

12. Maslow A. H. *Toward a Psychology of Being* / A. H. Maslow. – 2nd ed. – N.Y. : Van Nostrand, 1968. – 341p.
13. Рождерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека [Электронный ресурс] / К. Рождерс. – М. : Прогресс, 1994. – Режим доступа : [http://www.psychologos.ru/articles/view/glava\\_19.\\_k\\_teorii\\_tvorchestva](http://www.psychologos.ru/articles/view/glava_19._k_teorii_tvorchestva)
14. Анцупов А. Я. Словарь конфликтолога [Электронный ресурс] / А. Я. Анцупов, А. И. Шипилов. – М. : Эксмо, 2010. – 189 с. – Режим доступа : <http://www.litmir.me/br/?b=222888>
15. Марчанд Л. Лорд Байрон. Заложник страсти [Электронный ресурс] / Л. Марчанд // Режим доступа : <http://www.libros.am/book/read/id/287567/slug/lord-bajiron-zalozhnik-strasti>.
16. Вайнцвайг П. Десять заповедей творческой личности / П. Вайнцвайг ; пер. с англ.: С. Л. Лойко, Ф. Б. Сарнова. – М. : Прогресс, 1990. – 192 с.

Отримано 11.05.2015 р.

УДК 059.9.01

Ягіяєв І.І.<sup>°</sup>

---

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, факультет психології, аспірантка

---

## СОЦІАЛЬНІ ЧИННИКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ НЕРЕЛІГІЙНИХ ЛЮДЕЙ

*Релігійні люди показують вищі результати в дослідженнях психологічного благополуччя. Зв'язок релігійності і психологічного благополуччя залежить від ширшого контексту. Соціальними чинниками є релігійний або світський характер суспільства, загальне ставлення в суспільстві до релігії, конгруентність цінностей, що їх сповідує індивід та його спільнота в цілому, соціальна залученість та підтримка.*

**Ключові слова:** Атеїзм, релігійність, психологічне благополуччя, суб'єктивне благополуччя, щастя, цінності

*Религиозные люди показывают более высокие результаты в исследованиях психологического благополучия. Связь религиозности и психологического благополучия зависит от широкого контекста. Социальные факторы: религиозный или светский характер общества, отношение общества к религии в целом, конгруэнтность ценностей, исповедуемых индивидом и сообществом, социальная вовлеченность и поддержка.*

**Ключевые слова:** Атеизм, религиозность, психологическое благополучие, субъективное благополучие, счастье, ценности

*Religious people, on average, report higher rates in different measures of well-being. There are factors, which mediate the religious contribution to psychological well-being. The societal factors are religious or secular character of society, its attitude towards religion, the congruence of personal and societal values, social engagement, support, provided by the religious or secular community.*

**Keywords:** Atheism, religiosity, PWB, SWB, happiness, values

**Актуальність.** Останні десятиліття спостерігається підвищений інтерес до наукового вивчення позитивного функціонування, благополуччя і щастя людей. Ці дослідження були оформлені в рух, що отримав назву позитивна психологія. Позитивні психологи вивчають благополуччя і щастя стосовно різних галузей життя, в тому числі релігійних поглядів людей.

Останні дослідження свідчать, що релігійні люди, в середньому, повідомляють про більш високі показники щастя і благополуччя [3; 7; 9], їх соціальна самооцінка і психологічна адаптація є оптимальнішою (див. огляд у [18]), навіть їх повідомлення в мікроблогах Twitter позитивніші, ніж в атеїстів [32]. Може здатися, що релігія є незалежним чинником благополуччя: на основі значної кількості досліджень щастя, Р. Старк та Дж. Майєр навіть зробили висновок, що релігія здатна забезпечити «більш доступні і підтримуючі соціальні стосунки, ніж світські альтернативи, і це пов'язано зі священними припущеннями, що лежать в основі церковного життя». Ця підтримка уявляється в якості та є причиною різниці між показниками щастя релігійних та нерелігійних людей [38].

Тим не менш, результати залишаються спірними, і природа цих фактів може бути не настільки однозначною та лінійною як здається, а складнішою.

**Мета:** На основі теоретичного аналізу виявити можливі чинники психологічного благополуччя осіб зі світськими поглядами, в тому числі впевнених ( може краще переконаних) атеїстів.

Зв'язок показників релігійності і благополуччя є недостатньо сильним: дослідження показали їх слабку кореляцію [21]. Деякі автори не можуть відтворити позитивний зв'язок показників релігійності й щастя у своїх дослідженнях [25], або показують, що використання різних методик вивчення щастя призводить до різних результатів, навіть якщо ці показники корелювали раніше [24]. Інші вчені повідомляють тільки про помірну кореляцію – М. Аргайл називає цифру в 0, 16 [1]. Він стверджує також, що нерелігійна людина може бути щасливою і задоволеною життям в разі участі в нерелігійних, але ще корисніших для щастя, видах діяльності, як-от у спорті, романтичних стосунках, успішній роботі тощо.

Ефект від релігії не є однаковим в різних обставинах. В багатих і демократичних країнах релігійні та нерелігійні люди переживають аналогічний рівень благополуччя [10], і багато щасливих країн менш релігійні, ніж нещасні [4; 20; 36]. Отже, релігійний ефект залежить від соціальних обставин, і не є незалежним, як, наприклад, ефект від спортивних вправ або стосунків з іншими людьми, що завжди позитивно впливає на щастя.

Деякі люди більше за інших схильні відчувати переваги від приналежності до релігії. Перш за все це люди, які переживають певного роду нещастя. Релігія може бути застосована в якості основи для копінг-стратегії [напр., 12]. Отже, питання полягає не в тому, чи підвищує релігійність щастя, але (а) в яких умовах і для кого це відбувається.

Окрім цього, в більшості попередніх досліджень також не враховуються відмінності між нерелігійними людьми. Це звичайна практика для порівняння людей із високими показниками релігійності з тими, в кого вона знаходиться на низькому рівні, але таким чином змішуються різні групи респондентів: байдужі до релігії із людьми, релігійні вірування яких присутні, але не визначені, а також із абсолютно нерелігійними людьми. Методології оцінки багатьох дослідницьких програм, наприклад, опитувань інституту Геллапа, передбачають диференціацію релігійної та нерелігійної груп у вибірці [27]. Дуже релігійна частина вибірки є одноріднішою за нерелігійну, що складається з дуже різних людей. З цієї причини, такі дослідження пропонують занадто мало інформації щодо нерелігійних людей, наприклад, про переконаних атеїстів [21].

Також, коли відповідні види контролю застосовуються, значущий зв'язок між релігією і щастям може слабшати або й зовсім зникати. Когнітивний психолог релігії Л. Кіркпатрік використовує еволюційну метафору: люди схильні до релігії не тому, що сама релігія задовольняє деякі прості та одноманітні уподобання. Релігія задовольняє комплекс потреб, які еволюціонували незалежно один від одного. Те ж саме з чізкейком, який задовольняє наші еволюційно обумовлені потреби в солодощах і жирах. Чізкейк був розроблений людьми, щоби максимально задовольнити наші окремі смакові потреби разом. Л. Кіркпатрік стверджує, що релігія є свого роду соціально-емоційно-когнітивним чізкейком [23]. *Релігія може робити непрямий внесок в щастя, являючи собою «контейнер» для факторів, що його опосередковують*, не роблячи внесок сама по собі. Е. Дінер, Л. Тай і Д. Майєрс на основі опитувань інституту Геллапа виявили, що зв'язок релігії і суб'єктивного благополуччя в різних країнах обумовлений посередництвом трьох факторів: соціальної підтримки, почуття того, що тебе поважають, а також наявності цілі й сенсу життя [10]. Р. Інглхарт визначає, що релігійні вірування можуть сприяти благополуччю,

- (1) Знижуючи рівень домагань;
- (2) Підтримуючи почуття участі й солідарності;
- (3) Забезпечуючи почуття впевненості в небезпечному світі;
- (4) Забезпечуючи наявність цілей та сенсу життя [20].

Наша основна гіпотеза передбачає, що *щастя, пов'язане із внеском релігії, опосередковується факторами, які не завжди є релігійними самі по собі* (наприклад, соціальною участю та підтримкою спільноти, конгруентністю цінностей, що їх вважає важливою окрема людина, із цінностями спільноти загалом, впевненістю у власних переконаннях, почуттям соціальної і екзистенційної безпеки, цілей і сенсу життя, низьким рівнем домагань, евдоменічною на відміну від гедоністичної і матеріалістичної орієнтацією тощо). *Ці фактори також можуть бути повністю присутніми в світських видах діяльності та світогляду.* Тому, якщо позитивний ефект релігійності є непрямим, кожен інгредієнт цього «релігійного чізкейку», що стосується щастя, може бути, можливо, замінений світським без значних втрат. А. Норензаян і А. Шаріф показали, що люди, як правило, обманюють менше і проявляють більшу щедрість в економічних іграх, коли вони думають, що за ними спостерігає та чи інша всевідаюча істота [29]. Інші дослідження засвідчили, що віра як в Бога, так і в інститути світської влади (тобто, поліцію та уряд) є однаково корисними, сприяючи просоціальній поведінці [22]. Отже, світські «замінники» можуть досягти ефектів, подібних релігійним [16]. Та ж логіка пошуку свого роду «світського замінника» може бути застосована для дослідження взаємовідносин між різними показниками благополуччя і релігійності.

На основі аналізу літератури можна виявити чинники, які здатні опосередковувати релігійний (або світський) внесок в психологічне благополуччя:

- (1) Релігійний або світський характер суспільства, ставлення до релігії в суспільстві, конгруентність особистих і суспільних цінностей.
- (2) Соціальна залученість та підтримка, що надаються релігійною (або світською) спільнотою.
- (3) Почуття соціальної та екзистенційної безпеки.

(4) Впевненість у власних віруваннях – переконаність, що власні погляди на світ відповідають істині.

(5) Цілі та сенс життя.

(6) Менший рівень домагань.

(1) й (2) можна розглядати як соціальні, інші – як індивідуальні. Соціальні чинники будуть розглянуті нижче.

Релігійний вплив на щастя і задоволеність життям може бути опосередкований соціальною участю та підтримкою спільноти. Теоретики прив'язаності (attachment theory) розглядають питання про необхідність належності (need to belong) і підтримки іншими людьми в якості фундаментальної потреби [2], в той час як теорія самодетермінації (Self-Determination Theory – SDT) Е. Десі та Р. Райана постулює, що зв'язність є однією з трьох вроджених психологічних потреб [7]. *Релігійна належність може бути одним з основних джерел почуття належності, забезпечуючи відчуття позитивних відносин з іншими людьми й з усією громадою.* Л. Гален і Дж. Клоет зазначають, що згідно з їх дослідженнями, соціальна підтримка, що сприймається суб'єктивно (perceived social support) та частота соціальних контактів більш тісно пов'язані з благополуччям, ніж віра в Бога сама по собі [16]. О. Ставрова і колеги роблять висновок, що релігійність сприяє суб'єктивному благополуччю в тій мірі, в якій вона підтримується усією спільнотою. Оскільки атеїсти рідко створюють співтовариства, вони не в змозі відчуті психологічні переваги потужної підтримки іншими в спільноті. Навіть релігійні меншини будують соціально згуртовані групи та, як правило, щасливі тією ж мірою, що й представники релігійної більшості [39]. Незважаючи на акцент Р. Старка на унікальності саме релігійної приналежності та її внеску в індивідуальне щастя, як мінімум не є очевидним, що світські соціальні зв'язки і підтримка не в змозі виконувати цю функцію не гірше.

Зв'язок між релігійністю і показниками благополуччя опосередковується ставленням до релігії в суспільстві, релігійним або світським характером даного суспільства в цілому. Цей фактор передбачає конгруентність індивідуальних та соціальних цінностей, і ця конгруентність може зробити свій внесок в індивідуальне благополуччя. Нерелігійні людей щасливіші в світських суспільствах, оскільки вони можуть виражати свої погляди, не побоюючись негативних наслідків, і мати більше друзів-однодумців. *Люди щасливіші, коли вони вписуються в домінуючі характеристики культури свого суспільства.* Цей статистичний тренд відноситься до релігійності, а також екстраверсії тощо – екстраверти щасливіші в Латинській Америці, мусульманських та інших країнах, де культура більш екстравертована, але не такі щасливі в країнах Північної Європи [10; 21; 36; 39]. Дж. Гебауер, К. Седікідес і Н. Вієбке емпірично підтвердили гіпотезу релігійності як соціальної цінності [18]. Відповідно до даної гіпотези, соціальна значущість має відчутні психологічні переваги. Релігійні люди користуються психологічними перевагами в тих культурах, що мають тенденцію цінувати релігійність, і чим менше значення надається релігійності в культурі, тим більше вірогідності, що аналогічний рівень щастя будуть відчувати люди з альтернативними поглядами на релігію. Наприклад, зв'язок між щастям і релігійністю слабше в Данії, одній з найбільш світських країн в світі, ніж в помірно релігійних США. Автори доходять висновку, що *психологічні переваги релігійності не є іманентно притаманними релігії та універсальними, а є*

культурноспецифічними. Вони базуються на соціальному контексті і механізмах конформності [10]. З іншого боку, серйозним джерелом стресу для невір'ючих є негативне сприйняття іншими людьми через невір'я [40].

Благополуччя може іти поруч із пріоритетом алоцентричних (колективістських) цінностей в індивідуалістичних суспільствах. Гіпотеза А. Мусіол і К. Бенке про зв'язок між конгруентністю цінностей і щастям була спростована [28].

**Висновки:** Загалом, релігійні люди показують вищі результати в різноманітних дослідженнях щастя і благополуччя. Може здатися, що релігія є самостійним чинником щастя. Тим не менше, результати залишаються спірними, і є свідчення їх більш складної природи.

Психологічні переваги релігійності не є універсальними, а культурно-специфічними. В багатих і демократичних країнах релігійні та нерелігійні люди відчують той же рівень благополуччя. Співвідношення між релігійністю і психологічним благополуччям залежить від ширшого контексту. Зокрема, існують чинники, які опосередковують релігійний внесок у психологічне благополуччя. Вони можуть бути умовно розділені на соціальні та індивідуальні. Соціальні чинники є релігійним або світським характером суспільства, загальне ставлення суспільства до релігії, конгруентність цінностей, що їх сповідує індивід та його спільнота в цілому, соціальна залученість та підтримка.

Релігійні люди користуються психологічними перевагами в культурах, які, як правило, цінують релігійність. Нерелігійні люди щасливіші в світських суспільствах, тому що вони можуть виражати свої погляди без побоювань, та легше знайти друзів-одномудців. Люди щасливіші, коли вони вписуються в культуру суспільства, в якому живуть. Психологічні переваги релігійності є, крім інших факторів, сформованими соціальним контекстом, домінуючими в суспільстві цінностями і механізмами конформності. (може комфортності)

#### **Список використаних джерел**

1. Argyle M. The psychology of happiness [Text]. – Routledge, 2013. – 288 p.
2. Baumeister R. F., Leary M. R. The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation [Text] // Psychological bulletin. – 1995. – Т. 117. – №. 3. – P. 497.
3. Argyle M., Beit-Hallahmi B. The psychology of religious behaviour, belief and experience [Text]. – Routledge, 2014. – 336 p.
4. Biswas-Diener R., Vittersø J., Diener E. The Danish effect: Beginning to explain high well-being in Denmark [Text] // Social Indicators Research. – 2010. – Т. 97. – №. 2. – P. 229-246.
5. Biswas-Diener R., Kashdan T. B., King L. A. Two traditions of happiness research, not two distinct types of happiness [Text] // The Journal of Positive Psychology. – 2009. – Т. 4. – №. 3. – P. 208-211.
6. Crescioni W., Baumeister R. The Four Needs for Meaning, the Value Gap, and How (and Whether) Society Can Fill the Void [Text] // Hicks J. A., Routledge C. The experience of meaning in life: Classical perspectives, emerging themes, and controversies. – Springer, 2013. – P. 3-15.
7. Deci E. L., Ryan R. M. Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction [Text] // Journal of Happiness Studies. – 2008. – Т. 9. – №. 1. – P. 1-11.
8. Diener E., Seligman M. E. P. Very happy people [Text] // Psychological science. – 2002. – Т. 13. – №. 1. – P. 81-84.
9. Diener E. D. et al. The satisfaction with life scale [Text] // Journal of personality assessment. – 1985. – Т. 49. – №. 1. – P. 71-75.
10. Diener E., Tay L., Myers D. G. The religion paradox: If religion makes people happy, why are so many dropping out? [Text] // Journal of personality and social psychology. – 2011. – Т. 101. – №. 6. – P. 1278-1290.
11. Eichhorn J. Happiness for believers? Contextualizing the effects of religiosity on life-satisfaction [Text] // European sociological review. – 2011. – P. 583–593.

12. Faigin C. A., Pargament K. I. Strengthened by the spirit: Religion, spirituality, and resilience through adulthood and aging [Text] // Resilience in Aging. – Springer New York, 2011. – P. 163-180.
13. Farias M. et al. Scientific faith: belief in science increases in the face of stress and existential anxiety [Text] // Journal of experimental social psychology. – 2013. – T. 49. – №. 6. – P. 1210-1213.
14. Frankl V. E. Man's search for meaning [Text]. – Simon and Schuster, 1985.
15. Galati D., Sotgiu I., Iovino V. What makes us happy? A study on the subjective representation of happiness components [Text] // Dimensions of well-being. Research and intervention. – 2006. – P. 60-74.
16. Galen L. W. Does religious belief promote prosociality? A critical examination [Text] // Psychological bulletin. – 2012. – T. 138. – №. 5. – P. 876-906.
17. Galen L. W., Kloet J. D. Mental well-being in the religious and the non-religious: Evidence for a curvilinear relationship [Text] // Mental Health, Religion & Culture. – 2011. – T. 14. – №. 7. – P. 673-689.
18. Gebauer J. E., Sedikides C., Neberich W. Religiosity, Social Self-Esteem, and Psychological Adjustment On the Cross-Cultural Specificity of the Psychological Benefits of Religiosity [Text] // Psychological Science. – 2012. – T. 23. – №. 2. – P. 158-160.
19. Jong J., Halberstadt J., Bluemke M. Foxhole atheism, revisited: The effects of mortality salience on explicit and implicit religious belief [Text] // Journal of Experimental Social Psychology. – 2012. – T. 48. – №. 5. – P. 983-989.
20. Inglehart R. Faith and freedom: Traditional and modern ways to happiness [Text] // International differences in well-being. – 2010. – P. 351-397.
21. Hwang K. Atheism, Health, and Well-being [Text] // The Oxford Handbook of Atheism. – 2013. – S. Bullivant & M. Ruse (Eds.). Oxford. Oxford University Press. – P. 525-536.
22. Kay A. C. et al. For God (or) country: the hydraulic relation between government instability and belief in religious sources of control [Text] // Journal of personality and social psychology. – 2010. – T. 99. – №. 5. – P. 725-739.
23. Kirkpatrick L. A. Precis: Attachment, evolution, and the psychology of religion [Text] // Archive for the Psychology of Religion / Archiv für Religionspsychologie. – 2006. – T. 28. – №. 1. – P. 3-47.
24. Lewis C. A., Cruise S. M. Religion and happiness: Consensus, contradictions, comments and concerns [Text] // Mental health, religion and culture. – 2006. – T. 9. – №. 03. – P. 213-225.
25. Lewis C. A., Maltby J., Burkinshaw S. Religion and happiness: Still no association [Text] // Journal of Beliefs and Values. – 2000. – T. 21. – №. 2. – P. 233-236.
26. Mochon D., Norton M. I., Ariely D. Who benefits from religion? [Text] // Social Indicators Research. – 2011. – T. 101. – №. 1. – P. 1-15.
27. Myers D. Religious Engagement and Well-being [Text] // Oxford Handbook of Happiness. – David S., Boniwell I., Ayers A. (Eds.) – 2013. – Oxford. Oxford University Press. – P. 88-100.
28. Musiol A. L., Boehnke K. Person-Environment Value Congruence and Satisfaction with Life [Text] // International Journal of Humanities and Social Science. – 2013. – T. 3. – №. 9 – P. 57-65.
29. Norenzayan A., Shariff A. F. The origin and evolution of religious prosociality [Text] // Science. – 2008. – T. 322. – №. 5898. – P. 58-62.
30. Norris P., Inglehart R. Sacred and secular: Religion and politics worldwide [Text]. – Cambridge University Press, 2011.
31. Paul G. The chronic dependence of popular religiosity upon dysfunctional psychosociological conditions [Text] // Evolutionary Psychology. – 2009. – T. 7. – №. 3. – P. 398-441.
32. Ritter R. S., Preston J. L., Hernandez I. Happy tweets: Christians are happier, more socially connected, and less analytical than atheists on Twitter [Text] // Social Psychological and Personality Science. – 2013. – P. 1-7.
33. Ryff C. D. Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia [Text] // Psychotherapy and psychosomatics. – 2013. – T. 83. – №. 1. – P. 10-28.
34. Schnell T., Keenan W. J. F. Meaning-making in an atheist world [Text] // Archive for the Psychology of Religion. – 2011. – P. 55-78.
35. Sagiv L., Schwartz S. H. Value priorities and subjective well-being: Direct relations and congruity effects [Text] // European journal of social psychology. – 2000. – T. 30. – №. 2. – P. 177-198.
36. Snoop L. Religiousness and happiness in three nations: A research note [Text] // Journal of Happiness Studies. – 2008. – T. 9. – №. 2. – P. 207-211.

37. Sorthaix F. M., Lönnqvist J. E. Personal Value Priorities and Life Satisfaction in Europe The Moderating Role of Socioeconomic Development [Text] // Journal of Cross-Cultural Psychology. – 2014. – Т. 45. – №. 2. – P. 282-299.
38. Stark R., Maier J. Faith and happiness [Text] // Review of Religious Research. – 2008. – P. 120-125.
39. Stavrova O., Fetchenhauer D., Schlösser T. Why are religious people happy? The effect of the social norm of religiosity across countries [Text] // Social science research. – 2013. – Т. 42. – №. 1. – P. 90-105.
40. Weber S. R. et al. Psychological distress among religious nonbelievers: A systematic review [Text] // Journal of religion and health. – 2012. – Т. 51. – №. 1. – P. 72-86.

Отримано 12.05.2015 р.