

Прагматична оцінка релігійних способів долаючої поведінки

М.З.Єсип. Прагматична оцінка релігійних способів долаючої поведінки. Надано прагматичну оцінку релігійним способам долавання труднощів. З'ясовано, що найкорисніші зміни в емоційній, когнітивній та поведінково-вольовій сферах спостерігаються у випадку, коли віруючі одночасно використовують різні релігійні копінг-стратегії. Виявлено, що надання переваги позитивним релігійним способам долаючої поведінки супроводжується покращенням лише настрою. Схильність використовувати негативний тип релігійних копінг-стратегій пов'язана із погіршенням самопочуття, зниженням рівня самоповаги і самоприйняття. Надання переваги конкретним – або позитивним, або негативним копінг-стратегіям – розвиває у людини ригідність у поведінково-вольовій сфері.

Ключові слова: релігійні копінг-стратегії, прагматична оцінка, настрій, самоповага, самоприйняття, гнучкість.

М.З. Есип. Прагматическая оценка религиозных способов копинг поведения. Подана прагматическая оценка религиозным способам преодоления трудностей. Выяснено, что самые полезные изменения в эмоциональной, когнитивной и поведенчески-волевой сферах наблюдаются в случаях, когда верующие одновременно используют разные религиозные копинг-стратегии. Определено, что предпочтение исключительно положительных религиозных способов копинг-поведения сопровождается улучшением настроения. Склонность использовать исключительно отрицательный тип религиозных копинг-стратегий связана с ухудшением самочувствия, снижением уровня самоуважения и самоприятия. Выбор конкретных – либо положительных, либо отрицательных копинг-стратегий – развивает у человека ригидность в поведенчески-волевой сфере.

Ключевые слова: религиозные копинг-стратегии, прагматическая оценка, настроение, самоуважение, самоприятие, гибкость.

Постановка проблеми. Особи, які активно впроваджують повчання церкви у своє повсякденне життя, часто застосовують для подолання труднощів релігійні способи долаючої поведінки – релігійні копінг-стратегії. Особливість цих стратегій полягає у тому, що людина звертається до церковної науки та застосовує різноманітні релігійні практики (молитви, піст, бере участь у богослужіннях тощо). Оскільки у житті людей, які визнають існування надприродного світу, релігійний копінг займає чільне

місце, психологи звернули увагу на визначення його ефективності – того, яку користь він приносить для особи [5; 6; 9]. Традиційно у психології оцінка ефективності копінг-стратегій здійснюється для тих віруючих, які визначились з тим, як саме вони впроваджують церковну науку у своє життя, і чітко дотримуються конкретного плану. Однак швидкоплинність щоденних подій вимагає від осіб виявляти гнучкість щодо розв'язання проблем та поєднувати різні стилі. Відтак постає необхідність з'ясувати, як саме, – використовуючи одну чітко визначену стратегію чи все-таки поєднуючи різні способи, що більш ефективним при подоланні життєвих негараздів.

Метою дослідження є надання прагматичної оцінки різним релігійним способам долаючої поведінки.

Аналіз останніх публікацій. Прагматичний критерій копінг-стратегій передбачає оцінку способів долаючої поведінки, які сприяють досягненню бажаного результату та отриманню користі для особистісного саморозвитку [6; 8]. Прагматична оцінка релігійних копінг-стратегій традиційно у психологічній літературі надається для позитивних та негативних релігійних способів додання труднощів. Позитивний тип релігійних копінг-стратегій пов'язаний зі сприйняттям особою труднощів як таких, завдяки яким вона здобуде корисний для себе урок [7]. Для того, щоби вирішити проблему, людина залучає до співпраці Господа або «передає» справу в його руки. Прагнучи наблизитись до Бога, людина звертається до різноманітних релігійних практик: молиться, відвідує богослужіння, просить прощення за гріхи, намагається духовно відродитись завдяки релігії. Окрім допомоги, яку вона розраховує отримати від Господа, особа також звертається за підтримкою до інших парафіян чи духовенства або надає їй оточуючим. Людина почуває тісну взаємопов'язаність із Богом, який постійно супроводжує її у житті.

Використання негативного типу релігійних копінг-стратегій передбачає переосмислення могутності Бога, який вже не може змінити ситуацію на краще. Особа переконує себе у тому, що саме диявол відповідальний за виникнення проблемної ситуації. Це призводить до того, що Господь, на думку людини, перестає супроводжувати її у скрутні хвилини життя, а релігійна спільнота, яка би мала підтримувати її, не звертає уваги на важкість ситуації, в якій вона перебуває. Будь-яке випробування сприймається як покарання, бо в людини є багато гріхів, на які, як вона вважає, спокусив її диявол.

Прагматична оцінка релігійних способів долаючої поведінки вказує на зв'язок позитивних копінг-стратегій із позитивни-

ми наслідками для людини, негативних – з негативними [7; 9]. Позитивні наслідки передбачають безумовне самоприйняття людиною, зростання у неї самооцінки, особистісний розвиток, наявність сенсу у житті, переживання емоційного благополуччя, щастя, надії та задоволеності життям, покращення психічного здоров'я. Негативні наслідки використання релігійних копінг-стратегій пов'язані із зниженням самооцінки, переживанням неспокою, провини, безпорадності та ворожості [5].

Отримані дані є достатньо однозначними, однак виникає все-таки питання, чи завжди приносить користь ригідність долаючої поведінки, зокрема, використання одних і тих самих стратегій – позитивних чи негативних. Оскільки сучасне життя мінливе та сповнене таких ситуацій, які вимагають від людини більшої гнучкості та вміння пристосовуватись до змін, постає необхідність надання прагматичної оцінки різним релігійним способам розв'язання проблемних ситуацій.

Аналіз результатів емпіричного дослідження. З метою надання оцінки ефективності використання релігійних способів долавання труднощів виокремлено ряд емпіричних показників. Оцінка емоційної сфери здійснювалась на підставі показника піднесеного/пригніченого настрою, когнітивної сфери – позитивного/негативного самоприйняття, поведінково-вольової сфери – гнучкості/ригідності поведінки та схильності брати на себе відповідальність за свої вчинки.

Способи долаючої поведінки, які передбачають застосування церковної науки чи релігійних спільнот при зіткненні із труднощами, вивчались на підставі методики «Релігійні копінг-стратегії» К. Паргамента, Г. Кюніга, Л. Перез в адаптації М. Єсип [1]. Особливості емоційної сфери досліджувались за допомогою методики діагностики домінуючого стану Л. Кулікова; когнітивної сфери – шкали «Позитивний образ себе» методики діагностики домінуючого стану Л. Кулікова, шкал «Самоповага», «Самоприйняття», «Ціннісні орієнтації» тесту самоактуалізації особистості Е. Шострома у модифікації Л. Гозмана та М. Кроза; поведінково-вольової сфери – шкал «Гнучкість поведінки» та «Підтримки» тесту самоактуалізації особистості Е. Шострома у модифікації Л. Гозмана та М. Кроза, а також методики діагностики рівня суб'єктивного контролю Дж. Ротера (адаптація Є. Бажіного, С. Голинкіної та О. Еткінда).

Групою людей, відібраною для проведення емпіричного дослідження, є дорослі особи християнського віровизнання (21-35 років). Для громадян України роль релігії, за даними опитування

Міжнародного проекту соціального дослідження, яке аналізує суспільні процеси в Європі, постійно зростає. У нашій державі 71,4% населення вважають себе віруючими, що забезпечило громадянам України п'яте місце на континенті за релігійністю [4]. Окрім цього, за останні десять років, згідно з результатами опитування Центру Разумкова, кількість українців, які вірять у Бога, збільшилась на 13% [3]. Зростання релігійності, на думку Президента Соціологічної асоціації України М. Шульги, пов'язане із появою своєрідної моди на віру, коли людина, переоцінивши духовні цінності попереднього політичного режиму, звертається до релігії і зосереджує свою увагу на тих цінностях, які їй пропонує церква [2].

Перш ніж перейти до оцінки використання релігійних способів долаючої поведінки, доцільно виокремити групи осіб за показником релігійних копінг-стратегій. Здійснено це на підставі результатів кластерного аналізу за методом k-середніх за досліджуваними (рис.1).

При порівнянні груп осіб за допомогою однофакторного дисперсійного аналізу (аналізу варіацій та тесту Шеффе) виявлено таке. Кластер 1 об'єднав тих осіб, які набрали високі бали за шкалами «Оцінка проблемної ситуації як корисної» ($F=165,58$; $p=0,000$; $M=7,141$), «Співробітництво» ($F=89,80$; $p=0,000$; $M=7,188$), «Активна релігійна капітуляція» ($F=49,96$; $p=0,000$; $M=7,125$), «Прохання про пряме заступництво» ($F=115,88$; $p=0,000$; $M=7,234$), «Релігійний фокус» ($F=96,24$; $p=0,000$; $M=7,016$), «Релігійне очищення та прощення» ($F=200,37$; $p=0,000$; $M=6,938$), «Духовний зв'язок» ($F=115,64$; $p=0,000$; $M=6,859$), «Пошук підтримки у духовенства чи парафіян» ($F=103,15$; $p=0,000$; $M=7,531$), «Релігійна допомога» ($F=95,78$; $p=0,000$; $M=7,203$), «Пошук релігійного напрямку та релігійне перетворення» ($F=184,59$; $p=0,000$; $M=7,141$); вищі – за шкалами «Оцінка проблемної ситуації як діяльності диявола» ($F=46,45$; $p=0,000$; $M=5,984$), «Пасивне очікування» ($F=69,40$; $p=0,000$; $M=6,250$), а також нижчі – за шкалами «Переоцінка сили Бога» ($F=7,79$; $p=0,000$; $M=4,656$) та «Незадоволення стосунками у релігійній спільноті» ($F=18,43$; $p=0,000$; $M=4,719$), порівняно із іншими кластерами. Оскільки переважна більшість шкал належить до позитивного типу релігійних способів додання труднощів, цей кластер названо «Особи, які схильні до позитивного типу релігійних копінг-стратегій». Досліджувані, які увійшли до цієї групи, частіше за інших докладають зусилля, щоб отримати у важкій ситуації допомогу від Господа: беруть участь у богослужіннях, просять прощення за гріхи тощо. Труднощі вони

сприймають як частину Божого плану: особа вважає, що зможе духовно відродитись і жити згідно християнських настанов.

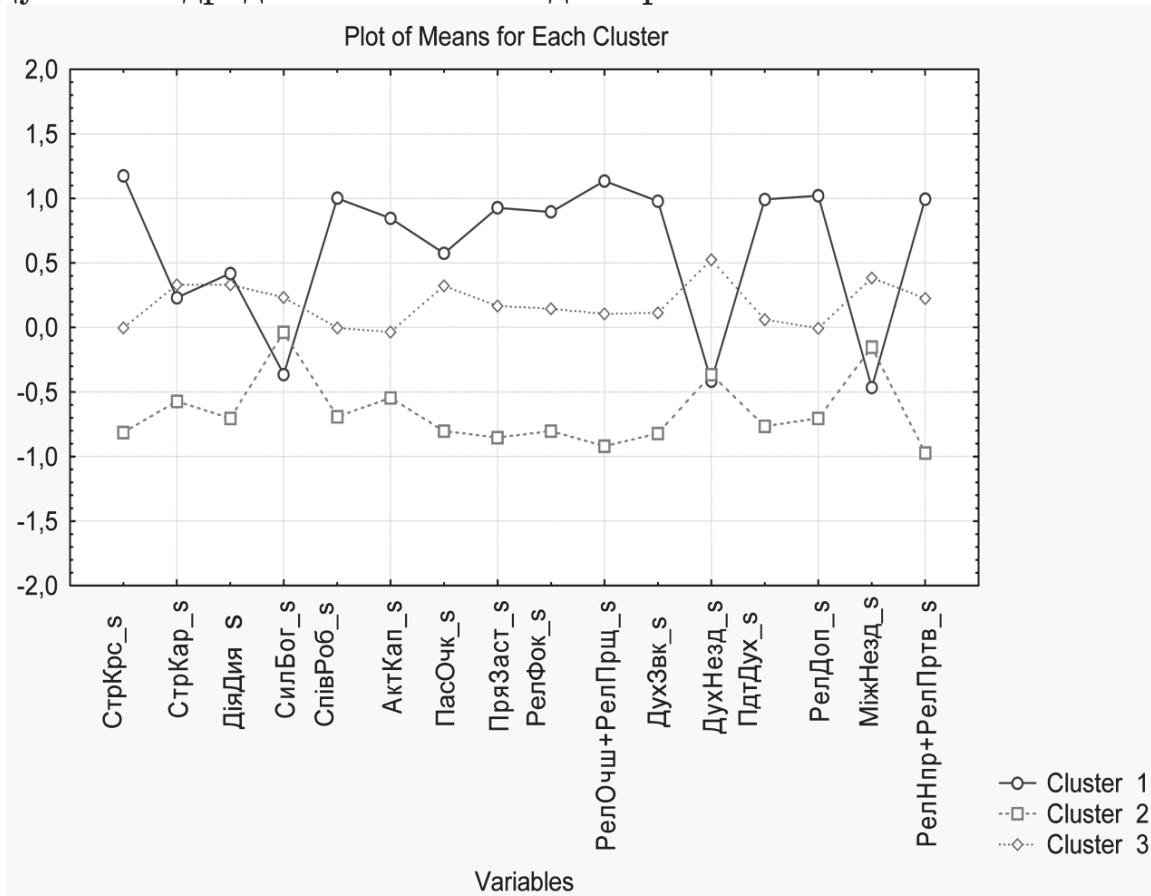


Рис. 1. Графік кластерного аналізу за методом *k*-середніх за досліджуваними згідно з результатами методики «Релігійні копінг-стратегії»

Примітка: Cluster 1 – група осіб, схильних до позитивного типу релігійних копінг-стратегій; Cluster 2 – група осіб, які поєднують різні релігійні копінг-стратегії; Cluster 3 – група осіб, схильних до негативного типу релігійних копінг-стратегій.

Кластер 3 об'єднав тих досліджуваних, хто набрав вищі бали за такими шкалами, як «Оцінка проблемної ситуації як Божої кари» ($F=27,62$; $p=0,000$; $M=5,711$), «Оцінка проблемної ситуації як діяльності диявола» ($F=46,45$; $p=0,000$; $M=5,825$), «Переоцінка сили Бога» ($F=7,79$; $p=0,000$; $M=5,605$), «Духовне незадоволення» ($F=18,43$; $p=0,000$; $M=6,316$), «Незадоволення стосунками у релігійній спільноті» ($F=18,43$; $p=0,000$; $M=6,035$), порівняно із іншими кластерами. Відтак цей кластер названо «Особи, які схильні до негативного типу релігійних копінг-стратегій». Опитані християни, які належать до цієї групи, частіше за інших вважають, що Господь покинув їх у важкій ситуації. Вони припуска-

ють, що Бог втратив свою могутність що-небудь змінити у їхньому житті та допомогти їм подолати труднощі.

За допомогою кластерного аналізу виокремлено також проміжну групу осіб (кластер 2). До неї увійшли досліджувані, результати за шкалами яких наближаються до середнього діапазону стандартизованих балів: «Оцінка проблемної ситуації як корисної» ($F=165,58$; $p=0,000$; $M=4,283$), «Оцінка проблемної ситуації як Божої кари» ($F=27,62$; $p=0,000$; $M=4,130$), «Оцінка проблемної ситуації як діяльності диявола» ($F=46,45$; $p=0,000$; $M=3,913$), «Співробітництво» ($F=89,80$; $p=0,000$; $M=4,685$), «Активна релігійна капітуляція» ($F=49,96$; $p=0,000$; $M=4,391$), «Пасивне очікування» ($F=69,40$; $p=0,000$; $M=4,163$), «Прохання про пряме заступництво» ($F=115,88$; $p=0,000$; $M=4,326$), «Релігійний фокус» ($F=96,24$; $p=0,000$; $M=4,500$), «Релігійне очищення та прощення» ($F=200,37$; $p=0,000$; $M=3,967$), «Духовний зв'язок» ($F=115,64$; $p=0,000$; $M=3,859$), «Пошук підтримки у духовенства чи парафіян» ($F=103,15$; $p=0,000$; $M=4,217$), «Релігійна допомога» ($F=95,78$; $p=0,000$; $M=4,576$), «Незадоволення стосунками у релігійній спільноті» ($F=18,43$; $p=0,000$; $M=5,207$), «Пошук релігійного напрямку та релігійне перетворення» ($F=184,59$; $p=0,000$; $M=4,174$) у порівнянні із іншими групами. На основі отриманих результатів цей кластер названо «Особи, які поєднують різні релігійні копінг-стратегії». Досліджувані, які увійшли до цієї групи, частіше за інших комбінують використання різних релігійних способів розв'язання проблем. Інколи вони прагнуть отримати допомогу від Бога, деколи почуваються покинутими ним у важкій ситуації. Невпевнені стосовно того, якому типу копінг-стратегій – позитивному чи негативному – надати перевагу, віруючі особи схильні використовувати окремі способи додання труднощів кожного з них.

Постає питання, наскільки коректно прокласифіковані групи досліджуваних. Дискримінантний аналіз вказує на високий відсоток коректності виокремлених груп. Для кластера 1, тих, кому притаманний позитивний тип релігійних копінг-стратегій, цей показник становить 96,88%; кластера 3 (особи з негативним типом) – 97,37%; кластера 2 (досліджувані, які поєднують різні стратегії) – 97,83%.

Аналіз відсоткового співвідношення виокремлених кластерів вказує на те, що переважна більшість опитаних християн (65,9%) все-таки визначилась стосовно релігійних способів додання труднощів. На нашу думку, це пояснюється тим, що церква закликає своїх вірних повсякчас звертатись до релігійних

практик. Тому християни припускають, що, можливо, Господь допоможе їм успішно розв'язати проблемну ситуацію. Вартим уваги є те, що більшість з них (42,2% досліджуваних) надає перевагу негативному типу релігійних копінг-стратегій. Особи схильні недооцінювати могутність Бога, сумніваються щодо його величі, вважаючи, що Господь покинув людину у важку хвилину, давши можливість впливати на її життя диявольським силам. Інші опитані (23,7%), навпаки, докладають зусилля, щоби співпрацювати із Богом задля подолання проблем, розраховують на його силу та підтримку. Вони часто моляться, відвідують різноманітні богослужіння, духовно очищаються під час сповіді.

Переважання тих, хто надає перевагу негативному типу способів розв'язання проблемної ситуації, ймовірно, пояснюється таким. Віруючі особи, попри церковну науку, рідко бачать безпосереднє втручання Бога у перебіг подій, які відбуваються у їхньому житті. Тому вони втрачають віру у те, що Господь може що-небудь змінити. Ймовірно, у системі релігійних уявлень віруючої людини відбувається своєрідний зсув: оскільки Бог, на її думку, втратив свою могутність, вона починає усвідомлювати, що існує інша потойбічна сила, яка персоніфікується в образі диявола, впливає на появу труднощів.

Разом з тим кожна третя віруюча особа (34,1%) схильна поєднувати різні релігійні способи долаючої поведінки. Вона то надає перевагу разом із Богом контролювати процес розв'язання проблем, переживати емоційну близькість із ним та членами релігійної спільноти, залучатись до релігійних практик, то, навпаки, перекладає всю відповідальність за додання труднощів на Господа, виявляючи своє незадоволення взаєминами із ним, духовенством та парафіянами.

З метою надання прагматичної оцінки використання релігійних способів долаючої поведінки за різними емпіричними показниками увагу звернуто на результати порівняльного аналізу за t-критерієм Ст'юдентом (рис. 2).

Отож, особи, які орієнтовані співпрацювати з Богом у випадку появи проблемної ситуації, частіше виявляють спокій ($F=8,168$; $p=0,000$; $M=51,172$) та стійкий емоційний тон ($F=4,572$; $p=0,011$; $M=51,625$) у порівнянні з тими, хто розчарувався у всемогутності вищої сили ($M=47,816$ та $M=47,000$ відповідно). Опитані, які передбачають, що Бог завжди підтримає їх у важкі хвилини життя, переживають впевненість в успішному розв'язанні проблем. У випадку ж появи сильного емоційного збудження вони частіше зберігають адекватність та ефектив-

ність психічної саморегуляції, порівняно з тими, хто сумнівається в істинності своїх релігійних поглядів.

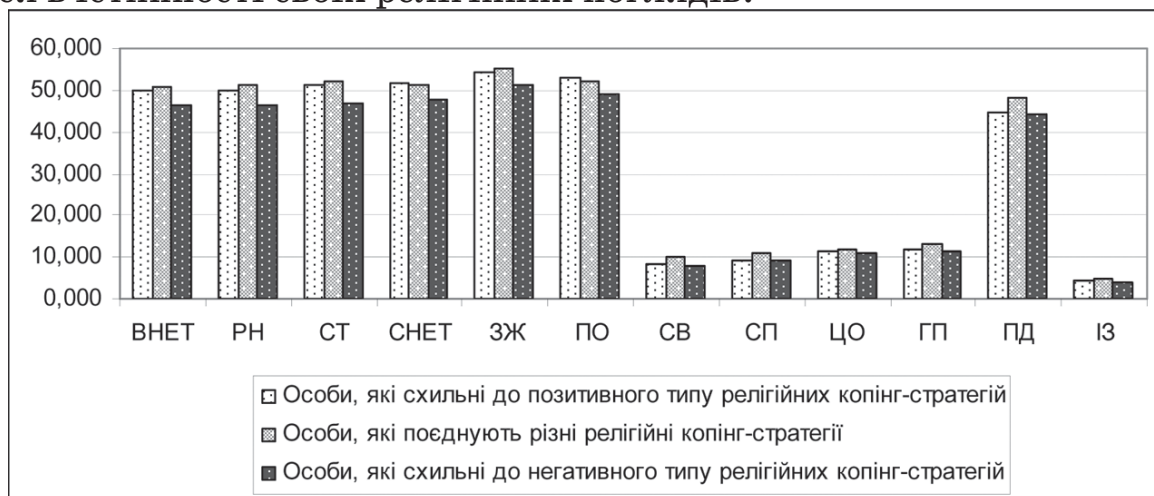


Рис. 2. Статистично значущі середні значення для груп досліджуваних, які схильні до позитивного, негативного типу релігійних копінг-стратегій, та тих, хто поєднує ці способи долаючої поведінки, за різними шкалами

Примітка: За емоційну сферу відповідають шкали «ВНЕТ» – «Високий/низький емоційний тонус», «РН» – «Розкнутість/напруження», «СТ» – «Спокій/тривога», «СНЕТ» – «Стійкість/нестійкість емоційного тону», «ЗЖ» – «Задоволеність життям».

За когнітивну сферу відповідають шкали «ПО» – «Позитивний образ себе», «СВ» – «Самоповага», «СП» – «Самоприйняття», «ЦО» – «Ціннісні орієнтації».

За поведінково-вольову сферу відповідають шкали «ГП» – «Гнучкість поведінки», «ПД» – «Підтримка», «ІЗ» – «Інтернальність загальна».

Опитаним християнам, які очікують отримати допомогу з боку Бога та членів релігійної спільноти, характерний більш позитивний Я-образ ($F=4,722$; $p=0,009$; $M=53,172$), порівняно з особами, які невпевнені в духовній та релігійній підтримці ($M=48,895$). Попри бачення себе у позитивному світлі, особи, які надають перевагу співпраці з вищою силою задля успішного подолання труднощів, демонструють, однак, нижчий рівень самоповаги ($F=10,319$; $p=0,000$; $M=8,500$) та самоприйняття ($F=8,794$; $p=0,000$; $M=9,016$), порівняно з тими, хто комбінує різні способи волаючої поведінки ($M=9,902$ та $M=10,946$ відповідно). Ймовірно, отримані результати можна пояснити, звернувшись до аналізу шкали «Прийняття агресії» тесту самоактуалізації особистості Е. Шострома у модифікації Л. Гозмана та М. Кроза. Зокрема опитані, які дотримуються релігійних настанов при зіткненні із труднощами, заперечують те, що деякі нега-

тивні риси характеру, а саме агресивність, можуть бути природними проявами поведінки людини. Усвідомлюючи те, що іноді вони все-таки виявляють до ближніх неприязнь та ворожість, їм стає важче змиритись із протиріччями у собі. Цей внутрішній конфлікт спричинює зниження рівня самоповаги та самоприйняття у тих, хто переконує себе в істинності релігійних поглядів.

Аналіз поведінково-вольової сфери вказує на такі статистично значущі відмінності. Віруючі, які прагнуть долучити Бога до процесу долавання труднощів, демонструють нижчі бали за шкалами «Гнучкість поведінки» ($F=5,299$; $p=0,006$; $M=11,609$) та «Підтримка» ($F=6,866$; $p=0,001$; $M=44,688$), порівняно з групою, представники якої поєднують різні стратегії для розв'язання проблем. Звертаючись до релігійних практик як засобу у подоланні негараздів, особи частіше виявляють ригідність, чітко дотримуючись встановленої моделі долаючої поведінки, запропонованої іншими. Виявляючи залежність у своїх вчинках від думки та оцінок оточуючих, керуючись системою поглядів, які були розроблені іншими, віруючі стають менш здатними швидко та адекватно реагувати на ситуації, які постійно змінюються і вимагають застосування нестандартного до них підходу.

Перейдемо до аналізу оцінки ефективності використання негативних релігійних копінг-стратегій. Порівняльний аналіз виокремлених груп вказує на такі статистичні значущі відмінності (рис. 2). Опитані, які сумніваються у могутності Бога що-небудь змінити у їхньому житті, демонструють низький емоційний тонус ($F=5,208$; $p=0,006$; $M=46,412$), напруження ($F=5,289$; $p=0,006$; $M=46,544$), тривогу ($F=8,168$; $p=0,000$; $M=47,000$), незадоволення життям ($F=4,723$; $p=0,009$; $M=51,228$) та нестійкий емоційний тон ($F=4,572$; $p=0,011$; $M=47,816$), порівняно з тими, хто комбінує різні стратегії долаючої поведінки при появі труднощів ($M=50,902$; $M=51,304$; $M=52,293$; $M=55,152$; $M=51,348$ відповідно). У ситуації емоційного напруження особи, які не впевнені в істинності релігійних догм, виявляють незібраність та інертність щодо подолання труднощів. Будучи втомленими, у них зменшується ресурс сил, аби завершити розпочату справу до кінця.

Безвихідна ситуація викликає в осіб, які переконані, що Бог покинув їх у важку хвилину життя, переживання неспокою та тривоги. Емоційно напружені, дорослі люди починають вбачати у більшості життєвих ситуацій яку-небудь загрозу для свого повноцінного функціонування. Постійно очікуючи появу несприятливих подій, віруючі виявляють своє незадоволення тим, як складається їхнє життя та як відбувається процес їхньої самореалізації.

Аналіз когнітивної сфери осіб, які розчаровані взаєминами з Богом та членами релігійної спільноти, виявив їхню схильність до критичного оцінювання своїх рис ($F=4,722$; $p=0,009$; $M=48,895$), зниження рівня самоповаги ($F=10,319$; $p=0,000$; $M=8,061$) та самоприйняття ($F=8,799$; $p=0,000$; $M=9,228$), порівняно з іншими групами. Уявляючи себе у негативному світлі, віруючі не виявляють бажання приймати себе незалежно від оцінки своїх недоліків та переваг. Критичне сприйняття себе та свого місця у житті наштовхує дорослих людей, які сумніваються в істинності релігійних догм, переоцінити свої життєві пріоритети та цінності ($F=3,831$; $p=0,023$; $M=10,956$). Особи усвідомлюють, що цінності добра, любові та справедливості є невизначальними у житті на противагу цінностям сили та авторитету ($F=3,469$; $p=0,033$; $M=7,789$).

Вартим уваги виявився факт подібності поведінково-вольової діяльності у групі опитаних, які схильні використовувати негативні релігійні копінг-стратегії, до тих, хто прагне співпрацювати з Богом. Зокрема особи, які розчаровані у релігії, теж виявляють ригідність поведінки ($F=5,299$; $p=0,006$; $M=11,570$) та несаможиттєвості у прийнятті рішень ($F=6,866$; $p=0,001$; $M=44,114$), порівняно з тими, хто поєднує використання різних способів долаючої поведінки. Неспроможні швидко та адекватно відреагувати на мінливу ситуацію, дорослі люди виявляють залежність від сильного авторитету, думку якого вони поважають. Орієнтовані отримати від цього авторитету підтримку та допомогу, віруючі, сповнені сумнівом у всемогутності Бога, підпадають під вплив «сильнішої» особи, яка вказує шлях до зміни їхнього життя.

Перейдемо до оцінки ефективності використання різних релігійних копінг-стратегій. Результати порівняльного аналізу за t -критерієм Ст'юдента вказують на такі статистично значущі відмінності (рис. 2). Віруючі, які поєднують у процесі додання труднощів різні способи долаючої поведінки – і позитивні, і негативні, – демонструють вищий емоційний тонус ($F=5,208$; $p=0,006$; $M=50,902$) та більш стійкий емоційний тон ($F=4,572$; $p=0,011$; $M=51,348$), порівняно з групами, які чітко дотримуються обраного стилю додання труднощів. Комбінуючи різні копінг-стратегії, особи стають більш активними у процесі розв'язання проблем. Дорослі люди, виявляючи стеничні емоційні реакції, переживають впевненість в успішному подоланні труднощів ($F=8,168$; $p=0,000$; $M=52,293$) та задоволеність тим, як розгортається їхнє життя ($F=4,723$; $p=0,009$; $M=5,152$). Поєднання різних способів долаючої поведінки залежно від типу ситуації та ресурсів, якими

володіє людина, сприяє зменшенню у них емоційного напруження та неспокою ($F=5,289$; $p=0,006$; $M=51,304$).

Аналіз когнітивної сфери вказує на таке. Особам, які делегують відповідальність за процес розв'язання проблем вищій силі і при цьому критично оцінюють якість цієї «взаємодії», характерний вищий рівень самоповаги ($F=10,319$; $p=0,000$; $M=9,902$) та самоприйняття ($F=8,799$; $p=0,000$; $M=10,946$) у порівнянні з тими, хто використовує чітко визначені – або позитивні, або негативні – копінг-стратегії. Особи, комбінуючи різні способи долаючої поведінки, схильні високо оцінювати свої якості, а також приймати себе незалежно від внутрішніх протиріч. Поважаючи себе, віруючі орієнтуються на соціально значимі цінності – добра, справедливості та взаємоповаги ($F=3,831$; $p=0,023$; $M=12,000$).

При дослідженні поведінково-вольової сфери виявлено, що поєднання позитивних і негативних способів розв'язання проблем, стимулює осіб виявляти більшу гнучкість ($F=5,299$; $p=0,006$; $M=13,043$). Віруючі швидко змінюють свої стратегії додання труднощів залежно від ситуації: вони можуть поновлювати духовний зв'язок з вищою силою, беручи участь у різних релігійних практиках, або ж виявляють розчарування та незадоволення тим, що Бог не завжди присутній у їхньому житті і покинув у найважчий момент.

Оскільки особа схильна швидко реагувати на мінливу ситуацію, вона надає перевагу тим стратегіям, вибір яких вона здійснила самостійно і не потребує їхнього узгодження із загальноприйнятими поглядами (у даному релігійними цінностями) ($F=6,866$; $p=0,001$; $M=48,304$). Зокрема віруючі можуть докласти зусилля, аби співпрацювати з Богом, однак це не перешкоджає їм критично оцінити «внесок» вищої сили у процес додання труднощів, вважаючи, що Бог все-таки покинув їх у важку хвилину життя.

Виявляючи гнучкість долаючої поведінки, особи усвідомлюють, що життєві події вони частіше контролюють одноосібно ($F=3,975$; $p=0,019$; $M=4,685$) за рахунок зміни стратегій у кожній конкретній ситуації. Незалежні від зовнішніх оцінок, віруючі сповнені рішучості та впевненості в успішному розв'язанні проблем.

Висновки. Церква та релігійна спільнота постійно закликає своїх вірних звертатись по допомогу до Бога у випадку появи труднощів. Однак проведений аналіз вказує на переважання тих християн, які піддають сумніву істинність релігійних догм і не виявляють бажання співпрацювати з вищою силою. Разом з тим

кожна третя віруюча особа виявляє гнучкість у релігійному питанні, поєднуючи залежно від ситуації різні релігійні стратегії долаючої поведінки.

Прагматична оцінка релігійних копінг-стратегій показала, що схильність дорослої людини докладати зусилля, аби залучити Бога до розв'язання проблем, пов'язана із позитивними змінами лише в емоційній сфері – віруючі переживають спокій та впевненість. Попри домінування в осіб, які співпрацюють з вищою силою, позитивного Я-образу, спостерігається зниження у них самоповаги та самоприйняття. Чітке дотримання релігійної науки щодо того, як долати труднощі, супроводжуються, однак, появою ригідності поведінки.

Прагматична оцінка негативного типу релігійних способів додання труднощів вказує на переваження негативних наслідків для особистості. Зокрема з'являється пригнічений настрій, підкреслюються негативні риси в Я-образі та зникає бажання швидко і адекватно реагувати на мінливі ситуації.

Найкорисніші зміни для особистості спостерігатимуться у тому випадку, коли віруючі будуть ефективно поєднувати різні релігійні способи долаючої поведінки – співпрацю з Богом із переоцінкою його всемогутності. Дорослим християнам характерний піднесений настрій, позитивне самоприйняття та гнучкість у поведінці, яка передбачає швидку та адекватну реакцію на мінливу ситуацію.

Список використаних джерел

1. Єсип М. З. Адаптація методики «Релігійні копінг-стратегії» (RCOPE) К. Паргамент, Г. Кюніга і Л. Перез / М. З. Єсип // Соціальна психологія. – 2010. – № 2 (40). – С. 150–160.
2. Інтерв'ю Миколи Шульги, доктора соціологічних наук, Президента Соціологічної асоціації України, заступника директора Інституту соціології НАН України: [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://dc-summit.info/razdely/intervju/1527-intervju-mikoli-shulgi.html>
3. Релігія і влада в Україні: проблеми взаємовідносин: [Електронний ресурс] // Інформаційно-аналітичні матеріали до Круглого столу [«Державно-конфесійні відносини в Україні, їх особливості і тенденції розвитку»], (8 лютого 2011р.). – Режим доступу: http://www.razumkov.org.ua/upload/prz_2011_Rlg_sml.pdf. – 82 с.
4. Українці стають однією із найрелігійніших націй Європи: [Електронний ресурс] // Кореспондент. – 29 квітня 2011

р. – Режим доступу до статті: <http://ua.korrespondent.net/ukraine/1212519-korrespondent-ukrayinci-peretvoryuyutsya-v-odnu-iz-najreligijnishih-nacij-evropi>

5. Ano G. G. Religious coping and psychological adjustment to stress: A meta-analysis / G. G. Ano, E. Vasconcelles // *Journal of Clinical Psychology*. – 2005. – Vol. 61. – No. 4. – P. 461–480.
6. Folkman S. Making the case for coping / S. Folkman // *Personal Coping: Theory, research, and application* / ed. by B. N. Carpenter. – London: Praeger, 1992. – P. 31–46.
7. Pargament K. I. The many methods of religious coping: Development and initial validation of the RCOPE / K. I. Pargament, H. G. Koenig, L. M. Perez // *Journal of Clinical Psychology*. – 2000. – Vol. 56. – No. 4. – P. 519–543.
8. Pargament K. I. The psychology of religion and coping: Theory, research, practice / K. I. Pargament. – New York: The Guildford Press, 1997. – 548 p.
9. Patterns of positive and negative religious coping with major life stressors / K. I. Pargament, B. W. Smith, H. G. Koenig, L. Perez // *Journal for the Scientific Study of Religion*. – 1998. – Vol. 37. – P. 710–724.

Spysok vykorystanyh dzherel

1. Jesyp M.Z. Adaptacija metodyky «Religijni kopiny-strategii» (RCOPE) K. Pargamenta, H. Koeniga I L. Perez / M. Z. Jesyp // *Social'na psihologija*. – 2010. – № 2 (40). – S. 150–160.
2. Interv'ju Mykoly Shul'gy, doktora sociologichnyh nauk, Prezydenta Sociologichnoi' asociacii' Ukrai'ny, zastupnyka dyrektora Instytutu sociologii' NAN Ukrai'ny: [Elektronnyj resurs]. – Rezhym dostupu: <http://dc-summit.info/razdely/intervju/1527-intervju-mikoli-shulgi.html>.
3. Religija i vlada v Ukrai'ni: problemy vzajemvidnosyn: [Elektronnyj resurs] // Informacijno-analitychni materialy do Kruglogo stolu [«Derzhavno-konfesijni vidnosyny v Ukrai'ni, i'h osoblyvosti i tendencii' rozvytku»], (8 ljutogo 2011 r.). – Rezhym dostupu: http://www.razumkov.org.ua/upload/prz_2011_Rlg_sml.pdf. – 82 s.
4. Ukrai'nci stajut' odnijeju iz najreligijnishyh nacij Jevropy: [Elektronnyj resurs] // *Korespondent*. – 29 kvitnja 2011 r. – Rezhym dostupu do statti: <http://ua.korrespondent.net/ukraine/1212519-korrespondent-ukrayinci-peretvoryuyutsya-v-odnu-iz-najreligijnishih-nacij-evropi>

5. Ano G. G. Religious coping and psychological adjustment to stress: A meta-analysis / G. G. Ano, E. Vasconcelles // *Journal of Clinical Psychology*. – 2005. – Vol. 61. – No. 4. – P. 461–480.
6. Folkman S. Making the case for coping / S. Folkman // *Personal Coping: Theory, research, and application* / ed. by B. N. Carpenter. – London: Praeger, 1992. – P. 31–46.
7. Pargament K. I. The many methods of religious coping: Development and initial validation of the RCOPE / K. I. Pargament, H. G. Koenig, L. M. Perez // *Journal of Clinical Psychology*. – 2000. – Vol. 56. – No. 4. – P. 519–543.
8. Pargament K. I. *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice* / K. I. Pargament. – New York: The Guildford Press, 1997. – 548 p.
9. Patterns of positive and negative religious coping with major life stressors / K. I. Pargament, B. W. Smith, H. G. Koenig, L. Perez // *Journal for the Scientific Study of Religion*. – 1998. – Vol. 37. – P. 710–724.

M.Z. Yesyp. Pragmatic evaluation of overcoming behavior's religious methods. In the article a pragmatic assessment of religious ways of overcoming difficulties is given. It was found that the tendency of adult efforts to involve God to solve the problems associated with positive changes only in the emotional sphere – believers experiencing peace and confidence. Despite the dominance of individuals with positive self-image, who cooperate with the highest power, we notice decrease in self-esteem and self-acceptance in them. Strict adherence to religious teachings on how to overcome difficulties, accompanied, however, the appearance of rigidity behavior. It becomes more difficult for a person to adequately respond to the changing situation.

Pragmatic evaluation of negative type of religious ways of overcoming difficulties indicates predominately negative consequences for the individual. It was found that the faithful easily gets into depressed mood and desire to respond to changing situations disappears quickly. Persons emphasize negative aspects of self-image, the level of self-esteem and self-acceptance gets lower.

The most useful change for the individual will be observed in the cases where believers will effectively combine different ways of overcoming religious behavior – cooperation with God the revaluation of His omnipotence. Adult Christians will be characterized by elation, positive self-perceptions and behavioral flexibility, which provide fast and adequate response to the situation.

Key words: religious coping strategies, pragmatic assessment, mood, self-esteem, self-acceptance and flexibility.

Отримано: 15.01.2014 р.