РЕЛІГІЄЗНАВСТВО

УДК 2.16:28
DOI https://doi.org/10.31392/cult.alm.2025.1.1

Благий Володимир Михайлович,
аспірант кафедри філософії та культурології
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича
orcid.org/0009-0004-8371-5112
blahyi.volodymyr@chnu.edu.ua

РЕЛІГІЙНА ВІРА ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ФОРМУВАННЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ЛЮДИНИ В УМОВАХ АГРЕСІЇ

У статті досліджено взаємозв'язок між релігійною вірою та психоемоційним станом людини, зокрема в умовах підвищеної напруги та агресії. Виявлено, яким чином релігійні переконання та практики впливають на сприйняття людиною стресових ситуацій, формування її емоційних реакцій і поведінки в умовах конфліктів. Результати дослідження становлять новий підхід у розумінні взаємодії між релігією та психікою людини, а також розширюють знання про механізми, за допомогою яких релігія впливає на наше сприйняття світу і себе в ньому. Отримані дані можуть бути використані для розробки програм психологічної допомоги, спрямованих на використання релігійних ресурсів для подолання стресу й підвищення психологічної стійкості. На основі емпіричних досліджень і теоретичних розробок виявлено різноманітні механізми, за допомогою яких релігія впливає на сприйняття конфлікту, мотивацію до насильства та пошук сенсу в стражданнях. Розглядаються питання психологічної підтримки, духовного супроводу та міжрелігійного діалогу в контексті подолання конфліктів. Стаття досліджує, як релігійна віра може слугувати як ресурсом, так і бар'єром у процесі подолання наслідків агресії. На основі аналізу наукової літератури пропонуються практичні рекомендації для релігійних лідерів і психологів, спрямовані на ефективне використання релігійних ресурсів у процесі психосоціальної реабілітації постраждалих від конфліктів.

Стаття набуває актуальності в сучасному світі, коли зростають збройні конфлікти, тероризм та інші форми насильства. Посттравматичний синдром, депресії, стани відчаю – усе це притаманне людям в умовах стресу. Саме віра допомагає подолати ці труднощі та формує стимул до життя, а церква залишається однією з провідних установ за рівнем довіри в суспільстві.

Ключові слова: релігійна віра, психоемоційний стан, стрес, агресія, психологічна стійкість.

Blahyi Volodymyr,
Postgraduate Student at the Department of Philosophy
and Cultural Studies
Yurii Fedkovych Chernivtsi National University
orcid.org/0009-0004-8371-5112
blahyi.volodymyr@chnu.edu.ua

RELIGIOUS FAITH AND ITS INFLUENCE ON THE FORMATION OF A PERSON'S PSYCHO-EMOTIONAL STATE IN CONDITIONS OF AGGRESSION

The article examines the relationship between religious faith and a person's psycho-emotional state, in particular in conditions of increased tension and aggression. It reveals how religious beliefs and practices influence a person's perception of stressful situations, the formation of his emotional reactions and behavior in conflict situations. The results of the study constitute a new approach to understanding the interaction between religion and the human psyche, and also expand knowledge about the mechanisms by which religion influences our perception of the world and ourselves in it. The data obtained can be used to develop psychological assistance programs aimed at using religious resources to overcome stress and increase psychological resilience. Based on empirical research and theoretical developments,

various mechanisms have been identified by which religion influences the perception of conflict, motivation for violence, and the search for meaning in suffering. The issues of psychological support, spiritual guidance, and interreligious dialogue in the context of overcoming conflicts are considered. The article explores how religious faith can serve as both a resource and a barrier in the process of overcoming the consequences of aggression. Based on an analysis of the scientific literature, practical recommendations are offered for religious leaders and psychologists aimed at the effective use of religious resources in the process of psychosocial rehabilitation of conflict victims.

The article is relevant in the modern world, when armed conflicts, terrorism and other forms of violence are growing. Post-traumatic stress disorder, depression, states of despair are all inherent in people under stress. It is faith that helps to overcome these difficulties and forms an incentive for life, and the church remains one of the leading institutions in terms of trust in society.

Key words: religious faith, psycho-emotional state, stress, aggression, psychological resilience.

Вступ. Релігія, як невід'ємна частина життя багатьох людей, відіграє значну роль у формуванні світогляду, цінностей і поведінки. Особливо гостро питання про вплив віри постає в умовах агресії, коли люди стикаються з небезпекою, страхом і невизначеністю. Саме релігійна віра впливає на психоемоційний стан людини в умовах агресії та має певні механізми цього впливу.

Зокрема, релігія постає як джерело підтримки, адже надає людям глибокий сенс життя, відповідаючи на питання про призначення людини, про добро і зло, про смерть і вічність. У складних ситуаціях віра допомагає знайти внутрішню опору й мотивацію до життя.

Релігійні громади – це певне суспільство, спільність яка забезпечує людям почуття приналежності, підтримки та розуміння. Спілкування з віруючими однодумцями допомагає подолати відчуття самотності та ізоляції (Іванчіч, 2018, с. 23).

Релігія постає як певна надія, адже віра в Бога або вищу силу дає людям надію на краще майбутнє, на захист і допомогу у важкі часи. Надія є потужним психологічним ресурсом, який допомагає справлятися зі стресом і тривогою.

Релігійні вчення закликають до прощення, милосердя та любові до ближнього. Ці цінності допомагають людям подолати ненависть, гнів і бажання помсти, що особливо важливо в умовах агресії.

Релігійна віра є однією з фундаментальних аспектів людського буття, а також допомагає людині знайти вихід із травматичних ситуацій.

Тому ми ставимо перед собою завдання:

– зібрати та проаналізувати вже наявні дослідження із цієї теми, виявити прогалини та суперечності в наукових поглядах;

– сформулювати чіткі визначення ключових понять (релігійна віра, агресія, психоемоційний стан тощо) для забезпечення однозначного розуміння досліджуваної проблеми;

– створити теоретичну модель, яка б пояснювала механізми впливу релігійної віри на психоемоційний стан людини в умовах агресії.

Новизна цього дослідження полягає в тому, що воно надає свіжий погляд на складні взаємозв'язки між релігією, психологією та соціальними конфліктами. Існують численні дослідження, які розглядають окремі аспекти цієї теми, однак комплексне вивчення впливу релігійної віри на психоемоційний стан людини в умовах агресії залишається недостатньо дослідженим.

Питаннями релігійної віри та її впливу на психоемоційний стан людей займалося чимало дослідників. Віктор Франкл, австрійський психіатр, один з основоположників логотерапії, у своїх роботах, зокрема у книзі «Людина в пошуках сенсу», аналізував, як люди знаходять сенс життя навіть у найскладніших умовах, таких як концтабори. Він підкреслював важливу роль духовних цінностей у подоланні страждань. Еріх Фромм, німецький соціолог і психоаналітик, досліджував релігію як соціальний феномен і її вплив на особистість. Він виділяв авторитарну та гуманістичну релігійність, підкреслюючи, що перша може сприяти агресії, а друга – миру і співпраці. Ролло Мей, американський екзистенціалістський психолог, досліджував роль віри в подоланні відчуття безглуздості життя. Він вважав, що віра може надати людині відчуття зв'язку із чимось більшим за себе і допомогти їй знайти сенс у стражданнях. Карл Юнг, швейцарський психіатр, засновник аналітичної психології, досліджував архетипи, колективне несвідоме і роль релігії в психіці людини. Він вважав, що релігійні символи і міфи відіграють важливу роль у формуванні особистості.

Сьогодні існує багато сучасних дослідників: Лобовик, Парсонс, Колодний, Филипович, Балух, Докаш, які продовжують вивчати вплив релігії на соціум, її природу та психологію. Вони використовують різноманітні методи дослідження, включно з опитуванням, експериментами та якісним аналізом. Їхні роботи зосереджені на ролі релігії в подоланні стресу, пошуку сенсу життя та формуванні особистості.

Особливістю релігії є те, що в ній відображаються зовнішні прояви людини, а саме стан самовизначення у світі, стан здобуття людиною самої себе. (Колодний, 2005, с. 36). Унаслідок здатності переживати можливе як дійсне, релігійна віра ґрунтується не на раціональному, а на чуттєво-емоційному аспекті свідомості, що не принижує її гедоністичної функції, суть якої – давати розраду та обнадіювати (Релігієзнавчий словник, 1996, с. 7).

Віра – це не лише ознака релігійної свідомості, але й інтелектуальна і психологічна особливість людської природи.

Механізми впливу релігійної віри є досить різноманітними. Серед них:

когнітивна переоцінка – релігія пропонує людині нові способи тлумачення подій, що відбуваються. Віруючі можуть інтерпретувати страждання як випробування, які зміцнюють їх віру, або як можливість духовного зростання;

емоційна регуляція – релігійні практики, як-от молитва, медитація та співи, допомагають людям регулювати свої емоції, зменшувати тривогу і підвищувати рівень позитивних емоцій;

соціальна підтримка – релігійні громади надають людям соціальну підтримку, яка є важливим фактором у подоланні стресу і травматичних переживань;

відчуття контролю – віра в Бога або вищу силу допомагає людям відчувати себе більш захищеними і контролювати ситуацію, навіть якщо вона здається безнадійною.

Вплив релігії на психоемоційний стан може відрізнятися залежно від індивідуальних особливостей людини, її релігійної приналежності, глибини віри та інших факторів. Наприклад, деякі люди можуть відчувати посилення тривоги і страху в умовах агресії, навіть якщо вони є віруючими.

Релігія, як багатогранне соціокультурне явище, протягом століть відігравала значну роль у житті людини, формуючи її світогляд, цінності та поведінку. Особливо гостро питання про вплив віри постає в екстремальних ситуаціях, як-от збройні конфлікти, терористичні акти та інші прояви агресії. У цих умовах релігія може виступати як потужний ресурс, що допомагає людям зберегти психічне здоров'я та адаптуватися до нових реалій або, навпаки, посилювати соціальну напруженість і конфліктність (Паращевин, 2022, с. 157).

Релігія постає як ресурс у подоланні наслідків агресії, зокрема, релігійні вчення закликають до прощення, милосердя та любові до ближнього. Ці цінності допомагають людям подолати ненависть, гнів і бажання помсти, що особливо важливо в умовах агресії. Релігія є також фактором, що посилює конфліктність, сюди належить:

Фанатизм – екстремістські інтерпретації релігійних текстів можуть призводити до виникнення радикальних ідей і насильницьких дій.

Ідеологізація конфлікту – релігія може використовуватися як інструмент для мобілізації прихильників і легітимізації насильства.

Дискримінація – релігійні догми можуть бути використані для дискримінації інших релігійних груп або людей, що не поділяють релігійні переконання.

Вивчення взаємозв'язку між релігією та психологією – це багатогранна галузь дослідження. Багато вчених із різних країн світу присвятили свої роботи аналізу того, як релігійні вірування впливають на психічний стан людини, особливо в екстремальних ситуаціях.

Релігійна віра може відігравати важливу роль у формуванні психоемоційного стану людини в умовах агресії. Вона надає людям сенс життя, соціальну підтримку, надію і допомагає справлятися зі стресом. Однак вплив віри є індивідуальним і залежить від багатьох факторів.

У світі, де агресія та конфлікти стають перешкодою на шляху до співіснування, промова релігійного лідера має величезний вплив, а релігійна віра позитивно впливає на емоційну витривалість і відновлення душевних сил, а також надає здатність мобілізувати людські та матеріальні ресурси для надання соціально-психологічної допомоги. В умовах агресії, війни це приносить духовну розраду, сприяючи психологічному здоров'ю. Актуальним постає духовне капеланство, створення реабілітаційних центрів та першої духовної допомоги, щоб

стабілізувати самопочуття людини в кризовому стані, убезпечити її від подальшого можливого погіршення складного стану та деструктивних дій. Додаткова мета – допомогти людині опанувати її ресурси, у т. ч. духовні, а також ресурси релігійної спільноти (П'яста, 2020, с. 144).

Однією зі складових духовно-психологічного зцілення особистості є формування самоцінності, передумовами до якої є справедливе ставлення, шанобліва увага, визнання цінності особистості, підтвердження власної гідності, що дає змогу наблизитися до власної сутності, досягнути більшої автентичності. Коли бракує справедливості, уваги, визнання, цінності людини з боку оточення, поступово втрачається і самоцінність, що посилює відчуження від роботи, суспільства, інших людей, від самого себе (Пивоваров, 2014, с. 45).

В умовах війни, агресії дуже важливою є робота з психологічними травмами військовослужбовців, ветеранів війни, осіб, які втратили рідних, вимушених переселенців, адже сама присутність священика, символу близькості до Бога, у війську надає солдатам підтримку. Завдання пастиря – гуртувати дух воїна, тому що людина складається не тільки з тіла, усередині є те, що рухає цим тілом. Віра в Бога, вищі сили або універсальні принципи часто стає для людини джерелом сили, надії та втіхи.

Однак варто зазначити, що вплив релігії на психологічний стан людини є індивідуальним і залежить від багатьох факторів:

– типу релігії, адже різні релігії пропонують різні способи подолання страждань і труднощів;

– рівня релігійності, тобто чим глибша релігійна віра людини, тим більший її вплив на психологічний стан.

– особистісних характеристик, оскільки особистісні особливості людини, як-от темперамент, характер і життєвий досвід, також впливають на те, як вона сприймає релігійні вчення і практики.

Соціальний контекст, у якому людина живе, може як посилювати, так і послаблювати позитивний вплив релігії.

Релігійна віра може бути потужним ресурсом для людей, які стикаються з агресією і насильством. Вона надає сенс життю, забезпечує соціальну підтримку, допомагає подолати стрес і формує систему моральних цінностей. Однак важливо розуміти, що вплив релігії є індивідуальним і залежить від багатьох факторів.

Список використаних джерел:

Балух, В. (2003). Релігійні процеси як чинник формування духовності народу. *Науковий вісник ЧНУ. Збірник наукових праць*. Філософія. Чернівці. Вип. 163–164. С. 11–12.

Іванчіч, Т. (2018). Агіотерапія посттравматичного стресового розладу. Львів: Колесо. 233 с.

Колодний, А. (2005). Україна в її релігійних виявах. Монографія. Львів. 336 с.

Паращевин, М. (2022). Релігійні організації як агенти соціальних змін в Україні: монографія. За ред. Злобіної. Київ: Інститут соціології НАНУ. С. 156–204.

Пивоваров, Н. (2014). Проблема інтерпретації та операціоналізації термінів «релігія», «віра», «релігійність»: огляд наукових підходів. *Український соціум*. № 1. С. 44–55.

П'яста, Р. (2020). Групи взаємодопомоги. Середина темної ночі є початком нового дня. Душпастирство у кризових ситуаціях. Посібник для священників. Львів: Колесо. С. 140–155.

Релігієзнавчий словник (1996). За ред. А. Колодного і Б. Лобовика. Київ: Четверта хвиля, 1996. 392 с.

References:

Balukh, V. (2003). Relihiini protsesy yak chynnyk formuvannia dukhovnosti narodu [Religious processes as a factor in the formation of the spirituality of the people]. *Naukovyi visnyk CHNU. Zbirnyk naukovykh prats. Filosofiia*. Chernivtsi. Issue 163–164. P. 11–12 [in Ukrainian].

Ivanchich, T. (2018). Ahioterapiia posttravmatychnoho stresovoho rozladu [Psychotherapy for post-traumatic stress disorder]. Lviv: Koleso. 233 p. [in Ukrainian].

Kolodnyi, A. (2005). Ukraina v yii relihiinykh vyiavakh [Ukraine in its religious manifestations]. Monohrafiia. Lviv. 336 p. [in Ukrainian].

Parashchevyn, M. (2022). Relihiini orhanizatsiiiak ahenty sotsialnykh zmin v Ukraini [Religious organizations as agents of social change in Ukraine]: monohrafiia. Za red. Zlobinoi. Kyiv: Instytut sotsiolohii NANU. P. 156–204 [in Ukrainian].

Pyvovarov, N. (2014). Problema interpretatsii ta operatsionalizatsii terminiv “relihiia”, “vira”, “relihiinist”: ohliad naukovykh pidkhodiv [The problem of interpretation and operationalization of the terms “religion”, “faith”, “religiosity”: a review of scientific approaches]. *Ukrainskyi sotsium*. № 1. P. 44–55 [in Ukrainian].

Piasta, R. (2020). Hrupy vzaiemodopomohy. Seredyna temnoi nochi ye pochatkom novoho dnia. Dushpastyrstvo u kryzovykh sytuatsiiakh. Posibnyk dlia sviashchennykiv [Self-help groups. The middle of the dark night is the beginning of a new day. Pastoral care in crisis situations]. Lviv: Koleso. P. 140–155 [in Ukrainian].

Relihiieznavchyi slovnyk [Religious Studies Dictionary] (1996). Za red. A. Kolodnoho i B. Lobovyka. Kuiv: Chetverta khvylia, 1996. 392 p. [in Ukrainian].