



PSIHOLOGIJA U ZAŠTITI
MENTALNOG ZDRAVLJA
**POMAŽE LI RELIGIOZNOST
MENTALNOM ZDRAVLJU
MLADIH**



Siniša Brlas

PSIHOLOGIJA U ZAŠTITI MENTALNOG ZDRAVLJA

POMAŽE LI RELIGIOZNOST MENTALNOM
ZDRAVLJU MLADIH

Virovitica 2014.

PSIHOLOGIJA U ZAŠTITI MENTALNOG ZDRAVLJA

POMAŽE LI RELIGIOZNOST
MENTALNOM ZDRAVLJU
MLADIH

AUTOR

Siniša Brlas, prof.

NAKLADNIK

Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“
Virovitičko-podravske županije

LEKTORICA

Danijela Fabric Fabijanac, prof.

TISAK

Grafiti Becker, Virovitica

NAKLADA

300 primjeraka

Virovitica 2014.
Prvo izdanje

CIP zapis dostupan u računalnome katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem 884530.

ISBN 978-953-7756-17-8

© Nijedan dio ove publikacije ne smije se umnožavati, fotokopirati ni na bilo koji način reproducirati bez nakladnikova pismenog dopuštenja.

Sadržaj

1. Uvod	6
2. Deset pitanja (i odgovora) o religioznosti	7
3. Pet dimenzija religioznosti	10
4. Odnos psihologije i religije	11
5. Rezultati jednog istraživanja o religioznosti mladih	12
5.1. Problem istraživanja	14
5.2. Metodologija istraživanja	14
5.3. Rezultati istraživanja	15
5.4. Diskusija rezultata istraživanja	18
6. Odnos religioznosti i mentalnog zdravlja mladih	20
7. Zaključno	23
8. Literatura	25
9. Prilozi	26
Prilog 1. Neki temeljni pojmovi	26
Prilog 2. Anketa o religioznosti	27
10. Bilješka o autoru	28

1. Uvod

Nacionalna strategija zaštite mentalnog zdravlja za razdoblje od 2011. do 2016. godine ističe da rizik pojave nekih mentalnih poremećaja raste s dobi, a prema definiciji Svjetske zdravstvene organizacije (SZO) mentalno je zdravlje dio općeg zdravlja (nikako nije puklo odsustvo bolesti), pa je sasvim razvidno da je iznimno „isplativo“ mjere prevencije i rane identifikacije osoba s teškoćama u mentalnom funkcioniranju provoditi u najranijoj dobi kako bi se na vrijeme poduzele mjere očuvanja, kako mentalnog tako i zdravlja uopće.

Poremećaji mentalnog zdravlja, zbog relativno visoke prevalencije, čestog početka u mlađoj dobi i uglavnom kroničnog tijeka, narušavaju kvalitetu života oboljelog pojedinca, ali i njegove obitelji. Stoga je zaštita mentalnog zdravlja jedan od javnozdravstvenih prioriteta i u svijetu i u Republici Hrvatskoj. Slijedom toga, sve ono što može doprinijeti smanjenju, a osobito prevenciji ovog javnozdravstvenog problema, dobrodošlo je.

Psihologija kao jedna od vodećih pomagačkih struka ima zadaću istražiti pojavnosti koje mogu doprinijeti mentalnom zdravlju ljudi. Sve je više psihologa koji se bave i graničnim područjima znanosti kako bi proširili kutove spoznaja i nova saznanja stavili u službu civilizacije. Jedno od područja takvoga interesa psihologije jest i psihologija religioznosti.

Mnogi ljudi vjeruju u nadnaravno, u Boga svemogućeg, i mnogima to što vjeruju pomaže u svakodnevnom životu. Međutim, iako je tako, još ne znamo koliko ljudi zaista vjeruje i koliko je ta njihova vjera čvrsta, te kakav je i kolik njezin utjecaj na mentalno zdravlje. Teolozi psiholozi stava su da „primarni učinak vjere jest spasenje duše, a sekundarni je učinak poboljšanje tjelesnoga i duševnoga zdravlja“ (Nikić, 2011., str. 251.). Sa stajališta psihologije ličnosti vrlo je važno znati kako se religiozno iskustvo kod ljudi oblikuje, razvija i kako djeluje na doživljavanje i ponašanje pojedinaca ili grupa. To je važno znati kako bi se uvidjeli uzroci i razlozi radi kojih se ljudi obraćaju religiji, a za koju se pretpostavlja da ju mladi (učenici) izabiru i kroz nastavu vjeronauka u školi, te koje posljedice vjera i vjerovanje imaju za njihov psihofizički i psihosocijalni rast i razvoj. Saznanja o tome mogu nam pomoći da još bolje spoznamo mehanizme koji djeluju na psihičke procese i ponašanje, ali i da vjernici ponovno preispitaju sami sebe, razviju svoju zdravu religioznost i tako možda još više učvrste osobnu vjeru. „Zdrava religioznost omogućuje psihološku ravnotežu.“ (Živković i Vuletić, 2007., str. 1281.), dakle pogoduje mentalnom zdravlju.

Nacionalna strategija zaštite mentalnog zdravlja za razdoblje od 2011. do 2016. godine u mjeri 1.3. područja unapređenja mentalnog zdravlja u općoj populaciji naglašava kako je važno poticati aktivnosti kojima se osigurava sigurna okolina i smanjuju rizični čimbenici. Zato je važno osvijestiti koje učinke

na mentalno zdravlje ljudi, a osobito mladih, imaju religioznost, vjera i vjerovanje te korektno pozicionirati ulogu religije u skrbi o mentalnom zdravlju ljudi, osobito djece i mladih. Neka su ranija istraživanja potvrdila pozitivnu povezanost religioznosti i zadovoljstva životom (i procjenu zadovoljstva životom) kod mladih (Štifter, 2006.). Sve nas upućuje na to da religioznost ima važnu ulogu katalizatora psihičkih procesa pa ju stoga možemo smatrati važnom egzistencijalnom potrebom koja doprinosi mentalnom zdravlju tijekom psihosocijalnog rasta i razvoja čovjeka.

2. Deset pitanja (i odgovora) o religioznosti

Psihologija fenomen religioznosti promatra na više načina i pri tome nastoji koristiti znanstvenu metodologiju i dosljednu terminologiju. Jedan je od kutova gledanja na religioznost onaj iz perspektive teologa koji su i psiholozi (imaju dakle formalna znanja o psihologiji), a drugi je (ne nužno i drukčiji) pogled koji na fenomen religioznosti ima znanstvena istraživačka psihologija. Prvi bismo pristup više mogli prisloniti primijenjenoj psihologiji dok je drugi pristup, kako je i navedeno, više znanstveno i istraživački orijentiran. Pristup psihologiji religioznosti, kako ga ja vidim u ovome tekstu, jest „na pola puta“ između ova dva pristupa budući da smatram kako je smisao istraživanja u psihologiji dobivene spoznaje primijeniti s ciljem boljitka u svakodnevnom životu.

U ovom ćemo se poglavlju upoznati s najčešće korištenim pojmovima i pojmovnim kategorijama u području psihologije religioznosti kroz formu pitanja s odgovorima.

1. Što je *religija*?

„Religija je sustav shvaćanja, vjerovanja, ponašanja, obreda i ceremonija, pomoću kojih pojedinci ili zajednica stavljaju sebe u odnos s Bogom ili nadnaravnim svijetom i često u odnos

jednih s drugima, te od kojega (sustava) religiozna osoba dobiva niz vrednota prema kojima se ravna i prosuđuje naravni svijet.“ (English i English, 1976., prema Ćorić, 2003., str. 21.). Religija je, dakle, društveni i kulturalni ambijent u kojemu religiozni ljudi mogu živjeti svoju religioznost.

2. Što je **vjera** (u nadnaravno)?

Vjera je isključivo osobni, unutarnji doživljaj svakoga pojedinca kojim prihvaća postojanje određenih načela s manjim ili većim stupnjem uvjerenja u ta načela. Što je vjera čvršće ukorijenjena kod pojedinca, potrebno je manje objektivnih dokaza o njezinoj potvrdi. Vjera je, dakle, sklop kognitivnih i konativnih procesa koji su kod pojedinca tako strukturirani da mu omogućuju prihvaćanje i pridržavanje sklopa načela po kojima živi i razvija svoju duhovnost.

3. Zašto ljudi vjeruju u **nadnaravno**?

U osnovi vjere i vjerovanja, kao uostalom i u osnovi ukupnog ljudskog doživljavanja i ponašanja, leže potrebe. Štoviše, mnogi istraživači navode da se „religioznost smatra egzistencijalnom potrebom“ (Štifter, 2006., sažetak).

Vjera (i vjerovanje) u život nakon života zadovoljava čovjekovu potrebu za budućnošću koja tako postaje izvjesna. Ona čovjeku daje osjećaj potpunosti budući da uključuje i spoznajnu (o sadašnjemu životu) i emocionalnu (o mogućem životu nakon ovozemaljskoga) komponentu čovjeka (osigurava jedinstvo svih tih elemenata). Vjera u nadnaravno daje čovjeku sigurnost da sve

što (dobro) čini nije uzaludno, ali uključuje i sumnju, pomaže čovjeku da osobno iskustvo uklopi u općeprihvaćeni sustav vrijednosti u društvu, te stavlja čovjeka u odnos s nadnaravnim (s Bogom najčešće), i što je za socijalnu psihologiju posebno važno, stavlja naglasak na odnos čovjeka s čovjekom.

4. Je li **sumnja** u postojanje Boga u suprotnosti s vjerom i religijom?

Uopće nije. Sumnja proizlazi iz neizvjesnosti, imanentna je religioznosti, a neizvjesnost kreira takvu konstelaciju psihičkih procesa koji čovjeku samo pomažu potvrditi vjeru.

5. Zašto ljudi ne prestaju **vjerovati**?

Vjera čovjeka snažno privlači, a istovremeno ga drži na distanci. Vjera zadovoljava čovjekove potrebe, a sumnja ga tjera da potraži odgovore. To je dinamički proces koji neprekidno traje i zbog toga čovjek ne prestaje vjerovati.

6. Zašto je u religiji potreban **Bog**?

Bog je referentna (ishodišna) točka religije (u kojoj Bog postoji). Vjera proizlazi iz uvjerenja da imamo odnos s Bogom kao s osobom i iz prihvaćanja Boga kao anonimnog bića koje se osjeća u svijetu. Bog je odgovor na smisao života, a ne objašnjenje.

7. Jesu li **religioznost** i **duhovnost** sinonimi?

U religiji i kod religioznih duhovnost označava stupanj religiozne savršenosti i stupanj uranjanja u vjeru (kontemplaciju).

Međutim, iako ljudi često pojmove religioznost i duhovnost koriste kao sinonime, među njima postoji jasna razlika: religioznost je osobno aktivno življenje religije kao sustava vjerovanja (u Boga najčešće) dok je duhovnost osobna razina vjerovanja koja može, ali i ne mora uključivati vjerovanje u Boga (duhovnost u kulturološkoj terminologiji uključuje vrlo široke vidove odgojnih i socijalnih utjecaja, dakle razvija se pod utjecajem opće kulture kojoj pojedinac pripada). Dakle, i religiozni i nereligiozni ljudi imaju svoju duhovnost.

*8. Kako na religiju, vjeru i vjerovanje gleda **psihologija** kao znanost?*

Religija u psihologiji nema poseban status. Isto tako niti vjera i vjerovanje. Neke interakcije (međuodnosi) psihičkih fenomena u čovjeku mogu se promatrati isključivo na području religioznosti te se tako dolazi do zaključaka koji se drugdje ne mogu naći. Religija tako pomaže psihologiji bolje spoznati čovjeka. Psiholozi se nadaju da vrijedi i suprotno.

*9. Koji su to **psihički procesi** koje u religiji proučava psihologija?*

Prvenstveno mišljenje i vjerovanje, zatim volju i nadu, kao i altruizam (potreba da se pomaže drugima), empatiju (uživljavanje u emocionalna stanja drugih). Nije nevažna i terapijska uloga religije. Ustvari, budući da su unutar ličnosti psihički procesi nedjeljivo međusobno prepleteni i povezani, psihologija religioznosti proučava poznate psihičke procese i (religiozno) ponašanje.

*10. Djeluje li religija na **psihičko (mentalno) zdravlje**?*

U određenim granicama. Možemo načelno reći da religiozno mišljenje pomaže održavanju psihičke stabilnosti odnosno koherentnosti u funkcioniranju psihičkih procesa, no dogmatska zadržanost i isključivost (ne samo u religioznom smislu) često kao reakciju mogu imati emocionalne poremećaje. U svakom slučaju, ako vjerovanje pridonosi „unutarnjoj“ stabilnosti pojedinca, kao i skladnom odnosu među ljudima (potiče i razvija prosocijalno ponašanje), ono ima isključivo pozitivne učinke. U ovozemaljskom je životu to i najvažnije.

3. Pet dimenzija religioznosti

Proučavajući psihologiju i sociologiju religioznosti Glock i Stark su tijekom 60-ih godina predstavili jedan višedimenzionalni koncept religioznosti (koji se temelji na faktorskoj analizi) od **pet glavnih dimenzija religioznosti**, odnosno od pet homogenih kategorija, a to su:

1. Ideološka dimenzija (engl. belief)

Podrazumijeva osobnu pobožnost, odnosno osobno religiozno iskustvo. Autori su ju nazvali ideološkom kako bi naglasili znanstvenu neutralnost, no ovdje se radi o subjektivnom, intimnom doživljaju vjere i vjerovanju samom, a kasnije su autori zaključili da je to sama jezgra religije. U kršćanstvu bi ideološka potka označavala pojavu utjelovljenja Boga u osobi Isusa Krista.

2. Ritualne praktilike (engl. practice)

Ova ritualistička dimenzija obuhvaća sve vrste osobnih i javnih pobožnosti: molitvu, post, svetkovanje, primanje sakramenata i ostalih. Praksa vjernika ritualno je obilježje svake religije.

3. Religiozna iskustva (engl. experience)

To su neposredni doživljaji obraćenja, mistični doživljaji i karizmatična iskustva; ustvari (sa)znanja koja je pojedinac stekao iz neposrednog susreta sa svojom religijom.

4. Intelektualna dimenzija (engl. knowledge)

Ova se dimenzija odnosi na poznavanje sadržaja vjere i važna je kako vjera ne bi postala iracionalna.

5. Značenje odnosno posljedice vjere za život (engl. consequences)

Objašnjava se kao dimenzija posljedica ili učinaka jer se utjecaj vjere odražava na različita područja života. To je svojevrsan osobni odgovor pojedinca zahtjevima vjere unutar i izvan njega (pojedince). Posljedice prihvatanja religije mogu se podijeliti u dvije skupine: nagrade (mir duše i savjesti, obećanje vječnog života) i dužnosti ili odgovornosti (prihvatanje moralnog kodeksa, promjena ponašanja).

Posljednja dimenzija, dimenzija značenja odnosno posljedica za život čovjeka kvalitativno je različita od prethodne četiri. Najteže ju je izolirati za znanstveno praćenje, mjerenje i evaluaciju jer se ne može sa sigurnošću razlučiti utjecaj vjere od ostalih životnih utjecaja na cjelokupno ponašanje pojedinca.

Kao što niti u ostalim područjima života nisu svi pojedinci podjednako posvećeni aktivnostima kojima se bave, a jednako tako svatko od nas različitim aktivnostima pridaje različitu važnost, tako niti svi vjernici nisu jednako duboko uronjeni u vjeru. Da bismo dosegнули osobno religiozno iskustvo pojedinca (ideološka dimenzija religije jezgra je religije), potrebno je identificirati preostale homogene kategorije (odnosno dimenzije) koje određuju religioznost (ritualne praklike i obrede, čista religiozna iskustva, intelektualnu dimenziju, dimenziju posljedica i značenja vjere za život pojedinca, te stupanj usvojenosti (internaliziranosti) religioznog iskustva).

4. Odnos psihologije i religije

Rijetko se koje područje ljudske stvarnosti oslanja na psihičko kao što je to slučaj s religijom. “Otkad se psihologija u novije vrijeme ... oblikovala kao sustavna znanstvena disciplina, proučavanje religioznosti sa psihološkog stajališta stalno je u porastu.” (Ćorić, 2003., proslav). Religija se ovdje shvaća interkonfesionalno, a religioznost kao sasvim osobno pitanje i stvar osvjedočenja i stila života i ponašanja pojedinca. “U ljudskoj svijesti postoji osjećaj stvarnosti ... i ... objektivne prisutnosti, percepcija “tamo nečega”, dublji i općenitiji od svih specijalnih i posebnih “osjeta”.” (James, 1990., str. 39.).

Psihologija pojam i pojavu religioznosti razumijeva kao kontinuum na jednom kraju kojega se nalazi potpuna religioznost, a na drugom potpuna nereligioznost, dakle ne radi se o isključivoj, dihotomnoj kategoriji koja ljude dijeli po načelu religiozni-nereligiozni.

„Predmet proučavanja psihologije religioznosti je osoba, koja posredstvom psihičkih procesa postaje religiozna ili nereligiozna.“ (Štifter, 2006., str. 2.). Psihologe zanima na koji način pojedinci usvajaju i razvijaju religiozne stavove te kako se njihovi stavovi odražavaju na ponašanje. Pri tome se struka trudi koristiti znanstvenu metodologiju koja obuhvaća kognitivne, bihevioralne i emocionalne komponente

religioznosti, usprkos svim metodološkim teškoćama na koje nailazi. Važno je naglasiti da psihologija religioznosti proučava uočljive, a po mogućnosti i mjerljive psihološke fenomene te psihičke procese (to su ponajprije emocije ili čuvstva koja prate religiozno iskustvo pojedinca) i ponašanje. Psihologija religioznosti ne bavi se proučavanjem osobina nadnaravnog nego ovo područje proučava teologija.

„Psihologija religioznosti usmjerena je na ispitivanje kognitivnih, emocionalnih i bihevioralnih komponenata religioznosti. Najčešće se pri tome ispituju: priroda mističnih iskustava, stvaranje slike Boga, fenomeni vjerskog obraćanja, različiti utjecaji religije na integraciju ličnosti, odnos religioznog i kognitivnog razvoja čovjeka te povezanost religioznosti s raznim stavovima i ponašanjima te osobinama ličnosti.“ (Ćorić, 1998., prema Stiplošek, 2002. str. 6.).

5. Rezultati jednog istraživanja o religioznosti mladih

Istraživanja u području psihologije religioznosti i nisu tako rijetka kako bi se možda i moglo zaključiti s obzirom na oskudnu domaću literaturu u ovome području primijenjene psihologije. Istina, istraživanjima su se kod nas do sada najviše bavili studenti u okviru svojih diplomskih radova i ova su istraživanja mahom bila jednokratna pa samim time imaju i ograničene dosege u primjeni. Svakako nedostaju ozbiljnija longitudinalna praćenja i komparativne analize. Istraživanje koje će ovdje biti prikazano pokušaj je da se područje interesa suzi na religioznost mladih. Interes za religioznost mladih dio je širega nastojanja da se razumiju protektivni i rizični činitelji koji tijekom rasta i razvoja mladoga čovjeka mogu djelovati na njegovo mentalno zdravlje, a skrb o mentalnom zdravlju kao važan nacionalni strateški cilj istaknut je Nacionalnom strategijom zaštite mentalnog zdravlja za razdoblje od 2011. do 2016. godine.

Osobno religiozno iskustvo, kako dosadašnja istraživanja pokazuju, značajno katalizira socijalni rast i razvoj pa je poznavanje dimenzija religioznosti put ka upoznavanju socijalizacijskih činitelja koji tijekom psihosocijalnog rasta i razvoja mladoga čovjeka pozicioniraju u njegovu socijalnom ambijentu i sudjeluju u izgradnji njegova identiteta. Osobito je

zanimljivo razvojno razdoblje adolescencije tijekom koje „osoba treba postati jedinstveno, neovisno i osobito ljudsko biće...“ (Lacković-Grgin, 2006., str. 130.). Tijekom adolescencije važno je postići integraciju sviju elemenata identiteta, onako kako to zamišlja Erikson, pa je eksperimetiranje ulogama i idejama jedan od konflikata identiteta kojega mladi nastoje riješiti pronalazeći nove elemente osobnog religioznog iskustva. Mladi izgrađuju i osobnu ideologiju koja je „referenični okvir za vrednovanja ideja, ljudi i događaja.“ (Lacković-Grgin, 2006., str. 132.). Napokon, u tradicionalno religioznoj kulturi kakva je naša sudjelovanje mladih u ritualnim praktikama i socijalni je pritisak na mlade da ne izgrade negativni identitet s nepoželjnim i društveno neprihvatljivim obrascima ponašanja. To je svakako dodana vrijednost osobne religioznosti razvoju cjelovite ličnosti, ali ako pritom mladi ne „urone“ intimno u vjeru i ne žive predanu intrinzičnu religioznost, njihova religioznost može ostati površna, konformitetna i ekstrinzična kao posljedica socijalnog pritiska tradicionalne okoline u kojoj žive (kao tercijarna religija, iz običaja), a to posljedično može mlade ljude privesti izboru negativnog identiteta. Meta-analize su i pokazale da „intrinzična religioznost i pobožnost vodi prema oslobođenju od tjeskobe, osjećaja krivnje i straha, te prema osobnoj kompetenciji...“ (Ćorić, 2003., str. 137.).

Stoga sam smatrao važnim identificirati dimenzije religioznosti u populaciji mladih kako bi se bolje razumjela i njihova ponašanja u adolescenciji. Poznavanje ponašanja adolescenata važno je,

između ostaloga, i u kontekstu ponekad potrebne modifikacije ponašanja, osobito ako su ova ponašanja rizična po mentalno zdravlje, a osobito ako su društveno neprihvatljiva i delinkventna. Zadaća je psihologa kao stručnjaka i psihologije kao struke znati prepoznati rane simptome i osmisliti ranu intervenciju kako se odstupajuća ponašanja mladoga čovjeka ne bi usmjerila prema psihopatološkim obrascima.

Slično većini ostalih istraživanja unutar psihologije religioznosti tako se i ovo istraživanje u suštini bavi dvjema komponentama religioznog iskustva, a to su vjerovanje i ponašanje. Polazeći od skala operativnih koncepata religioznosti (pripadnost pojedinoj religiji, čestina sudjelovanja u ritualnim praktikama, interes za religiju, stupanj religioznog stava, stupanj religioznih vrijednosti te stupanj vjerovanja) kreirao sam anketni upitnik za srednjoškolsku populaciju pod nazivom Anketa o religioznosti. Istraživanje koje je svoj nacrt i prvi dio provedbe imalo 2001. godine ponovio sam na populaciji sličnog obrazovnog profila 2014. godine. Radi se o učenicima srednje škole, polaznicima vjeronauka u školama (za koje je pretpostavljena pripadnost religiji), oba spola, različite dobi i šire lepeze zanimanja za koja se obrazuju.

Opširnije o istraživanju daje se u dijelu koji slijedi.

5.1. Problem istraživanja

Da bismo dosegli osobno religiozno iskustvo pojedinca (ideološku dimenziju religije koja je jezgra religije), potrebno je identificirati preostale homogene kategorije (dimenzije) koje određuju religiju, a to su: ritualne praktike i obredi (na koje se odnosi prvo i drugo pitanje u Anketi o religioznosti), čista religiozna iskustva (treće pitanje), intelektualna dimenzija (četvrto pitanje) i dimenzija posljedica i značenja vjere za život pojedinca (peto pitanje). Uz to, nastoji se utvrditi i stupanj internaliziranosti religioznog iskustva (šestim i sedmim pitanjem).

5.2. Metodologija istraživanja

Anketom o religioznosti (u Prilogu 2.) prikupljeni su podaci o navedenim dimenzijama religioznosti. Anketa ima sedam pitanja (sedmo je pitanje dodano u obliku iz 2014. godine) i odgovarajuću uputu ispitanicima koja ih uvodi u pitanja o psihologiji religioznosti i u svrhu istraživanja. Anketiranje je provedeno među učenicima srednjoškolskog uzrasta, onima koji polaze nastavu vjeronauka, a obuhvaćene su sljedeće srednje škole u Virovitici (iako su programi u suštini isti njihovi su se nazivi od 2001. do 2014. godine donekle promijenili): Gimnazija Petra Preradovića (četvrti razred - opća gimnazija), Tehnička škola (treći razred - zanimanje medicinska sestra-

-medicinski tehničar odnosno medicinska sestra-tehničar opće njege), Strukovna škola (prvi razred – zanimanje hotelijer odnosno turističko-hotelijerski komercijalist), Industrijsko-obrtnička škola (drugi razred – zanimanje frizer).

Ispitanici su učenici koji sudjeluju u nastavi vjeronauka jer je pretpostavljeno da su ti učenici i vjernici.

Ukupni broj ispitanika 2001. godine bio je N=94, a 2014. godine broj je ispitanika bio N=159.

Istraživanje provedeno 2001. godine objavljeno je 2002. godine kao stručni članak u časopisu za teoriju i praksu odgoja i obrazovanja „Život i škola“ u broju 7 (1/2002.) pod nazivom „Religioznost učenika srednje škole“. Nalazima toga istraživanja pridružuju se u ovoj publikaciji nalazi istraživanja iz 2014. godine.

5.3. Rezultati istraživanja

Odgovori ispitanika (po školama i skupno) na prvo, drugo, treće i šesto pitanje prikazani su u tablicama 1-5 (kvantitativna analiza).

- Koliko se puta pomolite (zaokružite slovo ispred jednog od ponuđenih odgovora)?
 - ponekad
 - svaki dan
 - stalno sam uronjen (uronjena) u molitvu
- Koliko često sudjelujete u ritualnim praktikama odnosno crkvenim obredima (zaokružite slovo ispred jednog od ponuđenih odgovora)?
 - povremeno (prema prigodi)
 - svakodnevno
 - samo na nedjeljnim misama
- Da li ste Vi osobno imali neposredno mistično iskustvo s nadnaravnim (zaokružite slovo ispred jednog od ponuđenih odgovora i po želji opišite)?
 - ne, nikada
 - da, jesam (opišite to iskustvo)
- Zašto dolazite u crkvu (zaokružite slovo ispred jednog od ponuđenih odgovora)?
 - zato što sam tako odgojen (odgojena)
 - zato što to od mene drugi očekuju
 - zato što to zaista želim

Tablice 1a i 1b. Odgovori ispitanika na prvo, drugo, treće i šesto pitanje (frekvencije)

2001.

Škola	Pitanje									Uzorak po školama	
	1.			2.			3.		6.		
	a	b	c	a	b	c	a	a	b		c
Gimnazija Petra Preradovića	14	7	1	14	1	7	20	6	2	10	N=22
Tehnička škola	17	16	1	20	2	12	25	15	3	16	N=34
Strukovna škola	5	5	0	6	1	3	10	3	0	7	N=10
Industrijsko-obrtnička škola	17	11	0	20	0	8	20	5	1	22	N=28
Ukupno	53	39	2	60	4	30	75	29	6	55	N=94
Nije odgovorilo	0			0			0	4			

2014.

Škola	Pitanje									Uzorak po školama	
	1.			2.			3.		6.		
	a	b	c	a	b	c	a	a	b		c
Gimnazija Petra Preradovića	39	20	2	39	6	16	56	24	5	30	N=63
Tehnička škola	27	23	0	31	0	18	47	19	8	21	N=50
Strukovna škola	16	9	0	14	0	10	23	8	4	13	N=25
Industrijsko-obrtnička škola	16	4	1	15	1	5	20	9	4	8	N=21
Ukupno	98	56	3	99	7	49	146	60	21	72	N=159
Nije odgovorilo	2			4			0	6			

Tablice 2a i 2b. Odgovori ispitanika na prvo, drugo, treće i šesto pitanje (postoci)

2001.

Škola	Pitanje									Uzorak po školama	
	1.			2.			3.		6.		
	a	b	c	a	b	c	a	a	b		c
Gimnazija Petra Preradovića	64	32	4	64	4	32	91	27	9	45	N=22
Tehnička škola	50	47	3	59	6	35	74	44	9	47	N=34
Strukovna škola	50	50	0	60	10	30	100	30	0	70	N=10
Industrijsko-obrtnička škola	61	39	0	71	0	29	71	18	4	78	N=28
Ukupno	56	42	2	64	4	32	80	31	6	59	N=94
Nije odgovorilo	0			0			0	4			

2014.

Škola	Pitanje									Uzorak po školama	
	1.			2.			3.		6.		
	a	b	c	a	b	c	a	a	b		c
Gimnazija Petra Preradovića	62	32	3	62	10	25	89	38	8	48	N=63
Tehnička škola	54	46	0	62	0	36	94	38	16	42	N=50
Strukovna škola	64	36	0	56	0	40	92	32	16	52	N=25
Industrijsko-obrtnička škola	76	19	5	71	5	24	95	43	19	38	N=21
Ukupno	62	35	2	62	4	31	92	38	13	45	N=159
Nije odgovorilo	1			3			0	4			

Napomena: uz tablice 1 i 2 kod trećeg se pitanja razlika u postocima odnosi na kvalitativnu kategoriju odgovora koja je prikazana u tablici 6

Tablica 3. Odgovori ispitanika na prvo pitanje:
Koliko se puta pomolite?
(postoci ukupno)

odgovor	2001.	2014.
ponekad	56%	62%
svaki dan	42%	35%
stalno se molim	2%	2%
nije odgovorilo	0	1%

Tablica 4. Odgovori ispitanika na drugo pitanje:
Koliko često sudjelujete u ritualnim praktikama
odnosno crkvenim obredima?
(postoci ukupno)

odgovor	2001.	2014.
povremeno (prema prigodi)	64%	62%
svakodnevno	4%	4%
samo na nedjeljnim misama	32%	31%
nije odgovorilo	0	3%

Tablica 5. Odgovori ispitanika na šesto pitanje:
Zašto dolazite u crkvu?
(postoci ukupno)

odgovor	2001.	2014.
zato što sam tako odgojen (odgojena)	31%	38%
zato što to od mene drugi očekuju	6%	13%
zato što to zaista želim	59%	45%
nije odgovorilo	4%	4%

Kvalitativna analiza odgovora na treće, četvrto i peto pitanje prikazana je u tablicama 6 do 8. Odgovori su dijelom sažeti u manji broj smisleno bliskih kategorija.

Tablica 6. Odgovori ispitanika na treće pitanje:
Da li ste Vi osobno imali neposredno mistično iskustvo s nadnaravnim?
(kvalitativne kategorije - ukupno)

	2001.	2014.
ne, nikada	80%	92%
da, jesam	20%	8%
opisano iskustvo:	viđenje Gospe (u Gradini), obuzetost u trenutku smrti bližnjega, ispunjenost i spokoj nakon mise, uživanje u molitvu, spontane molitve, iskustvo se ne može opisati	viđenje duha, pomoć u nevolji, ozdravljenje, ne želim odgovoriti, ne znam objasniti, preobraženje, neobično iskustvo
nije odgovorilo	0	0

Tablica 7. Odgovori ispitanika na četvrto pitanje: Što za Vas znači vjera?
(kvalitativne kategorije - ukupno)

	2001.	2014.
opisana vjera:	spoznaja Boga, vjerovanje u Boga, savez s Bogom, put do Boga, "razgovor" s Bogom, smisao i snaga u životu, oslonac u životu, sve u životu, utjeha, nada, nadahnuće, spas, tradicija, osobni izbor, najljepše iskustvo, očekivanje pomoći od Boga, vjera u život nakon smrti, izvor dobrote, opuštanje u teškim trenucima, ponekad jedini izlaz, ponekad ništa ne znači spoznaja Boga, vjerovanje u Boga, savez s Bogom, put do Boga, "razgovor" s Bogom,	vjera u (jednoga) Boga, život poslije smrti, nagrada prema zaslugama, mise i molitva, otkupljenje grijeha, ne psovati, vjera u život, postojanje nadnaravnog, utjeha i nada, povezanost s Bogom, poštovanje prirode i ljudi, mir, pomaganje, molitva, duhovna obnova, bolje sutra, postojanje nečeg višeg, ništa, ne znam, Isus, dobrotta, snaga, iskrenost, čistoća, povjerenje, podrška, vjera u boljitak, povezanost s Bogom, vjera u život, jedina istina, ljubav, suradnja s Bogom, oslonac, sve u životu, ispunjenje, dio života, vodilja kroz život, susret s Bogom, ono što je u Bibliji, zadovoljstvo, hrabrost, snaga, nada, smisao života, život prema Božjim pravilima,

5.4. Diskusija rezultata istraživanja

Provedeno je istraživanje među učenicima srednjoškolske populacije imalo za cilj dosegnuti osobno religiozno iskustvo učenika-vjernika (ideološku dimenziju religije koja je jezgra religije). Analizom odgovora na postavljena pitanja nastojalo se identificirati one homogene kategorije (dimenzije) koje određuju religioznost, a to su: ritualne praktike i obredi, čista religiozna iskustva, intelektualna dimenzija i dimenzija posljedica i značenja vjere za život pojedinca. Uz to, nastojalo se utvrditi i stupanj internaliziranosti religioznog iskustva odnosno svojevrsnu čvrstinu vjere.

Analizom dobivenih rezultata može se uočiti da su ritualne praktike uobičajeni oblik ponašanja učenika-vjernika. Ritualne praktike, kao što su ispovijed i zadovoljština koja se vjerniku daje nakon ispovijedi te pokajanje koje uslijedi, u psihološkom su smislu tehnike koje imaju za cilj umanjiti anksioznost vjernika pa stoga imaju i svojevrsan terapijski učinak. „Zadovoljština, koja se pokorniku daje nakon ispovijedi, s psihološkoga stajališta znači dati mogućnost pacijentu da obnovi poljuljani koncept svoje osobnosti.“ (Živković i Vuletić, 2007., str. 1280.). Ustvari se radi o suportivnim tehnikama koje omogućuju vjernicima bolji introspektivni uvid u vlastite psihičke procese, stavove i ponašanja, te su dobra osnova za možebitnu korekciju aberantnih ponašanja. „Pokajanje može biti vitalni korak prema

uspostavi normalnih odnosa i sa sobom i s okolinom, korak ka harmoniji i povjerenju, a isto tako i prilika da se utáže osjećaji slabosti i neuspjeha. Sposobnost i volja da se oprostí jedna je od pozitivnih karakteristika zdravoga psihičkog stanja.“ (Živković i Vuletić, 2007., str. 1280.).

Međutim, iznimno je mali broj učenika-vjernika kojima je život prožet molitvom i koji su stalno uronjeni u molitvu (tek njih oko 2%). Više od polovine učenika-vjernika pomoli se tek povremeno, vjerojatno u vjerskim prigodama, dok se manje od polovine učenika-vjernika moli svaki dan (njima je to, dakle, redovito ritualno religijsko iskustvo). Uočava se da se u drugome valu istraživanja u odnosu na prvi smanjuje broj učenika koji se mole svakodnevno, a povećava broj onih koji se pomole tek povremeno. Statistički značaj ove razlike nije utvrđivan.

Za pretpostaviti je da je čestina molitve, kod mladih osobito, u korelaciji s čestinom sudjelovanja u ritualnim praktikama odnosno crkvenim obredima, ali je iz nalaza uočljivo da se mnogo više učenika-vjernika pomoli svakodnevno nego što ih u crkvu odlazi svakodnevno.

Koliko su vjera i vjerovanje internalizirani kod učenika-vjernika, a koliko su uvjetovani vanjskim činiteljima, odnosno koliko učenici-vjernici zaista doživljavaju neposredna mistična iskustva, a koliko su ona posredovana utjecajima “izvana” i

socijalnim pritiskom okoline, može se zaključiti prema nalazu da čista religiozna iskustva ne doživljava više od 80% učenika-vjernika, a i za one koji navode da ih doživljavaju čini se kako je to uglavnom situacijski uvjetovano; smrću bliske osobe i/ili zdravstvenim razlozima (ozdravljenjima) te na misama (kada je socijalni pritisak izražen), dok ih manji broj izjavljuje o spontanim molitvama, preobraženju i potpunom uranjanju u molitvu.

Za razliku od relativno jasnih izjava učenika o osobnim religioznim iskustvima, intelektualna je dimenzija heterogena u izjavama ispitanika o intimnom značenju vjere. Odgovori ispitanika mogu se svrstati u tri skupine: uspostavljanje odnosa s nadnaravnim, očekivanje pomoći u različitim životnim situacijama te lijepa tradicija.

U skladu sa značenjem koje vjera i vjerovanje imaju za pojedinca i očekivanja su pojedinca o utjecaju vjere na vlastiti život; dok dio učenika izjavljuje da ne znaju kako se vjera i vjerovanje odražavaju na njihov život, ili im se vjera nameće kao obveza, ostali deklariraju kako su za njih te posljedice uglavnom pozitivne; vjera pomaže u različitim životnim situacijama, jača ih, razvija osjećaj pripadnosti i zajedništva, upotpunjuje ih i uopće čuva njihov psihički integritet. Nitko nije izjavio da ga vjera i/ili vjerovanje opterećuju do nelagode.

Može se uočiti da sve manje ispitanih učenika odlazi na mjesta na kojima se prakticiraju crkveni obredi zato što to zaista žele, dok njih sve više u crkvu odlazi radi socijalnog pritiska okoline; jer su tako odgojeni ili se to od njih očekuje (statistički značaj razlike u odgovorima ovdje nije utvrđivan). Upravo radi socijalnog pritiska, ali i zbog navedenih pozitivnih posljedica koje vjera i vjerovanje imaju na doživljavanje i ponašanje, kao i zbog tradicionalnih razloga, mladi se u značajnoj mjeri uključuju u religijske aktivnosti. Međutim, osim neposrednih posljedica koje praktična religioznost ima u svakodnevnom životu mladoga čovjeka ne treba zanemariti niti dugoročne posljedice sudjelovanja mladih u ritualnim praktikama u vjerskim aktivnostima. „Dosadašnja istraživanja pokazuju da osobe koje sudjeluju u crkvenim aktivnostima pokazuju više altruizma, iskrenije su, spremnije su pomoći...“ (Stiplošek, 2009., str. 10.), a to bi u kontekstu ovoga istraživanja značilo da je većina od ispitanih učenika prosocijalno orijentirana što svakako doprinosi njihovom psihosocijalnom rastu i razvoju.

Kad se promotri nalaz o stupnju internaliziranosti religioznog iskustva („snazi“ vjere) u ispitanoj populaciji mladih (učenika), nalaz o prosječnoj vrijednosti koja je u odgovorima na sedmo pitanje po prilici na sredini skale procjene ustvari potvrđuje kako se religioznost kod mladoga čovjeka u ovom razvojnom razdoblju još uvijek i sama razvija, te smatram da upravo stoga njihova vjera nije u potpunosti internalizirana. Ovim bi pitanjem bilo korisno identificirati stupanj internaliziranosti religioznog

iskustva i kod odraslih osoba, pa bismo usporedbom nalaza kod djece i kod odraslih imali možda bolji uvid u kojoj se mjeri religioznost razvija još kasnije tijekom života pojedinca. Dakle, smatram da je ovakav nalaz u skladu s razvojnim konceptima religioznosti.

6. Odnos religioznosti i mentalnog zdravlja mladih

Već je u uvodnim rečenicama naglašeno da je sa stajališta psihologije ličnosti vrlo važno znati kako se religiozno iskustvo oblikuje, razvija i kako se odražava u ponašanju pojedinca. Psihologiju kao znanost zanimaju svi različiti aspekti doživljavanja i ponašanja, pa i ona religiozna, a u radu s mladima osobito su od stručnoga interesa važna saznanja o činiteljima koji doprinose usvajanju, održavanju te po potrebi i mijenjanju onih obrazaca ponašanja koja možemo nazvati rizičnima.

Budući da su temelj religioznosti spoznajni procesi i osjećaji (čuvstva ili emocije), religioznost mladih razvija se usporedo s ovim psihičkim procesima. Tako se može pratiti i razvoj religioznog mišljenja u kontekstu razvoja mišljenja kao psihičkog procesa, a kojega onda slijede stavovi i ponašanja, i to od intuitivnog (koje se razvija do otprilike 7. godine starosti i koji je ustvari predreligiozno razdoblje u razvoju religioznosti djeteta), preko konkretnog (koje se razvija do razdoblja puberteta) pa do apstraktnog religioznog mišljenja koje već karakterizira adolescenciju, a svakako odraslu dob, i tijekom kojega se sve više razvija sposobnost za introspektivnim uvidom u vlastitu religioznost. Stoga su i u kontekstu istraživanja adolescenti valjani izvor informacija o osobnoj religioznosti.

Vjerojatno se možemo složiti da mnogi ljudi, osobito oni koji se smatraju vjernicima, pretpostavljaju da religioznost koju žive i prakticiraju ima pozitivan utjecaj na njihovo mentalno zdravlje. Sustav vrijednosti, ponašanja, obredi, ceremonije i vjerovanja pomoću kojih pojedinci stavljaju sebe u odnos s nadnaravnim svijetom (s Bogom), ali i u odnos s drugima, doprinose njihovoj prilagodbi u okolini u kojoj žive. Kako može biti istina da vjera i vjerovanje pomažu razvoju identiteta i formiranju uravnotežene i socijalno funkcionalne ličnosti? U prvome redu, vjera homogenizira psihičke procese u smjeru kreiranja intrapsihičkog ambijenta koji katalizira procese psihofizičkog, a osobito psihosocijalnog rasta i razvoja. To zasigurno pomaže usvajanju društvenih normi i vrijednosti, a pridržavanje normi važan je element normalnog ponašanja. Možemo pretpostaviti i da ljudi koji imaju oslonac u vjeri, uz podršku sustava vrijednosti koji potiče altruizam i empatiju, razvijaju prosocijalna ponašanja koja im olakšavaju kvalitetniju socijalizaciju.

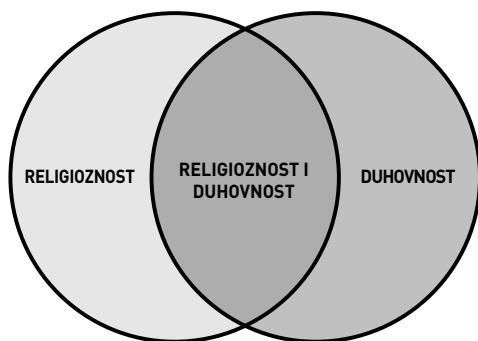
I zaista, rezultati pojedinih istraživanja o utjecaju religioznosti na psihičko sazrijevanje i zdravlje adolescenata mahom su potvrdili postavljenu radnu hipotezu da religioznost ima pozitivan utjecaj na psihičko zdravlje i sazrijevanje adolescenata, a „fundamentalna psihosocijalna zadaća djetinjstva jest preživjeti kao zasebna osoba“ (Ćorić, 2003., str. 101.). „Religioznost pozitivno djeluje na sazrijevanje u adolescentnoj dobi“, tvrdi Pajević u svojem radu i istraživanju (Pajević, 2003., sažetak),

te objašnjava da je to stoga što doprinosi usvajanju istinskog identiteta čime se stvaraju uvjeti za formiranje cjelovite, integrirane, postojeane, samosvjesne i dobro prilagodljive ličnosti. Štoviše, smatra isti autor, religioznost omogućuje internaliziranje preciznih kognitivno-bihevioralnih obrazaca o tome kako treba postupati u životnim situacijama koje su rizične po mentalno zdravlje, a time se umanjuju rizici za psihičko zdravlje. Ovo je istraživanje pokazalo da se kod visokoreligioznih ispitanika u manjoj mjeri javljaju unutarnji konflikti, frustracije, strah, teškoće sa samopoštovanjem, a da se kada je narušena psihička homeostaza kompenzira na zdraviji i učinkovitiji način. Izrazitije religiozni ispitanici „manje su anksiozni, manje depresivni, manje agresivni i u manjoj mjeri podložni devijantnim bihevioralnim obrascima“ (Pajević, 2003., sažetak).

I mnoge druge suvremene studije pokazuju da se religioznost razvija od djetinjstva. Iako postoje određene genetske predispozicije, sam odgoj i okolina u kojoj pojedinac odrasta (hranjenje, roditeljska podrška te sustav nagrada i kazni) i uči prema modelima u svojoj okolini najviše determiniraju religioznost. Ne postoji osobina ličnosti iz koje se razvija i raste religioznost pojedinca; više su u pitanju socijalni utjecaji i proces socijalnog učenja koji će osobu koja želi postići zrelu religioznost manje ili više naučiti balansirati životnu ravnotežu i snošljivost.

Duhovnost i religioznost kod vjernika osobito imaju utjecaj na

to kako čovjek živi, kako se nosi sa stresom i kako se učinkovito oporavlja od traumatičnih i/ili stresnih iskustava. Premda duhovnost i religioznost nisu istoznačni pojmovi (kako je već objašnjeno), njihov se utjecaj u životu vjernika u jednom dijelu svakako prožima (naredna slika).



Slika 1. Prožimanje utjecaja religioznosti i duhovnosti

Duhovnost, osobito u onome dijelu u kojemu se preklapa s religioznošću, u značajnoj mjeri pozitivno djeluje na razvoj slike o sebi i samopoštovanje. Mladi koji su duhovno, a ne samo formalno, religiozni manje su promiskuitetni u seksualnim odnosima, manje zloupotrebljavaju droge i alkohol i razvijaju kvalitetnije odnose s drugima. Duhovnost (i religioznost) je svojevrсни kompas koji pomaže navigaciju u svakodnevnom životu i stoga je svakako povezana s boljim mentalnim zdravljem. Pojedina istraživanja (npr. Štifter, 2006., zaključak) također potvrđuju hipoteze o pozitivnoj povezanosti između

religioznosti i zadovoljstva životom.

Duhovnost je osobito važan filter koji posreduje međuljudske odnose, a budući da znamo kako je u razdoblju puberteta i adolescencije utjecaj vršnjaka izražen na život mladog čovjeka, sasvim je jasno da je pravilno i zdravo artikulirana duhovnost (i religioznost) mladih važan katalizator njihova psihosocijalnog rasta i razvoja. Stoga bi svi dušobrižnici (vjeroučitelji, svećenici i ostali) trebali biti dobro kapacitirani znanjima iz područja razvojne psihologije kako bi duhovnost mladoga čovjeka usmjerili u korist njihova mentalnog zdravlja. Osobito je važno u kontekstu razvoja religioznosti mladoga čovjeka, ponajprije adolescenata, voditi računa o stupnju religioznog razvoja. Ne treba smetnuti s uma da religioznost ponekad može biti i rizični činitelj za mentalno zdravlje. Onda kada crkvena institucija i/ili kler koji propovijeda ne vode računa o razvojnim aspektima religioznosti, vjernici mogu razviti, tzv. ekleziogene neuroze. „Vjerski službenici, posebno propovjednici, koji u svojim dramatičnim bombastičnim propovijedima i nagovorima upiru prstom u moralne nedostatke i pogreške koje se više ili manje odnose na sve prisutne ... mogu dovesti do toga da se solidan vjernik počne intenzivno baviti svojim propustima i nedostacima te razvije osjećaj osobne vlastite bezvrijednosti, što u konačnici može uroditi neurotičnim simptomima.“ (Živković i Vuletić, 2007., str. 1269.-1270.). Budući da su neuroze ustvari anksiozni poremećaji (a prate ih čuvstva tjeskobe, bojazni, napetosti i nesigurnosti), koji mogu biti i naučeni i posljedica teškoća u međuljudskim odnosima, psihopatološka produkcija

u ponašanju kao i reakcija živčanog sustava mladog vjernika koja može slijediti nakon neodgovarajućeg i nedovoljno osjetljivog pristupa zasigurno ne pogoduje njegovom mentalnom zdravlju. Sustav vrijednosti se mijenja pa su posljedično i socijalni utjecaju promjenjivi. To svakako otežava psihometrijske i sociometrijske postupke praćenja razvoja duhovnosti, osobito kod mladih. Međutim, i kler je zasigurno svjestan da je u pristupu mladima potrebno poznavati okruženje kako bi se formirala zdrava duhovnost koja nije u raskoraku sa zahtjevima života i koja neće biti novi socijalni pritisak kojemu mladi neće moći udovoljiti pa će ih to izložiti riziku razvoja psihopatoloških obrazaca. „Duhovnost mladih treba formirati na način da se poštuju zahtjevi modernog vremena, ali da se iz naše tradicije sačuva sve ono lijepo i uzvišeno što je oplemenjivalo vjeru...“ (Nikić, 2009., str. 132.). Autor razumije da u izgradnji duhovnosti kod mladoga čovjeka treba voditi računa o njegovom i emocionalnom i socijalnom razvoju (kada govori o važnosti izgradnje zajedništva i otkrivanju ljepote vjere, izražavanju emocija i pozicioniranju mladoga čovjeka u zajednici pa i u svijetu općenito, autor ustvari govori o važnim protektivnim elementima mentalnog zdravlja mladih). „Prava duhovnost mladih treba znati ujediniti spomenute elemente tradicije i zahtjeve modernoga društva u kojem živimo.“ (Nikić, 2009., str. 131.).

7. Zaključno

Psihologija se kao znanost u posljednjih nekoliko godina prilično jasno pozicionirala u kontekstu proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju ljudi. Unutar struke postignut je jasan konsenzus oko smjernica za psihološku djelatnost, a važno je istaknuti kako se ove smjernice u potpunosti oslanjaju na najvažniji nacionalni strateški dokument o zaštiti mentalnog zdravlja. Razvidno je da psiholozi u ovome području stručnoga djelovanja mogu dati važan doprinos u cjelovitoj skrbi o zdravlju ljudi, pa je njihova uloga u zdravstvenom sustavu postala nezamjenjiva. Pri tome je važno slijediti logički niz aktivnosti: od istraživanja fenomena, preko identifikacije činitelja koji ga određuju do primjene spoznaja u praksi. Smatram kako je smisao psihološke djelatnosti upravo primjena svega onoga što znanost otkrije za boljitak ljudi i čovječanstva pa su u tome smislu usmjereni i naponi psihologije unutar primijenjenog područja psihologije religioznosti. Psihologija religioznosti također koristi istraživačke alate struke u identificiranju dimenzija religioznosti, ali koristi i razvijene iskustvene modele savjetodavnog rada i ponekad potrebne modifikacije ponašanja.

Religioznost uključuje splet kognitivnih i konativnih aspekata ličnosti koji se značajno odražava na psihičke procese (mišljenje, emocije ili čuvstva, motivaciju) te stavove i ponašanje. Tijekom psihosocijalnog rasta i razvoja pojedinca raste i razvija se i

njegova religioznost te je stoga proučavanjem religioznosti mladih moguće doći do iznimnih podataka o njihovom rastu i razvoju općenito.

Rezultati istraživanja koji su prikazani u ovoj publikaciji ukazuju na to da je vjera i vjerovanje internalizirano iskustvo pojedinca koje mladi prakticiraju mahom stoga što su tako odgajani; razmjerno velik dio ispitanih odlazi u crkvu i prakticira vjerske obrede zato što im je to posredovano utjecajima iz okoline i oni uglavnom vjeru i vjerovanje još ne doživljavaju kao njihovo intimno i osobno iskustvo, ali ne nalaze niti negativne posljedice toga što čine. To je sasvim normalno i očekivano jer su mladi još u turbulentnom razvojnom razdoblju u kojemu se razvijaju njihovi psihički procesi, a usporedno s njima razvija se i njihova religioznost (osobito religiozno mišljenje). Međutim, religiozno iskustvo mladih ima pozitivne posljedice na njihovo psihičko funkcioniranje pa čak ima i svojevrsni psihoterapijski učinak u situacijama kada je to potrebno. Osobito je važan pozitivan utjecaj religioznosti na usvajanje i održavanje prosocijalnog ponašanja.

Sve navedeno u prilog je tome da zdrava i intrinzična religioznost zaista doprinosi očuvanju mentalnog zdravlja, te je kao takva religioznost važan (zaštitni) činitelj tijekom rasta i razvoja. Također se može pratiti razvoj religioznog mišljenja mladog čovjeka koji je uspoređan s njegovim spoznajnim razvojem, ili je njegov dio.

No, kako je religioznost “isključivo osobna i individualna... i ...nadilazi našu sposobnost izražavanja” (James, 1990., str. 294.), teško je na osnovi deklariranih izjava i osjećaja ispitanika konačno suditi o dubini nečije vjere, jer “osjećanje je osobno i nijemo, te nas ne može izvijestiti o sebi” (James, 1990., str. 295.). Većina se autora koji su proučavali religiozno iskustvo slaže s činjenicom da su najdublji izvori religioznosti osjećaji, a teološke su forme samo sekundarne tvorevine.

8. Literatura

1. Brlas, S. (2002.). Religioznost učenika srednje škole. *Život i škola* 7 (1/2002.), 133-139, Osijek
2. Ćorić, Š. (2003.). Psihologija religioznosti. Naklada Slap, Jastrebarsko
3. Glock, C. Y. (1965.). On the study of the religious commitment. In: Glock, C. Y. i Stark, R.: *Religion and society in tension*. Skokie: II. Rand Mc Nally
4. James, W. (1990.). *Raznolikosti religioznog iskustva*. Naprijed, Zagreb
5. Lacković-Grgin, K. (2006.). *Psihologija adolescencije*. Naklada Slap, Jastrebarsko
6. Nikić, M. (2011.). *Očima psihologa teologa*. Zaklada biskup Josip Lang, Zagreb
7. Nikić, M. (2009.). *Suvremena duhovnost mladih između tradicije i nove religioznosti*. *Diacovensia*, Vol.16 No.1-2, str. 115-133
8. Pajević I. (2003.). *Utjecaj religioznosti na psihičko sazrijevanje i zdravlje adolescenata (doktorska dizertacija)*. Medicinski fakultet Univerziteta u Tuzli, Tuzla (sažetak)
9. Petz, B. i dr (2005.). *Psihologijski rječnik*. Naklada Slap, Jastrebarsko
10. Stiplošek, D. (2002.). *Povezanost religioznosti, samopoštovanja i lokusa kontrole*, (diplomski rad). Filozofski fakultet u Zagrebu, Zagreb
11. Štifter, A. (2006.). *Religioznost i neki pokazatelji dobrobiti (diplomski rad)*. Filozofski fakultet u Zagrebu, Zagreb
12. Šverko, B. i drugi (1992.). *Psihologijski rječnik*. Prosvjeta, Zagreb
13. Živković, I. i Vuletić, S. (2007.). *Ekleziogene neuroze u psihopatološkim oblicima religioznosti*. *Društvena istraživanja* 6(92), str. 1263-1285

9. Prilozi

Prilog 1. Neki temeljni pojmovi

Mentalno zdravlje

Dio općega zdravlja koje karakterizira odsustvo psihopatoloških simptoma, prosocijalno ponašanje, odsustvo tjeskobe (osobito kroničnog tipa), sposobnost samokontrole, osjećaj osobne kompetencije, samokritičnost i sposobnost samoostvarivanja, otvorenost novim informacijama i iskustvima i sposobnost prilagodbe te pozitivno integrirana ličnost.

Duhovnost

Osobna razina vjerovanja koja može, ali i ne mora uključivati vjerovanje u Boga. U religiji i kod religioznih označava stupanj religiozne savršenosti i stupanj uranjanja u vjeru (kontenplaciju).

Dimenzije religioznosti

Homogene kategorije koje omogućavaju razumijevanje i istraživanje psihologije i sociologije religioznosti.

Psihologija religioznosti

Područje primijenjene psihologije koje istražuje dimenzije religioznosti.

Religija

Sustav shvaćanja, ponašanja, obreda, ceremonija i vjerovanja pomoću kojih pojedinci ili zajednica stavljaju sebe u odnos s nadnaravnim svijetom (s Bogom), te često u odnos jednih s drugima

Religioznost

Osobno aktivno življenje religije kao sustava vjerovanja (u Boga najčešće).

Vjera

Osobni, unutarnji čin svakoga pojedinca kojim pojedinac prihvaća postojanje određenih načela s manjim ili većim stupnjem uvjerenja u ta načela. Što je vjera čvršće ukorijenjena kod pojedinca, potrebno je manje objektivnih dokaza o njezinoj potvrdi.

Vjerovanje

Traženje i nalaženje spoznaja te održavanja kognitivnog sustava o vjerskim načelima.

Prilog 2. Anketa o religioznosti

Uputa:

Mnogi ljudi vjeruju u nadnaravno, u Boga svemogućeg, i mnogima to što vjeruju pomaže u svakodnevnom životu. Međutim, iako je tako, još ne znamo koliko ljudi zaista vjeruje i koliko je ta njihova vjera čvrsta. Zato Vas molimo da odgovorite na dolje navedena pitanja jer će nam Vaši iskreni odgovori pomoći da utvrdimo koliko zaista vjerujemo. Podaci koje dobijemo pomoći će da ponovno preispitamo sami sebe, i tako učvrstimo vlastitu vjeru.

Hvala na suradnji!

1. Koliko se puta pomolite (zaokružite slovo ispred jednog od ponuđenih odgovora)?
 - a) ponekad
 - b) svaki dan
 - c) stalno sam uronjen (uronjena) u molitvu
2. Koliko često sudjelujete u ritualnim praktikama odnosno crkvenim obredima (zaokružite slovo ispred jednog od ponuđenih odgovora)?
 - a) povremeno (prema prigodi)
 - b) svakodnevno
 - c) samo na nedjeljnim misama
3. Da li ste Vi osobno imali neposredno mistično iskustvo s nadnaravnim (zaokružite slovo ispred jednog od ponuđenih odgovora i po želji opišite)?
 - a) ne, nikada
 - b) da, jesamOpišite:
.....
4. Što za Vas znači vjera?
Opišite:
.....
5. Kako se vjera i Vaše osobno vjerovanje odražavaju na Vaš osobni život?
Opišite:
.....
6. Zašto dolazite u crkvu (zaokružite slovo ispred jednog od ponuđenih odgovora)?
 - a) zato što sam tako odgojen (odgojena)
 - b) zato što to od mene drugi očekuju
 - c) zato što to zaista želim
7. Koliko mislite da je Vaša vjera čvrsta (stavite znak x na mjesto koje odgovara Vašemu odgovoru)?

1 — 2 — 3 — 4 — 5
uopće nije čvrsta, u potpunosti
sumnjičav/sumnjičava sam vjerujem

10. Bilješka o autoru

Ime i prezime:

Siniša Brlas

Zvanje:

profesor psihologije

Datum i mjesto rođenja:

04. listopada 1969. u Virovitici

Zaposlen:

Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije, Djelatnost za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja

Profesionalni životopis:

Završio je studij psihologije na Odsjeku za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu 1995. godine. U odgojno-obrazovnom sustavu napredovao je u zvanje stručnog suradnika mentora. Bio je voditelj stručnih vijeća psihologa u osnovnim i srednjim školama. Radio je kao stručni suradnik psiholog i nastavnik u osnovnim i srednjim školama, u sustavu socijalne skrbi (referada za brak i obitelj, provedba mjera nadzora nad izvršenjem roditeljske skrbi i pojačane brige i nadzora) i u policiji (kao službenik za skrb o stradalnicima Domovinskog rata). Ima iskustva predavača i u sustavu obrazovanja odraslih.

Volontirao je kao psiholog u Domu za psihički bolesne odrasle osobe Borova. Također ima iskustvo rada u ispitivanju javnog mnijenja te u izdavačkoj djelatnosti. Bio je član Upravnog odbora i dopredsjednik Društva psihologa Virovitičko-podravске županije. Kratko je bio član Matice Hrvatske. Bio je u Stručnoj radnoj skupini Ureda za suzbijanje zlouporabe droga Vlade Republike Hrvatske koja je bila formirana za izradu Nacionalne strategije i Nacionalnog akcijskog plana suzbijanja zlouporabe droga. U stručnom je timu Agencije za odgoj i obrazovanje za provedbu edukacije voditelja školskih programa prevencije ovisnosti. Član je Povjerenstva za suzbijanje bolesti ovisnosti Virovitičko-podravске županije i Vijeća za prevenciju u lokalnoj zajednici Virovitičko-podravске županije. Član je Upravnog vijeća Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije. Završio je više edukacija. Do sada je napisao više knjiga iz područja prevencije i suzbijanja ovisnosti, jedan rječnik ovisnosti i jedan srednjoškolski udžbenik. Tri autorske knjige otkupljene su sredstvima Državnog proračuna za sve škole u zemlji. Jedan je od onih psihologa koji su potaknuli stručnu javnu raspravu o kapacitetima psihologije za djelotvorne intervencije u području proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju. Urednik je i autor poglavlja u knjigama o mentalnom zdravlju: „Psihologija u zaštiti

mentalnog zdravlja“ (2010.), „Psihologija u zaštiti mentalnog zdravlja; prijedlog smjernica za psihološku djelatnost u zaštiti i promicanju mentalnog zdravlja“ (2011.) i „Psihologija u zaštiti mentalnog zdravlja; priručnik za psihološku djelatnost u zaštiti i promicanju mentalnog zdravlja“ (2012.). Jedan je od autora knjige „Psihologija u zaštiti mentalnog zdravlja; proaktivna skrb psihologa o mentalnom zdravlju psihički bolesnih odraslih osoba“ (2013.). Bavi se istraživačkim radom vezanim uz pitanja djece i mladih, autor je ili koautor petnaestak stručnih i popularnoznanstvenih članaka u različitim publikacijama, koautor je dvadesetak ostalih publikacija te je svojim radovima ili u koautorstvu aktivno sudjelovao na nizu domaćih i inozemnih stručnih i znanstvenih skupova.



PSIHOLOGIJA U ZAŠTITI MENTALNOG ZDRAVLJA

POMAŽE LI RELIGIOZNOST
MENTALNOM ZDRAVLJU MLADIH

Siniša Brlas

Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“
Virovitičko-podravske županije

ISBN 978-953-7756-17-8