



Università degli Studi di Milano-Bicocca  
 Dipartimento di Psicologia  
 Piazza dell'Ateneo Nuovo, 1  
 20126 Milano

## QUESTIONARIO DI RICERCA

Ti chiediamo di partecipare a una ricerca scientifica di psicologia **in cui resterai del tutto anonimo**. Questo questionario ha lo scopo di raccogliere **informazioni attinenti alla tua persona nell'ambito religioso/spirituale, della percezione di se stessi e in quello del benessere**.

Leggi attentamente ciascuna domanda e dai sempre una sola risposta. Non ci sono limiti di tempo. Non esistono risposte giuste o sbagliate né trabocchetti di alcun genere: **l'importante è che tu risponda in tutta sincerità**.

Probabilmente ti troverai in accordo o in disaccordo con alcune affermazioni in misura diversa. Ti chiediamo di indicare il tuo grado di accordo o di disaccordo, usando una scala numerica che può variare e che viene presentata all'inizio di ogni blocco. Ad esempio, se la scala presenta 6 numeri ciascuno con la sua descrizione, oppure 6 numeri di cui vengono presentati solo i valori estremi (1=Mai; 6= Sempre), puoi indicare la tua scelta cerchiando il numero che più corrisponde a ciò che ti rappresenta.

*Quando ci sono affermazioni che riguardano Dio e la Religione e tu non sei credente, cerca di rispondere lo stesso usando l'idea di Dio e della Religione che ti sei fatto, interagendo con persone credenti.*

Le risposte saranno analizzate collettivamente e non saremo in grado di fornire i dati individuali a chiunque li richieda.

Ti ringraziamo per la tua collaborazione.

Se vuoi ulteriori informazioni o vuoi fare delle domande, puoi scrivere a [g.rossi25@campus.unimib.it](mailto:g.rossi25@campus.unimib.it)

Spazio per il somministratore, si prega di non scrivere in questi riquadri

	1



---

---

**Per iniziare, ti chiediamo di rispondere alle seguenti domande:**

---

---

**1. Indica il tuo genere:**

- Maschio  Femmina
- 
- 

**2. Indica il tuo anno di nascita:** \_\_\_\_\_

---

---

**3. Qual è il tuo titolo di studio?**

- Licenza elementare  Alcuni anni di università  
 Licenza media inferiore  Laurea in \_\_\_\_\_ (indica)  
 Alcuni anni di scuola superiore  Specializzazione post-laurea  
 Diploma di maturità in \_\_\_\_\_ (indica)  Dottorato di ricerca
- 
- 

**4. Dove sei residente?** \_\_\_\_\_ (indica)

- Paese (fino a 10.000 abitanti)  
 Città piccola (dai 10.000 a 50.000 ab.)  
 Città media (dai 50.000 a 100.000 ab.)  
 Città grande (più di 100.000 ab.)
- 
- 

**5. Ti consideri**

- Religioso  
 Spirituale  
 Religioso e spirituale  
 Né religioso né spirituale
- 
- 

**6. Come definiresti il tuo orientamento religioso?**

- Cattolico  
 Altro cristianesimo \_\_\_\_\_ (indica) *proseguì con la domanda 7*  
 Altra religione \_\_\_\_\_ (indica)  
 Ho sviluppato un mio pensiero religioso/spirituale \_\_\_\_\_

- Ateo  
 Agnostico *salta alla domanda 11*  
 Altro \_\_\_\_\_ (indica)
- 
- 

**7. Appartieni o fai riferimento a qualche gruppo, organizzazione o movimento religioso?**

- No  Sì \_\_\_\_\_ (indica)
- 
- 

**8. Partecipi a gruppi di riflessione e/o approfondimento su "Fede e...":**

- Dipendenza da droghe  
 Sessualità  
 Salute mentale  
 Problematiche sociali  
 Supporto ai carcerati  
 Coinvolgimento attivo in politica  
 Gruppi di ascolto parrocchiali
- 
- 

**9. Se hai barrato una o più opzioni della precedente affermazione indica il nome del gruppo a cui partecipi**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

---

---

---

---

**10. Quanto frequenti le funzioni religiose?**

- mai  
 uno o due volte l'anno  
 qualche volta  
 una volta al mese (circa)  
 ogni settimana  
 ogni giorno
- 
- 

**11. Se vi è stato un cambiamento nel tuo orientamento religioso è stato:**

- da credente a non credente  
 da non credente a credente  
 da una religione ad un'altra
- 
- 

Se **appartieni/partecipi** o fai riferimento a qualche **gruppo, organizzazione o movimento religioso (domanda 7) o gruppo di riflessione e/o approfondimento su "Fede e..." (domanda 8)**, indica come ti sentivi **prima di farne parte**:

P- P	Di seguito troverai una lista di aggettivi che descrivono differenti sentimenti ed emozioni. Ti preghiamo di leggere attentamente ciascun aggettivo e di indicare con quale <b>FREQUENZA</b> hai sperimentato ciascuno di essi	Mai/ quasi mai	Poche volte	Qualche volte	Tante volte	Quasi sempre/ Sempre
1	interessato/a	1	2	3	4	5
2	angosciato/a	1	2	3	4	5
3	eccitato/a	1	2	3	4	5
4	turbato/a	1	2	3	4	5
5	forte	1	2	3	4	5
6	colpevole	1	2	3	4	5
7	spaventato/a	1	2	3	4	5
8	ostile	1	2	3	4	5
9	entusiasta	1	2	3	4	5
10	orgoglioso/a	1	2	3	4	5
11	irritabile	1	2	3	4	5
12	vigile	1	2	3	4	5
13	vergognoso/a	1	2	3	4	5
14	ispirato/a	1	2	3	4	5
15	nervoso/a	1	2	3	4	5
16	determinato/a	1	2	3	4	5
17	attento/a	1	2	3	4	5
18	agitato/a	1	2	3	4	5
19	attivo/a	1	2	3	4	5
20	timoroso/a	1	2	3	4	5

R S E	Percezione di se stessi	Massimo disaccordo			Massimo accordo
		1	2	3	4
1	Penso di valere almeno quanto gli altri	1	2	3	4
2	Penso di avere un certo numero di qualità	1	2	3	4
3	Sono portato a pensare di essere un vero fallimento	1	2	3	4
4	Sono in grado di fare le cose bene almeno come la maggior parte delle persone	1	2	3	4
5	Penso di non avere molto di cui essere fiero	1	2	3	4
6	Ho un atteggiamento positivo verso me stesso	1	2	3	4
7	Complessivamente sono soddisfatto di me stesso	1	2	3	4
8	Desidererei aver maggior rispetto di me stesso	1	2	3	4
9	Senza dubbio a volte mi sento inutile	1	2	3	4
10	A volte penso di essere un buono a nulla	1	2	3	4

S W	Leggi attentamente ciascuna domanda e segna quanto sei d'accordo con ognuna delle affermazioni utilizzando una scala da 1 = <i>Massimo disaccordo</i> a 7 = <i>Massimo accordo</i> :	Massimo disaccordo			Neutro			Massimo accordo
		1	2	3	4	5	6	7
1	Da molti punti di vista la mia vita è prossima al mio ideale	1	2	3	4	5	6	7
2	Le mie condizioni di vita sono eccellenti	1	2	3	4	5	6	7
3	Sono soddisfatto della mia vita	1	2	3	4	5	6	7
4	Finora ho avuto le cose importanti che desidero nella vita	1	2	3	4	5	6	7
5	Se potessi rivivere di nuovo, non cambierei quasi niente	1	2	3	4	5	6	7

G	Questo questionario include un numero di affermazioni generiche sulle opinioni religiose. Probabilmente ti troverai in accordo o in disaccordo con alcune di esse in misura diversa. Indica quanto concordi con ciascuna delle seguenti affermazioni, barrando con una X la casella corrispondente al tuo grado di accordo	1	3			5
		Fortemente in disaccordo	Neutro			Fortemente d'accordo
1	Non è molto importante in cosa io credo, l'importante è essere una buona persona	1	2	3	4	5
2	Per me è importante passare del tempo in meditazione e preghiera	1	2	3	4	5
3	Spesso ho avuto la forte sensazione che Dio fosse presente	1	2	3	4	5
4	Prego principalmente per avere aiuto e protezione	1	2	3	4	5
5	La preghiera dà pace e felicità	1	2	3	4	5
6	Sebbene sia religioso, non permetto che questo influenzi la mia vita quotidiana	1	2	3	4	5
7	Sebbene io creda nella mia religione, ci sono molte altre cose più importanti nella mia vita	1	2	3	4	5

Q	Questo questionario include un numero di affermazioni generiche sulle opinioni religiose. Probabilmente ti troverai in accordo o in disaccordo con alcune di esse in misura diversa. Indica quanto concordi con ciascuna delle seguenti affermazioni, barrando con una X la casella corrispondente al tuo grado di accordo	Disaccordo					Neutro					Accordo							
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	La vera religione non si trova studiando tutto ciò che accade nell'universo; la trovi pregando Dio affinché ti conceda grazia, umiltà e "illuminazione".	1	2	3	4	5	6	7	8	9									
2	Quando le mie credenze religiose vengono messe in discussione dalla povertà, dalla malattia e da altri mali presenti nel mondo, ciò mi fa credere nella bontà di Dio con più fervore che mai.	1	2	3	4	5	6	7	8	9									
3	La religione dovrebbe proprio essere un aspetto di una più fondamentale ricerca per scoprire la verità su ogni cosa, senza pregiudizio e senza riferirsi alla fede.	1	2	3	4	5	6	7	8	9									
4	Sono contento che le mie credenze religiose siano basate sulla fede; non è importante per Dio, e per me, se queste credenze potessero essere "scientificamente dimostrate" oltre ogni dubbio.	1	2	3	4	5	6	7	8	9									
5	Assolutamente NON siamo stati messi su questa terra per andare "alla ricerca della verità, qualunque sia", ma al contrario per vivere le nostre vite conformemente alla parola rivelata da Dio	1	2	3	4	5	6	7	8	9									
6	La mente umana è troppo limitata per scoprire da sola Dio e la Verità; noi dobbiamo semplicemente accettare le verità che sono state rivelate.	1	2	3	4	5	6	7	8	9									
7	Il vero obiettivo della religione dovrebbe essere quello di stimolare in noi domande, pensieri e ricerche e NON quello di seguire la parola di alcuni precedenti insegnamenti.	1	2	3	4	5	6	7	8	9									
8	Quando le mie credenze religiose sono messe in discussione dalla mia infelicità, o da acute argomentazioni, ciò mi fa credere più fortemente che mai.	1	2	3	4	5	6	7	8	9									

GHQ	Vorremmo sapere se, <b>durante le ultime settimane</b> , hai avuto qualche disturbo di tipo medico e in generale com'è il tuo stato di salute. Rispondi, per favore, semplicemente mettendo una X sulla risposta che meglio si adatta a te. Ricorda che vorremmo conoscere i disturbi di cui soffri o hai sofferto recentemente ( <b>nelle ultime settimane</b> ), non i disturbi di molto tempo fa.					
		No	Non più del solito	Un po' più del solito	Molto più del solito	Molto meno del solito
1	Hai perso molto sonno per delle preoccupazioni?	No	Non più del solito	Un po' più del solito	Molto più del solito	Molto meno del solito
2	Ti sei sentito costantemente sotto stress (tensione)?	No	Non più del solito	Un po' più del solito	Molto più del solito	Molto meno del solito
3	Sei stato in grado di concentrarti sulle cose che facevi?	Meglio del solito	Come al solito	Meno del solito	Molto meno del solito	Molto più del solito
4	Ti sei sentito utile?	Più del solito	Come al solito	Meno utile del solito	Molto meno utile del solito	Molto più del solito
5	Sei stato in grado di affrontare i tuoi problemi?	Più del solito	Come al solito	Meno del solito	Molto meno del solito	Molto più del solito
6	Ti sei sentito capace di prendere decisioni?	Più del solito	Come al solito	Meno del solito	Molto meno del solito	Molto più del solito
7	Hai avuto l'impressione di non essere in grado di superare le difficoltà?	No	Non più del solito	Un po' più del solito	Molto più del solito	Molto meno del solito
8	Ti sei sentito, tutto sommato, abbastanza contento?	Più del solito	Come al solito	Meno del solito	Molto meno del solito	Molto più del solito
9	Sei stato in grado di svolgere volentieri le tue attività quotidiane?	Più del solito	Come al solito	Meno del solito	Molto meno del solito	Molto più del solito
10	Ti sei sentito infelice e depresso?	No	Non più del solito	Un po' più del solito	Molto più del solito	Molto meno del solito
11	Hai perso fiducia in te stesso?	No	Non più del solito	Un po' più del solito	Molto più del solito	Molto meno del solito
12	Hai pensato di essere una persona senza valore?	No	Non più del solito	Un po' più del solito	Molto più del solito	Molto meno del solito

RIF	Leggi attentamente ciascuna domanda e segni a quanto ciascuna affermazione è vera per te utilizzando una scala da 1 (Non è il mio caso) a 6 (È proprio così)	Non è il mio caso					È proprio così
		1	2	3	4	5	6
1	Sono molto bravo/a a gestire le molte responsabilità della vita quotidiana	1	2	3	4	5	6
2	Non ho avuto esperienza di molte relazioni calorose e di fiducia con gli altri	1	2	3	4	5	6
3	Vivo la vita giorno per giorno e non penso al futuro	1	2	3	4	5	6
4	Ho fiducia nelle mie opinioni anche se sono contrarie a quelle degli altri	1	2	3	4	5	6
5	Per me la vita è stata un continuo processo di apprendimento, cambiamento e crescita	1	2	3	4	5	6
6	La gente mi descriverebbe come una persona disponibile, pronta a condividere il mio tempo con gli altri	1	2	3	4	5	6
7	A volte ho la sensazione di aver già fatto tutto quello che si poteva fare	1	2	3	4	5	6
8	Tendo ad essere influenzato dalle persone che hanno una forte personalità	1	2	3	4	5	6
9	Sono soddisfatto/a della maggior parte degli aspetti della mia personalità	1	2	3	4	5	6
10	Ho rinunciato a grossi miglioramenti o cambiamenti nella mia vita già da molto tempo	1	2	3	4	5	6
11	Alcune persone sono senza progetti, ma io non sono una di quelle	1	2	3	4	5	6
12	Molte volte non mi sento soddisfatto/a dei risultati ottenuti nella mia vita	1	2	3	4	5	6
13	Penso sia importante avere nuove esperienze che ti aiutano a confrontare l'opinione che hai di te e del mondo circostante	1	2	3	4	5	6
14	In generale ho la sensazione di padroneggiare la situazione in cui mi trovo	1	2	3	4	5	6
15	Mantenere relazioni stabili è stato per me difficile e frustrante	1	2	3	4	5	6
16	Le richieste della vita di tutti i giorni spesso mi abbattano	1	2	3	4	5	6
17	Giudico me stesso secondo quello che penso sia importante e non per ciò che gli altri pensano sia importante	1	2	3	4	5	6
18	Sono soddisfatto/a di come sono andate le cose nella mia vita	1	2	3	4	5	6

DS	Indica, per favore, quanto spesso le seguenti affermazioni rappresentano ciò che provi nella vita quotidiana, scegliendo il numero appropriato dalla scala.	Quasi mai	Qualche volta	Circa la metà delle volte	La maggior parte delle volte	Sempre
1	I miei sentimenti mi sono chiari	1	2	3	4	5
2	Presto attenzione al modo in cui mi sento	1	2	3	4	5
3	Le mie emozioni mi sembrano opprimenti e fuori dal mio controllo	1	2	3	4	5
4	Non ho nessuna idea di quello che provo	1	2	3	4	5
5	Ho difficoltà a dare un senso ai miei sentimenti	1	2	3	4	5
6	Sono attento/a ai miei sentimenti	1	2	3	4	5
7	So esattamente quello che provo	1	2	3	4	5
8	Mi interessa quello che provo	1	2	3	4	5
9	Sono confuso/a riguardo a quello che provo	1	2	3	4	5
10	Quando sono turbato/a riconosco le mie emozioni	1	2	3	4	5
11	Quando sono turbato/a mi arrabbio con me stesso/a per quello che sto provando	1	2	3	4	5
12	Quando sono turbato/a mi imbarazza sentirmi così	1	2	3	4	5
13	Quando sono turbato/a ho difficoltà a concludere un lavoro	1	2	3	4	5
14	Quando sono turbato/a divento fuori controllo	1	2	3	4	5
15	Quando sono turbato/a penso che rimarrò in quello stato a lungo	1	2	3	4	5
16	Quando sono turbato/a penso che finirò col sentirmi molto depresso/a	1	2	3	4	5
17	Quando sono turbato/a penso che i miei sentimenti siano legittimi e importanti	1	2	3	4	5
18	Quando sono turbato/a ho difficoltà a concentrarmi su altre cose	1	2	3	4	5
19	Quando sono turbato/a mi sento fuori controllo	1	2	3	4	5
20	Quando sono turbato/a riesco a concludere quello che sto facendo	1	2	3	4	5
21	Quando sono turbato/a mi vergogno di me stesso per quello che sto provando	1	2	3	4	5
22	Quando sono turbato/a so che alla fine troverò un modo per sentirmi meglio	1	2	3	4	5
23	Quando sono turbato/a mi sento come se fossi debole	1	2	3	4	5
24	Quando sono turbato/a mi sento come se potessi mantenere il controllo dei miei comportamenti	1	2	3	4	5
25	Quando sono turbato/a mi sento in colpa per quello che sto provando	1	2	3	4	5
26	Quando sono turbato/a ho difficoltà a concentrarmi	1	2	3	4	5
27	Quando sono turbato/a ho difficoltà a controllare i miei comportamenti	1	2	3	4	5
28	Quando sono turbato/a penso che non ci sia nulla che io possa fare per sentirmi meglio	1	2	3	4	5

29	Quando sono turbato/a mi innervosisco con me stesso/a per quello che sto provando	1	2	3	4	5
30	Quando sono turbato/a comincio a sentire dei sentimenti molto negativi verso di me	1	2	3	4	5
31	Quando sono turbato/a credo che crogiolarmi in quello stato sia l'unica cosa che posso fare	1	2	3	4	5
32	Quando sono turbato/a perdo il controllo dei miei comportamenti	1	2	3	4	5
33	Quando sono turbato/a ho difficoltà a pensare a qualsiasi altra cosa	1	2	3	4	5
34	Quando sono turbato/a prendo tempo per comprendere come mi sento veramente	1	2	3	4	5
35	Quando sono turbato/a ci vuole molto tempo per sentirmi meglio	1	2	3	4	5
36	Quando sono turbato/a le mie emozioni mi sembrano opprimenti	1	2	3	4	5

<b>R C</b>	Le seguenti frasi riguardano la maniera in cui tu affronti gli eventi negativi nella tua vita. Indica come hai reagito, ma il risultato non importa.				
	Cerca di valutare ogni frase separatamente. Rispondi il più sinceramente possibile.	Per niente	Raramente	Abbastanza	Molto
1	Ho cercato un legame più forte con Dio.	1	2	3	4
2	Ho cercato l'amore e la protezione di Dio.	1	2	3	4
3	Ho cercato aiuto da Dio per liberarmi dalla collera.	1	2	3	4
4	Ho tentato di realizzare i miei progetti con l'aiuto di Dio.	1	2	3	4
5	Ho cercato di comprendere quanto Dio poteva darmi forza in una situazione difficile.	1	2	3	4
6	Ho chiesto perdono per i miei peccati.	1	2	3	4
7	Ho concentrato l'attenzione sulla religione per frenare le preoccupazioni sui miei problemi.	1	2	3	4
8	Mi sono chiesto se Dio mi avesse abbandonato.	1	2	3	4
9	Mi sono sentito punito da Dio per la mia insufficiente devozione.	1	2	3	4
10	Mi sono chiesto cosa io abbia fatto per meritare la punizione divina.	1	2	3	4
11	Ho dubitato dell'amore di Dio per me.	1	2	3	4
12	Mi sono chiesto se la mia chiesa mi avesse abbandonato.	1	2	3	4
13	Ho capito che un fatto negativo è opera del diavolo.	1	2	3	4
14	Ho messo in dubbio la potenza di Dio.	1	2	3	4

Se **appartieni/partecipi** o fai riferimento a qualche **gruppo, organizzazione o movimento religioso (domanda 7) o gruppo di riflessione e/o approfondimento su “Fede e...” (domanda 8)**, indica come ti sei sentito **dopo la tua adesione**.

P- D	Di seguito troverai una lista di aggettivi che descrivono differenti sentimenti ed emozioni. Ti preghiamo di leggere attentamente ciascun aggettivo e di indicare con quale <b>FREQUENZA</b> hai sperimentato ciascuno di essi <b>durante le ultime settimane</b>	Mai/ quasi mai	Poche volte	Qualche volte	Tante volte	Quasi sempre/ Sempre
		1	2	3	4	5
1	interessato/a	1	2	3	4	5
2	angosciato/a	1	2	3	4	5
3	eccitato/a	1	2	3	4	5
4	turbato/a	1	2	3	4	5
5	forte	1	2	3	4	5
6	colpevole	1	2	3	4	5
7	spaventato/a	1	2	3	4	5
8	ostile	1	2	3	4	5
9	entusiasta	1	2	3	4	5
10	orgoglioso/a	1	2	3	4	5
11	irritabile	1	2	3	4	5
12	vigile	1	2	3	4	5
13	vergognoso/a	1	2	3	4	5
14	ispirato/a	1	2	3	4	5
15	nervoso/a	1	2	3	4	5
16	determinato/a	1	2	3	4	5
17	attento/a	1	2	3	4	5
18	agitato/a	1	2	3	4	5
19	attivo/a	1	2	3	4	5
20	timoroso/a	1	2	3	4	5