

СВЯЗЬ ЗНАЧИМОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С СЕКУЛЯРНО И РЕЛИГИОЗНО АССОЦИИРОВАННЫМ СЧАСТЬЕМ

Illya Yagiyayev, Nadiia Kozhar

THE RELATION BETWEEN VALUABLE ACTIVITY AND SECULAR AND RELIGIOUS-ASSOCIATED HAPPINESS

Previous studies show permanent significant correlation between religiosity and happiness. Though, this connection tends to be complicated, ambiguous and mediated by some other factors. To explore the character of this connection, religiosity was taken as an activity and divided on factors that associate it with happiness.

The results of comparing religious and secular involved groups show that secular involvement is connected with religious-associated happiness as well as religious involvement. The main element of this connection is the very fact of being involved in subjective significant activity.

Lower indexes on all the factors were exposed in a not-involved group. Significant distinctions between the involved groups were also exposed.

Вопрос взаимосвязи религиозности и счастья является сравнительно новым для психологии религии. Он получил развитие несколько десятилетий назад благодаря общей тенденции в англоязычной психологии к изучению положительных аспектов человеческой жизни¹. Данная тенденция привела к появлению в конце 90-х годов в США позитивной психологии. Ее предметной областью, по словам ее основателей М. Селигмана и М. Чиксентмихайи, является «лично значимый опыт на субъективном уровне: благополучие, удовлетворенность, удовольствие (в прошлом); надежда и оптимизм (в будущем); поток², счастье (в настоящем). На индивидуальном уровне это позитивные личностные черты: способность любить, наличие жизненного призвания, мужества, межличностных способностей, эстетического чувства, а также настойчивости, прощения, оригинальности, духовности, талантливости, мудрости и сознательного отношения к будущему. На групповом уровне это гражданские добродетели и институты, что движут человеком по направлению к достойному существованию в обществе: ответственность, воспитанность, альтруизм, умеренность, трудовая этика»³. На волне интереса к позитивной психологии проводятся многочисленные исследования со-

¹ Lewis, C. A., Maltby, J., & Burkinshaw, S. Religion and happiness: Consensus, contradictions, comments and concerns // *Mental Health, Religion & Culture*. — Vol. 9(3) (2006), — P. 213-225.

² Понятие, введенное М. Чиксетмихайи для обозначения состояния полной погруженности в деятельность, в котором уровень задач соответствует способности их решать и в которой человек забывает о времени.

³ Seligman M., Csikszentmihalyi M. Positive psychology: An Introduction // *American Psychologist*. — Vol 55 (2000). — P. 5.

отношения счастья и религиозности (большая часть из них проводится на христианских выборках и в США)¹.

Начиная с обширного обзора проблемы счастья В. Вильсоном в 1967 году, который среди прочих факторов счастья выделил религиозность, исследователи отмечают небольшую, но стабильную позитивную взаимосвязь религиозности и счастья². Тем не менее, связь эта не настолько однозначна, как может показаться. После 1967 года исследователями был накоплен значительный эмпирический материал, касающийся счастья, и некоторые ранние выводы были отброшены (молодость, например, не связана с большим счастьем). Религиозность, как правило, фигурирует среди факторов, вносящих важный вклад в счастье индивидов, несмотря на довольно противоречивые данные эмпирических исследований по данному вопросу. Некоторые исследования подтверждают позитивную связь религиозности и счастья, а некоторые отвергают ее³.

Одним из хороших примеров исследования, посвященного связи религиозности и счастья, является проведенное А. Абдель-Халеком исследование студентов университета Кувейта (выборка состояла из 2210 человек обоих полов, средний возраст — 20,7 лет). Испытуемых просили оценить по десятибалльной шкале свой уровень душевного здоровья, физического здоровья, счастья и религиозности. Автор отмечает, что корреляция десятибалльной шкалы по измерению счастья и Оксфордского опросника счастья (Oxford Happiness Inventory) в его арабоязычной адаптации составляет от 0,56 до 0,7, что принимается им как свидетельство высокой валидности шкалы. Множественный регрессионный анализ выявил наибольший вклад в счастье субъективно оцененного душевного здоровья (60-61%). Вклад религиозности в счастье также оказался важным, но в значительно меньшей степени — 15%. Субъективная оценка физического здоровья не произвела значимого вклада в счастье испытуемых. Автор утверждает, что значительная взаимосвязь между религиозностью, душевным здоровьем и счастьем была ожидаема для населения Кувейта⁴.

Существуют и иные точки зрения на рассматриваемую проблему, подчеркивающие неоднозначность соотношения исследуемых показателей. К. Льюис с соавторами утверждает, что хотя множество исследований указывает на взаимосвязь показателей религиозности и счастья, эта связь может и не проявляться в случае использования других диагностических методик. Как правило, уровень счастья измеряется с помощью Оксфордского опросника счастья (как было в исследовании А. Абдель-Халека), а религиозность — с помощью шкалы Френсиса об установках относитель-

¹ Malešević-Perović L., Mihaljević-Kosor M., Filipić P. The relative importance of religious denominations for life satisfaction // *Journal of Applied Economics and Business Research*. JAEBR. — Vol. 1(3) (2011). — P. 162-176.

² Diener E., Suh E. M., Lucas R. E., Smith H. L. Subjective Well-Being: Three Decades of Progress // *Psychological Bulletin*. — Vol. 125, № 2 (1999). — P. 276-302.

³ Lewis, C. A., Maltby, J., & Burkinshaw, S. Religion and happiness: Consensus, contradictions, comments and concerns // *Mental Health, Religion & Culture*. — Vol. 9(3) (2006). — P. 213-225.

⁴ Abdel-Khalek, A. M. Happiness, health, and religiosity: Significant relations // *Mental Health, Religion and Culture*. — Vol. 9 (2006). — P. 85-97.

но христианства (Francis Scale of Attitude toward Christianity). Исследования с использованием этих методик к 2006 году было проведено девять. Восемь из них выявили значимую положительную корреляцию между показателями счастья и религиозности, и только одно исследование подобной корреляции не выявило¹.

При применении других диагностических методик, описывающих те же конструкты, результаты могут быть иными. В статье 2000 года К. Льюис и соавторы описывают два исследования — в первом приняло участие 64 англиканских священника, средний возраст — 55,35 лет. Во втором выборка состояла из 70 прихожан Англиканской церкви, средний возраст — 53,93. Респондентов просили заполнить две методики: короткую версию шкалы Френсиса, состоящую из 7 шкал, в каждой из которых нужно оценить свое отношение к Богу, Иисусу, ангелам, молитвам, церкви и т.д. от 1 до 5, и шкалу Депрессии-Счастья, в которой содержатся вопросы о частоте позитивных и негативных эмоций за последнюю неделю. Исследователи не обнаружили корреляций религиозности и счастья ни в одной из выборок². В статье 2006 года авторы говорят уже не о двух, а о пяти исследованиях с использованием данных методик, утверждая, что лишь одно из них выявило значимую положительную корреляцию религиозности и счастья³. Исследование, не давшее положительной корреляции религиозности и счастья проводилось самим Л. Френсисом с соавторами на выборке немецких студентов, и установки студентов по отношению к христианству не коррелировали с уровнем счастья респондентов на значимом уровне (коэффициент корреляции Пирсона составил лишь 0,1296)⁴. Несогласованность результатов различных исследований довольно неожиданна, учитывая высокие показатели корреляции Оксфордского опросника счастья и шкалы Депрессии-Счастья (0,58-0,7). Возможным объяснением, по мнению авторов, является то, что методики изучают связанные, но разные психологические феномены, которые объединены под общим названием. Оксфордский опросник счастья скорее направлен на измерение психологического благополучия: общего, широкого и экзистенциального понятия. Шкала Депрессии-Счастья изучает в большей степени субъективное благополучие, связанное с актуальным для испытуемого балансом позитивного и негативного аффекта.

В статье 2011 года Э. Динер, Л. Тай и Д. Майерс задались вопросом о том, почему, несмотря на то, что религиозность тесно связана со счастьем, так много людей в благополучных странах перестают быть религиозными. Авторы отмечают, что факторами, влияющими на счастье и имеющимися

¹ Lewis, C. A., Maltby, J., & Burkinshaw, S. Religion and happiness: Consensus, contradictions, comments and concerns // *Mental Health, Religion & Culture*. — Vol. 9(3) (2006). — P. 213-225.

² Lewis, C. A., Maltby, J., & Burkinshaw, S. Religion and happiness: Still no association // *Journal of Beliefs and Values*. — Vol. 21 (2000). — P. 233-236.

³ Lewis, C. A., Maltby, J., & Burkinshaw, S. Religion and happiness: Consensus, contradictions, comments and concerns // *Mental Health, Religion & Culture*. — Vol. 9(3) (2006). — P. 213-225.

⁴ Francis L. G., Ziebertz H.-G., Lewis C. A. The Relationship Between Religion and Happiness Among German Students // *Pastoral Psychology*. — Vol. 51 (2003), №. 4. — P. 273-281.

в организованной религиозности, являются социальная поддержка религиозной группы, чувство уважения к себе, а также цели и смысл в жизни. Взаимосвязь религиозности со смыслом жизни, переживание экзистенциальной укорененности в трансцендентном, метаэмпирическом бытии нередко отмечается в литературе по психологии религии. Авторы, соглашаясь в целом с установкой, связывающей счастье (или субъективное благополучие¹) с религиозностью, ставят вопрос о характере этой связи и условиях, в которых эта связь проявляется². Целью исследования Э. Динера, Л. Тай и Д. Майерса являлось изучение потенциальных условий, опосредующих связь счастья и религиозности. Социальная поддержка, чувство уважения к себе и цели и смысл жизни предсказывают счастье в любых обществах. Авторы выдвигают гипотезу, согласно которой эти факторы в благополучных нерелигиозных обществах могут быть доступны вне организованной религии, тогда как в социально неблагополучных и религиозных обществах поддержку, уважение и смысл жизни можно получить только в рамках организованной религии.

Авторы использовали данные опросов Института Гэллапа, в которых анализируется две выборки: американская (353 845 человек со всех штатов) и мировая (455 104 человек из 154 стран, в среднем 2955 в стране). Респондентам задавали вопрос о важности религии в их повседневной жизни и о частоте посещения культовых мест. Сложные условия жизни определялись такими показателями, как низкий уровень образования, доходов, продолжительность жизни, безопасность и удовлетворенность базовых потребностей. Счастье измерялось (согласно гедонистической модели Э. Динера счастье включает три составляющие: степень удовлетворенности жизнью, наличие позитивного и отсутствие негативного аффектов) с помощью 11-ступенчатой шкалы (Self-Anchoring Striving Scale), измеряющей степень удовлетворенности. Позитивный и негативный аффекты измерялись с помощью вопросов о том, переживал ли респондент ту или иную позитивную или негативную эмоцию в день перед опросом.

Исследование подтвердило данные о необычно высокой степени религиозности в США по сравнению с другими экономически развитыми странами. Была выявлена значимая прямая взаимосвязь между тяжелыми экономическими и социальными условиями в ряде штатов и высокой степенью религиозности в них; в штатах с лучшими условиями жизни уровень религиозности оказался значимо ниже. На индивидуальном уровне связь между тяжелыми жизненными условиями и религиозностью была намного ниже, чем на уровне штата. Авторы сделали вывод, что связь религиозности и счастья связана с нормативностью, широкой распространенностью религии в США, и выдвигают гипотезу, подтвердившуюся позднее, что в других развитых странах подобной связи нет³.

¹ Среди исследователей нет единства мнений о соотношении понятий счастья (happiness) и субъективного благополучия (subjective well-being — SWB). Как правило, они используются как синонимы, хотя некоторые авторы разводят их.

² Diener E., Tay L., Myers D. The Religion Paradox: If Religion Makes People Happy, Why Are So Many Dropping Out // Journal of Personality and Social Psychology. — Vol. 101, № 6 (2011). — P. 1279.

³ Ibid. — P. 1280-1281.

С целью показать различия стран с наилучшими и наихудшими условиями жизни, авторы выделили 25% наиболее и 25% наименее благополучных с точки зрения условий жизни стран. Хотя жители неблагополучных стран в целом менее счастливы, религиозные индивиды имеют меньший негативный и больший позитивный аффект, чем нерелигиозные. В странах с лучшими условиями нерелигиозные индивиды по сравнению с религиозными имеют несколько более высокий уровень удовлетворенности жизнью, ниже позитивный и негативный аффект. Э. Динер, Л. Тай и Д. Майерс заключают, что в подобных благоприятных условиях нерелигиозные индивиды в целом имеют аналогичный или даже более высокий показатель счастья, чем религиозные¹.

Неожиданным для авторов оказалось то, что в светских странах с благоприятными условиями нерелигиозные индивиды, хотя и получали социальную поддержку и чувство уважения, набирали меньше баллов по показателю целей и смысла жизни. Светскость в целом не обеспечивает им смысла жизни в том объеме, в каком его обеспечивает организованная религия в их странах. Впрочем, как показал Э. Динер, цели и смысл жизни повышают удовлетворенность жизнью у несчастливых людей, тогда как в условиях наличия поддержки и уважения значение данного фактора для счастья не является критическим.

Авторы заключают, что связь религиозности и счастья зависит главным образом от двух факторов: тяжелых условий жизни и нормативности религиозности для большинства населения страны. Социальная поддержка и чувство уважения к себе в странах с высоким уровнем жизни, в которых многие индивиды нерелигиозны, могут быть доступны для всех, не только для религиозных людей. Выходит, что религиозность связана со счастьем не механически и однозначно, но зависит от ряда обстоятельств, имеющих социальное происхождение. В нерелигиозных странах нерелигиозные индивиды нередко были более счастливы, чем их религиозные соотечественники².

Культурная и социальная обусловленность вклада религиозности в показатели, связанные со счастьем, анализируется также в недавнем коллективном исследовании немецких и британских психологов³. Выдвигается гипотеза о религиозности как о социальной ценности (*religiosity-as-social-value hypothesis*). Согласно этой гипотезе, верующие получают ряд психологических преимуществ в обществах, в которых ценится религиозность, тогда как в обществах, в которых обращают меньше внимания на религиозность, верующие и неверующие находятся в равноценных психологических условиях. Исследование проводилось на выборке из 187 957 респондентов (47% женщин, 53% мужчин, средний возраст — 37,49 лет), заполнявших анкеты европейского сайта знакомств eDarling. Были представлены 11 европейских стран (Швеция, Германия, Франция, Нидерланды

¹ Ibid. — P. 1284.

² Ibid. — P. 1289.

³ 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 // Psychological Science. (2012). URL: <http://pss.sagepub.com/content/early/2012/01/04/0956797611427045> (дата обращения: 26.04.2012).

ды, Швейцария, Австрия, Италия, Испания, Россия, Польша и Турция), с приблизительно равным количеством людей, заполнивших анкеты, для каждой из них. Респонденты оценивали степень своей религиозности по шкале от 1 до 7 (корреляция данной шкалы с Религиозным индексом Дюка (Duke Religion Index) и с Глобальной шкалой религии (Global Religiosity Measure) составляет 0,9). Учитывалась также религиозность по исследуемым странам, в том числе использовались данные Института Гэллапа. Изучалось соотношение религиозности с социальной самооценкой (оценка своей способности справляться с социальными ситуациями), которая измерялась Государственной шкалой социальной самооценки Хатхертон и Поливи (Heatherton and Polivy's State Self-Esteem Scale), а также с психологической адаптированностью. Она измерялась с помощью оценки степени своего соответствия (по шкале от 1 до 7) десяти прилагательным, таким как «способный адаптироваться», «спокойный», «радостный», «удовлетворенный», «энергичный», «здоровый», «оптимистичный», «позитивный», «гибкий» и «стабильный». Такая шкала, по данным авторов, имеет высокую (0,9) степень корреляции с общепризнанными методиками, изучающими самооценку, позитивный аффект, оптимизм, счастье (благополучие) и субъективную витальность.

Анализ результатов исследования показал, что хотя религиозность связана с социальной самооценкой и психологической адаптивностью, эта связь опосредуется степенью религиозности в стране: в частности, в нерелигиозной Швеции верующие и неверующие получают идентичные психологические преимущества. Авторы делают общий вывод о культурной специфичности связи религиозности с показателями благополучия, утверждая, что «религиозность дает преимущества за счет использования¹ культурных ценностей»².

Важно отметить, что в анализе Э. Динера, Л. Тай и Д. Майерса не было выявлено значимых различий между конкретными религиями в их статистическом отношении к счастью. Были собраны данные о верующих христианах, мусульманах, индуистах и буддистах — после контроля таких вмешивающихся переменных, как возраст, пол, индивидуальные и социальные обстоятельства, религиозная принадлежность к любой из этих религий предсказывала наличие позитивного аффекта. Негативный аффект негативно коррелировал со всеми анализируемыми религиями, кроме буддизма. Позитивный аффект оказался положительно связан со всеми религиями, кроме ислама. Религиозная принадлежность ко всем исследуемым религиям оказалась положительно связана со счастьем, значимых различий между конкретными религиями крайне мало³.

¹ В тексте использовано слово riding — букв. «скака на лошади культурных ценностей».

² 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 // Psychological Science. (2012). URL: <http://pss.sagepub.com/content/early/2012/01/04/0956797611427045> (дата обращения: 26.04.2012).

³ Diener E., Tay L., Myers D. The Religion Paradox: If Religion Makes People Happy, Why Are So Many Dropping Out // Journal of Personality and Social Psychology. — Vol. 101, № 6 (2011). — P. 1287.

Некоторые исследователи пытаются выявить различия во вкладе различных религий в показатель удовлетворенности жизнью. Хорватская исследовательница Л. Мелесевич-Перович и соавторы¹ поставили перед собой задачу исследовать важность принадлежности к той или иной религии для удовлетворенности жизнью. В выборку вошли представители 144 стран, в которых проживает 96% населения планеты. Данные для анализа собирались из различных опросов в странах в течении периода с 2006 по 2009 годы, затем выделялось среднее для каждой страны. Удовлетворенность жизнью оценивалась респондентами по 10-бальной шкале (Human Development Report). Учитывались такие показатели, как индекс человеческого развития (Human development index, HDI), коэффициент Джинни (Gini coefficient, показатель неравенства доходов населения), индекс восприятия коррупции (Corruption perceptions index) и индекс гражданских прав (Civil liberties index). Принадлежность к той или иной религии определялась с помощью Мировой христианской базы данных (World Christian Database, WCD), содержащей данные о количестве последователей разных религий в странах мира. В исследовании анализировалась принадлежность к таким религиям, как христианство, ислам, индуизм, буддизм и «китайский универсализм». Также анализировалась группа лиц, не принадлежащих ни к одной из религий.

Среди показателей качества жизни вклад индекса человеческого развития и индекса Джинни в удовлетворенность жизнью оказался наиболее значимым. Эти результаты довольно неожиданны, поскольку эмпирические исследования обычно показывают негативное влияние имущественного неравенства на удовлетворенность жизнью и счастье. Ж. Деламонталь в своем исследовании показывает, что социальное неравенство (индекс Джинни) является причиной социальной дисфункции в США. Высокие показатели по индексу обуславливают как низкий уровень благополучия населения, так и высокую религиозность в ряде штатов. И низкие показатели благополучия, и высокий уровень религиозности, заключает Ж. Деламонталь, имеют своей причиной социальное неравенство².

Религиозность, утверждает Л. Мелесевич-Перович и соавторы, имеет значимое влияние на удовлетворенность жизнью: наибольший вклад в удовлетворенность жизнью вносит принадлежность к христианству, за христианством следует отсутствие принадлежности к религии вообще. Далее следуют ислам, а за ним индуизм. Существуют и внутригрупповые различия — католики имеют наибольшую удовлетворенность среди христиан, а сунниты — среди мусульман³.

Анализ, предпринятый Л. Мелесевич-Перович и соавторами, может иметь немалую степень погрешности. Авторы предполагают такую воз-

¹ Malešević-Perović L., Mihaljević-Kosor M., Filipić P. The relative importance of religious denominations for life satisfaction // Journal of Applied Economics and Business Research. JAEBR. — Vol. 1(3) (2011). — P. 162-176.

² Delamontagne G. R. High religiosity and societal dysfunction in the United States during the first decade of the twenty-first century // Evolutionary Psychology. — Vol. 8(4) (2010). — P. 617-657.

³ Malešević-Perović L., Mihaljević-Kosor M., Filipić P. The relative importance of religious denominations for life satisfaction // Journal of Applied Economics and Business Research. JAEBR. — Vol. 1(3) (2011). — P. 173.

возможность в силу того, что ими были использованы данные по количеству верующих на состояние 2005 года, которые могли оказаться устаревшими. Проблемой также является то, что в эмпирических исследованиях, на которые опираются авторы, индивидам задавались вопросы об удовлетворенности жизнью, но не об их религиозной принадлежности. Вышесказанное может послужить причиной значительного снижения надежности результатов анализа. Важно заметить, что хотя авторы и пишут о счастье, предметом их исследования все же является удовлетворенность жизнью. Данные понятия, хотя и являются связанными, все же отличны друг от друга.

Таким образом, современные исследования, не отрицая выявленную ранее положительную связь религиозности со счастьем и смежными конструктами, пытаются конкретизировать содержание данной связи, изучить условия, в каких данная связь выражена наиболее ярко или может вообще отсутствовать. Можно также заключить, что под широким понятием счастья или благополучия, скорее всего, понимаются несколько теоретически сходных конструктов, которые, тем не менее, дают различные результаты при использовании разных их вариаций и диагностических методик.

Настоящее исследование посвящено не религиозности как таковой, а религиозной деятельности как ее поведенческой составляющей. Это обусловлено множеством противоречивых подходов к пониманию религиозности и важностью акцентирования на изучении именно практического аспекта вовлеченности человека в религию. Именно религиозная активность, а не декларативная религиозность, по мнению Б. Бейт-Халлами и М. Аргайла, связана со счастьем¹. Измерение религиозности конкретного испытуемого путём ответов на вопросы о наличии религиозности или содержании религиозной веры может быть подвержено многочисленным искажениям. В то же время показатели наподобие частоты посещения храма, индивидуальных молитв, количественной оценки значимости религии в повседневной жизни и т.д. могут дать более валидную информацию.

В настоящем исследовании использовалась разбивка вклада религиозности в индивидуальное счастье на факторы, выделенные С. Любомирски². Факторы были операционализированы следующим образом:

(1) вовлечённость: социальная и эмоциональная вовлечённость в религиозную деятельность, которая понимается как состояние, в котором присутствует осознанное обращение с элементами религиозной среды, а также её активное поддержание и воспроизведение;

(2) самоуважение: возникает благодаря тому, что религиозные общества легитимируют предписанный образ жизни человека. Следование ему даёт ощущение правильности жизни благодаря разделению определённых ценностей и форм поведения с другими лицами, находящимися в одной религиозной среде. Факт следования требуемым формам поведения повышает самоуважение благодаря убеждённости в правильности своего образа жизни;

(3) контроль: ощущение возможности контроля над своей жизнью, переживание защищенности и самоэффективности, возможность управ-

¹ Beit-Hallahmi B., Argyle M. *The Psychology of Religious Behaviour, Belief and Experience*. — L., N.-Y.: Routledge, 1997. — P. 185.

² Lyubomirsky S. *The How of Happiness*. — New York: The Penguin Press, 2008. — P. 367.

лять событиями своей жизни благодаря следованию определённым закреплённым в предписаниях или заповедях нормам поведения.

(4) способность принимать вызов: представление о трансцендентной основе приводит к более лёгкому принятию риска, более эффективному взаимодействию с ситуациями, которые оцениваются как рискованные, благодаря наличию религиозной поддержки.

(5) цели и смысл жизни: религия выступает в роли надёжного трансцендентного фундамента, обладающего определённым набором ценностно-смысловых идей, которые делают жизнь наполненной целями, которые определяют смысл жизни.

Данные факторы являются теми составляющими религиозности и религиозной деятельности, которые, по мнению С. Любомирски, и формируют связь религиозности со счастьем. Таким образом, их можно обобщить как факторы религиозно-ассоциированного счастья.

Принимая во внимание результаты исследования Э. Динера, Л. Тау и Д. Майерса, кажется целесообразным сравнение связей религиозности и счастья с таковыми связями для иной, нерелигиозной сферы. Кажется корректным сравнить вклад в счастье религиозной и нерелигиозной, но значимой для индивида деятельности. Вовлеченность в светские формы активности может быть положительно связана, например, с самоуважением или наличием целей в жизни.

В настоящем исследовании рассматривается не религиозность как таковая, а религиозная деятельность. Это позволяет сравнить религиозную деятельность с нерелигиозной (секулярной) по вышеуказанным факторам религиозно-ассоциированного счастья, и тем самым раскрыть характер связи религиозности и счастья. Таким образом, задачей настоящего исследования является поиск вышеуказанных факторов в нерелигиозной (секулярной) деятельности, и сопоставление их значения у религиозных и нерелигиозных людей.

В проведённом пилотажном этапе исследования приняло участие 54 респондента, обоих полов, возрастом от 18 до 32 лет. Все респонденты имели высшее либо незаконченное высшее образование или же находились в процессе его получения. Были выделены четыре группы респондентов на основе вовлечённости деятельность разного рода. Важным элементом являлась субъективная значимость деятельности для респондента: она контролировалась соответствующими вопросами при составлении выборки.

Первая группа — религиозная. Для респондентов этой группы в первую очередь важна была не религиозность сама по себе, а вовлечённость в религиозную деятельность. Вовлечённость выявлялась вопросами о значимости религии в жизни и частоте посещения храма (необходимая частота — не реже раза в неделю), что является принятой практикой в международных исследованиях (напр. в исследовании Э. Диннера, Л. Тай и Д. Майерса).

Занимающиеся йогой и занимающиеся неконтактными боевыми искусствами — две группы респондентов, вовлечённых в секулярную деятельность. Для представителей этих групп было важно посещение тренировки не менее раза в неделю и субъективная значимость занятий. Также

для предотвращения смешения в данных группах отсутствовали респонденты, которые были вовлечены тем или иным образом в религиозную деятельность (как в традиционную религиозную деятельность, так и в эзотерические практики).

Четвёртой, контрольной группой были не религиозные и одновременно не вовлечённые в значимую деятельность лица. Для этой группы важным было отсутствие постоянной вовлечённости в любую субъективно значимую и, что важно, регулярную деятельность, как религиозную, так и секулярную.

Группы религиозных, неконтактных боевых искусств и йогов объединялись в вовлечённую группу, в противовес невовлечённой контрольной группе.

Оценка счастья у респондентов проводилась шкалой общей оценки счастья С. Любомирски (ШООС) в адаптации Д. Леонтьева и Е. Осина. Также у респондентов измерялась удовлетворенность жизнью с помощью шкалы удовлетворенности жизнью (ШУДЖ) Э. Диннера также в адаптации Д. Леонтьева и Е. Осина. Никаких значимых различий по результатам использования данных методик в настоящем исследовании не выявлено, хотя методика С. Любомирски более ориентирована на выявление эмоционального компонента, а методика Э. Диннера — на когнитивный компонент. Факторы религиозно-ассоциированного счастья измерялись следующими методиками: вовлеченность, контроль и принятие риска — тестом жизнестойкости (адаптация Д. Леонтьева, Е. Рассказовой), цели и смысл жизни — одноименной шкалой опросника психологического благополучия К. Рифф (адаптация Т. Шевеленковой, Р. Фесенко), самоуважение — шкалой аутосимпатии опросника самоактуализации А. Лазуркина (адаптация Н. Калина).

Корреляционный анализ (коэффициент корреляции Пирсона, $s < 0,05$) данных подтвердил положение о связи вовлечённости в субъективно значимую деятельность как с удовлетворенностью жизнью (0,595), так и с показателем счастья (0,663). Также подтверждена довольно очевидная связь шкал счастья и субъективного благополучия (0,731).

		Счастье	Вовлечённость	Удовлетворенность жизнью
Счастье	Pearson Correlation	1	,663(**)	,731(**)
	Sig. (2-tailed)		,000	,000
	N	53	45	53
Вовлечённость	Pearson Correlation	,663(**)	1	,595(**)
	Sig. (2-tailed)	,000		,000
	N	45	45	45
Удовлетворенность жизнью	Pearson Correlation	,731(**)	,595(**)	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	
	N	53	45	53

Статистическая обработка результатов также выявила значимые отличия между парами групп по разным комбинациям факторов (t-тест Стьюдента, $s < 0,05$).

**Сравнение при критерии вовлечённости (с контрольной группой)
Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Удовлетворенность жизнью	Equal variances assumed	,135	,715	4,113	45	,000	2,25908	,54922	1,15289	3,36527
	Equal variances not assumed			4,245	29,748	,000	2,25908	,53217	1,17185	3,34631
Цели и смысл жизни	Equal variances assumed	1,516	,225	3,823	42	,000	2,11355	,55281	,99793	3,22916
	Equal variances not assumed			3,570	23,699	,002	2,11355	,59210	,89070	3,33640
Аутосимпатия	Equal variances assumed	,538	,467	2,874	42	,006	1,71564	,59702	,51081	2,92047
	Equal variances not assumed			2,795	26,374	,010	1,71564	,61375	,45494	2,97634
Принятие риска	Equal variances assumed	1,786	,189	3,154	40	,003	1,86012	,58982	,66804	3,05220
	Equal variances not assumed			2,880	20,811	,009	1,86012	,64593	,51610	3,20414
Контроль	Equal variances assumed	,219	,642	2,878	40	,006	1,68853	,58672	,50272	2,87434
	Equal variances not assumed			2,674	23,494	,013	1,68853	,63135	,38399	2,99307
Вовлечённость	Equal variances assumed	1,007	,322	2,961	37	,005	1,91125	,64557	,60320	3,21930
	Equal variances not assumed			2,758	20,156	,012	1,91125	,69287	,46667	3,35583

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Счастье	Equal variances assumed	3,337	,074	2,833	45	,007	1,64244	,57973	,47481	2,81007
	Equal variances not assumed			3,307	40,376	,002	1,64244	,49664	,63898	2,64590

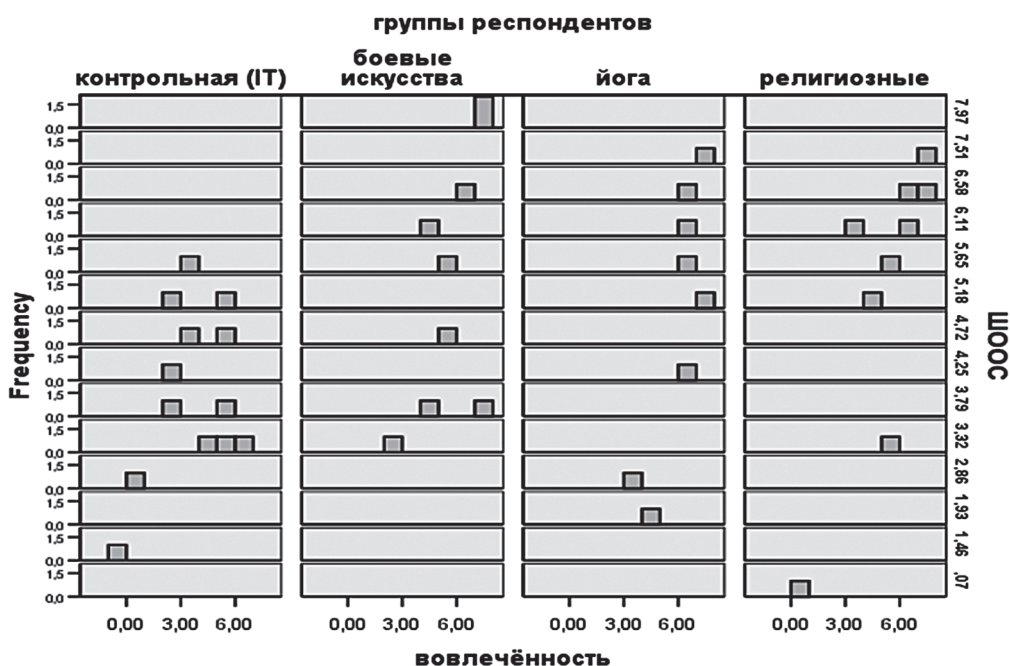
Использование метода сравнения средних ($s < 0,05$) выявило более низкие показатели по всем факторам в контрольной группе, чем в остальных группах. Так, среднее значение показателей шкалы ШООС (счастья) у представителей экспериментальных групп (5,42) выше, чем у контрольной (3,78) при среднем по выборке 4,95. Аналогичная тенденция выявлена также по остальным шкалам. Также были выявлены значимые различия между экспериментальными группами.

Сравнение средних по группам

Группы		Удовлетворенность жизнью	Цели и смысл жизни	Аутосимпатия	Принятие риска	Контроль	Вовлечённость	Счастье	Жизнестойкость
Контрольная	Mean	3,4663	3,4296	3,7652	3,7274	3,9149	3,7004	3,7860	11,9273
	Std. Deviation	1,65222	1,98276	1,98333	2,12728	2,11732	2,16673	1,31555	4,70566
Боевые искусства	Mean	6,2197	5,4238	5,9395	5,6917	5,3928	5,6768	6,0784	16,9367
	Std. Deviation	1,45088	,97061	2,33699	2,40563	1,99934	1,83038	1,77312	5,47234
Йога	Mean	5,0773	6,1001	4,8872	5,8479	6,6182	6,0492	5,0070	18,6515
	Std. Deviation	1,87646	,96693	1,90338	,86078	,64828	1,34058	1,89238	2,46893
Религиозные	Mean	5,5518	5,2288	5,4514	5,2750	5,1036	5,1574	4,8558	15,7675
	Std. Deviation	2,14254	2,40974	,93169	1,16203	1,54083	2,07650	2,44205	4,12487
Total	Mean	5,0044	4,8226	4,8960	4,9675	5,0003	4,9745	4,9043	15,2619
	Std. Deviation	2,03634	1,99450	2,02943	1,98883	1,97714	2,08566	1,98913	5,01486

Представители группы боевых искусств имеют наивысшие показатели по шкале счастья (6,07 при среднем по выборке 4,95), удовлетворенности

жизнью (6,21 при среднем по выборке 5,01) и аутосимпатии (5,93 при среднем по выборке 4,93); занимающиеся йогой — по целям и смыслу жизни (6,10 при среднем по выборке 4,92), и жизнестойкости (наивысшие показатели по всем подшкалам: вовлеченности, контроля, принятия риска).



Таким образом, полученные результаты позволяют предположить возможность того, что вовлеченность в религиозную и нерелигиозную значимую деятельность могут быть связаны с субъективным благополучием в одинаковой мере: секулярная вовлеченность связана с факторами религиозно-ассоциированного счастья не менее, чем религиозная вовлеченность. Ключевым элементом связи религиозной и секулярной деятельности со счастьем является сам факт вовлеченности в субъективно значимую деятельность. Значимость разных факторов религиозно-ассоциированного счастья незначительно отличается для различных видов субъективно значимой деятельности. Для религиозной деятельности наивысшие показатели по аутосимпатии (5,4514), для вовлеченных групп в целом — по контролю (5,6034). Были также выявлены значимые различия между парами групп по разным комбинациям факторов (t -тест Стьюдента, $p < 0,05$), и значимые отличия между вовлеченными группами и контрольной в первую очередь. Использование метода сравнения средних ($p < 0,05$) выявило более низкие показатели по всем факторам в контрольной группе, чем в остальных группах. Также были выявлены значимые различия между вовлеченными группами. Так, представители боевых искусств имеют наивысшие показатели по показателям счастья (6,07 при среднем по выборке 4,95), удовлетворенности жизнью (6,21 при среднем по выборке в 5,01) и аутосимпатии (5,93 при среднем по выборке в 4,93); занимающиеся йогой — по целям и смыслу жизни (6,10 при среднем по выборке в 4,92), и жизнестойкости.