

DOROTA CZYŻOWSKA, EWA GURBA

Instytut Psychologii, Uniwersytet Jagielloński, Kraków
Institute of Psychology, Jagiellonian University, Kraków
e-mail: d.czyzowska@uj.edu.pl

Poczucie koherencji a religijność i sposób konstruowania tożsamości osobistej w okresie wyłaniającej się dorosłości

Sense of coherence, religiosity and identity style in emerging adulthood

Abstract. The aim of this study was to analyze the relationship between sense of coherence, identity styles and religiosity during emerging adulthood. The study included 153 subjects (aged 18 to 25 years). The hypothesis about a relationship between identity styles and sense of coherence was only partially confirmed. The analysis showed that a diffuse-avoidant style reduces the sense of coherence as well as its components: comprehensibility and meaningfulness. The other identity styles turned out not to be predictors of sense of coherence but there was a positive correlation between the normative style and sense of coherence. There was no relationship between the informational style and sense of coherence. Also the level of religiosity proved to have no relevance to sense of coherence.

Key words: sense of coherence, identity style, religiosity, emerging adulthood

Słowa kluczowe: poczucie koherencji, styl tożsamości, religijność, wyłaniająca się dorosłość

WPROWADZENIE

Wchodzenie w dorosłość okazuje się obecnie procesem znacznie dłuższym, trudniejszym i bardziej złożonym niż wcześniej. Młodzi ludzie odraczają moment podejmowania ról i realizacji zadań przewidzianych na okres wczesnej dorosłości. Coraz później wchodzi w związki małżeńskie lub trwałe związki partnerskie, odsuwają decyzje o rodzicielstwie, później zaczynają pracę zawodową. W następstwie tego przedłuża się proces eksplorowania niezliczonych możliwości, jakie oferuje im współczesna rzeczywistość, a ponieważ społeczeństwo dopuszcza niemal absolutną swobodę wyborów, wydłużeniu ulega proces konstruowania własnej tożsamości. Współczesny młody człowiek później w porównaniu z jego rówieśnikiem sprzed kilkunastu laty podejmuje się realizacji zadań przypadających na okres dorosłości i dłużej

realizuje te przypadające na czas adolescencji. Wymienione zmiany w stylu życia młodych ludzi stanowią, zdaniem Jeffreya Arnetta (2000; 2004; 2006), podstawy do wyróżnienia nowego okresu rozwojowego, który badacz określa jako wyłaniającą się dorosłość (ang. *emerging adulthood*). Wśród cech dystynktywnych tego okresu wymienia poszukiwanie własnej tożsamości, uznając, że proces ten nie zamyka się, jak wskazywał Erik Erikson (1950/2000; 1959/2004), w okresie adolescencji, ale trwa nawet do trzydziestego r. ż.

Aczkolwiek nie wszyscy badacze podzielają opinię Arnetta w kwestii wyróżnienia nowego okresu rozwojowego, to jednak trudno zaprzeczyć, że wchodzenie w dorosłość trwa obecnie dłużej i wydaje się trudniejsze, aniżeli to było jeszcze kilkadziesiąt lat temu. Warto zatem bliżej się przyjrzeć temu okresowi życia i spróbować go dokładniej scharakteryzować. Zaintere-

sowało nas poczucie koherencji osób będących w okresie wyłaniającej się dorosłości, charakteryzującym się, zdaniem Arnetta (2000; 2004; 2006), brakiem stabilności, przeświadczeniem o ogromnych możliwościach przy jednoczesnym poczuciu bycia między adolescencją a dorosłością oraz koncentracją na sobie, a także poszukiwaniami związanymi z tożsamością. Interesowało nas, w jakim stopniu młodzi ludzie, będący w trakcie konstruowania tożsamości i określania własnej drogi życiowej, poszukujący życiowych celów i sensu podejmowanych działań, mają poczucie sensowności, zrozumiałości i zaradności, oraz jaki jest udział poziomu religijności młodych ludzi i wypracowanego przez nich stylu tożsamości w kształtowaniu poczucia koherencji.

W POSZUKIWANIU TOŻSAMOŚCI

Jednym z głównych zadań rozwojowych, przed jakim staje człowiek zmierzający ku dorosłości, jest zbudowanie własnej tożsamości. Erikson (1950/2000; 1959/2004) uważał, że proces kształtowania tożsamości osobistej i poszukiwania odpowiedzi na pytanie o to, kim się jest i ku jakim celom zdąża się w życiu, zamyka się w okresie adolescencji. Coraz częściej jednak badacze zwracają uwagę na to, że proces ten trwa dłużej, aniżeli wskazywał Erikson, tak że wyraźnie wykracza poza drugą dekadę życia (McAdams, de St. Aubin, Logan, 1993; Waterman, 1982; Whitbourne, Tesch, 1985). Są również tacy, którzy proponują, aby ujmować tożsamość w kategoriach zmienności i możliwości, a zatem jako odpowiedź na pytanie nie o to, „kim jestem”, ale o to, „kim mogę się stać” (Amiot, de la Sablonniere, Terry, Smith, 2007; Bauman, 2007; Hermans, Dimaggio, 2007), co oznacza, że trudno zamknąć ten proces w jakichś określonych granicach wiekowych. Piotr Oleś (2012), dzieląc ten pogląd, uważa, że tożsamość osobista w coraz większym stopniu ma charakter tymczasowy, relatywny i niejednoznaczny, co odpowiada wymogom współczesnego świata i daje osobie szansę dobrej adaptacji do wciąż zmieniającej się rzeczywistości i wielości kontekstów, w których ona funkcjonuje. Zdaniem Arnetta (2000; 2006) czas wcho-

dzenia w dorosłość, od 18 do nawet 29 roku życia, to okres, w którym młody człowiek nadal poszukuje swojej tożsamości.

Erikson (1950/2000; 1959/2004), opisując rozwój poprzez osiem stadiów wyróżnionych na podstawie pewnych fundamentalnych problemów czy też konfliktów, z którymi osoba musi się skonfrontować w różnych momentach swojego życia, za centralny uważa czas kształtowania tożsamości osobistej. Stadium piąte, w którym dochodzi do formowania tożsamości, a które zdaniem Eriksona przypada na okres dojrzewania, to czas przechodzenia od dzieciństwa do dorosłości. Sposób rozwiązania kryzysu tożsamościowego w znacznym stopniu rzutuje na zdolność osoby do rozwiązywania konfliktów pojawiających się na kolejnych etapach dorosłości.

Kontynuatorem myśli Eriksona jest James Marcia (1987), który wprowadził termin „statusu tożsamości”, odnoszący się do stopnia jej rozwoju oraz sposobu, w jaki osoba formuje własną tożsamość. Marcia wyróżnia cztery statusy tożsamości, opisując je za pomocą dwóch wymiarów: eksploracji i zaangażowania. Najmniej rozwojowo zaawansowany status to tożsamość rozproszona, charakteryzująca osoby, które nie podjęły poszukiwań i nie angażują się w realizację konkretnych celów i jasno określonych zadań. Tożsamość przejęta oznacza brak poszukiwań i zaangażowania w realizację przejętych od innych gotowych wzorców działania i celów życiowych. Ciągłe poszukiwanie i brak zaangażowania to moratorium, które zazwyczaj poprzedza osiągnięcie tożsamości. Najbardziej dojrzałym statusem tożsamości w tym ujęciu jest tożsamość osiągnięta, oznaczająca zaangażowanie w realizację jasno sformułowanych zadań i celów życiowych, które poprzedzone zostało poszukiwaniami i badaniem różnych możliwości rozwoju.

Jakkolwiek propozycja Marcii jest interesująca i stwarzając możliwości prowadzenia badań empirycznych, niewątpliwie się przyczyniła do pełniejszego zrozumienia sposobu radzenia sobie osoby z kryzysem tożsamościowym i budowania własnej tożsamości, to status tożsamości odnosi się do zadań zrealizowanych w przeszłości, a cały model ma cha-

rakter raczej statyczny. Procesualne podejście zaproponował natomiast Michael Berzonsky (1989), który postuluje wyróżnienie trzech stylów tożsamości: informacyjnego, normatywnego i dyfuzyjno-unikającego. Styl tożsamości odzwierciedla aktualny stosunek osoby do informacji dotyczących Ja i sposób ich przetwarzania oraz określa rodzaje mechanizmów zaradczych (ang. *coping mechanism*), jakimi posługuje się podmiot, konfrontując się z trudnymi sytuacjami.

Osoby o informacyjnym stylu tożsamości (ang. *informational style*) są otwarte na nowe informacje dotyczące Ja i gotowe do przeorganizowania swoich konstruktów tożsamościowych pod wpływem informacji zwrotnych niezgodnych z ich dotychczasowymi poglądami. Charakteryzują się refleksyjnością, krytycyzmem oraz skłonnością do rozważania i ewentualnej modyfikacji różnych aspektów własnej tożsamości. W sytuacji podejmowania ważnych decyzji, do których niewątpliwie należą te dotyczące tożsamości, podmiot dokładnie bada i analizuje różne możliwości, zanim zaangażuje się w jedną z nich, a zaangażowanie ma charakter plastyczny i poddawane jest rewizji.

Dla normatywnego stylu tożsamości (ang. *normative style*) kluczowymi charakterystykami są konformizm i naśladowanie. Osoby o tym stylu przejmują wzorce, przekonania, normy i wartości od osób znaczących, tłumiąc eksplorację lub w ogóle jej nie wzbudzając. Określane są jako osoby poznawczo zamknięte, tworzące stabilną konstrukcję Ja, o sztywnym, dogmatycznym zaangażowaniu. Rozwiązując problemy i podejmując ważne życiowe decyzje, szukają pomocy u autorytetów i osób znaczących, w niewielkim stopniu dopuszczając informacje niezgodne z ich własną koncepcją Ja, w konsekwencji czego są mało podatne na zmiany.

Osoby o stylu dyfuzyjno-unikającym (ang. *diffuse-avoidant style*) przejawiają wyraźną niechęć do konfrontowania się z problemami, radzenia sobie z sytuacjami trudnymi i podejmowania ważnych życiowych decyzji. Styl dyfuzyjno-unikający oznacza zwłokę w określaniu własnych priorytetów, działania omijające kwestie problemowe, a gdy to okazuje się

niemożliwe – podejmowanie decyzji wyłącznie z perspektywy obecnej chwili. Zachowania takie wynikają z braku zorganizowanej, stabilnej koncepcji Ja i zaangażowania.

Berzonsky (1992), podobnie jak Marcia, poza trzema stylami tożsamościowego przetwarzania informacji uwzględnia w swoim modelu czynnik określany jako zaangażowanie, który z jednej strony nadaje sens wybieranym celom, wyznaczając kierunek działań, a z drugiej może służyć do monitorowania, oceny i regulowania zachowania podmiotu na podstawie uzyskiwanych informacji zwrotnych.

Berzonsky (1989) wskazuje na analogię między wyróżnionymi przez siebie stylami tożsamości: informacyjnym, normatywnym i dyfuzyjno-unikającym a odpowiednimi statusami tożsamości autorstwa Marcii: osiągniętej, przejętej i rozproszonej.

Model tożsamości osobistej zaproponowany przez Berzonsky'ego, z uwagi na ujmowanie tożsamości w kategoriach procesu przetwarzania informacji i strategii podejmowania ważnych życiowych decyzji, w tym tych dotyczących tworzenia lub zmiany tożsamości, wydaje się dobrze wpisywać w nurt myślenia o tożsamości w kategoriach jej zmienności w biegu życia.

POCZUCIE KOHERENCJI

Poczucie koherencji (ang. *sense of coherence*) – termin wprowadzony przez Aarona Antonovsky'ego (1987/1995) – odnosi się do zasobów indywidualnych jednostki umożliwiających jej radzenie sobie z sytuacjami trudnymi. Jest to „globalna orientacja człowieka” określająca stopień, w jakim człowiek ma poczucie, że otaczający go świat jest sensowny, zrozumiały, a on posiada zasoby, które pozwolą mu sprostać wymaganiom sytuacji. Poczucie koherencji składa się z trzech elementów: poczucia zrozumiałości (ang. *comprehensibility*), poczucia zaradności (ang. *manageability*) oraz poczucia sensowności (ang. *meaningfulness*). Poczucie zrozumiałości odnosi się do stopnia, w jakim człowiek traktuje bodźce docierające do niego ze środowiska zewnętrznego

i wewnętrznego jako jasne, spójne, ustrukturalizowane, przewidywalne i możliwe do wyjaśnienia. Poczucie zaradności wskazuje, w jakim stopniu osoba postrzega posiadane zasoby jako wystarczające do sprostania wymaganiom stawianym przez napływające bodźce. Poczucie sensowności to trzeci i najważniejszy według Antonovsky'ego komponent koherencji, który stanowi wymiar motywujący przez to, że określa stopień, w jakim osoba odczuwa sens życia i działania. Osoby o wysokim poczuciu koherencji trafnie oceniają rzeczywistość, a życie i sytuacje, jakie ono ze sobą niesie, postrzegają jako wyzwanie, a nie zagrożenie. Zarówno Antonovsky (1987/1995), jak i inni badacze (np. Sheridan, Radmacher, 1992) żywią przekonanie, że poczucie koherencji decyduje o wyborze strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Badania empiryczne wskazują na istnienie związku między poczuciem koherencji a wykorzystywanymi stylami radzenia sobie. Młodzież o wysokim poczuciu koherencji częściej stosowała styl radzenia sobie skoncentrowany na zadaniu i zdecydowanie rzadziej skoncentrowany na emocjach (Kosińska-Dec, Jelonekiewicz, 1997). Nie udało się jednak określić kierunku zależności między koherencją a stylami radzenia sobie (Jelonekiewicz, Kosińska-Dec, 2001).

PROBLEMATYKA BADAŃ

W związku z tym, że poczucie koherencji określa stopień, w jakim osoba potrafi rozwiązywać sytuacje trudne, a okres wyłaniającej się dorosłości jest czasem, w którym młody człowiek musi podejmować wiele ważnych decyzji oraz niejednokrotnie borykać się z różnymi problemami, chcielibyśmy dowiedzieć się, jaki poziom koherencji prezentują młodzi ludzie. Interesował nas także związek między poczuciem koherencji a przyjętymi przez jednostkę strategiami podejmowania ważnych życiowych decyzji, w tym również dotyczących budowania własnej tożsamości. Formowanie własnej tożsamości, oznaczające próbę określenia własnego miejsca w świecie, tego, kim się jest, oraz swoich celów życiowych, stanowi najważniejsze zadanie adolescencji i wyłaniającej się dorosłości, a spo-

sób jego rozwiązania w znacznym stopniu wyznacza dalszy rozwój i sposób funkcjonowania człowieka dorosłego. Zastanawiając się nad związkiem między poczuciem koherencji a wyróżnionymi przez Berzonsky'ego stylami tożsamości, odnoszącymi się do społeczno-poznawczych strategii i procesów przetwarzania informacji w sytuacji tworzenia lub przekształcania własnej tożsamości, warto przywołać wprowadzone przez Antonovsky'ego (1987/1995) pojęcie „ogólne zasoby odpornościowe” (ang. *generalized resistance resources*). Termin ten odnosi się do właściwości osoby, środowiska i kultury, które określają możliwości unikania stresorów oraz wspierają procesy radzenia sobie z wymaganiami i stresorami wpływającymi na organizm. Kreują tym samym dane doświadczenia życiowe, które zwrrotnie mogą mieć udział w modyfikacji poziomu poczucia koherencji osoby. Jeśli przyjąć, że wypracowany przez osobę styl tożsamości, który określa sposób opracowania informacji dotyczących Ja i strategię rozwiązywania problemów, jest taką charakterystyką jednostki, która w istotny sposób wyznacza jej życiowe doświadczenie, to można założyć, iż styl tożsamości będzie wpływał na poziom jej poczucia koherencji. Warto zaznaczyć, że według Antonovsky'ego (1987/1995) wśród zasobów jednostki istotną grupę stanowią cechy psychiczne osoby, a zwłaszcza cechy struktury Ja, w tym poczucie tożsamości. Silne poczucie Ja i skonsolidowana tożsamość sprzyjają jego zdaniem poczuciu koherencji.

Z drugiej jednak strony, opierając się na przekonaniach zarówno Antonovsky'ego (1987/1995), jak i Sheridana i Radmachera (1992) o znaczeniu poczucia koherencji dla skuteczności stosowanych strategii radzenia sobie w sytuacjach trudnych, można zakładać, że to poczucie koherencji wpływa na wypracowany przez jednostkę styl tożsamości, który określa właśnie sposób podejmowania przez nią decyzji i radzenia sobie z sytuacjami trudnymi.

Kolejną uwzględnioną przez nas zmienną jest religijność, która powiązana jest zarówno z tożsamością, jak i poczuciem koherencji. Religia, oprócz wsparcia społecznego, jest zaliczana przez Antonovsky'ego do społeczno-kulturowych zasobów tkwiących w osobie lub

otoczeniu i wraz z autentyczną wiarą sprzyja poczuciu koherencji.

Sposób rozumienia religijności przyjęliśmy za Stefanem Huberem (2003), który rozważa ją w kategoriach konstruktów dotyczących religii. Konstrukty te mogą zajmować mniej lub bardziej centralną pozycję w systemie osobowości jednostki, co wiąże się z częstością ich aktywowania. Im częściej jednostka odwołuje się do kwestii związanych z religią, rozważając różne problemy, tym system konstruktów religijnych zajmuje bardziej centralną pozycję i odgrywa ważniejszą rolę w jej życiu. Bardziej peryferyjne usytuowanie konstruktów religijnych w systemie konstruktów osobowościowych, co wiąże się z ich rzadszym aktywowaniem, oznacza, że zajmują one pozycję podporządkowaną, a to zdaniem Hubera przekłada się na religijność heteronomiczną i zewnętrzną motywację religijną. Brak zainteresowania kwestiami religijnymi oraz brak odniesień do religii przy rozważaniu życiowych problemów i podejmowaniu decyzji oznacza religijność marginalną.

PYTANIA BADAWCZE I HIPOTEZY

Celem podjętych badań¹ było określenie zarówno ogólnego poczucia koherencji osób w okresie wyłaniającej się dorosłości oraz poszczególnych jego składowych, a więc poczucia sensowności, zrozumiałości oraz zaradności, jak i wzajemnych związków między poczuciem koherencji a religijnością oraz sposobem konstruowania przez jednostkę tożsamości osobistej i stopniem jej zaangażowania dostarczającego celu i kierunku działaniom podejmowanym przez jednostkę.

Postawiono następujące pytania badawcze:

- Czy styl tożsamości wiąże się z poczuciem koherencji w okresie wyłaniającej się dorosłości?
- Czy istnieje związek między religijnością młodych w wyłaniającej się dorosłości a posiadanym przez nich poczuciem koherencji?
- Czy religijność i styl tożsamości oraz zaangażowanie tożsamościowe osoby określające cel i kierunek jej działań stanowią predyktory poczucia koherencji?

Sformułowano następujące hipotezy:

- H 1. Zaangażowanie tożsamościowe stanowić będzie predyktor poczucia koherencji i wszystkich trzech jego składników: poczucia sensowności, zrozumiałości i zaradności.
- H 2. Poczuciu koherencji będzie sprzyjać wypracowaniu normatywnego i informacyjnego stylu tożsamości.
- H 3. Styl dyfuzyjno-unikający będzie osłabiał poczucie zarówno koherencji, jak i sensowności, zaradności oraz zrozumiałości.
- H 4. Osoby o religijności autonomicznej będą posiadały silniejsze poczucie koherencji aniżeli osoby o religijności marginalnej i heteronomicznej.
- H 5. Poczuciu sensowności stanowiącemu centralny element koherencji sprzyjać będzie wyższy poziom religijności, a także normatywny i informacyjny styl tożsamości.

Metoda

Osoby badane

Przebadano 153 osoby w wieku od 18 do 25 lat ($M = 20.8$; $SD = 2.1$), w tym 80 kobiet (52%) i 73 mężczyzn (48%). 27% osób badanych stanowili uczniowie szkół średnich (liceum i technikum), a pozostałe 73% – studenci różnych kierunków i osoby pracujące, które ukończyły studia.

Narzędzia badawcze

Do określenia poziomu poczucia koherencji użyto narzędzia opracowanego przez Antonovsky'ego – Kwestionariusza orientacji życiowej (SOC-29) (The Sense of Coherence Scal) w polskiej adaptacji dokonanej przez zespół z Zakładu Psychologii Klinicznej IPIŃ w Warszawie, Zakładu Psychoprophylaktyki Instytutu Psychologii UAM w Poznaniu oraz Zakładu Psychologii Pracy Instytutu Medycyny Pracy w Łodzi. Kwestionariusz mierzy ogólny poziom koherencji oraz jego komponenty: poczucie zaradności, zrozumiałości i sensowności. Kwestionariusz składa się z 29 pytań dotyczących różnych aspektów życia, na które osoba badana odpowiada, dokonując wyboru jednej

z siedmiu możliwości oznaczonych cyframi od 1 do 7, uporządkowanych na skali szacunkowej. Właściwości psychometryczne testu są zadowalające: α -Cronbacha dla całej skali wynosi od .85, a dla podskal od .72 do .75 (Mroziak, 1996). W prowadzonych przez nas badaniach współczynnik ten wynosił .80 dla całej skali i od .70 do .72 dla podskal.

Style tożsamości badano za pomocą Kwestionariusza stylów tożsamości (ISI-3) (Identity Style Inventory) autorstwa Berzonsky'ego w polskiej adaptacji Alicji Senejko. Kwestionariusz zawiera 40 twierdzeń opisujących przekonania, postawy i zachowania, do których badany ustosunkowuje się na pięciostopniowej skali szacunkowej. Kwestionariusz zawiera skalę: informacyjną, normatywną, dyfuzyjno-unikającą oraz zaangażowania. W badaniach polskich współczynnik zgodności wewnętrznej α -Cronbacha wynosił od .61 do .81 (Senejko, 2010), co wskazuje na zadowalającą rzetelność skal. W prezentowanych badaniach współczynnik α -Cronbacha wynosił od .49 do .64.

Do badania religijności użyto narzędzia opracowanego przez Stefana Hubera: Skali religijności C-15 w polskiej adaptacji Beaty Zarzyckiej (2007). Skala składa się z pięciu podskal testujących wymiary religijności wyróżnione na podstawie koncepcji wielowymiarowej struktury religijności Starka i Glocka (1968):

1. Zainteresowanie problematyką religijną, określające zarówno stopień zainteresowania, jak i poznawczego zaangażowania w opracowanie treści religijnych.
2. Doświadczenie religijne, które wskazuje na obecność Transcendencji w codziennym doświadczeniu osoby.
3. Modlitwa, będąca wyrazem nawiązywania kontaktu z rzeczywistością transcendentalną oraz subiektywnego znaczenia osobowego kontaktu z Transcendencją.
4. Przekonania religijne, określające stopień pewności osób badanych co do istnienia rzeczywistości transcendentalnej.
5. Kult określający częstość i subiektywną ważność udziału w nabożeństwach religijnych.

Badania prowadzone przez autorkę polskiej adaptacji narzędzia Hubera wskazały na zadowalającą rzetelność i trafność skali C-15

(Zarzycka, 2007). W prezentowanych badaniach rzetelność (α -Cronbacha) obliczona dla poszczególnych skal wynosiła od .87 do .94.

WYNIKI

Statystyki opisowe poczucia koherencji, poziomu religijności oraz stylów tożsamości prezentowanych przez osoby badane zawiera tabela 1.

Uzyskane wyniki wskazują, że badani przez nas młodzi ludzie wkraczający w dorosłość posiadają umiarkowane poczucie koherencji przejawiające się poczuciem zrozumiałości otaczającego świata i napływających z niego bodźców i przekonaniem, że mają zasoby pozwalające na radzenie sobie z wyzwaniami, jakie świat ten przed nimi stawia. Prezentują jednocześnie raczej wysokie poczucie sensowności, co świadczy o ich poczuciu sensu życia i podejmowanych przez nich działań oraz motywuje ich do mierzenia się z zadaniami, jakie stawia przed nimi życie, i radzenia sobie z pojawiającymi się trudnościami.

Pierwszą interesującą nas kwestią były związki między stylami tożsamości i tożsamościowym zaangażowaniem a poczuciem koherencji. Przeprowadzone analizy (tabela 2) pozwalają mówić o związku między poczuciem koherencji oraz poszczególnymi jego składowymi a stylem normatywnym, dyfuzyjno-unikającym oraz zaangażowaniem. W wypadku stylu normatywnego oraz zaangażowania odnotowałyśmy dodatnią pozytywną korelację z poczuciem koherencji oraz poczuciem sensowności, zaradności i zrozumiałości, a w przypadku stylu dyfuzyjno-unikającego korelację ujemną. Uzyskane dane wskazują na brak związku między stylem informacyjnym a ogólnym poczuciem koherencji.

Kolejne postawione przez nas pytanie dotyczyło związku religijności z poczuciem koherencji. Analizując dane zawarte w tabeli 3, stwierdzamy brak związku między poziomem religijności i jej poszczególnymi składowymi a ogólnym poczuciem koherencji. Uwzględniając dane aspekty koherencji, można rozpoznać słabą pozytywną korelację między poczuciem sensowności a ogólną miarą religijności, a także przekonaniem religijnym, modlitwą i kultem oraz słabą negatywną korelację między poczu-

Tabela 1. Statystyki opisowe badanych zmiennych: poczucia koherencji, poziomu religijności, stylów tożsamości ($N = 153$)

Zmienna	Średnia	Minimum	Maksimum	Odchylenie standardowe
SKALA RELIGIJNOŚCI				
Zainteresowanie problematyką religijną	7.99	3.00	15.00	2.71
Przekonania religijne	11.31	3.00	15.00	3.69
Modlitwa	9.16	3.00	15.00	4.14
Doświadczenie religijne	7.56	3.00	15.00	3.26
Kult	8.69	3.00	15.00	4.05
Wynik globalny w skali Religijności	44.71	15.00	75.00	17.85
STYLE TOŻSAMOŚCI				
Styl informacyjny	37.19	17.00	48.00	5.26
Styl normatywny	29.59	15.00	44.00	5.32
Styl dyfuzyjny	25.51	11.00	47.00	6.42
Zaangażowanie	36.55	18.00	49.00	5.42
KOHERENCJA				
Poczucie zrozumienia	3.98	2.00	6.10	.82
Poczucie zaradności	4.73	2.20	7.70	1.00
Poczucie sensowności	5.05	2.25	6.88	1.04
Wynik globalny w skali Koherencji	13.76	6.45	20.70	2.86

Tabela 2. Związki między stylami tożsamości a poczuciem koherencji (r -Pearsona, $N = 153$)

Zmienna	Koherencja Poczucie zrozumienia	Koherencja Poczucie zaradności	Koherencja Poczucie sensowności	Koherencja Wynik globalny
Styl informacyjny	.09	.11	.15	.14
Styl normatywny	.30	.16	.26	.28
Styl dyfuzyjny	-.31	-.20	-.42	-.36
Zaangażowanie	.34	.32	.46	.44

bold – korelacja istotna na poziomie $p < .05$

Tabela 3. Związki między składowymi religijności a poczuciem koherencji (r-Pearsona, $N = 153$)

Zmienna	Koherencja Poczucie zrozumienia	Koherencja Poczucie zaradności	Koherencja Poczucie sensowności	Koherencja Wynik globalny
Zainteresowanie problematyką rel.	-.02	-.18	.02	-.12
Przekonania religijne	-.06	-.01	.20	.07
Modlitwa	-.05	-.04	.18	.04
Doświadczenie religijne	-.12	-.13	.12	-.04
Kult	.02	-.03	.17	.07
Religijność Wynik globalny	-.08	-.07	.18	.02

bold – korelacja istotna na poziomie $p < .05$

Tabela 4. Wynik ogólny regresji wielokrotnej krokowej dla zmiennej zależnej: *Poczucie koherencji*

Zmienna zależna	<i>R</i>	<i>R</i> ²	<i>R</i> ² _{sk}	<i>F</i>	<i>P</i>
Poczucie koherencji	.53	.28	.26	19.09	.000

Tabela 5. Wyniki analizy regresji wielokrotnej krokowej, zmienna zależna: *Poczucie koherencji*, predyktory: *Styl dyfuzyjny, Zaangażowanie, Zainteresowanie problematyką religijną*

Zmienna zależna	Predyktory w modelu końcowym	<i>Beta</i>	<i>r</i> _{semi}	<i>R</i> ²	<i>t</i>	<i>P</i>
Poczucie koherencji	Styl dyfuzyjny	-.261	-.227	.067	-3.258	.001
	Zaangażowanie	.351	.312	.116	4.473	.000
	Zainteresowanie problematyką religijną	-.18	-.324	.067	-2.10	.038

ciem zrozumienia i zaradności a zainteresowaniem problematyką religijną.

Próbując określić charakter związku między poczuciem koherencji a religijnością i stylami tożsamości, przeprowadziłyśmy analizę regresji wielokrotnej metodą krokową, w której jako predyktory koherencji wystąpiły style tożsamości: normatywny, informacyjny i dyfuzyjno-unikający, oraz zaangażowanie tożsamościowe, a także religijność.

Analizując wyniki regresji dla poczucia koherencji (tabela 4 i 5), stwierdzono, że predyktory w modelu końcowym wyjaśniały łącznie 28% wariancji zmiennej zależnej ($p < .01$), a w modelu znalazły się następujące predyktory: zaangażowanie tożsamościowe, styl dyfuzyjno-unikający oraz zainteresowanie problematyką religijną.

Przeprowadzone analizy pozwalają wnioskować, że zaangażowanie tożsamościowe badanych sprzyja poczuciu koherencji, a dyfu-

Tabela 6. Wynik ogólnej regresji wielokrotnej krokowej dla zmiennej zależnej: *Poczucie sensowności*

Zmienna zależna	<i>R</i>	<i>R</i> ²	<i>R</i> ² _{sk}	<i>F</i>	<i>P</i>
Poczucie sensowności	.521	.271	.261	27.888	.000

Tabela 7. Analizy regresji wielokrotnej krokowej, zmienna zależna: *Poczucie sensowności*, predyktory: *Styl dyfuzyjny, Zaangażowanie*

Zmienna zależna	Predyktory w modelu końcowym	<i>Beta</i>	<i>r</i> _{semi}	<i>R</i> ²	<i>t</i>	<i>P</i>
Poczucie sensowności	Styl dyfuzyjny	-.265	-.245	.525	-3.377	.000
	Zaangażowanie	.342	.304	.092	4.366	.000

zyjno-unikający styl tożsamości obniża jego poziom. Stwierdzono również ujemny związek między poczuciem koherencji a zainteresowaniem problematyką religijną, co oznacza, że bardziej intensywne zainteresowanie problematyką religijną przyczynia się do obniżenia poziomu poczucia koherencji.

Przeprowadzono również analizę regresji dla wszystkich składowych poczucia koherencji: poczucia sensowności, zaradności oraz zrozumiałości, przyjmując za predyktory zaangażowanie tożsamościowe oraz poszczególne style tożsamości (informacyjny, dyfuzyjno-unikający, normatywny), a także religijność i jej poszczególne składowe: zainteresowanie prob-

lematyką religijną, doświadczenie religijne, przekonania religijne, modlitwę, kult. Analizując wyniki regresji wielokrotnej dla poczucia sensowności (tabele 6 i 7), zauważono, że predyktory w modelu końcowym wyjaśniały łącznie 27% wariacji zmiennej zależnej ($p < .01$), a w modelu znalazły się zaangażowanie i styl dyfuzyjno-unikający. Rezultaty przeprowadzonych badań wskazują, że zaangażowanie tożsamościowe sprzyja poczuciu sensowności, a styl dyfuzyjno-unikający obniża jego poziom.

Przeprowadzając analizy dla poczucia zrozumiałości (tabele 8 i 9), stwierdzono, że predyktory w modelu końcowym wyjaśniały łącz-

Tabela 8. Wynik ogólnej regresji wielokrotnej krokowej dla zmiennej zależnej: *Poczucie zrozumienia*

Zmienna zależna	<i>R</i>	<i>R</i> ²	<i>R</i> ² _{sk}	<i>F</i>	<i>P</i>
Poczucie zrozumienia	.461	.212	.197	13.397	.000

Tabela 9. Wyniki analizy regresji wielokrotnej krokowej, zmienna zależna: *Poczucie zrozumienia*, predyktory: *Styl dyfuzyjny, Zaangażowanie, Zainteresowanie problematyką religijną*

Zmienna zależna	Predyktory w modelu końcowym	<i>Beta</i>	<i>r</i> _{semi}	<i>R</i> ²	<i>t</i>	<i>P</i>
Poczucie zrozumienia	Styl dyfuzyjny	-.257	-.244	.048	-3.070	.003
	Zaangażowanie	.0258	.229	.053	3.149	.002
	Zainteresowanie problematyką religijną	-.269	-.260	.073	-3.578	.000

Tabela 10. Wynik ogólny regresji wielokrotnej krokowej dla zmiennej zależnej: *Poczucie zaradności*

Zmienna zależna	<i>R</i>	<i>R</i> ²	<i>R</i> ² _{sk}	<i>F</i>	<i>P</i>
Poczucie zaradności	.385	.151	.140	11.545	.000

Tabela 11. Analizy regresji wielokrotnej krokowej, zmienna zależna: *Poczucie zaradności*, predyktory: *Zaangażowanie, Zainteresowanie problematyką religijną*

Zmienna zależna	Predyktory w modelu końcowym	<i>Beta</i>	<i>r</i> _{semi}	<i>R</i> ²	<i>t</i>	<i>P</i>
Poczucie zaradności	Zaangażowanie	.0374	.344	.116	4.574	.000
	Zainteresowanie problematyką religijną	-.231	-.228	.053	-4.574	.003

nie 21% wariacji zmiennej zależnej ($p < .01$). W modelu końcowym znalazły się następujące predyktory: zaangażowanie, styl dyfuzyjno-unikający oraz zainteresowanie problematyką religijną. Uzyskane wyniki pozwalają wnioskować, że poczuciu zrozumiałości sprzyja zaangażowanie tożsamościowe, obniża je natomiast styl dyfuzyjno-unikający oraz zainteresowanie problematyką religijną.

Analizy przeprowadzone dla poczucia zaradności (tabele 10 i 11) dowiodły, że predyktory w modelu końcowym wyjaśniały łącznie 15% wariacji zmiennej zależnej ($p < .01$), a w modelu znalazły się następujące predyktory: zaangażowanie i zainteresowanie problematyką religijną.

Podobnie jak w wypadku pozostałych składowych poczucia koherencji, poczuciu zaradności sprzyja zaangażowanie tożsamościowe oraz mniejsze zainteresowanie problematyką religijną.

DYSKUSJA

Celem prezentowanych badań było określenie związków między poczuciem koherencji osób w okresie wyłaniającej się dorosłości a stylami tożsamości i religijnością. Założyliśmy, że predyktorami poczucia koherencji określającego indywidualne zasoby jednostki odnoszące się do możliwości radzenia sobie z sytuacjami trudnymi w tym okresie życia będą styl

tożsamości i tożsamościowe zaangażowanie oraz religijność.

Hipoteza 1 dotycząca związku między zaangażowaniem w budowanie własnej tożsamości a koherencją i jej trzema składowymi: poczuciem sensowności, zaradności i zrozumiałości, została w pełni potwierdzona. Zaangażowanie okazało się predyktorem poczucia koherencji oraz wszystkich jego składowych. Można zatem domniemywać, że poczucie celu i kierunku działania, służące jednostce za podstawę do monitorowania, oceny i regulacji zachowania, a także napływających informacji zwrotnych, sprzyja postrzeganiu przez nią świata jako zrozumiałego i sensownego, a także zauważaniu zasobów pozwalających jej radzić sobie w różnych sytuacjach i przezwyciężać trudności.

Hipotezy o związku między stylami tożsamości a koherencją zostały potwierdzone jedynie częściowo. Zgodnie z oczekiwaniami styl dyfuzyjno-unikający zmniejszał ogólne poczucie koherencji oraz poczucie sensowności i zrozumiałości (hipoteza 3). A zatem brak jasnej i zwartej koncepcji Ja oraz planów i celów życiowych obniża zdolność trafnej oceny rzeczywistości, sprawia, że osoba postrzega trudne sytuacje jako przekraczające jej zasoby i nie potrafi sobie z nimi radzić.

Pozostałe style tożsamości (hipoteza 2) nie okazały się predyktorami koherencji, choć odnotowano pozytywną korelację między stylem normatywnym a poczuciem koherencji i wszystkimi jego wymiarami. Co ciekawe, nie stwierdzono

istotnego związku między stylem informacyjnym a poczuciem koherencji. Nie potwierdziła się hipoteza 5 mówiąca o związku poczucia sensowności ze stylami normatywnym i informacyjnym, co wskazuje, że siła i kierunek motywacji aktywności osoby (poczucie sensowności) nie zależą od sposobów konstruowania własnej tożsamości, a jedynie od poziomu zaangażowania w realizację przyjętych celów. Uzyskane wyniki są nieco zaskakujące i niezgodne z oczekiwaniami Antonovsky'ego (1987/1995). Uważał on bowiem, że posiadanie jasnej i spójnej koncepcji Ja wzmacnia poczucie koherencji, jak również wskazywał na związek między koherencją a strategiami radzenia sobie w sytuacjach trudnych, które w ujęciu Berzonsky'ego (1989) powiązane są ze stylami tożsamości. Być może uzyskane przez nas rezultaty wynikają z faktu, że badane osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości są w trakcie formowania własnej tożsamości i wypracowywania określonego tożsamościowego stylu, co sprawia, iż tworzące się dopiero koncepcja Ja i strategie podejmowania ważnych życiowych decyzji i radzenia sobie z sytuacjami trudnymi nie przekładają się jeszcze na poczucie koherencji osoby i jej indywidualne zasoby pozwalające mierzyć się z sytuacjami trudnymi.

Religijność okazała się nie mieć zasadniczo znaczenia dla poczucia koherencji (hipotezy 4 i 5), co również nie potwierdza sugestii Antonovsky'ego traktującego wiarę jako sprzyjającą koherencji. Predyktorem poczucia koherencji, a także poczucia zaradności i zrozumiałości okazała się jedynie podskala: zainteresowanie problematyką religijną. Osoby o wyższym poziomie zainteresowań religijnych posiadają niższe poczucie koherencji, szczególnie w zakresie poczucia zrozumiałości i zaradności. Zależność tę można wyjaśnić w kontekście badań nad zjawiskiem wątplenia religijnego, które z jednej strony jest wyrazem poczucia braku zrozumienia zarówno kwestii teologicznych, jak i zjawisk w otaczającym jednostkę świecie, a z drugiej strony wzbudza zainteresowanie kwestiami religijnymi, przynajmniej do czasu znalezienia satysfakcjonujących rozstrzygnięć (Puffer i wsp., 2008). Poza tym większe zainteresowanie poznawczym opra-

cowywaniem treści religijnych towarzyszące niższemu poczuciu koherencji, a zwłaszcza poczuciu zrozumiałości i zaradności może oznaczać, iż zbyt duże skupienie się na intelektualnym opracowaniu treści religijnych nie sprzyja przeświadczeniu, że napływające ze świata zewnętrznego i wewnętrznego informacje są zrozumiałe, uporządkowane i przewidywalne, a także osłabia poczucie posiadania środków umożliwiających sprostanie różnorodnym wyzwaniom. Nawet jeśli rzeczywiście w religijności to element zawierzenia i poczucia kontaktu z Transcendencją sprzyja lepszemu rozumieniu otaczającej nas rzeczywistości i ufnemu przyjmowaniu tego, co ona niesie, oraz przekonaniu, że podołamy wyzwaniom, jakie ona stawia, a nadmierny intelektualizm w sferze religijnej może obniżyć to przekonanie, to jednak należy stwierdzić, iż uzyskana w prezentowanych badaniach zależność między religijnością a koherencją jest odmienna od zakładanej.

Otrzymane rezultaty zdają się wskazywać na to, że wzrost centralności religijności nie przekłada się na większe poczucie koherencji. W świetle teorii Antonovsky'ego (1987/1995), który uważał, że człowiek autentycznie wierzący posiada wyższe poczucie koherencji, oraz postawionej przez nas hipotezy uzyskane wyniki są nieco zaskakujące. Warto jednak zauważyć, że w badanej grupie młodych wkraczających w dorosłość zdecydowanie przeważały osoby o religijności marginalnej (24,2%) i heteronomicznej (57,5%), a stosunkowo niewiele było osób (18,3%), u których konstrukty religijne mają centralne miejsce w ich strukturze osobowości, co mogło zaważyć na wynikach naszych analiz.

Przeprowadzone badania, wskazując na związek między koherencją i stylami tożsamości, dowodzą jednocześnie, że związek ten może być bardziej złożony lub różny od zakładanego przez nas. W dalszych analizach należałoby rozważyć również odmienny kierunek zależności między poczuciem koherencji a stylem tożsamości, przyjmując, że to poczucie koherencji może wpływać na wypracowane przez jednostkę społeczno-poznawcze strategie i procesy przetwarzania informacji w sytuacji tworzenia własnej tożsamości, co

byłoby także zgodne z sugestiami zarówno Antonovsky'ego (1987/1995, jak i Sheridana i Radmachera (1992). Odnotowany w prezentowanych badaniach brak związku między poziomami religijności i koherencji wskazuje na potrzebę dalszych analiz w tym zakresie. Chcąc dogłębniej zbadać związek religijności z koherencją, warto byłoby pozyskać grupę bardziej zróżnicowaną pod względem religijności i dotrzeć do osób o religijności nie tylko marginalnej i heteronomicznej, ale i religijności autonomicznej, co w przeprowadzonych przez nas badaniach udało się tylko częściowo.

Wchodzenie w dorosłość to dla młodych ludzi czas formowania własnej tożsamości, tworzenia życiowych planów, podejmowania ważnych decyzji, trudnych wyborów. W jaki sposób osoba poradzi sobie z realizacją zadań tego okresu rozwojowego, z jednej strony zależy od posiadanych przez nią zasobów, z dru-

giej może wpłynąć na to, z jaką „globalną orientacją” wkroczy ona w dorosłe życie, w jakim stopniu będzie miała poczucie, że otaczający ją świat jest sensowny i zrozumiały, a ona sama ma zasoby pozwalające jej sprostać jego wymaganiom. Warto poznać uwarunkowania tworzenia się poczucia koherencji oraz związku między koherencją a tożsamością, której kształtowanie stanowi ważne zadanie wyłaniającej się dorosłości, a sposób jego realizacji określi, jak osoba będzie wypełniać kolejne zadania życiowe, jakimi strategiami będzie się posługiwać, podejmując ważne życiowe decyzje. Prezentowane badania stanowią próbę odpowiedzi na pytanie o związek koherencji z tożsamością i religijnością. W dalszych badaniach i analizach uwzględnione zostaną również inne zmienne mogące mieć związek z poczuciem koherencji, a także podjęty zostanie wątek wzajemnych zależności między koherencją a tożsamością.

PRZYPIS

¹ Prezentowane badania stanowią fragment szerszego projektu badawczego.

BIBLIOGRAFIA

- Amiot C.E., de la Sablonniere R., Terry D.J., Smith J.R. (2007), Integration of social identities in the self: Toward a cognitive-developmental model. *Personality and Social Psychology Review*, 11, 364–388.
- Antonovsky A. (1987/1995), *Rozwikłanie tajemnicy zdrowia. Jak radzić sobie ze stresem i nie zachorować*. Warszawa: Instytut Psychiatrii i Neurologii.
- Arnett J.J. (2000), Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55 (5), 469–480.
- Arnett J.J. (2004), *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. New York: Oxford University Press.
- Arnett J.J. (2006), The psychology of emerging adulthood: What is known, and what remains to be known? [w:] J.J. Arnett, J.L. Tanner (eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century*, 303–330. Washington, DC: APA Book.
- Bauman Z. (2007), *Tożsamość. Rozmowy z Benedetto Vecchim*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Berzonsky M.D. (1989), Identity style. Conceptualization and measurement. *Journal of Adolescent Research*, 4, 268–282.
- Berzonsky M.D. (1990), Self-construction over the life-span: A process perspective on identity formation. *Advances in Personal Construct Psychology*, 1, 155–186.
- Berzonsky M.D. (1992), A process perspective on identity and stress management [w:] G. R. Adams, T.P. Gullotta, R. Montemayor (eds.), *Advances in adolescent development: Adolescent identity formation*, t. 4, 193–215. Newbury Park, CA: Sage.
- Duriez B., Soenens B., Beyers W. (2004), Personality, identity styles, and religiosity: An integrative study among late adolescents in Flanders (Belgium). *Journal of Personality*, 72, 5, 877–910.

- Erikson E.H. (1950/2000), *Dzieciństwo i społeczeństwo*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Erikson E.H. (1958), *Young man Luther*. New York: Norton.
- Erikson E.H. (1959/2004), *Tożsamość a cykl życia*. Poznań: Zysk i S-ka Wydawnictwo.
- Erikson E.H. (1964), *Insight and responsibility*. New York: Norton.
- Erikson E.H. (1965), Youth: Fidelity and diversity [w:] E.H. Erikson (ed.), *The challenge of youth*, 1–28. New York: Anchor Books.
- Hermans H.J., Dimaggio G. (2007), Self, identity, and globalization in times of uncertainty: A dialogical analysis. *Review of General Psychology*, 11, 31–61.
- Huber S. (2003), *Zentralität und Inhalt. Ein neues multidimensionales Messmodell der Religiosität*. Opladen: Leske + Budrich.
- Jelonkiewicz I., Kosińska-Dec K. (2001), Poczucie koherencji a style rdzenia sobie ze stresem: empiryczna analiza kierunku zależności. *Przegląd Psychologiczny*, 3 (44), 337–347.
- Kosińska-Dec K., Jelonkiewicz I. (1997), Poczucie koherencji a style radzenia sobie u młodzieży. *Psychologia Wychowawcza*, 3, 215–225.
- Leak G.K. (2009), An Assessment of the relationship between identity development, faith development, and religious commitment. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 9, 201–218.
- Marcia J.E. (1987), The identity status approach to the study of ego identity development [w:] T. Honess, K. Yardley (eds.), *Self and identity: Perspectives across the lifespan*. London–New York: Routledge and Kegan Paul.
- Markstrom-Adams C. (1999), Religious involvement and adolescent psychosocial development. *Journal of Adolescence*, 22, 205–221.
- Markstrom-Adams C., Hofstra G., Dougher K. (1994), The ego-virtue of fidelity: A case for the study of religion and identity formation in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 23, 453–469.
- Markstrom-Adams C., Smith M. (1996), Identity formation and religious orientation among high school students from the United States and Canada, *Journal of Youth and Adolescence*, 23, 453–469.
- McAdams D.P., de St. Aubin E., Logan R.L. (1993), Generativity among young, midlife, and older adults. *Psychology and Aging*, 8, 221–230.
- Mroziak B. (1996), Poczucie koherencji (SOC) a zdrowie psychiczne i picie alkoholu przez młodzież. Założenie, problematyka i zakres badań. *Alkoholizm i Narkomania*, 9 (1).
- Oleś P. (2012), *Psychologia człowieka dorosłego*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Puffer K.A., Pence K.G., Graverson T.M., Wolfe M., Pate E., Clegg S. (2008), Religious doubt and identity formation: Sailable predictors of adolescent religious doubt. *Journal of Psychology and Theology*, 36 (4), 270–284.
- Senejko A. (2010), Inwentarz Stylów Tożsamości Michaela D. Berzonsky'ego – dane psychometryczne polskiej adaptacji kwestionariusza. *Psychologia Rozwojowa*, 4 (10), 31–48.
- Sheridan C.L., Radmacher S.A. (1992), *Health psychology: Challenging the biomedical model*. New York: J. Wiley.
- Stark R., Glock Ch.Y. (1968), *American piety: The nature of religious commitment*. Los Angeles, CA: Berkeley University Press.
- Tzuril D. (1984), Sex role typing and ego identity in Israeli, Oriental and Western adolescents. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 440–457.
- Verhoeven D., Hutsebaut D. (1995), Identity statuses and religiosity: A research among Flemish university students. *Journal of Empirical Theology*, 8 (1), 46–64.
- Waterman A.S. (1982), Identity development from adolescence to adulthood: An extension of theory and a review of research. *Developmental Psychology*, 18, 341–358.
- Whitbourne S.K., Tesch S.A. (1985), A comparison of identity and intimacy statuses in college students and alumni. *Developmental Psychology*, 21 (6), 1039–1044.
- Zarzycka B. (2007), Skala Centralności Religijności. *Roczniki Psychologiczne*, 10, 1, 135–157.