



UNIVERSITÀ DELLA VALLE D'AOSTA

UNIVERSITÉ DE LA VALLÉE D'AOSTE

DIPARTIMENTO DI SCIENZE UMANE E SOCIALI

CORSO DI LAUREA IN SCIENZE E TECNICHE PSICOLOGICHE

ANNO ACCADEMICO 2025/2026

TESI DI LAUREA

L'esperienza religiosa tra identità appartenenza e crisi

DOCENTE

Prof.ssa Monaci Mariagrazia

STUDENTESSA

Mirauta Andreia

23 D03 520

Indice :

Introduzione.....	4
Capitolo 1.....	7
Identità e crisi religiosa.....	7
Religione e identità sociale.....	7
Prospettiva multidisciplinare sulle origini della religione.....	9
Crisi religiosa.....	11
Crescita personale.....	15
Capitolo 2.....	16
Attaccamento e Coping.....	16
Attaccamento religioso.....	16
Religione e riduzione della sofferenza psicologica.....	17
Coping religioso.....	18
Il caso della Cina dopo il COVID-19.....	20
Ritorno alla fede.....	21
Capitolo 3.....	24
<i>Religione e Pregiudizio</i>	24
La duplice natura della fede.....	24
Perché la religione è legata al pregiudizio.....	25
Discrepanza tra immagine di sé e atteggiamenti.....	26
Il pregiudizio nei confronti di migranti e rifugiati.....	28
Il fondamentalismo religioso come causa del pregiudizio.....	30
Conclusione.....	33
Bibliografia.....	35
Sitografia.....	38

Introduzione

La religione o spiritualità rappresenta in molti casi un elemento centrale dell'identità personale e sociale dell'individuo. Fornisce una guida morale, un significato e uno scopo nella vita, un senso di protezione e di appartenenza a una comunità e quindi accesso a sostegno e risorse fondamentali per il benessere individuale.

Quando parliamo di religione, spiritualità e religiosità, dobbiamo però anche considerare che le persone devono avere fede per poter sostenersi nelle loro credenze e appartenere ad una religione senza entrare in conflitto con essa. Con il termine fede si intende un costrutto universale che comprende una serie di credenze che dettano i valori, le convinzioni e il comportamento di un individuo (Idoko, 2021 come citato in Zurcher et al, 2024).

Inoltre, all'interno di un contesto religioso o spirituale vengono condivisi valori, tradizioni, riti, norme e aspettative comportamentali. Non è dunque solo una questione di fede e credenze a livello spirituale, si tratta bensì di una struttura complessa che fornisce sostegno, risorse e protezione all'individuo come singolo ma anche alla comunità nella sua totalità.

Tuttavia, alcune persone possono trovarsi, nel corso della vita, ad allontanarsi dal contesto religioso per varie ragioni. Negli ultimi decenni il fenomeno della secolarizzazione è diventato sempre più presente in molte società occidentali. La secolarizzazione viene intesa come allontanamento dalla religione o diminuzione di religiosità. Le nuove generazioni specialmente risultano meno religiose o si allontanano dai sistemi religiosi (Stolz et al., 2024). Sebbene tale fenomeno risulti di intensità diversa a seconda del paese e del contesto culturale, esso rappresenta una tendenza diffusa nelle società occidentali (Bailey, 2015; Norris & Inglehart 2011; Pew Research Center, 2012; Zuckerman, 2016; come citato in Curtis & Olson, 2019). Negli ultimi decenni, specialmente negli Stati Uniti, la proporzione di popolazione che dichiara di essere membro di una chiesa, sinagoga o moschea è scesa del 50% (Jones, 2021 come citato in Zurcher et al., 2024). Inoltre, l'identificazione con la categoria dei non religiosi come atei o agnostici è cresciuta fino a un 26% rispetto al 17% rilevato nel 2009 (Pew Research Center, 2019 come citato in Zurcher et al., 2024).

Molti studi dimostrano che esiste una correlazione tra religione e benessere soggettivo, in quanto la vita religiosa è legata all'appartenenza ad una comunità, e il relativo supporto sociale viene a mancare nel momento dell'allontanamento. È tuttavia importante sottolineare che il benessere individuale non può dipendere esclusivamente da fattori interpersonali: una parte del

benessere dipende anche dalle strategie di coping messe in atto per fronteggiare una situazione particolarmente stressante come può essere il conflitto religioso e l'allontanamento dalla comunità religiosa.

La religione stessa può rappresentare un'importante risorsa di coping nella vita; si pensi ai periodi più bui, come nel caso della perdita di una persona amata. L'individuo può rivolgersi alla religione per dare senso alla realtà e per poterci convivere. La religione può rappresentare una fonte di forza e fiducia per andare avanti, permette di accettare ciò che altrimenti le persone farebbero difficoltà ad accettare. La ricerca suggerisce che ci sono significativi benefici nell'abbracciare la vita religiosa. La religione porta speranza (Gianisia, 2018 come citato in Zurcher et al., 2024), motivazione (Omu & Reynolds, 2014 come citato in Zurcher et al., 2024), una visione positiva del mondo (Ai et al., 2013), e uno scopo nella vita (Russo-Netzer, 2018 come citato in Zurcher et al., 2024).

L'allontanamento però porta a perdere la visione sulla vita e sul mondo precedentemente accettata e genera tensioni e conflitti riguardanti le questioni sacre sia a livello intrapersonale sia a livello interpersonale. Genera un conflitto esistenziale nell'individuo.

Le ricerche collegano il fenomeno anche a indicatori di stress psicologico. Tale esperienza può provocare sintomi depressivi e/o ansiosi, così come situazioni di vita particolarmente stressanti e traumatiche possono aver provocato l'iniziale allontanamento (Cowden & Pargament, 2022). Nonostante l'interesse per il rapporto tra religione e benessere psicologico, il processo di allontanamento dalla religione e le sue relative implicazioni risultano ancora poco indagate. Secondo Exline et al. (2014) il conflitto con il divino (devine struggle) può assumere diverse forme tra cui: difficoltà interpersonali, difficoltà legate al dubbio religioso o vere e proprie crisi di fede, difficoltà legate alla figura demonica e alle forze malefiche legate ai sensi di colpa, relazione problematica con il divino, problematiche legate alla morale e dubbi sul significato della vita (Cowden et al., 2025). Ancora meno studiato è il ritorno alla fede degli individui che hanno sperimentato crisi religiose (Zuercher et al., 2024).

Comprendere queste dinamiche appare rilevante, al fine di avere una comprensione più profonda del paziente che sta vivendo una crisi religiosa o che deve affrontare altre difficoltà senza il supporto critico della religione. Il conflitto religioso, specialmente in individui con fragilità o in situazioni di vita critiche come malattia e incertezza, può avere un impatto significativo all'interno del vissuto psicologico dell'individuo.

L'allontanamento dalla religione avviene nella maggior parte dei casi in maniera graduale, attraverso un progressivo distacco dalle pratiche e dalle tradizioni legate alla religione. Questo processo comporta una perdita enorme per l'individuo che lo spinge a ridefinire la sua identità al di fuori di quel mondo. Vengono persi quei momenti collettivi di condivisione attraverso le pratiche della tradizione o legate alla sfera spirituale fino ad un potenziale allontanamento, in molti casi forzato, dalla famiglia e dalla comunità di appartenenza specialmente quando queste hanno come elemento fondante la religione.

La conseguente perdita degli affetti può rappresentare un fattore di vulnerabilità importante da tenere in considerazione per il benessere psicologico dell'individuo.

Una vasta categoria di crisi e calamità può innescare crisi religiose o spirituali (Thornton, 2012 come citato in Zurcher et al., 2024). Sono state identificate quattro principali categorie: prolungata esposizione a diverse idee e pensieri, prolungata esposizione a contesti multiculturali, calamità emozionali e difficoltà psicologiche personali o familiari (Holcomb & Nonneman, 2004).

Alla luce di tali considerazioni risulta importante approfondire il ruolo della religione, della spiritualità e della fede nella vita delle persone. A partire dalle diverse forme di conflitto religioso, per comprendere quali possano essere i fattori di protezione a fronte di una situazione così importante e quali i fattori di rischio. Inoltre, risulta importante analizzare la relazione tra l'individuo e la religione, il ruolo della religione non solo nella vita privata ma anche e soprattutto nelle relazioni intrapersonali.

L'obiettivo di questo elaborato è dunque di analizzare la religione per i suoi aspetti sociali e relazionali, oltre che il legame fondamentale che l'individuo forma con il divino. Inoltre, verrà analizzato l'allontanamento religioso, le sue conseguenze e il ritorno alla fede.

Nel primo capitolo verrà esposto il ruolo della religione a livello sociale e identitario, per poi analizzare le diverse tipologie di crisi religiose e spirituali, le diverse componenti, e le implicazioni psicologiche e sociali legate al vissuto di allontanamento o al dubbio religioso. Nel secondo capitolo analizzeremo l'attaccamento religioso, il modo in cui la religione può fungere da risorsa di coping e come l'individuo può superare il momento di crisi religiosa. Nel terzo capitolo analizzeremo il pregiudizio e il suo legame alla religione.

Capitolo 1

Identità e crisi religiosa

Religione e identità sociale

“La religione è molto di più di un semplice sistema di credenze; infatti, è un fenomeno tribale e orientato al gruppo che intenzionalmente ha una serie di funzioni sociali.” (Durkheim, 1912/1995, come citato in Curtis & Olson, 2019).

La religione e la spiritualità consistono nella relazione con il sacro, ovvero tutto ciò che è legato, più o meno intimamente, alla divinità, alla religione e ai suoi misteri, e perciò suscita un atteggiamento di rispetto, venerazione e timore da parte dell'uomo (Treccani). La religione, tuttavia, non si può ridurre solo ad un aspetto ultraterreno, è composta da riti condivisi dalla collettività, festività ricorrenti e simbologia. Il credo religioso e spirituale ha accompagnato l'essere umano lungo il corso della storia. David Hume, filosofo scozzese vissuto tra il 1711 e il 1776, già riconosceva la religiosità come tratto intrinseco della natura umana e della nostra storia collettiva e culturale (Kroecker & Lemmens, 2020).

In questo senso la religione può essere analizzata attraverso la prospettiva della Social Identity Theory di Tajfel & Turner (1986) che si basa sulla distinzione da loro proposta tra identità personale, che deriva da variabili individuali, e identità sociale, derivante dall'appartenenza ai gruppi, unita al valore e al significato emotivo attribuito a tale appartenenza. Ciò implica che gli individui tendono a definire sé stessi sulla base dei gruppi a cui appartengono, come ad esempio gruppi religiosi, culturali o sociali. Questa appartenenza contribuisce a strutturare la percezione di sé e definisce il modo in cui l'individuo si relaziona con gli altri. In particolare, la teoria dell'identità sociale sostiene che le persone si sforzano di raggiungere o mantenere un'identità sociale positiva in quanto aiuta ad aumentare la propria autostima. L'identità sociale positiva deriva in gran parte da confronti favorevoli tra l'ingroup e l'outgroup (Brown, 2000). Con il termine ingroup definiamo il o i gruppi di appartenenza di un individuo e con outgroup definiamo tutti quei gruppi di cui l'individuo non fa parte e con cui l'individuo si confronta. Inoltre, la Social Identity Theory insegna che gli individui sviluppano la loro identità principalmente sulla comparazione sociale, ovvero comparandosi con chi è loro vicino, appartiene alle stesse categorie e gruppi sociali, e attraverso

l'autocategorizzazione, l'individuo si affilia a un determinato gruppo (Long & Spears 1997, come citato in Curtis & Olson, 2019).

Le persone si identificano con i gruppi, specialmente quando si tratta di quelli religiosi, anche per ridurre l'incertezza sul mondo sociale (Hogg, 2007, come citato in Brown, 2020), per sentirsi più efficaci (Breakwell, 1986, come citato in Brown, 2020), per essere coerenti con il proprio passato (Breakwell, 1986, Sani et al., 2009; Smeekes et al., 2015, come citato in Brown, 2020) oppure per aver una migliore comprensione di sé (Deaux et al., 1999; come citato in Brown, 2020). Questo rende i gruppi molto significativi in quanto capaci di dare una direzione chiara alla vita dell'individuo.

Riprendendo lo studio di Srulovici e Schwartz (1989, come citato in Brown, 2000) sui gruppi religiosi in Israele, viene sottolineato come l'intensità dell'identificazione religiosa non sia solo un fattore di coesione interna bensì influenzi direttamente la percezione del conflitto e gli atteggiamenti verso l'esterno, rendendo così l'identità sociale religiosa un elemento centrale nella definizione del sé e nel comportamento sociale dell'individuo (Brown, 2000).

Alla luce di quanto detto risulta rilevante comprendere quali sono i fattori che contribuiscono a distinguere le persone che hanno una forte identificazione con la religione da quelli che non hanno un'identità centrata su questa dimensione e quanto la religione può essere effettivamente centrale nell'identità personale e sociale di un individuo. Tenendo in considerazione che categorie come l'etnia, la fascia socioeconomica e la cittadinanza corrispondono a gruppi di forte identificazione per l'individuo.

Siamo in un'era in cui l'affiliazione religiosa non è più così semplice da definire. Attualmente, molte persone che si definiscono come credenti in una qualche divinità, non si sentono parte di una comunità religiosa o scelgono di non farne parte. In questo contesto la religiosità o spiritualità tende ad assumere, come del resto molte cose nella nostra società occidentale, una dimensione più individualizzata e privata piuttosto che comunitaria, e probabilmente la rende meno centrale per l'individuo. Di fatto si sta assistendo a due tendenze diverse riguardo alle religioni organizzate. Le società occidentali si stanno secolarizzando (Bailey, 2015; Norris & Inglehart, 2011; Pew Research Center, 2012; Zuckerman, 2016; Curtis & Olson, 2019), ovvero le istituzioni politiche e sociali hanno cominciato un processo di progressiva autonomizzazione dal controllo e/o influenza della religione e della Chiesa (Treccani), mentre il resto del mondo sta diventando più religioso. Molti studi sottolineano che proprio l'aspetto sociale dell'incontro e della partecipazione in pratiche religiose, quali preghiera e venerazione, consolida i legami

sia con la comunità che con l'identità sociale religiosa dell'individuo. Quindi la partecipazione alle pratiche religiose risulta essere un fattore centrale per consolidare il legame con la religiosità e il senso di appartenenza al gruppo, e di conseguenza fondamentale per l'identità sociale dell'individuo. Inoltre, bisogna considerare l'identità del gruppo religioso che si forma quando si fa parte di un'affiliazione religiosa. Quando gli individui entrano a fare parte di un gruppo, la loro identità può assumere due forme: ascritta o acquisita (Parsons, 1982). L'identità religiosa è principalmente acquisita, a differenza di etnia o sesso (Warner, 1993). Inoltre, se la religione viene internalizzata come identità acquisita, questa risulta più saliente per l'individuo (Peek, 2005). Altri fattori che possono aumentare l'identificazione con una religione includono variabili sia socioculturali che sociodemografiche. Da un lato, sul piano culturale si osserva una maggiore identificazione nei contesti di affiliazione con una minoranza religiosa rispetto all'affiliazione con la maggioranza religiosa. Dall'altro, sul lato sociodemografico la letteratura evidenzia che religiosità risulta maggiore tra persone anziane, persone meno istruite, donne e persone che vivono in zone rurali (Curtis & Olson, 2019), persone con minore sicurezza economica; infine, a livello individuale risulta rilevante anche la presenza di eventi di vita stressanti che possono spingere l'individuo a utilizzare la religione come risorsa di coping Pargament et al. (1990; come citato in Han et al., 2023). Altri fattori che possono aumentare l'identificazione sul piano socioculturale possono essere la socializzazione alla religione fatta dalla famiglia e dal contesto di vita, specialmente all'interno dell'educazione durante l'infanzia.

Prospettiva multidisciplinare sulle origini della religione

Data la significatività dell'esperienza religiosa ha nella vita della maggior parte delle persone in tutto il mondo, risulta importante poter indagare le sue origini psicologiche. La scienza cognitiva della religione, avvalendosi di studi antropologici, storici e di psicologia sperimentale cerca di spiegare le ragioni della pervasività a livello transculturale dei credi religiosi analizzando come i concetti religiosi siano supportati da meccanismi cognitivi umani ordinari (Barret, 2000; come citato in Kroeker & Lemmens, 2020). Secondo questo approccio, la cognizione religiosa si basa su processi cognitivi che operano in modo rapido e spesso intuitivo. Infatti, Green (2013, come citato in Kroeker & Lemmens, 2020) afferma che la cognizione umana coinvolta in queste azioni o attitudini è di tipo sociale e come tutta la cognizione sociale, risulta essere non riflessiva e quindi non richiede riflessioni astratte o di tipo superiore.

Tra gli strumenti coinvolti nella cognizione religiosa, la ricerca evidenzia l'esistenza di un dispositivo di rilevamento dell'intenzionalità. L'essere umano ha una predisposizione ben

documentata a interpretare il mondo come ordinato e a rilevare l'intenzionalità anche quando non vi sono agenti causanti osservabili o chiari (Teehan, 2014, come citato in Kroeker & Lemmens, 2020). Un elemento particolarmente rilevante all'interno di questo quadro teorico è rappresentato dal Dualismo Naturale, ovvero la tendenza umana a separare corpo e mente. Ciò consente di concepire facilmente l'esistenza di menti senza corpi fisici, come possono essere la divinità e gli spiriti. Il Dualismo Naturale si intreccia con la teoria della Mente, ovvero la propensione umana ad attribuire stati mentali, come: desideri, emozioni, piani e obiettivi, ad altri agenti oltre a sé stessi. Attraverso il dispositivo di rilevamento dell'intenzionalità, la teoria della Mente e il Dualismo Naturale l'essere umano può dunque attribuire ad un'entità invisibile stati mentali e intenzionalità (Bloom, 2007; come citato in Kroeker & Lemmens, 2020). Queste concezioni della scienza cognitiva della religione possono essere messe in relazione, in termini psicologici, con il concetto di bias cognitivi, intesi come deviazioni sistematiche nei processi di interpretazione della realtà. Esempi di bias possono essere: sovrastimare le proprie possibilità di successo quando si svolgono compiti difficili o rischiosi, chiamato bias dell'ottimismo, e sottostimare quanto tempo ci voglia per svolgere un compito complesso, ovvero bias di pianificazione (Gilhooly & Sleeman, 2022).

Il fenomeno religioso viene trattato da diverse discipline, tra cui la filosofia. In particolare, il confronto tra David Hume e Thomas Reid anticipa molti dei temi trattati dalla moderna Scienza Cognitiva della religione (Kroeker & Lemmens, 2020).

David Hume sosteneva che gli esseri umani non possiedono un'esperienza innata della religione. Secondo lui, la religione nasce dai sentimenti come la paura e la speranza, che emergono di fronte ad eventi naturali improvvisi o difficili da interpretare. Per rendere questi eventi più comprensibili, gli esseri umani tendono ad attribuire caratteristiche umane a cause ignote, mostrando una naturale propensione all'antropomorfizzazione (Hume, 2007 come citato in Kroeker & Lemmens, 2020). Le sue conclusioni sul fenomeno religioso derivano da osservazioni antropologiche e psicologiche relative alla mente umana. Al contrario di Hume, Thomas Reid riteneva che la mente umana possedesse delle facoltà innate che producono credenze in modo automatico e immediato. Per Reid, la tendenza a riconoscere un'intelligenza superiore dietro l'ordine della natura è una credenza naturale. Egli considera la mente umana non solo come capace solo di ragionamento logico o emozionale, ma anche come dotata di capacità cognitive innate. In questa prospettiva, interpretare la natura come frutto di un'intelligenza superiore divina risulterebbe come funzione originaria del nostro funzionamento cognitivo (Kroeker & Lemmens, 2020).

Crisi religiosa

La religione e la spiritualità sono dunque aspetti centrali per la vita di moltissime persone in tutto il mondo. Certe stime indicano che l'80% della popolazione mondiale dichiara un'affiliazione religiosa verso una delle molte religioni ad oggi esistenti (Pew Research Center, 2012; come citato in Cowen, Pargament, Chen & Bechara, 2024).

Proprio perché la religione può costituire un aspetto centrale dell'identità personale e sociale, eventuali dubbi e conflitti legati alla fede e al mondo religioso possono generare disagi psicologici. La religione può risultare un fattore di protezione, che dà conforto e speranza all'individuo, ma per altre persone può anche portare a conflitti religiosi di varia tipologia. In letteratura questo viene chiamato "religious struggle", ovvero crisi religiosa/spirituale, che consiste in tensioni e conflitti riguardanti questioni religiose o sacre, che possono avvenire a livello intrapsichico, intrapersonale o nella relazione con il soprannaturale (Exline, 2013; come citato in Jung et al., 2022). Tali difficoltà possono riguardare i valori morali, le credenze personali, il rapporto con il divino e con la comunità religiosa. La crisi religiosa rappresenta un fenomeno rilevante in quanto questa forma di conflitto ha un ruolo centrale nei processi di allontanamento e abbandono della religione. Proprio la natura dolorosa del conflitto religioso e il possibile allontanamento dalla fede religiosa possono influenzare la percezione di sé, il rapporto con la comunità religiosa e avere importanti implicazioni per il benessere psicologico dell'individuo. La letteratura ha individuato diverse forme di conflitto religioso o spirituale. In particolare, Exline e colleghi (2014) hanno individuato sei principali tipologie: conflitto religioso interpersonale, difficoltà legate al dubbio religioso o vere e proprie crisi di fede, difficoltà legate alla figura demonica e alle forze malefiche legate ai sensi di colpa, relazione problematica con il divino, problematiche legate alla morale e dubbi sul significato della vita. Queste diverse forme di conflitto religioso non si presentano necessariamente in forma isolata, possono anche coesistere in un individuo e interagire tra di loro contribuendo così alla complessità del fenomeno.

Ciascuna di queste forme di crisi religiosa/spirituale presenta caratteristiche precise. Le problematiche con il divino o la divinità rappresenta una forma di conflitto nella relazione tra l'individuo e il divino. In particolare, si manifesta principalmente quando la persona percepisce Dio come punitivo, non responsivo alle proprie richieste o domande e generalmente distante, e comprende sentimenti quali rabbia verso il divino, sentimenti di abbandono e incomprensione. Questo tipo di conflitto si può presentare in situazioni di difficoltà, sofferenza e fragilità in cui

l'individuo interpreta gli eventi negativi come segnali di abbandono, disapprovazione divina o assenza.

Per quanto riguarda il conflitto religioso interpersonale, questa forma di conflitto riguarda le tensioni che l'individuo può sviluppare nelle relazioni interpersonali e con le istituzioni religiose. Può manifestarsi attraverso la percezione di giudizio, rifiuto dalla propria comunità, incomprensione da parte del contesto religioso, conflitti con gli altri membri della propria chiesa o con le figure di riferimento e rabbia verso la religione organizzata. Tale forma assume particolare rilevanza nel contesto sociale, in quanto coinvolge dinamiche di appartenenza, identità e supporto comunitario.

Nel conflitto morale la persona è in tensione con i comportamenti e i valori religiosi promossi dalla propria fede e il loro livello di implementazione; talvolta il conflitto riguarda la propria capacità di restare entro i confini tracciati dalla religione. Questo tipo di conflitto può risultare in senso di colpa, paura di aver commesso peccati e difficoltà a rispettare le norme morali religiose imposte.

Per quanto riguarda il conflitto legato al dubbio, è caratterizzato da incertezza sulle proprie credenze per cui l'individuo può sviluppare dubbi riguardanti vari aspetti della religione, fino a indagare la sua effettiva validità. Tale situazione può risultare in disagio per i dubbi e la crisi di fede che la persona sta sperimentando, se non addirittura arrivare ad un vero e proprio senso di colpa verso la propria incapacità di fede. Altre conseguenze possono essere meno legate al senso di colpa, in quanto l'individuo si sente spinto dal desiderio o dal bisogno di riempire i buchi di conoscenza per poter dare senso all'interpretazione della realtà proposta dalla religione ma può sperimentare rifiuto o umiliazione da parte delle autorità religiose.

Un'altra dimensione molto comune di crisi religiosa/ spirituale è rappresentata dai dubbi sul significato ultimo della vita. Le persone che affrontano questo tipo di conflitto iniziano a chiedersi se la vita ha senso, si può provare un vuoto e una mancanza di scopo e direzione nella vita in quanto può emergere una percezione di perdita di significato; è legato fortemente alle domande esistenziali più profonde.

Infine, le difficoltà legate alla figura demonica; in questo caso l'individuo crede che il diavolo o le forze maligne stiano causando gli eventi negativi attorno a lui, e tale situazione può spingere l'individuo a sentirsi attaccato o tentato dal male (Exline et al., 2014).

Tra queste forme di crisi religiosa/spirituale, quelle che includono esperienze di sentirsi punito o abbandonati da Dio si collocano probabilmente nel cuore della vita religiosa e spirituale (Pargament & Exline, 2022; come citato in Cowden, Pargament & Wilkinson, 2025) e, di conseguenza, potrebbero avere implicazioni più profonde per il benessere psicologico e sociale di una persona (Cowden, Pargament & Wilkinson, 2025).

Pargament e Lomax (2013) hanno articolato tre modelli concettuali che potrebbero descrivere la relazione causale tra la crisi religiosa/spirituale e il funzionamento globale della persona. Il modello concettuale primario ipotizza che la crisi religiosa/spirituale porta ad un peggioramento del funzionamento globale della persona. Questo modello poggia sull'assunto che la crisi religiosa/spirituale coinvolga tensioni e conflitti attorno a valori sacri, credenze e pratiche che aiutano ad orientare e guidare molte persone nella loro ricerca di significato, senso e scopo (Pargament, 2011). Come risultato, la crisi religiosa/spirituale può sovvertire il funzionamento dell'individuo in molteplici domini (Pargament & Exline, 2022). Per quanto riguarda le implicazioni pratiche per sostenere le persone che stanno affrontando una forma di crisi religiosa/spirituale, il modello concettuale primario suggerisce di concentrarsi, nella pratica terapeutica, direttamente sulla crisi religiosa/spirituale in quanto questo può influire direttamente sul funzionamento globale dell'individuo (Cowden et al., 2024).

Il modello concettuale secondario assume che sia lo scombussolamento delle funzioni globali dell'individuo a portare alla crisi stessa. Questo modello assume che bassi livelli di funzionamento globale possano sconvolgere le persone a livello spirituale, psicologico, sociale e fisico. Sul piano pratico il modello concettuale secondario suggerisce di affrontare prima le questioni che scombussolano il funzionamento globale dell'individuo, cosa che può contribuire a ridurre la crisi religiosa/spirituale (Cowden et al., 2024).

Nel terzo modello concettuale, che viene chiamato modello concettuale complesso, la crisi religiosa/spirituale e il peggioramento del funzionamento globale si relazionano tra di loro in modo reciproco. Sul piano pratico il modello concettuale complesso suggerisce che bisogna prestare attenzione alle dinamiche in campo tra la crisi religiosa/spirituale e le problematiche di funzionamento che il paziente sta sperimentando in diverse aree di funzionamento (Cowden, et al., 2024).

Per verificare empiricamente la validità di questi tre modelli, un contributo fondamentale è stato offerto dallo studio longitudinale, con studenti universitari colombiani, condotto da Cowden, Pargament e colleghi (2024). Questo studio ha esteso una precedente ricerca longitudinale sui

modelli concettuali primario, secondario e complesso della crisi religiosa/spirituale. Sono state esaminate le associazioni tra crisi religiosa/spirituale e gli indicatori del funzionamento globale della persona in un campione non occidentale di studenti colombiani (Cowden et al., 2024).

I risultati hanno fornito riscontri positivi per il modello concettuale complesso rispetto a 16 indicatori su 18, per il modello concettuale primario per un indicatore e infine il modello concettuale secondario è risultato valido ma con meno supporto rispetto al modello concettuale primario. Questi risultati suggeriscono che l'effetto della crisi religiosa/spirituale sul successivo funzionamento globale della persona può essere più forte del contrario; inoltre, suggeriscono un legame bidirezionale tra la crisi religiosa/spirituale e un peggior funzionamento globale. Questo studio risulta essere il primo ad aver considerato anche indicatori di benessere fisico, come: la peggiore qualità del sonno; benessere sociale, quali una maggiore solitudine, e di personalità. Lo studio ha inoltre rilevato che i benefici protettivi di una buona salute mentale possono essere più deboli delle conseguenze deleterie sul disagio psicologico della crisi religiosa/spirituale. Viene dunque evidenziata l'importanza di valutare sia il funzionamento della salute mentale positivo che quello negativo nella ricerca sulla crisi religiosa/spirituale. Contrariamente alla teoria di Pargament & Exline (2022) e alcune precedenti ricerche longitudinali (ad es., Jung et al., 2022 come citato in Cowden, et al., 2024) che sottolineano come la crisi religiosa/spirituale possa promuovere la crescita personale, sono state trovate scarse prove associate ad una crescita personale. Vengono ipotizzate alcune ragioni di questa mancanza, quali il fatto che la crescita personale a seguito di una crisi religiosa/spirituale può richiedere molti mesi o anni (Hart et al., 2020; come citato in Cowden, et al., 2024). Un'altra ipotesi proposta è che potrebbe esserci una considerevole eterogeneità nella possibilità di crescita personale a seguito di una crisi religiosa/spirituale per cui certe persone possono sperimentarla e altre no.

In conclusione, questi risultati supportano l'idea che le crisi religiose/spirituali sono da tenere in considerazione quando si fa riferimento al funzionamento globale della persona. Inoltre, risulta particolarmente rilevante il legame bidirezionale del modello concettuale complesso tra crisi religiosa/spirituale e gli aspetti di funzionamento globale non solo per gli aspetti psicologici ma anche per quelli relazionali, come ad esempio la solitudine (Cowden et al., 2024).

Crescita personale

La crisi religiosa/spirituale può essere ricollegata sia ad una crescita personale che all'insorgenza di problematiche di carattere psicologico e fisiologico. Infatti, dalla letteratura empirica emergono risultati che suggeriscono che la crescita personale a seguito dell'esperienza di conflitto religioso possa avvenire, come emerge in vari studi tra cui: studi sui sopravvissuti alla siccità in Botswana (Zeligman et al., 2020; come citato in Jung et al., 2022) e tra i fedeli svizzeri che affrontano eventi di vita stressanti (Winter et al., 2009; come citato in Jung et al., 2022). Al contrario, altri studi suggeriscono che i conflitti religiosi o gli eventi di vita stressanti e/o traumatici sono legati ad una minore crescita personale; in particolare, studi condotti su genitori di bambini con autismo (Tarakeshwar & Pargament, 2001; come citato in Jung et al., 2022) e con veterani militari (Park et al., 2017; come citato in Jung, et al., 2022).

Sebbene lo studio di Cowden, Pargament & al. (2024) sopra citato non abbia trovato ampie conferme riguardanti la crescita personale a seguito della crisi religiosa/spirituale, rimane fondamentale la ricerca dei fattori che possono promuovere crescita personale negli individui. Alcuni fattori rilevati nella ricerca di Cowden, Pargament et al. (2024) sono l'avere compassione degli altri, essere aperti al cambiamento (Hart et al., 2020; come citato in Cowden et al., 2024), il coping religioso positivo (Exline et al., 2017; come citato in Cowden et al., 2024), così come sperimentare momenti sacri (Wilt et al., 2019; come citato in Cowden et al., 2024).

Infine, i conflitti religiosi possono avere delle ripercussioni anche sulla salute fisica oltre che mentale degli individui coinvolti, specialmente se si tratta di soggetti che presentano già delle fragilità di salute. Molteplici studi hanno evidenziato relazioni tra conflitti religiosi/spirituali e un peggioramento dei sintomi da HIV (Trevino et al., 2010; come citato in Exline et al., 2014), ideazione suicidaria (Exline et al., 2000; Rosmarin, Bigda-Peyton, Öngur, Pargament, & Björgevinnsson, 2013; come citato in Exline et al., 2014), tassi di mortalità più elevati (Pargament et al., 2001; come citato in Exline et al., 2014), oltre a sintomi depressivi (Ano & Vasconcelles, 2005; come citato in Exline et al., 2014), e alla relazione con ansia e altri disturbi emotivi (McCollnell et al., 2006; come citato in Exline et al., 2014). Nel complesso, questi risultati sottolineano la rilevanza clinica delle crisi religiose /spirituali (Exline et al., 2014).

Capitolo 2

Attaccamento e Coping

Attaccamento religioso

Per comprendere meglio la forza dietro il legame tra uomo e divino, è necessario guardare verso la teoria dell'attaccamento di Bowlby (1969 come citato in Kirkpatrick, 1992). Bowlby ipotizzò un sistema di comportamenti innati volti a ricercare e mantenere la vicinanza con la figura del caregiver in situazioni di pericolo o stress. Studiò il legame tra il bambino e la figura di attaccamento. Questo sistema rappresenta un fondamento principale per lo sviluppo della sicurezza emotiva dell'individuo. Il bambino ricerca prossimità con la figura di attaccamento perché questa rappresenta sicurezza e protezione. Quando la figura è disponibile e responsiva, il bambino sviluppa un senso di fiducia e sicurezza; quando è assente, incoerente o rifiutante, possono svilupparsi stili di attaccamento insicuri o ambivalenti nell'individuo. La forma di legame che si va a creare genera un "Modello Operativo Interno" che condiziona tutti i tipi di relazioni che l'individuo instaurerà nel corso della vita (Johnson et al., 2010 come citato in Henderson & Kent, 2022).

Questa stessa logica può essere utilizzata per comprendere il legame tra uomo e divino. Infatti, come esposto da Kirkpatrick (1992) nel suo saggio, la dinamica di attaccamento come descritta da Bowlby è una dinamica fondamentale anche per il Cristianesimo e per molte altre religioni. Quindi, che la figura di attaccamento sia Dio, Gesù Cristo, la Vergine Maria, uno dei santi o un'altra figura soprannaturale, l'analogia è notevole. La persona religiosa si sente al sicuro e protetta per la sola convinzione della presenza di Dio al suo fianco; perciò, le difficoltà quotidiane e i problemi della vita risultano meno pesanti. Inoltre, la separazione dalla figura di attaccamento, come già espresso nella teoria dell'attaccamento, produce grande sofferenza.

L'idea che la religione sia connessa al bisogno umano di sicurezza e protezione, e fondamentalmente radicata nella paura, non è di certo recente. Freud (1927/1961 come citato in Kirkpatrick, 1992) in particolare, sosteneva che la religione fosse una semplice risposta all'impotenza dell'uomo di fronte a un mondo ostile e che le persone bramano la protezione della figura paterna onnipotente dell'infanzia. Tuttavia, tale posizione tende a rappresentare la religione come infantile, immatura e malsana. Al contrario, Bowlby ha sempre sottolineato che

la ricerca di protezione e sicurezza nella figura di attaccamento in circostanze minacciose risulta essere un comportamento normale e sano ad ogni età. In quest'ottica, il ricorso alla religione e alla figura divina come figura di attaccamento può rappresentare l'espressione del naturale bisogno di sicurezza dell'essere umano. Infatti, Kaufman (1981 come citato in Kirkpatrick, 1992) afferma che l'idea di Dio rappresenta l'immagine della perfetta figura di attaccamento, dio è pensato come un genitore protettivo e premuroso che è sempre disponibile per i suoi figli nel momento del bisogno. Quindi la rappresentazione che l'individuo può avere del divino rappresenta un aspetto importante anche per come affronta le difficoltà nella vita e verso chi o cosa si rivolge per cercare un conforto (Kirkpatrick, 1992).

Religione e riduzione della sofferenza psicologica

Dunque, la relazione che l'individuo sviluppa con il divino rispetta i criteri per essere considerata una relazione di attaccamento. E come per le relazioni di attaccamento che l'individuo sviluppa con figure umane, così anche con il divino, il tipo di attaccamento sviluppatosi ha delle conseguenze sul benessere psicologico dell'individuo. Henderson e Kent (2022) propongono un'analisi basata sulla stabilità della percezione del divino. L'attaccamento sicuro con il divino è associato con minore ansia, minore stress, maggior soddisfazione nella vita e in generale una salute mentale migliore. Gli individui con attaccamento evitante, invece, si rifugiano nell'indipendenza emotiva: pur credendo in Dio, non hanno aspettative nei suoi confronti; perciò, la qualità della loro relazione con il divino non è rilevante per la loro salute mentale. Queste persone si basano su altre attività quali amicizie e hobbies per la loro salute mentale. La categoria su cui però Henderson e Kent si sono voluti soffermare in particolare è quella di mezzo, quella dei credenti instabili, ovvero persone che hanno un attaccamento ansioso e vorrebbero un legame profondo con il divino ma fanno fatica sia a riceverlo che ad accettarlo, generando in loro sofferenza psicologica.

I dati emersi da vari studi sulle pratiche religiose, come la preghiera, che dovrebbe contribuire al miglioramento del benessere psicologico dell'individuo, mostrano risultati misti, con associazioni positive, negative e nulle (Burdette & Hill, 2009 come citato in Henderson & Kent, 2022). È stato suggerito un legame curvilineare tra religione e benessere, superando la logica lineare che ha caratterizzato la letteratura precedente, per cui l'attaccamento evitante corrisponde sempre ad una maggiore sofferenza psicologica. Il vero elemento di vulnerabilità per la salute mentale non è il disimpegno religioso o l'evitamento, ma l'incertezza relazionale e l'ansia. Chi si colloca come credente instabile vive una costante ambivalenza e mancanza di

certezze nel rapporto con il divino. Lo studio condotto da Henderson e Kent (2022) conferma la relazione tra attaccamento sicuro e evitante con un elevato benessere psicologico, in contrasto con l'attaccamento ansioso (Henderson & Kent, 2022).

Lloyd e Reid (2022 come citato in Kirkpatrick, 1992) indagano invece l'impatto della religiosità nella riduzione della sofferenza psicologica grazie alla significativa mediazione del supporto percepito da Dio. Partendo dal considerare la relazione con il divino come una relazione di attaccamento come definito da Kirkpatrick (1992), Lloyd e Reid (2022) hanno proposto di indagare se il supporto divino percepito facesse da mediatore tra la religiosità evangelica e la sofferenza psicologica. Lo studio si è basato su un campione di 253 cristiani evangelici nel Regno Unito. Sono state misurate tre variabili prima, la religiosità come variabile indipendente, che valuta l'intensità delle credenze e delle pratiche religiose. La seconda variabile è il supporto percepito da Dio; con supporto si intende la misura con cui la figura di attaccamento risponde ai bisogni del bambino (Bean et al., 2006), in questo caso in che misura l'individuo percepisce di avere risposta da Dio. La terza variabile è la sofferenza psicologica, come variabile dipendente. I risultati confermano che più una persona è religiosa minore è la sofferenza; inoltre è stato rilevato che il supporto percepito da Dio esercita una mediazione parziale significativa. Ovvero una buona parte del beneficio della religiosità sulla salute mentale è dovuta al senso di sostegno da parte di Dio, il quale a sua volta abbatte la sofferenza psicologica (Lloyd & Reid, 2022).

Quindi, Henderson e Kent (2022) dimostrano che uno stile di attaccamento stabile e sicuro o evitante ma in ogni caso fermo e deciso riduce la sofferenza psicologica; dall'altro Lloyd e Reid (2022) identificano come meccanismo di coping il supporto percepito da Dio, con cui la religiosità riduce la sofferenza psicologica.

Coping religioso

Alla luce di quanto discusso, possiamo interpretare la religione come una risorsa psicologica che consente alle persone di attribuire significato agli eventi stressanti della vita e quindi di fronteggiarli. Diversi autori, tra cui James & Wells (2003; come citato da Garssen et al., 2021) suggeriscono che un sistema di credenze religiose o spirituali permetta all'individuo di trovare un senso ad eventi di vita stressanti che altrimenti risulterebbero difficili da spiegare. In questa prospettiva, la religione può essere considerata come una vera e propria strategia di coping. In particolare, Pargament e Hahn (1986, come citato in Kirkpatrick, 1992) hanno evidenziato come, nei momenti di crisi, le persone tendono a rivolgersi a Dio per ottenere supporto. Argyle e Beit-

Hallahmi (1975, come citato in Kirkpatrick, 1992) hanno sottolineato, in particolare, che le persone nei momenti di crisi si rivolgono alla preghiera, piuttosto che alla chiesa. Questa concezione non è nuova, e si fonda su riflessioni teoriche precedenti. Freud, ad esempio, (1927; come citato in Han et al., 2023) sosteneva che la religione avesse un ruolo fondamentale nel proteggere la mente umana dalle fonti di sofferenza, mentre Weber (1966; come citato in Han et al., 2023) affermava che una funzione essenziale della religione fosse quella di aiutare i fedeli a comprendere il perché degli eventi angoscianti e stressanti della vita. Queste visioni sono state successivamente integrate nella teoria del coping religioso di Pargament et al. (1990; come citato in Han et al., 2023), che afferma che la religione assolve una funzione critica fornendo una risorsa per l'adattamento e una sensazione di controllo laddove l'individuo non ne ha.

Se da una parte la religione rappresenta un nido accogliente che protegge i fedeli, dall'altra nel caso di crisi religiosa si parla di coping religioso negativo. Il coping religioso negativo non fa riferimento a mancanza di fede bensì rappresenta una modalità disfunzionale di affrontare gli eventi stressanti. Include preoccupazioni riguardo alla punizione divina per i propri peccati o mancanze, disconnessione dalla comunità spirituale, e tutti gli effetti che le diverse crisi religiose, presentate nel capitolo precedente, possono portare (Pargament, 1997; come citato in Trevino et al., 2014). Lo studio di Trevino e colleghi (2014) sulla correlazione tra coping religioso negativo e ideazione suicidaria in pazienti affetti da cancro in fase avanzata rappresenta un ottimo esempio per comprendere le conseguenze di questa strategia di coping rispetto ad un approccio più positivo e ottimista verso la religione. Lo studio si era basato su un campione di 603 pazienti con cancro in stadio avanzato e con un'aspettativa di vita pari o minore a sei mesi. L'obiettivo dello studio era quello di valutare se il coping religioso negativo costituisse un fattore di rischio specifico e indipendente per l'ideazione suicidaria, andando a distinguerlo da religiosità e spiritualità globali, coping religioso positivo e altri fattori psicologici, medici e sociali già noti come rilevanti. Lo studio ha utilizzato due strumenti principali, la scala di valutazione di rischio suicidario Yale e la scala RCOPE. La scala di valutazione di rischio suicidario Yale è composta da 16 item che valutano i pensieri suicidari attuali (Latham AE, Prigerson HG., 2004 come citato in Trevino et al., 2014) che ha dimostrato una validità idonea nei pazienti con cancro in fase avanzata. Della scala RCOPE è stata utilizzata la versione ridotta sviluppata da Pargament e colleghi (1998 come citato in Trevino et al., 2014) come strumento per distinguere tra le modalità positive e negative di utilizzo della religione in situazioni di stress. La scala è composta da 14 item, divisi in 7 item che fanno riferimento al coping religioso negativo e altri 7 che fanno riferimento al coping religioso

positivo. Ogni item viene misurato attraverso una scala Likert che va da 0 a 3. Lo studio ha inoltre considerato vari fattori di rischio e di protezione. I fattori di rischio riscontrati sono: il numero di sintomi fisici, performance fisica, disturbi psichiatrici. Per quanto riguarda i fattori protettivi sono stati evidenziati: qualità della vita a livello fisico, l'autoefficacia, ovvero le convinzioni riguardo la propria capacità di controllare l'ambiente e le circostanze di vita (Schwarzer R, Jerusalem M, 1995 come citato in Trevino et al., 2014), il coping, il supporto sociale percepito, la religiosità/spiritualità e l'assistenza dei bisogni spirituali da parte della propria comunità religiosa e dal sistema medico. I risultati emersi da questo studio associano il coping religioso negativo ad un aumento dell'ideazione suicidaria nei pazienti affetti da cancro in stadio avanzato. Questi risultati suggeriscono la necessità di sviluppare interventi mirati a ridurre il coping religioso negativo (Trevino et al., 2014).

Il caso della Cina dopo il COVID-19

La Cina rappresenta un caso particolare per quanto riguarda lo studio sul coping religioso. Sebbene il paese risulti altamente regolamentato dal punto di vista politico, con molte restrizioni religiose e con la maggioranza della popolazione che non dichiara alcuna affiliazione religiosa, nonostante ciò, la religione rappresenta comunque una risorsa di coping importante come andremo a vedere. In uno studio condotto da Han e colleghi (2023) utilizzando la Cina come "esperimento naturale" per studiare l'impatto della pandemia di COVID-19 sulla religiosità nel paese, è emerso che negli ultimi anni, anche prima del COVID-19, la religione è stata utilizzata dalla popolazione come strategia di coping per gestire l'ansia per l'instabilità che le persone stavano vivendo. Infatti, un aumento della percezione del rischio può spingere le persone ad utilizzare la religione come risorsa di coping. In Cina, negli ultimi anni, l'instabilità sociale, politica ed economica ha portato a periodi di insicurezza e incertezza per la popolazione, ancora prima dello scoppio della pandemia (Wang & Vaughan, 2020 come citato in Han et al., 2023). La pandemia di COVID-19 ha poi aumentato lo stato di insicurezza sociopolitica e la percezione del rischio. Norris e Inglehart (2004) sostengono che l'insicurezza economica, shock imprevisti e tutti i fattori che possono ledere la qualità di vita delle persone possono spingere queste alla ricerca di conforto proprio nella religione (Han et al., 2023).

Per capire come mai la religiosità in Cina è aumentata bisogna però capire il contesto cinese e come è stato studiato dai ricercatori. Infatti, se si analizzano i dati emersi da vari sondaggi, che però sono stati creati per l'occidente, la Cina appare come uno dei paesi più secolarizzati del mondo (Zhang & Lu, 2020 come citato in Han et al., 2023). Però questi sondaggi si basano su

forme di religiosità tipiche dell'Occidente, non altrettanto comuni in Cina. Contrariamente a quello che si può immaginare sulla base di questi risultati, nella società cinese è presente una pratica religiosa popolare molto diffusa (Yang & Hu, 2012 come citato in Han et al., 2023), e una forte sovrapposizione tra le partiche religiose popolari, istituzionali e quelle non religiose (Zhang & Lu, 2020 come citato in Han et al., 2023). Nonostante la popolazione cinese non si dichiari affiliata ad una religione, questo non vuol dire che la popolazione non si rivolga alla religione come forma di coping (Han et al., 2023).

Han e colleghi (2023) nel loro studio formulano tre ipotesi. La prima ipotesi riguarda l'aumento della percezione di rischio dovuta ai focolai, la seconda sostiene che la pandemia e il conseguente rischio aumentano la religiosità e la terza e ultima ipotesi sostiene che il COVID-19 ha rafforzato la religiosità delle persone attraverso l'aumento della percezione del rischio. Per quanto riguarda la prima ipotesi è stato rilevato che nelle province dove i focolai di COVID-19 erano più severi si registrava un'impennata della percezione del rischio da parte della popolazione. La seconda ipotesi viene studiata attraverso il monitoraggio delle ricerche online di una serie di parole chiave come Bibbia, Preghiera e Dio (Bentzen, 2021 come citato in Han et al., 2023) da parte di soggetti formalmente non religiosi. Le ricerche online di questi termini indicherebbero una ricerca di assistenza alla preghiera e un radicamento soprannaturale per maggiore sicurezza esistenziale. Dallo studio è emerso che le ricerche per i termini chiave sono aumentate nella maggior parte delle province cinesi; in particolare, nelle province più colpite dal COVID-19, come l'Hubei. Inoltre, queste parole chiave sono state ricercate online più frequentemente nelle province con percentuale maggiore di credenti. Per quanto riguarda la terza ipotesi i risultati confermano che la gravità dei focolai non aumenta di per sé la religiosità, ma lo fa perché aumenta la percezione del rischio. Proprio questa sensazione di insicurezza esistenziale funge da ponte, spingendo la popolazione a cercare conforto nella religione. I risultati di questo studio spingono ad indagare ulteriormente il potenziale della religione come strategia di coping, specialmente per quanto riguarda il contesto di emergenze come la pandemia (Han et al., 2023).

Ritorno alla fede

Zurcher e colleghi (2024) si sono concentrati sul ritorno alla fede. La loro ricerca vuole dimostrare che esiste un legame tra l'esperienza di crisi religiosa, la sua risoluzione e la rottura e risoluzione della relazione con Dio. La relazione con Dio viene descritta in termini di relazione di attaccamento. Secondo Kirkpatrick (2005 come citato in Zurcher et al., 2024),

alcune persone pensano a Dio come la perfetta figura di attaccamento in quanto onnipresente, a differenza delle persone che spesso sono inadeguate. In quest'ottica il ritorno alla fede rappresenta un processo di riparazione psicologica del divino quale base sicura.

Gli autori dimostrano che la risoluzione della crisi spirituale passa attraverso diversi fattori che permettono di ristrutturare positivamente la relazione con il divino e l'individuo. Le categorie rilevati sono i resilienti ricercatori di Dio, gli autocompassionevoli, i maratoneti e coloro che ricercano conforto nelle scritture.

Gli individui che ricadono nella prima categoria, resilienti ricercatori di Dio, hanno superato la loro crisi di fede e religiosa aggrappandosi alla credenza che nonostante le difficoltà che stavano affrontando e che non potevano spiegarsi, Dio aveva un piano e queste difficoltà erano parte di esso. Sono rimasti attaccati alle esperienze positive che hanno avuto nella loro vita come membri di una comunità religiosa finché sono tornati alla fede.

Nella seconda categoria abbiamo gli individui autocompassionevoli, vengono presentate come persone che si sono focalizzate sull'amore che Dio ha per loro. Dio le ama incondizionatamente, indipendentemente dalla loro difficoltà di credere, dai loro dubbi, dalle loro scelte ed errori. Questa è la conclusione che hanno trovato e che ha ristorato la loro relazione con Dio. Gli autocompassionevoli si impegnano particolarmente per ristorare la relazione con il divino attraverso la partecipazione in chiesa e alle tradizioni.

Per quanto riguarda la categoria dei maratoneti, questi individui vengono comparati a un corridore di maratone in quanto hanno mantenuto un passo lento e costante nell'occuparsi della loro crisi di fede. Inoltre, hanno mantenuto la loro crisi privata, non hanno condiviso la loro sofferenza con altri, neanche con Dio. Di fatto mentivano a sé stessi dicendosi che stavano bene. Hanno imparato a credere che Dio ha un piano per loro.

Infine, i ricercatori di conforto nelle scritture. Questi individui credono che il miglior posto per trovare risposte, aiuto e assistenza è nelle parole di Dio. Anche con loro emerge la credenza che Dio ha un piano per le loro sofferenze, solo che per loro il piano risulta essere aiutare gli altri.

Ogni fattore presentato si centra sulla personale riconnessione con Dio. La crisi spirituale può risultare particolarmente dolorosa per un fedele, causando lutto, confusione e disconnessione da Dio (Webb, 2019 come citato in Zurcher et al., 2024). I partecipanti allo studio si sono focalizzati sull'aspetto più intimo e individuale dell'esperienza spirituale.

Nonostante questa ricerca abbia portato alla luce dei fattori fondamentali per comprendere come le persone si riavvicinano alla fede, altri studi evidenziano anche altri fattori. Everson (2022 come citato in Zurcher et al., 2024) ha identificato altri tre fattori: cercare la verità, voler dare più significato alla vita e soffrire per difficoltà e crisi della vita.

Zurcher e colleghi (2024) sottolineano che questo studio può aiutare le organizzazioni religiose, membri e leader spirituali a interagire meglio con chi sta affrontando una crisi spirituale. Perciò, viene suggerito alle organizzazioni religiose di evitare dei messaggi generalizzati quando ci si avvicina con i membri che stanno sperimentando una crisi di fede o spiritualità.

Capitolo 3

Religione e Pregiudizio

La duplice natura della fede

“Il ruolo della religione è paradossale: essa crea il pregiudizio e, al tempo stesso, lo distrugge” (Allport, 1954).

La relazione tra religiosità e le relazioni intergruppi rappresenta un paradosso molto interessante. Da un lato, la maggior parte delle fedi monoteiste predicano l'altruismo, la compassione e l'amore per il prossimo; dall'altro, la storia e la cronaca contemporanea evidenziano come l'appartenenza religiosa possa legarsi con il pregiudizio e la radicalizzazione violenta. Il pregiudizio viene presentato da Brown (1995 come citato in Voci & Pagotto, 2010, p. 4-5) come

Il mantenimento di atteggiamenti sociali o credenze cognitive squalificanti, l'espressione di emozioni negative, o la messa in atto di comportamenti ostili o discriminatori nei confronti dei membri di un gruppo per la sola appartenenza ad esso.

Gli studi cominciati 50 anni fa hanno evidenziato in particolare questa relazione paradossale, le persone più religiose erano anche quelle più intolleranti rispetto alle persone non religiose (Hunsberger & Jackson, 2005). Hunsberger e Jackson (2005) analizzano questa relazione, partendo dagli studi preesistenti. Gli orientamenti religiosi presi in considerazione comprendono l'orientamento intrinseco, estrinseco, di ricerca, fondamentalista.

Per quanto riguarda gli orientamenti religiosi intrinseco ed estrinseco, formulati da Allport e Ross (1967), l'orientamento intrinseco viene presentato come più maturo e sincero, mentre l'orientamento religioso estrinseco è associato con immaturità religiosa. Allport e Ross (1967) ritengono che la religiosità intrinseca sia associata con maggiore tolleranza rispetto a quella estrinseca; tuttavia, la scala di misurazione di questi orientamenti è risultata problematica per via dell'influenza della desiderabilità sociale.

Baston e colleghi (1993, come citato in Hunsberger & Jackson, 2005) invece hanno proposto l'esistenza di un orientamento religioso di ricerca, che comporta un approccio interrogativo,

aperto e flessibile alle questioni religiose e che viene teoricamente associato a maggiori livelli di tolleranza.

Un altro orientamento religioso è rappresentato dal fondamentalismo religioso, caratterizzato dalla certezza che le proprie credenze siano corrette e che rappresentino la verità assoluta (Hunsberger & Jackson, 2005).

Molti degli studi sui legami tra religione e pregiudizio hanno incluso uno o più di questi orientamenti. L'orientamento di ricerca è stato spesso correlato con un minore pregiudizio, mentre il fondamentalismo religioso è stato associato con maggiore intolleranza.

Perché la religione è legata al pregiudizio

Come visto nei capitoli precedenti, la religione svolge molte funzioni nella vita delle persone, dall'essere un punto di riferimento cruciale all'organizzare le relazioni politiche e sociali tra i gruppi. Dunque, risulta probabile che vi siano molti meccanismi co-responsabili nel legame tra religione e pregiudizio. Hunsberger e Jackson (2005) propongono quattro livelli di significato associati con la religione che possono spiegare questo legame. I livelli esaminati sono: il livello cognitivo, motivazionale, societario e intergruppo.

Il livello cognitivo si concentra principalmente sullo stile di pensiero dell'individuo e sulla complessità di pensiero. La religione viene vista come un'epistemologia, ovvero un sistema che determina il modo in cui le persone percepiscono la realtà. Gli autori valutano il fondamentalismo religioso e l'orientamento di ricerca per la complessità del pensiero nel predire il pregiudizio. Hunsberger e colleghi (1995 come citato in Hunsberger & Jackson, 2005) spiegano che le persone con alti livelli di fondamentalismo tendono a adottare una forma di pensiero convergente e tendono ad assimilare le informazioni discrepanti rafforzando il loro schema religioso, che si traduce in una minore tolleranza verso chi è portatore di valori differenti. Al contrario, chi ha bassi livelli di fondamentalismo risponde alle nuove informazioni critiche modificando o adattando le proprie credenze (Pancer, Jackson, Hunsberger, Pratt, & Lea, 1995 come citato in Hunsberger & Jackson, 2005).

Il livello motivazionale rappresenta gli obiettivi personali associati con la religiosità di una persona, che possono avere degli effetti nella relazione tra religione e gli atteggiamenti verso i diversi outgroup. Gli autori presentano un paradosso legato all'orientamento intrinseco, che dovrebbe basarsi su una motivazione interna di fede come presentato da Allport e Ross (1967), ma è risultato associato con forti pregiudizi verso le minoranze sessuali. Hunsberger e

Jackson (2005) affermano che questo pregiudizio non è dato da una generica ostilità, ma bensì da un conformismo con le posizioni della propria chiesa in modo tale da preservare l'immagine di buon membro del gruppo. Questo meccanismo del buon fedele è stato ripreso anche da Baston e Burris (1994 come citato in Hunsberger & Jackson, 2005) che parlano di una forte spinta motivazionale interna a conformarsi per essere considerati come persone in una buona posizione all'interno della propria comunità religiosa.

Per quanto riguarda il livello societario e valoriale il focus si sposta dal livello individuale per analizzare la religione come strumento di partecipazione nella società. La religione può essere utilizzata per giustificare lo status quo con affermazioni come: “dio premia chi conduce una vita retta”, “dio premia i giusti”. Ad esempio, un sondaggio del 1996 negli Stati Uniti ha riportato che i protestanti evangelici ritenevano che gli afroamericani fossero ritenuti responsabili dei propri svantaggi a livello sociale per una mancanza di motivazione (Hinojosa & Park, 2004 come citato in Hunsberger & Jackson, 2005). La società, d'altra parte, può a sua volta influenzare il legame tra religione e pregiudizio. Infatti, in Canada è stata evidenziata una correlazione con il multiculturalismo (Burris et al., 2000 come citato in Hunsberger & Jackson, 2005). Le religioni possono sostenere e alimentare il pregiudizio, ma possono anche combatterlo e favorire la tolleranza.

Infine, il livello delle relazioni tra gruppi e del conflitto. La religione è fondamentale per alcuni individui nel definire chi sono. L'identificazione con il gruppo religioso e le esperienze a esso collegate offrono all'individuo una struttura di significato per coltivare un senso di sé positivo e una buona autostima. Uno dei modi in cui il bisogno di identificazione si trasforma in intolleranza è legato alla Teoria dell'identità sociale di Tajfel e Turner (1986) secondo cui gli individui per mantenere o aumentare la propria autostima effettuano un confronto sociale verso il basso con altri gruppi, svalutandoli per valorizzare il proprio. In particolare, gli individui che si identificano in maniera totalizzante con il proprio gruppo religioso traggono massimo significato da questa affiliazione e, di conseguenza, sono anche quelle che percepiscono l'outgroup come più minaccioso e mostrano nei suoi confronti alti livelli di intolleranza. Le tensioni tra gruppi religiosi, come afferma Sherif (1966), possono intensificarsi se il conflitto o la competizione avviene per delle risorse importanti e queste possono attribuire più importanza agli individui.

Discrepanza tra immagine di sé e atteggiamenti

Hunsberger e Jackson (2005) dopo aver presentato le forme di significato che legano religiosità con pregiudizio, hanno inoltre esposto tre spiegazioni sul come le persone possano mantenere un'immagine di sé tollerante e allo stesso tempo avere atteggiamenti negativi o problematici nelle relazioni con altri gruppi.

La prima spiegazione che viene offerta riguarda il pregiudizio benevolo o senza antipatia. Gli autori sostengono che il paradosso tra religione e pregiudizio è tale solo se si definisce il pregiudizio in termini di antipatia, ma questo sarebbe troppo semplice. Innanzitutto, in quanto atteggiamenti apparentemente positivi possono comunque rientrare nella categoria di pregiudizio, legittimando trattamenti diseguali (Jackman, 1994 come citato in Hunsberger & Jackson, 2005). Un esempio di pregiudizio benigno nei contesti religiosi è la credenza che le donne siano più adatte all'accudimento e cura, o che quello sia il loro scopo, così la donna viene associata all'affetto, cosa che però diventa una giustificazione per spingere le donne verso il ruolo di madre e altri ruoli domestici e lontano dalla vita accademica e lavorativa. Questo provvede a mantenere la disuguaglianza tra i gruppi in modo affettuoso (Eagly & Mladinic, 1994 come citato in Hunsberger & Jackson, 2005). Interpretare il pregiudizio come solamente antipatia è anche fuorviante in quanto gli atteggiamenti intergruppo possono essere di natura ambivalente (Katz & Hass, 1988 come citato in Hunsberger & Jackson, 2005).

La seconda spiegazione proposta da Hunsberger e Jackson (2005) riguarda gli atteggiamenti impliciti rispetto a quelli espliciti. I precetti religiosi di amore, tolleranza, accoglienza risultano spesso insufficienti nel contrastare la discriminazione e il pregiudizio poiché le risposte intergruppi non dipendono solamente da atteggiamenti espliciti e consapevoli, ma anche da processi e bias impliciti o inconsci (Rudman, 2004 come citato in Hunsberger & Jackson, 2005). La ricerca evidenzia come le persone sono spesso inconsapevoli di quanto i loro atteggiamenti sono influenzati da bias (Greenwald & Banaji, 1995 come citato in Hunsberger & Jackson, 2005). Inoltre, alcuni contesti religiosi possono rafforzare bias impliciti e incoraggiare forme lievi di pregiudizio. Ciò permette alle persone di mantenere un'immagine di sé tollerante e coerente con i propri valori religiosi, pur mantenendo atteggiamenti discriminatori e di pregiudizio (Hunsberger & Jackson, 2005).

Infine, la terza spiegazione è direttamente legata agli insegnamenti religiosi che giustificano direttamente alcuni atteggiamenti negativi. Per esempio, gli atteggiamenti negativi verso l'omosessualità vengono visti da una posizione morale dalle persone religiose (Fulton et al.,

1999 come citato in Hunsberger & Jackson, 2005), sebbene questo implichi pregiudizio e discriminazione anche al di fuori dal contesto correlato al comportamento sessuale (Batson et al., 1999 come citato in Hunsberger & Jackson, 2005).

Il pregiudizio nei confronti di migranti e rifugiati

La migrazione è un fenomeno complesso che impatta gli individui in molti modi. Nonostante l'evidenza che la migrazione risulta benefica sia per i cittadini che per i migranti, molti migranti affrontano ancora atteggiamenti negativi nel paese ricevente (Deslandes & Anderson, 2019).

Deslandes e Anderson (2019) indagano il pregiudizio nei confronti dei migranti e dei rifugiati, e in particolare si rendono conto che spesso nelle ricerche precedenti si è utilizzata la sola affiliazione religiosa per operationalizzare la religione, però questo non è risultato sufficiente o esaustivo, di fatto è fin troppo semplicistico. Di conseguenza, i ricercatori hanno deciso di misurare la religiosità invece della sola affiliazione religiosa, come misura di differenze individuali di tratto che valuta quanto un individuo è coinvolto nella propria religione, come modo più preciso di valutare la religione a livello individuale (Saroglou, 2002 come citato in Deslandes & Anderson, 2019).

Le ricerche precedenti analizzate dai ricercatori presentavano risultati discordanti. Sono state evidenziate sia relazioni positive (Nukpezah, 2017 come citato in Deslandes & Anderson, 2019) che negative (Sibley & Bulbulia, 2016 come citato in Deslandes & Anderson, 2019) tra la frequenza della partecipazione alla chiesa e gli atteggiamenti verso gli immigrati. Per quanto riguarda la ricerca sull'affiliazione, che si è spesso basata su un confronto tra individui affiliati a una religione e individui non religiosi, ha talvolta riscontrato un'assenza di differenze tra i due gruppi (Perry et al., 2015 come citato in Deslandes & Anderson, 2019) e talvolta gli individui religiosi riportavano maggiore pregiudizio (Anderson & Antalíková, 2014 come citato in Deslandes & Anderson, 2019).

Deslandes e Anderson (2019) decidono dunque di inserire nella loro ricerca la religiosità, in quanto se vengono considerate due persone che si identificano nella stessa religione, per l'affiliazione vengono considerate uguali. Se invece si valutasse la religiosità in termini di partecipazione, potremmo vedere che uno degli individui pratica quotidianamente e la religione guida molte delle sue decisioni di vita, mentre l'altro individuo pratica la religione molto raramente e questa non influisce sulle sue decisioni di vita. In questo caso i due individui risultano diversi.

Dai risultati di Deslandes e Anderson (2019) appare che la religiosità non è correlata agli atteggiamenti. Sono state fornite diverse spiegazioni per la precedente eterogeneità dei risultati. In primo luogo, l'affiliazione religiosa potrebbe moderare la relazione religiosità-atteggiamento; per esempio, la religiosità potrebbe correlare con gli atteggiamenti in maniera negativa per i cristiani e non per i non religiosi. In secondo luogo, lo stesso costrutto di religiosità potrebbe agire in modo diverso nelle diverse culture, ovvero se prediamo l'esempio dei musulmani, a seconda del paese di provenienza e dunque anche della cultura di origine, potrebbero avere atteggiamenti diversi verso i migranti. In terzo luogo, è possibile che la religiosità non sia di fatto correlata con gli atteggiamenti verso i migranti e che dipenda da fattori individuali. Inoltre, bisogna considerare che le differenze metodologiche utilizzate per misurare questa relazione possono aver influito. Deslandes e Anderson (2019) sostengono che sono necessarie ulteriori ricerche per valutare la natura complessa della religiosità e i suoi possibili collegamenti con il pregiudizio.

Gli autori hanno inoltre condotto un'analisi dei sottogruppi su tutti i dati meta-analitici per esaminare come la relazione religione-atteggiamenti cambiasse in base al tipo di migrante.

I migranti possono essere membri di tre sottocategorie: immigrati, rifugiati e richiedenti asilo. Gli immigrati sono coloro che scelgono di lasciare il proprio paese per andare a vivere in un altro paese (Australian Red Cross, 2014 come citato in Deslandes e Anderson, 2019), spinti da motivazioni personali, lavorative ed economiche. I rifugiati sono coloro che sono stati cacciati dal paese di origine, hanno chiesto protezione ad un altro paese e ottenuto lo status di rifugiato. Per quanto riguarda i richiedenti asilo, sono coloro che hanno richiesto protezione da un altro stato ma stanno ancora aspettando conferma. (United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO), come citato in Deslandes e Anderson, 2019).

L'analisi mostra che i cristiani risultano più ostili verso i rifugiati, mentre i musulmani sono ostili verso gli immigrati. Dato che la carità specialmente verso i bisognosi risulta essere uno dei principi cardine di tutte le dottrine religiose, l'atteggiamento cristiano risulta sorprendente. Gli autori propongono delle spiegazioni possibili.

In primo luogo, può essere che gli individui religiosi semplicemente detengano atteggiamenti negativi rispetto agli individui non religiosi. In effetti, la ricerca ha dimostrato che il priming religioso provochi un aumento dei livelli di svalutazione dell'outgroup (Shariff et al., 2016

come citato in Deslandes & Anderson 2019). Tuttavia, questa spiegazione non risulta sufficiente.

In secondo luogo, i rifugiati possono avere delle caratteristiche più salienti per i religiosi che per i non religiosi. Per esempio, gli individui potrebbero attribuire ai rifugiati una affiliazione religiosa, erroneamente, mentre gli individui non religiosi tendenzialmente non lo fanno. Questo potrebbe spiegare gli atteggiamenti negativi da parte dei religiosi.

In terzo luogo, si potrebbe considerare che non ci sono differenze tra gli individui religiosi e non religiosi se non per l'espressione degli atteggiamenti negativi. Ovvero, entrambe le categorie possono provare pregiudizio verso i rifugiati o migranti in generale, ma la categoria sociale dei rifugiati non è protetta normativamente per i religiosi (Crandall, Eshleman, & O'Brien, 2002 come citato in Deslandes & Anderson 2019).

Infine, potrebbe essere che gli individui religiosi tendano ad avere livelli più alti di autoritarismo di destra e orientamenti politici conservatori, rispetto ai non religiosi. Quindi, potrebbe essere che questi costrutti siano alla base degli atteggiamenti negativi verso i rifugiati.

Per quanto riguarda le dinamiche interne alla cristianità, se si valutano cattolici e protestanti, non emergono differenze significative negli atteggiamenti verso i migranti; questo potrebbe essere dato dal fatto che tutte le denominazioni cristiane fanno riferimento allo stesso testo. Dalle ricerche precedenti è emersa invece una differenza negli atteggiamenti verso i diritti dei gay tra cattolici e protestanti, con i protestanti meno favorevoli rispetto ai cattolici (Hooghe, Claes, Harell, Quintelier & Dejaeghere, 2010 come citato in Deslandes & Anderson, 2019). Presumiamo quindi che entrambe le denominazioni cristiane si basino su regole simili riguardanti gli atteggiamenti consentiti verso i migranti ma non rispetto ai diritti dei gay.

Il fondamentalismo religioso come causa del pregiudizio

A completare il quadro sul pregiudizio, lo studio condotto da Kanol (2021) su oltre 10.000 rispondenti alle tre grandi religioni abramitiche, cristianesimo, ebraismo e islam, in otto paesi, offre un'analisi cruciale sulle determinanti psicologiche dell'intolleranza e del pregiudizio. Kanol (2021) basa la sua ricerca sul fondamentalismo religioso.

I risultati della sua ricerca evidenziano tre dinamiche fondamentali.

Il fondamentalismo religioso, inteso come fede nell'esistenza di un'unica verità letterale (Altemeyer & Hunsberger, 1992 come citato in Kanol, 2021) e reazione difensiva alla

secolarizzazione (Emerson & Hatman, 2006 come citato in Kanol, 2021), si presenta come il predittore più forte degli atteggiamenti negativi verso out-group religiosi. Questo dato si estende anche agli ebrei e musulmani fuori e dentro i confini occidentali (Koopmans, 2015 come citato in Kanol, 2021).

Altemeyer e Hunsberger (1992 come citati in Kanol 2021) affermano che introducendo la variabile del fondamentalismo nei modelli statistici, il legame tra la semplice pratica religiosa o religiosità e il pregiudizio si azzerava o diminuiva considerevolmente. Ciò dimostra che la devozione in sé non produce ostilità, se non declinata in chiave fondamentalista.

Kanol (2021) indaga inoltre il ruolo del contatto e della discriminazione. Lo studio prende in esame le teorie delle relazioni intergruppi, confermando l'ipotesi del contatto (Allport, 1954). Ovvero, frequentare membri di altre fedi riduce, almeno in parte, i sentimenti ostili o pregiudizievoli nei loro confronti. Al contrario, aver subito discriminazioni o percepire ostilità verso il proprio gruppo (Kanas, Scheepers, & Sterkens, 2015 come citato in Kanol, 2021) genera risposte pregiudizievole, specialmente nei soggetti appartenenti a minoranze religiose del paese ospitante (Tropp, 2007 come citato in Kanol, 2021).

In conclusione, Kanol (2021) dimostra che l'intensità della fede o l'affiliazione non sono i fattori determinanti per spiegare il pregiudizio, il fondamentalismo religioso risulta essere il vero motore. Questo è un fenomeno universale che colpisce allo stesso modo cristiani, musulmani ed ebrei.

In sintesi, emerge una chiara evoluzione del modo di interpretare il legame tra religione e pregiudizio. I contributi di Hunsberger e Jackson (2005), Deslandes e Anderson (2019) e Kanol (2021) permettono di avere un quadro chiaro sul fenomeno del pregiudizio legato alla religione.

Per iniziare, Hunsberger e Jackson (2005) forniscono un'impalcatura teorico-concettuale sul legame tra religione e pregiudizio, spiegando il perché la religione sia legata al pregiudizio, attraverso quattro livelli di significato: il livello cognitivo, motivazionale, societario e intergruppo. Inoltre, gli autori spiegano come i fedeli possano avere atteggiamenti negativi e discriminatori ma allo stesso tempo mantenere un'immagine di sé positiva e tollerante.

Sul piano metodologico, Deslandes e Anderson (2019), riprendono la frammentata letteratura precedente e propongono l'inserimento del fattore religiosità per differenziare meglio i fedeli. Questo determina il superamento della semplice categoria di affiliazione. Applicano poi

questa metodologia sullo studio del pregiudizio rivolto agli immigrati e i loro risultati disconfermano l'ipotesi che la religiosità influenzi il pregiudizio. Rilevano che spesso sono variabili come la tendenza conservatrice delle persone più religiose o la percezione di minaccia ai propri valori che guidano l'ostilità. Focalizzandosi poi sul tipo di immigrato, gli autori notano che diverse religioni rivolgono la loro ostilità a target differenti. Infine, gli autori indagano anche le dinamiche interne alle differenti denominazioni del cristianesimo per comprendere le differenze di atteggiamento verso le persone omosessuali rispetto all'unità di atteggiamenti verso gli immigrati.

Infine, la ricerca cross-nazionale di Kanol (2021) rappresenta un punto di svolta. Se gli studi precedenti avevano individuato una discrepanza tra quello che la religione predica e come i fedeli si comportano nella vita reale, oltre alle discrepanze tra studi dove sono state evidenziate sia relazioni positive (Nukpezah, 2017 come citato in Deslandes & Anderson, 2019) che negative (Sibley & Bulbulia, 2016 come citato in Deslandes & Anderson, 2019) tra la frequenza della partecipazione alla chiesa e gli atteggiamenti verso gli immigrati. Kanol (2021) individua il motore dell'intolleranza tra gruppi religiosi: il fondamentalismo religioso. Come visto prima con Deslandes e Anderson (2019), la religiosità non implica pregiudizio, Kanol (2021) afferma che è piuttosto la rigidità dell'individuo e il legame identitario che ha con la religione, che determina il suo fondamentalismo, per cui non può accettare il diverso da lui. Inoltre, Kanol (2021) suggerisce che l'ipotesi del contatto possa essere un buon fattore di mitigazione.

In conclusione, l'evoluzione della ricerca degli ultimi decenni mostra la complessità della religione. Essa agisce da promotrice dell'altruismo, dell'amore e dell'aiuto, ma può anche essere la base dell'ostilità, a seconda dello stile cognitivo, della motivazione e del grado di fondamentalismo dell'individuo. Risulta importante approfondire questo aspetto disfunzionale. Essa può spingere un individuo ad allontanare l'altro e generare tensioni ed incomprensioni, invece di coltivarne il potenziale benefico che, come abbiamo visto nel capitolo precedente, rappresenta una risorsa di coping e una potenziale base sicura per l'essere umano.

Conclusione

La presente tesi si è proposta di analizzare la complessa natura dell'esperienza religiosa, esplorando il legame della religione con l'identità sociale dell'individuo e le crisi religiose che possono verificarsi nella vita delle persone, l'attaccamento religioso e la funzione di coping svolta dalla religione, fino ad arrivare ai fattori che promuovono il ritorno alla fede negli individui che si sono allontanati; infine, viene trattata la relazione con l'altro in termini di pregiudizio e atteggiamenti negativi.

Il primo capitolo si focalizza inizialmente sulla religione a livello di identità sociale, di rito condiviso e simbolico per l'individuo, facendo riferimento anche alla Social Identity Theory di Tajfel & Turner (1986). La religione non è solamente un insieme di dogmi ma rappresenta una guida esistenziale fondamentale. Tuttavia, l'essere umano può affrontare delle difficoltà nel mantenere il legame con la religione. Infatti, il capitolo va ad affrontare il tema della crisi religiosa nelle sue varie forme come presentate da Exline e colleghi (2014) che descrivono sei forme di crisi religiosa. Le forme di crisi presentate sono: il conflitto religioso interpersonale, la difficoltà legata al dubbio religioso, le difficoltà legate alla figura demonica, la relazione problematica con il divino, problematiche legate alla morale e dubbi sul significato della vita. In questo panorama si inserisce un duplice impatto della crisi religiosa, che alle volte risulta favorevole alla guarigione di individui con problemi psicologici o fisiologici e mentre altre volte non è stato riscontrato un significativo miglioramento.

Il secondo capitolo ha fornito ulteriori informazioni per spiegare la centralità della religione nella vita delle persone partendo dall'attaccamento religioso, dove Dio può essere percepito come una base sicura o un genitore perfetto e sempre presente. In questo caso il ricorso alla religione nei momenti di difficoltà viene interpretato specialmente come la manifestazione di un bisogno umano di sicurezza. Viene inoltre analizzata la relazione tra stili di attaccamento e benessere e Handerson e Kent (2022) dimostrano che uno stile di attaccamento stabile e sicuro o evitante ma in ogni caso fermo e deciso riduce la sofferenza psicologica; dall'altro, Lloyd e Reid (2022) identificano come meccanismo di coping il supporto percepito da Dio, con cui la religiosità riduce la sofferenza psicologica. Da qui si è poi analizzata la religione come sistema di coping; in particolare è stato analizzato il caso della Cina post COVID-19, dove è stato rilevato un aumento di religiosità, in particolare, secondo gli autori, legato alla percezione del rischio. Infine, il capitolo si è concentrato sui fattori che favoriscono il ritorno

alla fede a seguito dell'allontanamento. Viene dimostrato che la risoluzione della crisi spirituale passa attraverso diversi fattori che permettono di ristrutturare positivamente la relazione tra il divino e l'individuo. Le categorie rilevanti sono i resilienti ricercatori di Dio, gli autocompassionevoli, i maratoneti e coloro che ricercano conforto nelle scritture.

Infine, il terzo capitolo si è focalizzato su un lato disfunzionale della religione, ovvero sul pregiudizio e l'ostilità verso l'altro. Sebbene tutte le religioni in maniera diversa predichino amore, compassione e accoglienza, spesso nella vita di tutti i giorni questi valori non vengono applicati. Vengono presentati gli orientamenti religiosi che comprendono l'orientamento intrinseco, estrinseco, di ricerca, fondamentalista, utilizzati negli studi delle relazioni tra religione e pregiudizio. Viene poi indagato il perché di questo legame. Hunsberger e Jackson (2005) propongono quattro livelli di significato associati con la religione che possono spiegare il legame religione-pregiudizio. I livelli esaminati sono: il livello cognitivo, motivazionale, societario e intergruppo. Viene poi analizzata la paradossale discrepanza tra l'immagine di sé e gli atteggiamenti dei fedeli. Tuttavia, le evidenze degli studi dimostrano che la religiosità non ha di per sé legami con il pregiudizio o con atteggiamenti negativi, bensì è stato dimostrato che la chiave è il fondamentalismo religioso, che rende l'individuo più rigido e intollerante rispetto al diverso. Il fondamentalismo trasforma l'appartenenza ad una fede in una identità ferrea e una difesa contro le minacce percepite dal mondo esterno e dall'out-group.

In conclusione, la religione si presenta non come un blocco unico, bensì come una parte complessa dell'esistenza umana che se vissuta in modo flessibile, intimo e sicuro può rappresentare un'indispensabile risorsa di resilienza, coping, significato e protezione per la salute psicofisica dell'individuo; quando invece viene vissuta in maniera rigida e intransigente come nel caso del fondamentalismo religioso può provocare problematiche nella relazione con l'altro.

Bibliografia

Allport, G. W. (1954). Nature of prejudice. *Addison-Wesley*.

Allport, G. W., & Ross, J. M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5(4), 432–443. <https://doi.org/10.1037/h0021212>

Brown, R. (2000). Social identity theory: past achievements, current problems and future challenges. *European Journal of Social Psychology*, 30, 745-778.

Brown, R. (2020). The social identity approach: Appraising the Tajfellian legacy. *British Journal of Social Psychology*, 59, 5-25.

Cowden, R. G., Pargament, K. I., Chen, Z. J., Davis, E. B., Lemke, A. W., Glowiak, K. J., Rueger, S. Y., & Worthington, E. L. (2022). Religious/spiritual and psychological distress: A test of three models in a longitudinal study of adults with chronic conditions. *Journal of Clinical Psychology*, 78, 544-558. <https://doi.org/10.1002/jclp.23232>

Cowden, R., Pargament, K. I., & Wilkinson R. (2025). Divine struggles and whole person functioning: a 9-year longitudinal study of middle-aged U.S. adults. *Psychology and Health*, 40(7), 1225-1242. <https://doi.org/10.1080/08870446.2024.2309162>

Cowden, R. G., Pargament, K. I., Chen, Z.J., & Bechara, A.O. (2024). Religious/spiritual struggles and whole person functioning among Colombian university students: Longitudinal evidence of mutual influence. *International Journal of Psychology*, 59(5), 701-716. <https://doi.org/10.1002/ijop.13135>

Curtis, K. A., & Olson, L. R. (2019). Identification with religion: Cross-national evidence from a social psychological perspective. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 58(4), 790-812.

Deslandes, C., & Anderson, J. R. (2019). Religion and prejudice toward immigrants and refugees: A Meta-Analytic Review. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 29(2), 128-145. <https://doi.org/10.1080/10508619.2019.1570814>

Exline, J. J., Pargament, K. I., Grubbs, J. B., & Yali, A. (2014). The religious and spiritual struggle scale: Development and initial validation. *Psychology of Religion and Spirituality*, 6(3), 208-222. <https://doi.org/10.1037/a0036465>

- Garssen, B., Visser, A., & Pool, G. (2021). Does spirituality or religion positively affect mental health? Meta-analysis of longitudinal studies. *The International Journal of Psychology of Religion*, 31(1), 4-20. <https://doi.org/10.1080/10508619.2020.1729570>
- Gilhooly, K. J., & Sleeman, D. H. (2022). To differ is human: A reflective commentary on “Noise. A Flaw in Human Judgment”, by D. Kahneman, O. Sibony & C. R. Sunstein (2021). *Applied Cognitive Psychology*, 36(3), 724–730.
- Han, D., Ruan, R., & Vaughan, K. R. (2023). Trust in God: The covid-19 pandemic’s impact on religiosity in China. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 62(3), 523-548.
- Henderson, W. M., & Kent, B. V. (2022). Attachment to God and psychological distress: Evidence of curvilinear relationship. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 61(1), 161-177.
- Hunsberger, B., & Jackson, L. M. (2005). Religion, meaning, and prejudice. *Journal of Social Issues*, 61(4), 807-826.
- Jung, J. H., Pargament, K. I., Joynt, S., De Kock, J. H., & Cowden, R. G. (2022). The pain and gain of religious/spiritual struggles: A longitudinal study of South African adults. *Mental health, religion & culture*, 25(3), 305-319. <https://doi.org/10.1080/13674676.2021.2003312>
- Kanol, E. (2021). Explaining unfavorable attitudes toward religious out-groups among three major religions. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 60(3), 590-610.
- Kirkpatrick, L. A. (1992). An attachment-theory approach to the psychology of religion. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 2(1), 3-28.
- Kroeker, E. E., & Lemmens W. (2020). Is religion natural? *International Journal of Philosophy and Theology*, 81(4), 343-350. <https://doi.org/10.1080/21692327.2020.1757491>
- Lloyd, C. E. M., Reid, G. (2022). Perceived God support as mediator of the relationship between religiosity and psychological distress. *Mental Health, Religion & Culture*, 25 (7), 696-711. <https://doi.org/10.1080/13674676.2022.2116633>
- Sherif, M. (1966). In common predicament: Social Psychology of Intergroup Conflict and Cooperation. *Boston: Houghton Mifflin*.
- Stolz, J., Voas, D., Lipps, O., Antonietti, J. (2024). Can we explain the generation gap in churchgoing? *Journal for the Scientific Study of Religion*, 63(4), 809-829.

Tajfel, H., & Turner, J. C. (1986). The social identity theory of intergroup behavior. In S. Worchel & W. G. Austin (Eds.), *Psychology of intergroup relations* (7-24). Chicago: Nelson Hall.

Trevino, K. M., Balboni, M., Zollfrank, A., Balboni, T., & Prigerson, H. G. (2014). Negative religious coping as correlate of suicidal ideation in patients with advanced cancer. *Psycho-Oncology*, 23, 936-945. <https://doi.org/10.1002/pon.3505>

Voci, A., & Pagotto, L. (2010). *Il Pregiudizio, che cosa è, come si riduce*. Editori Laterza.

Zurcher, J. D., Vail, M., Robinson, T., Han, M., Ianovich, L., Walz, R. (2024). Returning to faith: A Q methodology analysis of messages that resonated with individuals who had experienced and resolved a faith crisis. *Pastoral Psychology*, 73, 197-213. <https://doi.org/10.1007/s11089-023-01112-9>

Sitografia

[Sacro - Enciclopedia - Treccani](#)

[Secolarizzazione - Enciclopedia - Treccani](#)