

Oláh Julianna

Magyar fiatal felnőttek vallásának és spiritualitásának kvalitatív vizsgálata

Szakmailag ellenőrizte: Dr. Koronczai Beatrix

Absztrakt

Kvalitatív, kérdőíves vizsgálatban (N = 270) magyar fiatal felnőttek vallásos és spirituális élményeinek észlelt negatív és pozitív hatásait vizsgáltam nem különbségek mentén. Pár kód kivételével mindkét nemre ugyanaz a kódrendszer volt alkalmazható, azonban a nemek közötti szignifikáns mennyiségi különbségeket találtam a következő kódokban: nők számára inkább volt vallásuk „erőforrás nehéz idők esetén”, és gyakrabban említették, hogy hitük segít megbirkózni a halál gondolatával / mások halálának tapasztalataival, továbbá gyakrabban írták le, hogy személyes hitük/vallásuk problémát / hátrányt okoz/okozott a személyes kapcsolataikban.

1. Bevezetés

2001-es adatok szerint világ népességének 90%-a végez valamilyen vallási vagy spirituális gyakorlatot. A nem vallásos emberek a közel-keleti és afrikai országok lakosságának kevesebb mint 0,1% -át teszik ki. A 238 ország közül csupán nyolcnak van olyan lakossága, ahol több mint 25% azt állítja, hogy nem vallásos. Több mint 30 országban nem jelentenek ateistákat (0%), és a 238 ország közül csupán 12-ben teszik ki a bevallottan ateisták a népesség legalább 5% -át [Koenig, 2009].

Úgy tűnik tehát, a vallás és a spiritualitás az emberi élet olyan aspektusa, amely sokakat meghatározóan érint, mégis megítélése rendkívül változó. A fogalom kb. 40 éve képezi a pszichológiai vizsgálatok tárgyát, és bár kezdetben a spiritualitás, különösképp a vallási gyakorlatokat helyettesíthetőnek vélték más pszichológiai fogalmakkal, mára olyan önálló, mérhető pszichológiai konstruktként kezelik, melynek hatását/korrelátumait és alkalmazhatóságát empirikusan tesztelhetjük [Koenig, 2009].

A szellemi bölcsesség hagyományosan az időskor gyümölcse, és a pszichológia elmélete az élet szellemi vagy erkölcsi fejlődését feltételezi [Jung, 1939; Fowler, 1980; Erikson, 1980; Helwig, 1995]. Az elméleti keretek mellett számos empirikus vizsgálat is alátámasztja, hogy a korosztályok között jelentős különbségek vannak a vallás/spiritualitás nagyságrendjében, szerepében, így potenciális hatásaiban. A spirituális élet minden tényezőjének növekedését találták az életkor előrehaladtával és Clayton H. McClintock, Elsa Lau és Lisa Miller [2018] arról számoltak be, hogy nemzetközi vizsgálatukban feltárt vallásosság/spiritualitás dimenziók többsége pozitívan kapcsolódik az életkorhoz. Ainlay és Smith [1984] szerint a vallásosság dimenzióit az emberek az évek során azonos módon írják le, de idősebb korban a szervezeti és személyes vallási gyakorlat mennyisége közelebb van a fiatalokéhoz, és az évek múlásával a vallási elkötelezettség egyre inkább meghatározó. A latin-amerikai, Markides [1987] longitudinális tanulmánya szerint az önbevételezésen alapuló vallásosság mértéke az évek során enyhén nőtt. Hasonlóan, egy afroamerikai mintán végzett tanulmány szerint a vallási eseményeken való részvétel aránya növekszik az életkorral [Chatters és Taylor, 1989]. Talán a vallási / lelki

hiedelmek megnövekedett szintje és jelentősége az idősebb korban okozza azt, hogy bár egyre több kutatás zajlik a vallás és a lelkiiség pszichológiai aspektusainak feltárása érdekében, kevésbé gyakori szempont a konstruktum fiatal felnőttkori vizsgálata [Barry & Nelson, 2005].

Tanulmányok szerint a fiatal felnőttek vallási képe személyre szabottabb és nagy különbségeket mutat az egyének között, még ugyanazon vallási csoportokon belül is [Arnett és Jensen, 2002; Voas és Crockett, 2005]. Smith és Snell [2009] hat, új, korspecifikus vallás/spiritualitásformát írtak le, és arról számolt be, hogy a fiatal felnőttek nagy többsége (~2/3-a) önazonosnak érzi ezek valamelyikét. Egy, nem vallásos környezetből származó fiatal dán hallgatókon végzett kvalitatív kutatás a morális és spirituális meggyőződések és nézetek kidolgozottságára, gazdagságára és elterjedtségére hívta fel a figyelmet [Arnett & Jensen, 2019]. Ha a lelki életet intézményesített vallásgyakorlatra és személyes spiritualításra bontjuk, amerikai mintán fiatal felnőttek körében intézményes vallásosság mértékében csökkenő, míg személyes lelkiiség mértékében enyhe növekedést láthatunk [Koenig, 2015]. Ez nem meglepő, ha figyelembe vesszük, hogy erre az életszakaszra a vallási kétségek kiemelkedően magas szintje [Krause et al., 1999], és a fokozott halálszorongás is jellemző az identitáskeresés, szereppróbatás és a kockázatvállaló magatartás fokozatos csökkenése mellett [Richardson és mtsai, 1983]. Ezeket a megállapításokat figyelembe véve felmerül a kérdés, hogy a vallás és a lelkiiség ugyanolyan előnyös lehet-e a fiatal felnőttek számára, mint az átlag populáció körében? Ami a kibontakozó felnőttkor új, egyházhoz nem vagy lazán kapcsolódó spirituális formákat és a vallási hit egyénre szabott formáit illeti, milyen módon lehetnek előnyösek a fiatal felnőttek számára?

A fenti adatok tükrében látszik, hogy a vallásosság és a vallásosság hatásának általánosítása különböző életkorokra problematikus, azonban a legtöbb tanulmány kontrollváltozóként kezeli a kort. Azonban, ha speciális korcsoportra fókuszál is - tán épp a sok esetben megnőtt relevancia miatt -, akkor idős emberek vallásosságának, spiritualitásának hatásait és ennek módjait vizsgálja.

2. Nemi különbségek a vallás és spiritualitás megélésében

A spiritualitás szakirodalmában több tanulmány számolt be arról, hogy a hit, lelkiiség, vallás megélése minőségi és mennyiségi különbségeket mutat nemek mentén. A feltárt különbségeket egyes kutatók biológiai vagy intrapszichés tulajdonságoknak tulajdonítják [Francis és Wilcox 1996; Penny és Francis, 2014; Miller és Hoffmann 1995; Thompson 1991; Trzebiatowska és Bruce, 2013], míg mások a társadalmi, kulturális, interpszichés hatásoknak a szerepét hangsúlyozzák [Hall, 1997; Mahalik és Lagan, 2001; Collett és Lizardo 2009; Schnabel, 2015; Hackett és mtsai, 2016].

Kutatási eredmények szerint a nők a férfiakhoz képest általában a spiritualitást és a vallást inkább fogalmazzák meg a kapcsolat és a kapcsolódás szempontjából [Ozorak, 1996, Miller, Davies, Greenwald, 2000] és inkább teszik magukévá a vallás érzelmi és intuitív elemeit, mint a logikus érvelésből és megértésből származtatottakat [Ozorak, 1996]. Desrosiers [2011] kutatásai szerint lányok esetében egy felsőbb létezővel való kölcsönös kapcsolat, míg fiúknál inkább a vallás útján nyert társas támogatottság, jelentésadás a jelentős. A különbséget Desrosiers olyan markánsnak látta, hogy a női mintán megfigyelt vallásosság speciális formáját kapcsolati spiritualitásnak nevezte el („relational spirituality”).

A vallás és spiritualitás alapszintjének minőségében való nemi különbségeket megerősíti, hogy Tamminen [1994] gyermekeken végzett kvalitatív és kvantitatív kutatásai alapján azt

találta, hogy Isten fogalma egy kicsit legalistább volt a fiúknál, mint a lányoknál, és jobban hangsúlyozták Isten erejét és az emberi erkölcsre gyakorolt hatását, mint a lányok. Isten közelségét gyakrabban érzékelik a lányok - akiknél a vallásos hit és istenkép inkább nyugszik saját tapasztalatokon és egy bensőséges viszonyon, mint egy hitrendszer és gondolkodásmód felé való elköteleződésen –; vezetésének érzékeléséről azonban nagyobb százalékban számoltak be fiúk. Továbbá a lányok a vallás személyes, mintsem a fiúk által kiemelt praktikus vetületét hangsúlyozták [Babin, 1965; Vermasvuori és Nurmi 1992; idézi Tamminen, 1994]. Ezzel párhuzamosan a lányok általában spirituálisabbnak és vallásilag elkötelezettebbnek vallották magukat [Tamminen, 1994; Beit-Hallahmi és Argyle, 1975]. Serdülők között a lányok sokkal nagyobb valószínűséggel vesznek részt vallási szolgálatokon, mint a fiúk; a hitet a mindennapi élet formálásában fontosabbnak tekintik; inkább érznek személyes elkötelezettséget azért, hogy Istennek adják az életüket; gyakrabban vesznek részt vallási ifjúsági csoportokban; nagyobb valószínűséggel imádkoznak és érzik magukat közel Istenhez [Smith és Denton, 2009] amerikai mintán. Buchko [2004] szerint főiskolai nők vallásos hitében nagyobb szerepet kap egyfajta spirituális kapcsolati jelleg (*strong spiritual relational component*), mint férfiakéban, és a valláshoz való kötődésük erősebb is. Ez a kötődés úgyis fenn áll, hogy bár vallásosabbnak tartják magukat, többet járnak istentiszteletre, erősen kapcsolódnak az egyházhoz, kívülállóknak érzik magukat nagyméretű, patriarchális vallási közösségeikben [Bednarowski, 1999], tehát a szociális előnyök ellenére is megjelenik a különbség.

Ezzel szemben egy indiai serdülőkön végzett vizsgálat [Zalawadia, 2017] szerint az ún. spirituális intelligencia [Emmons, 2000] minden faktorán szignifikánsan magasabb pontszámot értek el fiúk. Mahalik és Lagan [2001] eredményei szerint egyes tradicionális férfiszerepek eltántoríthatják a férfiakat a vallásos bevonódástól. Azok a kaukázusi férfiak, akik szerettek volna a tradicionális nemi szerepnek megfelelően élni, alacsonyabb jóllét pontszámot és alacsonyabb intrinzik vallásosság pontszámot értek el, mind azok, akik ezt nem tartották fontosnak. Továbbá csak a nemi orientációt nézve, a feminin nemi orientáció pozitív kapcsolatban állt a vallásos hiedelmekkel, míg a férfi nemi orientáció nem mutatott kapcsolatot [Francis és Wilcox, 1996]. Ezek az eredmények a nemi különbségek társadalmi befolyásoltságát erősítik meg, akárcsak az, hogy egyes kutatások nem találtak nemi különbségeket [Simpson és mtsai, 2008].

2.1. Nemi különbségek a vallás és spiritualitás hatásában

Néhány kutatás már vizsgálta a spiritualitás, vallás hatását is nemi szempontból, azaz tesztelte, hogy ha a vallás és spiritualitás alapszintjére kontrolláljuk is az adatokat, máshogy vagy más mértékben hat-e a vallás a mentális és fizikai egészség mutatóira férfiaknál és nőknél. Egy amerikai tanulmány [Maselko és Kubzansky, 2006] a spirituális élmények, személyes és nyilvános vallási tevékenységek kapcsolatát, interakcióját elemezte a mentális egészség általános mutatóival. Az eredmények azt mutatják, hogy mind a férfiak, mind a nők heti rendszerességgel folytatott nyilvános vallási tevékenysége jobb önértékeléssel, alacsonyabb pszichológiai nehézségekkel és nagyobb boldogsággal járt együtt. Férfiaknál azonban a nyilvános vallásos tevékenységek gyakorisága és az egészségügyi állapot közötti kapcsolat erőssége kétszer akkora volt, mint nőknél, továbbá a nyilvános vallásos aktivitás distresszel, és boldogsággal való kapcsolata kb. másfélszer erősebb volt férfiak esetében. A személyes vallásos tevékenység nem mutatott szignifikáns kapcsolatot a vizsgált változókkal, ám tendenciaszintű hatása boldogság és

egészség esetében szintén erősebb volt férfiaknál, míg a spirituális élmények hatása kb. megegyezett mindkét nemnél. Eredményeik megerősítették a hipotézist, miszerint a nyilvános vallási tevékenységek (pl. szolgálati részvétel), lelki élmények a nők és a férfiak széleskörű jóléti mutatóihoz kapcsolódnak, azonban a kapcsolatok erőssége jelentősen eltérhet nemenként. Úgy tűnik, ha elfogadjuk a vallásosság hatását a jóllétre, úgy tűnik, a férfiak több hasznot húznak a közösségi, nyilvános vallási tevékenységek végzéséből, mint a személyes vallásos tevékenységekből és lelki élményekből, míg nők esetében a lelki élmények gyakori átélése növeli leginkább a jóllétet (legalábbis amerikai, keresztény-zsidó vallás családdhoz tartozó hívők körében).

Strawbridge és munkatársai [2001] depressziós betegek utánkövetése során azt találták, hogy a depressziópontszám nagyobb valószínűséggel esett a klinikai szint alá, ha a részvevők vallásos szolgáltatásokat vettek igénybe (pl. istentisztelet, imacsoport), ám ez a kapcsolat csak nők esetében állt fent.

Hasonlóan egy metaanalízis azt találta, hogy a mortalitást nagyobb eséllyel csökkenti a vallásos bevonódás nőknél, mint férfiaknál [McCollught és mtsai, 2000], bár egy későbbi tanulmány [Stavrova, 2015] szerint bármilyen mortalitást csökkentő hatás csak magasan vallásos régiókban jelenik meg. Európai országok népességét vizsgálva Nicholson és mtsai [2009] szintén nemeként változó hatásméretet találtak a vallásgyakorlat és az önbevalláson alapuló egészségügyi állapot között. Egy amerikai több évtizedes longitudinális vizsgálat szerint nők esetében a vallásgyakorlat egész életen át tartó jobb egészségügyi állapothoz és lassabb egészségügyi hanyatláshoz vezetett, ám férfiak esetében nem volt ilyen hatás. A vallási részvétel változása (csökkent vagy megnőtt aktivitás) női pszichiátriai páciensek esetén a generalizált szorongástól vagy alkoholizmustól szenvedő évek magasabb arányához kapcsolódott [Maselko és Buka, 2008], míg férfiaknál ellenkező hatás mutatkozott a pszichiátriai betegségek szempontjából: azok, akiknek vallási életében változás volt, alacsonyabb eséllyel kapták meg életük során a major depresszió diagnózist.

Több tanulmány beszámol arról is, hogy a vallás/spiritualitás protektív ereje az öngyilkossággal szemben erősebb nőknél, mint férfiaknál [Neeleman és mtsai, 1997; Neeleman és Lewis, 1999; Rasic, Kisely Langille, 2011]. Kralovec és mtsai [2017] pedig arra is rámutattak, hogy klinikai mintán a vallás és spiritualitás az öngyilkosság rizikófaktoraival negatívan korrelál nőknél, ám férfiaknál nincs szignifikáns összefüggés.

Mattis eredményei szerint [2002] nők esetében a felsőbb erőkbe vetett hit szorosabb kapcsolatban áll az élet értelmességének érzésével és a jólléttel, mint férfiak esetében. Sharma és Reimer-Kirkham [2015] megvizsgálták, hogy a hit - néha személyre szabott kifejezésként, máskor kodifikált, strukturált és kollektív formákban - miként befolyásolja az egészségügyi ellátásban betegként átélt tapasztalatokat és úgy találtak, hogy a vallás különösen a nők számára jelenthet jelentős erőforrást. Koenig és mtsai [1999] longitudinális, időseken végzett kutatásukban pedig nők esetében a hosszabb élettartam és vallásos eseményeken való részvétel közötti kapcsolatot erősebbnek találták nőknél.

Összefoglalva tehát azt mondhatjuk, hogy a vallás és a spiritualitás megélésében megfigyelhetőek nemi különbségek, bár ezek kultúránként és vallásonként eltérőek lehetnek. A vallás és spiritualitás mentális egészségre, fizikai egészségre és jóllétre gyakorolt hatásában szintén megfigyelhetünk különbségeket mind a hatásméret, a hatás iránya vagy a hatást kiváltó komponensek mentén. Az eredmények azonban nem tisztázottak és ellentmondásosak: egyes kutatások nőknél mutatnak erősebb vagy szignifikáns hatás, míg más kutatások a férfiaknál

találtak szélesebb körű és erősebb kapcsolatot. Mivel az eredmények többsége Amerikából származik és egyes kutatások pedig nem találtak nemi különbségeket, a kérdés tisztázása további kutatásokat igényel.

3. A jelen kutatás

Kutatásomban két, kevésbé kutatott területét szerettem volna megvizsgálni a vallásos, spirituális élményeknek: egyrészt szerettem volna képet kapni arról, fiatal, magyar, felnőttek miként vélekednek a vallás és spiritualitás hatásáról az életükben, másrészt szerettem volna megvizsgálni ezen vélekedések nemi eltéréseit.

3.1. Módszer

Kutatási kérdéseim megválaszolására kvalitatív, exploratív, kérdőíves elemzést is végeztem, melynek hipotézise szerint a vallás/spiritualitás előnyeinek és hátrányainak más módjairól számolnak be nők és férfiak.

Az adatok gyűjtése online, hólabda módszerrel történt, mely lehetővé tette a célcsoport minél szélesebb elérését. A kiindulási személyek 18-28 éves, egyetemista fiatalok voltak, akik szociális médiafelületük üzenőfalán, vagy vallásos és nem vallásos fiatalokat tömörítő csoportokban osztották meg a kérdőívet egy kitöltésre való felhívással. A kérdőív kitöltése előtt a résztvevők egy toborzó szöveget és egy tájékoztató, beleegyező nyilatkozatot olvastak el. A kitöltőknek a felhívás szerint 18-28 év között kellett mozogniuk. A kitöltés önkéntes és anonim volt, a résztvevők bármikor megszakíthatták a kitöltést.

Egy nagyobb, kvantitatív elemeket is tömörítő vizsgálat részeként két nyitott kérdéssel arra kértem a résztvevőket, ha tudnak, írjanak egy-egy példát amikor vallásuk, spiritualitásuk megkönnyítette vagy megnehezítette életüket (*“Ha életében aktívan szerepet játszik/játszott a vallás vagy spiritualitás, mi miatt érezte, hogy ez segített Önnek? Írjon egy konkrét példát!”*; *„Volt esetleg olyan eset, időszak, amikor vallása/spirituális megnehezítette az életét? Írjon egy konkrét példát!”*). A kérdéseket az online kérdőívcsomag részeként lehetett megválaszolni korlátlan terjedelemben.

A kutatást az ELTE PPK Kutatásetikai Bizottsága engedélyezte (2017/238-2).

3.2. Minta

A válaszadók közül 270-en válaszoltak a kvalitatív kérdésekre, ebből 121 nő, 148 férfi volt. A válaszadók 42%-a fővárosban, 10%-a megyeszékhelyen, 31%-a egyéb városban, 18%-a faluban él. 96%-uk keresztény (közülük 63% római katolikus, 28%-uk református, 7%-uk evangélikus, maradék 2%-uk pedig egyéb gyülekezet tagja) volt. 60%-uk közepesen vagy nagyon vallásosnak, 66%-uk nagyon vagy közepesen spirituálisan elkötelezettnek vallotta magát, így 40% esett a kicsit vagy nem vallásos, és 34%-uk kevésbé vagy nem spirituálisan elkötelezett személyekre.

Elemzés

A *kvalitatív elemzések* során először induktív tematikus elemzéssel létrehoztam egy 12-, illetve 8-fokú kódrendszert a hitből, vallásból nyert előnyök, illetve nehézségek értelmezésére. A kódrendszert két független kódoló értékelté, majd miután alkalmasnak találták, egymástól függetlenül lekódoltuk a szöveges válaszokat. Egyet nem értés esetén szóban egyeztetünk a legmegfelelőbbnek talált megoldásról, míg konszenzusra nem jutottunk. Majd ezek gyakoriságát női és férfi résztvevők mentén százalékos eloszlásban összesítettem és az eltérések szignifikanciáját Khí -négyzet próbával teszteltem.

3.3. Eredmények

A kódolás során a következő tematikus kódrendszer jött létre:

1. táblázat: Vallásosság és spiritualitás észlelt előnyeiből és hátrányaiból készült kódrendszer induktív tematikus elemzés alapján.

POZITÍVUMOK, VALLÁS, SPIRITUALITÁS ELŐNYEI	
Kód	Példa
Erőforrás nehézségek során (instrumentális és érzelmi)	„Ha valamit nehéz csinálni vagy ténylegesen szenvedés egy adott szituáció, akkor is tudom, hogy ez így lehet jó, mert a búzaszemnek is elhalva van értelme.” „Egy szakítás után nagyon összeomlottam. (...) Az előző héten lefogytam 5 kg-t és hulla fáradt voltam, és a második hetet és a vizsga időszakot végig bögttem. De naponta jártam templomba kicsit beszélgetni a Teremtővel. Soha nem volt olyan jó átlagom mint akkor. Csak Istennek tudom betudni ezt az eredményt!”
Biztonságérzet, megnyugvás, béke	„Élmény lecsendesedik, tisztábban látok, szorongás helyett nyugalom lesz bennem és béke.”
Döntéshozatal, célok, moralitás területén való eligazodás, iránymutatás	„A vallás útmutatást, keretet ad életemnek.” „Kamasz és egyetemista koromban is a "spiritualitás", a magamba mélyedés segített célt találni. Úgy gondolom, hogy ezek nélkül a célok nélkül csak sodródtam volna az életben. „
Emberi kapcsolatok fejlődése, létrejötte	„Plébániai keresztény közösségemben hatalmas elfogadást, támogatást és szeretetet kaptam a többiektől.” „A vallásom által ismertem meg rengeteg hozzám közel álló személyt és ez segített a párkapcsolatom elmélyítésében is.”
Empátia, hála, nyitottság növekedése	„Sokkal nagyobb hálával tudok az Isten felé, szeretteim, a világ felé fordulni.” „Azon időszakokban, amikor rendszeres az imaéletem, az általánosnál nagyobb empátiát és nyitottságot tapasztalok magamban.”

Pozitív emóciók, boldogság növekedése	„Általánosságban boldogabbnak, kevésbé elveszettnek érzem magam tőle. Nem tudok konkrét példát rá.”
Megbocsájtás, önelfogadás elősegítése	„Meg tudtam bocsájtani magamnak Jézus szeretete miatt.”
Motiváció, erőforrás személyes növekedéshez	„Energikusabb, magabiztosabb lettem tőle.” „Kreatív ötletek, megoldások fakadnak belőle.”
Kapcsolatban levés Istennel/felsőbb erővel (nem az ebből származó előnyök, hanem maga a kapcsolat jutalmazó)	„Személyes kapcsolatom van Istennel. Még ha sokszor nem is tudom, hogy mi a célja az életemmel, azt tudhatom, hogy a legjobbat akarja nekem. Soha nem hagyna el, még akkor sem, ha én kallódom el egy kicsit. Folyamatosan érzem visszahúzó szeretetét és feltétlen hűségét.” „Boldoggá tesz maga a tény, hogy Isten létezik, a létének örülök, szeretem Őt.”
Halállal való megbirkózás (saját halál gondolata, szeretett személy halála)	„...erőt és vigaszt adott egy gyászfolyamat során.” „A nagypapám halálának feldolgozásához rengeteg erőt merítettem a szerető Istenbe vetett hitemből. Most már én sem félek a haláltól.”
Eszköz más, fizikai vagy társadalmi javak megszerzésére	„Könnyeb így vallásos lányokkal ismerkedni.” „Jónevű, vallásos gimnáziumba járhattam.”

NEGATÍVUMOK, VALLÁS, SPIRITUALITÁS HÁTRÁNYAI	
Kód	Példa
Kellemetlen vallási kötelezettségek	„Nem szeretek misére járni, nyűg.”
Intenzív spirituális élmények feldolgozásának nehézsége	„Karizmatikusság által átélt élmények feldolgozása néha megterhelő.”
Nehézségek személyes kapcsolatokban	„A párom nem vallásos, a vele való kapcsolatomban néha elbizonytalanít egy másik kapcsolatnak pedig a végét jelentette a vallási különbözőség.” „Egyszer egyetlen kinéztek, mert vallási témában adtam elő, és elmondtam, hogy ez nekem tök fontos.” „A szexuális életet a vallás elitéli házasság előtt, és ez nagy problémát jelentett nekem, mikor komoly kapcsolatom lett.”
Bűntudat a vallási normáktól való eltérés miatt	„Mindig, amikor úgy éreztem, nem érek fel a vallás elvárásaihoz, bűntudatom lett.” „A vallás miatt ébredő bűntudat hosszú éveken át megnehezítette az életemet, nem tudtam döntéseket hozni és ma is "fogva tart" ez a gondolatkör.”
Lelki szárazság, válsztalanság érzése spirituális élet területén	„Néha az imádság nehéz, amikor nem érzek benne érzelmi töltetet vagy Isten közelségét, megvisel.” „Súlyos refluxbeteg lettem 5 éve és azóta sem gyógyultam meg. Hiába imádkoztam rengeteget és jártam orvosokhoz, nem segített. Ez jelentős kognitív disszonanciához vezetett minden nap, mert nem értettem miért nem segít Isten.”
Vallás szabályozottsága korlát a	„Amikor az előírásokat nem megfelelő helyen értelmeztem,

személyes fejlődésben vagy örömek megélésében	<i>ezeknek túlságosan nagy jelentőséget tulajdonítottam, és ez hátráltatott az életem szabad megélésében.” „Kamaszkori gátlásokat erősítette.” „Mielőtt teljesen kiábrándultam volna belőle, béklyónak éreztem, ami visszafog a mindennapokban és meggátol abban, hogy kiteljesedjek.”</i>
Identitáskeresés	<i>„...meleg identitás elfogadása.” „Apácának kellene lennem, gondolat terhe és félelme, ezen való gondolkodás.” „ Papi hivatás elfogadása.”</i>
Meg nem értettség mások által	<i>„Kommunikációs problémák pl. a vallásos emberek nem elfogadóak azokkal, akik nem értik meg a vallásokat, vagy épp a tudományos szemléletük miatt irracionálisnak érzik azt és viszont.” „Amikor az iskolában páran nem értették, mit jelent hinni Istenben, és kínos kérdéseket tettek fel.”</i>

Forrás: Saját elemzés kérdőív alapján

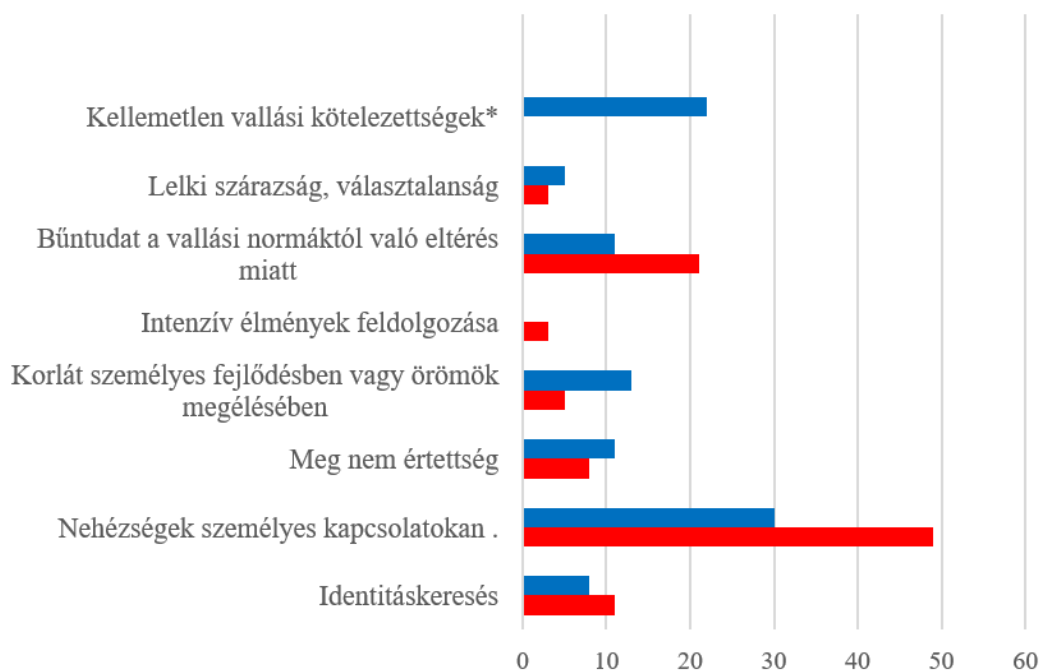
És a kódok mentén a válaszok gyakorisága a következőképpen alakult:

1. ábra: Vallás, spiritualitás előnyeire adott válaszok kódjainak százalékos eloszlása férfi és női válaszadók között. A férfiak válaszait a sötét, a nőket a világos szín, Khi-négyzet próba szignifikáns eredményeit *, tendenciaszintűeket . jelöli.



forrás: saját mérés alapján

2. ábra: Vallás, spiritualitás hátrányaira, nehézségeire adott válaszok kódjainak százalékos eloszlása férfi és női válaszadók között. A férfiak válaszait a sötét, a nőket a világos szín, Khí-négyzet próba szignifikáns eredményeit *, tendenciaszintűeket . jelöli.



forrás: saját mérés alapján

A létrehozott kódrendszerek (ld. Mellékletek) három kód kivételével¹⁷ mindkét nemnél alkalmazhatóak voltak, azaz a spiritualitásból/vallásból származó előnyöket és nehézségeket mindkét nem hasonlóan konceptualizálta, azaz hipotézisemmel ellentétben lényeges minőségi különbségeket nem találtunk a vizsgálatban. Mennyiségi különbségek tekintetében férfiak említették szignifikánsan többször a vallás, mint eszköz használatát más célok megszerzésére ($Khí^2 = 3,164$, $df = 1$, $p = 0.75$, Cramer's $V = 0,23$). Nők szignifikánsan többször említették a hit előnyös szerepét a saját halál gondolatával vagy más halálával való megbirkózás esetén ($Khí^2 = 4,062$, $df = 1$, $p = 0.44$, Cramer's $V = 0,27$), illetve a vallás/spiritualitás előnyeit akkor, amikor nehézségekkel kell szembenézniük vagy krízisben vannak ($Khí^2 = 12,083$, $df = 1$, $p = 0.001$, Cramer's $V = 0,46$).

Nehézségek területén (11.ábra) a kellemetlen vallási kötelezettségek és a személyes kapcsolatokban okozott nehézségek esetén mutatkozott statisztikai nemi különbség. Lányok tendenciaszinten többször említették a hitnek vagy vallásnak tulajdonított nehézségeket személyes kapcsolataikban ($Khí^2 = 2,779$, $df = 1$, $p = 0.096$, Cramer's $V = 0,33$), és csak férfiak számoltak be arról, hogy nehézséget jelentenek nekik egyes vallási kötelezettségek (pl. miselátogatás, hitoktatás vagy ima, egyes étkezési vagy szexuális előírások) ($Khí^2 = 8,970$, $df = 1$, $p = 0.003$, Cramer's $V = 0,35$). A személyes kapcsolatokban való nehézségek két csoportra oszlottak: egyrészt a közösségből való kiközösítés vagy „kinézés érzését”, másrészt a

¹⁷ Az előnyök esetében csak a férfiak említették a vallás, mint eszköz használatát és a spirituális, vallási nehézségek között a kellemetlen kötelezettségeket. Csak nők számoltak be az intenzív spirituális élmények feldolgozásának nehézségéről.

párkapcsolatokban felmerülő konfliktusokat írtak le a válaszadók, amelyek a hitéleti vagy hitbéli különbségekből fakadnak. Ezek közül kiemelkedett a szexuális viselkedésekről való nézetkülönbségek problémája, amelyről egyaránt beszámoltak férfiak és nők is, és legtöbbször ez a téma merült fel, mint a büntudat forrása, férfiak körében.

Láthatjuk még, hogy az előnyök közül a spiritualitás/vallás nehézségek során jelenlévő erőforrás szerepe volt domináns nők és férfiak között is, ezt pedig a hit biztonságérzetet adó szerepe követte. A hátrányok, nehézségek közül a személyes kapcsolatok során megélt nehézségek voltak a legkiemelkedőbbek nők és férfiak között is.

4. **Diszkusszió**

Kvalitatív eredményeim alapján úgy tűnik, a hipotézissel ellentétben minőségi különbség nem, mennyiségi különbség azonban megfigyelhető a vallás/spiritualitás hatásában nemek között. Úgy tűnik, férfiaknak fontosabb a vallás, mint eszköz szerepe, amellyel elérhetnek más célokat is, és kellemetlenebbnek élehetnek meg egyes vallási kötelezettségeket, mint nők. Az eredmények szerint a nőknek fontosabb a vallásból, spiritualitásból nyert segítség a halállal vagy egyéb nehézséggel való megküzdéskor. Az, hogy mindkét nemnél ez az előny volt a legdominánsabb, megerősíti a modellt, amely a vallás/spiritualitás hatásában a vallásos megküzdésnek állít mediáló szerepet [Fabricatore és mtsai, 2000; Moreira-Almeida és mtsai, 2006; Ano és Vescollenes; 2005], bár ezzel csak óvatos feltételezésként élhetünk, a minta nem-reprezentatív voltából adódóan. A pozitív vallásos megküzdés segít a stressz csökkentésében, a problémák tágabb kontextusba helyezésében és erőt, önbizalmat, reményt meríthet a hívő egy transzcendens erő közelségének megélése közben [Pargament és mtsai, 1994]. Egy longitudinális kutatás kimutatta azt is, hogy a vallásos megküzdés és a distressz közötti kapcsolat nemcsak retrospektív torzítás eredménye, és hogy a vallásos megküzdés jelentős hatással van a stressz szintjére az idő múlásával [Pargament és mtsai, 1994].

A kvalitatív adatokban feltárt nemi különbségek magyarázata nehézségeket jelent, pl. nem áll rendelkezésre modell arra vonatkozólag, miért érinti inkább a férfiakat a kellemetlen vallási kötelezettségek terhe. Bár csak tendenciaszinten jelent meg, feltételezhetjük, hogy nők által többször leírt személyes kapcsolatokban okozott nehézségek mögött állhat a tradicionális női identitás azon eleme, mely szerint egy nőnek kötelessége jó kapcsolatot ápolnia környezetével vagy az a kép, hogy értékét kapcsolatainak minősége szabja meg [Hall, 1997; Thompson, 1991], ami miatt a nők intenzívebben reagálnak az e területen felmerülő nehézségekre.

A halállal és egyéb nehézségekkel való találkozáskor úgy tűnik, a nők tudnak több/többször erőt meríteni a vallásukból, amelyet egy másik kutatás is megerősít [Tarakeshwar és mtsai 2005]. Ebben szerepe lehet a keresztény vallások, illetve az európai társadalmak patriarchális rendszerének, melyekben női szerepkörbe könnyebb interpretálni a segítségkérés aktusát [[Möller-Leimkühler, 2002](#); [Addis és Mahalok, 2003](#)]. Emellett, ha érvényesnek ismerjük el korábbi, akár más korosztályú kutatások eredményeit a mai fiatalokra, a nőkre jellemző kapcsolaton alapuló, szerető, meleg istenképbe könnyebben illeszkedik a segítségkérés folyamata és ennek meghallgatása, mint a férfiak legalistább, útmutató istenképébe [Tamminen, 1994; Ozorak, 1996; Miller és mtsai, 2000].

Érdekes eredmény, hogy a kvalitatív elemzés a vallás/spiritualitás hatásának olyan útjaira derített fényt, amelyeket eddig nem vizsgálták a szakirodalomban és amelyek mérésére még

mérőeszközöket sem alakítottak ki (pl. Kellemetlen vallási kötelezettségek, Intenzív spirituális élmények feldolgozásának nehézsége, Halállal való megbirkózás, Biztonság, megnyugvás). Különösen szembetűnő a vallás/spiritualitás lehetséges negatív következményeinek gazdagsága, melyek mérésére szintén kevés és nem eléggé kidolgozott mérőeszköz áll rendelkezésünkre. A vizsgálódás és tudatosságfokozás fontosságára hívja fel a figyelmet, hogy a fiatalok vallási töltetű nehézségei legnagyobb valószínűséggel környezetük intoleranciája vagy vallási nézeteiket nem vallókkal való összeegyeztetése okozta. Érdemes figyelembe venni azt is, hogy a problémák a fiatal felnőttek pszichoszociális fejlődésének olyan vitális pontjain voltak a legjellemzőbbek, mint a szociális vagy párkapcsolatok, és mélységükben a megvetettség, lenézés, kiközösítés és a párkapcsolat megszakításának élményéig terjedtek.

Mivel a vizsgálat eredményei több ponton is eltértek az idős vagy teljes populációt célzó kutatások eredményeitől, felvetődik a vallás/spiritualitás hatásának eddig hiányzó, korcsoportspecifikus értelmezése [Casas és mtsai, 2009]), bár természetesen ez csak számos egyéb longitudinális vizsgálat kiértékelése után lehet megalapozott és több kvalitatív, mind kvantitatív adatot igényel.

Meg kell említenünk a kutatásból levonható következtetések limitációit, melyek egyrészt a mintanagyság korlátozottságából, nem reprezentatív voltából, a kultúra és a vallási preferenciai viszonylagos egyoldalúságából és a mintavétel nem randomizált módjából adódnak. Nem mehetünk el olyan demográfiai változók hiánya mellett, melyek hatásait nem tudtuk mérni a jelen vizsgálatban, ám a témakörben relevánsak lehetnek, pl. végzettség, anyagi helyzet, családi állapot, szociális támogatottság, általános egészségügyi állapot, szociális környezet vallásossága. Szintén érdekes lehet a hatások vagy nemi különbségek változása a vallásosság/spiritualitás mértékének és „érettségének” szempontjából, ugyanis, ha elfogadjuk, hogy az ember spirituális képességei, érzékenysége fejlődhet élete során [Jung,1939; Fowler, 1980; Erikson,1980; Helminiak, 1987; Helwig, 1995; Wilber, 2001], elképzelhető, hogy más érettségű vagy mértékű szinteken más hatásmechanizmusok érvényesülnek. Pl. a spirituális „érettség” magas fokán levő fiatalok inkább profitálnak a hit kvalitatív kutatás szerint „Kapcsolatban levés Istennel/felsőbb erővel” kódú aspektusából, míg a vallás, spiritualitás „Eszköz más, fizikai vagy társadalmi javak megszerzésére” aspektusa alacsonyabb „érettségi” szinteken domináns¹⁸.

Friss szakirodalmi eredmények arra utalnak, a vallás/spiritualitás hatását és megélését erősen befolyásolhatják pozitív öntranszcendens emóciók (áhitat, hála, szeretet, béke) [Van Capellen és mtsai, 2016] vagy kötődési stílusok [Sim és Yow, 2001; Augustyn és mtsai, 2017], ezek vizsgálatát szintén érdemes lehet bevonni a nemi különbségeket célzó jövőbeni kutatásokba.

5. Összefoglalás

A kutatás a vallás és spiritualitás hatásának mennyiségbeli nemi különbségeit és eddig nem vizsgált módjait tárta fel, különös hangsúllyal a vallásosság, spiritualitás lehetséges negatív következményeire. Az eredmények a vallás/spiritualitás hatásának életkorspecifikus értelmezésére hívják fel a figyelmet, továbbá kiindulási pont lehet egy fiatal felnőttekre kidolgozott vallás és spiritualitás mérőeszköz fejlesztéséhez.

¹⁸ vö. Emmons: spirituális intelligencia [Emmons, 2000]

Felhasznált irodalom

ADDIS, M. E., & MAHALIK, J. R. (2003): „*Men, masculinity, and the contexts of help seeking*” *American Psychologist* 58(1), 5-14.

AINLAY, S. C., & SMITH, D. R. (1984): „*Aging and religious participation*” *Journal of Gerontology* 39(3), 357-363.

ANO, G. G., & VASCONCELLES, E. B. (2005): „*Religious coping and psychological adjustment to stress: A meta-analysis*” *Journal of clinical psychology* 61(4), 461-480.

ARNETT, J. J., & JENSEN, L. A. (2002): „*A congregation of one: individualized religious beliefs among emerging adults*” *Journal of Adolescent Research* 17(5), 451-467.

AUGUSTYN, B. D., HALL, T. W., WANG, D. C., & HILL, P. C. (2017): „*Relational spirituality: An attachment-based model of spiritual development and psychological well-being*” *Psychology of Religion and Spirituality* 9(2), 197-208.

BARRY, C. M., & NELSON, L. J. (2005): „*The role of religion in the transition to adulthood for young emerging adults*” *Journal of Youth and Adolescence* 34(3), 245-255.

BEIT HALLAHMI, B. & ARGYLE, M. (1975): „*God as a father-projection: the theory and the evidence*” *British Journal of Medical Psychology* 48(1), 71-75.

BEDNAROWSKI, M. F. (1999): *The religious imagination of American women*. Indiana, University Press.

BRYANT, A. N. (2007): „*Gender differences in spiritual development during the college years*” *Sex roles* 56(11-12), 835-846.

BUCHKO, K. J. (2004): „*Religious beliefs and practices of college women as compared to college men*” *Journal of College Student Development* 45(1), 89-98.

CASAS, F., GONZÁLEZ, M., FIGUER, C., & MALO, S. (2009): „*Satisfaction with spirituality, satisfaction with religion and personal well-being among Spanish adolescents and young university students*” *Applied Research in Quality of Life* 4(1), 23-45.

CHATTERS, L. M., & TAYLOR, R. J. (1989): „*Age differences in religious participation among black adults*” *Journal of Gerontology* 44(5), S183-S189.

COLLETT, J. L., & LIZARDO, O. (2009): „*A power-control theory of gender and religiosity*” *Journal for the Scientific Study of Religion* 48(2), 213-231.

DESROSIERS, A., KELLEY, B. S., & MILLER, L. (2011): „*Parent and peer relationships and relational spirituality in adolescents and young adults*” *Psychology of Religion and Spirituality* 3(1), 39-54.

EMMONS, R. A. (2000): „*Is spirituality an intelligence? Motivation, cognition, and the psychology of ultimate concern*” *The International Journal for the psychology of Religion* 10(1), 3-26.

ERIKSON, E. (1980): *Identity and the Life Cycle*. New York, Norton.

FABRICATORE, A. N., HANDAL, P. J., & FENZEL, L. M. (2000): „*Personal spirituality as a moderator of the relationship between stressors and subjective well-being*” *Journal of psychology and Theology* 28(3), 221-228.

FOWLER J. (1980): *Moral Stages and the Development of Faith*” In: Munsey B (ed.), *Moral Development, Moral Education, and Kohlberg. Basic Issues in Philosophy, Psychology, Religion and Education*. Religious Education Press, Birmingham, Alabama, 130-160.

FRANCIS, L. J., & WILCOX, C. (1996): „*Religion and gender orientation*” *Personality and Individual Differences* 20(1), 119-121.

- HACKETT, C., MURPHY, C., & MCCLENDON, D. (2016): „*The gender gap in religion around the world*” Washington, DC, Pew Research Center.
- HALL, T. A. (1997): „*Gender differences: Implications for spiritual formation and community life*” *Journal Psychology and Christianity* 16, 222-232.
- HELMINIAK, D. A. (1987): *Spiritual development: an interdisciplinary study*. Loyola University Press.
- HELWIG, C. C. (1995): „*Adolescents' and young adults' conceptions of civil liberties: Freedom of speech and religion*” *Child Development* 66(1), 152-166.
- HOFFMANN, J. P., & BARTKOWSKI, J. P. (2008): „*Gender, religious tradition, and biblical literalism*” *Social Forces* 86(3), 1245-1272.
- JUNG, C. G. (1939): *The integration of the personality*.
- KOENIG, H. G. (2009): „*Research on religion, spirituality, and mental health: A review*” *Canadian Journal of Psychiatry* 54(5), 283–291.
- KOENIG, H. G., HAYS, J. C., LARSON, D. B., GEORGE, L. K., COHEN, H. J., MCCULLOUGH, M. E., ... & BLAZER, D. G. (1999): „*Does religious attendance prolong survival? A six-year follow-up study of 3,968 older adults*” *Journals of Gerontology Series A: Biomedical Sciences and Medical Sciences* 54(7), 370-376.
- KRALOVEC, K., KUNRATH, S., FARTACEK, C., PICHLER, E. M., & PLÖDERL, M. (2018): „*The Gender-Specific Associations Between Religion/Spirituality and Suicide Risk in a Sample of Austrian Psychiatric Inpatients*” *Suicide and Life-Threatening Behavior* 48(3), 281-293.
- KRAUSE, N., INGERSOLL-DAYTON, B., ELLISON, C. G., & WULFF, K. M. (1999): „*Aging, religious doubt, and psychological well-being*” *The Gerontologist* 39(5), 525-533.
- MAHALIK, J. R., & LAGAN, H. D. (2001): „*Examining masculine gender role conflict and stress in relation to religious orientation and spiritual well-being*” *Psychology of Men & Masculinity* 2(1), 24.
- MARKIDES, K. S. (1983): „*Aging, religiosity, and adjustment: A longitudinal analysis*” *Journal of Gerontology* 38(5), 621-625.
- MASELKO, J., & KUBZANSKY, L. D. (2006): „*Gender differences in religious practices, spiritual experiences and health: Results from the US General Social Survey*” *Social Science & Medicine* 62(11), 2848-2860.
- MASELKO, J., & BUKA, S. (2008): „*Religious activity and lifetime prevalence of psychiatric disorder*” *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 43(1), 18-24.
- MATTIS, J. S. (2002): „*Religion and spirituality in the meaning-making and coping experiences of African American women: A qualitative analysis*” *Psychology of Women Quarterly* 26(4), 309-321.
- MCCULLOUGH, M. E., HOYT, W. T., LARSON, D. B., KOENIG, H. G., & THORESEN, C. (2000): „*Religious involvement and mortality: A meta-analytic review*” *Health Psychology* 19(3), 211-222.
- MILLER, L., DAVIES, M., & GREENWALD, S. (2000): „*Religiosity and substance use and abuse among adolescents in the National Comorbidity Survey*” *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry* 39(9), 1190-1197.
- MILLER, A. S., & HOFFMANN, J. P. (1995): „*Risk and religion: An explanation of gender differences in religiosity*” *Journal for the scientific study of religion* 63-75.

MILLER, L., WICKRAMARATNE, P., GAMEROFF, M. J., SAGE, M., TENKE, C. E., & WEISSMAN, M. M. (2012): „*Religiosity and major depression in adults at high risk: a ten-year prospective study*” *American Journal of Psychiatry* 169(1), 89-94.

MOREIRA-ALMEIDA, A., LOTUFO NETO, F., & KOENIG, H. G. (2006): „*Religiousness and mental health: a review*” *Revista brasileira de psiquiatria* 28(3), 242-250.

MÖLLER-LEIMKÜHLER, A. M. (2002): „*Barriers to help-seeking by men: a review of sociocultural and clinical literature with particular reference to depression*” *Journal of affective disorders* 71(1-3), 1-9.

NEELEMEN, J. D. D. G., HALPERN, D., LEON, D., & LEWIS, G. (1997): „*Tolerance of suicide, religion and suicide rates: an ecological and individual study in 19 Western countries*” *Psychological medicine* 27(5), 1165-1171.

NEELEMEN, J., & LEWIS, G. (1999): „*Suicide, religion, and socioeconomic conditions. An ecological study in 26 countries, 1990*” *Journal of Epidemiology & Community Health* 53(4), 204-210.

NICHOLSON, A., ROSE, R., & BOBAK, M. (2009): „*Association between attendance at religious services and self-reported health in 22 European countries*” *Social Science & Medicine* 69(4), 519-528.

PARGAMENT, K. I., ISHLER, K., DUBOW, E. F., STANIK, P., ROUILLER, R., CROWE, P., ... & ROYSTER, B. J. (1994): „*Methods of religious coping with the Gulf War: Cross-sectional and longitudinal analyses*” *Journal for the Scientific Study of Religion* 347-361.

PENNY, G., & FRANCIS, L. J. (2014): „*Religion and Self-Esteem: A Study among 13-to 15-Year-Old Students in the UK*” *Handbook on the Psychology of Self-esteem* 19-45.

RASIC, D., KISELY, S., & LANGILLE, D. B. (2011): „*Protective associations of importance of religion and frequency of service attendance with depression risk, suicidal behaviours and substance use in adolescents in Nova Scotia*” *Canadian Journal of affective disorders* 132(3), 389-395.

RICHARDSON, V., BERMAN, S., & PIWOWARSKI, M. (1983): „*Projective assessment of the relationships between the salience of death, religion, and age among adults in America*” *The Journal of general psychology* 109(2), 149-156.

OZORAK, E. W. (1996): „*The power, but not the glory: How women empower themselves through religion*” *Journal for the Scientific Study of Religion* 17-29.

SCHNABEL, L. (2015): „*How religious are American women and men? Gender differences and similarities*” *Journal for the Scientific Study of Religion* 54(3), 616-622.

SHARMA, S. & SHERYL R. (2015): „*Faith as social capital: Diasporic women negotiating religion in secularized healthcare services*” *In Women's Studies International Forum* vol. 49, pp. 34-42.

SIM, T. N., & YOW, A. S. (2011): „*God attachment, mother attachment, and father attachment in early and middle adolescence*” *Journal of religion and health* 50(2), 264-278.

SIMPSON, D. B., CLOUD, D. S., NEWMAN, J. L., & FUQUA, D. R. (2008): „*Sex and gender differences in religiousness and spirituality*” *Journal of Psychology and Theology* 36(1), 42-52.

SMITH, C., & DENTON, M. L. (2009): *Soul searching: The religious and spiritual lives of American teenagers* Oxford University Press.

STAVROVA, O. (2015): „*Religion, self-rated health, and mortality: Whether religiosity delays death depends on the cultural context*” *Social Psychological and Personality Science* 6(8), 911-922.

STRAWBRIDGE, W. J., SHEMA, S. J., COHEN, R. D., & KAPLAN, G. A. (2001): „*Religious attendance increases survival by improving and maintaining good health behaviors, mental health, and social relationships*” *Annals of Behavioral Medicine* 23(1), 68-74.

TAMMINEN, K. (1994): „*Religious experiences in childhood and adolescence: A viewpoint of religious development between the ages of 7 and 20*” *The International Journal for the Psychology of Religion* 4(2), 61-85.

TARAKESHWAR, N., HANSEN, N., KOCHMAN, A., & SIKKEMA, K. J. (2005): „*Gender, ethnicity and spiritual coping among bereaved HIV-Positive individuals*” *Mental Health, Religion & Culture*, 8(2), 109-125.

THOMPSON JR, E. H. (1991): „*Beneath the status characteristic: Gender variations in religiousness*” *Journal for the scientific study of religion*, 381-394.

TRZEBIATOWSKA, M., & BRUCE, S. (2013): „*'It's all for girls': re-visiting the gender gap in New Age spiritualities*” *Studia Religiologica* 46(1).

VAN CAPPELLEN, P., TOTH-GAUTHIER, M., SAROGLU, V., & FREDRICKSON, B. L. (2016): „*Religion and well-being: The mediating role of positive emotions*” *Journal of Happiness Studies* 17(2), 485-505.

VERMASVUORI, J. & NURMI, K. (1992): „*Nuoret ja rippikoulu. Uskonnonpedagogiikan julkaisu*” Sarja B/17. Helsinki: Department of Practical Theology idézi Tamminen [1994]

VOAS, D., & CROCKETT, A. (2005): „*Religion in Britain: Neither believing nor belonging*” *Sociology* 39(1), 11-28.

WILBER, K. (2001): *Sex, ecology, spirituality: The spirit of evolution* Shambhala Publications.

ZALAWADIA, T. L. (2017): *Efficacy of Gender and Religious Status on Spiritual Intelligence and Psychological Well-being of College Students.*