Psicologia della religione

Appunti liberi per la discussione
a cura del dr. Marco Vicentini, *psicologo*

Psicologia e Religione

La psicologia della religione è quella branca della psicologia che si occupa dello studio dei fenomeni religiosi con un approccio di tipo empirico e scientifico. La Psicologia della Religione è una disciplina che affonda le proprie radici in un tempo storico, tanto che si può asserire che i primi sviluppi della psicologia della religione coincidono con lo sviluppo scientifico della psicologia in senso generale. Il fenomeno della religione è stato oggetto di studio di eminenti esponenti che hanno determinato le moderne concezioni della psicologia. Di religione si occuparono Freud (1907, 1912-13, 1927, 1934-38), Jung (1938-40), James (1902), Fromm (1950), Allport (1950) per citare solo i più noti. Ma si potrebbe fare persino il nome di Wundt, il quale riteneva necessaria la costruzione di uno specifico approccio culturale in psicologia per lo studio di fenomeni complessi, quali ad esempio il comportamento religioso.
Questi primi autori proposero perlopiù teorie onnicomprensiva della natura umana, tentativi di spiegare tutto, religiosità compresa. Anche se sono ricchi di idee su ciò che può essere alla base dei processi religiosità, hanno fatto poco per alimentare la ricerca quantitativa, così come recentemente sviluppata.
La Psicologia della Religione ha quindi una lunga storia che, benché poco nota, soprattutto in Italia, rivela quanto nel corso del tempo gli psicologi si siano interrogati circa il fenomeno religioso nel comportamento del soggetto.

La religione sembra giocare un ruolo minimo nella vita della maggior parte degli psicologi, sicuramente negli Stati Uniti. Nel 1991 un'indagine sulle preferenze religiose degli psicologi accademici ha mostrato come questi fossero i meno religiosi, con un 50% del campione che risponde di non avere alcuna preferenza religiosa, rispetto a solo il 10% per la popolazione generale. Bergin e Jensen (1990) mostrarono i risultati di una ricerca preliminare sulla religiosità degli psicoterapeuti, dicendo: «I dati di indagini precedenti hanno indicato che i terapeuti sono stati meno legati ai valori tradizionali, credenze e affiliazioni religiose rispetto alla popolazione normale in generale". Il loro risultato più sorprendente è stata che solo il 33% degli psicologi clinici descrisse la fede religiosa come l'influenza più importante nella loro vita, rispetto al 72% della popolazione generale.
Nonostante il ruolo preminente che la religione gioca nella vita di molte persone, la religione e la fede religiosa sono fondamentalmente trascurato nei testi di psicologia (Kirkpatrick & Spilka, 1989). Allo stesso modo, le questioni religiose e di fede di clienti spesso non sono trattati da psicoterapeuti non religiosi (Lovinger, 1984). Molti psicologi non si riferiscono alla religione in quanto tale; mantengono un atteggiamento di neutralità o di silenzio verso di essa. Per molti,

questo non è un atteggiamento di ostilità, ma la posizione più rispettosa che si possa assumere verso ciò che non si approva personalmente o capire.

Modelli di studio

Psicologia della religione: La prima modalità è lo studio scientifico della religione da parte di psicologi, per cui l'oggetto di studio psicologico è il fenomeno religioso che coinvolge individui tra loro e l'individuo nelle proprie dinamiche cognitive ed emotive. Questo è un argomento importante, come emerge, ad esempio, dalla recente creazione di riviste (*International Journal for the Psychology of Religion* 1991, e del *Psychology of Religion and Spirituality*, 2009), diretta emanazione della Divisione 36 *dell'American Psychological Association*.
Lo stesso DSM-IV-TR prevede tra le "ulteriori condizioni che possono essere oggetto di attenzione clinica", al codice Z71.8, il "problema religioso o spirituale", implicato quando "l'oggetto dell'attenzione clinica è un problema religioso o spirituale. Gli esempi includono esperienze di disagio che riguardano una perdita o messa in discussione della fede, problemi associati alla conversione ad una nuova fede, o messa in discussione di valori spirituali che non devono necessariamente essere connessi ad una chiesa o ad una istituzione religiosa organizzata".

Psicologia e pastorale: La seconda modalità con cui ha interagito la psicologia con la religione è stato mettendo a disposizione informazioni psicologiche utili per guidare la pratica della cura pastorale (quello che si potrebbe chiamare la psicologizzazione della cura pastorale). A partire quasi dal dell'infanzia di psicologia, i chierici hanno guardato alla psicologia e le discipline correlate alla sanità mentale per intuizioni di guida pastorale, e gli psicologi sono stati inequivocabilmente entusiasti fornitori di tali intuizioni. Ancora oggi è prassi progettare interventi pastorali basati su modelli di psicologici clinica ed evolutiva.

Religione come esperienza (solamente) *psicologica*: In anni ormai trascorsi, fortemente ideologicizzati, si era aperta una sorta di riduzionismo, dove i modelli psicologici vennero utilizzati per spiegare e progettare l'esperienza religiosa. I risultati psicologici vennero utilizzati come teorie onnicomprensive con lo scopo di rivedere, reinterpretare, ridefinire, soppiantare, o respingere delle tradizioni religiose. Ciascuno dei quattro principali paradigmi della storia della psicologia è stato applicato in tal modo. Applicazioni della psicoanalisi, del comportamentismo e della psicologia umanistica sono ben noti e sono stati documentati da Rolston (1987). Un articolo di Sperry (1988) è un esempio recente del paradigma dominante attuale, il cognitivismo, utilizzato per ridefinire il credo religioso. Sperry ha sostanzialmente sostenuto che il paradigma mentalista nuovo, costruito sul suo concetto di mente emergentista, fornisce la base per una nuova comprensione della fede religiosa, o più direttamente dichiarato, una nuova religione. La religione dovrebbe, secondo Sperry, essere basata su una etica della biosfera e su una teleologia evolutiva fondate sull'emergentismo proprio delle scienze cognitive. Questa religione si confonderebbe con "ideologie antireligiose, come il comunismo o l'umanesimo laico" avrebbe "dovuto cedere il ricorso a spiegazioni dualistico" e evitare credenze soprannaturali. Egli ha suggerito che questo

non dovrebbe “rappresentare un grave ostacolo” alla religione moderna. In breve, l'umanità dovrebbe vista come il più alto prodotto noto di evoluzione e quindi come la nostra preoccupazione proprio finale (molti teologi potrebbero chiamare un tale ordine di priorità l’atteggiamento di adorazione). Per Sperry dovremmo basare la nostra etica sulla promozione del nostro bene comune, al fine di migliorare la costante progresso evolutivo.

Religione e spiritualità

Gli psicologi hanno esercitato uno sforzo importante nel discutere il significato di questi termini: religione e spiritualità. Il sostantivo “spirito” e l'annuncio-aggettivo “spirituale” vengono usati per riferirsi ad una gamma sempre crescente di esperienze piuttosto che essere riservato a quelle occasioni d'uso che comportano in particolare l’esistenza di forze immateriali o persone. Differenti concezioni della spiritualità, anche presenti all’interno di comunità religiose strutturare, non hanno sempre un significato unitario, e nemmeno un punto di riferimento trascendente, un fatto che ha portato a molta confusione sul suo significato in contesti di ricerca.
Nella maggior parte dei significati della spiritualità contemporanea si pone la distinzione fra spiritualità religiosa, la spiritualità naturale, spiritualità umanistica. Elkins (2001), un promotore della spiritualità umanistica, definisce sei qualità proprie della spiritualità: La spiritualità è universale, è un fenomeno umano, il suo nucleo comune sia fenomenologico, è la nostra capacità di rispondere al numinoso, è caratterizzata da una “misteriosa energia” e il suo obiettivo ultimo è la compassione.
Non mancano neppure i tentativi di definire la religione. Uno delle migliori e più semplici definizioni comparsa recentemente è stata offerta da Dollahite (1998), che ha definito la religione come “una comunità di alleanza con gli insegnamenti di fede e di narrazioni che valorizzano la ricerca del sacro e incoraggiare la morale”. Le religioni sono radicate in tradizioni spirituali che trascendono per autorevolezza la persona e fanno riferimento a grandi realtà in cui è incorporato la persona. La spiritualità può essere contestualizzata all'interno di comunità di fede, o comunità religiosa, anche se ciò non è strettamente necessario. Mentre alcuni hanno sostenuto che il movimento verso la spiritualità rappresenta un allontanamento dalla religione tradizionale (Elkins 2001), altri sostengono che l'accento posto sulla spiritualità indica un maggior rispetto per l'interno, le pratiche contemplative dei tradizionali sistemi religiosi.
Sia la religione e la spiritualità comprendono le sensazioni soggettive, pensieri e comportamenti che nascono da una ricerca del sacro. Il termine “ricerca” si riferisce ai tentativi di individuare, articolare, mantenere o trasformare. Il termine “sacro” si riferisce a un essere divino, un oggetto divino, la realtà ultima, o ultime Verità come percepita dalla persona. La religione può o non può comprendere anche la ricerca di obiettivi non sacri come l’identità sociale o il benessere psicofisico nel contesto della ricerca del sacro, così come può prescrive rituali che facilitano una ricerca del sacro, convalidate e supportato da una comunità di fede.

Un volume di recente pubblicazione di riferimento autorevole (Hill & Hood 1999) fornisce informazioni dettagliate su oltre 100 misure standardizzate di religiosità. Questi sono raggruppati

in 17 cluster, tra cui emergono: le credenze religiose e pratiche, atteggiamenti religiosi, i valori religiosi, religioso, religiosa-lare tendenza, l'impegno religioso e il coinvolgimento, la spiritualità e misticismo, il perdono, il coping religioso e il fondamentalismo religioso.

Religione ed emozioni

La connessione tra la religione e l'emozione è una storia lunga e importante. La religione è sempre stata fonte di profonda esperienza emozionale. Sia Watts e Hill sono state clamorose nel chiedere una maggiore consapevolezza delle relazioni intime e della reciprocità tra la psicologia della religione e della psicologia delle emozioni.
Un libro importante, ma raramente citati sui modi della conoscenza religiosa (Watts & Williams, 1988), dedica un intero capitolo ad approcci religiosi di regolazione delle emozioni. In modo simile, Schimmel (1997) documenta storicamente insegnamenti cristiani ed ebrei sulla padronanza di invidia, rabbia, orgoglio e altre emozioni potenzialmente distruttive. Watts (1996) distingue due principali nozioni sul ruolo delle emozioni nella vita religiosa: mentre i movimenti carismatici sottolineano l'esperienza di intense emozioni positive e la loro importanza nella esperienza religiosa e collettiva durante i riti religiosi (vedi anche McCauley 2001), la tradizione contemplativa sottolinea un effetto calmante delle passioni e lo sviluppo di quiete emotiva. Oltre a questi due approcci alla disciplina emozioni, vi è la concezione ascetica (Allen 1997), che collega la religione con una maggiore consapevolezza delle emozioni (possibile l'intelligenza emotiva, per usare un termine contemporaneo) e l'espressione creativa delle emozioni. tecniche di regolazione emotiva che hanno le loro logiche di tradizioni religiose
Una questione discutibile continua ad essere l'unicità delle emozioni che vengono etichettati come religiosi. Sono queste una classe separata di emozioni o semplicemente emozioni ordinarie sentito in contesti religiosi o suscitato attraverso i rituali religiosi come la preghiera e il culto?
Lo studio della virtù è un ritorno in psicologia ed è al nesso di psicologia della religione, psicologia della personalità, la filosofia morale, e la psicologia delle emozioni (Hill 1999, Snyder e McCullough 2000). Il movimento di psicologia positiva (Seligman & Csikszentmihalyi 2000) ha cercato di classificare sistematicamente questi punti di forza e di virtù umana in una tassonomia completa (Peterson & Seligman 2002). Concetti come il perdono, l'amore, la speranza, l'umiltà, la gratitudine, l'autocontrollo, e la saggezza appaiono come molto apprezzato disposizioni umani in ebrei, cristiani, musulmani, buddisti, indù e il pensiero e si affermano i principi Universali nelle filosofie del mondo e sistemi di etica. La ricerca di base, nonché interventi per coltivare queste virtù sono a buon punto e sono state dando frutti. Il perdono è stata un'area di ricerca particolarmente vigorosa, e la ricerca recente è esaminati di seguito.

Religione e personalità

La psicologia della personalità ha avuto un rapporto di lunga data con la psicologia della religione. Kirkpatrick (1999) ha osservato che la psicologia della personalità fornisce una sede naturale per lo studio della religione e della spiritualità in una apertura verso il trascendente che è una parte

intrinseca di ciò che significa essere umani. L'evidenza è che la spiritualità maturati può rappresentare un nuova apertura verso una sesta dimensione importante della personalità (MacDonald 2000, Piedmont 1999). Altre ricerche recenti hanno rilevato che allo stesso modo la spiritualità e la religiosità sono state omesse da modelli strutturali di personalità che si sviluppano attorno al modello dei cinque fattori (FFM). La FFM offre un punto di partenza per esplorare il rapporto relazioni tra religiosità e il funzionamento della personalità. La FFM è una tassonomia validata empiricamente relativa alle differenze individuali, che è stato convalidata cross-culturale (vedi Digman 1990, McCrae & Costa 1999). Un fattore etichettabile come "orientamento cognitivo verso la spiritualità" è stato associato con estroversione, gradevolezza, l'apertura, e la coscienziosità, mentre una forma esperienziale di spiritualità è collegato solo ad estroversione ed apertura. Una recente meta-analisi (Saroglou 2002) ha riferito che la religiosità è costantemente associata ad alta gradevolezza e la serietà, e a basso psicoticismo (nel modello di Eysenck's), ed è non correlato con gli altri cinque tratti.

Psicologia della religione: una prospettiva (tutta e solo) italiana

Il panorama italiano (e molto spesso cattolico) è purtroppo scollegato dal mondo internazionale della ricerca in ambito psicologico. In Italia gli unici riferimenti alla psicologia della religione si rifanno alle scuole dalla Gregoriana, dei Saliesiani e dell'Università Cattolica, con un modello teoretico imperniato esclusivamente su riferimenti psicoanalitici e quindi strettamente filosofici. Di seguito di propone una definizione di psicologia della religione che segue il caposcuola Aletti.

> Con psicologia della Religione si intende lo studio scientifico, tramite l'applicazione di teorie e metodi psicologici, dei fenomeni che vengono considerati religiosi all'interno di uno specifico contesto culturale (Vergote, 1993; Belzen, 1997a). Occorre però fare una precisazione metodologica importante: la Psicologia della Religione è una disciplina scientifica e come tale non ha alcun potere di giudizio circa la validità o meno dei valori religiosi professati da una persona o da un gruppo sociale. essa si costituisce come un approccio a-confessionale o, meglio, a-religioso. In questo senso, la psicologia non è né atea, né religiosa. Pertanto, la Psicologia della Religione si caratterizza per un agnosticismo metodologico e per una esclusione sistematica del trascendente, ove con questa seconda opzione si intende l'impossibilità per la psicologia di indagare fenomeni metafisici che esulano dalla realtà empirica osservabile (Aletti, 1992): caso mai, lo psicologo si limita ad osservare il rapporto che l'individuo intrattiene con una entità trascendente postulata e vissuta come presenza significativa nella vita del soggetto. Lo psicologo, quindi, è interessato alla religione professata dal soggetto, il quale indicherà la religione oggettiva a cui si riferisce, rilevata la sua presenza in un contesto culturale (Vergote, 1993).
> Pertanto, come per qualsiasi altro approccio empirico in psicologia, la Psicologia della Religione si pone come ambito di studio e di ricerca circa il vissuto psichico di un individuo verso la religione presente nel contesto socio-culturale in cui il soggetto ne fa esperienza, sia nel senso di una adesione di fede che del suo rifiuto (Aletti, 1992, 1998).Infatti, la religione, intesa come fenomeno culturale, si inserisce nella vita del soggetto intrecciandosi con il suo sviluppo psichico: l'interazione tra dimensione psichica del soggetto e dimensione socio-culturale determina le vicende dell'identità, sia in senso religioso che di rifiuto della fede. In

questo senso, la psicologia non può affermare che l'individuo sia naturalmente orientato verso la religione o, al contrario, naturalmente irreligioso: l'approccio psicologico osserva come l'individuo possa divenire religioso in una propria cultura con una propria religione; oppure come, invece, non lo diventi. Perciò, è la natura del processo del divenire religioso (ateo, indifferente) che la Psicologia della Religione indaga.
La Psicologia della Religione, quindi, assume come oggetto di indagine la religione in un duplice senso: da una parte è tenuta a considerare la religione come un fenomeno culturale specifico, oggettivamente presente in una cultura; d'altro canto, la religione è anche un fenomeno soggettivo che chiama in causa l'individuo, inserendosi e movimentando i processi di sviluppo dell'identità del soggetto. Infatti, l'identità religiosa (ma anche atea)è una identità psicologica e si contraddistingue per i medesimi processi che regolano la formazione dell'identità psichica di una persona (Vergote, 1999). Pertanto, allo psicologo della religione importano i processi, le dinamiche, i percorsi, i conflitti che l'individuo affronta nel diventare o meno una persona religiosa. Meglio: allo psicologo interessano quelle dinamiche che consentono al soggetto di sviluppare una propria identità personale in relazione ad un sistema religioso culturalmente significativo, a cui può aderire o meno, tenendo presente anche eventuali derive psicopatologiche (Vergote, 1978, 2001, 2002; Aletti & De Nardi, 2002; Aletti & Rossi, 2001). In altre parole, la domanda che lo psicologo si pone potrebbe essere questa: quale desiderio è all'opera (e si appaga) nel credere o non credere in un determinato sistema religioso? La Psicologia della Religione ha perciò come compito fondamentale quello di comprendere le motivazioni dell'atteggiamento degli individui verso la religione , analizzando anche i fattori inconsci della personalità, sia in senso ampio del termine sia in senso propriamente psicoanalitico (Vergote, 1983). Infatti, nella costituzione di una identità religiosa (atea, indifferente) intervengono molteplici fattori non riconducibili a processi unicamente consci: l'atteggiamento verso la religione che l'individuo professa o respinge appare costellato da fattori anche inconsci che si esprimono nell'affettività, nella emotività e nella motivazione (Rizzuto, 1979, 2000, 2001, 2002; Aletti, 2001, 2002; Vergote, 1978, 1983).
Riassumendo, si può affermare che la Psicologia della Religione è interessata a studiare da un canto l'influenza che sistemi di credenza religiosa esercitano sulla strutturazione della personalità; mentre d'altra parte osserva come il soggetto si appropria dei contenuti religiosi a cui intenzionalmente fa riferimento (Vergote, 1983), facendo attenzione all'uso psicologico e psicopatologico che egli ne fa (Aletti, 1999).

Riferimenti bibliografici

- Stanton (1984), A Constructive Relationship for Religion With the Science and Profession of Psychology, *American Psychologist*, 49(3), 184-199.
- Emmons & Paloutzian (2003), The Psychology of Religion, *Annual Review of Psychology*, 53, 377-402.
- Aletti (1992), *Psicologia, psicoanalisi e religione: studi e ricerche*, Dehoniane: Bologna.