

DVASINGUMO VERTINIMAS: HUMANISTINIO DVASINGUMO APRAŠO KŪRIMAS IR VALIDAVIMAS

Simona Kontrimienė

Vilniaus universitetas

Anotacija

Dvasingumas yra esminė žmogaus vara su daugybe ypatingą mąstymą lemiančių išraiškos formų, leidžiančių pasiekti aukštą sąmoningumo ir informacijos integravimo lygmenį. Straipsnyje pristatomas Humanistinio dvasingumo modelis ir jo pagrindu sukurtas dvasingumo matas – Humanistinio dvasingumo aprašas. Skiriami trys modelio komponentai: savęs aktualizavimas, transcendavimas ir gyvenimo prasmės (iš)gryninimas, jų apraiškos, apraiškas apibrėžiantys rodikliai ir jų raiškos empiriniai požymiai. Humanistinio dvasingumo aprašas, susidedantis iš trijų modelio komponentus atitinkančių skalių, validuotas tyrimu ($N = 331$), kuriuo atskleista, kad instrumentas pasižymi tinkamomis psichometrinėmis savybėmis – turinio ir konstrukto validumu bei teiginių vidinio suderintumo ir pakartotinio testavimo patikimumu, todėl gali būti naudojamas moksliniuose tyrimuose kaip tinkamas dvasingumo vertinimo matas.

PAGRINDINIAI ŽODŽIAI: dvasingumas, Humanistinio dvasingumo modelis, Humanistinio dvasingumo aprašas, savęs aktualizavimas, transcendavimas, gyvenimo prasmė.

Abstract

Spirituality is a basic human drive with diverse forms of expression that make for unique patterns of thinking consonant with an advanced level of cognition and integration of information. The paper features the Humanistic Spirituality Model, which captures the essential dimensions of humanistic spirituality through three components: self-actualisation, transcendence and ultimate meaning in life. The Humanistic Spirituality Inventory (HSI), a measure of spirituality developed on the basis of the Humanistic Spirituality Model, contains three scales corresponding to the three model components. According to the results of the HSI validation study ($N = 331$), the instrument has good psychometric properties, i.e. adequate content and construct validity as well as satisfactory internal consistency and test-retest reliabilities, which makes it a proper spirituality research measure.

KEY WORDS: spirituality, Humanistic Spirituality Model, Humanistic Spirituality Inventory, self-actualisation, transcendence, meaning in life.

DOI: <http://dx.doi.org/10.15181/tbb.v79i3.1889>

Įvadas

Dvasingumas – tai sąvoka, kurios prasmę kiekvienas mūsų tariamės žinantys, kol nereikia jos tiksliai apibrėžti. Galima neabejoti tik tuo, kad dvasingumas yra aukštų žmogaus aspiracijų realizavimo sąlyga ir esminė žmogaus vara su daugybe ypatingą mąstymą lemiančių išraiškos formų (Miller, Nakagawa, 2002; Sinetar, 2000).

Užsienio šalyse pastaraisiais dešimtmečiais dvasingumo klausimas vis dažniau gražinamas į rimtą akademinį diskursą, gerokai išaugo empirinių dvasingumo tyrimų skaičius (Moberg, 2002; Kapuscinski, Masters, 2010).

Lietuvoje dvasingumą daugiausia tiria ugdymo mokslų atstovai (Jovaiša, 1998; Bitinas, 2004; Aramavičiūtė, 2005; 2010; Martišauskienė, 2004; 2008). Dvasingumo samprata čia neatsiejama nuo aksiologijos, nes siekiant dvasinės brandos, kyla užduotis atrasti veiksmingų būdų internalizuoti aukščiausias dvasines vertybes, kurios padėtų žmogui orientuotis savyje ir pasaulyje, užsiimti refleksija (retrospekcija, introspekcija, anticipacija) ir saviuokla, ugdyti savimoneę.

Tačiau net ir pripažįstant, kad dvasingumo pamatas yra asmens dvasinių vertybių sistema, ne mažiau svarbu įsigilinti į tai, kokie asmenybės savumai lemia dvasingumą, kitaip, kokie yra sudėtiniai dvasingumo komponentai. Mūsų atlikta dvasingumo reiškinio analizė turinio komponentų aspektu atskleidė, kad universalios šio reiškinio definicijos nėra ir turbūt negali būti, nes dvasingumą tyrinėjantys autoriai jo sampratomis suteikia skirtingas prasmes. Užsienio literatūroje į dvasingumo sampratą galima žiūrėti kaip į esančias skirtingose kontinuumo pozicijose: vienoje pusėje išsidėsčiusios tos, kurios pagrįstos religiniais ir teistiniais idealais (žr. Thatcher, 1996), kitoje – sekuliarios humanistinės, egzistencialistinės sampratos (žr. Hay, Nye, 2006; Elkins, 2015), jų pagrindu dažnai kuriami dvasingumo modeliai ir matai. Šiame straipsnyje pateikiama šiuolaikinių dvasingumo modelių apžvalga ir mūsų siūlomas svarbiausius bendrus dvasingumo vardiklius apimantis Humanistinio dvasingumo modelis, kurio pagrindu sudarytas ir straipsnyje pristatomu tyrimu validuotas humanistinio dvasingumo matas – Humanistinio dvasingumo aprašas.

Humanistinės psichologijos atstovų K. J. Schneider'io, J. F. T. Bugental'io ir J. F. Pierson'o teigimu, humanistinė prieiga „išlieka psichinę ir dvasinę pilnatvę, visuminę pasaulėžiūrą, mąstymo gelmę suteikiančia jėga“ (Schneider, Bugental, Pierson, 2015, p. xvi). J. Vasconcell'os (2015) žodžiais, naujausia žmonijos revoliucija numato tai, kas svarbiausia, – savęs aktualizavimą, ir kaip tik humanistinis požiūris į žmogaus savastį turėtų tapti universalia mūsų laikų ir gyvenimo vizija.

Tyrimo tikslas – validuoti siūlomo Humanistinio dvasingumo modelio pagrindus sukurtą dvasingumo matą, Humanistinio dvasingumo aprašą.

Siekiant užsibrėžto tikslo, sprendžiami šie uždaviniai:

1. Apžvelgti šiuolaikinius dvasingumo modelius turinio komponentų aspektu.
2. Atliktos dvasingumo komponentų analizės aprėptyje sukurti teorinį-empirinį dvasingumo raiškos modelį.
3. Dvasingumo modelio pagrindu sudaryti dvasingumo tyrimo instrumentą – dvasingumo aprašą.
4. Atlikti dvasingumo aprašo validavimo – turinio ir konstruktyvumo, teiginių vidinio suderintumo ir pakartotinio testavimo patikimumo – tyrimą.

Metodologinė tyrimo prieiga grindžiama postpozityvizmo ir humanistinės psichologijos paradigmomis.

Tyrimo metodai: sisteminė mokslinės literatūros analizė, sintezė, interpretavimas ir vertinimas; kiekybinės apklausos ir statistinė duomenų analizė.

1. Šiuolaikiniai dvasingumo modeliai

Šiandien mokslinėje literatūroje pateikiama daug dvasingumo modelių, matų ir su dvasingumu siejamų konstrukčių (žr. Kapuscinski, Masters, 2010; MacDonald, Friedman, Kuentzel, 1999), išpūdinga yra šių modelių, taip pat ir dvasingumo konceptualizacijų, įvairovė. Kai kuriuose jų dvasingumas apibrėžiamas kaip vienmatis (pvz., Kass ir kt., 1991; Corrington, 1989), kituose – kaip daugiamatis konstruktas (pvz., PSO, 1998; Howden, 1992; MacDonald, 2009). Daugiamatčiuose modeliuose (kurie, beje, tapo populiariesni paskutinį praėjusio amžiaus dešimtmetį) išskiriamų komponentų skaičius varijuoja nuo dviejų (pvz., Ellison, 1983) iki net aštuoniolikos (Pasaulio sveikatos organizacijos (1998) modelis). Klaidina tai, kad siūlomų komponentų ir juos sudarančių subkomponentų apibrėžtys paskiruose modeliuose sutampa tik iš dalies ir tai paaiškina, kodėl iki šiol nesukurtas bendras dvasingumo modelis ir tyrėjams tenka (pasitelkus savąją logiką) vadovautis kuriuo nors iš jau sukurtų modelių arba kurti naujus. 1-oje lentelėje pristatomi šešių pagrindinių literatūroje aptariamų daugiamatčių dvasingumo modelių komponentai.

Iš pateiktos dvasingumo modelių išsklaidos matyti, kad mokslinėje literatūroje nesilaikoma bendros nuomonės dėl dvasingumo turinio, todėl ir modelių komponentai gerokai skiriasi, be to, čia nėra nė vieno komponento, kuris būtų vienodai įvardytas ir įtrauktas į visus šešis modelius. Tačiau dera pažymėti, kad visus modelius sieja viena bendrybė – tai, kad juose pripažįstama tikėjimo aukštesniąja jėga svarba, nors šis komponentas įvardijamas skirtingai: kaip transcendavimo dimensija (Elkins ir kt., 1988), transcendavimas (Howden, 1992), pilnatvė maldoje (Piedmont, 1999; 2001), aukštesniosios jėgos pripažinimas (Wolman, 2001), religingumas (MacDonald, 2000) arba transcendavimas ir asmeniniai religiniai įsitikinimai (PSO, 1998).

Dar vienas komponentas, įtrauktas į keturis iš šešių modelių, yra gyvenimo prasmė, nors PSO modelyje tai nėra atskiras komponentas, o tik transcendavimo domeno subkomponentas, D. A. MacDonald'o modelyje ji pavadinta kiek kitaip – egzistencine gerove. Kiti modeliuose skiriami dvasingumo komponentai įvardijami skirtingai, nors juose galima išžvelgti asmens susitelkimo, mąstymo gelmės, platumo ir brandumo, nesavanaudiško tiesimosi į kitą žmogų bei kuriamos vidinės ir gyvenimo gerovės motyvus – tai, be ko negali reikštis asmens dvasingumas. Visi šie svarbiausi komponentai įtraukti į mūsų siūlomą humanistinio dvasingumo modelį.

I lentelė. Daugiamatai dvasingumo modeliai

| Dvasinės orientacijos aprašas | Dvasingumo vertinimo skalė | Dvasinio transcendavimo skalė | Psichomatricos dvasingumo aprašas | Dvasingumo raiškos aprašas | PSO gyvenimo kokybės, dvasingumo, religingumo ir asmeninių įsitikinimų modulis |
|-------------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|---|---|--|
| Elkins ir kt., 1988 | Howden, 1992 | Piedmont, 2001 | Wolman, 2001 | MacDonald, 2000 | PSO, 1998 |
| I. Transcendavimo dimensija | I. Vienijantis susietumas | I. Susietumo jausmas | I. Aukštesnės jėgos pripažinimas (dieviškumas) | I. Kognityvinė orientacija į dvasingumą | I. Transcendavimas: 1. Ryšys su dvasine esybe ar jėga 2. Gyvenimo prasmė |
| II. Gyvenimo prasmė ir tikslas | II. Gyvenimo tikslas ir prasmė | II. Universalizmas | II. Dvasinės veiklos (sutelktis) | II. Patyriminė / fenomenologinė dimensija | 3. Baiminga pagarba 4. Visumiškumas / integruotumas |
| III. Gyvenimo misija | III. Vidujybė | III. Pilnatvė maldoje | III. Intelektualumas | III. Paranormalūs įsitikinimai | 5. Dievo meilė 6. Vidinė ramybė / romybė / harmonija |
| IV. Gyvenimo šventumas | IV. Transcendavimas | IV. Paradoksų toleravimas | IV. Bendruomeniškumas, tarpasmeniniai santykiai | IV. Egzistencinė gerovė | 7. Vidinė stiprybė 8. Mirtis ir mirimas |
| V. Materialios vs dvasinės vertybės | | V. Neteisimas | V. Ekstrasensorinis suvokimas, metakognicijos | V. Religingumas | 9. Atsispyrimas / prisirišimas 10. Viltis / optimizmas 11. Gyvenimo kontroliavimas |
| VI. Altruizmas | | VI. Egzistencialumas | VI. Vaikystės dvasingumo patirtis | | II. Asmeniniai santykiai: 1. Gerumas kitiems / nesavanaudiškumas 2. Kitų priėmimas 3. Atlaidumas |
| VII. Idealizmas | | VII. Dėkingumas | VII. Traumų patirtis | | III. Principai, kuriais vadovaujamosi |
| VIII. Tragizmo įsisąmoninimas | | | | | IV. Asmeniniai religiniai įsitikinimai |
| IX. Dvasingumo vaisiai | | | | | |

2. Teorinis-empirinis humanistinio dvasingumo modelis

Mūsų plėtojama sakralaus humanistinio dvasingumo prieiga numato žmogaus, žinių ir žinojimo tobulėjimą, žmogaus savęs aktualizavimo ir transcendavimo įgailintą virsmą bei gyvenimą vadovaujantis gilia tikėjimo ir vidinės darnos įkvėpta gyvenimo prasmės samprata. Prieigos pamatas – humanistinės filosofijos (Humanist Manifestos I, II, III, 2003) ir humanistinės psichologijos (Maslow, 2009 [1954], 1999 [1961], 1993 [1971]; Rogers, 2005 [1961]; Elkins ir kt., 1988; Elkins, 1998, 2015) postulatai bei principai, kurių pagrindu buvo sukurtas mūsų siūlomas teorinis-empirinis humanistinio dvasingumo raiškos modelis (Kontrimienė, 2018). Jį sudaro trys komponentai: savęs aktualizavimas, transcendavimas ir gyvenimo prasmės (iš)gryninimas. Toliau pateikiame šių komponentų išsklaidą, o 2-oje lentelėje pristatomos šių komponentų apraiškos, jas išskleidžiantys rodikliai ir jų raiškos empiriniai požymiai.

2.1. Pirmasis Humanistinio dvasingumo modelio komponentas: savęs aktualizavimas

Savęs aktualizavimo terminas vartojamas įvairiose psichologijos teorijose, nors šio reiškinio sampratos dažnai šiek tiek skiriasi. Šį terminą sukūrė vokiečių neurologas ir psichiatras K. Goldstein'as, jį apibrėžęs kaip asmens motyvaciją realizuoti savo potencialą. K. Goldstein'o (1995 [1934]) teigimu, savęs aktualizavimas yra aukščiausias ir vienintelis tikras organizmo motyvas, tendencija aktualizuoti, kiek tai įmanu, individualius organizmo gebėjimus; tai pagrindinė vara, kuri lemia organizmo gyvenimo kryptis.

Nemaža dalis to, ką talpina šis apibūdinimas, sutampa su A. Maslow'o išsakytomis mintimis apie savęs aktualizavimą: A. Maslow'as (2009 [1954]) teigė, kad aktualizuoti save reiškia patenkinti poreikį būti geram, jaustis visiškai gyvu ir kartu taikoje su savimi bei atrasti tikrą gyvenimo prasmę. Kitaip nei trūkumo poreikiai, kurie gali būti patenkinti, savęs aktualizavimo poreikis, dar vadinamas Būties arba augimo poreikiu, yra neišsenkantis motyvuotojas, arba elgesio skatulus¹.

Siekdamas atrinkti saviaktualizacijos analizei tinkamus asmenis, A. Maslow'as ištyrė kelis tūkstančius asmenų ir nustatė, kad save aktualizavę tėra vos 1–2 proc. Jo teigimu, tokie žmonės „pasirodė ir nepaprastai *dvasingi*, ir itin pagoniški bei jusliški“ (Maslow, 2009, p. 218). Todėl galima neabejoti tuo, kad dvasingumas ne-

¹ I. Ivtzan'o ir jo kolegų (2013) teigimu, savęs aktualizavimu mėgaujamosi savaime, šis procesas suteikia vidinį atlygį ir jo nesiekama tam, kad palengvėtų, kaip būna siekiant patenkinti žemesnius poreikius.

atskiriamas nuo savęs aktualizavimo, nors pats A. Maslow'as teigė (1991), kad tai nėra aukščiausias žmogaus vystymosi etapas: šis kelias driekiasi dar aukščiau – į transcendavimą, ir tik šios viršūnės aukštumose žmogui iki galo atsiveria bekraščiai teisingo žinojimo bei aukščiausios dvasinės būties, kartu ir gyvenimo prasmės horizontai.

Savęs aktualizavimas A. Maslow'o teorijoje (2009, p. 189–219) apima penkiolika esminių tendencijų, jos yra:

1. Efektyvesnis tikrovės suvokimas ir labiau patenkinami santykiai su ja.
2. Savęs, kitų ir gamtos pripažinimas.
3. Spontaniškumas, paprastumas, natūralumas.
4. Išorinio pasaulio problemoms teikiama svarba.
5. Atsiskyrimas; privatumo poreikis.
6. Autonomija; nepriklausomybė nuo kultūros ir aplinkos; valia; aktyvūs veikėjai.
7. Naujas žvilgsnis į tikrovę.
8. Mistinė patirtis: viršūnių išgyvenimai.
9. [Vok.] *Gemeinschaftsgefühl* (bendrystės jausmas).
10. Tarpasmeniniai santykiai.
11. Demokratinė charakterio struktūra.
12. Tikslų ir priemonių, gėrio ir blogio skyrimas.
13. Filosofiškas, neagresyvus humoro jausmas.
14. Kūrybingumas.
15. Pasipriešinimas kultūros poveikiui; kultūros transcendentiškas.

Apibendrinant save aktualizuojančių asmenų savybes, juos galima apibūdinti šiais būdvardžiais: motyvuotas, įsijautęs, konstruktyviai mąstantis, lakios vaizduotės, negynybiškas, pasitikintis, turtingas ir laisvas vidumi, atsakingas, demokratiškas, tolerantiškas, priimantis, toks, kuriam rūpi, kuklus, integralus, sėkmingas, laimingas. A. Maslow'as (2009) teigė, kad save aktualizuojantys žmonės įveikia dichotomijas, jiems išnyksta poliariškumai, daugelis priešybių susilieja, sudarydamos vienovę. Taigi šimtmečius egzistavusios širdies ir smegenų, proto ir instinkto, pažinimo ir troškimo priešybės sveikiems, kitaip – save aktualizuojantiems žmonėms išnyksta, užuot buvusios antagonistinės, jos virsta sinerginėmis.

Tolesnėje analizėje, remdamiesi savęs aktualizavimo reiškinio sampratą tyrinėjusių autorių (Shostrom, Knapp, 1976; Sumerlin, Bundrick, 1996; Leclerc ir kt., 1999; Ivtzan ir kt., 2013) idėjomis ir mūsų pačių atlikta šio reiškinio analize, išskyrėme keturias pagrindines savęs aktualizavimo apraiškas, kurias apima A. Maslow'o (2009; 1993) aprašytas tendencijas, kitaip – rodiklius ir jų empirinius požymius (žr. 2 lentelę).

2 lentelė. Humanistinio dvasingumo modelio komponentų išsklaida (Kontrimienė, 2018)

| Komponentai | Apraiškos | Rodikliai | Empiriniai požymiai | |
|------------------------------------|--|------------------------------|--|--|
| 1. Savęs aktualizavimas | Atvirumas patirčiai | Tikrovės suvokimo brandumas | <ul style="list-style-type: none"> • Gebėjimas vertinti tai, kas turima • Gebėjimas teisingai vertinti žmones • Nebijojimas to, kas nežinoma • Natūralumas • Tiesumas | |
| | | Spontaniškumas | <ul style="list-style-type: none"> • Vidinis įkvėpimas • Išradingumas | |
| | Savipilda | Viršūnių išgyvenimai | <ul style="list-style-type: none"> • Mistinės transformuojančios patirtys | |
| | | Asmeninis augimas | <ul style="list-style-type: none"> • Savo potencialo atskleidimas • Adekvatus požiūris į asmenines nesėkmes • Gebėjimas pakelti vienatvę • Nepriklausymas nuo kitų nuomonės | |
| | | Atiskyrimas | <ul style="list-style-type: none"> • Artumo su žmonėmis jausmas • Atjauta • Rūpestis kitu žmogumi | |
| 2. Transcendavimas | Tarpasmeniniai santykiai | Bendrystė su kitais | <ul style="list-style-type: none"> • Santykių selektyvumas • Meile pagrįsti santykiai | |
| | | Santykių gilumas | <ul style="list-style-type: none"> • Antgamtinės tikrovės pripažinimas • Antgamtinės tikrovės išgyvenimas • Pastitėjimas aukštesne jėga (Dievu) | |
| | Transcendavimas į antgamtinę tikrovę | Tikėjimas antgamtine tikrove | <ul style="list-style-type: none"> • Gebėjimas pakelti virš savo ribotumų • Gebėjimas peržengti susitelkimą ties savimi | |
| | Pakilimas į Būties egzistencinę plotmę | Savęs transcendavimas | Holistinis požiūris į būtį | <ul style="list-style-type: none"> • Pasaulio tvarkos refleksavimas • Aukščiausių Būties vertybių išgyvenimas |
| | | Aukščiausia gyvenimo prasmė | Gyvenimo įprasminimas | <ul style="list-style-type: none"> • Gyvenimo reikšmingumo pajauta • Brandi gyvenimo prasmės samprata • Aukščiausias gyvenimo tikslas |
| 3. Gyvenimo prasmės (iš)gryninimas | Aukščiausia gyvenimo prasmė | Gyvenimo įprasminimas | <ul style="list-style-type: none"> • Gyvenimo reikšmingumo pajauta • Brandi gyvenimo prasmės samprata • Aukščiausias gyvenimo tikslas | |

2.2. Antrasis Humanistinio dvasingumo modelio komponentas – transcendavimas

Transcendavimas, kaip viena iš dvasingumo dimensijų, gali reikštis asmens religingumu ir kitomis tikėjimo aukštesniąja jėga bei harmoninga gyvenimo tvarka sklaidos formomis. A. Maslow'o teorijoje transcendavimas yra „holistinis kosmoso, kaip vienovės, suvokimas“ (1993, p. 263), kai viena kitą paneigiančių priešybių skirtumai susilieja į darnią visumą, iš Trūkumo plotmės pereinama į Būties plotmę, su meile priimant ir apkabinant savo lemtį tampama „panašiu į Dievą“ (p. 264) – visažiniu, visagaliu ir pakylama virš to, kas viso labo žmogiška. Žmogus tampa metažmogumi, arba Būties žmogumi, – šis gebėjimas galimai slypi jo prigimtyje.

A. Maslow'as (1993) *transcendavimo* sąvoką vartojo kaip dvasingumo ir aksiologijos sinonimą ir teigė, kad transcendavimas yra savęs aktualizavimo tąša, nes savęs aktualizavimas yra būtinas, bet ne paskutinis žingsnis asmens, kurį A. Maslow'as vadina „transcenduojančiu save aktualizuojančiu žmogumi“ (1993, p. 260), tapse. Transcendavimas nusako ir motyvacinę būseną, kurios apimtas individas siekia peržengti asmeninę naudą ir yra aukštesnės misijos įgyvendinimo, sąlajos su aukštesniąja jėga ir/ar tarnystės kitiems, kaip tapatumo virš asmeninio egocentrizmo, išraiška, o šią nusako nebesiekimas, nebenorėjimas ir nebesikišimas tradiciškai suprantama prasme, kai jaučiamasi atvykus, o ne trokštama patekti, kai mylima ir priimama visa ir visi, kai susitaikoma su skaudinančiu blogiu ir kai nebegali prilipti joks purvas.

Humanistinio dvasingumo sampratą plėtojantys D. Elkins'as ir jo kolegos (Elkins ir kt., 1988; Elkins, 2015) teigia, kad transcendavimo turinys gali varijuoti nuo tradicinio tikėjimo asmeniniu Dievu iki psichologinio požiūrio, kad transcendavimas yra natūrali sąmoningo Aš tąša į sąšmonės, arba Aukštesnįjį, Aš. Koks turinys, tipologijos, metaforos ar modeliai bebūtų pasitelkiami apibūdinant transcendavimo komponentą, jį patiriantis žmogus tiki, kad yra kažkas daugiau – kad tai, kas „matoma“, dar ne viskas.

Psichologas R. Piedmont'as (2001) transcendavimą tapatina su dvasingumu, skiria septynis jo komponentus (žr. 1 lentelę) ir apibūdina jį kaip hierarchiškai organizuotą psichologinio funkcionavimo domeną pridurdamas, kad transcendavimo lygmuo yra asmens santykio su nematoma realybe ir iš jos gaunamos emocinės paramos rodiklis.

Filosofas M. Westphal'as teigia, kad transcendavimas būtinai turi būti tyrinėjamas „santykiyje su žmogaus savęs transcendavimu“ (2004, p. 230). Savęs transcendavimas suprantamas kaip „judesys, atitraukiantis mus nuo natūralaus susitelkimo į save“ (Westphal, 2004, p. 2), gebėjimas „pakilti virš“ ankstesnės savo formos ar būsenos, taip fiziškai ar mentaliai peržengiant savo ribotumus. Galima sakyti, kad

transcendenduodamas save asmuo pakyla virš savo poreikių ir susitelkia ties tarnyste kitiems ar kitkam (Otway, Carnelley, 2013): tokia tarnystė papildo savęs aktualizavimo lygmeniui būdingą tarnystę sau, arba asmeninio tobulėjimo siekį. Viso to pasiekti padeda gili kontempliacija, refleksija, meditacija ir/ar malda, kurios atveria ir išgrynina giliausias žmogiškosios egzistencijos tiesas, leidžia per savęs transcendavimą pakilti į transcendavimą į Dievą, kitaip – į aukštesnę jėgą, ir patirti gyvenimą keičiančią vienovę su ja. Visa tai patiriama ir per A. Maslow'o išskirtus viršūnių išgyvenimus, sudarančius kiekvienos religijos šerdį – intensyvios ramybės ir džiaugsmo patirtis, pilnatvės akimirkas, kai atrodo, kad gyvenimas įgyja naują prasmę, visa tai priimant kaip „iš kitur“ atėjusią dovaną (žr. Maslow, 1993; 2009).

Apibendrinant galima teigti, kad dvasinis transcendavimas atskleidžia asmens gebėjimą peržengti momentinę laiko, vietos ir žinojimo ribų pajautą bei pažvelgti į gyvenimą iš platesnės perspektyvos. Išlavintą transcendavimo gebėjimą turintys žmonės tiki, kad egzistuoja aukštesnis gyvenimo planas ar prasmė, tai, kas yra anapus mūsų mirtingos egzistencijos, kitaip – antgamtišku apreiškimu besiremiantis „didysis naratyvas“. Modelyje skiriamos dvi transcendavimo apraiškos, jų rodikliai ir empiriniai požymiai (žr. 2 lentelę).

2.3. Trečiasis Humanistinio dvasingumo modelio komponentas: gyvenimo prasmės (iš)gryninimas

Asmens gyvenimo prasmės samprata didele dalimi lemia tai, kaip jis aiškina svarbiausius gyvenimo klausimus ir ribines gyvenimo situacijas – gyvenimo ir mirties prigimtį, kančios ir skausmo prasmingumą, tai, kas iš tiesų svarbu. Aki-vaizdu, kad gyvenimo prasmės sampratos ir apibrėžtys gali gerokai skirtis, mokslinėje literatūroje jos varijuoja nuo „gyvenimui suteikiamos darnos“, „gyvenimo kryptingumo ir tikslingumo“ iki „ontologinio gyvenimo reikšmingumo“ (Steger ir kt., 2006, p. 80).

Humanistinės žmogaus laisvės, tobulumo ir racionalaus proto svarbą pabrėžiančios idėjos kildinamos iš I. Kant'o (2011 [1785]; 1998 [1781]) filosofijos, pagal kurią kategorinis imperatyvas taikytinas visiems laisvos valios gebantiems mąstyti žmonėms, todėl šioje prieigoje pagrįstai galima išskirti *universalią* gyvenimo prasmės sampratą, suvokiant, kad gyvenimo prasmė egzistuoja esmiškai, objektyviai ir yra neatskiriamai susijusi su aukščiausiomis dvasinėmis vertybėmis, kurios nušviečia tinkamiausią gyvenimo kelio kryptį. Pasak filosofo M. Scheler'io (1973 [1913]), vertybės, kurias žmogus jaučia ir išgyvena todėl, kad turi vertybių juslę, susijusios tam tikra tvarka ir sudaro hierarchiją, aukščiausios čia yra religi-

nės vertybės, atskleidžiančios aukščiausią šventumo būvį *numinosum*². Šios aukščiausio modalumo vertybės yra absoliučios, jos skiriasi nuo visų kitų, nes gali būti suvokiamos tik ypatingais vertybiniais pažintiniais dvasios aktais.

Kitai patariant, gyvenimo prasmės brandumas ir tvarumas priklauso nuo to, kiek žmoguje skleidžiasi *patirties šventumas*, o šį galima apibrėžti skirtingai (žr. Elkins, 1998), teologas R. Otto (1961 [1923]) tai vadino jausminiu tikinčiojo atsku – dieviškos galios *mysterium tremendum et fascinans* patyrimu; religijos istorikas M. Eliade (1961) šventumo dimensijai nusakyti vartojo *hierofanijos*, arba šventybės apsimetimo, terminą, kuris nusako tai, kas tikrai tikra, o ne tai, kas sekuliaru, taigi netikra arba pseudotikra, kai padaromas galas santykinumui, sąmyšiui ir kažkas, nepriklausantis šiam pasauliui, įsakmiai apsimetkia bei nurodo tam tikrą kryptį; M. Buber'is (1970) tokias patirtis vadino šventumo kupinu Aš–Tu santykiu, kuriame Tu gali būti ne tik žmogus, bet ir Dievas, ir kuriame dėl gautos malonės ir amžinybės įsiliejimo į laiką patiriama tai, kas šventa, nepamirštama, kas visam laikui keičia gyvenimą ir supratimą; A. Maslow'as (1994) patirties šventumą siejo su viršūnių išgyvenimais, nukeliančiais žmogų į Būties karalystę, kurioje siela atsiveria ir jis ima matyti kasdienybę, artimą ir tolimą šventumo šviesoje, jam atsiveria transcendentinė realybė, aplanko gili Būties vertybių pajauta; D. Elkins'as (1998) šventumą įvardija kaip galingą gyvenimo dimensiją, kuri reiškiasi per skvarbius gyvenimo momentus, jau minėtas viršūnių patirtis arba mistinius susidūrimus: jeigu tokios šventos patirtys nuolat maitina žmogaus sielą, jis neišvengiamai auga dvasiškai.

Tačiau tam, kad tai patirtų, žmogus turi pasiekti „šventos sąmonės“ būseną, kaip ją vadina D. Elkins'as (1998), kuriai apėmus galima jausti, patirti ir žinoti visa, kas neprieinama esant „normalios“, arba „sekuliarios“, sąmonės būsenos. Ši būseną leidžia panirti į tai, ką galima įvairiai vadinti: antgamtiškumu, Būties dimensija, psichikos gelmėmis, aukštesniąja savastimi, kolektyvine sąmone, tolimesniais žmogaus prigimties horizontais, šventumu ar dvasine plotme. Išgrynintas gyvenimo prasmės suvokimas padeda žmogui kurti brandesnius santykius su Kitais ir matyti gilią prasmę juose: dvasinės brandos formuojama gyvenimo prasmės pajauta tarsi nuspalvina kiekvieną gyvenimo įvykį ir užtikrina tam tikrą apsaugą, kuri leidžia nukritus vėl pakilti, atsitiesti.

² Teologas ir filosofas Rodolph'as Otto (1961 [1923]) *numinosum* pavadino religinį fenomeną, kuris gali būti verčiamas žodžiu *šventybė*. Tai niekio patirtis, kuri reiškiasi per du prigimtinis jausmus – *tremendum* ir *momentum fascinans*. *Tremendum* – tai tokia nesuvokiama realybė, kurios ištikta žmogų apima begalinis siaubas nesuvokiamo niekio, esančio begaline galia, akivaizdoje. Kartu su šiuo siaubą keliančiu jausmu atsiranda ekstatiškas pasigėrėjimo, žavesio ta begaline galia jausmas, kuris kartais būna toks stiprus, kad aptemsta sąmonė. Tai yra *momentum fascinans*. Ji kelia ne tik pagarbią baimę ar net siaubą, bet ir susižavėjimo kupiną nuolankumą, troškimą be atodairos mylėti ir garginti (Kanišauskas, 2014).

Taigi išgrynintos gyvenimo prasmės samprata implikuoja tikėjimą aukštesniąja jėga ir patirties šventumą, padedančius žmogui siekti harmonijos, brandžių santykių su pasauliu ir suprasti, kaip pasaulis reflektuoja jo sąmonėje. Gyvenimo prasmės išgryninimas (modelyje išskiriama viena jo apraiška, jos rodikliai ir jų empiriniai požymiai (žr. 2 lentelę)) suteikia gilesnį žinojimą, multifokalų žvilgsnį, aprėpiantį visas žmogaus gyvenimo dimensijas, o tai yra būtina, siekiant teisingai surikiuoti mintis ir gyvenimo įvykius. Iš viso to išplaukia mūsų siūlomas humanistinio dvasingumo apibrėžimas: *dvasingumas – tai asmens savęs aktualizavimo ir transcendavimo patirčių suteikiamų prasmų išgryninimas, įgalinantis sveiką santykį su savimi, kitais, aukštesne realybe ir pasauliu.*

3. Humanistinio dvasingumo aprašo validavimo tyrimas

Ankstesnėje straipsnio dalyje pristatyto Humanistinio dvasingumo modelio pagrindu sukurtas mūsų siūlomas dvasingumo matas – Humanistinio dvasingumo aprašas (galutinis aprašo variantas pateiktas 3 lentelėje). Siekiant užtikrinti aprašo turinio validumą, pirminį aprašo variantą vertino keturi ekspertai: dvi dvasingumą tiriančios ir jo sampratą plėtojančios Lietuvos mokslininkės bei dvasinėmis praktiškomis užsiimančios profesionalus jogos mokytojas ir katalikų vienuolis. Į ekspertų įžvalgas ir pastabas atsižvelgta kuriant naujus ir koreguojant jau sukurtus teiginius, o tai, kad ekspertai sutarė dėl daugiau nei 90 proc. pirminį aprašo variantą sudariusių teiginių tinkamumo, rodo aukštą instrumento turinio validumą.

Aprašą sudaro trys modelio komponentus atitinkančios skalės: Savęs aktualizavimas, Transcendavimas ir Gyvenimo prasmės (iš)gryninimas, kurių teiginiai matuoja modelyje išskirtų rodiklių raišką per jų empirinius požymius. Pirminiame aprašo variante iš viso buvo 56 teiginiai: 34 – matuojantys savęs aktualizavimą (pvz.: „Tikiu, kad manęs nepalaužtų net ir didžiausi gyvenimo smūgiai“; „Galiu pasakyti, kad jaučiu artumą visiems žmonėms“); 14 – matuojantys transcendavimą (pvz.: „Dažnai patiriu jausmą, kai peržengiu save ir man atsiveria kur kas gilesni realybės aspektai“; „Dažnai pasineriu į galias refleksijos būsenas, medituoju ir/ar meldžiuosi“) ir 8 – matuojantys gyvenimo prasmės (iš)gryninimą (pvz.: „Mano gyvenimo prasmė neatsiejama nuo tikėjimo aukštesne jėga ir meilės“; „Tikėjimas padeda man išvelgti prasmingus ryšius tarp įvykių, kurie nėra tiesiogiai susiję“). Teiginiai vertinami pagal Likert'o skalę nuo 1 (*visiškai nesutinku*) iki 7 (*visiškai sutinku*), vidurinis rangas žymi atsakymą *nei sutinku, nei nesutinku*. Pristatomu aprašo validavimo tyrimu tikrintos kitos psichometrinės aprašo savybės.

Statistiniam tyrimo duomenų apdorojimui naudotas programinis paketas SPSS21.0. Skaičiuoti bendri (išvestiniai) įverčiai, vidurkiai, standartiniai nuokrypiai, patikimumo (instrumento teiginių vidinio suderintumo) koeficientai

(Cronbach'o α), tikrinamas skirstinių normalumas (Kolmogorov'o-Smirnov'o testas), atliekama faktorių analizė, skaičiuojamos koreliacijos (Pearson'o ir Spearman'o koreliacijos koeficientai). Rezultatai vertinti kaip statistiškai reikšmingi, kai reikšmingumo lygmuo $p < 0,05$.

Tyrimo dalyviai. Aprašo validavimo tyrime dalyvavo 331 asmuo: 137 (41%) vyrai ir 194 (59%) moterys, kurių amžius – 18–71 metai, vidurkis – 31,2 m. (st. nuokr. – 14,2). 165 dalyviai buvo Vilniaus universiteto įvairių studijų programų (psichologijos, socialinės politikos, modernių technologijų fizikos ir vadybos, ekonometrijos bei informatikos) pirmosios studijų pakopos studentai, atrinkti taikant patogiosios atrankos metodus; kiti 166 dalyviai – vyresnio amžiaus, atrinkti taikant tikslinės ir „sniego gniūžtės“ atrankos metodus. Daugumos, t. y. 134-ių (arba 40,5 % visos imties), dalyvių išsilavinimas – aukštasis, 21-o (6,3 %) – aukštesnysis, 6-ių (1,8 %) – spec. vidurinis, 4-ių (1,2 %) – nebaigtas aukštasis.

3.1. Pirminio Humanistinio dvasingumo aprašo varianto patikimumas

Vidinio suderintumo patikimumas

Pirmame analizės etape tikrintas pirminio aprašo varianto teiginių vidinio suderintumo patikimumas: apskaičiuotos Cronbach'o alfa koeficiento reikšmės visoms trimis skalėms. Gautos šios reikšmės: $\alpha = 0,88$ visam Humanistinio dvasingumo aprašui, $\alpha = 0,73$ – Savęs aktualizavimo, $\alpha = 0,83$ – Transcendavimo ir $\alpha = 0,80$ – Gyvenimo prasmės (iš)gryninimo skalėms. Visų koeficientų reikšmės viršija 0,7, todėl galima teigti, kad pirminio Humanistinio dvasingumo aprašo varianto teiginių vidinio suderintumo patikimumas yra pakankamai aukštas. Vis dėlto iš Savęs aktualizavimo ir Transcendavimo skalių buvo nuspręsta pašalinti du teiginius, nes jie gerokai mažino šių skalių patikimumą (nurodytos koeficientų reikšmės apskaičiuotos iki šių teiginių pašalinimo). Kadangi tolesniuose analizės etapuose buvo pašalinta dar daugiau teiginių, baigiant validuoti aprašą teiginių vidinio suderintumo patikimumas buvo apskaičiuotas iš naujo.

Pakartotinio testavimo patikimumas

Vėlesniame analizės etape tikrintas šio aprašo varianto pakartotinio testavimo patikimumas. Dalis dalyvių ($N = 109$), pildžiusių aprašą pirmą kartą, užpildė jį dar kartą praėjus dviem savaitėms po pirmojo pildymo. Gautos šios koreliacijų tarp aprašo skalių įverčių, gautų po pirmo ir antro instrumento pildymo, koeficientų reikšmės: 0,91 – Humanistinio dvasingumo aprašo (HDA); 0,856 – Savęs aktualizavimo; 0,909 – Transcendavimo ir 0,880 – Gyvenimo prasmės (iš)gryninimo. Visos šios reikšmės yra aukštos, todėl galima daryti išvadą, kad pirminis Huma-

nistinio dvasingumo aprašo variantas pasižymi aukštu pakartotinio testavimo patikimumu.

3.2. Humanistinio dvasingumo aprašo konstrukto validumas

Validumas, remiantis faktorių analize

Tikrinant aprašo skalių konstrukto validumą, pirmiausia atlikta patvirtinamoji faktorių analizė su Varimax sukimu, kuria siekta nustatyti, ar aprašo teiginiai, remiantis tyrimo imties rezultatais, gali būti priskiriami prie tų skalių, kurių sudėtyje jie yra paisant modelio logikos. Analizė atskleidė, kad trys HDA faktoriai paaiškina 37 proc. kintamųjų reikšmių dispersijos (KMO = 0,872, Bartlett'o kriterijaus $p = 0,000$).

Į pirmąjį faktorių susivedė 10 iš pirminių 14-os Transcendavimo skalės teiginių, kuriems šio faktoriaus svoris viršijo 0,4, tačiau vieną anksčiau minėtą teiginį nuspręsta iš aprašo šalinti, nes jis gerokai mažino skalės patikimumo koeficientą, todėl šioje skalėje liko 9 teiginiai (žr. 3 lentelę).

3 lentelė. Humanistinio dvasingumo aprašas (Kontrimienė, 2018)

Instrukcijos. Kiekvienam teiginiui įrašykite skaičių pagal septynių balų skalę (nuo 1 = *visiškai nesutinku* iki 7 = *visiškai sutinku*), kuris geriausiai apibūdina, kiek teiginys tinka jums. Rinkitės tuos atsakymų variantus, kurie iš tiesų apibūdina jūsų patirtį, o ne žymi tai, kaip jums atrodo, kad turėtų būti. Čia nėra teisingų ar neteisingų atsakymų, todėl atsakinėkite ilgai negalvodami. Svarbu, kad nepraleistumėte nė vieno teiginio.

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|--------------------|-----------|---------------------|------------------|-------------------|---------|------------------|
| Visiškai nesutinku | Nesutinku | Šiek tiek nesutinku | Nei taip, nei ne | Šiek tiek sutinku | Sutinku | Visiškai sutinku |

1. ____ Dažnai susimąstau apie tai, kad viskas gyvenime vyksta pagal harmoningą tvarką (Tr)
2. ____ Jaučiu, kad gyvenimas yra besąlygiškai reikšmingas (GPI)
3. ____ Nežinomybė mane veikia gąsdina, o ne traukia (SA)^{atv3}
4. ____ Galiu pasakyti, kad esu išradinga(-s), pvz., kai reikia, lengvai surandu originalius sprendimus (SA)
5. ____ Man dažnai būna sunku elgtis natūraliai, nes kiti gali to nepriimti (SA)^{atv}
6. ____ Noras būti tiesiam leidžia pateisinti netaktą (SA)
7. ____ Tikiu, kad net ir tamsiausioje patirtyje slypi prasmė (GPI)

³ Teiginys vertinamas atvirkščia kryptimi.

8. ____ Mano gyvenimo prasmė neatsiejama nuo tikėjimo aukštesne jėga ir meilės (GPI)
9. ____ Mano gyvenimą labiau įprasmina noras siekti asmeninio augimo ir artimųjų gerovės, o ne dvasinio tobulėjimo (GPI)^{atv}
10. ____ Dažnai pasineriu į gilią refleksijos būseną, medituoju ir/ar meldžiuosi (Tr)
11. ____ Kartais patiriu akimirkas, kai apima gili ramybė, pilnatvė, ekstazė, tarsi savojo „aš“ praradimas (SA)
12. ____ Man dar nepavyksta pakilti virš savo egocentrizmo, ambicijų, savigraūžos (Tr)^{atv}
13. ____ Dažnai jaučiu, kad turiu daryti tai, ko iš manęs tikisi kiti (SA)^{atv}
14. ____ Išgyvenu labai artimus santykius su žmonėmis, kurių vertybės tokios pat kaip mano (SA)
15. ____ Negalėčiau tvirtinti, kad man labai patinka mano darbas (studijos) (SA)^{atv}
16. ____ Ateis laikas, kai pradėsiu gyventi iš tikrųjų, ne taip, kaip dabar (SA)^{atv}
17. ____ Žmonių silpnybės pastebimos daug labiau nei stiprybės (SA)^{atv}
18. ____ Nebijau išsiskirti iš kitų, kai reikia ginti tiesą (SA)
19. ____ Tikiu, kad manęs nepalaužtų net ir didžiausi gyvenimo smūgiai (SA)
20. ____ Galiu pasakyti, kad mano santykį su kitais žmonėmis ir visu pasauliu įkvepia mano tikėjimas aukštesne jėga (Tr)
21. ____ Dažnai jaučiu ryšį su aukštesne jėga (Dievu) (Tr)
22. ____ Tikiu, kad aukštesnė jėga (Dievas) visada suteiks man stiprybės (Tr)
23. ____ Nemanau, kad egzistuoja kažkokia aukštesnė realybė – aš tiesiog gimiau ir mirsiu (Tr)^{atv}
24. ____ Mane liūdina tai, kad didžioji mano gyvenimo dalis praeina tuščiai (SA)^{atv}
25. ____ Man sunku susitaikyti su tuo, kiek išbandymų man siunčia gyvenimas (SA)^{atv}
26. ____ Tikėjimas man padeda išvengti prasmingus ryšius tarp įvykių, kurie nėra tiesiogiai susiję (GPI)
27. ____ Kartais patiriu akimirką, kai apima nuostabos ir baimingos pagarbos jausmas, kai jaučiuosi tarsi pakilęs(-usi) į aukštesnę būties lygmenį (SA)
28. ____ Meditacija, malda ir/ar refleksija man padeda išgyventi aukščiausias vertybes – tiesą, gėrį ir grožį (Tr)
29. ____ Dažnai patiriu jausmą, kai peržengiu save ir man atsiveria kur kas gilesni realybės aspektai (Tr)
30. ____ Galiu pasakyti, kad jaučiu artumą visiems žmonėms (SA)
31. ____ Esu jautrus(-i) kitų išgyvenimams (SA)
32. ____ Man sunku išverti vienetą (SA)^{atv}
33. ____ Sugebu mylėti net ir tada, kai nesulaukiu atsako (SA)
34. ____ Gyvenime mes neišvengiamai dėvime kaukes (SA)^{atv}
35. ____ Nemanau, kad padėti kitiems yra mano pareiga (SA)^{atv}
36. ____ Negalėčiau apibendrintai pasakyti, koks mano gyvenimo tikslas – jis priklauso nuo gyvenimo situacijos (GPI)^{atv}
37. ____ Nesistengiu išvengti gilesnės prasmės įvykiuose, kurie man atrodo atsitiktiniai (GPI)^{atv}

38. ____ Bet kurį darbą darau su vidiniu užsidegimu (SA)
 39. ____ Žinau, kad gyvenime nuveiksiu kažką svarbaus ir ypatingo (SA)
 40. ____ Savo gyvenimo tikslą labiau sieju su dvasiniu augimu nei su materialios gerovės, pripažinimo ar netgi šeiminių laimės siekiu (GPI)

Dera pastebėti, kad šio faktoriaus svoriai buvo didžiausi dar trims ne šiais, o kitoms (Savęs aktualizavimo ir Gyvenimo prasmės (iš)gryninimo) skalėms priklausantiems teiginiams, tačiau siekiant nenukrypti nuo Humanistinio dvasingumo modelio struktūros, šiuos teiginius nuspręsta išlaikyti pirminėse skalėse, juolab kad pagal faktorių svorius (0,495 vs 0,410; 0,527 vs 0,452; 0,781 vs 0,601) jie gali būti priskiriami ir prie jų.

Į antrąjį, Savęs aktualizavimo, faktorių susivedė ne 34 (tiek teiginių pirminiame aprašo variante sudarė Savęs aktualizavimo skalę), o 24 teiginiai, kuriems faktoriaus svoris viršijo 0,390 reikšmę. Kitiems dešimčiai teiginių ne tik šio, bet ir kitų faktorių svoriai buvo mažesni nei 0,390, todėl nuspręsta juos iš aprašo šalinti. Galiausiai (kaip minėta) vienam teiginiui šio faktoriaus svoris buvo mažesnis nei pirmojo faktoriaus, bet kadangi ir jis viršijo reikiamą 0,4 reikšmę, teiginį nuspręsta palikti šioje skalėje. Be to, vieną teiginį nuspręsta šalinti iš aprašo, nes jis gerokai mažino Savęs aktualizavimo skalės patikimumo koeficientą, todėl iš viso šioje skalėje liko 23 teiginiai.

Į trečiąjį faktorių, kuris aiškina Gyvenimo prasmės (iš)gryninimo skalės teiginius, susivedė visi 8 šios skalės teiginiai, nes jiems visiems šio faktoriaus svoriai viršijo 0,4 (nors, kaip jau rašėme, dviejų teiginių pirmojo faktoriaus svoriai buvo dar didesni greičiausiai todėl, kad teiginiais klausta, ar asmens gyvenimo prasmė susijusi su tikėjimu).

Konvergentinis validumas

Aprašo ir jo skalių konvergentinis validumas tikrintas apskaičiuojant jų koreliacijas su trimis kitais mokslinėje literatūroje pripažintais tuos pačius konstruktus (savęs aktualizavimą, transcendavimą ir gyvenimo prasmę) matuojančiais instrumentais.

Savęs aktualizavimas. Siekiant nustatyti, ar HDA Savęs aktualizavimo skalė pasižymi pakankamu konvergentiniu validumu, tyrime naudotas Trumpasis savęs aktualizavimo indeksas (angl. *Short Index of Self-Actualisation*; Jones, Crandall, 1986). Instrumentą sudaro 15-a teiginių, pvz.: „Tikiu, kad apskritai žmonės yra geri ir jais galima pasitikėti.“ Teiginiai vertinami pagal Likert'o skalę nuo 1 (*visiškai nesutinku*) iki 6 (*visiškai sutinku*), kuo įvertis aukštesnis, tuo asmuo labiau save aktualizuoja.

Transcendavimas. Tam, kad būtų nustatyta, ar tinkamas ir HDA Transcendavimo skalės konvergentinis validumas, tyrime naudota Dvasinio transcendavimo

skalė (angl. *Spiritual Transcendence Scale*; Piedmont, 1999), kurią sudaro 24 teiginiai, sudarantys tris subskales: Pilnatvė maldoje (angl. *Prayer Fulfillment*), pvz., „kai meldžiuosi ar medituoju, atsiribuoju nuo šio pasaulio įvykių“, Universalumas (angl. *Universality*), pvz., „tikiu, kad egzistuoja aukštesnė gyvenimo prasmė“ ir Susietumas (angl. *Connectedness*), pvz., „esu savo šeimos paveldo grandis, tiltas tarp praeities ir ateities“. Kiekvieną skalę sudaro 8 teiginiai, kurie vertinami pagal Likert'o skalę nuo 1 (*visiškai nesutinku*) iki 5 (*visiškai sutinku*).

Gyvenimo prasmė. Tiriant HDA Gyvenimo prasmės (iš)gryninimo skalės konvergentinį validumą, naudotas Gyvenimo prasmės klausimynas (angl. *The Meaning in Life Questionnaire*; Steger ir kt., 2006). Instrumentą sudaro 10 du paskirus konstruktus – gyvenimo prasmės išvėlgimą ir jos ieškojimą – apimančių teiginių. Gyvenimo prasmės išvėlgimo skalę (angl. *Presence*) sudaro 5 teiginiai, pvz., „gerai jaučiu, kas mano gyvenimą daro prasmingą“. Kiti 5 teiginiai sudaro Gyvenimo prasmės ieškojimo skalę (angl. *Search*), pvz., „ieškau to, kas suteikia prasmę mano gyvenimui“. Teiginiai vertinami pagal Likert'o skalę nuo 1 (*visiškai nesutinku*) iki 7 (*visiškai sutinku*), aukštesni įverčiai reiškia, kad asmuo labiau jaučiasi suradęs gyvenimo prasmę arba jos ieško. Šiame tyrime skaičiuojant koreliacijas su HDA ir jo Gyvenimo prasmės (iš)gryninimo skale buvo svarbi tik pirmoji instrumento skalė, nes HDA labiau matuojamas gyvenimo prasmės turinys, taigi jos išvėlgimas, o ne paieška.

Visų šiame tyrime naudotų instrumentų autoriai leidžia naudoti instrumentus tyrimų tikslais be atskiro sutikimo. Instrumentus iš anglų į lietuvių kalbą išvertė šio darbo autorė, profesionali vertėja, kitas profesionalus vertėjas atliko visų teiginių atgalinius vertimus į anglų kalbą, o nepriklausomas ekspertas įvertino, kiek „atversti“ teiginiai sutampa su originaliais ir kaip vertimas turėtų būti koreguojamas, kad nebūtų pakitusi originalių teiginių prasmė.

Apskaičiuotos Pearson'o ir Spearman'o koreliacijos su kitais tuos pačius konstruktus matuojančiais instrumentais atskleidė (žr. 4 lentelę), kad Humanistinio dvasingumo aprašas statistiškai reikšmingai ir vidutiniškai arba gana stipriai koreliuoja su Gyvenimo prasmės išvėlgimo skale ($r = 0,487, p < 0,01$), Trumpuoju savęs aktualizavimo indeksu ($r = 0,430, p < 0,01$) ir Dvasinio transcendavimo skale ($r = 0,789, p < 0,01$); reikšmingos ir koreliacijos tarp paskirų HDA ir kitų instrumentų skalių, jų reikšmės varijuoja nuo 0,401 iki 0,814 ir patvirtina aprašo skalių konvergentinį validumą. Analizuojant šias koreliacijas matyti, kad silpniausia, nors ir statistiškai reikšminga, yra sąsaja tarp HDA Gyvenimo prasmės (iš)gryninimo ir MLQ Gyvenimo prasmės išvėlgimo skalių ($r = 0,401, p < 0,01$). Tai galėjo lemti skirtingas šių instrumentų teiginių turinys, nes HDA skalės teiginiais klausama ne tik to, ar asmuo jaučiasi suradęs gyvenimo prasmę, bet ir to, ar jos turinys atskleidžia asmens tikėjimą aukštesniąja jėga bei dvasinio tobulėjimo siekį.

4 lentelė. Humanistinio dvasingumo aprašo, Trumpojo savęs aktualizavimo indekso, Dvasinio transcendavimo skalės ir Gyvenimo prasmės klausimyno ryšiai

| | HDA | HDA (SA) | HDA (Tr) | HDA (GPI) | TSAI | DTS | DTS (PM) | DTS (U) | DTS (S) | GPK (įžv.) | GPK (iešk.) |
|-------------|-----|----------|----------|-----------|----------------|----------------|----------|---------|---------|----------------|-------------|
| HDA | – | 0,766** | 0,869** | 0,856** | 0,430** | 0,789** | 0,702** | 0,780** | 0,416** | 0,487** | 0,181** |
| HDA (SA) | | – | 0,410** | 0,403** | 0,628** | 0,432** | 0,351** | 0,409** | 0,323** | 0,456** | 0,080 |
| HDA (Tr) | | | – | 0,851** | 0,151** | 0,814** | 0,766** | 0,806** | 0,357** | 0,357** | 0,193** |
| HDA (GPI) | | | | – | 0,226** | 0,808** | 0,722** | 0,824** | 0,382** | 0,401** | 0,205** |
| TSAI | | | | | – | 0,212** | 0,165** | 0,207** | 0,151** | 0,418** | 0,004 |
| DTS | | | | | | – | 0,892** | 0,926** | 0,627** | 0,310** | 0,336** |
| DTS (PM) | | | | | | | – | 0,743** | 0,394** | 0,274** | 0,253** |
| DTS (U) | | | | | | | | – | 0,467** | 0,285** | 0,305** |
| DTS (S) | | | | | | | | | – | 0,231** | 0,288** |
| GPK (įžv.) | | | | | | | | | | – | 0,003 |
| GPK (iešk.) | | | | | | | | | | | – |

** p < 0,01.

Pastaba. HDA – Humanistinio dvasingumo aprašas, SA – HDA Savęs aktualizavimo skalė, Tr – HDA Transcendavimo skalė, GPI – HDA Gyvenimo prasmės (iš)gryninimo skalė, TSAI – Trumpasis savęs aktualizavimo indeksas, DTS – Dvasinio transcendavimo skalė, DTS (PM) – Dvasinio transcendavimo skalės Pilnatvės maldoje subskalė, DTS (U) – Dvasinio transcendavimo skalės Universalumo subskalė, DTS (S) – Dvasinio transcendavimo skalės Susietumo subskalė, GPK (įžv.) – Gyvenimo prasmės klausimyno Gyvenimo prasmės išveigimo skalė, GPK (iešk.) – Gyvenimo prasmės klausimyno Gyvenimo prasmės išskojimo skalė. Ryšiai tarp HDA Savęs aktualizavimo skalės ir Trumpojo savęs aktualizavimo indekso ($r = 0,628, p < 0,01$) bei tarp HDA Transcendavimo skalės ir Dvasinio transcendavimo skalės ($r = 0,814, p < 0,01$) kur kas stipresni, todėl apskritai galima daryti prielaidą, kad HDA ir kitais tyrimo naudotais instrumentais matuotų konstruktyvų turinys nemaža dalimi sutampa, nors kartu pasižymi ir reikiamu savitumu.

3.3. Humanistinio dvasingumo aprašo patikimumas

Kadangi iš viso pašalinta 16-a teiginių ir Humanistinio dvasingumo apraše liko 40 modelio logiką atitinkančių teiginių (žr. 3 lentelę), jų vidinis suderinamumas iš naujo tikrinti apskaičiavus Cronbach'o alfa koeficientus. Gautos tokios koeficientų reikšmės: 0,717 – Savęs aktualizavimo, 0,801 – Transcendavimo, 0,804 – Gyvenimo prasmės (iš)gryninimo skalėms ir 0,873 – visam Humanistinio dvasingumo aprašui. Visų koeficientų reikšmės viršija 0,7 reikšmę, todėl galima teigti, kad ir sutrumpinto Humanistinio dvasingumo aprašo teiginių vidinio suderintumo patikimumas yra pakankamai aukštas. Kadangi pasikeitė galutinio aprašo varianto skalių sudėtis, iš naujo patikrintas ir šių skalių pakartotinio testavimo patikimumas. Apskaičiuotos tokios koreliacijų tarp aprašo skalių įverčių, gautų po pirmo ir antro instrumentų pildymo, koeficientų reikšmės: 0,92 – Humanistinio dvasingumo aprašo (HDA), 0,864 – Savęs aktualizavimo, 0,915 – Transcendavimo ir 0,880 – Gyvenimo prasmės (iš)gryninimo. Šios reikšmės dar aukštesnės nei pirminio aprašo varianto, todėl galima teigti, kad Humanistinio dvasingumo aprašas pasižymi aukštu pakartotinio testavimo patikimumu.

Apibendrinant atliktų HDA patikimumo ir validumo vertinimo analizių rezultatus galima daryti išvadą, kad siūlomas Humanistinio dvasingumo aprašas pasižymi tinkamomis psichometrinėmis savybėmis, todėl gali būti naudojamas kaip dvasingumo vertinimo matas dvasingumo tyrimuose.

Išvados

Dvasingumas yra sudėtingas daugiamatis konstruktas, kurio turinio dėmenys gali būti skirtingai suprantami (žr. Cook, 2004; Moberg, 2002). Kartu tai gilesnės savasties negu tik fizinis, emocinis ir mentalinis kūnas atradimas, kelias į teigiamą santykį su pasauliu, vidinę harmoniją, aukštesnę būties kokybę, per tai – ir į gyvenimo prasmės pajautą.

Mūsų plėtojama sakralaus humanistinio dvasingumo prieiga numato, kad tikrų dvasinių aspiracijų išraiška yra tikėjimo ir vidinės darnos įkvėptas gilus žmogiškos patirties įprasminimas, kurį įgalina žmogaus tobulėjimas, žinių ir žinojimo kaupimas, o tai lemia aukščiausio tapatumo ir savasties pasiekimą, arba savęs aktualizavimą, bei natūralią jo tąsą – gebėjimą peržengti savo ribotumą ir laiko, vietos bei žinojimo ribas atskleidžiantį transcendavimą. Straipsnyje pristatomas humanistinio dvasingumo modelis, pagal kurį dvasingumas apima savęs aktualizavimą, transcendavimą ir gyvenimo prasmės (iš)gryninimą, didele dalimi sutampa su išsamia dvasingumo modelių ir tyrimų studijų atlikusių E. de Jager Meezenbroek ir jos kolegų (2012) siūlomu dvasingumo apibrėžimu, kuriuo remiantis dvasingumo reiš-

kinys – tai susietumo su savo savastimi, kitais, gamta ir tuo, kas transcendentiška, siekis ir patyrimas. Minėtų autorių atlikta dvasingumo matų apžvalga atskleidė, kad dauguma šiuolaikinių instrumentų matuoja universalias patirtis ir nuostatas, tokias kaip susietumas, atjauta, dėkingumas, mistinės patirtys ir savęs aktualizavimas, o esminis dvasingumo, kaip universalios žmogiškos patirties, komponentas yra susietumas. Šiuos postulatus atskleidžia slaugos specialistės P. Reed (1992, p. 350) siūlomas dvasingumo apibrėžimas, kuriuo remiantis dvasingumas yra „polinkis atrasti prasmę, pasitelkus juntamą ryšį su asmens Aš transcenduojančiomis dimensijomis, taip asmenį įgalinant, o ne nuvertinant. Toks ryšys gali būti patiriamas vidujai (kaip ryšys savyje), tarpasmeniškai (kitų ir natūralios aplinkos kontekste) ir transpersonaliai (per juntamą ryšį su tuo, kas nematoma, Dievu arba už asmens Aš didesne jėga)“. Susietumas su savo savastimi, kitais ir gamta (mūsų modelyje atitinkantis savęs aktualizavimo komponentą) reiškiasi kaip autentiškumas, vidinė harmonija, ramybė, sąmoningumas, savivoka, atjauta, rūpa, nuostaba ir gili gyvenimo prasmės pajauta (Young-Eisendrath, Miller, 2000; De Jager Meezenbroek ir kt., 2012). Susietumas su tuo, kas transcendentiška, yra ryšys su kažkuo anapus to, kas vien tik žmogiška, – Visata, transcendentine realybe, aukštesne jėga, arba Dievu. Tai reiškiasi kaip baiminga pagarba, viltis, šventumas ir transcendavimo patirtis (Cook, 2004; De Jager Meezenbroek ir kt., 2012).

Norisi tikėti, kad mūsų humanistinio dvasingumo modelis ir jo pagrindu sudarytas bei šiame tyrime validuotas Humanistinio dvasingumo aprašas atskleidžia skirtingų religinių afiliacijų asmenų patirtis ir yra tinkami šiandieninei Vakarų kultūrai, kurioje dauguma žmonių vis dažniau atranda sąlytį su dieviškumu savyje ir gyvenimo prasmę išgrynina per savas dvasingas patirtis, o ne per jiems iš išorės padiktuotas dogmas ir taisykles. Modelis ir aprašas implikuoja tai, kad savęs aktualizavimo ir transcendavimo patirčių fone suformuota brandi tikėjimo įkvėpta gyvenimo prasmės samprata suteikia gilų visa ko supratimą ir atveria žmogui aukščiausios dvasinės būties horizontus, sudarydama sąlygas siekti darnos ir brandžių santykių su savimi, Kitu bei pasauliu.

Literatūra

- Aramavičiūtė, V. (2005). *Auklėjimas ir dvasinė asmenybės branda*. Vilnius: Gimtasis žodis.
- Aramavičiūtė, V. (2010). Vyresniųjų mokinių dvasingumas globalizacijos iššūkių kontekste. *Lietuvių katalikų mokslų akademijos metraštis*, Nr. 33, p. 193–211.
- Belsky, J. (1997). Attachment, mating, and parenting – an evolutionary perspective. *Human Nature*, Vol. 8, p. 361–381.
- Bitinas, B. (2004). *Hodegetika: auklėjimo teorija ir technologija*. Vilnius: Kronta.
- Buber, M. (1970). *I and Thou*. New York: Charles Scribner's Sons.
- Cook, C. C. H. (2004). Addiction and spirituality. *Addiction*, Vol. 99, p. 539–551.
- Corrington, J. E. (1989). Spirituality and recovery: Relationships between levels of spirituality, contentment, and stress during recovery from alcoholism in AA. *Alcoholism Treatment Quarterly*, Vol. 6, p. 151–165.
- De Jager Meezenbroek, E., Garssen, B., van den Berg, M., van Dierendonck, D., Visser, A., Schaufeli, W. B. (2012).

- Measuring Spirituality as a Universal Human Experience: A Review of Spirituality Questionnaires. *Journal of Religion and Health*, Vol. 51, p. 336–354.
- Eliade, M. (1961). *The Sacred and the Profane*. New York: Harper & Row.
- Ellison, C. (1983). Spiritual well-being: Conceptualization and measurement. *Journal of Psychology and Theology*, Vol. 11, p. 330–341.
- Elkins, D. N., Hedstrom, L. J., Hughes, L. L., Leaf, J. A., Saunders, C. (1988). Toward a Humanistic-Phenomenological Spirituality: Definition, Description, and Measurement. *Journal of Humanistic Psychology*, Vol. 28, p. 5–18.
- Elkins, D. N. (1998). *Beyond Religion: A Personal Program for Building a Spiritual Life Outside the Walls of Traditional Religion*. Wheaton, Illinois: Quest Books.
- Elkins, D. N. (2015). Beyond Religion: Toward a Humanistic Spirituality. In K. J. Schneider, J. F. T. Bugental, J. F. Pierson (eds.). *The Handbook of Humanistic Psychology*, p. 681–692. California: Sage Publications, Inc.
- Goldstein, K. (1995). *The Organism: A Holistic Approach to Biology Derived from Pathological Data in Man*. New York: Zone Books.
- Hay, D., Nye, R. (2006). *The Spirit of the Child*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Howden, J. W. (1992). *Development and psychometric characteristics of the Spirituality Assessment Scale*. Doctoral Dissertation. Texas Women's University.
- Humanist Manifestos I, II and III*. (2003). Washington, DC: American Humanist Association. Prieiga internete: http://www.onthewing.org/user/Apo_Humanist%20Manifesto%20I-II-III.pdf.
- Ivtzan, I., Chan, C. P., Gardner, H. E., Prashar, K. (2013). Linking religion and spirituality with psychological well-being: examining self-actualisation, meaning in life, and personal growth initiative. *Journal of Religion and Health*, Vol. 52, p. 915–929.
- Young-Eisendrath, P., Miller, M. E. (2000). Beyond enlightened self-interest: The psychology of mature spirituality in the twenty-first century. In P. Young-Eisendrath, M. E. Miller (eds.). *The psychology of mature spirituality. Integrity, wisdom, transcendence*, p. 1–7. London: Routledge.
- Jones, A., Crandall, R. (1986). Validation of a short index of self-actualization. *Personality and Social Psychology Bulletin*, Vol. 12, p. 63–73.
- Jovaiša, L. (1998). *Apie mūsų būtį*. Vilnius: Agora.
- Kant, I. (1998). *Critique of Pure Reason*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Kant, I. (2011). *Groundwork of the Metaphysics of Morals: A German-English Edition*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Kapuscinski, A. N., Masters, K. S. (2010). The Current Status of Measures of Spirituality. *Psychology of Religion and Spirituality*, Vol. 2, p. 191–205.
- Kass, J. D., Friedman, R., Leserman, J., Zuttermeister, P. C., Benson, H. (1991). Health outcomes and a new index of spiritual experience. *Journal for the Scientific Study of Religion*, Vol. 30, p. 203–211.
- Kontrimienė, S. (2018). *Humanistinio dvasingumo ryšys su auklėjimo šeimose patirtimis*. Daktaro disertacija. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla.
- Leclerc, G., Lefrançois, R., Dubé, M., Hébert, R., Gaulin, P. (1999). Criterion validity of a new measure of self-actualization. *Psychological Reports*, Vol. 85, p. 1167–1176.
- Lurie, Y. (2006). *Tracking the Meaning of Life: a Philosophical Journey*. Missouri: University of Missouri Press.
- MacDonald, D. A., Friedman, H. L., Kuentzel, J. G. (1999). A survey of measures of spiritual and transpersonal constructs: Part one: Research update. *Journal of Transpersonal Psychology*, Vol. 31, p. 137–154.
- MacDonald, D. A. (2000). Spirituality: Description, measurement and relation to the Five Factor Model of personality. *Journal of Personality*, Vol. 68, p. 153–197.
- MacDonald, D. A., Gagnier, J. J., Friedman, H. L. (2000). The Self Expansiveness Level Form: Examination of its validity and relation to the NEO Personality Inventory-Revised. *Psychological Reports*, Vol. 86, p. 707–726.
- MacDonald, D. A. (2009). Identity and Spirituality: Conventional and Transpersonal Perspectives. *International Journal of Transpersonal Studies*, Vol. 28, p. 86–106.
- Martišauskienė, E. (2004). *Paauglių dvasingumas kaip pedagoginis reiškinys*. Vilnius: VPU.
- Martišauskienė, E. (2008). *Šviesos pedagogikos kontūrai: dvasingumo ugdymo pamatai*. Vilnius: VPU.
- Maslow, A. H. (1993). *The farther reaches of human nature*. New York: Penguin/Arkana.
- Maslow, A. H. (1999). *Toward a psychology of being*. New York: Wiley.

- Maslow, A. (2009). *Motyvacija ir asmenybė*. Vilnius: Apostrofa.
- Miller, J. P., Nakagawa, Y. (2002). *Nurturing our wholeness: Perspective on spirituality in education*. Brandon, VT: Foundation for Educational Renewal.
- Moberg, D. O. (2002). Assessing and measuring spirituality: Confronting dilemmas of universal and particular evaluative criteria. *Journal of Adult Development*, Vol. 9, p. 47–60.
- Otto, R. (1961). *The Idea of the Holy*. New York: Oxford University Press.
- Otway, L. J., Carnelley, K. B. (2013). Exploring the associations between adult attachment security and self-actualization and self-transcendence. *Self and Identity*, Vol. 12, p. 217–230.
- Piedmont, R. L. (1999). Does spirituality represent the sixth factor of personality? Spiritual transcendence and the five factor model. *Journal of Personality*, Vol. 67, p. 985–1013.
- Piedmont, R. L. (2001). Spiritual Transcendence and the Scientific Study of Spirituality. *Journal of Rehabilitation*, Vol. 67, p. 4–11.
- Reed, P. (1992). An emerging paradigm for the investigation of spirituality in nursing. *Research in Nursing and Health*, Vol. 15, p. 349–357.
- Scheler, M. (1973). *Formalism in Ethics and Non-Formal Ethics of Values*. Evanston, IL: Northwestern University Press.
- Schneider, K. J., Bugental, J. F. T., Pierson, J. F. (2015). Introduction. In K. J. Schneider, J. F. T. Bugental, J. F. Pierson (eds.). *The Handbook of Humanistic Psychology*, p. xix–xvi. California: Sage Publications, Inc.
- Shostrom, E. L., Knapp, R. R. (1976). Validation of the Personal Orientation Dimensions: An inventory for the measurements of self actualizing. *Educational and psychological measurements*, Vol. 36, p. 491–494.
- Sineta, M. (2000). *Spiritual intelligence: What we can learn from the early awakening child*. Maryknoll, N.Y: Orbis Press.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 53, p. 80–93.
- Sumerlin, J. R., Bundrick, C. M. (1996). Brief Index of Self-Actualization: A Measure of Maslow's Model. *Journal of Social Behavior & Personality*, Vol. 11, p. 253–271.
- Thatcher, A. (1996). 'Policing the sublime': a wholly (holy?) ironic approach to the spiritual development of children. In J. Astley, L. J. Francis (eds.). *Christian Theology and Religious Education*. London: SPCK.
- Vasconcellos, J. (2015). Foreword. In K. J. Schneider, J. F. T. Bugental, J. F. Pierson (eds.). *The Handbook of Humanistic Psychology*, p. xiii–xiv. California: Sage Publications, Inc.
- Westphal, M. (2004). *Transcendence and Self-Transcendence: on God and the Soul*. Bloomington: Indiana University Press.
- WHOQOL and Spirituality, Religiousness and Personal Beliefs (SRPB)*. (1998). Switzerland: World Health Organization.
- Wolman, R. (2001). *Thinking Without Your Soul – Spiritual Intelligence and Why It Matters*. New York: Random House, Inc.

ASSESSMENT OF SPIRITUALITY: DEVELOPMENT AND VALIDATION OF THE HUMANISTIC SPIRITUALITY INVENTORY

Simona Kontrimienė

Summary

Spirituality is a complex multidimensional phenomenon whose definitions are very diverse. Although currently there exists a considerable degree of variability in the models of spirituality and its measures, there are certain commonalities shared

by all the proposed views, notably belief in the Higher Power (often referred to as transcendence), meaning in life as well as other components of spirituality which capture the aspects of innerness, selflessness, self-fulfilment and depth, broadness and maturity of thinking. All those most salient constituents are included in the proposed Humanistic Spirituality Model, which captures the content domain of spirituality through three components (self-actualisation, transcendence and ultimate meaning in life) and rests on the writings of Abraham Maslow (2009 [1954], 1999 [1961], 1993 [1971]), David Elkins (2015; Elkins et al., 1988), Merold Westphal (2004) and others.

The model served as the basis for the development of the Humanistic Spirituality Inventory (HSI), a 40-item measure of humanistic spirituality which contains three scales corresponding to the three model components: *Self-Actualisation* (23 items, e.g.: “I believe that even the biggest blows in life would not break me”), *Transcendence* (9 items, e.g.: “I often engage in deep reflection, meditation and/or prayer”) and *Ultimate Meaning in Life* (8 items, e.g.: “My faith allows me to see meaningful ties among things which are not directly related”). Self-actualisation implies efficient perception of reality, spontaneity, creativity, peak experiences, personal growth, detachment, *Gemeinschaftsgefühl* (social interest) and profound relationships; transcendence is viewed as a belief that there is something more than “what is seen”, or belief in the Higher Power, it also implicates self-transcendence and a holistic view of reality; ultimate meaning in life implies a highly meaningful life or a sense of purposefulness and ontological significance inspired by faith.

The current study ($N = 331$) explores the psychometric properties of the instrument and has found the following: First, a higher than 90% agreement among the four judges who rated the inventory on the appropriateness of the items suggests adequate content validity of the instrument. Second, a confirmatory factor analysis, which has yielded three factors much in line with the Self-Actualisation, Transcendence and Ultimate Meaning in Life scales, as well as substantial and statistically significant correlations with other measures of the constructs (ranging from .401 to .814) prove adequate construct validity of the scales. Third, the measure has been found to have good internal consistency reliability, with Cronbach’s alphas of .87 for the total Humanistic Spirituality Inventory, .72 for the Self-Actualisation Scale, .80 for the Transcendence and .80 for the Ultimate Meaning in Life Scale. Lastly, the inventory has acceptable test-retest reliability (.92 over a two-week period).

The results of the study support the good psychometric properties of the Humanistic Spirituality Inventory, which suggests that it can be used as a proper measure in spirituality research. We believe the proposed model and inventory validated in the current study reflect experiences of individuals from different religious affiliations and are suitable for today’s Western culture, where most people increa-

singly find contact with divinity within themselves and purify the meaning of life through their own idiosyncratic spiritual experiences. The Humanistic Spirituality Model is coincident with ideas expressed by de Jager Meezenbroek and colleagues (2012), according to which most current instruments of spirituality measure universal experiences such as connectedness with nature, compassion, gratitude, mystical experiences and self-actualisation, and the essential component of spirituality is relatedness. In our model, relatedness with oneself, others and nature (which corresponds to the component of self-actualisation and often manifests through inner harmony, serenity, conscientiousness, self-awareness, compassion and care) and relatedness to what is transcendent (a connection with something beyond that which is merely human, for example, the universe, the transcendent reality, the Higher Power or God and expressed through awe, hope and holiness) make for the formation of the perception of ultimate meaning in life, the ability that is acquired through meditation, prayer and/or deep reflection and is contingent on the level of internalisation of the highest Being-values.

