

# Poczucie więzi z Bogiem a samorealizacja osób na etapie późnej dorosłości

MAŁGORZATA ANNA BASIŃSKA, KATARZYNA JAWORSKA

Instytut Psychologii UKW

## Streszczenie

Praca prezentuje wyniki badań dotyczące związku poczucia więzi z Bogiem z samorealizacją u osób na etapie późnej dorosłości. Przebadano 84 osoby będące na etapie późnej dorosłości. Zastosowano następujące metody badawcze: Kwestionariusz Wyboru Wartości Krzysztofa Hirszla, Kwestionariusz Więzy z Bogiem Rafała P. Bartczuka i Wiesława Matysa oraz metryczkę. Na podstawie literatury założono występowanie zależności pomiędzy zaufaniem Bogu (dodatniej) oraz lęku w stosunku do Boga (negatywnej) a samorealizacją, niezależnie od płci badanych osób. Wyniki pokazały, że związek ten występuje jedynie w grupie kobiet. Założono ponadto, iż osoby podejmujące różnego typu zachowania religijne charakteryzują się wyższym poziomem zaufania Bogu, co zostało tylko częściowo zweryfikowane pozytywnie. Osoby przystępujące do sakramentów i czytające książki religijne cechowały się wyższym zaufaniem do Boga niż osoby niewykonyjące tych czynności. Zaś osoby uczestniczące w nabożeństwach cechowały się zarówno wyższym zaufaniem, jak i lękiem w stosunku do Boga, w porównaniu do osób nieuczestniczących w nabożeństwach. Płeć żeńska i niski lęk w relacji do Boga okazały się predyktorami samorealizacji na etapie późnej dorosłości.

**Słowa kluczowe:** samorealizacja według Abrahama Maslowa, poczucie więzi z Bogiem, późna dorosłość

Badacze podkreślają trudność w wyznaczeniu niepodważalnego, niebędącego obiektem sporów progu starości (Straś-Romanowska, 2012). Wynika to między innymi ze wzrostu średniej długości życia ludzi, co wiąże się z zacieraniem i płynnością granic etapów rozwoju człowieka. Światowa Organizacja Zdrowia jeszcze kilkanaście lat temu jako początek starości podawała 60 rok życia, a obecnie jest to 65 (Trafiałek, 2003). Ian Stuart-Hamilton (2006), podobnie jak większość badaczy procesu starzenia się, wskazuje na wiek progowy 60-65 lat.

Późna dorosłość to okres w życiu człowieka, w którym obserwuje się głównie zmiany o charakterze regresywnym, przejawiające się na wielu płaszczyznach. Tempo zmian rozwojowych przypadających na okres późnej dorosłości jest specyficzne dla każdej osoby. Jest ono związane z różnicami o charakterze genetycznym,

warunkami cywilizacyjnymi oraz czynnikami pozanormatywnymi (Birch i Malim, 1998; Cavanaugh, 1997). Starzenie się może być rozumiane jako efekt zmian na poziomie biologicznym, społecznym oraz psychicznym, i jest odzwierciedleniem wcześniejszej egzystencji, niejako wypadkową dotychczasowego życia (Steuden, 2011).

Badacze są zgodni, iż w późnej dorosłości ulega zmianie charakter dążeń jednostki. Z tych podyktowanych witalnością i potrzebą osiągnięć, w kierunku duchowości, w celu nadania sensu (Straś-Romanowska, 1999). Współcześni badacze podkreślają, że wzrost samopoczucia u ludzi starszych jest często spowodowany realizacją wyższych, nacechowanych duchowością i religijnością dążeń (Bee, 2004; Ryczek, 2003; Stuart-Hamilton, 2006; Zych, Kaleta-Witusiak, 2005).

### Przywiązanie w relacji do Boga

John Bowlby (2007/1969) definiuje przywiązanie (*attachment*) jako stan, w którym jednostka dąży do poszukiwania bliskości i kontaktu fizycznego z obiektem przywiązania, szczególnie w sytuacji stresowej. Jest to swoista więź uczuciowa z osobą postrzeganą jako silniejszą i/lub mądrzejszą (Bowlby, 1977, za: Pisula, 2003).

W literaturze można odnaleźć badania nad religijnością wpisujące się w nurt teorii przywiązania, w których religijność jest definiowana jako relacja człowieka z Bogiem. Dla osób wierzących Bóg stanowi obiekt przywiązania, który daje wsparcie i pomoc (Jarosz, 2003; Kirkpatrick, 1992, 1995; Marchwicki, 2003; Walesa, 2003).

U podstaw badań nad religijnością człowieka, zgodnie z teorią przywiązania, leży założenie o podobieństwie więzi z Bogiem do relacji pomiędzy dzieckiem a rodzicem. Osoba wierząca jest przeświadczona o obecności Boga, Jego wsparciu i miłości (Granqvist, Kirkpatrick, 2008). Bóg, jako figura przywiązania, jest postrzegany jako wzór doskonałego rodzica, który troszczy się, kocha i ochrania swoje dzieci. Także praktyki mające na celu pogłębienie bliskości z Bogiem można określić jako zachowania przywiązaniowe. Do zachowań mających na celu uintensywnienie więzi człowieka z Bogiem zalicza się między innymi modlitwę i uczestnictwo w różnych nabożeństwach (Campos i Sternberg, 1981; Granqvist i Kirkpatrick, 2008).

Reprezentacja Boga powstaje we wczesnym dzieciństwie, jednak więzi łączące człowieka z Bogiem ewoluują przez całe życie. Cechują się one bogactwem i różnorodnością, mogą dominować w nich pozytywne emocje lub silny lęk. Przewaga uczuć negatywnych może prowadzić do wzrostu motywacji do wykonywania praktyk religijnych. Celem schematycznie lub kompulsywnie podejmowanych czynności jest uniknięcie gniewu i kary, a pozyskanie opieki, łaski, czy akceptacji. Może również dojść do odsunięcia się od Boga i prób eliminowania Go ze swojego życia, aby doświadczyć spokoju, czy uniknąć spodziewanych wyrzeczeń. Właściwość tej relacji jest uzależniona od wzorców więzi doświadczanych w dzieciństwie w stosunkach z rodzicami (Tokarski, 2011).

Granville S. Hall (2007), nawiązując do teorii Bowlby'ego i klasyfikacji więzi w relacjach interpersonalnych oraz na podstawie własnych badań, wyróżnił cztery typy wzorców przywiązania człowieka do Boga: bezpieczny (ang. *secure*), ambiwalentny (ang. *preoccupied*), unikający (ang. *dismissing*) oraz lękowy (ang. *fearful*).

Ludzie charakteryzujący się bezpiecznym stylem przywiązania jawią się jako utwierdzeni w przekonaniu o obecności Boga, Jego dostępności i miłości. Są przeświadczeni o bliskości ważnej figury przywiązaniowej i jej wrażliwości na potrzeby wierzącego w sytuacjach trudnych. Takie relacje z Bogiem są nacechowane ufnością, a człowiek jest zdolny do powierzenia Mu własnych lęków, problemów i przeżyć. Stwórca nie stanowi źródła niepokojów, a doznawane trudności życiowe nie są traktowane ani jako kara, ani jako brak przychylności (Hall, 2007). Osoby, które wykształciły w sobie bezpieczny styl przywiązania podejmują praktyki religijne w celu doświadczenia wsparcia i spójności z Bogiem (Byrd i Boe, 2001).

Osoby przejawiające ambiwalentny styl przywiązania prezentują się jako pozbawione zaufania. Mają poczucie, że obiekt przywiązania jest nieobecny, niewrażliwy na ich potrzeby oraz niezapewniający poczucia bezpieczeństwa. Jednostki o takim stylu przywiązania mogą uruchomić w sobie strategię hiperaktywacji systemu przywiązania, która ujawnia się poprzez próby dążenia do uzyskania wsparcia, pomocy i bliskości. Taką więź łączącą wierzącego z Bogiem można określić jako zmienną (Kirkpatrick, 1997). Człowiek odbiera Boga jako niekochającego, niezdolnego do ochrony, a nawet często będącego źródłem napięcia (Byrd i Boe, 2001). Sytuacje kryzysowe i problemy życiowe są traktowane jako niedopatrzenie ze strony Boga, co wpływa negatywnie na całość relacji oraz powoduje wystąpienie dyskomfortu i obniżenie nastroju (Hall, 2007).

Lękowy styl przywiązania cechuje osoby, które z jednej strony pragną bliskiej relacji, a z drugiej są przekonane, że zostaną odrzucone, dlatego reagują w sposób unikowy. Są przeświadczone o braku przychylności i wyrozumiałości dla ich zachowań oraz o złych zamiarach obiektu przywiązania. Boga postrzegają podobnie jak osoby cechujące się ambiwalentnym stylem przywiązania i tak jak one w relacji do Boga starają się utrzymać dystans. Zwykle nie podejmują zachowań religijnych mogących stanowić drogę do pojednania z Bogiem z powodu napięcia wynikającego z przekonania, że zostaną odrzucone (Hall, 2007).

Unikający charakter więzi z Bogiem jest przeniknięty przeświadczeniem o braku jego bliskości i obecności. W związku z tym, aby zabezpieczyć się przed cierpieniem, jednostka unika kontaktu emocjonalnego (Green i Campbell, 2000, za: Tokarski, 2011). Bliskie więzi u osób z unikającym stylem przywiązania są postrzegane jako niesatysfakcjonujące, a nawet zagrażające. Osobom takim trudno jest uwierzyć w istnienie kochającego, wspierającego, czy akceptującego stwórcy (Kirkpatrick i Shaver, 1992). W sytuacjach kryzysowych rzadko zwracają się do Niego o pomoc lub czynią to z niewielkim zaangażowaniem emocjonalnym (Byrd i Boe, 2001). Najczęściej jednak ten styl przywiązania jest charakterystyczny dla osób niewierzących

w Boga lub przekonanych o niemożności udowodnienia Jego istnienia (Beck, 2006, za: Tokarski, 2011).

Relacja z Bogiem przekłada się na rozwój osobowości, na system wartości jednostki, poczucie sensu życia, na rodzaj podejmowanej aktywności, stosunek do siebie, innych osób i świata oraz na stan zdrowia, dlatego charakter tej relacji jest ważny (Kuczkowski, 1998; McFadden i Levin, 1996).

## Charakterystyka samorealizacji według Abrahama Masłowa

Pojęcie samorealizacji zostało wprowadzone przez Søren Kierkegaard w XIX wieku. Rozumiał przez nie funkcjonowanie człowieka, które stanowi przeciwieństwo przemijania (Kierkegaard, 1962, za: Maslow, 1986). W psychologii pionierem tego terminu był Kurt Goldstein. Zdaniem badacza, samorealizacja (ang. *self-realization*) nazywana przez niego również samourzeczywistnieniem (ang. *self-actualization*) stanowi najwyższy i główny motyw działań człowieka, który z natury dąży do wykorzystania swoich zdolności (Goldstein, 1940, za: Górniewicz i Rubacha, 1993).

Termin ten jednak na gruncie psychologii najdokładniej omówił Abraham Maslow. Dokonał podziału potrzeb na podstawowe i wyższego rzędu, zwane metapotrzebami. Do najniższego poziomu włączył: potrzeby fizjologiczne, bezpieczeństwa, miłości i przynależności, a także szacunku i uznania. Im dana potrzeba zajmuje niższe miejsce w hierarchii, tym większa jest aktywność jednostki celem jej zaspokojenia. Zaspokojenie potrzeb niższego rzędu jest warunkiem pojawienia się potrzeby, która znajduje się wyżej w hierarchii. Najwyższe piętro w tej hierarchii zajmuje właśnie potrzeba samorealizacji. Kieruje ona aktywność człowieka ku czynnościom pozwalającym na rozwój osobowościowy i osobowy. Wynikiem zaspokojenia potrzeby samourzeczywistniania się jest poczucie wpływu na własne życie, przekonanie o byciu rozwijającą się jednostką oraz sensowności powziętych działań (Maslow, 1990).

W przypadku potrzeb niższego rzędu istnieje nieulegający zmianie standard regulacji zachowań, który polega na dążeniu do przywracania zaburzonej równowagi. Samorealizację cechuje zaś zmienność standardu w zakresie mechanizmu motywacyjnego. Omawiana zmienność polega na zaprzestaniu doznawania satysfakcji z poziomu, który do chwili obecnej był uznawany za zadowalający. Stanowi to istotę rozwoju człowieka, który trwa przez całe życie (Maslow, 1990). Mechanizm wzrostu zawiera w sobie potrzebę przekraczania, która ma swoje źródło w duchowym wymiarze człowieka. Poprzez wzrastanie należy więc rozumieć nie tylko zaspokajanie podstawowych potrzeb, aż do ich spełnienia, ale również realizowanie własnych talentów. Potrzeby niższego rzędu i samorealizacja nie są opozycyjne w stosunku do siebie, a wzajemnie się dopełniają. Te podstawowe są warunkiem zaistnienia wyższych.

Maslow, definiując samorealizację, podawał, iż osoba samorealizująca się jest w większym stopniu otwarta na doświadczenia, bardziej zintegrowana, odznacza się zindywidualizowaniem i spontanicznością. Wyróżnia się poza tym wyższym poziomem twórczości, pogodą ducha, niezależnością od swoich potrzeb i wychodzeniem poza własne ja (Maslow, 1986). Maslow sporządził listę piętnastu cech charakteryzujących ludzi samorealizujących się (Maslow, 1986, 1990):

- 1) Sprawniejsza percepcja rzeczywistości. Jest to swoista zdolność do adekwatnego, dokładnego postrzegania drugiej osoby. Ludzie samorealizujący się odznaczają się łatwością w różnicowaniu tego co nowe, autentyczne, idiograficzne. Funkcjonują w rzeczywistym świecie, w przeciwieństwie do osób, których świat zbudowany jest z przeczuc, wierzeń, czy stereotypów.
- 2) Akceptacja siebie, innych i przyrody. Maslow opisuje takie jednostki jako akceptujące ludzkie oblicze ze wszystkimi brakami, cechami odbiegającymi od stanu idealnego. Takie jednostki jawią się jako dostrzegające negatywy, słabości, ułomności, ale akceptujące je podobnie jak właściwości przyrody.
- 3) Spontaniczność, prostota, naturalność. Osoba samorealizująca się stroni od konwencjonalności, jest zdolna do przeciwstawiania się prawu. Jej system etyczny nie jest zbieżny z tym co pospolite, zwyczajnie, powszechnie uważane za słuszne.
- 4) Koncentracja na problemie oznacza zajmowanie się raczej sprawami natury odwiecznej, filozoficznej, etycznymi oraz nieosobistymi.
- 5) Dystans wobec rzeczywistości. Osoby takie odznaczają się spokojem i rezerwą w sytuacjach krytycznych, problemowych. Może to być związane ze skupieniem się na zdarzeniu, a nie na własnych myślach i emocjach.
- 6) Autonomia, niezależność od kultury i otoczenia, wola, aktywność. Osoby samorealizujące się są motywowane rozwojem. To znaczy, że ich działania nie są uzależnione od kultury, społeczeństwa, czy ogółu czynników zewnętrznych.
- 7) Ciągła świeżość ocen. Istotne wydaje się, iż samorealizujący się posiadają umiejętność doceniania, czerpania radości, zachwycania się rzeczami, zjawiskami już znanymi, niematerialnymi, doświadczanymi w codziennej egzystencji.
- 8) Doświadczenia mistyczne, doznania szczytowe. Są to stany ekstazy, olśnienia, które towarzyszą odkryciu nowej prawdy, zrozumieniu czegoś istotnego, tworzeniu lub uczestniczeniu w czymś wyjątkowym. Nie należy ich wiązać z doświadczeniami teologicznymi i nadprzyrodzonymi.
- 9) Poczucie wspólnoty z innymi – *Gemeinschaftsgefühl*. Podany termin wprowadził Alfred Adler i jako jedyny w sposób dokładny opisał związek samorealizujących się z innymi osobami (Adler, 1939, za: Maslow, 1990). Jego zdaniem, można mówić o ich specyficznej identyfikacji z resztą społeczeństwa, pozytywnym nastawieniu i chęci niesienia pomocy innym, pomimo występujących czasami uczuć gniewu, wrogości, czy niechęci.
- 10) Związki interpersonalne. Przyjaźń, miłość ludzi samorealizujących się jest głębsza i trwalsza, chociaż dotyczy tylko nielicznych jednostek. Związek z drugą osobą, jeśli ma umożliwiać samorealizację, wymaga bowiem dużo czasu i energii.

- 11) Demokratyczna struktura charakteru. Oznacza ona życzliwość, szacunek wobec osób bez względu na wykształcenie, prestiż, pochodzenie, poglądy polityczne. Są świadomi występujących różnic między osobami, ale jednocześnie potrafią z pokorą uczyć się od innych, pomimo znajomości ich wad.
- 12) Rozróżnianie środków i celów, dobra i zła. Ludzie samorealizujący się doskonale rozumieją, co jest dobre, a co złe. Wyróżnia ich nastawienie na osiągnięcie celu, przy jednoczesnej możliwości czerpania radości z samej drogi do punktu docelowego.
- 13) Filozoficzne, niezłośliwe poczucie humoru. Osoby samorealizujące nie są zwolennikami humoru cechującego się poniżaniem innych, złośliwością. Unikają również szydzenia z autorytetów. Ich poczucie humoru można określić jako nieagresywne, raczej filozoficzne.
- 14) Twórczość. Zdolności twórcze przejawiają się w spontaniczności, mniejszej skłonności do przestrzegania norm i sztywnych zasad, oryginalności myśli i działania. Swoją pomysłowość oraz oryginalność wykorzystują w codziennym życiu.
- 15) Opór wobec inkulturacji. Nie należą do osób, które łatwo ulegają obowiązującym nurtom, modzie (Maslow, 1990).

W literaturze wskazywano na wpływ religii na osobowość człowieka, jego funkcjonowanie społeczne i psychiczne. Stanisław Kuczkowski (1998) zwracał uwagę na wpływ religii na poczucie sensowności i wartościowości własnego życia. Kierowanie się w stronę nieskończoności i próby stania się pełnym człowiekiem przybliżają, zdaniem teologów, człowieka także do samorealizacji (Kowalczyk, 1979). Jednak badacze dotychczas nie opisywali zależności między stylem przywiązania do Boga a samorealizacją. Istotne wydaje się więc znalezienie odpowiedzi na pytanie dotyczące tych zależności.

### Cel i hipotezy badawcze

Celem prezentowanych badań było zbadanie zależności pomiędzy poczuciem więzi z Bogiem a samorealizacją osób na etapie późnej dorosłości. W związku z tak sformułowanym celem badawczym postawiono odpowiednie hipotezy:

$H_{1a}$  – Występuje pozytywny związek pomiędzy wymiarem zaufania do Boga a wyższym poziomem samorealizacji u osób na etapie późnej dorosłości. Oczekiwano, że osoby cechujące się zaufaniem w stosunku do Boga wykazują wyższą potrzebę samorealizacji. Sprawdzone także, czy zależność ta jest zróżnicowana ze względu na płeć.

$H_{1b}$  – Występuje negatywny związek pomiędzy wymiarem lęku w stosunku do Boga a poziomem samorealizacji u osób na etapie późnej dorosłości. Oczekiwano, że osoby charakteryzujące się lękową relacją do Boga cechują się niższą samorealizacją. Sprawdzone także, czy zależność ta jest zróżnicowana ze względu na płeć.

Postanowiono także sprawdzić, czy płeć wraz z wymiarami więzi z Bogiem pozwalają przewidywać nasilenie samorealizacji. W  $H_2$  założono, że płeć wraz z wysokim zaufaniem i niskim w relacji do Boga lękiem będą predyktorami samorealizacji.

Dodatkowo sprawdzono, czy występują różnice w poczuciu więzi z Bogiem ze względu na podejmowane zachowania religijne przez osoby na etapie późnej dorosłości.

$H_3$  – Występują różnice w poczuciu więzi z Bogiem osób na etapie późnej dorosłości ze względu na podejmowane zachowania religijne: uczestnictwo w nabożeństwach i we mszy, przystępowanie do sakramentów, czytanie ksiązek religijnych. Oczekiwano, że osoby podejmujące zachowania religijne cechują się wyższym nasileniem zaufania do Boga.

## Metoda

### Próba

W badaniu wzięły udział 83 osoby na etapie późnej dorosłości, powyżej 60 roku życia. Grupa badana była dobierana pod względem wieku (minimum 60 lat) i płci (dbano o reprezentatywność osób obu płci – zbadano 45 kobiet i 35 mężczyzn). Średnia wieku badanych, zarówno kobiet, jak i mężczyzn, wynosiła 68 lat. Najbardziej liczną grupę osób wśród kobiet stanowiły te ze średnim wykształceniem (62,50%), następnie z wyższym, zawodowym i podstawowym (po 12,5%). Zaś u mężczyzn najwięcej miało wykształcenie podstawowe (40%), następnie zawodowe i średnie (po 23%), a najmniej miało wykształcenie wyższe (14%). Najbardziej liczną grupę stanowiły osoby pozostające w związku małżeńskim (66%) oraz osoby owdowiałe (28%). Większość badanych deklarowała się jako wierzące (66%) i bardzo wierzące (19%), a 11% stanowiły osoby wierzące niepraktykujące, pozostałe 4% to osoby niewierzące lub obojętne.

### Narzędzia

Zastosowano trzy metody badawcze: Kwestionariusz Wyboru Wartości, Kwestionariusz Więzy z Bogiem i ankietę do zebrania danych demograficzno-społecznych.

*Kwestionariusz Wyboru Wartości* został opracowany przez Krzysztofa Hirszla (2010). Jest przeznaczony do badania adolescentów i osób na wszystkich etapach dorosłości. Podstawę teoretyczną omawianego narzędzia badawczego stanowi teoria Masłowa. Badanie kwestionariuszem umożliwia pomiar globalnego poziomu samorealizacji oraz jego 15 wymiarów (Masłow, 1990). Autor kwestionariusza wskazuje na możliwość wnioskowania o poziomie zaspokojenia potrzeby samorealizacji na podstawie uzyskanego pomiaru. Wynik może posłużyć również do interpretacji

stopnia dojrzałości osobowościowej badanych oraz stanowić bazę do wnioskowania o dynamice zmian rozwojowych.

Badani odnoszą się do 60 twierdzeń poprzez określenie wybranej odpowiedzi na 5-stopniowej skali – począwszy od zdecydowanego braku zgody z daną tezą (1), a kończąc na całkowitej zgodzie z danym sformułowaniem (5) (Zbonikowski, 2001, za: Hirszel i in., 2010). Twierdzenia omawianego narzędzia składają się na 15 skal równoznacznych z opisem 15 cech. Należą do nich: (1) Percepcja rzeczywistości. (2) Akceptacja. (3) Spontaniczność. (4) Koncentracja na problemie. (5) Potrzeba prywatności. (6) Autonomia. (7) Świeżość ocen. (8) Doznania szczytowe. (9) *Gemeinschaftsgefühl* (poczucie wspólnoty). (10) Głębka relacji. (11) Demokracizm. (12) Rozróżnianie środków i celów. (13) Poczucie humoru. (14) Twórczość. (15) Odporność na inkulturację (Zbonikowski, 2001; za: Hirszel i in., 2010).

Wcześniejsze badania wskazywały, iż jest to metoda trafna i rzetelna (Szostak, 2008). Jednak w badaniach własnych rzetelność mierzona współczynnikiem  $\alpha$  Cronbacha dla wyniku ogólnego wyniosła 0,88, zaś dla poszczególnych podskal była znacznie niższa i wynosiła od 0,24 do 0,73. Dziewięć podskal o rzetelności poniżej 0,4 nie włączono do analiz. Dalszej analizie poddano skale percepcji rzeczywistości, koncentracji na problemie, potrzeby prywatności, doznań szczytowych, demokracji i rozróżniania środków i celów.

*Kwestionariusz Więzi z Bogiem* opracowany został przez Wiesława Matysa i Rafała P. Bartczuka (2011) na podstawie teorii przywiązania Bowlby'ego. Jest przeznaczony do badania osób dorosłych, powyżej 18 roku życia. Jest on dopasowany do badań w obrębie religii monoteistycznych. Arkusz testowy zawiera 22 stwierdzenia, do których badany ma się ustosunkować na 7-stopniowej skali Likerta: od 1 – zdecydowanie nie, do 7 – zdecydowanie tak. Pytania opisujące relację z Bogiem składają się na dwie skale: zaufania i lęku. Wysoki wynik w skali *zaufania* może świadczyć o doświadczeniu Boga jako bezpiecznej bazy. Badana jednostka ujawnia tendencję do utrzymywania bliskości z Bogiem. Na odczuwanie *lęku* w relacji do Boga wskazuje wysoki wynik w skali lęku. W jego zakres wchodzi lęk przed odrzuceniem, lęk przed bliskością oraz doświadczenie i postrzeganie Boga w sposób ambiwalentny (Bartczuk i Matys, 2011).

Rzetelność Kwestionariusza Więzi z Bogiem była wysoka zarówno w badaniach autorów metody, jak i w badaniach własnych. Spójność wewnętrzna mierzona współczynnikiem  $\alpha$  Cronbacha dla wyniku ogólnego wyniosła 0,93, zaś dla poszczególnych podskal od 0,91 do 0,97.

## Procedura

Badania zostały przeprowadzone indywidualnie i grupowo, głównie wśród uczestników Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Badane osoby na początku zostały zapoznane z instrukcją, a także poproszone o wypełnienie metryczki zawierającej między innymi podstawowe dane demograficzno-społeczne. Po uzyskaniu ich



zgody na badanie rozdano kwestionariusze. Badanie trwało zazwyczaj około 60 minut i było anonimowe.

## Wyniki

### Charakterystyka wyników średnich

W tabeli 1 zaprezentowano wyniki średnie analizowanych zmiennych dla całej grupy badanej. Spośród podskal Kwestionariusza Wyboru Wartości Hirszla zostały zawarte jedynie te, które w badaniach własnych uzyskały rzetelność powyżej 0,4.

Z powyższych danych wynika, iż w zakresie więzi z Bogiem badani uzyskali wyższy wynik w wymiarze zaufanie w porównaniu do wymiaru lęku. W przypadku wymiarów samorealizacji w badanej próbie najwyższą średnią wartość osiągnęły wymiary demokratyzmu i koncentracji na problemie, a najniższą zmienna doznania szczytowe i percepcja rzeczywistości.

Tabela 1. Statystyki opisowe wybranych zmiennych dla badanej grupy ( $N = 83$ )

Zmienne	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Min.</i>	<i>Maks.</i>
Zaufanie	59,65	15,64	11	77
Lęk	38,78	14,19	11	68
Percepcja rzeczywistości	15,15	2,85	8	20
Koncentracja na problemie	15,76	2,92	7	20
Potrzeba prywatności	16,36	2,67	8	20
Doznania szczytowe	13,05	3,25	6	19
Demokratyzm	16,61	2,99	7	20
Rozróżnianie środków i celów	15,72	3,10	7	20
Samorealizacja – wynik ogólny	221,07	24,87	141	270

### Zależność między wymiarem zaufania i lęku w stosunku do Boga a poziomem samorealizacji osób na etapie późnej dorosłości

W hipotezie  $H_{1a}$  założono występowanie dodatkowej zależności między zaufaniem do Boga a samorealizacją oraz sprawdzono, czy zależność ta była zróżnicowana ze względu na płeć. W celu weryfikacji postawionej hipotezy zastosowano test nieparametryczny korelacji rang Spearmana (rozkłady niezgodne z normalnymi). W  $H_{1b}$  założono występowanie negatywnego związku lęku w stosunku do Boga z ogólnym wymiarem samorealizacji. Sprawdzono także, czy związek ten był specyficzny ze względu na płeć. W związku z rozkładem zgodnym z normalnym mierzonych zmiennych zastosowano test korelacji Pearsona.

Tabela 2. Związek zaufania do Boga i lęku przed Bogiem z samorealizacją badanych – wyniki korelacji testem Spearmana i Pearsona

Wymiary więzi	Cała grupa R/r	Mężczyźni R/r	Kobiety R/r
Zaufanie	0,29**	0,19	0,35**
Lęk	-0,28**	-0,27	-0,34*

\* $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$ , \*\*\* $p < 0,001$ .

Zgodnie z założeniem zaufanie u osób na etapie późnej dorosłości koreluje z samorealizacją dodatnio, a lęk ujemnie, na istotnym statystycznie poziomie. Uzyskane wskaźniki korelacji pokazują kierunek zależności: wraz ze wzrostem zaufania oraz wraz ze zmniejszaniem się lęku w stosunku do Boga poziom samorealizacji wzrasta, lecz tylko w grupie kobiet. Wyniki analiz okazały się nieistotne statystycznie w grupie mężczyzn. Otrzymane wyniki uprawniają zatem do przyjęcia hipotezy  $H_{1a}$  i  $H_{1b}$ .

Następnie sprawdzono związki pomiędzy zaufaniem i lękiem w stosunku do Boga a poszczególnymi wymiarami samorealizacji. Na podstawie uzyskanych wyników można było stwierdzić, iż związek zaufania do Boga z analizowanymi wymiarami samorealizacji występuje jedynie w grupie kobiet. Podskale koncentracji na problemie oraz doznań szczytowych korelowały na poziomie istotnym statystycznie z zaufaniem w stosunku do Boga. Omawiany związek pomiędzy zaufaniem i samorealizacją okazał się nieistotny statystycznie w grupie mężczyzn (tabela 3). Gdy badane kobiety miały zaufanie w stosunku do Boga, to były w stanie bardziej skoncentrować się na problemie zewnętrznym oraz doświadczać częściej doznań szczytowych.

Tabela 3. Związek zaufania Bogu z wymiarami samorealizacji w grupie kobiet i mężczyzn

	Percepcja rzeczywistości	Koncentracja na problemie	Potrzeba prywatności	Doznania szczytowe	Demokratyzm	Rozróżnianie środków i celów
Kobiety	0,06	0,41**	-0,03	0,30*	0,11	0,25
Mężczyźni	0,03	0,29	0,12	0,06	0,26	0,12

\* $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$ , \*\*\* $p < 0,001$ .

Wykonane analizy pozwalają wnioskować o związku lęku w stosunku do Boga z wymiarem potrzeby prywatności także jedynie w grupie kobiet. Żadna z podskal samorealizacji nie okazała się istotna statystycznie w grupie mężczyzn (tabela 4). Badane kobiety, które cechował słaby lęk w stosunku do Boga były bardziej zdolne

do zachowania dystansu wobec rzeczywistości oraz posiadały umiejętność przebywania w samotności, nie tracąc przy tym równowagi emocjonalnej oraz wewnętrznego spokoju.

Tabela 4. Związek lęku w stosunku do Boga z wymiarami samorealizacji w grupie kobiet i mężczyzn

	Percepcja rzeczywistości	Koncentracja na problemie	Potrzeba prywatności	Doznania szczytowe	Demokratyzm	Rozróżnianie środków i celów
Kobiety	-0,28	-0,19	-0,32*	0,18	-0,21	-0,25
Mężczyźni	-0,28	-0,15	-0,03	0,01	-0,18	-0,15

\* $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$ , \*\*\* $p < 0,001$ .

Następnie w celu pogłębienia analizy co do zależności między znaczeniem płci i obu rodzajów więzi w stosunku do Boga a samorealizacją (wynik ogólny) zastosowano wielokrotną analizę regresji. Model okazał się istotny statystycznie ( $R^2 = 0,15$  Popraw.  $R^2 = 0,12$ ;  $F(3, 79) = 4,71$ ;  $p < 0,005$ ). Wystąpienie samorealizacji możemy przewidywać na podstawie płci i niskiego poziomu lęku w stosunku do Boga. Zaufanie do Boga nie pełni roli predykcyjnej dla samorealizacji (tabela 5). Płeć żeńska i słaba więź lękowa w stosunku do Boga są predyktorami samorealizacji. Kobiety, które cechuje słabe nasilenie więzi lękowej są bardziej samorealizujące się. Można zatem częściowo przyjąć  $H_2$ , zakładając, że płeć wraz z wysokim zaufaniem i niskim lękiem są predyktorami samorealizacji.

Tabela 5. Wyniki analizy regresji wielokrotnej dla samorealizacji

Zmienne	$B^*$	$SE$	$t$	Korelacja cząstkowa
Wyraz wolny			19,75	
Płeć	0,23*	0,11	2,15	0,24
Zaufanie	0,18	0,11	1,65	0,18
Lęk	-0,36**	0,11	-3,28	-0,35

\* $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$ , \*\*\* $p < 0,001$ .

Trzecia ze sformułowanych hipotez zakładała występowanie różnic w poczuciu więzi z Bogiem ze względu na podejmowane zachowania religijne: uczestnictwo w nabożeństwach i mszy św., przystępowanie do sakramentów i czytanie ksiąg religijnych przez osoby na etapie późnej dorosłości. Oczekiwano, że osoby podejmujące zachowania religijne cechują się nasileniem zaufania do Boga.

Uzyskane wyniki (tabela 6 i 7) pozwalają wnioskować o różnicującej roli zachowań religijnych dla zaufania i lęku w grupie badanych seniorów. Osoby uczestniczące w nabożeństwach charakteryzowały się zarówno większym zaufaniem, jak i lękiem w stosunku do Boga, niż osoby deklarujące się jako nieuczestniczące. Osoby przystępujące do sakramentów przejawiały większe zaufanie w stosunku do Boga niż osoby deklarujące się jako niepodjęjące tego zachowania religijnego. Lęk w relacji do Boga u osób na etapie późnej dorosłości był podobny niezależnie od przystępowania do sakramentów. Analiza wyników ze względu na czytanie książek religijnych pozwoliła stwierdzić, iż istnieją statystycznie istotne różnice w poziomie zaufania. Osoby czytające literaturę o charakterze religijnym cechowały się niższym zaufaniem w stosunku do Boga w porównaniu do osób, które nie podejmowały takich zachowań.

Tabela 6. Różnice w nasileniu zaufania Bogu między grupą osób podejmujących aktywność religijną i niepodjęających jej

Zmienne	Osoby uczestniczące w nabożeństwach $n = 63$	Osoby nieuczestniczące w nabożeństwach $n = 20$	Z pop.
	Suma rang	Suma rang	
Zaufanie	3055	431	4,36***
Lęk	2890,50	595,50	2,60**
Zmienne	Osoby przystępujące do sakramentów $n = 43$	Osoby nie przystępujące do sakramentów $n = 40$	Z pop.
	Suma rang	Suma rang	
Zaufanie	2321	1165	4,70***

\* $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$ , \*\*\* $p < 0,001$ .

Na podstawie zaprezentowanych wyników pozytywnie zweryfikowano tylko w części  $H_3$ , która zakładała występowanie większego nasilenia zaufania oraz niższego poziomu lęku w stosunku do Boga u osób uczestniczących w nabożeństwach i mszy św., przystępujących do sakramentów i czytających książki o tematyce religijnej w porównaniu do osób niewykonyjących tych czynności.

Tabela 7. Różnice w poziomie lęku między grupą osób przystępujących i nieprzystępujących do sakramentów świętych

Zmienne	Osoby przystępujące do sakramentów $n = 43$		Osoby nieprzystępujące do sakramentów $n = 40$		$t(81)$
	$M$	$SD$	$M$	$SD$	
Lęk	38,95	14,54	38,60	13,99	0,11
Zmienne	Osoby czytające książki religijne $n = 23$		Osoby nieczytające książek religijnych $n = 60$		
	$M$	$SD$	$M$	$SD$	
Zaufanie	65,00	11,85	57,60	16,50	1,96*
Lęk	38,52	14,16	38,88	14,32	-0,10

\* $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$ , \*\*\* $p < 0,001$ .

## Wnioski

Na podstawie przeprowadzonej analizy można sformułować następujące wnioski:

1. Związek samorealizacji z zaufaniem jest różny w zależności od płci badanych. Istotną zależność wykazano bowiem jedynie w grupie kobiet. Wraz ze wzrostem zaufania rośnie poziom samorealizacji u badanych kobiet. Kobiety charakteryzujące się większym zaufaniem w stosunku do Boga przejawiają ponadto większe natężenie w zakresie doznań szczytowych i koncentracji na problemie.
2. Zależność pomiędzy lękiem wobec Boga a poziomem samorealizacji jest obecna tylko w grupie kobiet. Wraz ze wzrostem lęku u badanych kobiet maleje natężenie samorealizacji. Kobiety prezentujące większy lęk w stosunku do Boga charakteryzuje niższy poziom percepcji rzeczywistości, jednego z wymiarów samorealizacji.
3. U osób deklarujących się jako uczestniczące w nabożeństwach i mszy św. obserwuje się zarówno większe zaufanie, jak i lęk w stosunku do Boga w porównaniu do osób nieuczestniczących.
4. Osoby przystępujące do sakramentów prezentują wyższy poziom zaufania Bogu niż osoby niepodejmujące się takiego zachowania religijnego. Nie wykazano różnic w zakresie lęku do Boga pomiędzy omawianymi podgrupami.
5. Osoby czytujące literaturę o charakterze religijnym charakteryzują się wyższym zaufaniem w stosunku do Boga w porównaniu do osób nieczytających. Nie wykazano różnic w zakresie lęku pomiędzy obydwoma podgrupami.
6. Wykazano, iż płeć wraz z lękiem w stosunku do Boga pozwalają przewidywać poziom samorealizacji. U kobiet wraz ze spadkiem lęku w stosunku do Boga wzrasta natężenie samorealizacji. Zaufanie do Boga nie pozwala przewidywać samorealizacji.

## Dyskusja

Badacze z kręgu psychologii religii i religioznawstwa dopatrują się sensu ludzkiej egzystencji przede wszystkim w Bogu. Zdaniem teologów, właśnie zetknięcie się z tym co nieskończone stanowi drogę do pełnej samorealizacji. Religia pomaga w dostrzeganiu sensu życia, gdyż jest źródłem motywów własnych działań oraz wzmacnia nadzieję na pokonanie problemów (Lazarus i Lazarus, 2006; Pargament, 2002), pomagając zarazem radzić sobie z doświadczanym dystresem (Homan, 2012). Stres w znacznie mniejszym stopniu obniża satysfakcję z życia, gdy badanych nie cechuje unikowe przywiązanie do Boga (Wei i wsp., 2012). Negatywny obraz Boga jest ważnym wskaźnikiem niskiej satysfakcji z życia (Lang, 2013). Wysoki poziom bezpiecznego przywiązania do Boga zabezpiecza przed objawami depresyjnymi (Bishop, 2008), sprzyja bardziej pozytywnemu stosunkowi do starzenia się (Van Assche i in., 2013). Bezpieczny styl przywiązania w relacji do Boga może

przekładać się na bardziej korzystny stan zdrowia, zarówno psychicznego, jak i fizycznego, osób wierzących. Natomiast w grupie osób starszych większej niepewności w relacji do Boga towarzyszyły większe objawy depresyjne, które były powiązane bezpośrednio z pozabezpiecznymi stylami przywiązania do Boga (Bishop, 2008). Ponadto, osoby charakteryzujące się niepewnym przywiązaniem do Boga ujawniały więcej behawioralnych i psychologicznych problemów demenetywnych (Van Assche i in., 2013).

Relacja między przywiązaniem do Boga a różnymi aspektami ludzkiego funkcjonowania jest o tyle istotna, że jak pokazują wyniki badań u osób w starszym wieku, liczba obiektów przywiązania na ogół maleje. Bóg zaś pozostaje najdłużej obiektem przywiązania, a wraz z wiekiem nasilają się zachowania religijne (Cicirelli, 2004). Styl przywiązania do Boga jawi się jako duchowy zasób, który może być wykorzystany w celu zmniejszenia stresu i poprawy jakości życia osób starszych. Dlatego przeprowadzone badania miały na celu zbadanie zależności pomiędzy poczuciem więzi z Bogiem a samorealizacją osób na etapie późnej dorosłości, a dotychczas nie badano związku pomiędzy tymi dwoma zmiennymi. Uzyskane wyniki wpisują się w dotychczasową wiedzę o przywiązaniu. Zarówno więź zaufania, jak i lęku ujawniły związek z samorealizacją, przy czym okazało się, że zaufanie ułatwia samorealizację, a lęk ją utrudnia, lecz tylko w grupie kobiet. Wynik jest swoisty dla badanej grupy. Na to, że przywiązanie w relacji do Boga jest silniejsze w grupie kobiet wskazywały już wyniki innych badań (Cicirelli, 2004), ale że tylko kobietom ułatwia zaspokojenie potrzeby samorealizacji jest pewną nowością, wymagającą dalszych badań. Można by raczej sądzić, iż więź łącząca człowieka z Bogiem, która ewoluuje przez całe życie, będzie cechować się bogactwem i różnorodnością, niezależnie od płci. Uzyskane wyniki wskazują jednak, że w badanej grupie bardziej istotny dla samorealizacji był brak negatywnej relacji (lęku) niż obecność relacji pozytywnej (zaufania) w stosunku do Boga.

Badacze wyjaśniają także pośredni wpływ zaufania i lęku w stosunku do Boga na podejmowane przez człowieka aktywności, czy zaspokajanie potrzeby samorealizacji, dla której ważnym warunkiem spełnienia jest poczucie przynależności do grupy ludzi, w tym do Kościoła oraz akceptowanie siebie i postrzeganie własnej osoby jako akceptowanej przez resztę społeczeństwa, a także przez Boga (Łukaszewski, 1984).

Nieodłącznym elementem religijności człowieka są praktyki mające na celu pogłębienie bliskości z Bogiem, które to można określić zachowaniami przywiązanowymi. Do zachowań mających na celu uintensywnienie więzi człowieka z Bogiem zalicza się uczestnictwo w nabożeństwach, przystępowanie do sakramentów oraz czytanie literatury o tematyce religijnej (Granqvist i Kirkpatrick, 2008). Osoby badane deklarujące się jako przystępujące do sakramentów świętych, uczestniczące w nabożeństwach i czytające książki o tematyce religijnej charakteryzują się wyższym zaufaniem w stosunku do Boga w porównaniu do osób niepodjęających

takich zachowań. Uzyskane wyniki są zgodne z postulatami badaczy, którzy łączą podejmowanie zachowań o charakterze religijnym ze wzrostem bliskości i łączności z Bogiem, a także zwracaniem się do Niego w sytuacjach trudnych. Przeprowadzone badania ujawniły także, iż osoby uczestniczące w nabożeństwach charakteryzują się ponadto większym lękiem. Przewaga negatywnych uczuć może więc prowadzić do wykonywania zachowań przywiązaniowych poprzez schematyczne lub kompulsywne wykonywanie praktyk religijnych celem uniknięcia gniewu i kary, a pozyskanie opieki, łaski, czy akceptacji (Tokarski, 2001).

Uzyskane wyniki pozwalają zwrócić szczególną uwagę na taki aspekt ludzkiego życia, jakim jest samorealizacja z perspektywy etapu życia późnej dorosłości, w którym, jak piszą badacze, występuje przewaga procesów o charakterze regresywnym. Gdy jednostka przestaje pracować zawodowo i ogranicza inną aktywność np. z powodów zdrowotnych, nie oznacza to, że jej rozwój i samorealizacja kończą się. Raczej przybierają inną formę, która jednak w znacznym stopniu jest odzwierciedleniem wcześniejszej egzystencji, niejako wypadkową dotychczasowego życia (Steuden, 2011).

## Literatura

- Bartczuk, R.P., Matys, W. (2011). Kwestionariusz Więzi z Bogiem. W: M. Jarosz (red.), *Psychologiczny pomiar religijności* (s. 131-152). Lublin: TN KUL.
- Bee, H. (2004). *Psychologia rozwoju człowieka*. Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka.
- Birch, A., Malim, T. (1998). *Psychologia rozwojowa w zarysie. Od niemowlęstwa do dorosłości*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Bishop, J. (2008). Stress and depression among older residents in religious monasteries: do friends and God matter? *International Journal of Aging and Human Development*, 67(1), 1-23.
- Bowlby, J. (2007/1969). *Przywiązanie*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Byrd, K.R., Boe, A. (2001). The correspondence between attachment dimensions and prayer in college students. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 11(1), 9-24.
- Campos, J., Sternberg, C. (1981). Perception, appraisal, and emotion: The onset of social referencing. W: M. Lamb, L. Sherrod (red.), *Infant social cognition: Empirical and theoretical considerations* (s. 273-314). New York: Lawrence Erlbaum Associates.
- Cavanaugh, J.C. (1997). Starzenie się. W: P.E. Bryant, A.M. Colman (red.), *Psychologia rozwojowa* (s. 109-135). Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka.
- Cicirelli, V.G. (2004). God as the ultimate attachment figure for older adults. *Attachment & Human Development*, 6(4), 371-388.
- Freud, S. (1967). *Człowiek, religia, kultura*. Warszawa: KiW.
- Granqvist, P., Kirkpatrick, L.A. (2008). Attachment and religious representations and behaviour. W: J. Cassidy, P.R. Shaver (red.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (s. 906-933). New York: The Guilford Press.
- Hall, T.W. (2007). Psychoanalysis, attachment, and spirituality. Part I: The emergence of two relational traditions. *Journal of Psychology and Theology*, 55(1), 14-28.
- Hirszel, K., Szczepanik, R., Zbonikowski, A., Modrzejewska, D. (red.) (2010). *Psychospołeczne uwarunkowania defaworyzacji dzieci i młodzieży*. Warszawa: Difin.

- Homan, K.J. (2012). Attachment to God Mitigates Negative Effect of Media Exposure on Women's Body Image. *Psychology of Religion and Spirituality*, 4(4), 324-331.
- Jaroszk, M. (2003). *Interpersonalne uwarunkowania religijności*. Lublin: Towarzystwo Naukowe KUL.
- Kirkpatrick, L.A. (1992). An attachment-theory approach to the psychology of religion. *The International Journal for the Psychology and Religion*, 2(1), 3-28.
- Kirkpatrick, L.A. (1995). Attachment theory and religious experience. W: R.W. Hood, Jr. (red.), *Handbook of religious experience* (s. 446-475). Birmingham, AL: Religious Education Press.
- Kirkpatrick, L.A., Shaver, P.R. (1990). Attachment theory and religion: Childhood attachments, religious, beliefs, and conversion. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 29(3), 315-334.
- Kirkpatrick, L.A. (1997). A longitudinal study of changes in religious belief and behavior as a function of individual differences in adult attachment style. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 36(2), 207-217.
- Kirkpatrick, L.A., Shaver, P.R. (1992). An attachment-theoretical approach to romantic love and religious belief. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18(3), 266-275.
- Kowalczyk, S. (1979). *Podstawy światopoglądu chrześcijańskiego*. Wrocław: Wydawnictwo Wrocławskiej Księgarni Archidiecezjalnej.
- Kuczkowski, S. (1998). *Psychologia religii*. Kraków: Wydawnictwo WAM.
- Láng, A. (2013). Impact of attachment to Gog and religious coping on life satisfaction. *Orvosi Hetilap*, 154(46), 1843-1847.
- Lazarus, R.S., Lazarus, B.N. (2006). *Coping with Aging*. Oxford: University Press.
- Łukaszewski, W. (1984). *Szanse rozwoju osobowości*. Warszawa: KiW.
- Marchwicki, P. (2003). Religijność z perspektywy teorii przywiązania. *Seminare*, 19, 287-297.
- Maslow, A. (1986). *W stronę psychologii istnienia*. Warszawa: Instytut Wydawniczy PAX.
- Maslow, A. (1990). *Motywacja i osobowość*. Warszawa: Instytut Wydawniczy PAX.
- McFadden, S.H., Levin, J.S. (1996). Religion, emotions and health. W: C. Magai, S.H. McFadden (red.), *Handbook of emotion, adult development and aging* (s. 54-86). San Diego: Academic Press.
- Pargament, K.L. (2002). The bitter and the sweet: an evaluation of the costs and benefits of religiousness. *Psychological Inquiry*, 13, 161-181.
- Pisula, E. (2003). *Autyzm i przywiązanie*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Ryczek, G. (2003). *Dojrzewanie do starości. Sztuka pomyślnego starzenia się*. Wrocław: Instytut Psychologii, Uniwersytet Wrocławski.
- Studen, S. (2011). *Psychologia starzenia się i starości*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Stras-Romanowska, M. (2012). Późna dorosłość. W: J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka. Podręcznik akademicki* (s. 326-350). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Stuart-Hamilton, I. (2006). *Psychologia starzenia się*. Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka.
- Szostak, J. (2008). *Samorealizacja i samoocena młodzieży*. Warszawa: Wydawnictwo Wyższej Szkoły Ekonomiczno-Informatycznej.
- Tokarski, S. (2011). *Obraz Boga a dojrzałość osobowościowa*. Warszawa: Wydawnictwo Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego.
- Trafiałek, E. (2003). Człowiek stary. W: T. Plich (red.), *Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku* (s. 58-585). Warszawa: Wydawnictwo Akademickie Żak.
- Van Assche, L., Luyten, P., Van de Ven, L., Vandenbulcke, M. (2013). The impact of attachment on behavioral and psychological symptoms in dementia. *Tijdschrift Voor Gerontologie En Geriatrie*, 44(4), 157-165.
- Walesa, Cz. (2003). Wyjaśnienie religijności człowieka. W: P. Francuz, M. Grygielski, W. Otrębski (red.), *Studia z psychologii w KUL* (t. 11, s. 21-38). Lublin: Wydawnictwo Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego.



- Wei, M., Ku, T-Y., Chen, H-J., Wade, N., Liao, K.Y-H, Guo, G-J. (2012). Chinese Christians in America: Attachment to God, Stress, and Well-Being. *Counseling and Values*, 57, 162-180.
- Zych, A.A., Kaleta-Witusiak, M. (2005). Geragogika specjalna – moralnym obowiązkiem naszych czasów. W: A. Nowicka (red.), *Wybrane problemy osób starszych* (s. 27-41). Kraków: Oficyna Wydawnictwa Impuls.