

Rola religii i duchowości w radzeniu sobie z chorobą nowotworową

„Opieka duszpasterska i wsparcie duchowe u pacjentów ze szpiczakiem”

Duchowość

1. Duchowość = religijność
2. Duchowość *versus* religijność

Duchowość:

- a. Postawy religijne
- b. Wrażliwość etyczna
- c. Harmonia

Duchowość

Postawy religijne: przekonania religijne dotyczące wiary w Boga i relacji do Niego.

Wrażliwość etyczna: zainteresowanie losem innych ludzi i zachowań etycznych

Harmonia: poszukiwanie zgodności ze światem i wewnętrznej spójności (Heszen-Niejodek & Gruszczyńska, 2004).

Duchowość a zdrowie somatyczne i umiejętność radzenia sobie ze stresem

- Stres jest czynnikiem ryzyka wpływającym na powstanie choroby w przypadku osób zdrowych oraz pogorszenie zdrowia u osób chorych
- Style i strategie radzenia sobie ze stresem

Styl radzenia

- Odnosi się do specyficznych dyspozycji determinujących zachowanie się w warunkach stresowych

Rodzaje SR

- Styl skoncentrowany na zadaniu
- Styl skoncentrowany na emocjach
- Styl skoncentrowany na unikaniu
- Angażowanie się w czynności zastępcze
- Poszukiwanie kontaktów towarzyskich

(Kwestionariusz Radzenia Sobie w Sytuacjach Stresowych; por. Strelau i in., 2005)

Strategie radzenia sobie

- Strategia oznacza konkretny sposób, w jaki jednostka radzi sobie ze stresem
 1. Bezradność-beznadziejność
 2. Zaabsorbowanie lękowe
 3. Duch walki
 4. Pozytywne przewartościowanie(Skala Przystosowania Psychicznego do Choroby Nowotworowej [Mini-Mac], por. Juszczyński, 2001).

Badania Dariusza Kroka

- Studia Psychologiczne, t. 47 (2009), z. 2, s. 95-104
- Cel badania: określenie związków zachodzących pomiędzy duchowością a radzeniem sobie ze stresem u osób chorych na nowotwór

Główne wyniki

- Postawa religijna pozytywnie koreluje ze stylem skoncentrowanym na unikaniu

Wniosek: osoby będące w sytuacji stresowej wraz ze wzrostem postawy religijnej wykazują silniejszą tendencję do unikania myślenia i doświadczania trudnych wydarzeń.

Wrażliwość etyczna a postawy

WE jest pozytywnie skorelowana ze stylem skoncentrowanym na zadaniu oraz poszukiwaniem kontaktów towarzyskich

Harmonia a postawy

- Pozytywna korelacja z trzema stylami
- 1. Skoncentrowanym na zadaniu
- 2. Skoncentrowanym na unikaniu
- 3. Poszukiwaniem kontaktów towarzyskich

Wnioski na poziomie ogólnym

- Wraz ze wzrostem poziomu duchowości osoby doświadczające stresu będą dążyły do redukcji napięcia przez rozwiązywanie problemów. Gdy sytuacja okaże się zbyt wymagająca w stosunku do ich możliwości, zaczną oni unikać myślenia o problemach i zamiast tego będą poszukiwać kontaktów interpersonalnych.

Duchowość a strategie

- Pozytywne korelacje:
 - a. Postawa religijna z pozytywnym przewartościowaniem
 - b. Wrażliwość etyczna z duchem walki i pp

Wnioski ogólne

- Uwzględniając kierunek zależności: wzrost poziomu duchowości będzie związany z obniżeniem się zachowań lękowych i myślenia pesymistycznego. Równocześnie nastąpi wzrost aktywnego podejścia do własnej choroby i wykonywania działań ukierunkowanych na pokonanie choroby przy jednoczesnym dążeniu do zmiany znaczenia przypisywanego chorobie.

Cd.

- Tak więc duchowość wiąże się zarówno ze stylami, jak i strategiami radzenia sobie w chorobie nowotworowej, ale związki te posiadają zróżnicowany charakter.
- Wyniki badań Kroka wskazują na niewielkie znaczenie wymiaru duchowości w wyjaśnianiu stylów radzenia sobie ze stresem.

Cd.

- Duchowość wyjaśnia zmienność wyników w zakresie strategii radzenia sobie głównie na poziomie pozytywnego przewartościowania.
- Biorąc pod uwagę procent wyjaśnionej wariacji, duchowość w większym stopniu wyjaśnia stosowanie strategii aktywnych niż biernych (czyli pp i duch walki) głównie przez oddziaływanie harmonii i postawy religijnej.

Wniosek szczegółowy

- U osób chorujących na nowotwór duchowość silniej wpływa na konkretne sposoby radzenia sobie ze stresem (strategie), niż specyficzne dyspozycje determinujące zachowanie się w warunkach stresowych (styl).

Modlitwa a strategia radzenia sobie z nowotworem

- Badania Mackiewicz i Tyszkiewicz

Pozytywna korelacja:

- Potrzeba bycia wysłuchanym i zrozumianym
- Możliwość rozładowania napięcia np. poprzez płacz w trakcie modlitwy
- Brak poczucia winy i wstydu – „choroba w planach Boga”

Atrybuty Boga

- Sprawiedliwy
- Miłosierny
- Opiekuńczy

Uwaga: Bóg widziany jako miłosierny i sprawiedliwy, dostarcza zewnętrznych ram kontroli, która jest bardziej łagodna niż los.

„Nieskuteczna” modlitwa

- Mechanizmy obronne: rozczepienie sfery wiary i emocjonalności
- Nierealistyczny obraz siebie w chorobie – odcinanie się od doznań płynących z ciała
- Tłumienie smutku: „nie można się załamywać”
- Zaprzeczanie chorobie