

Krátke informácie

Psychológia a patopsychológia
dieťaťa, 58, 2024, č. 1-2, s. 50–54

VPLYV RELIGIOZITY/SPIRITUALITY NA DUŠEVNÉ ZDRAVIE ČESKÝCH ADOLESCENTOV

HÜSEYİN ÇAKSEN

*Katedra pediatrie Lekárskej fakulty Univerzity Necmettina Erbakana,
Konya, Turecko*

THE EFFECTS OF RELIGIOSITY/SPIRITUALITY ON MENTAL HEALTH IN CZECH ADOLESCENTS

Abstract: Religion, religiosity and spirituality represent a very important aspect of life in the majority of existing cultures around the world. Religion is the belief in an ever-living God, who is ruling the universe and holding moral relations with mankind. Religiosity (also called religiousness) is defined as an individual's conviction, devotion, and veneration towards God and diligently fulfilling the orders of religion. Spirituality is a state that a person feels by acting in accordance with transcendental principles, or God's commandments. Mental health is a state of well-being in which an individual realizes his or her own abilities, can cope with the normal stresses of life, can work productively, and is able to make a contribution to his or her community. The author discusses the effects of religiosity/spirituality on mental health in Czech adolescents to attract attention to the importance of religiosity/spirituality.

Key words: religiosity, spirituality, mental health, adolescents

Náboženstvo, religiozita a spiritualita predstavujú veľmi dôležitý aspekt života vo väčšine existujúcich kultúr po celom svete. H. Martineauová (podľa Totha, n. d.) vymedzuje náboženstvo ako vieru vo večne živého Boha, to znamená v Božskú myseľ a vôľu, ktorá vládne vesmíru a udržiava morálne vzťahy s ľudstvom. Religiozita (resp. nábožnosť) je definovaná ako individuálne presvedčenie, oddanosť a úcta k Bohu a usilovné plnenie náboženských príkazov. Spiritualitu možno vnímať aj ako

Prišlo 2.5.2024. H. Ç., Department of Pediatrics, Faculty of Medicine, Necmettin Erbakan University, 42090 Meram, Konya, Türkiye.

E-mail: huseyincaksen@hotmail.com

DOI: 10.4149/ppd_202404

stavy požehnania, zaujatia, šťastia a vďačnosti, ktoré človek pociťuje, keď svojimi somatickými orgánmi, ale aj citmi a cnosťami koná v súlade s božími prikázaniami (Çaksen, v tlači).

Spiritualita je univerzálny ľudský fenomén. Všetky ľudské bytosti, svetské alebo náboženské, sa stretávajú s duchovnými javmi. Hoci sa súčasná koncepcia spirituality vzdaluje od niektorých konvenčných názorov na religiozitu, nie je ateistická. Naopak, zodpovedá základnému náboženskému konceptu „Boh je láska“ (Kršiak, 2008). Duševné zdravie je stav pohody, v ktorom si jednotlivec uvedomuje svoje vlastné schopnosti, dokáže sa vyrovnáť s bežnými životnými stresmi, dokáže produktívne pracovať a je schopný byť prínosom pre svoju komunitu (Mental health, n. d.). V tomto príspevku diskutujeme o vplyve religiozity/spirituality na duševné zdravie českých adolescentov, aby sme upútali pozornosť na dôležitosť religiozity/spirituality.

Religiozita/spiritualita a duševné zdravie českých adolescentov

Duševné zdravie je dôležité v každej fáze života od detstva až po dospelosť. Väčšina štúdií uvádza pozitívnu súvislosť medzi religiozitou/spiritualitou a duševným zdravím. Religiozita/spiritualita je taktiež pozitívne spojená so životnou spokojnosťou (Papanikolopoulos, Kaprinis, 2021). Náboženstvo je historický a univerzálny fenomén s individuálnym, sociálnym a kultúrnym rozmerom. Každé náboženstvo, najmä abrahámovské náboženstvá (judaizmus, kresťanstvo a islam) s ich systémom viery, má vplyv na duševné zdravie a jeho poruchy. Na vysvetlenie vplyvu náboženstva na duševné zdravie bolo navrhnutých niekoľko mechanizmov: zdravé správanie a životný štýl, sociálna podpora, systémy viery a kognitívna štruktúra náboženských praktík, duchovné smerovanie, spôsob vyjadrenia stresu a vysvetlenie viacerými faktormi (Moreira-Almeida et al., 2006).

Pri sčítaní ľudu v roku 2021 deklarovalo 47,8 % Čechov, že sú bez vyznania (zastávajú ateistické, agnostické alebo iné nenáboženské životné postoje), pričom 30,1 % respondentov na túto položku nereagovalo. V populácii je 22,5 % veriacich: 9,6 % veriacich bez konkrétneho vierovyznania, 9,3 % katolíkov, 2,4 % ostatných kresťanov a 1,2 % prívržencov iných náboženstiev (Religion..., 2004). V Českej republike prebieha reforma starostlivosti o duševné zdravie, ktorá zahŕňa rozšírenie komunitných služieb a psychiatrických oddelení všeobecných nemocníc súčasne so vzdelávacími a destigmatizačnými programami (Pec, 2019).

U dospievajúcich a mladých dospelých sa ukázalo, že religiozita zahŕňajúca spiritualitu pôsobí ako potenciálny ochranný faktor pred psychopatológiou ako je depresia, úzkosť, stres a užívanie drog, ale tiež ako zosilňovač normálnych psychických charakteristík akými sú odolnosť, sebakontrola, osobnostné črty (Papanikolopoulos, Kaprinis, 2021). V literatúre je však málo štúdií o vzťahu medzi religiozitou/spiritua-

litou a duševným zdravím českých adolescentov. V štúdiu zdravotného správania detí školského veku realizovanej v roku 2014 skúmali J. Žídková a kol. (2020) na reprezentatívnej vzorke českých adolescentov súvislosti medzi praktizovaním náboženstva, spiritualitou a zdravotnými ťažkosťami, ako o nich vypovedali sami respondenti. Podľa tohto výskumu nemá náboženská príslušnosť a náboženská pohoda zväčša žiaden vplyv na zdravotné ťažkosti adolescentov. Nábožnosť bez spirituality však bola spojená s horším zdravotným stavom, takže sa zdá, že spiritualita a existenciálna pohoda môžu zdravie adolescentov pozitívne ovplyvňovať. K. Maliňáková a kol. (2019) analyzovali spiritualitu a praktizovanie náboženstva na tej istej reprezentatívnej vzorke dospelých. Zistili, že náboženská príslušnosť a spiritualita českých adolescentov boli spojené s menšou pravdepodobnosťou týždenného fajčenia. Vyššia spiritualita bola spojená aj s menším rizikom týždenného pitia (tamže). M. Buchtová a kol. (2020) hodnotili vzťah medzi zdravotne rizikovým správaním adolescentov a ich religiozitou, berúc do úvahy vieru ich rodičov a vlastnú účasť adolescentov na cirkevných aktivitách. Prierezovej štúdie zdravotného správania detí školského veku sa v roku 2018 zúčastnila reprezentatívna celoštátna vzorka vyše trinásť tisíc českých adolescentov. Na rozdiel od predchádzajúcich štúdií autori nezaznamenali významný vplyv náboženskej viery ani účasti na náboženských aktivitách českých adolescentov alebo ich rodičov na zdravotne rizikové správanie adolescentov ako je fajčenie a skorý pohlavný styk. Domnievame sa, že rozdielne výsledky týkajúce sa vplyvu religiozity/spirituality na duševné zdravie môžu súvisieť s rozdielmi medzi vybranými populáciami.

Záver

Viacere štúdie ukazujú, že religiozita/spiritualita má pozitívne účinky na duševné zdravie adolescentov a poskytuje im ochranu pred zdravotne rizikovým správaním; v štúdiách uskutočnených u českých adolescentov však boli zaznamenané protichodné výsledky. Preto odporúčame vykonať väčšiu sériu randomizovaných kontrolovaných komplexných štúdií vzťahov medzi religiozitou/spiritualitou a duševným zdravím českých adolescentov, ktorých by sa zúčastnili neveriaci, veriaci bez konkrétneho vierovyznania i veriaci kresťania. Okrem toho pokladáme za užitočné, aby sa na problematiku zamerali medzikultúrne porovnávacie štúdie dospelých s rôznymi náboženskými presvedčeniami (ako je kresťanstvo, islam, judaizmus, hinduizmus, budhizmus atď.), ktoré by pomohli preskúmať úlohu religiozity/spirituality pri zlepšovaní duševného zdravia. Takéto štúdie by vyplnili medzeru v literatúre a poskytli príležitosť porovnať pôsobenie rôznych náboženstiev na duševné zdravie adolescentov. Mohli by výrazne prispieť zdravotníckym pracovníkom, ktorí sa zaujímajú o praktickú podporu zdravia adolescentov.

LITERATÚRA

- BUCHTOVA, M. – MALINAKOVA, K. – KOSARKOVA, A. – HUSEK, V. – VAN DIJK, J. P. – TAVEL, P. 2020. Religious attendance in a secular country protects adolescents from health-risk behavior only in combination with participation in church activities. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 17, no. 24, art. 9372. DOI: 10.3390/ijerph17249372
- ÇAKSEN, H. v tlači. Religious coping or spiritual coping: which one is correct? *Psychiatria Danubina*.
- KRŠIAK M. 2008. Spirituální jevy vyskytující se u každého člověka a zdraví. *Časopis lékařů českých*, roč. 147, č. 3, s. 148-154.
- MALINAKOVA, K. – KOPCAKOVA, J. – MADARASOVA GECKOVA, A. et al. 2019. “I am spiritual, but not religious”: Does one without the other protect against adolescent health-risk behaviour? *International Journal of Public Health*, vol. 64, no. 1, p. 115-124. DOI: 10.1007/s00038-018-1116-4
- Mental health* [online]. n. d. WHO: The global health observatory [cit. 31.5.2024]. Dostupné na: <https://www.who.int/data/gho/data/themes/theme-details/GHO/mental-health>
- MOREIRA-ALMEIDA, A. – NETO, F. L. – KOENIG, H. G. 2006. Religiousness and mental health: a review. *Brazil Journal of Psychiatry*, vol. 28, no. 3, p. 242-250. DOI:10.1590/S1516-44462006005000006
- PAPANIKOLOPOULOS, P. N – KAPRINIS, S. G. 2022. Threskeutikóteta kai psychikó yegeia efébov kai nearón enelíkon: mia anaskópisi psichiatriki, vol. 33, no. 2, s. 157-165. DOI: 10.22365/jpsych.2021.036
- PEC, O. 2019. Mental health reforms in the Czech Republic. *BJPsych International*, vol. 16, no. 1, p. 4-6. DOI: 10.1192/bji.2017.27
- Religion in the Czech Republic* [online]. 2024. Wikipedia. [cit. 31.5. 2024]. Dostupné na: https://en.wikipedia.org/wiki/Religion_in_the_Czech_Republic
- TOTH, M. A. n. d. Various definitions of religion [online]. Portland State University [cit. 31.5.2024]. Dostupné na: <https://web.pdx.edu/~tothm/religion/Definitions.htm>
- ZIDKOVA, R. – GLOGAR, P. – POLACKOVA SOLCOVA, I. – VAN DIJK, J. P. – KALMAN, M. – TAVEL, P. – MALINAKOVA, P. 2020. Spirituality, religious attendance and health complaints in Czech adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 17, art. 2339. DOI: 10.3390/ijerph17072339

Súhrn: Náboženstvo, religiozita a spiritualita predstavujú veľmi dôležitý aspekt života vo väčšine existujúcich kultúr po celom svete. Náboženstvo je viera vo večne živého Boha, ktorý vládne vesmíru a udržiava morálne vzťahy s ľudstvom. Religiozita (resp. nábožnosť) je definovaná ako individuálne presvedčenie, oddanosť a úcta k Bohu a usilovné plnenie náboženských príkazov. Spiritualita je stav, ktorý človek pociťuje, keď koná v súlade s transcendentnými princípmi, resp. božími prikázaniami. Duševné zdravie je stav pohody, v ktorom si jednotlivец uvedomuje svoje schopnosti, dokáže sa vyrovnat' s bežnými životnými stresmi, dokáže produktívne pracovať a môže byť prínosom pre svoju komunitu. Autor diskutuje o účinkoch religiozity/spirituality na duševné zdravie českých adolescentov v snahe upútať pozornosť na dôležitosť religiozity/spirituality.

Kľúčové slová: religiozita, spiritualita, duševné zdravie, adolescenti

Prof. Hüseyin Çaksen, MD, PhD pôsobí na Oddelení pediatickej neurológie a Oddelení genetickej a vývinovo-behaviorálnej pediatrie Lekárskej fakulty Univerzity Necmettina Erbakana v meste Konya v centrálnom Turecku. Venuje sa predovšetkým prežívaniu choroby a jej následkov z pohľadu islamu. Viaceré jeho články uverejnené v internetových časopisoch vydavateľstva Thieme boli stiahnuté pre chýbajúci vedecký základ, alebo pre podozrenie zo stretu záujmov a nekalé praktiky pri posudzovaní rukopisov. Tohto článku sa stret záujmov netýka. Prináša stručnú informáciu o religiozite a duševnom zdraví v ČR očami islamského akademika.