

Ks. DARIUSZ KROK

Opole, UO

ZNACZENIE RELIGIJNOŚCI W FORMOWANIU JAKOŚCI ŻYCIA MAŁŻONKÓW

Uważne obserwacje życia społecznego, jak i wyniki sondaży prowadzonych w ostatnich dekadach w wielu krajach świata wskazują, że przeważająca część ludzi uznaje religię za ważny element swojego życia. Wymiar religijny wywiera istotny wpływ nie tylko na sposób myślenia człowieka, ale i na jego emocje i uczucia oraz działania i postępowanie. Doniosłość i powszechność zjawisk religijnych domaga się uważnej refleksji naukowej, która ukierunkowana będzie na określeniu czynników decydujących o roli religii w życiu indywidualnym i społecznym, a także stwierdzeniu charakteru zależności zachodzących między sferą religijną a procesami psychicznymi. Pytania badawcze dotyczące powiązań religii z funkcjonowaniem jednostek kierują uwagę na strukturę życia społecznego, jaką jest małżeństwo. Uważna analiza środowiska rodzinnego wskazuje, że praktyki religijne, zarówno osobiste (modlitwa), jak i wspólnotowe (udział w nabożeństwach), wpływają na relacje zachodzące między małżonkami, determinując poziom ich jakości życia. Związane jest to z systemowym i integralnym ujęciem rodziny, w ramach którego czynniki społeczne, a do takich należy religia, modelują interakcje małżeńskie. Celem niniejszego artykułu jest ukazanie roli, jaką pełni religijność w formowaniu jakości życia małżonków wraz z równoczesnym określeniem charakteru powiązań zachodzących między czynnikami religijnymi a relacjami małżeńskimi.

1. Płaszczyzny wzajemnego odniesienia religijności i jakości życia

Psychologiczna analiza życia ludzkiego wskazuje na wiele przekonywujących przykładów powiązań religijności i jakości życia. Wynika to z oddziaływania czynników religijnych na myślenie, uczucia i zachowanie jednostek. Przekonania i praktyki religijne nie pozostają bez wpływu na psychiczne funkcjonowanie ludzi zarów-

no na poziomie indywidualnym, jak i społecznym¹ Wręcz przeciwnie, oddziałują na wiele sfer ludzkiego życia, w tym na jakość życia jednostek i grup społecznych.

W ujęciu psychologicznym rozumienie religijności posiada swój specyficzny charakter, zależny od metodologii nauk społecznych. Jedną z najbardziej znanych definicji religijności ujmuje ją jako „osobiste lub grupowe poszukiwanie świętości, które rozwija się w ramach tradycyjnego, sakralnego kontekstu”². W tym sensie religijność określa indywidualne lub zespołowe poszukiwanie przejawów świętości (transcendencji) w kontekście zorganizowanych i zinstytucjonalizowanych tradycji religijnych. Kontekst ten zawiera systemy przekonań, praktyk i wartości koncentrujących się wokół treści sakralnych i wyraźnie zakorzenionych w instytucjach, tradycjach i kulturach. Istotnym elementem tak rozumianej religijności będzie wymiar społeczny, w ramach którego relacje religijne będą posiadać charakterystyczne cechy. Będzie to widoczne w ramach odniesienia osoby do wymiaru społecznego i relacji międzyludzkich³ Relacja do Boga zachodzi bowiem w szerszym kontekście społecznym, determinującym w dużym stopniu sposoby jej tworzenia i realizowania. Konsekwencje społecznych doświadczeń jednostki będą wpływać na rodzaje relacji religijnych zachodzących między osobą a Bogiem. W tym obszarze można również umiejscowić małżeństwo jako strukturę, w obrębie której występuje szereg interakcji o charakterze społecznym.

Drugi z analizowanych terminów, tj. jakość życia, stanowi współcześnie jedno z najbardziej interesujących, ale i zarazem złożonych zagadnień badawczych w wielu dyscyplinach naukowych: psychologii, socjologii, ekonomii, polityce społecznej i medycynie⁴. Wynika to z wniosków wysnutych na podstawie obserwacji i wyników badań empirycznych, że dla człowieka ważne jest nie tylko życie samo w sobie, ale i jego doświadczanie i przeżywanie w kategoriach szczęścia, zadowolenia i samospełnienia. Niezależnie od kultury czy uwarunkowań społeczno-ekonomicznych, ludzie dążą do zrozumienia istoty jakości swojego życia, jego źródeł i uwarunkowań.

¹ J.A. BELZEN, *Towards cultural psychology of religion: Principles, approaches, applications*, London – New York 2010, s. 8–9; R. YSSELDYK, K. MATHESON, H. ANISMAN, *Religiosity as identity: Toward an understanding of religion from a social identity perspective*, „Personality and Social Psychology Review” 14 (2010), nr 1, s. 61–62.

² B.J. ZINNBAUER, K.I. PARGAMENT, *Religiousness and spirituality*, w: R.F. PALOUTZIAN, C.L. PARK (red.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality*, New York 2005, s. 35.

³ M. JAROSZ, *Interpersonalne uwarunkowania religijności*, Lublin 2003, s. 18.

⁴ Por. C. PROCTOR, J. MALTBY, P.A. LINLEY, *Strengths use as a predictor of well-being and health-related quality of life*, „Journal of Happiness Studies” 12 (2011), nr 1, s. 154–155; J.C. ROOP, J.K. PAYNE, A.H. VALLERAND, *Theories and conceptual models to guide quality-of-life research*, w: C.R. KING, P.S. HINDS (red.), *Quality of life: from nursing and patient perspectives: theory, research, practice*, Sudbury 2010, s. 45–47; M. RABINOWITZ BUSSELL, K. SHELDON, *Comprehensive local community development via collaborative quality of life planning: best practices from two San Diego neighborhoods*, w: M.J. SIRGY, R. PHILLIPS, D. RAHTZ (red.), *Community quality-of-life Indicators: best cases V*, London – New York 2011, s. 2–3.

Z uwagi na fakt, że jakość życia jest nieco odmiennie rozumiana w różnych dyscyplinach naukowych (psychologia, socjologia, polityka społeczna, medycyna), oraz ze względu na psychologiczny charakter przeprowadzanych analiz, w niniejszej pracy ograniczymy się do ujęcia jakości życia na gruncie psychologii.

W rozumieniu psychologicznym jakość życia przedstawia się w aspekcie subiektywnym jako satysfakcję i zadowolenie jednostki z osobistego życia⁵ W tej perspektywie dokonuje się ocen różnych aspektów życia z perspektywy jednostki, która przeprowadza proces oceniania, stosując własne, indywidualne kryteria. E. TRZEBIŃSKA podkreśla, że w psychologii pozytywnej wysoka jakość życia i wysoki dobrostan oznaczają prawie to samo. Drobną różnicą wyraża się w tym, że przy jakości życia bierze się pod uwagę wiele różnych czynników, składających się na integralny obraz warunków określających sytuację życiową człowieka, natomiast dobrostan psychiczny jest sprowadzany do ogólnej oceny tej sytuacji, tj. odczuwanego szczęścia⁶

Polski psycholog, od lat zajmujący się problematyką jakości życia, S. KOWALIK systematyzuje psychologiczne badania nad jakością życia w czterech głównych tradycjach: psychologii introspekcyjnej, psychologii rozwojowej, psychologii humanistycznej i psychologii pozytywnej⁷ W tradycji introspekcyjnej wyizolowano jakość życia jako osobny fragment, próbując określić jego specyfikę oraz ogólne prawa organizacji zjawisk psychicznych. W ramach psychologii rozwojowej jakość życia została przełożona na kategorię rozwoju, w ramach której starano się określić charakter zachodzących przemian na poszczególnych etapach życia. Psychologia humanistyczna koncentrowała się na ujmowaniu życia w terminach określonego sensu i sposobów jego osiągania. W psychologii pozytywnej wyodrębniono pojęcie dobrostanu psychicznego czyli poczucia satysfakcji i zadowolenia z życia.

Obydwa terminy, religijność i jakość życia, posiadają wzajemne płaszczyzny powiązań. Wyrażają się one zazwyczaj w następujących formach: doświadczenia religijne generujące stany zadowolenia i szczęścia, konkretne formy aktywności religijnej, takie jak modlitwa czy medytacja, prowadzące do pozytywnych efektów psychofizycznych, a także rola religii w budowaniu zasobów psychologicznych⁸

⁵ J. CZAPIŃSKI, *Spotkanie dwóch tradycji: hedonizmu i eudajmonizmu*, w: TENŻE (red.), *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka*, Warszawa 2008, s. 14; M. MORRISON, L. TAY, E. DIENER, *Subjective well-being and national satisfaction findings from a worldwide survey*, „Psychological Science” 22 (2011), nr 2, s. 166–167.

⁶ E. TRZEBIŃSKA, *Psychologia pozytywna*, Warszawa 2008, s. 39.

⁷ S. KOWALIK, *Autorskie strategie kształtowania jakości życia*, w: R. DERBIS (red.), *Psychologiczne konteksty jakości życia społecznego*, Częstochowa 2010, s. 33.

⁸ B.R. JACKSON, C.S. BERGEMAN, *How does religiosity enhance well-being? The role of perceived control*, „Psychology of Religion and Spirituality” 3 (2011), nr 2, s. 150–152; D. EDMONDSON, C.L. PARK, T.O. BLANK, J.R. FENSTER, M.A. MILLS, *Deconstructing spiritual well-being: existential well-being and HRQOL in cancer survivors*, „Psycho-Oncology” 17 (2008), nr 2, s. 167–168.

W powyższych związkach religijności i jakości życia uwidacznia się rola czynników religijnych w budowaniu poczucia satysfakcji i szczęścia zarówno w perspektywie krótko-, jak i długoczasowej. Może to być wynikiem tego, że religia dostarcza systemu orientacji i sensu, który od strony psychologicznej umożliwia budowanie życiowego szczęścia.

Badania przeprowadzone przez autora artykułu nad relacjami religijności i jakości życia ujawniły, że religijność wykazuje pozytywne, choć słabe, związki z hedonistyczną i eudajmonistyczną jakością życia. Związki religijności z hedonistyczną jakością życia są uwarunkowane zarówno wewnętrzną strukturą religijności, jak i wymiarami jakości życia. Ponadto, związki między religijnością a jakością życia są pośredniczone przez mediatory psychospołeczne, takie jak: poczucie sensu życia, poczucie koherencji i wsparcie społeczne. Charakter tych mediacji uwarunkowany jest odniesieniem mediatorów do kategorii sensu i celu⁹. Potwierdza to wcześniejsze założenia badawcze, wskazujące, że sfera religii, jako część życia społecznego, oddziałuje na procesy poznawcze i emocjonalne jednostek, odpowiedzialne za kształtowanie jakości życia.

Jak pokazano powyżej, religijność wiąże się z jakością życia ludzi, szczególnie na płaszczyźnie czynników psychospołecznych. Na tej podstawie można z dużym prawdopodobieństwem przypuszczać, że sfera religijna będzie odgrywać pewną rolę w kształtowaniu relacji małżeńskich, głównie ze względu na fakt, że małżeństwo odznacza się prężnymi interakcjami osobowymi. Wydaje się to uzasadnione, gdyż religijność może być spostrzegana jako element motywacyjny i regulacyjny, silnie oddziałujący na sposób myślenia, odczuwania i zachowania człowieka. Z kolei psychologia rodziny dostarcza wielu cennych informacji na temat relacji małżeńskich zachodzących na płaszczyźnie psychicznej i społecznej. Dominujące współcześnie systemowe ujęcie rodziny zwraca szczególną uwagę na dynamikę i złożoność interakcji między małżonkami¹⁰. Będą one w pewnym stopniu determinować oddziaływanie czynników religijnych na relacje małżeńskie.

Wyróżnić można trzy główne obszary życia małżeńskiego, w ramach których zauważamy powiązania religijności z jakością życia małżonków: (1) ogólna satysfakcja z małżeństwa, (2) zobowiązanie małżeńskie i (3) rozwiązywanie konfliktów małżeńskich. Poniżej przeanalizujemy każdy w wymienionych obszarów, biorąc pod uwagę istniejące rezultaty badań.

⁹ D. KROK, *Religijność a jakość życia w perspektywie mediatorów psychospołecznych*, Opole 2009, s. 402.

¹⁰ S. DUPUIS, *Examining the blended family: The application of systems theory toward an understanding of the blended family system*, „Journal of Couple and Relationship Therapy” 9 (2010), nr 3, s. 240–241; M. MCCOLDRICK, T. SHIBUSAWA, *The family life cycle*, w: F. WLASH (red.), *Normal family processes: growing diversity and complexity*, New York 2012, s. 375–377.

2. Religijność a ogólna satysfakcja z małżeństwa

Satysfakcja z małżeństwa jest uwarunkowana szeregiem czynników psychospołecznych, wśród których ważną rolę odgrywa religijność małżonków. Jedną z pierwszych, zakrojonych na dużą skalę, metaanaliz związków religijności i satysfakcji z małżeństwa przeprowadził R.A. WITTER wraz ze swoimi współpracownikami. Zebrał on dane z 55 różnych badań, co sumarycznie daje imponującą liczbę przypadków. Wyniki przeprowadzonej metaanalizy pokazały, że religia wpływa na szczęście małżeńskie i że wpływ ten jest większy dla starszych małżeństw¹¹. Stanowi to wyraźne potwierdzenie pozytywnej roli, jaką spełniają czynniki religijne w formowaniu atmosfery szczęścia i harmonii w relacjach małżeńskich.

M. ARGYLE podaje, że religia, poprzez system wierzeń i wartości moralnych, wpływa na zadowolenie ze związku. Widoczne jest w długości związków osób religijnych, które są dłuższe niż u osób niereligijnych. Jak wskazuje autor, najprawdopodobniej główną przyczyną jest nauka wielu wyznań i religii o nierozzerwalności małżeństwa i dostarczane przez nie wsparcie społeczne¹². Równocześnie zauważyć należy, że obecność powyższych czynników świadczy o tym, że dobrostan psychiczny czerpany z relacji małżeńskich jest modyfikowany przez czynniki natury społecznej.

Rezultaty badań przeprowadzonych w Stanach Zjednoczonych potwierdzają związki religijności z satysfakcją z małżeństwa. Silniejsze zaangażowanie religijne jest powiązane z większym globalnym zadowoleniem z małżeństwa, mierzonym zarówno w sposób bezpośredni (pytania dotyczyły poziomu satysfakcji małżeńskiej), jak i pośredni (pytano o różne aspekty życia małżeńskiego)¹³. Po przeprowadzeniu bardziej wnikliwej analizy zaangażowania religijnego wyodrębniono jego dwa zasadnicze wymiary: uczęszczanie do kościoła i ważność religii dla jednostki. Okazało się, że częstsze uczęszczanie do kościoła wiąże się z większym zadowoleniem z małżeństwa. Ponadto, wzrost osobistej ważności religii związany jest z większą satysfakcją z relacji małżeńskich. W tym ostatnim wymiarze brano pod uwagę takie czynniki, jak: częstotliwość modlitwy i czytania Biblii, a także twierdzenia odnoszące się do przeżyć i doświadczeń religijnych.

Powyższe wyniki korespondują z badaniami M. BRAUN-GAŁKOWSKIEJ, przeprowadzonymi na gruncie polskim, w których badano związki między intensywnością

¹¹ R.A. WITTER, W.A. STOCK, M.A. OKUN, M.J. HARING, *Religion and subjective well-being in adulthood: a quantitative synthesis*, RRR 26 (1985), s. 339–340.

¹² M. ARGYLE, *Przyczyny i korelaty szczęścia*, w: CZAPIŃSKI (red.), *Psychologia pozytywna*, s. 182.

¹³ A. MAHONEY, K.I. PARGAMENT, N. TARAKESHWAR, A.B. SWANK, *Religion in the home in the 1980s and 90s: Meta-analyses and conceptual analyses of links between religion, marriage, and parenting*, „Journal of Family Psychology” 15 (2001), s. 595–596.

postawy religijnej a zadowoleniem z małżeństwa. Osoby badane podzielono na trzy grupy z: wysoką intensywnością pozytywnej postawy religijnej, niską intensywnością pozytywnej postawy religijnej (nazwano tę grupę osobami o postawie obojętnej) i wysoką intensywnością negatywnej postawy religijnej. Wyniki pokazały, że osoby o pozytywnej postawie religijnej charakteryzują się silniejszym zadowoleniem z małżeństwa¹⁴. Głęboko zinterioryzowana religijność, wyrażająca się w pozytywnej postawie, wiąże się z silniejszym poczuciem sukcesu i radości małżeńskiej, co bezpośrednio będzie się przekładać na ich jakość życia.

Można zatem zaryzykować stwierdzenie, że dojrzałość małżonków przejawiana w sferze religijnej jest czynnikiem wspomagającym budowanie relacji małżeńskich poprzez urzeczywistnianie siebie w związku oraz realizowanie wspólnie zamierzonych celów małżeńskich. Rację wydaje się mieć M. Braun-Gałkowska, twierdząc, że „osoby z małżeństw nieudanych są częściej niereligijne”¹⁵. Jedną z potencjalnych przyczyn może być to, że religijność małżonków jest istotnym predyktorem powodzenia małżeńskiego. Równocześnie autorka podkreśla, że bardzo istotnym czynnikiem dla szczęścia małżeńskiego jest podobieństwo w zakresie niektórych postaw, w tym i religijnych. Małżonkowie o silniejszym stopniu podobieństwa w zakresie religijności (tj. jedna strona — silna religijność, druga strona — silna religijność) będą odznaczać się wyższym poziomem satysfakcji z małżeństwa niż małżonkowie o różnych stopniach podobieństwa (tj. jedna strona — silna religijność, druga strona — słaba religijność).

W badaniach M. PLOPY okazało się, że związek między różnymi wymiarami religijności a satysfakcją ze związku jest silniejszy w grupie osób zadowolonych z małżeństwa niż w związkach o obniżonej satysfakcji ze wspólnego życia. W związkach charakteryzujących się zadowoleniem z małżeństwa, w grupie mężczyzn związki istotne statystycznie wystąpiły między wynikiem ogólnym religijności personalnej a wynikiem ogólnym satysfakcji z małżeństwa, a także między dwoma wymiarami religijności: wiara i self religijny a wynikiem ogólnym satysfakcji z małżeństwa. Natomiast w grupie kobiet nie zanotowano wyników istotnych statystycznie. W grupie małżeństw niezadowolonych ze związku powyższe zależności były nieistotne¹⁶. Uzyskane wyniki potwierdzają wcześniejsze tezy o powiązaniach życia religijnego małżonków z odczuwaniem zadowolenia z przeżywanego związku.

Interesujące badania nad związkami religijności małżonków z ich satysfakcją z małżeństwa przeprowadził P. BRUDEK. Badaniami objęto grupę 222 osób (111 małżeństw) w wieku od 20 do 70 lat, pozostających w związku małżeńskim i posiada-

¹⁴ M. BRAUN-GAŁKOWSKA, *Miłość aktywna. Psychiczne uwarunkowania powodzenia małżeństwa*, Warszawa 1985, s. 121.

¹⁵ TAŻ, *Psychologia domowa*, Lublin 2008, s. 125.

¹⁶ M. PLOPA, *Psychologia rodziny. Teoria i badania*, Kraków 2005, s. 234–235.

jących na wychowaniu przynajmniej jedno dziecko do 18 roku życia. Do pomiaru religijności zastosowano dwie skale: Skalę Religijności Personalnej R. JAWORSKIEGO¹⁷, która pozwala ocenić stopień wysycenia religijności czynnikiem personalnym, oraz Skalę Religijnego Systemu Znaczeń D. KROKA¹⁸. Pomiar satysfakcji z małżeństwa mierzono za pomocą Kwestionariusza Dobranego Małżeństwa w opracowaniu M. Plopy¹⁹

Uzyskane rezultaty wskazały, że im wyższy stopień nasycenia religijności czynnikiem personalnym (tj. częstsze nadawanie wierze w Boga centralnego miejsca we własnym życiu, traktowanie Boga jako miłującego Ojca, poczucie odpowiedzialności przed Bogiem za własne działania i głęboko zinterioryzowana religijność), tym większe są: ogólne zadowolenie ze związku, motywacja do pogłębiania małżeńskiej więzi, możliwość samorealizacji partnerów w związku, zbieżność poglądów co do sposobu przeżywania związku, a także mniejsze przekonanie o niepowodzeniu w obszarze relacji małżeńskiej. Stwierdzono również, że im większą rolę odgrywa religijny system znaczeń w postrzeganiu, ocenianiu i interpretowaniu rzeczywistości, tym silniejsze poczucie zadowolenia u partnerów związku oraz większa satysfakcja z potrzeby intymności w małżeństwie, silniejsze poczucie realizacji siebie w związku, większa zgodność w realizacji celów małżeńskich, a w ostateczności tym mniejsze rozczarowanie z małżeństwem²⁰. Wyniki tych badań pozwalają na sformułowanie stwierdzenia, że religijność personalna i religijny system znaczeń wiążą się pozytywnie z ogólną satysfakcją z małżeństwa oraz jej poszczególnymi aspektami. Wniosek ten skłania do uznania religijności za ważny predyktor jakości życia małżonków.

W kontekście związków religijności i satysfakcji z małżeństwa można postawić ważne — z metodologicznego punktu widzenia — pytanie: Czy związki te mają charakter bezpośredni, czy też są może pośredniczone przez inne czynniki psychologiczne? Zdaniem A. MAHONEY i N. TARAKESHWAR, wymienić można dwa istotne czynniki pośredniczące w związkach między religijnością i zadowoleniem z małżeństwa: zdrowie psychiczne i osobista religijność²¹. Są one głównymi mediatorami w powyższych relacjach.

Zdrowie psychiczne wyraża pełny dobrostan fizyczny, psychiczny i społeczny człowieka. W małżeństwach, w których obydwójce partnerzy spełniają normatywne oczekiwania zdrowych zachowań psychicznych, religia może zwiększać satysfak-

¹⁷ Por. R. JAWORSKI, *Psychologiczne uwarunkowania religijności personalnej*, Lublin 1989.

¹⁸ Por. KROK, *Religijność a jakość życia*.

¹⁹ Por. M. PLOPA, *Więzi w małżeństwie i rodzinie. Metody badań*, Kraków 2007.

²⁰ P. BRUDEK, *Religijność a jakość relacji małżeńskiej*, Lublin 2011, s. 129 (praca mgr. w BKUL).

²¹ A. MAHONEY, N. TARAKESHWAR, *Religion's role in marriage and parenting in daily life and during family crises*, w: PALOUTZIAN, PARK (red.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality*, s. 178.

cję małżeńską. Jednak w przypadku, gdy jeden z partnerów wykazuje oznaki zachowań nie mieszczących się w granicach zdrowia psychicznego, to wyższy poziom religijności prowadzi do intensyfikacji trudności małżeńskich. Znajduje to potwierdzenie w badaniach, wskazujących, że ogólna religijność promowała ogólne zadowolenie z małżeństwa w okresie począwszy od chwili ślubu do kilku lat później, lecz tylko w przypadku par, w których partnerzy odznaczali się pełnym zdrowiem psychicznym. Gdy małżonkowie posiadali trudności psychiczne, wówczas wyższy poziom religijności prowadził do mniejszej satysfakcji²². Oznacza to, że zdrowie psychiczne pełni funkcję mediatora w relacjach religijność — satysfakcja małżeńska.

Pomimo faktu, że religijność sprzyja ogólnej satysfakcji z małżeństwa, mogą pojawić się przypadki, w których oddziaływanie to przyjmuje postać zdeformowaną czy wręcz negatywną. Takim przykładem może być zawyżone poczucie winy, wynikające z czucia się odpowiedzialnym za wszelkie niepowodzenia czy nieporozumienia w małżeństwie.

Zwracają na to uwagę A. Mahoney i jej współpracownicy, podając, że w sytuacjach małżeńskich kryzysów u niektórych silnie religijnych osób pojawia się poczucie winy wynikające z przeświadczenia, że nie byli w stanie zaakceptować, wybaczyć czy przezwyciężyć problemów i napięć²³. Podkreślić należy, iż zachowanie takie będzie charakterystyczne głównie dla osób o skrupulatnym sumieniu, którzy będą wykazywać skłonności do samoobwiniania. Pytanie, na ile jest to rzeczywiście wynik negatywnego oddziaływania religijności czy też rezultat posiadania niektórych cech osobowości, np. wysoki neurotyzm, domaga się dalszych badań empirycznych.

Osobista religijność reprezentuje sferę indywidualnych przekonań, wierzeń i doświadczeń, które jednostka przeżywa w relacji do Boga. Jest ona dobrym predyktorem zadowolenia z małżeństwa przede wszystkim dla osób często uczęszczających do kościoła. Oznacza to, że wyższa osobista religijność prowadzi do większego zadowolenia z małżeństwa głównie wtedy, gdy powiązana jest ze społecznymi praktykami religijnymi²⁴. W tym miejscu dotykamy interesującego powiązania indywidualnego i społecznego wymiaru religijności. Warunkiem prawidłowego funkcjonowania religijności w psychice jednostki jest kompatybilność obydwóch wymiarów, co podkreślane jest przez autorów zajmujących się psychologią religii²⁵

²² K.T. SULLIVAN, *Understanding the relationship between religiosity and marriage: An investigation of the immediate and longitudinal effect of religiosity on newlywed couples*, „Journal of Family Psychology” 15 (2001), s. 624.

²³ A. MAHONEY, K.I. PARGAMENT, A. MURRAY-SWANK, N. MURRAY-SWANK, *Religion and the sanctification of family relationships*, RRR 44 (2003), nr 3, s. 233–234.

²⁴ MAHONEY, TARAKESHWAR, *Religion's role in marriage and parenting*, s. 178.

²⁵ Por. B. GROM, *Psychologia religii*, tł. H. Machoń, Kraków 2009, s. 291; M. JAROSZ, *Relacja do Boga w psychologii religii*, w: S. GŁAZ (red.), *Wybrane zagadnienia psychologii religii*, Kraków 2006,

3. Religijność a zobowiązanie małżeńskie

Drugi obszar życia małżeńskiego, w obrębie którego zachodzą powiązania religijności z jakością życia małżonków, dotyczy zobowiązania małżeńskiego. Badacze zajmujący się tą problematyką wyraźnie wskazują, że osoby wysoce religijne są wierniejsze współmałżonkowi niż osoby nisko religijne. Zobowiązanie małżeńskie zostało oszacowane na podstawie bezpośredniego zbadania wysiłku wkładanego przez małżonka w sprawy wspólnego życia. Obok osobistego zaangażowania religijnego, wyrażającego się w indywidualnej relacji do Boga, także i wymiar społeczny religijności: uczęszczanie do kościoła był związany z większym poczuciem zobowiązania małżeńskiego. Wynik ten był istotny statystycznie nawet wtedy, gdy wzięto pod uwagę czynniki demograficzne²⁶. Oznacza to, że osoby religijne będą troszczyć się o dobro partnera oraz dbać o jakość relacji w związku.

Ten tok myślenia znajduje potwierdzenie w badaniach, wskazujących na zależności między religijnością i wiernością małżeńską. Zarówno uczęszczanie do kościoła, jak i posiadanie silnych przekonań religijnych wiązało się z mniejszym wskaźnikiem zdrad małżeńskich²⁷. Analizując uzyskane dane, można z dużym prawdopodobieństwem zaryzykować stwierdzenie, że religijność, niosąc ze sobą wartości moralne i etyczne mówiące o nierozzerwalności i uczciwości małżeńskiej, stanowi pewnego rodzaju „bufor ochronny” przed potencjalnymi aktami niewierności. Cementuje również związek małżeński i daje trwałe podstawy dla jego funkcjonowania.

Silniejsze i ściślejsze więzi, obecne między małżonkami, będą przekładać się na wyższy poziom ich jakości życia. Wynika to z faktu, że poczucie jakości związku małżeńskiego odgrywa ogromną rolę w ogólnej ocenie jakości życia człowieka, a udane małżeństwo i posiadanie rodziny we wszystkich kulturach traktowane jest jako fundament wartości i szeregu zadań życiowych²⁸. Sposób, w jaki formowane będą relacje małżeńskie, będzie wpływał — zgodnie z systemowym modelem struktur rodzinnych — na ogólną jakość życia obojga małżonków.

Pozytywna relacja religijności i zobowiązania małżeńskiego może wynikać z uznawania wartości moralnych i etycznych, mocno podkreślanych we wszystkich wielkich religiach i znajdujących odzwierciedlenie w systemach wierzeń. Jak podkreślają A.L. GEYER i R.F. BAUMEISTER:

s. 258; V. SAROGLU, *Religiousness as a cultural adaptation of basic traits: A five-factor model perspective*, „Personality and Social Psychology Review” 14 (2010), nr 1, s. 109–111.

²⁶ MAHONEY, TARAKESHWAR, *Religion's role in marriage and parenting*, s. 179.

²⁷ A.M. BURDETTE, C.G. ELLISON, D.E. SHERKAT, K.A. GORE, *Are there religious variations in marital infidelity?*, „Journal of Family Issues” 28 (2007), nr 12, s. 1578–1579.

²⁸ E. MANDAL, *Poczucie jakości życia w małżeństwie kobiet i mężczyzn*, w: A. BAŃKA (red.), *Psychologia jakości życia*, Poznań 2005, s. 151.

Religia posiada silne związki z moralnością w tym sensie, że religie zalecają zachowania moralne. Pisma religijne zawierają szereg instrukcji na temat tego, jak ludzie powinni żyć, np. dziesięć przykazań w tradycji judeochrześcijańskiej czy Ośmioraka Ścieżka w buddyźmie²⁹

Religie, obok szeregu wskazań czysto religijnych, posiadają wiele nakazów i wskazówek natury moralnej, które przyczyniają się do pomyślnego funkcjonowania małżeństwa. Jako przykłady można podać: wskazania troszczenia się o dobro najbliższej osoby, przykazania miłości i wierności, zachętę do szacunku wobec najbliższych, wezwania do sprawiedliwego podziału obowiązków w rodzinie itd. W przypadku, gdy małżonkowie dzielą te zasady moralne i etyczne, będzie to korzystne dla harmonii wzajemnych relacji, a w konsekwencji przyczyni się do wzrostu jakości życia małżeństwa.

Powiązania religijności z zobowiązaniem małżeńskim wyrażają się także we wskaźniku rozwodów. Zrozumiałą rzeczą jest, że im wyższy wskaźnik zobowiązania wiążący się z wiernością małżeńską, tym niższe prawdopodobieństwo rozwodów. Dane z tego zakresu wskazują, że procent rozwodów jest wyższy wśród osób nie wyznających żadnej religii. M. ARGYLE podaje następujące wskaźniki rozwodów w grupach różniących się religijnością: 45% — niewierzący, 27% — katolicy, 31% — liberalni protestanci³⁰. Zdaniem autora, może to wskazywać na silniejsze więzi małżeńskie i wyższą ogólną satysfakcję z małżeństwa u osób religijnych. Również częstsze uczęszczanie do kościoła wiąże się z niższym wskaźnikiem rozwodów.

Wyjaśnienia tego stanu rzeczy można doszukiwać się w przekonaniu wierzących małżonków, że ich związek — ze względu na specyficzny religijny charakter — jest bardzo ważny i stanowi ogromną wartość, przez co powinien trwać całe życie. Badania prowadzone w tym obszarze potwierdziły taką hipotezę, wskazując na tendencje do „inwestowania” więcej czasu, poświęcenia i środków w małżeństwo przez osoby o wysokim poziomie religijności w porównaniu z osobami o niskiej religijności³¹. Uczestnictwo obydwóch małżonków w praktykach religijnych wzmacnia ich więzi i dostarcza wsparcia społecznego, a także stwarza dodatkowe okazje dla budowania harmonii i zrozumienia.

Zaprezentowany schemat rozumowania znajduje uzasadnienie w badaniach nad rolą wsparcia małżeńskiego w jakości życia małżonków. T. ROSTOWSKA wyraźnie stwierdza, że świadomość występowania wsparcia społecznego ze strony partnera związku małżeńskiego podnosi jakość funkcjonowania związku i zadowolenia, na-

²⁹A.L. GEYER, R.F. BAUMEISTER, *Religion, morality, and self-control*, w: PALOUTZIAN, PARK (red.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality*, s. 413.

³⁰M. ARGYLE, *Psychology and religion*, London – New York 2000, s. 147.

³¹MAHONEY, PARGAMENT, MURRAY-SWANK, MURRAY-SWANK, *dz. cyt.*, s. 232–233.

tomiast jego brak — znacząco zwiększa ryzyko doświadczania lęku i depresji, co w konsekwencji obniża jakość relacji małżeńskich i poziom satysfakcji z małżeństwa³². W tym kontekście zaangażowanie religijne małżonków na poziomie społecznym może stanowić czynnik dynamizujący jakość życia małżeńskiego, głównie ze względu na powiązania zachodzące między sferą życia religijnego i społecznego. Religijność nie występuje bowiem w izolacji od zachowań społecznych, lecz jest — w przeważającej mierze przypadków — jej integralną częścią.

Powyższa interpretacja wydaje się uzasadniona z punktu widzenia mechanizmów zachowań społecznych. Posiadanie wspólnych przekonań i wykonywanie podobnych praktyk stanowi ważny czynnik ułatwiający tworzenie wzajemnych relacji interpersonalnych i budowanie więzi społecznych. Świadomość akceptacji pokrewnych wartości i sposobów myślenia prowadzi do wzrostu wewnętrznej spójności grupy i chęci kooperacji na różnych poziomach życia³³. Ten sam mechanizm można odnieść do sytuacji małżeństwa, które jest interakcją dwojga ludzi mających zbliżone poglądy i chcących stworzyć związek oparty na miłości i zrozumieniu. W przypadku występowania dojrzałych relacji między małżonkami i konstruktywnego współdziałania na różnych płaszczyznach życia małżeńskiego (role płciowe, role społeczne, życie zawodowe), prawdopodobieństwo satysfakcji ze związku będzie wzrastać³⁴. Wiązać się to będzie z większym poczuciem odpowiedzialności małżonków za losy związku oraz troski o dobro wspólne, co w konsekwencji prowadzi do wyższej jakości życia obojga partnerów. Małżeństwo będzie spostrzegane i przeżywane jako czynnik sprzyjający wzajemnej jedności i zgodzie.

Ukazane wyniki wskazują na pozytywne zależności między religijnością a jakością życia małżonków. W ramach obiektywizmu naukowego należy jednak zapytać, czy istnieją przypadki, w których religijność może negatywnie oddziaływać na zadowolenie partnerów. Odpowiedź jest twierdząca w sytuacji rozwodów. Zakładając, że rozwód jest bardzo niepożądanym i stresującym wydarzeniem dla osób religijnych, rozbite małżeństwo będzie wyjątkowo potężnym kryzysem dla tych rodzin. W konsekwencji osoby bardziej religijne mogą doświadczać silniejszego stresu i negatywnego napięcia emocjonalnego w sytuacji rozwodu niż osoby o niskiej religijności³⁵. W tym sensie religijność jest niekorzystnym czynnikiem dla psychicznego funkcjonowania małżonków.

³² T. ROSTOWSKA, *Małżeństwo, rodzina, praca a jakość życia*, Kraków 2009, s. 61.

³³ Por. M. DE KLEPPER, E. SLEEBOS, G. VAN DE BUNT, F. AGNEESSENS, *Similarity in friendship networks: Selection or influence? The effect of constraining contexts and non-visible individual attributes*, „Social Networks” 32 (2010), nr 1, s. 82–83; M.R. LEARY, *Affiliation, acceptance, and belonging: The pursuit of interpersonal connection*, w: S.T. FISKE, D.T. GILBERT, G. LINDZEY (red.), *Handbook of Social Psychology*, t. II, Hoboken 2010, s. 866–868.

³⁴ PLOPA, *Psychologia rodziny*, s. 113.

³⁵ MAHONEY, TARAKESHWAR, *Religion's role in marriage and parenting*, s. 184.

Ta negatywna rola religijności będzie szczególnie widoczna w przypadku, gdy któryś z małżonków będzie stosował tzw. teistyczny trójkąt (*theistic triangulation*), polegający na tym, że Bóg zostaje wciągnięty w system rodzinny w sytuacji konfliktów i użyty jako argument w prowadzonym sporze. W badaniach G.M. BRELSFORDA i A. MAHONEY okazało się, że występowanie teistycznego trójkąta wiąże się ze stosowaniem przez małżonków technik blokowania i przeszkadzania oraz agresji werbalnej³⁶. W tym przypadku mamy do czynienia z przedmiotowym i instrumentalnym traktowaniem Boga, który zostaje wykorzystany jako „argument przetargowy” w konflikcie. Taka niedojrzała forma religijności może wynikać z niezrozumienia prawdziwej istoty religii i powierzchownego traktowania przekonań i wierzeń religijnych.

Inną ilustracją, w której można doszukiwać się niekorzystnej roli religijności w jakości życia małżeńskiego, jest niewierność małżeńska. Z punktu widzenia psychologii rodziny niewierność jest jednym z najbardziej negatywnych czynników prowadzących do rozbitcia związku oraz obniżającym poziom satysfakcji małżeńskiej³⁷. Jej negatywne konsekwencje dotyczą najbardziej głębokich sfer osobowości. Jak wykazano powyżej, religijność jest czynnikiem wspierającym wierność małżonków i cementującym ich związek w kategoriach moralnych i etycznych.

Równocześnie należy stwierdzić, że w przypadku aktów niewierności osoby bardzo religijne mogą doświadczać silniejszego poczucia winy (osoba dopuszczająca się niewierności) oraz silniejszego stresu i żalu (osoba dowiadująca się o zdradzie współmałżonka) niż osoby mało religijne³⁸. Wynika to głównie z posiadania przez osoby religijne wysokich oczekiwań i standardów moralnych odnośnie małżeństwa. Religijność, obok przekonań i wierzeń natury *stricte* religijnej, obejmuje bowiem szereg nakazów etycznych i moralnych, co wyraźnie uwidacznia się w sferze wartości³⁹. Można powiedzieć, że moralność wynika w dużej mierze z religijności. Małżonkowie religijni będą przykładać dużą wagę do przestrzegania zasad moralnych, w tym i tych odnoszących się do małżeństwa i rodziny. W tym kontekście akt niewierności będzie prowadzić do pojawienia się silnych emocji negatywnych, będących wynikiem przekroczenia lub złamania wyznawanych norm.

³⁶ G.M. BRELSFORD, A. MAHONEY, *Relying on God to resolve conflict: Theistic mediation and triangulation in relationships between college students and mothers*, „Journal of Psychology and Christianity” 28 (2009), nr 4, s. 298–299.

³⁷ Por. D.M. BUSS, *The evolution of desire*, New York 2004, s. 5–7; T.K. SHACKELFORD, A. BESSER, A.T. GOETZ, *Personality, marital satisfaction, and probability of marital infidelity*, „Individual Differences Research” 6 (2008), nr 1, s. 21–22.

³⁸ MAHONEY, TARAKESHWAR, *Religion's role in marriage and parenting*, s. 185.

³⁹ D. KROK, *System wartości a poznawcze i społeczne wymiary religijności*, „Roczniki Psychologiczne” 13 (2010), nr 2, s. 169.

4. Religijność a konflikty małżeńskie

Trzeci obszar, w którym napotykamy powiązania religijności i jakości życia małżeńskiego, odnosi się do konfliktów między małżonkami i sposobów ich rozwiązywania. Zdaniem A. MAHONEY i N. TARAKESHWAR, wbrew pogładowi, że osoby religijne mogą tolerować konflikty za wszelką cenę, aby utrzymać małżeństwo, religijność nie jest związana z częstotliwością nieporozumień i kłótni między małżonkami⁴⁰. Jednak stopień, w jakim małżonkowie podzielają poglądy religijne, może ograniczać te konflikty.

Wskazują na to wyniki badań empirycznych, w których okazało się, że większe podobieństwo w zakresie przekonań religijnych pomiędzy małżonkami było związane z mniejszą liczbą kłótni i nieporozumień⁴¹. Ponadto zgodność w zakresie poglądów religijnych małżonków wiąże się z niższą liczbą rozwodów, które w dużej mierze były poprzedzone poważnymi konfliktami małżeńskimi⁴². Może to stanowić potwierdzenie tezy, że religia oferuje wskazania umożliwiające konstruktywne rozwiązywanie pojawiających się konfliktów w obrębie systemu małżeńskiego. Wskazania takie odnajdujemy w Biblii w postaci zasad regulujących stosunek małżonków do siebie nawzajem, np. podstawowym obowiązkiem mężów jest miłować swe żony, zaś żon — miłować swych mężów (Ef 5,25.28.29.33), czy też w postaci konkretnych rad, jak unikać niezgody i gniewu, oraz wybaczenia błędów (Ef 4,26.32).

Trudne doświadczenia małżeńskie, takie jak kryzysy i poważne konflikty, mogą powodować krótkotrwałe zmiany w dobrostanie psychicznym, które jednak stabilizują się w miarę upływu czasu. Zgodnie z tym wyjaśnieniem, jednostki potrafią efektywnie adaptować się do zdarzeń życiowych. Małżeństwo, obok pozytywnych i satysfakcjonujących doświadczeń, wiąże się z gotowością do rozwiązywania konfliktów, wybaczenia błędów i ponownego budowania wzajemnych relacji⁴³. W miarę pogłębiania się związku, małżonkowie są w stanie skuteczniej rozwiązywać sytuacje konfliktowe czy kryzysowe. Religia, oferując konkretne wskazówki rozwiązywania konfliktów i nieporozumień, może stanowić pomoc w budowaniu jakości związku, a w konsekwencji ogólnej jakości życia małżonków.

Istnieją badania pokazujące, że silniejsza religijność jest skorelowana ze stosowaniem bardziej konstruktywnych strategii rozwiązywania konfliktów małżeńskich,

⁴⁰ MAHONEY, TARAKESHWAR, *Religion's role in marriage and parenting*, s. 179.

⁴¹ E.M. CURTIS, *Transformed thinking: Loving God with all your mind*, Franklin 2000, s. 22–23.

⁴² V.R.A. CALL, T.B. HEATON, *Religious influence on marital stability*, „Journal for the Scientific Study of Religion” 36 (1997), s. 390.

⁴³ Por. M. RYŚ, *Uwarunkowania konfliktów i kryzysów w małżeństwie i rodzinie*, w: E. MILEWSKA, A. SZYMANOWSKA (red.), *Rodzice i dzieci. Psychologiczny obraz sytuacji problemowych*, Warszawa 2000, s. 29–31.

takich jak: dialog, dyskusje bazujące na współpracy i szukaniu porozumienia czy unikanie agresji werbalnej. Zespół badawczy pod kierunkiem G.H. BRODY'EGO przeprowadził interesujące prace badawcze nad 90 rodzinami afroamerykańskimi, mieszkającymi na południu Stanów Zjednoczonych. Jako narzędzia zastosowano zestaw kwestionariuszy oraz metody obserwacyjne, polegające na nagraniach wideo zachowań członków rodziny (małżonkowie i dzieci). Wyniki wskazały, że wyższa religijność była związana ze skuteczniejszymi i dojrzałszymi stylami komunikacji małżeńskiej w tych rodzinach, co przekładało się na mniejszą częstotliwość konfliktów między obydwoma stronami⁴⁴ Potwierdza to hipotezy, że sfera religijna odgrywa ważną rolę w formowaniu komunikacji małżeńskiej i wypracowywaniu konstruktywnych stylów wzajemnego porozumiewania się.

Przytoczne dane korespondują z późniejszymi badaniami prowadzonymi przez A. Mahoney i jej współpracowników nad powiązaniem relacji małżeńskich oraz wymiarów religijnych i duchowych⁴⁵ 97 par małżeńskich wypełniało kwestionariusze dotyczące: (1) wspólnego zaangażowania w działania o charakterze religijnymi, (2) poglądów związanych ze świętością związku małżeńskiego, w tym spostrzeganych świętych cech (*sacred qualities*) małżeństwa i przekonania o obecności Boga w ich małżeństwie. Indywidualna religijność oraz zgodność religijna małżonków była związana z większym poziomem zrozumienia małżeńskiego, spostrzeganą większą korzyścią z małżeństwa, mniejszą liczbą konfliktów małżeńskich, większą kooperacją werbalną, mniejszą ilością agresji werbalnej oraz rzadszymi nieporozumieniami mężów i żon. Ilość wyjaśnionej wariacji dla poszczególnych zmiennych wahała od 0,6 do 0,48 i pozostawała istotna statystycznie nawet po kontroli czynników demograficznych i zmiennych religijnych w analizach regresji hierarchicznych⁴⁶ Wyniki te świadczą o wyraźnych powiązaniach między sferą religijną i spostrzeganymi przez małżonków aspektami świętości ich związku a dopasowaniem w małżeństwie, komunikacją i redukcją konfliktów, co znajduje swoje odzwierciedlenie w jakości ich związku.

Powyższe zależności nie są jednostkowe, gdyż znajdują potwierdzenie w aktualnych badaniach nad procesem uświęcania (*sanctification process*) małżeństwa. Wskazują one, że spostrzeganie związku przez małżonków w kategoriach religijnych jako rzeczywistości uświęconej przez Boga stanowi czynnik redukujący po-

⁴⁴ G.H. BRODY, Z. STONEMAN, D. FLOR, C. MCCRARY, *Religion's role in organizing family relationships: Family process in rural, two-parent, African-American families*, „Journal of Marriage and the Family” 56 (1994), s. 885–886.

⁴⁵ A. MAHONEY, K.I. PARGAMENT, T. JEWELL, A.B. SWANK, E. SCOTT, E. EMERY, M. RYE, *Marriage and the spiritual realm: The role of proximal and distal religious constructs in marital functioning*, „Journal of Family Psychology” 13 (1999), s. 1–2.

⁴⁶ *Tamże*, s. 16.

tencjalne nieporozumienia i konflikty⁴⁷ Wynika to z faktu, że religia nadaje sens wielu elementom codziennego życia. Proces uświęcania polega na przypisaniu przez jednostkę danemu obiektowi znaczenia religijnego. Osoba, ze względu na swoje przekonania religijne, będzie traktować małżeństwo w kategoriach świętości albo uważać określone przedmioty, które zostały poświęcone w czasie ceremonii religijnych, za szczególnie wartościowe.

Przesłania ukazujące powiązania sfery religijnej z mniejszą częstotliwością konfliktów małżeńskich zachęcają do pójścia „krok dalej” i postawienia pytań o mechanizmy odpowiedzialne za te związki. Jakie czynniki mogą decydować, że religijni małżonkowie będą unikać sytuacji konfliktowych i dążyć do redukcji pojawiających się napięć? Jak przebiega proces oddziaływania religijności na jakość życia małżonków w kontekście interakcji zachodzących między nimi?

Odpowiedzi na tak postawione pytania poszukiwali N.M. LAMBERT i D.C. DOLLAHITE, badając małżeństwa w średnim wieku z trzech wielkich religii monoteistycznych: chrześcijaństwa, judaizmu i islamu⁴⁸. Analizy statystyczne zostały przeprowadzone w oparciu o teorię ugruntowanych metod (*grounded theory methods*), która umożliwiła stworzenia modeli opisujących oddziaływanie religijności na konflikty małżeńskie.

Uzyskane wyniki ukazały interesujące zależności, a mianowicie: religijność pozytywnie wpływa na zmniejszenie się konfliktów małżeńskich poprzez trzy główne mechanizmy obecne w procesie konfliktu⁴⁹:

- 1) Zapobieganie problemowi — przekonania i praktyki religijne pomagają małżonkom w zapobieganiu konfliktów poprzez rozwijanie wspólnej wizji i celów małżeństwa na bazie religii. W konsekwencji redukuje to konflikty, obniżając poziom stresu i tworząc ściślejsze więzi małżeńskie. Ponadto prewencja konfliktu dokonuje się na bazie rozwoju wartości i cnót, do których odwołuje się często idea małżeństwa, np. bezwarunkowa miłość i bezinteresowność.
- 2) Rozwiązywanie konfliktów — praktyki religijne stanowią czynnik wspierający rozwiązywanie konfliktów głównie poprzez wskazania moralne zawarte w księgach świętych (np. Biblia, Koran, Tora, Bhagawadgita), udział w nabożeństwach i wspólne modlitwy rodzinne⁵⁰ W trudnych sytuacjach małżonkowie mogą

⁴⁷ A. DEMARIS, A. MAHONEY, K.I. PARGAMENT, *Sanctification of marriage and general religiousness as buffers of the effects of marital inequity*, „Journal of Family Issues” 31 (2010), nr 10, s. 1276–1277; J.L. LOPEZ, S.A. RIGGS, S.E. POLLARD, J.N. HOOK, *Religious commitment, adult attachment, and marital adjustment in newly married couples*, „Journal of Family Psychology” 25 (2011), nr 2, s. 307–308.

⁴⁸ N.M. LAMBERT, D.C. DOLLAHITE, *How religiosity helps couples prevent, resolve, and overcome marital conflict*, „Family Relations” 55 (2006), nr 4, s. 441.

⁴⁹ Tamże, s. 448.

⁵⁰ Por. L. MARKS, *How does religion influence marriage? Christian, Jewish, Mormon, and Muslim perspectives*, „Marriage and Family Review” 38 (2005), nr 1, s. 86–88.

„uciekać się” do tych środków duchowych w celu przewycięzania nieporozumień i wypracowywania wspólnych rozwiązań.

- 3) Wzajemne pojednanie — małżonkowie wyrażają przekonanie, że wzajemne pojednanie jest wspierane przez zobowiązania do stałości relacji małżeńskich i chęć wybaczenia. Ze względu na to, że zobowiązanie się do stałych relacji jest częścią istoty małżeństwa, czują się oni bardziej skłonni do wybaczenia i odnawiania wzajemnych relacji. Zobowiązanie to wypływa z religijnego charakteru małżeństwa, które we wszystkich wielkich religiach świata jest traktowane jako stały i długotrwały związek⁵¹

W zakończeniu badań podkreślono, że psychologowie i terapeuci z powodzeniem mogą pomagać parom zmagającym się z konfliktami małżeńskimi poprzez odwoływanie się do ich przekonań i praktyk religijnych. Stanowi to wsparcie w zapobieganiu konfliktom i rozwiązywaniu sytuacji napięcia, które już zaistniały. Wiadć zatem, że wymienione trzy mechanizmy, pod warunkiem prawidłowego funkcjonowania, mogą przyczyniać się do wzrostu jakości życia małżonków.

Jakkolwiek przytoczone rezultaty badań wskazują na pozytywną rolę religii w rozwiązywaniu konfliktów małżeńskich, to jednak można postawić pytanie, czy jest tak zawsze. Innymi słowy: Czy istnieją przesłanki świadczące, że religijność może być czynnikiem w jakimś stopniu generującym konflikty, np. w sytuacji rozbieżności na tle religijnym? Na taką możliwość wskazują C.G. ELLISON, J.P. BARTKOWSKI i M.L. SEGAL, którzy stwierdzili, że religijnie konserwatywni mężowie mający liberalne żony byli 2,5 razy bardziej agresywni w stosunku do nich niż konserwatywni mężowie posiadający konserwatywne żony⁵². Czynnikiem dominującym była tutaj relacja między przekonaniami religijnymi męża i żony. W przypadku rozbieżności poglądów religijnych u małżonków prawdopodobieństwo zachowań agresywnych i konfliktów było znacznie większe niż przy ich zbieżności.

Innym przykładem wypaczenia roli religijności w formowaniu jakości życia może być nadmierna tolerancja jednego z małżonków na napastliwe zachowanie drugiej strony, która wynika z przestrzegania restrykcyjnych i konserwatywnych przekonań religijnych. Sugestię taką podaje N. NASON-CLARK, powołując się na obserwacje zachowań niektórych kobiet z kręgu chrześcijańskich wyznań ewangelicznych, charakteryzujących się literalnym podejściem do Biblii i konserwatywnymi poglądami religijnymi. Z powodu tendencji do dokładnego przestrzegania wskazań religijnych dotyczących nierozzerwalności małżeństwa kobiety z tych małżeństw były niechętne do odejścia od swoich mężów, którzy stosowali przemoc

⁵¹ Por. A. MAHONEY, *Religion in families, 1999–2009: A relational spirituality framework*, „Journal of Marriage and Family” 72 (2010), nr 4, s. 805–807.

⁵² C.G. ELLISON, J.P. BARTKOWSKI, M.L. SEGAL, *Are there religious variations in domestic violence?*, „Journal of Family Issues” 20 (1999), s. 111.

i agresję wobec nich⁵³. Mamy tutaj do czynienia z patologiczną sytuacją, wynikającą ze zniekształconej interpretacji treści religijnych i mogącą prowadzić do długotrwałego cierpienia psychicznego i fizycznego żony. W tym przypadku głównym powodem wydaje się być nie tyle sama religia, co zbyt literalne i wręcz „niewolnicze” interpretowanie wskazań religijnych.

Zbliżając się do końca niniejszego artykułu, należy jeszcze podjąć zagadnienie przyczynowości w relacjach religijność — jakość życia małżonków. Czy religijność wpływa na jakość życia, czy też może jakość życia małżonków oddziałuje na ich religijność? Jednoznaczna odpowiedź na to pytanie jest trudna, gdyż większość dostępnych badań ma charakter korelacyjno-regresyjny, co — zgodnie z metodologią nauk empirycznych — nie pozwala na wyciągnięcie wniosków o związku przyczynowo-skutkowym. Tylko nieliczne badania nad religijnością i rozwodami są badaniami podłużnymi, uprawniającymi do stwierdzenia przyczynowego oddziaływania religijności na jakość życia małżonków.

Uwzględnienie specyfiki religijności i jej wpływu na relacje społeczne, co zostało wykazane w innych badaniach z tego zakresu⁵⁴, pozwala na postawienie tezy, że przekonania i wierzenia religijne mogą oddziaływać na jakość życia małżonków. Z dużym prawdopodobieństwem można powiedzieć, że szeroko rozumiane zachowania religijne — poprzez dostarczanie systemu znaczeń, wskazań etycznych i norm moralnych — mogą wpływać na poziom satysfakcji z małżeństwa, wzmacniać poczucie więzi i zobowiązań małżeńskich, a także tonizować konflikty i nieporozumienia między małżonkami. Z drugiej strony nie można wykluczyć odwrotnej interpretacji, mianowicie, dojrzałe i satysfakcjonujące relacje małżeńskie, stanowiące podstawę jakości życia partnerów związku, mogą stanowić korzystne środowisko dla aktywności religijnej. W tym sensie atmosfera wzajemnego zrozumienia, miłości i harmonii umożliwia silniejsze angażowanie się małżonków w praktyki religijne.

Na obecnym etapie badań trudno sformułować jednoznaczną opinię na temat przyczynowości w relacjach religijność — jakość życia. Jakkolwiek obydwa czynniki rzeczywiście oddziałują na siebie nawzajem, to jednak nieco silniejszy wydaje się wpływ religijności na jakość życia w porównaniu z odwrotną sytuacją. Definitywne rozwiązanie tego dylematu metodologicznego wymaga dalszych badań empirycznych.

⁵³ N. NASON-CLARK, *When terror strikes at home: The interface between religion and domestic violence*, „Journal for the Scientific Study of Religion” 43 (2004), nr 3, s. 303.

⁵⁴ M.J. DONAHUE, M.E. NIELSEN, *Religion, attitudes, and social behavior*, w: PALOUTZIAN, PARK (red.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality*, s. 275–277; J. GRAHAM, J. HAIDT, *Beyond beliefs: Religions bind individuals into moral communities*, „Personality and Social Psychology Review” 14 (2010), nr 1, s. 140–142; GROM, *Psychologia religii*, s. 277–279; R.W. HOOD JR., P.C. HILL, B. SPILKA, *The psychology of religion: An empirical approach*, New York 2009, s. 383–385.

Na podstawie powyższych analiz danych teoretycznych, jak i rezultatów badań empirycznych można stwierdzić, że religijność jest związana z jakością życia małżonków. Osoby religijne, dzięki wyznawanym zasadom i przestrzeganim normom religijnym, mają szansę na rozsądne i konstruktywne formowanie swoich relacji małżeńskich. Związki religijności z jakością życia małżeńskiego widoczne są głównie w trzech następujących obszarach: (1) ogólnej satysfakcji z małżeństwa, (2) zobowiązania małżeńskiego i (3) rozwiązywania konfliktów małżeńskich. Warunkiem *sine qua non* wydaje się być podobieństwo w zakresie przekonań religijnych oraz prezentowanie dojrzałej religijności nastawionej na dialog, a nie na konfrontację. Jednocześnie należy mocno podkreślić, że religijność sama w sobie nie stanowi niezawodnego *panaceum* na szczęśliwe życie małżeńskie. Wiele głęboko religijnych par jest dotkniętych konfliktami, a nawet rozwodzi się. System religijny, dzięki wskazaniom i normom moralnym, daje jednak szansę na poszukiwanie rozwiązania w trudnych sytuacjach.

The significance of religiousness in forming spouses' quality of life

Summary

Precise analyses of social life show that many people use religious and spiritual beliefs as criteria when seeking a marriage partner. They strongly feel that the person they are going to marry should have similar or even the same religious beliefs and convictions. A review of religion-family literature presents mainly positive correlations between marital satisfaction and various dimensions of religion, e.g. active involvement in a faith community, service attendance. In that case, discussing the role of religion in a marital system is needed.

The aim of this article is to examine the significance of religiousness in forming spouses' quality of life. Evidence indicates that there are three main areas in which religiousness is tied to spouses' quality of life: (1) global marital satisfaction, (2) marital commitment, and (3) marital conflict-resolution strategies. The results show that more frequent church attendance and the personal relevance of religion relate to greater marital satisfaction. The relations between religiousness and marital satisfaction are moderated by two important factors: spouses' mental health and the frequency of church attendance. Greater religiousness is consistently connected to greater marital commitment. Religion also offers couples guidelines suggesting how to resolve conflicts after they erupt. As a consequence religiousness is linked to more constructive conflict-resolution strategies, less frequent conflict and better communication patterns. Religion does not provide an unfailing guarantee for happy marriage. Nevertheless, it offers a chance to considerably improve spouses' quality of life.