# STRESZCZENIE W JĘZYKU POLSKIM

*Religijne i niereligijne formy praktyk duchowych oraz ich związek z objawami depresyjnymi, lękowymi i myśleniem spiskowym w populacji młodych dorosłych (18-25) w Polsce*


W ostatnich dekadach obserwuje się istotne przemiany religijności i duchowości w społeczeństwach europejskich, szczególnie w populacji młodych dorosłych. Procesy sekularyzacji oraz indywidualizacji systemów wierzeń prowadzą do pojawiania się zróżnicowanych form duchowości, w tym praktyk realizowanych poza strukturami religii instytucjonalnych. Jednocześnie w wielu krajach odnotowuje się wzrost częstości występowania objawów depresyjnych i lękowych wśród młodych dorosłych, a także rosnące rozpowszechnienie przekonań o charakterze konspiracyjnym. Zjawiska te skłaniają do analizy możliwych związków między duchowością, zdrowiem psychicznym oraz sposobami interpretowania rzeczywistości społecznej.

Celem niniejszej pracy była analiza związków między duchowością a nasileniem objawów depresyjnych i lękowych oraz skłonnością do myślenia spiskowego w populacji młodych dorosłych w Polsce, z uwzględnieniem zarówno religijności instytucjonalnej, jak i zindywidualizowanych form duchowości.

Badanie przeprowadzono w populacji młodych dorosłych w wieku 18–25 lat. W analizach uwzględniono zarówno osoby identyfikujące się z religią katolicką, jak i osoby deklarujące ateizm. Ocenę duchowości przeprowadzono przy użyciu Interfaith Spirituality Scale (IFS). Nasilenie objawów depresyjnych i lękowych oceniono z wykorzystaniem Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS), natomiast skłonność do przekonań spiskowych oceniono przy użyciu Generic Conspiracist Beliefs Scale (GCBS). W badaniu dotyczącym relacji myślenia spiskowego i duchowości wzięło udział 1100 uczestników. W badaniu dotyczącym relacji nasilenia objawów depresyjnych i lękowych a duchowością wzięło udział 1240 uczestników. W obu analizach uwzględniono również zaangażowanie uczestników w zindywidualizowane praktyki duchowe określone jako Nonreligious Forms of Spiritual Practice (NFSP). Do analizy statystycznej zastosowano metody nieparametryczne oraz analizę korelacji rang Spearmana.

Uzyskane wyniki wskazują, że duchowość jest zjawiskiem wielowymiarowym, którego znaczenie dla funkcjonowania psychicznego zależy od formy jej przeżywania. Wyższy poziom duchowości był związany z niższym nasileniem objawów depresyjnych, niezależnie od deklarowanej przynależności religijnej. Związek między duchowością a nasileniem objawów lękowych miał charakter bardziej złożony i różnicował badane grupy światopoglądowe. Najwyższe nasilenie objawów lękowych obserwowano w grupach angażujących się w zindywidualizowane praktyki duchowe. Ponadto stwierdzono, że zaangażowanie w Nonreligious Forms of Spiritual Practice było związane z wyższym poziomem przekonań spiskowych, zarówno wśród osób religijnych, jak i niereligijnych. Duchowość młodych dorosłych stanowi zjawisko zróżnicowane i wielowymiarowe, którego znaczenie dla zdrowia psychicznego zależy od formy jej przeżywania oraz od konfiguracji światopoglądowej jednostki. Duchowość może pełnić funkcję zasobu psychologicznego w kontekście objawów depresyjnych, natomiast jej związek z objawami lękowymi i przekonaniami spiskowymi jest bardziej złożony i zależny od charakteru praktyk duchowych. Wyniki wskazują również na znaczenie spójności światopoglądowej jako potencjalnego czynnika stabilizującego funkcjonowanie poznawcze i emocjonalne młodych dorosłych.