

Sveučilište u Zagrebu  
Filozofski fakultet  
Odsjek za psihologiju

**RELIGIOZNOST I NEKI POKAZATELJI DOBROBITI**

Ana Štifter

Mentor: dr.sc. Denis Bratko

Zagreb, 2006.

## Religioznost i neki pokazatelji dobrobiti

Ana Štifter

### Sažetak

Prema Ryanovoj i Decievoj teoriji samoodređenja (2000) utvrđeno je da zadovoljenje osnovnih psiholoških potreba: autonomije, kompetencije i povezanosti doprinosi zadovoljstvu životom. Budući da se religioznost smatra egzistencijalnom potrebom čovjeka, zanimalo nas je postoji li povezanost religioznosti i nekih pokazatelja dobrobiti: zadovoljstva životom te zadovoljenja potreba za autonomijom, kompetencijom i povezanošću, kao i doprinosi li religioznost predikciji zadovoljstva životom.

U istraživanju je sudjelovalo 448 studenata Fakulteta za elektrotehniku i računarstvo, prosječne dobi 19 godina. Od mjernih instrumenata korišteni su Upitnik religioznosti, Skala zadovoljstva životom te Skala osnovnih psiholoških potreba.

Ovim radom potvrdili smo rezultate prijašnjih istraživanja o povezanosti zadovoljenosti tri osnovne psihološke potrebe (za autonomijom, kompetencijom i povezanošću) i zadovoljstva životom, kao i ulogu zadovoljenja triju navedenih potreba u predviđanju zadovoljstva životom. Nadalje, potvrdili smo hipotezu o povezanosti religioznosti i zadovoljstva životom. Osim toga, religioznost se pokazala kao slabi, ali statistički značajan prediktor za zadovoljstvo životom.

Budući da nismo utvrdili povezanost između religioznosti i zadovoljenja tri osnovne psihološke potrebe (za autonomijom, kompetencijom i povezanošću), zaključujemo da religioznost poboljšava procjenu zadovoljstva životom, neovisno o zadovoljenju tri osnovne psihološke potrebe.

Ključne riječi: religioznost, dobrobit, zadovoljstvo životom, osnovne psihološke potrebe

## Religiosity and some indicators of well-being

Ana Štifter

### Summary

According to Self-determination theory (Ryan and Deci, 2000), fulfilment of basic psychological needs of autonomy, competence and relatedness improves the prediction of life satisfaction.

Since religiosity is being considered as an existential human need, we were interested whether religiosity contributes to the prediction of life satisfaction. Also we wanted to examine the correlation between religiosity and some indicators of well-being: life satisfaction and fulfilment of basic psychological needs: autonomy, competence and relatedness.

A sample of 448 students of Faculty of Electrical Engineering and Computing, average age 19 years, participated in the study.

Religiosity questionnaire, Satisfaction with Life Scale and Basic Psychological Needs Scale have been used.

This study confirmed the results of previous research; there is a positive and significant correlation of life satisfaction and basic psychological needs. Regression analysis suggests that the satisfaction of basic psychological needs helps in prediction of life satisfaction.

Moreover, a small, but statistically significant relationship between religiosity and life satisfaction was determined. Also, it was found that religiosity was a positive predictor of life satisfaction. Furthermore, because there was no correlation between the religiosity and three basic psychological needs, it was concluded that the prediction of religiosity in life satisfaction is independent of three basic psychological needs.

**Keywords:** religiosity, well-being, life satisfaction, basic psychological needs

## SADRŽAJ

|                                                                                              |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>UVOD .....</b>                                                                            | <b>1</b>  |
| <i>Religioznost .....</i>                                                                    | <i>1</i>  |
| <i>Ispitivanja i mjerenje u psihologiji religioznosti.....</i>                               | <i>2</i>  |
| <i>Dobrobit .....</i>                                                                        | <i>5</i>  |
| <i>Zadovoljstvo životom .....</i>                                                            | <i>6</i>  |
| <i>Osnovne psihološke potrebe .....</i>                                                      | <i>7</i>  |
| <i>Potreba za autonomijom .....</i>                                                          | <i>7</i>  |
| <i>Potreba za kompetencijom .....</i>                                                        | <i>7</i>  |
| <i>Potreba za povezanošću .....</i>                                                          | <i>8</i>  |
| <i>Što kažu pojedini autori o odnosu religioznosti i dobrobiti .....</i>                     | <i>8</i>  |
| <i>Neki rezultati istraživanja religioznosti i dobrobiti .....</i>                           | <i>9</i>  |
| <b>CILJ:.....</b>                                                                            | <b>10</b> |
| <b>PROBLEM I HIPOTEZE: .....</b>                                                             | <b>10</b> |
| <b>METODOLOGIJA .....</b>                                                                    | <b>11</b> |
| <i>Sudionici .....</i>                                                                       | <i>11</i> |
| <i>Postupak .....</i>                                                                        | <i>11</i> |
| <i>Mjerni instrumenti .....</i>                                                              | <i>12</i> |
| <i>Upitnik religioznosti .....</i>                                                           | <i>12</i> |
| <i>Skala zadovoljstva životom.....</i>                                                       | <i>13</i> |
| <i>Skala osnovnih psiholoških potreba .....</i>                                              | <i>14</i> |
| <b>REZULTATI .....</b>                                                                       | <b>15</b> |
| <b>RASPRAVA .....</b>                                                                        | <b>18</b> |
| <i>Religioznost i zadovoljstvo životom.....</i>                                              | <i>18</i> |
| <i>Religioznost i zadovoljenost potreba za autonomijom, kompetencijom i povezanošću .</i>    | <i>20</i> |
| <i>Predikcija zadovoljstva životom.....</i>                                                  | <i>22</i> |
| <i>Metodološki nedostaci provedenog istraživanja i smjernice za buduća istraživanja ....</i> | <i>23</i> |
| <b>ZAKLJUČAK.....</b>                                                                        | <b>25</b> |
| <b>LITERATURA .....</b>                                                                      | <b>26</b> |

## UVOD

U posljednjih dvadesetak godina porastao je interes psihologa za odnos religioznosti i dobrobiti. Uloga religioznosti u psihologiji zauzela je važno mjesto, o čemu svjedoči i činjenica da poznate svjetske akademske institucije poput Sveučilišta George Washington ili Harvarda već godinama uvrstavaju religioznost u svoje programe edukacije. Također, gotovo sve vodeće međunarodne stručne udruge, poput Američkog psihološkog udruženja, u svom sastavu imaju posebne radne skupine koje se bave proučavanjem učinka religioznosti na dobrobit (Svjetska zdravstvena organizacija 1998; prema Jurčić, Nikić i Vukušić, 2005).

Potaknuti nužnošću detaljnijeg istraživanja ovog područja psihologije, kao i raznolikim nalazima prethodnih istraživanja, ovim smo istraživanjem željeli provjeriti postoji li povezanost religioznosti i nekih pokazatelja dobrobiti te doprinosi li religioznost predikciji zadovoljstva životom.

Najprije ćemo reći nekoliko riječi o religioznosti, potom o dobrobiti i njenim pokazateljima, a na kraju o njihovoj povezanosti te rezultatima prijašnjih istraživanja.

### *Religioznost*

Allportova izjava da ima toliko različitih religioznih iskustava koliko i religioznih ljudi na zemlji, a može se još dodati: i onoliko različitih interpretacija o njima koliko i psiholoških istraživanja njima posvećenih (Ćorić, 2003) dobro opisuje kompleksnost i težinu razumijevanja religije, religioznosti i njihovog značenja u životu čovjeka.

Unutar psihologije religija se definira kao "sustav shvaćanja, vjerovanja, ponašanja, obreda i ceremonija, pomoću kojih pojedinci ili zajednica stavljaju sebe u odnos s Bogom ili s 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 and English, 1976; prema Ćorić, 2003; str. 21). Religioznost je zanimanje za religiju, angažiranost ili sudjelovanje u religiji. Soršak (2000) kaže da je religioznost vjerovanje da postoji netko ili nešto iznad ljudskog i zemaljskog što daje viši smisao životu.

Prema Mandarić (2000) religioznost je egzistencijalna potreba čovjeka, odgovor na najdublje čovjekove težnje, nešto što mu je gotovo «prirodno».

Pojmovi religije i religioznosti u definicijama međusobno se isprepliću, s tim da se religija više odnosi na društveno-kulturalni aspekt, a religioznost na individualno-doživljajni aspekt.

Odnos prema religiji ne shvaća se kao dihotomija religiozni-ateisti, već kao kontinuum na čijem se jednom kraju nalazi potpuna religioznost, a na drugom potpuna nereligioznost. Između ta dva ekstrema nalaze se svi mogući prijelazni stupnjevi u kojima se komponente religioznosti miješaju s komponentama nereligioznosti (Bahtijarević, 1975; prema Marinović Jerolimov, 2000).

Predmet proučavanja psihologije religioznosti je osoba, koja posredstvom psihičkih procesa postaje religiozna ili nereligiozna. Cilj proučavanja religioznosti unutar psihologije jest razumijevanje načina na koji čovjek razvija religiozni stav, kao i utjecaja tog stava na stil života i ponašanja pojedinca, odnosno uloge religioznosti u životu i funkcioniranju pojedinca. Dakle, cilj psihologije religioznosti nije utvrditi egzistenciju i osobine nadnaravnoga na koje se religija odnosi, već ispitati kako pojedinčeva uvjerenost o postojanju nadnaravnog utječe na individualan, moralan i društven aspekt njegova života. Psihologe zanima vjera kao jedan od elementarnih odnosa čovjeka prema svojoj okolini, jer se čovjekov odnos prema Bogu može odraziti i na njegov odnos prema samom sebi, drugim ljudima te svijetu koji ga okružuje.

Zašto su neki ljudi duboko religiozni dok drugi ne vjeruju u Boga; zašto neki vjernici imaju izrazito emocionalna religiozna iskustva dok drugi religiju doživljavaju kao "dosadnu naviku"; zašto nekim ljudima religija pomaže da se osjećaju zaštićeno i utješeno dok su drugi preplavljeni krivnjom i samoosuđivanjem, samo su neka od brojnih pitanja na koja psiholozi pokušavaju dati odgovore (Stiplošek, 2002). Religija, kao jedna od mogućnosti čovjekova odnosa prema svijetu te kao jedan od mogućih odgovora na čovjekova metafizička pitanja, prožima individualne, moralne te društvene aspekte života ljudi tj. očituje se u cjelokupnoj životnoj praksi.

#### *Ispitivanja i mjerenje u psihologiji religioznosti*

U svojim počecima, psihologija religioznosti nastojala je objektivizirati svoj predmet mjerenja svodeći ga na kvantitativne indikatore ponašanja dostupne direktnom opažanju (npr. čestina odlazaka u crkvu, moljenja i davanja novčanih priloga za crkvene svrhe, sudjelovanje u aktivnostima vjerskog karaktera i sl.). Međutim, ovakav pristup fenomenu religioznosti nije ni izdaleka pružao mogućnost za dublju analizu, čak niti samo

pojavnog oblika religioznosti. Suvremeni autori ističu da složen i slojevit fenomen kao što je religioznost nije opravdano ograničiti na jednu dimenziju ili pojedine izolirane aspekte već je potrebno obuhvatiti kognitivne, bihevioralne i emocionalne komponente ispitivanog konstrukta. Tako se unutar psihologije religioznosti najčešće 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, 2003).

Prilikom mjerenja različitih dimenzija religioznosti najviše se upotrebljava metoda upitnika, a razlikuju se jednodimenzionalne, dvodimenzionalne i višedimenzionalne skale. Allportov koncept intrinzične i ekstrinzične religiozne orijentacije smatra se najbolje razrađenim konceptualnim okvirom unutar psihologije religioznosti, koji je utjecao na najveći broj istraživanja u ovom području. Allport je također najčešće citirani autor u proučavanju religiozne orijentacije. I u istraživanjima provedenim u našoj zemlji (Dujić, 2002; Medak, 2002; Dragun, 2001; Vac, 1999), kao mjerni instrument korišten je hrvatski prijevod Skale intrinzične i ekstrinzične religiozne orijentacije, koju je Feagin (1964) razvio prema Allportovoj ideji intrinzične/ekstrinzične religioznosti.

Unatoč velikom doprinosu, navedeni pristup ima i brojne nedostatke. Prvi nedostatak vezan je uz definiranje konstrukta. Hodge (1972; prema Kirkpatrick i Hood, 1989.) zaključuje kako se radi o mjeri motivacije za određeno ponašanje, prije nego o samom ponašanju, dok Hunt i King (1971; prema Stiplošek, 2002.) navode kako je ekstrinzičnu i intrinzičnu orijentaciju moguće shvatiti kao osnovne varijable ličnosti. Netko može biti ekstrinzično orijentiran prema svemu, a religioznost je samo specifičan slučaj. Drugi prigovor odnosi se na međuodnos religioznih orijentacija. Na temelju provedenih istraživanja, Allport je utvrdio da intrinzična i ekstrinzična religiozna orijentacija ne predstavljaju krajnje vrijednosti bipolarnog kontinuuma kao što se prvobitno smatralo, već je korelacija između ta dva faktora ovisna o karakteristikama uzorka na kojem se ispituje (Donahue, 1985; prema Greblo 2004). Nadalje, na temelju psihometrijske evaluacije Allportove skale religiozne orijentacije (ROS), Kirkpatrick i Hood (1989) zaključuju kako u osnovi tih skala postoje tri faktora – jedan intrinzični i dva ekstrinzična. Također, nedostatak ROS-a su i čestice na koje mogu odgovarati samo osobe koje su vjernici, što gotovo onemogućuje primjenu na nekim uzorcima od

istraživačkog interesa. Zbog navedenih prigovora i nejasnoća, Allportova koncepcija se danas sve manje koristi.

Danas prevladava mišljenje da religioznost, kao složen i slojevit fenomen čovjekova svijeta nije moguće mjeriti samo jednom dimenzijom, odnosno opravdanije je koristiti višedimenzionalne skale, koje bolje opisuju konstrukt religioznosti. Za razvoj višedimenzionalnog pristupa religioznosti značajni su Glock i Stark koji su 1962. (prema Marinović Jerolimov, 2000) predložili četiri glavne dimenzije religioznosti: ideologijsku (religijska vjerovanja), ritualističku (religijska praksa), iskustvenu (religiozni osjećaji) i posljedičnu (efekti religije), kojima kasnije pridružuju i petu intelektualnu dimenziju (religijsko znanje). Navedene dimenzije često se koriste kao polazni okvir u empirijskim istraživanjima religioznosti, a predstavljaju i teorijsku osnovu mjernog instrumenta korištenog u ovom istraživanju.

*Ideologijska dimenzija* temelji se na očekivanju da će religiozna osoba prihvaćati određena vjerovanja. Sadržaj i opseg tih vjerovanja može se razlikovati ne samo među religijama, već često i unutar iste religijske tradicije (Marinović Jerolimov, 2000.).

*Iskustvena dimenzija* odražava činjenicu prema kojoj sve religije očekuju da će religiozna osoba u određenom trenutku doživjeti različite osjećaje povezane s religioznim iskustvom. Ti osjećaji mogu se kretati u rasponu od poniznosti do radosti te od osjećaja smirenosti i spokoja do osjećaja jedinstva s nadnaravnim. Svaka religija pridaje određenu vrijednost subjektivnom religijskom iskustvu kao znaku osobne religioznosti (Marinović Jerolimov, 2000.).

*Ritualna dimenzija* odnosi se na specifične religijske prakse koje vjernici trebaju obavljati (npr. odlazak u crkvu, molitva, post i sl.) i kao takva smatra se jednim od pokazatelja religioznosti. Međutim, teško je utvrditi u kojoj je mjeri prakticiranje religijskih obreda plod osobnog uvjerenja, a koliko je ono uvjetovano socijalizacijskim mehanizmima i usvajanjem tradicionalnih kulturoloških normi.

*Intelektualna dimenzija* vezana je uz očekivanje da će religiozna osoba biti upoznata s osnovnim načelima svoje vjere. Ova je dimenzija u vezi s ideologijskom jer je znanje o vjerovanju usko vezano uz njegovo prihvaćanje. No, vjerovanje ne mora slijediti iz znanja, niti sva znanja djeluju na vjerovanje. Rezultati istraživanja pokazuju kako vjernici često ne znaju neke osnovne činjenice vezane uz svoju vjeru (Marinović Bobinac, 2000). U suvremenom društvu religijski se dogmatizam sve manje bezuvjetno prihvaća. Mandarić (2000) smatra da to pogotovo vrijedi za mlade koji se ne zadovoljavaju

zadanom istinom, nego poput mozaika slažu vlastitu istinu uzimajući ono što je blisko njihovim interesima, a odbacujući ono što im ne odgovara.

*Posljedična dimenzija religioznosti* odnosi se na preporuke o ponašanju i stavovima koje vjernici trebaju usvojiti. Drugim riječima, ona govori o utjecaju vjerovanja, obreda, religioznih osjećaja i znanja na svakodnevni život pojedinca te na njegov odnos prema sebi i svijetu koji ga okružuje.

Budući da se ovakav višedimenzionalni model religioznosti pokazao najopravdanijim, nekoliko je hrvatskih istraživača (Ćorić, 2003; Ljubotina 2002, prema Stiplošek 2002; Pivčević, 2005) konstruiralo upitnike religioznosti, temeljene upravo na ovom modelu. Za ispitivanje religioznosti pripadnika katoličke vjeroispovijesti, namijenjeni su: Upitnik o dimenzijama religioznosti i njezinu utjecaju na svagdanji život (Ćorić, 2003) te Upitnik religioznosti (Pivčević, 2005).

Kutle (1999) i Soršak (2000) psihometrijski su validirale Upitnik o dimenzijama religioznosti i njezinu utjecaju na svagdanji život te zaključile da je objektivan, ima visoku pouzdanost i zadovoljavajuću valjanost. No ovaj upitnik kao i Upitnik religioznosti (Pivčević, 2005) sadržajem su prilagođeni samo pripadnicima katoličke vjeroispovijesti, što onemogućuje usporedbu pripadnika različitih religijskih skupina. Budući da Upitnik religioznosti profesora Ljubotine (2002, prema Stiplošek 2002) nije namijenjen samo pripadnicima katoličke vjeroispovijesti, odlučili smo koristiti ga u našem istraživanju, jer smo željeli da i pripadnici ostalih vjeroispovijesti, za koje smo pretpostavljali da bi mogli činiti naš uzorak, mogu odgovarati na sve čestice Upitnika religioznosti.

### *Dobrobit*

Dobrobit predstavlja pojam koji je teško definirati, stoga nema opće prihvaćene definicije dobrobiti, kao niti određene mjere njezine veličine. Liu (1976, prema Felce i Perry 1995) navodi da postoji toliko definicija dobrobiti, koliko i ljudi. Ljudi intuitivno znaju što je dobrobit, no budući da ona za svakoga predstavlja nešto drugo, vrlo teško ju je mjeriti.

Dobrobit je prevladavajući osjećaj da je život bio i da jest dobar; da je trenutno, ali i u cjelini naš život smislen, ugodan i ispunjavajući (Myers i Diener, 1995).

Diener i sur. (1999) opisuju dobrobit kao široku kategoriju fenomena koji uključuju emocionalne odgovore ljudi, ono što ljude čini zadovoljnim i opću procjenu zadovoljstva životom.

U istraživanjima dobrobiti, ona se sagledava iz subjektivne perspektive pojedinca, dakle, važnost se daje njegovu svjetonazoru. Istraživači su zainteresirani za dugoročni osjećaj zadovoljstva, iako ne zanemaruju i kratkotrajna raspoloženja i emocije. Postizanje pozitivne dobrobiti uključuje pozitivna iskustva kao što su zadovoljstvo životom i ugodne emocije (Diener 1984, prema Shimack, Oishi, Furr i Funder, 2004).

Konstrukti kojima se pokušava konceptualizirati dobrobit, odnosno njeni pokazatelji su: globalno zadovoljstvo životom, zadovoljstvo pojedinim područjima života, prisutnost pozitivnih afektivnih iskustava (ugodno raspoloženje i emocije) i relativna odsutnost negativnih afektivnih iskustava (neugodna raspoloženja i emocije) te zadovoljenje osnovnih psiholoških potreba.

U našem istraživanju, odlučili smo se istražiti slijedeće pokazatelje dobrobiti: zadovoljstvo životom (Pavot i Diener, 1993) i zadovoljenje tri osnovne psihološke potrebe (Deci i Ryan, 2000).

### *Zadovoljstvo životom*

*Zadovoljstvo životom* kognitivna je komponenta dobrobiti. Odnosi se na evaluacijski proces u kojem osoba ocjenjuje kvalitetu svog života prema vlastitom jedinstvenom sklopu kriterija (Shin i Johnson, 1978; prema Pavot i Diener, 1993). Tako su procjene zadovoljstva životom subjektivne procjene koje omogućuju osobi da koristi bilo koju informaciju koju smatra važnom za procjenu vlastitog života. Iako postoji slaganje o najvažnijim komponentama "dobrog života" kao što su zdravlje i uspješni odnosi s drugima, pojedinci pripisuju različitu težinu tim komponentama te imaju različite standarde "uspješnosti" u pojedinim domenama života. Stoga je nužno razumijeti globalnu procjenu nečijeg života, umjesto zadovoljstva pojedinim aspektima kao što su posao, međuljudski odnosi i zdravlje (Pavot i Diener, 1993).

Istraživanja su pokazala da procjene globalnog zadovoljstva životom mjerene Skalom zadovoljstva životom imaju značajnu pozitivnu povezanost s pozitivnim i značajnu negativnu povezanost s negativnim emocionalnim tonom (prema Pavot i Diener 1993). Trenutačno raspoloženje i vremenske prilike utječu na procjene zadovoljstva životom, kao i druge procjene dobrobiti. Zadovoljstvo životom, kao i drugi aspekti

dobrobiti, imaju relativnu stabilnost kroz vrijeme, iako se umjereno mijenjaju u reakciji na životne promjene. Kako se krećemo kroz život, naši ciljevi i potrebe se mijenjaju, no osjećaj dobrobiti ostaje relativno stabilan (Pavot i Diener, 1993).

#### *Osnovne psihološke potrebe*

Prema teoriji samoodređenja (eng. *Self-Determination Theory*), osobna dobrobit je direktna funkcija zadovoljavanja osnovnih psiholoških potreba. Teorija govori o tri osnovne psihološke potrebe - potreba za autonomijom, potreba za kompetencijom i potreba za povezanošću - koje trebaju biti zadovoljene kroz život i individualno iskustvo kako bi se postigao psihološki rast (kroz mehanizme intrinzične motivacije), integritet (kroz internalizaciju i asimilaciju kulturalnih obrazaca) i dobrobit, odnosno zadovoljstvo životom. Ukratko, teorija pretpostavlja da je zadovoljenje osnovnih psiholoških potreba jasan prediktor mjera dobrobiti, zdravlja i razvoja praktično svakog čovjeka (Ryan i Deci, 2000).

#### *Potreba za autonomijom*

*Potreba za autonomijom* odnosi se na potrebu za voljnim i samostalnim podržavanjem svojih aktivnosti. Suprotnost bi joj bila heteronomija ili pretjerana vanjska kontrola. Kada osobi nedostaje osjećaj da sama kreira svoje ponašanje, može doživjeti manje zadovoljstvo te više frustracije u životu (Deci i Ryan, 1991; Ryan, 1995; Sheldon i Kasser, 1995; prema Deci i Ryan, 2000). Ljudi koji se ponašaju autonomno - iz više intrinzičnih razloga ili razloga s kojima se mogu identificirati - bilo u području religioznosti, akademskoj domeni ili bliskim odnosima (prema Deci i Ryan, 2000) pokazuju bolju prilagođenost od ljudi koji se ponašaju iz više izvanjskih, kontroliranih razloga u istim domenama. Teorija samoodređenja razlikuje autonomiju od individualizma ili neovisnosti.

#### *Potreba za kompetencijom*

*Potreba za kompetencijom* odnosi se na potrebu da se osjećamo uspješni i da imamo kontrolu u odnosu na okolinu. Podržavaju je optimalni izazovi i konstruktivna, na uspjeh usmjerena povratna sprega. Različiti istraživači ističu potrebu za kompetencijom kao glavni preduvjet za ostvarenje samopoštovanja i samopouzdanja (White, 1963; prema Deci i Ryan, 2000). Bandura (1977; prema Deci i Ryan, 2000) naglašava da je osjećaj mogućnosti realizacije željenih ishoda ključna determinanta psihološkog zdravlja. Suprotno tome, osjećaj da ponašanje ne dovodi do željenih ishoda može voditi osjećaju

bespomoćnosti i beznadnosti (Abramson, Metalsky i Alloy, 1989; Abramson, Seligman i Teasdale, 1978; prema Deci i Ryan, 2000) s brojnim negativnim posljedicama.

#### *Potreba za povezanošću*

*Potreba za povezanošću* je potreba osobe da se osjeća povezana s drugim ljudima i socijalnim grupama, a potiču je toplina, briga i osjećaj značaja za druge. Sve teorije ljudske motivacije i razvoja uključuju slično poimanje unutarnjeg procesa kojim ljudi traže i uspostavljaju zadovoljavajuće odnose s drugim ljudima. U psihološkoj i medicinskoj literaturi jasno je ustanovljeno da osobe koje su bolje integrirane u socijalnu mrežu i koje imaju zadovoljavajuće odnose s drugima imaju bolje psihičko i tjelesno zdravlje (Berschied i Reis, 1998; prema Reis i sur. 2000).

Iako nema mnogo istraživanja o povezanosti samoprocjena zadovoljenja osnovnih psiholoških potreba s pokazateljima dobrobiti, ona ukazuju na sličan zaključak da je zadovoljenje psiholoških potreba povezano s povećanom dobrobiti.

#### *Što kažu pojedini autori o odnosu religioznosti i dobrobiti*

Različiti autori imaju različit pogled na odnos religioznosti i dobrobiti.

James (1902; prema Ćorić, 2003) je isticao religioznost kao bitan izvor dobrobiti. Međutim, za Freuda je religioznost bila psihička bolest, zapravo «prisilna neuroza» čovječanstva, dok je njegov učenik Jung smatrao da je religioznost pretpostavka za dobrobit. Među tisućama svojih pacijenata, tvrdi Jung, nije našao ni jednoga koji na svoj život nije gledao i kroz religiju, te zaključuje da su čovjeku potrebne opće ideje, koje će davati smisao njegovu životu i omogućiti mu da nađe vlastito mjesto u svijetu (Jung 1931, prema Ćorić 2003). Allport, kao jedan od najutjecajnijih psihologa uopće, religioznosti pripisuje potencijalno bitan prilog za dobrobit. On redovito naglašava da pokušaj nadomještanja religioznosti psihoterapijom u novije vrijeme, ne može zatomiti činjenicu da religioznost pripada temeljnim potrebama čovjeka. Upravo se u religioznosti temeljne čovjekove potrebe za ljubavlju i zajedništvom najjače fokusiraju i to na razini koju u psihoterapiji nije moguće doseći (Ćorić, 2003).

### *Neki rezultati istraživanja religioznosti i dobrobiti*

Svjetska zdravstvena organizacija proteklih je godina uključila preko 30 međunarodnih centara u svoju studiju kvalitete življenja koja je sadržavala šest sljedećih dimenzija: tjelesno i psihičko zdravlje, osobnu nezavisnost, socijalne odnose, okoliš te religioznost i religijske običaje. Jedan od glavnih zaključaka ove studije odnosi se upravo na religioznost, a kaže sljedeće: «Vrijednost duhovnih čimbenika u zdravlju i kvaliteti življenja dovelo je do znanstvenih istraživanja na ovom polju kako bi se došlo do cjelovitijeg razumijevanja čovjeka» (Svjetska zdravstvena organizacija 1998, prema Jurčić i sur., 2005; str. 4).

Iz psihologijskih studija proizlazi da se mišljenje stručnjaka i empirijski rezultati razlikuju, kad je u pitanju odnos religioznosti i dobrobiti. Razlozi proturječnim rezultatima istraživanja na tom području odraz su problema konceptualizacije, validacije i operacionalizacije pojmova religioznosti i dobrobiti.

Iz sustavnog istraživanja raspoložive stručne literature o odnosu vjere i dobrobiti zaključno s 2001. godinom, Koenig i suradnici (2001) su utvrdili:

- u 80% do 100% studija pokazalo se da su religiozna vjerovanja i praksa dosljedno povezani s većim životnim zadovoljstvom, srećom, ugodnim osjećajima i drugim pokazateljima dobrobiti
- u 19 od 20 studija (95%) koje su kvantitativno istraživale odnos između religioznih aktivnosti i društvene podrške, dobiveno je da članovi religioznih zajednica imaju više socijalne podrške od pojedinaca koji to nisu.

Nadalje, na američkom nacionalnom uzorku od 3.597 odraslih ispitanika dokazana je pozitivna povezanost religioznih aktivnosti sa stupnjem društvene potpore, intenzitetom interpersonalnih kontakata te općom kvalitetom življenja (Bradley 1995, prema Jurčić i sur., 2005). Za razliku od ovih istraživanja, Gurin, Verof i Feld (1960, prema Jurčić i sur., 2005) istražuju korelaciju religioznosti i osjećaja zadovoljstva u svakodnevnom životu, i dolaze do negativnog rezultata. Također, Becker i Weisser (1971, prema Jurčić i sur., 2005) na grupi katoličkih gimnazijalaca nisu pronašli jednoznačne povezanosti dobrobiti i religioznosti. Slični se rezultati u novije vrijeme dobivaju i na uzorcima odraslih osoba. Prema Berginovoju meta-analizi (1983, prema Jurčić i sur., 2005) povezanosti religioznosti i dobrobiti, u 23% istraživanja nađena je negativna povezanost, u 47% pozitivna, a u 30% istraživanja nije nađena nikakva povezanost.

**CILJ:**

Prema teoriji samoodređenja (Deci i Ryan, 2000) utvrđeno je da zadovoljenje osnovnih psiholoških potreba: autonomije, kompetencije i povezanosti doprinosi zadovoljstvu životom. Budući da se religioznost smatra egzistencijalnom potrebom čovjeka (Mandarić, 2000; Allport, 1950, prema Ćorić, 2003), zanimalo nas je doprinosi li religioznost predikciji zadovoljstva životom te kakav je odnos religioznosti i nekih pokazatelja dobrobiti: zadovoljstva životom i zadovoljenja tri osnovne psihološke potrebe: za autonomijom, kompetencijom i povezanošću.

**PROBLEM I HIPOTEZE:****Problem:**

Ispitati povezanost religioznosti sa zadovoljstvom životom i zadovoljenjem osnovnih psiholoških potreba za autonomijom, kompetencijom i povezanošću te utvrditi doprinos religioznosti u predikciji zadovoljstva životom.

**Hipoteze:**

Na osnovu nekih teorijskih razmatranja i rezultata dosadašnjih istraživanja očekujemo:

- pozitivnu povezanost između religioznosti i zadovoljenja potreba za kompetencijom i povezanošću kao i između religioznosti i zadovoljstva životom te negativnu povezanost između religioznosti i zadovoljenja potrebe za autonomijom
- doprinos religioznosti u predikciji zadovoljstva životom

## METODOLOGIJA

### *Sudionici*

Sudionici istraživanja bili su studenti 1. godine Fakulteta za elektrotehniku i računarstvo. U istraživanju je sudjelovalo ukupno 456 sudionika.

Iz obrade je izostavljeno 8 sudionika, zbog neodgovaranja na pitanja o općim podacima te zbog sustavnog biranja istog odgovora na sve čestice skale. Konačni uzorak na kojem je izvršena obrada podataka sačinjavalo je 448 studenata – 380 mladića i 68 djevojaka, što otprilike odgovara statistikama FER-a, o omjeru upisanih djevojaka:15% i mladića:85 %. Prosječna dob ispitanika iznosila je 19 godina. Religioznom se osobom smatra 58.3 % sudionika, dok se 41.7 % sudionika ne smatra religioznom osobom. Pripadnikom rimokatoličke vjeroispovijesti izjasnilo se 76.8 % sudionika, 0.9 % sudionika izjasnilo se kao ateisti, 0.7 % kao muslimani, 0.4 % kao pripadnici pravoslavne vjere, po 0.2 % kao budist, pogan i Rom, te 20.5 % sudionika nije odgovorilo na ovo pitanje.

### *Postupak*

Ispitivanje je provedeno grupno, po dogovoru s profesorima, na početku redovnih vježbi na fakultetu. Svaki profesor je ukratko predstavio ispitivača, rekao da se radi o ispitivanju za diplomsku radnju i zamolio studente za suradnju. Zatim je ispitivač podijelio sudionicima upitnike, a nakon toga im pročitao uputu:

«Ovo ispitivanje provodi se u okviru diplomskog rada na Odsjeku za psihologiju, a istražuje se nekoliko zanimljivih, ali i značajnih aspekata ljudskog života. Ispitivanje je anonimno, sve informacije koje pružite tretirat će se kao povjerljive informacije, a koristit će se isključivo u svrhu znanstvenog istraživanja.

Molimo Vas da na svaki upitnik odgovarate što *iskrenije* i *samostalnije* te da odgovorite na *sva pitanja* i zaokružite samo *jedan* od ponuđenih odgovora.

U slučaju nejasnoća molimo Vas konzultirati ispitivača.

Ako želite, moći ćete dobiti na uvid rezultate kad budu obrađeni.

Hvala Vam na suradnji!»

Sudionici su još zamoljeni da po završetku ispunjavanja upitnika provjere jesu li odgovorili na sva pitanja. Na kraju se ispitivač zahvalio studentima i profesorima na suradnji.

Prosječno vrijeme ispunjavanja upitnika bilo je 15 minuta.

### *Mjerni instrumenti*

U ovom istraživanju korišteni su slijedeći upitnici: Upitnik religioznosti (Ljubotina 2002, prema Stiplošek 2002), Skala zadovoljstva životom (Pavot i Diener, 1993) te Skala osnovnih psiholoških potreba (Deci i Ryan, 2000). Redoslijed upitnika je rotiran.

### *Upitnik religioznosti*

Za mjerenje religioznosti, Damir Ljubotina (2002, prema Stiplošek 2002) konstruirao je Upitnik religioznosti. U operacionalizaciji ovog upitnika uzeta su u obzir neka ranija iskustva pri mjerenju religiozne orijentacije, a najbliži teorijski koncept jest onaj Glocka i Starka (1965, prema Stiplošek 2002) koji polaze od pet dimenzija prema kojima se može razmatrati svaku religiju. Upitnik se sastoji od 24 čestice, po 8 čestica za svaku od dimenzija koje se mogu opisati na slijedeći način:

#### *Dimenzija duhovnosti*

Religioznost koja se odražava na duhovnom planu kroz vjerovanja i određena religiozna iskustva, te važnost vjere u životu pojedinca. Ovaj aspekt ne mora biti vezan uz pripadnost nekoj vjerskoj zajednici, a u kontekstu Allportove dihotomije ovaj aspekt je intrinzično motiviran. Može se pretpostaviti da osoba koja postiže visoki rezultat na ovoj dimenziji ispunjava vjerske obrede, ali ta povezanost nije nužno visoka. Religioznost u ovom slučaju predstavlja osobni izbor i možemo ga razmatrati kao primarni aspekt vjere. Primjer čestice za prvu dimenziju: *Ponekad osjećam prisutnost Boga ili nekog Božanskog bića.*

#### *Obredna (ritualna) dimenzija religioznosti*

Religioznost koja se odražava na bihevioralnom planu kroz ispunjavanje različitih obreda propisanih od strane crkvene zajednice. Može, ali i ne mora ukazivati na integriranog vjernika. Dio obreda može se obavljati iz tradicijskih ili kulturalnih razloga. Obavljanje ovih obreda može biti motivirano intrinzično – religioznošću osobe ili naučeno odnosno eksterno motivirano s ciljem da se zadovolje očekivanja drugih (roditelja, društva, itd.). Primjer čestice za drugu dimenziju: *Odlazim u crkvu.*

#### *Dimenzija utjecaja vjere na ponašanje*

Ovaj aspekt odnosi se na primjenu nekih načela vjere u svakodnevnom životu i aktivnostima koje nisu vezane uz vjerske obrede. Pridržavanje načela vjere jednim dijelom određuje i ponašanje osobe, a može ukazivati na određenu netoleranciju ili

isključivost prema osobama druge vjere ili nevjernicima. Usvajanje određenih pravila i dogmi te njihova internalizacija i primjena u vlastitom životu predstavljaju jedan od aspekata religioznog ponašanja. Međutim, pojedinci tijekom života razvijaju određene stavove i ponašanja koji ponekad nisu u skladu s temeljnim učenjem religije kojoj pripadaju. Teorijski ova dimenzija može biti povezana s prve dvije.

Primjer čestice za treću dimenziju: *Ne podržavam brak s pripadnikom druge vjere.*

Sudionici svaku tvrdnju procjenjuju na ljestvici od četiri stupnja (0 = sasvim netočno, 1 = uglavnom netočno, 2 = uglavnom točno, 3 = sasvim točno) ovisno o tome u kojoj mjeri tvrdnja opisuje njihovo uobičajeno ponašanje. Rezultat na pojedinoj dimenziji oblikuje se zbrajanjem rezultata pripadajućih tvrdnji uz prethodno invertiranje odgovarajućih čestica na dimenziji utjecaja vjere na ponašanje. Ukupan rezultat na upitniku religioznosti dobiva se zbrajanjem rezultata sve tri dimenzije. Teorijski raspon rezultata na ukupnom upitniku religioznosti iznosi 0 – 72 s time da veći rezultat ukazuje na veću religioznost sudionika.

Pouzdanost dimenzije duhovnosti izražene Cronbachovim alfa koeficijentom iznosi  $\alpha_1 = .95$ , obredne dimenzije religioznosti  $\alpha_2 = .86$ , dimenzije utjecaja vjere na ponašanje iznosi  $\alpha_3 = .87$ , a pouzdanost cijele skale je  $\alpha = .95$ .

Korelacije između subskala su visoke i iznose:  $r$  (dimenzija duhovnosti–obredna dimenzija) = .70;  $r$  (dimenzija duhovnosti–dimenzija utjecaja vjere na ponašanje) = .74;  $r$  (obredna dimenzija–dimenzija utjecaja vjere na ponašanje) = .70.

Zbog visokih korelacija između pojedinih podskala nije opravdano koristiti rezultate pojedinih podskala te ćemo u daljnje analize uzimati samo ukupan rezultat na upitniku religioznosti.

### *Skala zadovoljstva životom*

Skala zadovoljstva životom (eng. *Satisfaction With Life Scale*) (Pavot i Diener, 1993) sastoji se od 5 tvrdnji koje se odnose na zadovoljstvo životom. Od sudionika se očekuje da označi u kojoj mjeri se tvrdnje (npr. *Moj život je vrlo blizu onome što smatram idealnim*) odnose na njegov život. Sudionik svaku tvrdnju označava na skali od 1 - potpuno neistinito do 7 - potpuno istinito. Zbroj procjena odgovora na svih pet tvrdnji skale predstavlja ukupan rezultat, odnosno označava stupanj zadovoljstva životom, pri čemu viši rezultati upućuju na veće zadovoljstvo.

Unutarnja konzistencija ovog upitnika iznosi  $\alpha = .70$ .

### *Skala osnovnih psiholoških potreba*

Skala osnovnih psiholoških potreba (eng. *Basic Psychological Needs Scale*) (Deci i Ryan, 2000) sastoji se od 21 tvrdnje, od kojih se 7 tvrdnji odnosi na procjenu zadovoljenja potrebe za autonomijom (npr. *U svakodnevnom životu često moram raditi ono što drugi kažu*), 6 tvrdnji na procjenu zadovoljenja potrebe za kompetencijom (npr. *Većinu vremena u onome što radim imam osjećaj uspjeha ili postignuća*), te 8 tvrdnji na procjenu zadovoljenja potrebe za povezanošću (npr. *Ljude s kojima se često družim smatram svojim prijateljima*). Sudionici označavaju na skali od 1-7 (1=potpuno neistinito do 7=potpuno istinito) u kojoj mjeri se tvrdnje koje govore o zadovoljenju psiholoških potreba odnose na njihov život. Rezultat skale čine tri prosječne vrijednosti (za svaku podskalu) koji odražavaju stupanj zadovoljenja pojedinih potreba. Unutarnja konzistencija iznosi  $\alpha = .69$  za subskalu potrebe za autonomijom,  $\alpha = .66$  za subskalu potrebe za kompetencijom i  $\alpha = .76$  za subskalu potrebe za povezanošću.

## REZULTATI

Iako naš uzorak čine većinom mladići (85%), rezultate mladića i djevojaka prikazat ćemo zajedno, budući da niti u jednoj varijabli (religioznost, zadovoljstvo životom, zadovoljenost potrebe za autonomijom, kompetencijom i povezanošću) nisu nađene statistički značajne razlike s obzirom na spol.

### *Distribucije varijabli*

Prije početka obrade podataka, provjerili smo da li se rezultati dobiveni Upitnikom religioznosti, kao i rezultati dobiveni Skalom zadovoljstva životom te Skalom osnovnih psiholoških potreba, distribuiraju po normalnoj raspodjeli. U tu smo svrhu koristili Kolmogorov-Smirnovljev (*K-S*) test normaliteta distribucije (tablica 1).

*Tablica 1*

Minimalne i maksimalne vrijednosti, aritmetičke sredine, standardne devijacije i vrijednosti testa normaliteta distribucije (*K-S testa*) za rezultate na Upitniku religioznosti, Skali zadovoljstva životom te Skali osnovnih psiholoških potreba: autonomije, kompetencije i povezanosti ( $N=448$ )

| <i>Varijabla</i>     | <i>Min</i> | <i>Max</i> | <i>M</i> | <i>SD</i> | <i>K-S test</i> | <i>p</i> |
|----------------------|------------|------------|----------|-----------|-----------------|----------|
| Religioznost         | 0.00       | 72.00      | 35.98    | 17.81     | 1.481           | .025     |
| Zadovoljstvo životom | 8.00       | 35.00      | 23.98    | 4.67      | 1.238           | .094     |
| Autonomija           | 2.57       | 6.86       | 4.96     | 0.82      | 1.429           | .034     |
| Kompetencija         | 1.50       | 7.00       | 4.90     | 0.86      | 1.290           | .072     |
| Povezanost           | 2.25       | 7.00       | 5.49     | 0.82      | 1.985           | .001     |

Iz tablice 1 vidljivo je da se distribucije rezultata na Upitniku religioznosti, Skali zadovoljstva životom te Skali zadovoljenja potrebe za autonomijom i kompetencijom ne razlikuju statistički značajno od normalne distribucije ( $p>.001$ ). Jedino se distribucija rezultata na Skali zadovoljenja potrebe za povezanošću statistički značajno razlikuje od normalne, no nakon provjere nagnutosti i spljoštenosti distribucije (nagnutost  $-.55$ , spljoštenost  $.06$ ) zaključujemo da odstupanje nije veliko te je stoga opravdano primijeniti parametrijske postupke.

*Povezanost religioznosti i nekih pokazatelja dobrobiti: zadovoljstva životom, zadovoljenja potreba za autonomijom, kompetencijom i povezanošću*

Kako bismo provjerili postoji li statistički značajna povezanost religioznosti i nekih pokazatelja dobrobiti: zadovoljstva životom, zadovoljenja potreba za autonomijom, kompetencijom i povezanošću, izračunali smo Pearsonove koeficijente korelacije. Rezultati su prikazani u Tablici 2.

*Tablica 2*

Povezanost religioznosti i zadovoljstva životom te zadovoljenja psiholoških potreba (za autonomijom, kompetencijom i povezanošću)

|                      | Zadovoljstvo životom | Autonomija | Kompetencija | Povezanost |
|----------------------|----------------------|------------|--------------|------------|
| Religioznost         | .136**               | -.044      | -.045        | .074       |
| Zadovoljstvo životom | 1.000                | .508**     | .580**       | .454**     |

Napomena: \*\*  $p < .01$

Kao što se vidi iz tablice 2, dobivena je mala, ali statistički značajna povezanost između religioznosti i zadovoljstva životom ( $r = .136$ ,  $p < .01$ ), dok između religioznosti i zadovoljenja pojedinih psiholoških potreba (za autonomijom, kompetencijom i povezanošću) nisu dobivene statistički značajne povezanosti. Nadalje, iz tablice je vidljivo da je zadovoljstvo životom statistički značajno povezano sa zadovoljenjem svih triju psiholoških potreba (za autonomijom, kompetencijom i povezanošću).

*Tablica 3*

Regresijska analiza: religioznost i osnovne psihološke potrebe kao prediktori zadovoljstva životom

|              | Zadovoljstvo životom |         |                                                 |
|--------------|----------------------|---------|-------------------------------------------------|
|              | beta ( $\beta$ )     | T       | Sažetak modela                                  |
| Religioznost | .153                 | 4.174** | $R = .643$ ;<br>$R^2 = .413$<br>$F = 78.015$ ** |
| Autonomija   | .194                 | 3.844** |                                                 |
| Kompetencija | .407                 | 8.696** |                                                 |
| Povezanost   | .128                 | 2.766** |                                                 |

Napomena: beta ( $\beta$ ) - standardizirani regresijski koeficijent beta,  $N = 448$ ; \*\*  $p < .01$

Iz tablice 3 vidljivo je da religioznost i zadovoljenje osnovnih psiholoških potreba zajedno objašnjavaju 41 % varijance zadovoljstva životom. Veličina i smjer regresijskih koeficijenata pokazuju nam da će religioznije osobe te osobe koje imaju više zadovoljene psihološke potrebe, biti zadovoljnije životom. Religioznost predviđa zadovoljstvo životom neovisno o zadovoljenju osnovnih psiholoških potreba. Zadovoljenost potrebe za kompetencijom pokazala se kao najznačajniji i najjači prediktor zadovoljstva životom.

## RASPRAVA

U prijašnjim istraživanjima autori su religioznost definirali na različite načine usmjeravajući se na različite manifestacije religioznosti, što je rezultiralo kontradiktornim nalazima. Također, dosadašnja istraživanja religioznosti pokazuju različite rezultate ovisno o korištenoj mjeri religioznosti te uzorku na kojem je istraživanje provedeno. Različiti podaci dobivaju se i s obzirom na kulturu i vjersku zajednicu kojoj sudionici pripadaju.

Iz psihologijskih studija očito je da se mišljenje stručnjaka i empirijski rezultati razlikuju kad je u pitanju odnos religioznosti i dobrobiti. Razlozi proturječnim rezultatima istraživanja na tom području su rezultat problema konceptualizacije, validacije i operacionalizacije pojmova religioznosti i dobrobiti, kao i njenih pokazatelja.

### *Religioznost i zadovoljstvo životom*

Istraživanja koja se bave povezanošću religioznosti i zadovoljstva životom obično nalaze da su religiozni ljudi u prosjeku sretniji i zadovoljniji životom (Diener i sur. 1999).

Na našem uzorku dobivena je mala, ali statistički značajna povezanost između zadovoljstva životom i religioznosti ( $r = .136^{**}$ ), što je u skladu s nalazima Dienera i sur. (1999), koji su također utvrdili povezanost između religioznosti sa zadovoljstvom životom ( $.08^{**}$ ). Usporedba nije sasvim opravdana, jer iako su u oba istraživanja korištene jednake mjere zadovoljstva životom (Upitnik zadovoljstva životom), korištene mjere religioznosti se razlikuju. Diener i sur. (1999) koristili su Skalu religioznosti koja se sastojala od četiri čestice: važnost Boga, sudjelovanje u molitvi ili meditaciji, odlazak u crkvu i čestina molitve. U usporedbi s njihovom Skalom religioznosti, Upitnik religioznosti koji smo mi koristili sastoji se od 24 čestice, ne sadrži čestice o važnosti Boga te ne ispituje koliko često ispitanik moli, dok im je zajedničko da ispituju sudjelovanje u molitvi te odlazak u crkvu. Također, njihovi nalazi dobiveni su na slučajnom uzorku od 1000 sudionika, velikog raspona dobi od 18-92 godina, a time i heterogenija skupina (osim prema dobi i prema zanimanju, stupnju obrazovanja i još mnogim faktorima), dok je naš uzorak s upola manje sudionika bio prigodan, prosječne dobi 19 godina te prilično homogen (prema dobi, izboru studija, godini studija). Nažalost, nismo uspjeli naći istraživanje s kojim bismo mogli opravdanije usporediti naše rezultate pa ćemo se osloniti na njihove nalaze.

Diener i sur. (1999) smatraju da nas ovako niske korelacije između religioznosti i zadovoljstva životom ne bi trebale iznenaditi, ako uzmemo u obzir da postoje različiti motivi i ishodi kojima bi religija mogla koristiti. Osoba može postati religiozna iz više razloga, odnosno motiva: da bi se prilagodila okolini, ili se suočila s problemima, ili da bi postala «prosvijetljena», a ovi različiti motivi mogu imati vrlo različite kombinacije sa zadovoljstvom životom. Također, religioznost je kompleksan, višedimenzionalan konstrukt koji može imati mnogostruke efekte na zadovoljstvo životom. Isto tako, postoje brojni faktori koji čine zadovoljstvo životom pa je nerealno i očekivati visoku korelaciju.

Razlog ovako niske korelacije mogao bi biti uvjetovan činjenicom da su žene religioznije, o čemu svjedoči većina istraživanja (Marinović-Jerolimov, 2000; Allport, 1954, prema Kutle, 1999), a u našem uzorku imamo samo 15% ženskih ispitanika, koje se ne razlikuju statistički značajno prema religioznosti od muških ispitanika.

Također, obično se dobiva da su starije osobe religioznije te je njima vjera važnija nego ljudima mlađe dobi, više ih tješi, zadovoljniji su životom, jer vjeruju da život ne završava ovdje na zemlji nego se nastavlja, lakše prihvataju nedaće jer smatraju da je to «Božja volja». Mladi su ljudi, nasuprot tome, još u procesu sazrijevanja, još se «traže», tek uspostavljaju i formiraju svoje vrijednosti, zanimaju ih druge stvari, traže nove životne sadržaje, nove uzore, biraju životni put i opredjeljuju se za određen stil i način života, te često religiju smatraju zastarjelom (Fry, 2000).

Za razliku od istraživanja u kojima je dobivena pozitivna povezanost između religioznosti i zadovoljstva životom, Gurin, Verof i Feld (1960; prema Jurčić i sur., 2005) dobili su negativnu korelaciju između religioznosti i osjećaja zadovoljstva u svakodnevnom životu. Također, Becker i Weisser (1971; prema Jurčić i sur. 2005) na grupi katoličkih gimnazijalaca nisu pronašli jednoznačne povezanosti dobrobiti i religioznosti. Slični se rezultati u novije vrijeme dobivaju i na uzorcima odraslih osoba (Štengl 2005; prema Jurčić i sur. 2005).

Povezanosti između religioznih varijabli i zadovoljstva životom mogu ovisiti o kognitivno-bihevioralnim mehanizmima, i to na dva načina: religiozna vjerovanja, odnosno tzv. religiozna shema pruža (1) opći mentalni model, koji služi kao osnova za procjenjivanje životnih događaja te (2) pruža temelj za samoregulaciju procesa mišljenja (prema James i Wells, 2003). Dakle, religioznost može služiti kao opći mentalni okvir koji utječe na procjenu dobrobiti, odnosno zadovoljstva životom. Ovo razmišljanje James i Wells (2003) poklapa se s definicijama zadovoljstva životom i religioznosti:

zadovoljstvo životom je po definiciji kognitivna komponenta dobrobiti, a sama definicija religije kaže da je ona sustav shvaćanja, vjerovanja i ponašanja prema kojima se religiozna osoba ravna i prosuđuje naravni svijet.

S ovakvim razmišljanjem slaže se i Ellis (1991; prema James i Wells, 2003) koji smatra da su pozitivni efekti koje religija donosi većinom kognitivni te da ona pruža okvir za interpretaciju, koji ljudima pomaže naći smisao u svakodnevnim životnim iskustvima. Worthington i sur. (1996, prema James i Wells, 2003) ovim pozitivnim efektima religije dodaju i poticanje nade i optimizma, postavljanje pozitivnih socijalnih normi itd. Slično navedenom, Pajević i sur. (2005, prema Jurčić i sur., 2005) smatraju da blagotvorno djelovanje religije proizlazi iz preciznih kognitivno-bihevioralnih obrazaca koji jamče jasno životno usmjerenje, čvrste osnove i sigurne okvire za izgrađivanje ličnosti čime se čovjeku omogućuje dostizanje vlastite zrelosti i samo-ostvarenja.

S obzirom na sve navedeno, pretpostavljamo da bi se veće korelacije dobile na uzorku visoko religioznih ispitanika, kojima je vjera sastavni važan dio života, kognitivni okvir kroz koji procjenjuju pozitivne i negativne događaje života i ukupno zadovoljstvo životom. Ovo razmišljanje su potvrdili Diener i sur. (1999), koji su dobili da je visoko religiozna grupa ispitanika imala i najvišu iskazanu razinu zadovoljstva životom.

#### *Religioznost i zadovoljenost potreba za autonomijom, kompetencijom i povezanošću*

U našem istraživanju nismo utvrdili statistički značajnu povezanost između religioznosti i zadovoljenosti tri psihološke potrebe: za autonomijom, kompetencijom i povezanošću.

Budući da nismo uspjeli naći rad u kojem su korištene iste varijable, kao i u našem istraživanju, dobivene rezultate usporedit ćemo s teoretskim postavkama nekih autora te nalazima istraživanjima u kojima su se koristili konstrukti konceptualno slični našima.

Kao što je rečeno, nije dobivena značajna povezanost između religioznosti i zadovoljenosti potrebe za autonomijom. Ovaj nalaz možemo obrazložiti postavkama Mandarić (2000) koja smatra da se neki mladi, adolescenti protive svakom obliku autoriteta, ne želeći nikakvu kontrolu, stoga su distancirani prema vjeri, smatraju da religija ili religiozno iskustvo ograničava ili sprječava čovjekovu slobodu. Drugim riječima, neki mladi misle da religija nameće određena pravila i norme koji ljude sputavaju u njihovoj autonomiji, odnosno da ona predstavlja zapreku na putu čovjekova

samoostvarenja. Za razliku od njih, «vjernici-praktikanti», više pristaju uz mišljenje da religiozno iskustvo ima pozitivan utjecaj na izgradnju čovjekova identiteta i njegovog samoostvarenja. Ne smatraju je zaprekom slobodi, jer Bog je svakom čovjeku dao slobodnu volju, da samostalno odlučuje o svojim životnim postupcima. Stoga, ukoliko mladi nisu internalizirali svoju vjeru, prihvatili je kao životnu opciju za koju se svjesno opredjeljuju i zalažu, smatrat će da im je ona nametnuta te da ih ograničava u njihovoj slobodi.

Diener i sur. (1999) smatraju da religioznost povećava osjećaj kompetentnosti, kontrole i sigurnosti i na taj način povećava korist za kognitivne aspekte dobrobiti. Religiozna vjerovanja daju osobama formu indirektne kontrole nad njihovim životima i smanjuju potrebu da ovisi o slučajnosti ili moćima drugih (npr. političkih vođa, doktora, poslodavaca). Odnosno, u mnogim aspektima, internalizirana, intrinzično motivirana religioznost, osnažuje pojedinca, npr. molitva usmjerena svemoćnom i dobrom Bogu daje religioznoj osobi «oruđe» koje može upotrijebiti za promjenu situacije u kojoj se nalazi ili za dobivanje snage da je izdrži. Dakle, religioznost sprječava osjećaje bespomoćnosti i gubitka kontrole. Koenig i sur. (2001) smatraju da ovisno o slici Boga koju čovjek ima, odnosno o religioznim vjerovanjima osobe, ovisi i njegova dobrobit i osjećaj kompetencije: ako na Boga gledamo kao na nekoga koji kažnjava i koji samo čeka da pogriješimo, osjećaj kompetentnosti će biti snižen, osoba će misliti da nikako ne može «zadovoljiti» takvog Boga, da ne može biti uspješna i da nije sposobna. Nasuprot tome, ako osoba smatra Boga dobrim ocem, koji mu je dao sposobnosti, darove, talente da ih koristi, koji ga potiče da te sposobnosti razvija i nadograđuje, i koji mu pomaže u svim njegovim aktivnostima, osjećat će se uspješno i sposobno.

Suprotno tome, na našem uzorku nije dobivena statistički značajna povezanost između religioznosti i zadovoljenosti potrebe za kompetencijom. Objašnjenje ovog nalaza možda leži u dobi naših ispitanika (19 godina) te činjenici da većinu uzorka čine mladići. Naime, Allportovo istraživanje (1954, prema Soršak, 2000) pokazalo je da su rane i srednje dvadesete godine najmanje religiozno razdoblje u životu pojedinca, posebno mladića, a karakteristika je većine mladih u tom razdoblju da imaju subjektivan osjećaj sigurnosti u vlastite sposobnosti i ostvarenje ambicija te ne smatraju potrebnim okretanje nekoj višoj sili kako bi ostvarili vlastite ciljeve.

U ovom radu nije dobivena statistički značajna povezanost niti između religioznosti i zadovoljenosti potrebe za povezanošću. Ovaj nalaz nije u skladu s istraživanjem Taylora i Chattersa (1988, prema Diener i sur. 1999) koji smatraju da religija služi i doprinosi socijalnoj svrsi nudeći kolektivni identitet i pouzdane socijalne mreže koje čine pojedinci sličnih stavova i vrijednosti. Također, Bradley (1995, prema Jurčić i sur., 2005) je na američkom uzorku od 3.597 odraslih ispitanika utvrdio pozitivnu povezanost religioznih aktivnosti sa stupnjem društvene potpore, intenzitetom interpersonalnih kontakata te općom kvalitetom života. Mnoge studije (Ellison i George, 1994; Bradley, 1995; Idler i Kasl, 1997, Koenig i sur. 1997, prema Koenig i sur. 2001) pokazuju da osobe koje sudjeluju u religioznim aktivnostima, bilo da pohađaju Misu, sudjeluju u molitvi ili Biblijskim grupama, imaju veću socijalnu podršku, odnosno imaju šire socijalne mreže, više socijalnih kontakata i veće zadovoljstvo tom podrškom. Članove religiozne zajednice povezuje i daje im osjećaj međusobne bliskosti isti način razmišljanja o životu i vjerovanje u ista načela i vrijednosti religije kojoj pripadaju. Također, religiozne zajednice promoviraju socijalizaciju i druženje među članovima zajednice, potiču ih na pružanje podrške i pomoći svojim bližnjima pri rješavanju različitih problema.

Budući da mi u ovom istraživanju nismo dobili statistički značajnu povezanost između religioznosti i zadovoljenosti potrebe za povezanošću, možda i ovaj nalaz možemo pripisati dobi naših sudionika. Budući da su sudionici ovog istraživanja bili mladi, u dobi od 19 godina, moguće je pretpostaviti da oni svoju potrebu za povezanošću većim dijelom zadovoljavaju u odnosima s vršnjacima, prijateljima s fakulteta, iz škole, itd. uslijed čega socijalna dimenzija religije i religioznosti nije došla do izražaja. U skladu s ovim, Moberg i Taves (1997; prema Jurčić i sur., 2005). tvrde da je korist crkvenog članstva veća za ljude koji su izgubili druge oblike socijalne podrške (npr. umirovljenici i udovice). Iz navedenog pretpostavljamo, da bismo povezanost religioznosti i zadovoljenosti potrebe za povezanošću mogli dobiti na uzorku mladih iste dobi, koji su članovi neke crkvene zajednice, npr. Franjevačke mladeži, budući da su oni više međusobno povezani, više se druže, idu na zajedničke izlete, hodočašća itd.

#### *Predikcija zadovoljstva životom*

Ovim radom potvrdili smo rezultate prijašnjih istraživanja o povezanosti zadovoljenosti tri osnovne psihološke potrebe i zadovoljstva životom (Sabol, 2005; Ryan i

Deci, 2000). Nadalje, regresijskom analizom utvrdili smo doprinos svake od navedenih potreba u predikciji zadovoljstva životom. Osim toga, potvrđena je i hipoteza o doprinosu religioznosti u predikciji zadovoljstva životom. Naime, religioznost se pokazala kao mali, ali statistički značajan prediktor za zadovoljstvo životom. Budući da nismo utvrdili povezanost između religioznosti i zadovoljenja tri osnovne psihološke potrebe (za autonomijom, kompetencijom i povezanošću), možemo zaključiti kako religioznost poboljšava procjenu zadovoljstva životom, neovisno o zadovoljenju tri osnovne psihološke potrebe.

Iz dobivenih rezultata možemo pretpostaviti da religioznost objašnjava onaj «kognitivni» dio varijance zadovoljstva životom, odnosno, religioznost može služiti kao opći kognitivni okvir koji utječe na procjenu zadovoljstva životom, odnosno ona pruža okvir za interpretaciju, koji ljudima pomaže naći smisao u svakodnevnim životnim iskustvima. Pri procjeni zadovoljstva životom, osoba koristi svoj jedinstveni sklop kriterija i informacija koje smatra važnim za procjenu vlastitog života. Ukoliko osoba svoja negativna iskustva uspije pripisati nekoj «višoj sili», odnosno dati im smisao i obrazloženje, vjerojatno će joj se i život činiti smislenijim, a time i pozitivnijim. U skladu s ovim, Allport (1950, prema Ćorić 2003) smatra da je religioznost «ujedinjujuća filozofija» koja daje smisao ljudskom životu i osigurava odgovor i na takve tragične probleme kao što su patnja i smrt.

#### *Metodološki nedostaci provedenog istraživanja i smjernice za buduća istraživanja*

Nalazi ovog istraživanja moraju se zbog nekih ograničenja uzeti s određenom mjerom opreza. Ponajprije, zbog korelacijske prirode istraživanja, ne možemo govoriti o uzročno-posljedičnim vezama među ispitivanim konstruktima. Nadalje, naša skupina sudionika nije reprezentativna za cijelu populaciju. Uzorak sudionika bio je prigodan, činili su ga najvećim dijelom muški sudionici (85 %), podjednake dobi, s istog fakulteta i godine studija, što je moglo utjecati na rezultate.

U daljnjim istraživanjima ovih fenomena, bilo bi zanimljivo provjeriti kakve bismo rezultate dobili na slučajnom uzorku sudionika, reprezentativnom za populaciju te vidjeti postoje li razlike s obzirom na neke demografske varijable, npr. dob, spol, socioekonomski status, obrazovanje itd. Također bi zanimljivo bilo usporediti rezultate sudionika koji su članovi neke crkvene zajednice (za koje pretpostavljamo da su

religiozniji) i onih koji to nisu, odnosno provjeriti bismo li na uzorku članova neke crkvene zajednice dobili možda veću povezanost između ispitivanih konstrukata i bi li se religioznost pokazala kao bolji ili slabiji prediktor zadovoljstva životom. Nadalje, trebalo bi provjeriti i postoje li razlike u povezanosti religioznosti i pokazatelja dobrobiti koje smo mi koristili, s obzirom na vjeroispovijest.

Slijedeći nedostatak vezan je uz Upitnik religioznosti: zbog visokih korelacija među podskalama upitnika nismo mogli koristiti njihove rezultate. Koristeći rezultate podskala, možda bismo mogli odrediti koje dimenzije religioznosti najviše doprinose povezanosti sa zadovoljstvom životom. U tu svrhu, zanimljivo bi bilo provjeriti kakvi bi se rezultati dobili kad bi se za mjerenje religioznosti upotrijebila neka druga mjera, npr. Upitnik o dimenzijama religioznosti i njezinu utjecaju na svagdanji život (Ćorić, 2003), koji se sastoji od više diferenciranih podskala religioznosti, pomoću kojih bismo možda bolje rasvijetlili ove fenomene.

Druga moguća ograničenja ovog istraživanja vezana su uz Skalu zadovoljstva životom. Zadovoljstvo životom mjereno je jednom vrlo generalnom mjerom. Primjenom drugačijih mjera zadovoljstva životom, koje bi specifičnije ispitivale mjerenu varijablu, mogli bismo dobiti nešto drugačije rezultate.

Također, primjenom navedene skale zadovoljstva životom ne dobivamo uvid u standarde koje je osoba koristila pri procjeni ukupnog zadovoljstva (koje životne domene je procijenila). Izazov za buduća istraživanja jest razumjeti proces na koji način osoba dolazi do procjene zadovoljstva životom. Razumijevanje tog procesa omogućilo bi daljnju interpretaciju rezultata dobivenih u ovom istraživanju.

U ovom istraživanju koristili smo jedino samoprocjene svih konstrukata. Nedostatak je svih takvih metoda subjektivnost ispitanika i poteškoće u opažanju vlastitih postupaka. Buduća istraživanja bi uz samoprocjene trebala koristiti i procjene drugih osoba (vršnjaka, partnera, roditelja). Osim toga, za bolje razumijevanje veze između religioznosti i zadovoljstva životom, trebalo bi detaljnije istražiti međupovezanost korištenih konstrukata s drugim mjerama koje indiciraju zadovoljstvo životom - demografski faktori, pozitivne promjene u životnim okolnostima, zdravstveni status, razvoj novih odnosa i interesa, traumatična ili stresna iskustva i način izlaženja na kraj s njima i sl.

## **ZAKLJUČAK**

Cilj našeg istraživanja bio je utvrditi postoji li povezanost religioznosti i nekih pokazatelja dobrobiti: zadovoljstva životom, zadovoljenja potreba za autonomijom, kompetencijom i povezanošću.

Dobivenim rezultatima potvrđena je hipoteza o pozitivnoj povezanosti između religioznosti i zadovoljstva životom.

Suprotno našim očekivanjima, pozitivna povezanost između religioznosti i zadovoljenja potreba za kompetencijom i povezanošću nije utvrđena.

Također, nije dobivena niti negativna povezanost između religioznosti i zadovoljenja potrebe za autonomijom.

Međutim, hipoteza o doprinosu religioznosti u predikciji zadovoljstva životom je potvrđena, odnosno, religioznost se pokazala kao slab, ali statistički značajan prediktor zadovoljstva životom.

## LITERATURA

- Ćorić, Š. Š. (2003). *Psihologija religioznosti*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Deci, E.L., & Ryan, R.M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E. i Smith, H.L. (1999). Subjective wellbeing: three decades of progress. *Psychological bulletin* 125(2), 276-302.
- Dragun, A. (2001). *Povezanost religiozne orijentacije, seksualnosti i prosocijalnosti*. Diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Dujić, N. (2002). *Religiozna orijentacija kod studenata zagrebačkog sveučilišta i stav prema artificijelnom pobačaju*. Diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Felce and Perry (1995). Quality of life: its definition and measurement. *Developmental Disabilities*, 16 (1): 51-74.
- Fry, P.S. (2000). Religious involvement, spirituality and personal meaning for life: existential predictors of psychological wellbeing in community-residing and institutional care elders. *Aging and Mental Health*, 4 (4), 375-388.
- Greblo, Z. (2004). *Religioznost, obiteljski čimbenici i zloupotreba droga kod adolescenata*. Diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- James, A., i Wells, A. (2003). Religion and mental health: Towards a cognitive-behavioural framework. *British Journal of Health Psychology*, 8, 359–376.
- Jurčić, M., Nikić, M. i Vukušić, H. (2005). *Vjera i zdravlje*. Zagreb: Zaklada biskup Josip Lang.
- Kirkpatrick, L.A., Hood, R.W. (1989). Intrinsic – Extrinsic Religious Orientation: the Boone or Bane of Contemporary Psychology of Religion? *Journal of scientific study of religion* 29(4), 442-446.
- Koenig, H. G., McCullough, M. E. i Larson, D. B. (2001). *Handbook of Religion and Health*. Oxford University Press.
- Kutle, H. (1999). *Psihometrijska validacija upitnika religioznosti*. Diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.

- Mandarić, V.S. (2000). *Religiozni identitet zagrebačkih adolescenata*. Zagreb: Institut društvenih znanosti Ivo Pilar.
- Marinović-Bobinac, A. (2000). Posljedična dimenzija religioznosti. *Sociologija sela*, 38, 111 – 124.
- Marinović Jerolimov, D. (2000). Religijske vrijednosti u Hrvatskoj. *Sociologija sela*, 38, 125 – 138.
- Medak, J. (2002). *Povezanost religiozne orijentacije, emocionalne empatije i prosocijalnog ponašanja*. Diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Myers, D. G. & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6, 10-19.
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction With Life Scale. *Psychological Assessment*, 5 (2), 164-172.
- Pivčević, T. (2005). *Konstrukcija upitnika religioznosti za pripadnike katoličke vjeroispovijesti i provjera nekih njegovih metrijskih karakteristika*. Diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Reis, H.T., Sheldon, K.M, Gable, S.L., Roscoe, J., Ryan, R.M. (2000). Daily Well-Being: The Role of Autonomy, Competence and Relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin* 26 (4), 419-435
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*, 55 (1), 68-78.
- Sabol, J. (2005). *Osobine ličnosti i osnovne psihološke potrebe kao prediktori zadovoljstva životom*. Diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Schimmack, U., Oishi, S., Furr, R.M., Funder, D.C. (2004). Personality and Life Satisfaction: A Facet-Level Analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30 (8), 1062-1075.
- Soršak, M. (2000). *Validacija upitnika religioznosti*. Diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Stiplošek, D. (2002). *Povezanost religioznosti, samopoštovanja i lokusa kontrole*. Diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.