensive Method of Treating Human Disturbances : Revised and Updated. New York. Citadel Press
5. Ellis, A. (2004). Rational Emotive Behavior Therapy: It Works for Me—It Can Work for You. Amherst. Prometheus Books.
6. Grohol, John (2009). "15 Common Cognitive Distortions". PsychCentral. web.archive.org.
7. Murken, S. (2002a). Gottesbeziehung und Bekehrung. Empirische Anmerkungen zur Operationalisierung von Bekehrung. U: Henning, C. & Nestler, E. (ed.). Konversion. Zur Aktualitaet eines Jahrhundertthemas. Lang. Frankfurt am Main.
8. Murken, S. (1998a). Gottesbeziehung und psychische Gesundheit. Die Entwicklung eines Modells und seine empirische Ueberpruefung. Muenster: Waxmann.
9. Murken, S. & Shah, A.A. (2002). Naturalistic and Islamic approaches to Psychology, Psychotherapy and Religion. The International Journal for Psychologiy of Religion. 12 (4), 239-254.
10. Murken, S. (1998b). Gottesbeziehung und psychische Gesundheit. Waxman. Muenster.
11. Murken, S. (2002b). Heil und Heilung aus religionswissenschaftlicher und rechtlicher Sicht. U: Rink, S. & Schweer, T. (ed.). Religion und Recht. Diagonal- Verlag. Marburg.
12. Murken, S. (2003a). Konzepte und Konflikte zwischen psychotherapie und Seelsorge. U: Murken, S. ; Rueddel, H. & laux, U. (ed.). Spiritualitaet in der Psychosomatik. Diagonal-Verlag. Marburg.
13. Murken, S. (2003b). Die Bedeutung von Religiositaet und Spiritualitaet fuer die Behandlung von Patienten in der psychosomatischen Rehabilitation. U: Murken, S. ; Rueddel, H.

- & laux, U. (ed.). *Spiritualitaet in der Psychosomatik*. Diagonal-Verlag. Marburg.
14. Skelić, Dž. (2014). *Psihološki aspekti religioznosti*. Zenica. Hijatus.
 15. Snyder, Ch. D. (1994). *The Psychology of Hope: You Can Get Here from There*. New York. The Free Press.
 16. Snyder Ch.R. & S. J. Lopez (2002). *Handbook of positive psychology*. New York. Oxford University Press.
 17. Snyder, Ch. R. (2000). *Handbook of hope: theory, measures, & applications*. Academic Press.

RELATIONSHIP BETWEEN RELIGIOUS MATURITY AND THE PRESENCE OF AUTOMATIC THOUGHTS

Abstract

The survey encompassed 98 respondents, focusing on determining the non-existent relationship between religious maturity and the presence of automatic thoughts and the presence of hope. Consideration is given to some general parameters such as gender, socioeconomic status, and testimony of their own religious orientation and confessional affiliation. The research results show that there is no expected association between religious maturity and the presence of automatic thinking, while other parameters have been shown to be important predictors of religious maturity as well as other variables involved in the research.

Key words: *religious maturity, hope, automatic thinking, confessions*