



Garīgums (tā dimensijas)/Garīgais intelekts

Edijs Zemvaldis/Laura Regzdiņa

Bc.psych

Edijs Zemvaldis

1.Kursa darbs I– Reliģiozitātes, garīguma un vērtību saistība.

2.Kursa darbs II – Ikdienas garīgās pieredzes aptaujas adaptācija.

3.Dalība konferencē

❖ Zemvaldis, E.(2017). Reliģiozitātes un garīguma rādītāju atšķirības dažādu reliģiju pārstāvjiem Latvijā, Veselības psiholoģijas un pedagogijas katedras rīkota konference: Veselība un personības attīstība, 27 - 29.aprīlis.

- Darbs pilnā veidā nav ticis iesniegts nevienai citai komisijai un nekad nav publicēts.

4. Bakalaura darbs – Reliģiozitātes, garīguma un maģiskās domāšanas saistība dažādu kristietības konfesiju pārstāvjiem

5.Publikācija – “Psiholoģija Mums”.



Laura Regzdiņa

- 1.Kursa darbs I – Psiholoģiskās un subjektīvās labizjūtas saistība ar autentiskumu
- 2.Kursa darbs II – Garīgā intelekta (*Spiritual Intelligence Self-Report Inventory, SISRI-24*) un Ticības pārdabiskajam (*Supernatural Belief Scale, SBS-6*) aptauju adaptācijas pirmais posms
- 3.Dalība konferencēs
 - ❖ Regzdiņa, L.(2017). Garīgā intelekta saistība ar veselību un apmierinātību ar dzīvi, Veselības psiholoģijas un pedagoģijas katedras rīkota konference: Veselība un personības attīstība, 27 - 29.aprīlis.
 - ❖ Regzdiņa, L.(2017). Ticības pārdabiskajam (*Supernatural Belief Scale, SBS-6*) aptaujas adaptācijas I posms, Veselības psiholoģijas un pedagoģijas katedras rīkota konference: Psiholoģijas izglītības virzienam RSU – 10 gadi, 5 – 7.oktobris.
4. Publikācijas – “Psiholoģija Mums”.



Atrast atbildes un vārdus

10
GADI
PSIHOLOĢIJAS
IZGLĪTĪBAI
RSU



Jautājumi, pa vienam?

10
GADI
PSIHOLOĢIJAS
IZGLĪTĪBAI
RSU



Jautājums (1)

Cik bieži savās ikdienas dzīves gaitās Jūs domājat par savu saistību ar dzīvi, nāvi, esošo realitāti un spējat to izskaidrot?

Jautājums (2)

Cik bieži Jūs esiet pateicīgs par svētībām
Jūsu dzīvē?

10
GADI
PSIHOLOĢIJAS
IZGLĪTĪBAI
RSU



Jautājums (3)

Cik lielā mērā esat apzinājies savas
dzīves mērķi vai jēgu un nodarbojieties ar
to savā ikdienā?

Jautājums (4)

Cik bieži Jūs vēlaties būt tuvāk Dievam vai
vienots ar dievišķo?



Jautājums (5)

Cik lielā mērā esat apzinājies vai izjutis,
kā Jūsu rīcība saistās ne tikai ar jūsu
psihisko un fizisko stāvokli, bet arī ar Jūsu
tuvākajiem un pavisam nepazīstamiem
cilvēkiem vai apkārtējo vidi?



Jautājums (6)

Cik bieži Jūs jūtat Dieva klātbūtni?

10
GADI
PSIHOLOĢIJAS
IZGLĪTĪBAI
RSU



Jautājums (7)

Cik lielā mērā spēja apzināties un mainīt
savu esošo apziņas stāvokli uz
augstāku/garīgu apziņas stāvokli ir Jums
ikdienā palīdzīga?



Jautājums (8)

Cik bieži Jūs izjūtat iekšēju mieru vai harmoniju?

10
GADI
PSIHOLOGIJAS
IZGLĪTĪBAI
RSU



Garīguma definēšana (1)

- Transcendenta dimensija, kura ir saistīta ar indivīda pieredzi, kas savukārt veidojusies personiskos jautājumos par eksistences nozīmi, kā arī mēģinājumos iekļaut sevi plašākā ontoloģiskā kontekstā (*Shafranske, Gorsuch, 1984, kā minēts, Zinbauer, Pargament, & Scott, 1999*).
- Indivīda neparastu jautājumu uzdošana, kas tiek vaicāti par eksistences nozīmi. Šī eksistences nozīme skaidrota ar indivīdu pieņemumu, ka dzīvē ir vairāk iespēju, nekā mēs spējam redzēt vai izprast pilnīgi (*Fetzer Institute, 1999, kā minēts, Park, et al., 2011*).
- Esamības un pieredzes ceļš, kurš veidojas caur izpratni, kas gūta piedzīvojot transcendenci. Šis pieredzes ceļš tiek saistīts ar indivīdu konkrēti identificējamām vērtībām, kas saistāmas ar viņiem pašiem, viņu dzīvi un jebko, kas skar augstāko (*Elkins, et al, 1988, kā minēts, Zinbauer, Pargament & Scott, 1999*).



Garīguma definēšana (1.2.)

- Garīgums ir daudzdimensionāls. Definēts ļoti daudz veidos un tiek parasti saprasts, kā saistīts, bet atšķirīgs no reliģiozitātes (*Kreitzer, et al., 2009*).
- Subjektīva svētā pieredze (*Vaughan, 1991, kā minēts, Zinbauer, Pargament & Scott, 1999*).
- Dieva laipnā atbilde indivīda attiecībām ar sevi (*Benner, 1989, kā minēts, Zinbauer, Pargament & Scott, 1999*).
- Ilgas vai iekšēja motivācija meklēt kaut ko reliģisku vai ar to saistītu. Lielākā cilvēka potenciāla sfēra, kura atspoguļojas saskaroties ar dzīvi mainošiem mērķiem, augstākām būtnēm, Dievu, mīlestību, līdzjūtību un nolūkiem (*Tart, 1975, kā minēts, Ivztan, et al., 2011*).



Garīgums

❖ Garīgums ir daudzdimensionāls un skaidro indivīda personīgās dzīves saistības ar pārpasaulīgās dzīves, dievišķā vai svētā uztveri (*Underwood & Teresi, 2002*).

G skolas

- bijība (*Kam, 1986, kā minēts, Underwood, Teresi, 2002*);
- pateicība (*Steindl - Rast, 1984, kā minēts, Underwood, & Teresi, 2002*);
- žēlsirdība (*Vacek, 1994, kā minēts, Underwood & Teressi, 2002*);
- transcendences pieredze (*Underwood, 1999, kā minēts, Underwood, Teresi, 2002*);
- iekšēja harmonija (*Underwood, Teressi, 2002*);
- garīgas ilgas (*Lofty, 1998, kā minēts, Underwood, Teressi, 2002*);
- līdzcietības mīlestība (*Underwood, Teressi, 2002*).



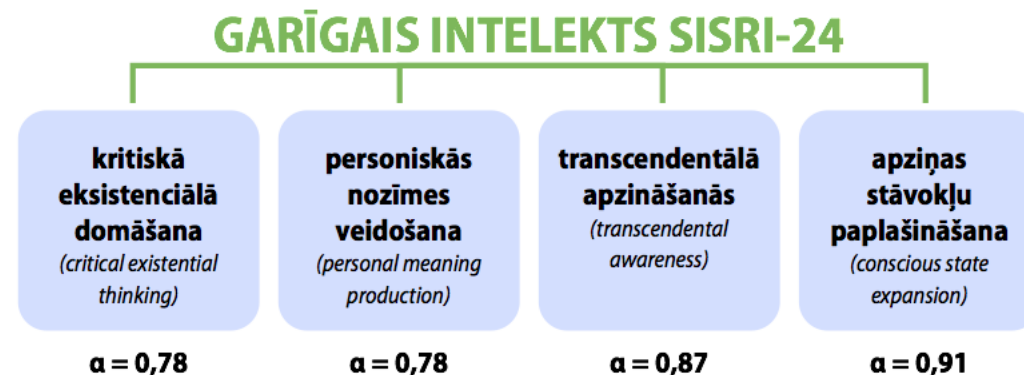
Garīgā intelekta definēšana

- Garīgums ir intelekta paveids vai garīgā apziņa, spēju un prasmju kopums, kas dod iespēju cilvēkiem tikt galā ar savām ikdienas dzīves problēmām, sasniegt mērķus un ir viens no galvenajiem individuālās atšķirības determinējošajiem faktoriem starp indivīdiem (*Emmons, 2000b; Emmons, 2000a*)
- Garīgo intelektu raksturo spēja redzēt jautājumus no vairāk kā vienas perspektīvas, izpratne par uztveres (*perception*), pārliecības (*belief*) un uzvedības mijiedarbību. Vairums cilvēku uzņemas atbildību par savu uzvedību, bet neuzņemas atbildību par savām pārliecībām vai uztverto, neizprotot to savstarpējo saistību. Garīgais intelekts atspoguļojas mūsu atbildēs uz jautājumiem “Kas es esmu”, “Kāpēc es esmu šeit?”, “Kas man ir svarīgs?”, palīdz atšķirt realitāti no ilūzijām un to ir iespējams izpaust jebkurā kultūrā kā mīlestību, gudrību (*wisdom*) un atbalstu (*Vaughan, 2002*)
- Garīgo intelektu raksturo spēja izmantot dažādas maņas, tai skaitā intuīciju, meditāciju un vizualizāciju, lai pieskartos vai uztvertu savu iekšējās pasaules gudrību un izmantotu to globālu problēmu risināšanai. Tas ir radošuma, apdāvinātības un potenciāla aktivizētājs (*Sisk, 2016*)



Garīgā intelekta aptauja SISRI-24

- ❖ GI ir garīgo spēju kopums, kas ietver savas dzīves nemateriālo un transcendentālo aspektu apzināšanos (*awareness*), integrāciju (*integration*) un atbilstošu pielietošanu (*adaptive application*), rezultējoties tādās kvalitātēs kā dziļas eksistenciālās pārdomas (*deep existential reflection*), padziļināta nozīmes un jēgas izpratne (*enhancement of meaning*), sava transcendentālā Es atpazīšana (*recognition of a transcendent self*) un spēja sasniegt garīgus apziņas stāvokļus (*mastery of spiritual states*) (King, 2008)



(King, 2008; King & DeCicco, 2010)

Diskusija

10
GADI
PSIHOLOĢIJAS
IZGLĪTĪBAI
RSU

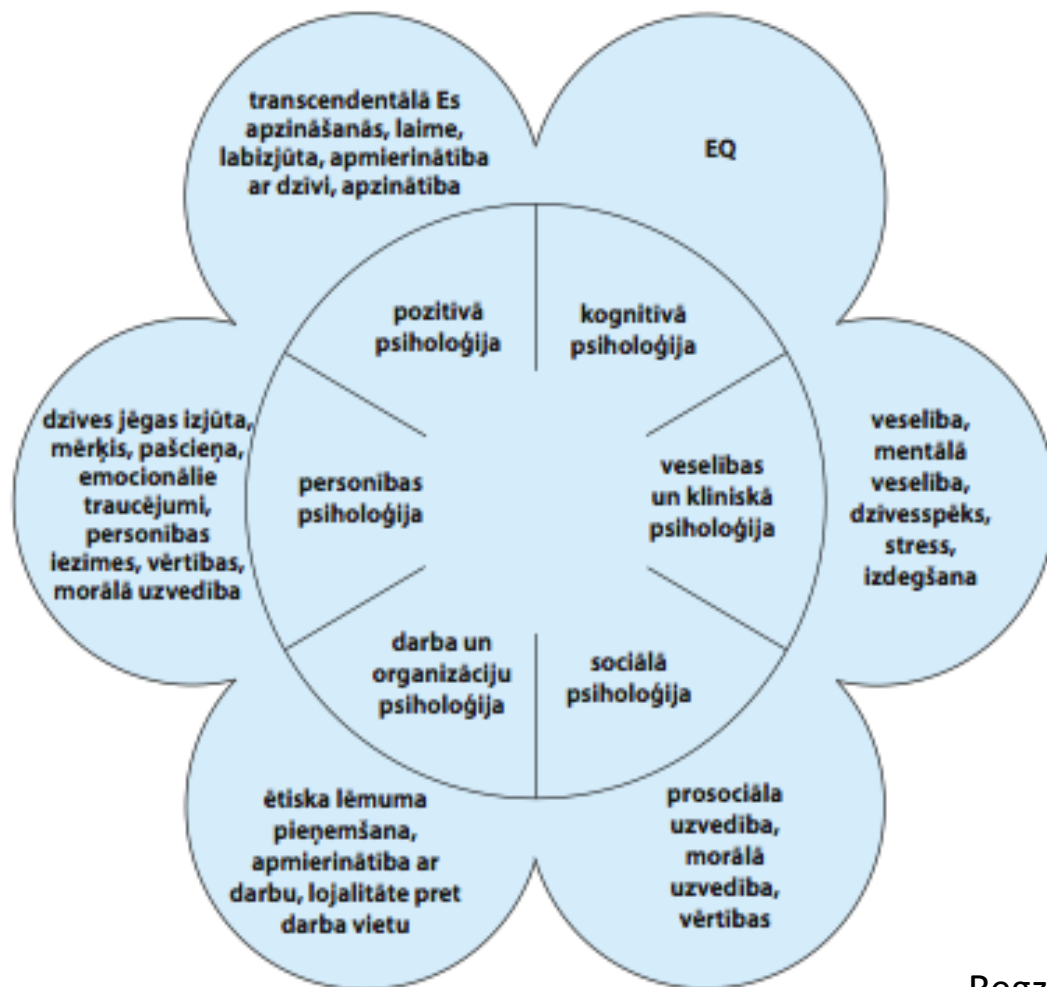


Garīgums un konsultēšana

- Pētījumu rezultāti liecina, ka psiholoģiskais atbalsts ir ļoti efektīvs, ja tas tiek pielāgots klienta raksturojošajām pazīmēm (pasaules uzskatui, vērtības, garīgums reliģiozitāte).
- Atsevišķi pētījumi arī liecina, ka cilvēki ar traumatisku pieredzi meklē palīdzību garīgumā, saskatot to par vērtīgu resursu (*Murray-Swank, Pargament, 2005, Pargament, Murray - Swank, Tarakeshwar, 2005, Norcross, 2011 kā minēts, Prusak, 2016*).
- Zināmas atšķirības iezīmē izpratne par garīguma un reliģiozitātes konceptiem. Daudzu garīgi slimu pacientu gadījumos reliģiozitāte un garīgums tiek uzskatīti par slimības simptomiem.
- Negatīvā attieksme pret pacientu reliģiskajām pārliecībām vai garīgajām pieredzēm no psihiatriem vai psihoterapeitiem, veido pacientu emocionālu attālināšanos no speciālistiem, kas izpaužas ar pacienta pieņemtu lēmumu - neizpaust savas garīgās pieredzes, reliģiskās pārliecības, jautājumus vai bažas (*Pargament, Murray-Swank, Tarakeshwar, 2005, kā minēts, Prusak, 2016*).



Garīgums un dzīve



Regzdiņa, L. (2017). Garīgā intelekta (Spiritual Intelligence Self-Report Inventory, SISRI-24) un Ticības pārdabiskajam (Supernatural Belief Scale, SBS-6) aptauju adaptācijas pirmais posms. II. kursadarbs.

PALDIES PAR UZMANĪBU!

