UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS

Instituto de Ciências Biológicas

Programa de Pós-Graduação em Neurociências

Daniel Foschetti Gontijo

ESPIRITUALIDADE E SAÚDE MENTAL: exploração de relações curvilineares a partir de uma nova escala de crenças espirituais

Belo Horizonte
2019

Daniel Foschetti Gontijo

ESPIRITUALIDADE E SAÚDE MENTAL: exploração de relações curvilineares a partir de uma nova escala de crenças espirituais

Versão final

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Neurociências da Universidade Federal de Minas Gerais como requisito parcial para a obtenção do título de Doutor em Neurociências.

Área de concentração: Neurociências clínicas.

Orientador: Prof. Dr. Bruno Figueiredo Damásio

Belo Horizonte
2019

043 Gontijo, Daniel Foschetti.

Espiritualidade e saúde mental: exploração de relações curvilineares a partir de uma nova escala de crenças espirituais [manuscrito] / Daniel Foschetti Gontijo. – 2019.

127 f.: il.; 29,5 cm.

Orientador: Bruno Figueiredo Damásio.

Tese (doutorado) – Universidade Federal de Minas Gerais, Instituto de Ciências Biológicas. Programa de Pós-Graduação em Neurociências.

1. Neurociências. 2. Religião. 3. Espiritualidade. 4. Saúde mental. I. Damásio, Bruno Figueiredo. II. Universidade Federal de Minas Gerais. Instituto de Ciências Biológicas. III. Título.

CDU: 612.8

Ficha elaborada pela Biblioteca do Instituto de Ciências Biológicas da UFMG.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM NEUROCIÊNCIAS

UFMG

FOLHA DE APROVAÇÃO

ESPIRITUALIDADE E SAÚDE MENTAL: EXPLORAÇÃO DE RELAÇÕES CURVILINEARES A PARTIR DE UMA NOVA ESCALA DE CRENÇAS ESPIRITUAIS

DANIEL FOSCHETTI GONTIJO

Tese submetida à Banca Examinadora designada pelo Colegiado do Programa de Pós-Graduação em NEUROCIÊNCIAS, como requisito para obtenção do grau de Doutor em NEUROCIÊNCIAS, área de concentração NEUROCIÊNCIAS CLÍNICAS.

Aprovada em 28 de junho de 2019, pela banca constituída pelos membros:

Bruno Figueiredo Damásio

Prof(a). Prof. Bruno Damásio Figueiredo - Orientador
UFRJ

Prof(a). Elizabeth do Nascimento
UFMG

Prof(a). Renato Tocantins Sampaio
UFMG

Prof(a). Jonas Jardim de Paula
Faculdade de Ciências Médicas de Minas Gerais

Prof(a). Pedro Paulo Pires dos Santos
UFRJ

Belo Horizonte, 27 de junho de 2019.

AGRADECIMENTOS

Foram cinco anos de aprendizagens, amadurecimento e superação... mas houve também tropeços, dúvidas angustiantes e noites mal dormidas. Nos momentos bons e nos ruins, tive a sorte de poder contar com o apoio, o encorajamento e o reconhecimento de muita gente boa. Isso, e aqui eu posso usar evidências anedóticas, foi uma das variáveis que mais contribuíram pra que eu finalmente encerrasse este ciclo!

É por isso que eu agradeço, em primeiro lugar, à Natacha, minha esposa, por ter sido o meu porto seguro em meio à tormenta, o meu energético contra o desânimo e, por ter me ajudado a pensar e repensar vários pontos-chave desta pesquisa, a minha coautora simbólica! Obrigado, meu amor!

Agradeço imensamente ao Bruno por ter "comprado a minha ideia", por ter me "adotado" quando fiquei "órfão de orientador" e, é claro, por ter sido técnica e pessoalmente fundamental para a condução deste trabalho. Valeu demais, mano! Cê é fod*!

Mas não dá pra ficar sobrecarregando a cabeça do orientador – ainda mais porque eu sou ocasionalmente indeciso, perfeccionista e... meio chato! Por isso, agradeço demais aos palpites valiosíssimos do Pedro Sampaio, do Samuel Leite, do Daniel Silva, da Ivone Andrade, do Gustavo Toledo, do Lucas Veloso, do Stephan Delgado e dos parceiros da Revista Simplesmente. Todos vocês foram fundamentais para a resolução dos meus pepinos técnico-conceituais!

Não poderia deixar de agradecer também aos colaboradores desta pesquisa – dos entrevistados aos especialistas, dos componentes da grande amostra aos avaliadores desta tese! Sem vocês, nada disto seria realizável. Obrigado!

Sinto muito, pai e mãe, irmãos, sogros, amigos e demais familiares: eu queria ter estado mais próximo de vocês durante os últimos dois anos. Contudo, como recentemente disse Tyrion Lannister, "o dever é a morte do amor". Mas Jon Snow já havia afirmado que "o amor é a morte

do dever", e tudo o que espero pros próximos meses é ressuscitar esse amor. Sei que me compreendem, e é por isso que eu lhes agradeço – de coração!

Por fim, sou eternamente grato aos grandes, polêmicos e controversos "livres pensadores" – de Sócrates a Hume, de Sagan a Hawking. Parte do que sou hoje decorre, mesmo que por vias indiretas, de seus atos corajosos de questionar autoridades, instituições e o tudo o que há de sagrado; de seus ensinamentos céticos e inspiradores; e de suas hercúleas tentativas de extrair, apesar dos pesares, algum sentido secular desta loucura misteriosa que é existir. Em função disso, parte desta tese decorre, por vias mais do que diretas, de como vocês me transformaram.

“A religião lida, primordialmente, com os territórios humanos fundamentais da incerteza e do sofrimento” (Dalgalarrondo, 2008).

RESUMO

Acumulam-se evidências de que, quanto maior é o nível de religiosidade/espiritualidade (R/E) de uma pessoa, melhor tende a ser sua saúde mental. Contudo, relativamente poucos estudos incluíram proporções significativas de pessoas não religiosas/espiritualizadas em suas amostras, e alguns achados sugerem que a relação entre aquelas duas variáveis não é linear, e sim curvilinear. Isso pode implicar que, em comparação com pessoas que apresentam níveis intermediários de R/E, aquelas que apresentam níveis maiores e aquelas que apresentam níveis menores são mentalmente mais saudáveis. Até o momento, esse "modelo curvilinear" foi pouco testado, e nenhum estudo o fez a partir de uma medida de crenças em seres espirituais – a principal característica da espiritualidade. Em vista disso, no Estudo 1, desenvolvemos e testamos a validade da Escala de Crenças em Seres Espirituais (ECSE). Por meio de uma plataforma online, 1788 brasileiros de diferentes denominações religiosas/espirituais responderam à ECSE e a cinco medidas teoricamente relacionadas, e evidências preliminares de sua validade foram encontradas. No Estudo 2, essa mesma amostra foi submetida a medidas de componentes positivos (i.e., felicidade e sentido de vida) e negativos (i.e., sintomas ansiosos e sintomas depressivos) de saúde mental. Os resultados das análises de regressão constataram relações curvilineares entre R/E – medida pela ECSE e por uma escala de religiosidade – e todos os componentes previamente descritos. Contudo, quando considerado o poder preditivo de religiosidade, o nível de crença em seres espirituais predisse significativamente apenas a variância de sentido de vida. Relações curvilineares foram mais evidentes quanto aos modelos envolvendo sintomas ansiosos e depressivos. Análises complementares mostraram que, em comparação com os grupos que apresentaram níveis intermediários de R/E (i.e., o de espiritualistas não religiosos e o de não espiritualistas agnósticos), o grupo que apresentou o maior nível (i.e., o de espiritualistas religiosos) e o grupo que apresentou o menor nível (i.e., o de não espiritualistas gnósticos) eram, em geral, compostos por pessoas mentalmente mais saudáveis. Embora os espiritualistas religiosos e os não espiritualistas gnósticos tenham apresentado níveis similares de sintomas ansiosos e depressivos, os primeiros apresentaram mais felicidade e sentido de vida. Em conjunto, esses achados corroboram o modelo curvilinear, mas sugerem que a R/E se relaciona de maneiras distintas com os componentes positivos e negativos de saúde mental.

Palavras-chave: Crenças espirituais. Escala de Crenças em Seres Espirituais. Espiritualidade. Religiosidade. Saúde mental.

ABSTRACT

Gathered evidence increasingly show that, the higher the levels of someone's religiosity/spirituality (R/S), the better tends to be his/her mental health. However, relatively few studies include significant proportions of non-religious/spiritualized people in their sample, and some findings suggest that the relation between these two variables are not linear, but rather curvilinear. This might imply that, in comparison to people who show intermediate levels of R/S, those who show higher levels and those who show lower levels tend to be mentally healthier. So far, this "curvilinear model" was rarely tested, and no study has done it through a measure of beliefs in spiritual beings – the main characteristic of spirituality. In light of that, in Study 1, we develop and test the validity of the Beliefs in Spiritual Beings Scale (BSBS). Through an online platform, 1788 Brazilians of different religious/spiritual denominations answered ECSE and five theoretical related measurements, and preliminary evidence for its validity were found. In Study 2, this same sample was assessed for positive (i.e., happiness, and meaning in life) and negative (i.e., symptoms of anxiety, and symptoms of depression) components of mental health. Results of regression analysis showed curvilinear relations between R/S – as assessed by ECSE and by a religiosity scale – as well as the aforementioned components. However, when considering the predictive power of religiosity, level of belief in spiritual beings only predicted variance in meaning in life. Curvilinear relationships were more evident in models involving symptoms of anxiety and depression. Complementary analysis showed that, in comparison to groups showing intermediate levels of R/S (i.e., that of non-religious spiritualists and those of agnostic non-spiritualists), the group showing the highest level (i.e., that of religious spiritualists) and the group showing the lowest level (i.e. that of gnostic non-spiritualists) were composed of more mentally healthy people. Although religious spiritualists and gnostic non-spiritualists had similar levels of symptoms of anxiety and depression, the former presented more happiness and meaning in life. Taken together, these findings corroborate the curvilinear model, but suggest that R/S relates in different ways to the positive and negative components of mental health.

Keywords: Spiritual beliefs. Beliefs in Spiritual Beings Scale. Spirituality. Religiosity. Mental health.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Relação (hipotética) positiva e linear entre religiosidade/espiritualidade e saúde mental 40
Figura 2. Relação (hipotética) curvilinear negativa (a) e positiva (b) entre religiosidade/espiritualidade e saúde mental 43
Figura 3. Relação (hipotética) curvilinear positiva entre religiosidade/espiritualidade e saúde mental 77
Figura 4. Relação curvilinear positiva entre religiosidade e felicidade 83
Figura 5. Relação curvilinear positiva entre crenças espirituais e sentido de vida 84
Figura 6. Relação curvilinear positiva entre religiosidade e sentido de vida 85
Figura 7. Relação curvilinear negativa entre religiosidade e sintomas ansiosos 86
Figura 8. Relação curvilinear negativa entre religiosidade e sintomas depressivos 88
Figura 9. Médias marginais estimadas de saúde mental de espiritualistas e não espiritualistas 89

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. CVCs da versão inicial da ECSE: painel de juízes 60
Tabela 2. CVCs de itens modificados da ECSE: painel de juízes 61
Tabela 3. CVCs da ECSE: representantes da população-alvo 62
Tabela 4. Versão final e cargas fatoriais dos itens da ECSE 69
Tabela 5. Correlações entre ECSE, ECR e DUREL 69
Tabela 6. Níveis médios de crença espiritual da amostra total e dos grupos espirituais 70
Tabela 7. Média de respostas de descrença gnóstica, descrença agnóstica e crença aos itens da ECSE 70
Tabela 8. Regressão linear hierárquica múltipla de felicidade 82
Tabela 9. Regressão linear hierárquica múltipla de sentido de vida 84
Tabela 10. Regressão linear hierárquica múltipla de sintomas ansiosos 86
Tabela 11. Regressão linear hierárquica múltipla de sintomas depressivos 87
Tabela 12. Médias (e desvios-padrão) de componentes de saúde mental e proporções de resultados comparativos entre os grupos espirituais 90

LISTA DE ABREVIATURAS

ANCOVA – *Analysis of covariance*
APA – *American Psychiatric Association*
CAAE - Certificado de apresentação para apreciação ética
CEs – Crenças espirituais
CEs² - Crenças espirituais ao quadrado
CFI – *Comparative fit index*
IC – Intervalo de confiança
Cf. – Conferir
CL – Clareza de linguagem
CVC – Coeficientes de validade de conteúdo
CVC-CL – Coeficiente de validade de conteúdo referente à clareza de linguagem
CVC-PP – Coeficiente de validade de conteúdo referente à pertinência prática
CVC-RT – Coeficiente de validade de conteúdo referente à relevância teórica
DP – Desvio-padrão
DUREL – *The Duke Religion Scale*
EA – Escolaridade alta
EB – Escolaridade baixa
ECR – Escala de Crenças Religiosas
ECR-Oc – Subescala de crenças ocidentais da Escala de Crenças Religiosas
ECR-Or – Subescala de crenças orientais da Escala de Crenças Religiosas
ECSE – Escala de Crenças em Seres Espirituais
E. civil – Estado civil
E.g. – *Exempli gratia* (por exemplo)
Escol. – Escolaridade
Et al. – *Et alia* (e outros)
ENRs – Espiritualistas não religiosos
ERs – Espiritualistas religiosos
GAD-7 – *Generalized Anxiety Disorder Scale*
IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
I.e. – isto é
M – Média
MANCOVA – *Multivariate analysis of covariance*
MLQ – *Meaning in Life Questionnaire*
N = número de participantes
NEAs – Não espiritualistas agnósticos
NEGs – Não espiritualistas gnósticos
NEV – Nível econômico de vida
P. – Página
Part r – Part correlation
PP – Pertinência prática
PHQ-9 – *Patient Health Questionnaire-9*
R/E – Religiosidade/espiritualidade
RC – Respostas de crença
RDA – Respostas de descrença agnóstica
RDG – Respostas de descrença gnóstica
Relig. – Religiosidade
Relig.² – Religiosidade ao quadrado

RI – Religiosidade intrínseca
RL – Resultado líquido
RMSEA – *Root mean square error of approximation*
RNO – Religiosidade não organizacional
RO – Religiosidade organizacional
RT – Relevância teórica
S. ansiosos – Sintomas ansiosos
S. depressivos – Sintomas depressivos
SHS – *Subjective Happiness Scale*
SRMR – *Standardized root mean square residual*
Vs. – *versus* (contra)

SUMÁRIO

1 APRESENTAÇÃO 16
2 REFERENCIAL TEÓRICO 20
2.1 Crer ou não crer: questões teóricas e conceituais 20
2.1.1 Conceber uma ideia 20
2.1.2 Crer ou descrer de uma ideia 22
2.1.3 Crença e descrença espirituais 26
2.1.3.1 Imaginando seres espirituais 26
2.1.4 Espiritualistas e não espiritualistas 29
2.1.5 Espiritualidade, religiosidade e religião 30
2.1.6 As origens da crença e da descrença espirituais 33
2.2 Espiritualidade e saúde mental 37
2.2.1 Definindo saúde mental 37
2.2.2 Espiritualidade e saúde mental: uma relação linear? 39
2.2.3 Espiritualidade e saúde mental: uma relação curvilinear? 42
3 DELIMITAÇÃO DO PROBLEMA 47
4 OBJETIVOS 50
4.1 Objetivo geral 50
4.2 Objetivos específicos 50
5 ESTUDO 1: DESENVOLVIMENTO E VALIDAÇÃO DA ESCALA DE CRENÇAS EM SERES ESPIRITUAIS 51
5.1 Crer ou não crer: recapitulação conceitual 51
5.2 Crer ou não crer: recapitulação teórica 52
5.3 O presente estudo 53
5.4 Etapa 1: Desenvolvimento e validação de conteúdo da ECSE 54
5.4.1 Método 54
5.4.1.1 Participants 54
5.4.1.2 Procedimentos 55
5.4.1.3 Análise de dados 57
5.4.2 Resultados 58
5.4.2.1 Painel de juízes: primeira avaliação 58
5.4.2.2 Painel de juízes: segunda avaliação 60
5.4.2.3 Representantes da população-alvo: avaliação 61
5.4.3 Discussão 62

5.5 Etapa 2: Evidências de validade a partir da estrutura interna da escala e de suas relações com variáveis externas 63
5.5.1 Métodos 63
5.5.1.1 Participantes 63
5.5.1.2 Instrumentos 64
5.5.1.3 Procedimentos 66
5.5.1.4 Análise de dados 67
5.5.2 Resultados 68
5.5.2.1 Evidências fatoriais de validade 68
5.5.2.2 Evidências convergentes de validade 69
5.5.2.3 Evidências de validade baseadas em grupos contrastantes 69
5.5.3 Discussão 71
5.6 Discussão geral 71
6 ESTUDO 2: EXPLORAÇÃO DE RELAÇÕES CURVILINEARES ENTRE CRENÇAS ESPIRITUAIS, RELIGIOSIDADE E SAÚDE MENTAL 75
6.1 O presente estudo 76
6.2 Método 78
6.2.1 Participantes 78
6.2.2 Instrumentos 78
6.2.3 Procedimentos 80
6.2.4 Análise de dados 80
6.3 Resultados 82
6.2.1 Relações curvilineares entre R/E e saúde mental: modelos de regressão 82
6.2.1.1 Felicidade 82
6.2.1.2 Sentido de vida 83
6.2.1.3 Sintomas ansiosos 85
6.2.1.3 Sintomas depressivos 86
6.2.3 Relações curvilineares entre R/E e saúde mental: comparações entre espiritualistas e não espiritualistas 88
6.3 Discussão 90
6.3.1 Evidências de relações curvilineares a partir das análises de regressão 90
6.3.2 Evidências de relações curvilineares a partir da comparação entre grupos espirituais 94
7 CONSIDERAÇÕES FINAIS 99
8 REFERÊNCIAS 102
APÊNDICE I – ENTREVISTA COM OS PARTICIPANTES DA POPULAÇÃO-ALVO . 119

APÊNDICE II – AVALIAÇÃO DOS JUÍZES 121
APÊNDICE III – AVALIAÇÃO DOS REPRESENTANTES DA POPULAÇÃO-ALVO .. 122
APÊNDICE IV – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO 123
APÊNDICE V – QUESTIONÁRIO DEMOGRÁFICO 124
APÊNDICE VI – DENOMINAÇÃO RELIGIOSA/ESPIRITUAL 125
APÊNDICE VII – ESCALA DE CRENÇAS EM SERES ESPIRITUAIS (ECSE) 126

1 APRESENTAÇÃO

A maior parte das pessoas do mundo acredita em Deus (Zuckerman, 2007), o ser espiritual mais cultuado pelas religiões monoteístas (Nunes, 2015). Em um estudo nacional, 83,6% das pessoas disseram sentir a presença de Deus, 51,7% apresentavam atividades religiosas não organizacionais todos os dias (e.g., orar, meditar e/ou estudar a Bíblia) e 72,6% possuíam um estilo de vida fundamentado em suas crenças religiosas (Lucchetti et al., 2012). Noutro levantamento, 83,8% dos 2346 brasileiros atribuíram muita importância à sua religião, e a maior parte deles frequentava reuniões religiosas ao menos uma vez por mês (Moreira-Almeida, Pinsky, Zaleski & Laranjeira, 2010). Dados comparáveis são encontrados em outros países (e.g., nos Estados Unidos; Schnittker, 2001), e eles indicam que a religiosidade/espiritualidade (R/E) é uma das características culturais mais marcantes do comportamento humano.

Por outro lado, de acordo com a estimativa de Zuckerman (2007), os ateus – i.e., aqueles que creem que Deus não existe – já integram o quarto maior grupo "religioso" do mundo, sendo apenas menos numerosos do que os cristãos, os muçulmanos e os hinduístas. Há evidências de que essa população vem aumentando ao longo das últimas décadas (cf. Zuckerman, Galen & Pasquele, 2016). No Brasil, enquanto 0,8% das pessoas se declararam "sem religião" em 1970, essa proporção subiu para 8,1% em 2010 (Mariano, 2013). Apesar disso, o grupo dos não religiosos é constituído não apenas por ateus, mas também por agnósticos – i.e., aqueles que afirmam não saber se Deus existe – e por espiritualistas – i.e., aqueles que apresentam alguns tipos de crença espiritual, mas não integram uma religião (Zinnbauer et al., 1997). Uma vez que as religiões nos acompanham desde os primórdios (Gaarder, Hellern & Notaker, 2005), muitos pesquisadores têm procurado descobrir por que uma parte cada vez maior da população vem perdendo a sua fé (e.g., Atran & Norenzayan, 2004; Barrett, 2004; Norenzayan & Gervais, 2013).

Contudo, uma questão ainda mais popular, tanto entre cientistas quanto entre o grande público, é a de se o envolvimento religioso/espiritual favorece a saúde mental. Por exemplo, pessoas que apresentam maiores níveis de R/E seriam mais felizes, levariam uma vida mais imbuída de sentido e seriam menos propensas a desenvolver sintomas depressivos? A julgar pelos dados inicialmente mencionados, seria estranho se a resposta fosse negativa.

De fato, acumulam-se evidências de que, quanto maior é o nível de R/E de uma pessoa, melhor tende a ser sua saúde mental (e.g., Bonelli & Koenig, 2013; Smith, McCullough & Poll, 2003; Yonker, Schnabelrauch & DeHaan, 2012). Assim, contrariando o ceticismo de alguns teóricos, tanto o dos que já faleceram (e.g., Freud, 1927/1996) quanto o daqueles que ainda respiram (e.g., Dennett, 2006), a religião parece ser fundamentalmente benigna. Diante disso, alguns autores recomendam a investigação de intervenções em saúde mental que envolvam alguns componentes da R/E do paciente (Ashouri, Hamadiyan, Nafisi, Parvizpanah & Rasekhi, 2016; Weber & Pargament, 2014). Outros, mais preocupados com os não religiosos, discutem como o ateísmo deveria ser abordado em consultas psiquiátricas (Whitley, 2010) ou como poderíamos viver bem sendo descrentes (Botton, 2011).

Contudo, isso não significa que a R/E não possa prejudicar a saúde mental de algumas pessoas (cf. Weber & Pargament, 2014). De forma um pouco menos intuitiva, isso também não implica que pessoas não religiosas sejam mentalmente menos saudáveis. Por exemplo, relativamente poucos estudos que investigaram os benefícios da R/E sobre a saúde mental incluíram amostras significativas dessa população em suas análises (Abdaleati, Zaharim & Mydin, 2016). Embora a R/E possa favorecer a saúde mental daqueles que integram uma religião, é possível que alguns subgrupos de pessoas não religiosas, como o dos ateus, apresentem crenças, valores e/ou hábitos alternativos e igualmente salutares.

Essa especulação não se baseia apenas em “presunção de inocência”. A despeito das lacunas da literatura, alguns achados têm sugerido que a relação entre R/E e saúde mental não

é linear, e sim curvilinear (e.g., Galen & Kloet, 2011; Moore & Leach, 2015; Ross, 1990). Isso pode implicar que, em comparação com pessoas que apresentam níveis intermediários de R/E, aquelas que apresentam níveis maiores e aquelas que apresentam níveis menores tendem a ser mentalmente mais saudáveis. Por outro lado, poucos estudos testaram esse *modelo curvilinear*, e os que o fizeram apresentam algumas limitações. Por exemplo, a crença em seres espirituais – ou, mais simplesmente, a crença espiritual – pode ser considerada a característica que mais bem define a R/E (Caldwell-Harris, Wilson, LoTempio & Beit-Hallahmi, 2011; Hufford & Bucklin, 2006; Lindeman, Blomqvist & Takada, 2012), mas nenhum estudo que testou esse modelo mensurou esse construto. Além disso, grupos que apresentam formas e níveis distintos de crença e descrença espirituais foram pouco comparados (e.g., ateus, agnósticos e religiosos), e suas classificações são teoricamente problemáticas. Por fim, até o momento, a relação curvilinear entre R/E e saúde mental foi testada a partir de poucos componentes de saúde mental, o que levanta algumas dúvidas quanto à sua consistência e generalização. Por exemplo, é possível que ateus e religiosos apresentem níveis similares de sintomas depressivos, mas níveis distintos de sentido de vida (Gontijo & Damásio, 2019a).

Feitos esses apontamentos, esta pesquisa visou, como objetivo geral, testar o modelo curvilinear a partir de uma nova escala de crenças espirituais. Inicialmente, uma revisão teórico-conceitual foi realizada. Definimos construtos como "crença espiritual", "espiritualidade" e "religiosidade", e propusemos quatro novas classificações de grupos espirituais: a dos espiritualistas religiosos, a dos espiritualistas não religiosos, a dos não espiritualistas gnósticos e a dos não espiritualistas agnósticos. Além disso, revisamos algumas teorias que explicam a origem da crença e da descrença e a literatura concernente à relação entre R/E e saúde mental. Posteriormente, descrevemos as etapas de desenvolvimento e validação da Escala de Crenças em Seres Espirituais (ECSE). Finalmente, testamos o modelo curvilinear envolvendo quatro

componentes de saúde mental (i.e., felicidade, sentido de vida, sintomas ansiosos e sintomas depressivos) e duas medidas de R/E (i.e., crenças espirituais e religiosidade).

2 REFERENCIAL TEÓRICO

Antes de revermos e discutirmos a literatura concernente à relação entre espiritualidade e saúde mental, precisamos rever e discutir algumas teorias, definições e termos técnicos relacionados com esses construtos.

2.1 Crer ou não crer: questões teóricas e conceituais

Conforme ilustra Dennett (2006), muitas pessoas

> deixam de lado seus interesses pessoais, sua saúde, suas oportunidades de terem filhos e dedicam a vida inteira a promover uma *idéia* que se fixou em seus cérebros. A palavra árabe *islam* significa 'submissão', e todo bom maometano dá testemunho disso, reza cinco vezes por dia, dá esmolas, jejua durante o Ramadã e tenta fazer a peregrinação ou *hajj* a Meca, tudo em nome da idéia de Alá e de Maomé, o mensageiro de Alá. Cristãos e judeus fazem coisa parecida, é claro, devotando a vida a disseminar a Palavra, fazendo sacrifícios enormes, sofrendo bravamente, arriscando a vida por uma idéia. Os *sikhs*, os hindus e os budistas fazem o mesmo. E não nos esqueçamos dos muitos milhares de humanistas seculares que deram a vida pela Democracia, pela Justiça ou pela simples Verdade. Há muitas idéias pelas quais se pode morrer (p. 14; destaques do autor).

Partimos da tese de que as ideias que concebemos podem influenciar nossas emoções e comportamentos (cf., Beck, 2014; Harris, 2009; Moser, Mulder & Trout, 2009; Schwitzgebel, 2015). Essa influência pode ser bastante dramática – como exemplifica Dennett –, mas também pode ser bastante sutil – tão suave quanto a sensação de que algo é verdadeiro. Antes de definirmos e apresentarmos algumas hipóteses que explicam a origem das ideias e das crenças espirituais, definiremos e apresentaremos algumas hipóteses que explicam a origem das ideias e das crenças em geral.

2.1.1 Conceber uma ideia

Segundo Hume (1739/2009), uma ideia é um tipo de percepção. Agora, ao conceber a ideia da bandeira do Japão, por exemplo, eu posso ver as suas cores, sentir sua textura e ouvir sua tremulação. Contudo, essa experiência perceptiva é um pouco diferente da experiência que eu teria ao realmente ver, tatear e ouvir uma bandeira japonesa hasteada. Por isso, Hume

(1739/2009) distinguia as ideias daquilo que ele chamava de "impressões", ou seja, as experiências imediatamente derivadas da estimulação dos órgãos sensoriais. Tratam-se, por exemplo, de suas percepções visuais destas palavras, as quais caracterizam uma amostra do que popularmente chamamos de "realidade". Chamemos as impressões de "percepções reais".

Já as ideias, sugeria Hume, seriam como reflexos, representações dessas impressões. Fenomenologicamente, ideias só se diferenciariam de impressões por sua força, vividez relativamente reduzida. Tratam-se, por exemplo, de suas lembranças do que você leu há pouco, as quais caracterizam uma amostra do que podemos chamar de "imaginação". Nesse sentido, as ideias podem ser entendidas como *percepções imaginativas*.

Atualmente, há muitas evidências de que, ao imaginarmos algo, utilizamos algumas das mesmas regiões encefálicas que respondem quando realmente percebermos esse mesmo tipo de objeto ou evento. Isso se aplica, por exemplo, às nossas experiências visuais (Ganis, Thompson & Kosslyn, 2004; O'Craven & Kanwisher, 1999; Slotnick, 2015), auditivas (Halpern, Zatorre, Bouffard & Johnson, 2004), motoras (Nair, Purcott, Fuchs, Steinberg & Kelso, 2003), de nojo (Jabbi, Bastiaansen & Keysers, 2008), de medo e de dor (Ogino, Nemoto, Inui, Saito, Kakigi & Goto, 2007). Contudo, a magnitude das respostas neurológicas correlacionadas com a percepção imaginativa é menor do que a das respostas neurológicas correlacionadas com a percepção real (Halpern et al., 2004; O'Craven & Kanwisher, 1999). Esses achados corroboram a tese de Hume (1739/2009) de que "*todas as nossas idéias e impressões são semelhantes*", diferindo-se "somente em grau" (p. 27; destaque do autor).[1]

Conceber uma ideia é um tipo de evento, e não um tipo de objeto. Eventos são tipos de coisa que *acontecem*, que *ocorrem*, e não tipos de coisa que existem enquanto entidades

[1] Apesar disso, devemos ressaltar que as impressões são diretamente evocadas por estímulos provenientes dos órgãos sensoriais. Mesmo que esses estímulos acabem evocando ideias, eles o fazem por mediação de impressões. Por exemplo, quando realmente percebemos um cachorro rosnando, podemos imaginativamente ouvi-lo latir. Assim, embora ideias e impressões sejam neuropsicologicamente semelhantes, suas causas (imediatas) são distintas.

discretas, materialmente estáveis (Casati & Varzi, 2015). Exemplos de evento são incendiar, chover e festejar, e exemplos de objetos são árvores, guarda-chuvas e xícaras de café. Nesse sentido, conceber uma ideia é um tipo de evento, ou seja, é um tipo de coisa que as pessoas *fazem* ou que *lhes ocorre*. Especificamente, trata-se de um evento chamado de "ação". A ideia de que eu defenderei esta tese é o *ato* de imaginarmos isso, o qual possui um início e um fim. É justamente por isso que, tal como não podemos estocar rajadas de vento, ideias não podem ser literalmente estocadas, armazenadas. Afinal, se a concepção de uma ideia puder ser descrita como um padrão de atividade neural, o que significaria armazenar isso? Tal como computadores não armazenam literalmente fotos, vídeos ou músicas, encéfalos não armazenam literalmente os atos de falar, de sentir emoções ou de conceber uma ideia. Mas, analogamente aos computadores, encéfalos podem ser estável e estruturalmente modificados – em termos de conectividade neural, especificamente –, e isso é o que nos permite adquirir um repertório razoavelmente estável de habilidades, preferências e ideias (Skinner, 1974/2006).

2.1.2 Crer ou descrer de uma ideia

O termo "crença" é tradicionalmente definido como a atitude de tomar uma proposição como verdadeira (Schwitzgebel, 2015). Alguns autores usam o termo "ideia" em vez de "proposição" (e.g., Hume, 1739/2009), mas o significado de "atitude" está longe de ser claro ou consensual (Cromby, 2012). Para os propósitos deste trabalho, parece suficiente definirmos "crença" como o ato de tomar uma ideia como verdadeira.

Conforme apontam alguns autores (e.g., Moser et al., 2009; Schwitzgebel, 2015), a crença não é uma ideia – ou uma informação, ou uma "representação mental" – *per se*, e sim um tipo de relação que estabelecemos com uma ideia. Nesse sentido, "tomar uma ideia como verdadeira" significa *agir* como se uma percepção imaginativa correspondesse à realidade. Por exemplo, ao imaginarmos que seremos assaltados por uma pessoa que se aproxima de nós, estaríamos apresentando atos de crença ao sentirmos medo, ao refletirmos sobre os prejuízos

decorrentes disso e ao comentarmos “Acho que seremos assaltados”. Aqui, estaríamos agindo – emocional, intelectual e comportamentalmente – como se a ideia concebida correspondesse à realidade. Contudo, não há dois tipos de evento aqui: o de crer e o de agir. Em vez disso, a palavra “crença” simplesmente sinaliza que uma ou mais ações estão sendo congruentemente controladas por uma ou mais ideias. Pode-se dizer que crer, ou apresentar atos de crença, equivale a responder a uma percepção imaginativa como se ela fosse uma percepção real – mesmo que irrefletida e momentaneamente (cf. Gilbert, 1991).

Seríamos mais inclinados a crer em ideias que são coerentes, compatíveis com aquelas em que já acreditávamos (Connors & Halligan, 2015; Quine & Ullian, 1978). Por exemplo, se você já tiver ouvido a expressão “o Japão é a terra do Sol nascente”, é provável que você considere verdadeira a ideia de que o disco vermelho de sua bandeira representa o Sol. Essas ideias não se contradizem, e, se forem pareadas com outras semanticamente relacionadas (e.g., “O sol é redondo e quente”, “Vermelho é uma cor quente” e “Bandeiras simbolizam um povo”), uma parece implicar logicamente a outra (cf. Quine & Ullian, 1978). (“Faz sentido!” é uma expressão popular que se refere a essa experiência de concebermos ideias que se coerem.) Além disso, tendemos a crer em ideias em que já acreditávamos – como a de que vermelho e branco são as cores da bandeira japonesa. Chamamos isso de “lembrar”, e, provavelmente por motivos filogenéticos, somos bastante propensos a crer em nossas lembranças (Connors & Halligan, 2015; Gilbert, 1991; Shermer, 2012).

Hume (1739/2009) propôs que as ideias em que acreditamos evocam *sensações* de que elas são verdadeiras, e alguns estudos corroboram essa tese (cf. Thompson & Morsanyi, 2012). Esses autores afirmam que a “sensação de retidão”, como eles a nomeiam, é proporcional à velocidade com que uma ideia é concebida. Por sua vez, essa velocidade dependeria, entre outros fatores, do quanto já concebemos essa ideia e/ou do quanto ela está semanticamente associada com ideias em que já acreditamos. Enquanto o primeiro caso seria explicado pelo

nosso histórico de aprendizagem, o segundo decorreria de um "senso de coerência" – como já havíamos mencionado. A propósito, o desenvolvimento de novas ideias, como aquelas que *explicam* um acontecimento (e.g., "Por que o disco da bandeira japonesa é vermelho?"), parece também depender do nosso repertório prévio de crenças – com o qual a nova crença costuma ser coerente (Connors & Halligan, 2015).

Por outro lado, podemos rejeitar ou, pelo menos, duvidar das ideias que concebemos (Asp & Tranel, 2013; Connors & Halligan, 2015; Gilbert, 1991; Quine & Ullian, 1978). Nesse sentido, o termo "descrença" pode ser definido com o ato de tomar uma ideia como falsa, dubitável ou indecidível. Exemplos de ato de descrença são, ao imaginarmos que estamos sendo espionados por uma mosca de chocolate, acharmos isso um pouco engraçado, pensarmos "Que exemplo esdrúxulo!" e seguirmos lendo (ou escrevendo) ininterruptamente estas linhas. Aqui, estaríamos agindo – emocional, intelectual e comportamentalmente – como se não estivéssemos sendo observados. Contrariamente aos atos de crença, atos de descrença são significativamente distintos das reações que teríamos caso realmente estivéssemos diante de objetos ou eventos análogos à ideia descrida.

Há evidências de que a descrença é um tipo de evento neuropsicologicamente mais complexo do que a crença (Asp & Tranel, 2013; Gilbert, 1991). Em situações experimentais, por exemplo, nossas reações de descrença costumam ser mais lentas do que nossas reações de crença (Harris et al., 2009; Harris, Sheth & Cohen, 2008). Para que descreiamos, a ideia concebida precisaria ser – automática ou voluntariamente – pareada com ideias nas quais costumamos acreditar. Especificamente, descremos de ideias que são incoerentes, incompatíveis com aquelas que compõem o nosso repertório prévio de crenças (Asp & Tranel, 2013; Asp, Manzel, Koestner, Denburg & Tranel, 2013; Connors & Halligan, 2015; Gilbert, 1991; Quine & Ullian, 1978). Se uma pessoa me dissesse que a bandeira do Japão é azul e branca, por exemplo, eu provavelmente riria e diria "Você está redondamente enganado". Isso

ocorreria porque, ao ouvir isso, eu teria não só a experiência imaginativa de uma bandeira azul e branca, mas também a de uma bandeira de cores diferentes. A *diferença* perceptiva entre ambas as ideias faria com que eu agisse como se a ideia de uma bandeira branca e azul fosse falsa, e é provável que isso ocorra por eu já ter sido extensamente exposto a bandeiras japonesas pintadas de vermelho e branco.

Segundo a teoria da marcação falsa (Asp & Tranel, 2013), o processo de duvidar de uma ideia está intimamente correlacionado com a atividade do córtex pré-frontal – sobretudo com suas regiões dorsolateral e ventromedial (Pennycook, Tranel, Warner & Asp, 2017). Quando concebemos uma ideia que conflita com ideias em que já acreditamos, ela seria "marcada", "sinalizada" como falsa. Essa marcação envolveria respostas de regiões encefálicas associadas com emoções (e.g., as amígdalas), parte das quais sentiríamos como levemente desconfortáveis. Por ser interconectado com regiões pós-rolândicas – as quais estariam correlacionadas com a concepção de ideias – e com regiões de regulação emocional, o córtex pré-frontal *mediaria* a "marcação" de ideias incoerentes. Outras regiões, como o córtex cingulado anterior, parecem também estar envolvidas nesse processo (Pennycook et al., 2017). Como desfecho, a dúvida emocionalmente experimentada reduziria a chance de apresentarmos respostas congruentes com a ideia "marcada". Evidências dessa teoria provém, por exemplo, de estudos com pessoas cujo córtex pré-frontal foi lesionado, as quais tendem a apresentar mais fundamentalismo religioso (Asp, Ramchandran & Tranel, 2012) e credulidade em propagandas (Asp, Manzel, et al., 2012) do que pessoas sem esse tipo de lesão.

É importante apontar também que crença e descrença são construtos dimensionais, e não categóricos (cf. Connors & Halligan, 2015). Isso significa que, por exemplo, entre dois cônjuges, um pode ser *mais* crente de que pode ser traído do que o outro. Enquanto um deles se restringe a pedir esclarecimentos diante de situações minimamente suspeitas, o outro se

enraivece, grita e exige provas de fidelidade. O mesmo raciocínio aplica-se à descrença (Galen & Kloet, 2011).

2.1.3 Crença e descrença espirituais

Crença espiritual é o ato de tomar uma ideia espiritual como verdadeira (Gontijo & Damásio, 2019b). Ideias espirituais são percepções imaginativas sobre seres espirituais, os quais são concebidos como espíritos incorpóreos e psicologicamente semelhantes a nós – e.g., eles veem, sentem e pensam (Astuti & Harris, 2008; Shtulman, 2008; Shtulman & Lindeman, 2016). Além disso, imagina-se que esses seres interagem com o mundo, tendo um interesse especial pelos seres humanos (Atran & Norenzayan, 2004; Barrett, 2004; Dennett, 2006; Martin, 2007). Nesse sentido, atos de crença espiritual são, por exemplo, afirmar "Fomos criados por Deus", ter medo de demônios ou tentar entender por que um espírito está tentando se comunicar conosco. Todos esses atos ilustram o que é agir – emocional, intelectual e comportamentalmente – como se uma ideia espiritual fosse verdadeira.

Por sua vez, descrença espiritual é o ato de tomar uma ideia espiritual como falsa, indecidível ou dubitável (Gontijo & Damásio, 2019b). Atos de descrença espiritual são, por exemplo, sentir que uma ideia espiritual não é verdadeira, imaginar "É impossível descobrir se espíritos existem" ou afirmar "Acho que Deus não faria isso". Mais do que meramente não acreditar, esses exemplos ilustram que a descrença espiritual envolve atos emocionais, intelectuais e/ou comportamentais.

2.1.3.1 Imaginando seres espirituais

A semelhança entre seres espirituais e seres humanos não seria mera coincidência – e isso é discutido em trabalhos religiosos, filosóficos e científicos. Para os espíritas, por exemplo, seríamos espíritos temporariamente habitando e controlando um corpo (Kardec, 1884/2015). De acordo com Mann (1999), muitos filósofos já defenderam que a alma, também chamada de

“espírito”, seria o componente imaterial que dá vida aos organismos. Capacidades como sentir emoções, pensar e se lembrar dependeriam dela, e sua independência do corpo explicaria a consciência e a imortalidade. Nesse sentido, nós também seríamos, em essência, seres espirituais. Não precisaríamos de um corpo para existir, e, tal como anjos e demônios, seríamos um tipo de mente imaterial em interação com o mundo material.

Há evidências de que esse é o conceito de “ser espiritual” adotado pelas pessoas em geral. Por exemplo, tendemos a atribuir mais características psicológicas do que biológicas a seres espirituais (Astuti & Harris, 2008; Shtulman, 2008; Shtulman & Lindeman, 2016). Exemplos de atributos psicológicos são “querer”, “estar feliz” e “saber”, e exemplos de atributos biológicos são “respirar”, “comer” e “morrer”. Esses achados foram encontrados entre pessoas de diferentes denominações religiosas (e.g., entre cristãos, hindus e praticantes de “cultos aos ancestrais”), e aplicam-se a diferentes tipos de ser espiritual (e.g., Deus, Satã e espíritos). Isso implica que, com a aparente exceção de crianças muito novas (Shtulman, 2008), somos propensos a imaginar que os seres espirituais são incorpóreos, mas psicologicamente similares a nós.

Além disso, alguns estudos sugerem que imaginar e (tentar) interagir com seres espirituais é, em alguma medida, semelhante a imaginar e interagir com seres humanos. Por exemplo, Schjoedt, Stødkilde-Jørgensen, Geertz e Roepstorff (2009) constataram que, ao realizarem orações pessoais a Deus, os cristãos avaliados apresentaram maior ativação de áreas encefálicas comumente correlacionadas com a habilidade de inferir estados mentais alheios (i.e., córtex pré-frontal medial, pré-cúneo, junção temporo-parietal e região temporo-polar). Essa condição foi comparada com a de rezar o Pai Nosso e a de realizar pedidos ao Papai Noel. Ao serem entrevistados, todos os participantes afirmaram que imaginam Deus como um ser humano, e não como uma entidade abstrata. Para os autores, seus achados sugerem que conversar com Deus é uma atividade análoga a conversar com uma pessoa.

Em uma série de estudos, Epley, Converse, Delbosc, Monteleone e Cacioppo (2009) submeteram algumas amostras de pessoas a tarefas em que eles precisavam considerar suas próprias crenças, as crenças (supostas) de outras pessoas e as crenças (supostas) de Deus acerca de assuntos controversos (e.g., aborto, casamento homossexual e pena de morte). Inicialmente, os autores verificaram que as crenças dos participantes religiosos foram mais parecidas com as atribuídas a Deus do que com as atribuídas a outras pessoas. Além disso, quando duas de suas crenças foram experimentalmente alteradas, o mesmo ocorreu com as crenças que eles atribuíram a Deus (mas não com aquelas que eles atribuíram a outras pessoas). Já em seu estudo com ressonância magnética funcional, os autores não encontraram diferenças de atividade neural entre a condição de considerar as próprias crenças e a de considerar as crenças de Deus. Contudo, houve diferenças entre essas condições e a de considerar as crenças de outras pessoas. Especificamente, e em contraste com esta última condição, considerar as próprias crenças e considerar as (supostas) crenças de Deus correlacionaram-se com uma maior atividade do córtex pré-frontal medial, do pré-cúneo, da junção temporo-parietal, do giro temporal medial e da ínsula dos participantes. Por causa disso, os autores sugerem que as nossas crenças e as crenças atribuídas a Deus são geradas pelos mesmos processos neuropsicológicos, e inferem que as experiências e as crenças religiosas não requerem o recrutamento de mecanismos diferentes daqueles envolvidos em interações sociais típicas.

Em conjunto, esses achados estão em linha com a ideia de que, em grande medida, concebemos os seres espirituais como se eles fossem psicologicamente semelhantes a nós. Consequentemente, nós tentamos nos relacionar com eles de forma análoga a como nos relacionamos com seres humanos. Por outro lado, é bom lembrar que há pessoas que não apresentam crenças espirituais, as quais agem como se o mundo não fosse “espiritualmente habitado”. Ainda não há um consenso sobre como nomear esse tipo de pessoa, e veremos a

seguir que até o termo “religioso” pode não ser o mais adequado para se rotular quem crê em seres espirituais. Em vista disso, voltemos aos problemas conceituais.

2.1.4 Espiritualistas e não espiritualistas

Vários autores já propuseram termos e expressões a fim de classificarem grupos de pessoas conforme seus padrões de crença, descrença e/ou atividades religiosas/espirituais (e.g., Martin, 2007; Speed, 2017; Whitley, 2010; Zinnbauer & Pargament, 2005). Por exemplo, Whitley (2010) recomenda o uso das categorias “ateus”, “agnósticos”, “religiosos” e “espirituais, mas não religiosos”. Contudo, os rótulos “ateus” e “agnósticos” são, por definição, dedicados àqueles que descreem em Deus (Martin, 2007). Até onde sabemos, ainda não foi proposto um esquema terminológico-conceitual que se refira às formas mais gerais de se crer ou descrer de ideias espirituais. Por isso, a fim de categorizar aqueles que regularmente agem como se as ideias espirituais fossem verdadeiras, sugerimos a expressão “espiritualistas”.[2] Por sua vez, chamamos de “não espiritualistas” aqueles que comumente agem como se as ideias espirituais fossem falsas, dubitáveis ou indecidíveis.

Os espiritualistas podem ser subdivididos em dois grupos: o dos *religiosos* e o dos *não religiosos*. Isso é justificado pelo fato de que, mesmo que uma pessoa creia em seres espirituais, ela pode não se considerar pertencente a uma religião. Como sugerem os achados de Zinnbauer et al. (1997), espiritualistas não religiosos são, por exemplo, menos propensos a participar de cultos religiosos tradicionais, mais crentes em ideias “New Age” (e.g., leitura psíquica) e mais inclinados a diferenciar religiosidade de espiritualidade. Assim, e como propõem alguns autores (e.g., Whitley, 2010; Zinnbauer et al., 2007; Zinnbauer & Pargament, 2005), pode ser cientificamente útil diferenciar as pessoas religiosas das “espirituais, mas não religiosas”. Em

[2] Comte-Sponville (2011) define “espiritualismo” como “toda doutrina que afirma a existência de substâncias pensantes imateriais”, ou “de espíritos irredutíveis a qualquer corpo” (p. 209). Logicamente, “espiritualista” seria aquele que crê que corpo e alma são coisas substancialmente distintas. Nossa definição foi inspirada nesses conceitos.

conversas informais, as primeiras poderiam se classificar simplesmente como “católicas”, “evangélicas” ou “espíritas” – termos que indicam sua filiação a uma religião –, e as segundas poderiam acabar dizendo que creem em uma Força Maior, que creem em um pouco de tudo e/ou que não são religiosas, mas têm a sua fé. Como quer que seja, espiritualistas religiosos e não religiosos são aqueles que creem em seres espirituais.

Por sua vez, os não espiritualistas podem ser subdivididos em dois grupos: o dos *agnósticos* e o dos *gnósticos* (para uma classificação similar, cf. Speed, 2017). Pessoas pertencentes a esses subgrupos não creem em seres espirituais, mas elas se distinguem em termos de como sua descrença é apresentada. A julgar pelos achados relativos a agnósticos e ateus, os primeiros seriam menos propensos a negar a existência desses seres (Galen & Kloet, 2011; Lanman, 2009). Especificamente, os não espiritualistas agnósticos seriam aqueles que costumam apresentar dúvida ou ceticismo em relação às ideias espirituais (e.g., “A existência de Deus é um mistério insondável”). A palavra “agnóstico”, do grego *ágnostos*, significa “desconhecido”. Já os não espiritualistas gnósticos seriam aqueles que tendem a agir como se todas as ideias espirituais fossem falsas (e.g., “Nenhum ser espiritual existe”). O termo “gnóstico”, do grego *gnose*, significa “conhecimento”. Tal como ocorre com os ateus, é possível que muitos gnósticos sejam bastante convictos (Lanman, 2009) e defendam sua descrença com argumentos lógicos e científicos (Bradley, Exline, Uzdavines, Stauner & Grubbs, 2018; Caldwell-Harris, Wilson, et al., 2011; Martin, 2007). Nesse sentido, eles agiriam como se soubessem que seres espirituais não existem.

2.1.5 Espiritualidade, religiosidade e religião

Segundo Pargament (1999), “psicólogos da religião que estão no campo por um tempo podem concordar com uma coisa: nós nunca concordamos com nada. O ponto é especialmente verdadeiro quanto às formas com que temos definido religião” (p. 4, tradução nossa). De lá para cá, a Psicologia da Religião tornou-se a Psicologia da Religião *e da Espiritualidade* (Paloutzian

& Park, 2013), mas os pesquisadores parecem estar longe de chegar a um consenso sobre o que significa essa "emenda" (Oman, 2013). O mesmo pode ser dito em relação à religiosidade, cujas semelhanças e diferenças com a espiritualidade dividem até mesmo os autores de um mesmo trabalho (cf. Zinnbauer & Pargament, 2005). Aparentemente, os pesquisadores da área seguem sem concordar com coisa alguma.

Apesar disso, estamos de acordo com aqueles autores que, desde o século 19, insistem em afirmar que religião, religiosidade e espiritualidade são essencialmente caracterizadas pela crença em seres espirituais (cf. Taves, 2013). Por exemplo, Atran e Norenzayan (2004) afirmam que as "religiões invariavelmente se centram em conceitos de agentes sobrenaturais, tais como deuses, duendes, anjos, espíritos ancestrais, gênios" (p. 718, tradução nossa). Similarmente, Barrett (2004) comenta que as "religiões não se focam em coisas como paus que as pessoas podem usar para mover objetos (nós chamaríamos isso de 'mágica' ou de 'tecnologia', e não de 'religião')", mas em "mentes desencarnadas que podem agir sobre nós e sobre o mundo" (p. 26, tradução nossa). Para Dennett (2006), "uma religião sem *Deus* ou *deuses* é como um vertebrado sem coluna vertebral" (p. 19, destaque do autor). Especificamente, ele define "religião" como um "*sistema social cujos participantes confessam a crença em um agente ou agentes sobrenaturais cuja aprovação eles buscam*" (p. 19, destaque do autor).

Seguindo o mesmo tom, Lindeman et al. (2012) testaram empiricamente o conceito de que a espiritualidade é caracterizada por crenças em espíritos sobrenaturais. Inicialmente, eles verificaram que a espiritualidade dos participantes – os quais eram predominantemente protestantes e "não religiosos" – pôde ser majoritariamente predita por sua religiosidade e por suas crenças em espíritos sobrenaturais. Posteriormente, constatou-se que a medida dessas crenças predisse sua espiritualidade mais do que sua religiosidade, suas crenças paranormais e seus valores. Além disso, a maior parte da correlação entre espiritualidade e religiosidade foi explicada pelo nível de crenças em espíritos sobrenaturais. Finalmente, eles encontraram que a

espiritualidade se correlacionou (fraca, mas significativamente) com uma medida de propósito de vida, mas não com medidas de saúde (física ou mental), de harmonia interna, de conectividade com outras pessoas, de felicidade no casamento ou de satisfação com o trabalho. Para os autores, esses resultados evidenciam que a espiritualidade não se resume a um punhado de "construtos psicológicos positivos" (e.g., harmonia interna), mas à crença em espíritos sobrenaturais.

Os achados supramencionados alinham-se com a crítica que alguns autores vêm endereçando à tentativa de se "espiritualizar" quase tudo – e praticamente todos (e.g., Caldwell-Harris, Wilson, et al., 2011; Hwang, Hammer & Cragun, 2011; Koenig, 2008). A despeito do que sugerem alguns autores (e.g., Dennett, 2006; Harris, 2015; Sagan, 2006), isso implica que ateus e agnósticos *não* apresentam espiritualidade – não tanto quanto pessoas religiosas, pelo menos. Por exemplo, 74% dos agnósticos e 93% dos ateus do estudo de Zinnbauer et al. (1997) não se consideraram pessoas "espirituais", e os ateus do estudo de Caldwell-Harris, Wilson et al. (2011) tenderam a discordar de afirmações que continham palavras como "espírito", "espiritual" e "espiritualidade". Uma vez que essas pessoas são, por definição, descrentes em Deus, isso corrobora o conceito mais restrito de "espiritualidade" defendido por Lindeman et al. (2012).

Diante do que foi exposto, poderíamos definir "espiritualidade" como o repertório de crenças espirituais. Contudo, como a palavra "crença" não é popularmente definida como nós o fazemos, é melhor evitarmos possíveis ambiguidades. Por isso, definimos "espiritualidade" como *o repertório de atos controlados por ideias espirituais.* Exemplos desses atos são orar, amar a Deus, afirmar "Nós nos reencarnamos", fazer promessas a santos, ir a reuniões religiosas e interpretar a mensagem onírica de um Orixá. Tudo isso ilustra o que podemos chamar de "atos espirituais" – os quais possuem componentes emocionais, intelectuais e comportamentais –, e tudo isso implica que a espiritualidade, de modo ainda mais simples, pode ser concebida como

o repertório de atos espirituais. Contudo, devemos ressaltar que a qualidade "espiritual" desses atos é conferida pela presença de ideias espirituais – as quais os controlam.[3] Por isso, e se me permitem a metáfora, as crenças espirituais são a alma da espiritualidade.

Por sua vez, e de forma semelhante a outros autores (e.g., Skinner, 1953/2003; Zinnbauer & Pargament, 2005), definimos "religião" como uma organização social que controla o desenvolvimento e a forma como a espiritualidade é apresentada. Em decorrência disso, a espiritualidade típica dos membros de uma religião pode ser chamada de "religiosidade" (cf. Zinnbauer et al., 1997; Zinnbauer & Pargament, 2005). Nesse sentido, a religiosidade está para a espiritualidade assim como a orientação sexual está para a sexualidade. Por exemplo, tal como a heterossexualidade e a homossexualidade são diferentes expressões de orientação sexual, o cristianismo e o espiritismo são diferentes expressões de espiritualidade. Há cristãos tão espiritualizados quanto espíritas, mas ambos os grupos se distinguem por seus repertórios típicos de atos espirituais.

2.1.6 As origens da crença e da descrença espirituais

A fim de explicarem as origens da crença e da descrença espirituais,[4] Norenzayan e Gervais (2013) propuseram um modelo composto por quatro vias causais, as quais envolvem mecanismos cognitivos, motivacionais e de aprendizagem cultural. Em primeiro lugar, a crença em seres espirituais requer *mentalização*, isto é, a capacidade de se imaginar e raciocinar sobre mentes alheias. Os autores mencionam estudos que verificaram, por exemplo, que pessoas mais propensas à mentalização atribuem mais características mentais a Deus (Gray, Jenkins,

---

[3] É importante ressaltar isso porque, por exemplo, um ateu que participa de uma reunião religiosa não estaria apresentando um ato espiritual. Ele poderia estar fazendo isso apenas por curiosidade, por exemplo, e não por querer entrar em contato com Deus.

[4] Os autores usam as expressões "crenças religiosas" e "agentes sobrenaturais", mas seus significados são bastante similares aos que propomos para as expressões "crenças espirituais" e "seres espirituais". Especificamente, eles definem "agentes sobrenaturais" como "personified beings with beliefs, desires, and intentions, who use their powers to enter into social relationships with humans, relieve existential anxieties, and monitor their social behavior" (p .21).

Heberlein & Wegner, 2011). Além disso, intuições dualistas (i.e., crer que corpo e mente são coisas substancialmente distintas) e teleológicas (i.e., crer que as coisas do mundo existem para algum propósito) também contribuiriam para a origem da crença em seres espirituais. Por exemplo, Willard e Norenzayan (2013) constataram que a mentalização se correlaciona com a crença em Deus por mediação de crenças teleológicas e, em maior medida, crenças dualistas. Em contraste, há evidências de que homens e pessoas autistas tendem a ser menos crentes/religiosos do que mulheres e pessoas não autistas, respectivamente (Caldwell-Harris, Murphy, Velazquez & McNamara, 2011), e isso parece ocorrer em função de suas habilidades de mentalização serem relativamente inferiores (Norenzayan, Gervais & Trzesniewski, 2012). Norenzayan e Gervais propõem que, entre essas pessoas, imaginar esses seres "personificados" seria um processo menos intuitivo e, portanto, relativamente mais difícil de acontecer.

Em segundo lugar, em condições de insegurança existencial, tenderíamos a ficar mais crédulos em seres espirituais. Exemplos dessas condições são refletir sobre a própria morte (Vail, Arndt & Abdollahi, 2012), sobreviver a um terremoto (Sibley & Bulbulia, 2012), passar por experiências de falta de controle/aleatoriedade (Kay, Moscovitch & Laurin, 2010; Rutjens, Pligt & Harreveld, 2010) e ser solitário (Epley, Akalis, Waytz & Cacioppo, 2008). Pelo contrário, em países com melhor "bem-estar social", a descrença atinge níveis mais elevados (Zuckerman et al., 2016). Por exemplo, em um estudo multicêntrico, foi constatado que, quanto menos os participantes oravam, melhores eram os indicadores de "segurança pessoal" de seu país (Rees, 2009). Exemplos desses indicadores são expectativa de vida mais alta, melhor distribuição de renda e menores taxas de mortalidade infantil e de homicídio. "Onde a vida é segura e previsível", comentam Norenzayan e Gervais (2013), "as pessoas são menos motivadas a recorrer aos deuses para lhes socorrer" (p. 22, tradução nossa).

Em terceiro lugar, a crença em seres espirituais seria, em grande medida, culturalmente aprendida. Por exemplo, há indícios de que crianças só passam a crer em vida (psicológica,

espiritual) após a morte após serem expostas a práticas e ensinamentos religiosos (Astuti & Harris, 2008). Isso significa que, por imitação e por instrução, acabamos desenvolvendo os mesmos tipos de crença e prática religiosa/espiritual de nossos pais (Hayes & Pittelkow, 1993), avós (Bengtson, Copen, Putney & Silverstein, 2009) e amigos (Patacchini & Zenou, 2016). Por outro lado, crianças que estudam em escolas seculares e que não vão à igreja com seus pais são mais propensas a descrer em histórias sobre milagres ou magia (Corriveau, Chen & Harris, 2015). Além disso, há evidências de que, quanto menos um casal se mostrava engajado em sua religião quando seus filhos eram crianças, menos elas acreditam em seres espirituais quando se tornam adultas (Lanman & Buhrmester, 2016; Turpin, Andersen & Lanman, 2018).

Por fim, Norenzayan e Gervais mencionam evidências de que, para que as crenças espirituais sejam mantidas, as intuições que as fundamentam não podem ser analiticamente revisadas, rejeitadas. Em vez disso, nós precisaríamos, digamos, confiar em nossas intuições dualistas, teleológicas e de mentalização. Curiosamente, mesmo quando são submetidas a tarefas cujo conteúdo não é religioso/espiritual, pessoas mais religiosas tendem a apresentar um estilo cognitivo mais intuitivo do que analítico, reflexivo (Pennycook, Ross, Koehler & Fugelsang, 2016). Por exemplo, em comparação com pessoas que creem que evoluímos a partir da seleção natural, pessoas que creem que fomos criados por Deus são mais propensas a apresentar respostas intuitivas a “pegadinhas matemáticas” (Gervais, 2015). Pelo contrário, quanto mais analítico é o estilo cognitivo de uma pessoa, menos ela tende a crer que paralisias do sono são experiências sobrenaturais (Cheyne & Pennycook, 2013). Já em um estudo experimental, Shenhav, Rand e Greene (2011) solicitaram que os participantes se lembrassem ou de situações em que agiram intuitivamente (condição intuitiva), ou de situações em que agiram de forma reflexiva, racional (condição reflexiva). Enquanto a metade dos participantes de cada condição precisava se lembrar de uma situação cujo desfecho foi positivo, a outra metade precisava se lembrar de uma situação cujo desfecho foi negativo. Como resultado, os

participantes submetidos às condições “intuição-negativa” e “reflexão-positiva” reportaram, logo depois, crer menos em Deus do que os participantes submetidos às condições “intuição-positiva” e “reflexão-negativa”. Em conjunto, esses achados sugerem que pessoas que apresentam um estilo cognitivo mais intuitivo são mais suscetíveis a crer em ideias espirituais do que aquelas que apresentam um estilo cognitivo mais analítico.

É possível que haja uma via complementar ao modelo de Norenzayan e Gervais (2013). Como havíamos mencionado outrora, crer ou descrer em uma ideia depende de se isso é coerente ou incoerente com o nosso repertório prévio de crenças (Quine & Ullian, 1978; Gilbert, 1991; Asp & Tranel, 2013; Connors & Halligan, 2015). Por exemplo, quem crê que corpo e mente são coisas substancialmente distintas é mais suscetível a também crer em Deus (Willard & Norenzayan, 2013). Aqui, a ideia de que mentes não dependeriam de corpos é coerente, compatível com a ideia de que Deus – um ser incorpóreo e consciente – existe. Por outro lado, ateus afirmam que sua descrença em Deus decorre, principalmente, de motivos lógicos e científicos (Caldwell-Harris, Wilson, et al., 2011; Bradley et al., 2018). Especificamente, eles são mais propensos a concordar com afirmações como “[Há] razões científicas para não se crer em Deus”, “A ideia de Deus é cheia de contradições” e “Os eventos da história são inconsistentes com a existência de Deus” (Bradley et al., 2018). Nesse sentido, o ateísmo seria parcialmente decorrente de *crenças* incompatíveis com o teísmo – como a crença de que os seres vivos evoluíram por meio da seleção natural (Dawkins, 2007). Embora seja possível que esses processos de coerência/incoerência estejam intimamente relacionados com os estilos cognitivos supracitados (Connors & Halligan, 2015; Pennycook et al., 2017), mais pesquisas precisam ser desenvolvidas a fim de se testar a natureza dessa relação.

Devemos esclarecer que todas essas vias causais provavelmente não se implementam “isoladamente”, e sim em interação entre si. Norenzayan e Gervais (2013) ilustram isso com o caso do povo escandinavo, que é consideravelmente descrente. Vivendo em países que proveem

uma boa segurança existencial, essas pessoas teriam pouca motivação para se integrar a uma religião. Com isso, reduzir-se-ia o número de pessoas que expressam publicamente suas crenças em seres espirituais, e isso minaria as oportunidades para as novas gerações aprenderem a crer. Paralelamente, instituições seculares passariam a assumir algumas funções das religiões, e a educação científica contribuiria para o desenvolvimento do pensamento analítico – o qual promoveria o "ceticismo religioso". Embora sejam plausíveis, essas interações parecem não ter sido sistematicamente testadas até o momento.

2.2 Espiritualidade e saúde mental

A maior parte das pessoas do mundo acredita em Deus (Zuckerman, 2007), o ser espiritual mais cultuado pelas religiões monoteístas (Nunes, 2015). Em um estudo nacional, 83,6% das pessoas disseram sentir a presença de Deus, 51,7% apresentavam atividades religiosas não organizacionais todos os dias (e.g., orar, meditar e/ou estudar a Bíblia) e 72,6% possuem um estilo de vida fundamentado em suas crenças religiosas (Lucchetti et al., 2012). Noutro levantamento, 83,8% dos 2346 brasileiros atribuíram muita importância à sua religião, e a maior parte deles frequenta reuniões religiosas ao menos uma vez por mês (Moreira-Almeida et al., 2010). Dados comparáveis são encontrados em outros países (e.g., nos Estados Unidos; Schnittker, 2001), e eles vêm despertando o interesse de muitos pesquisadores acerca dos possíveis impactos da espiritualidade sobre a saúde mental (e.g., Abdaleati et al., 2016; Bonelli & Koenig, 2013; Yonker et al., 2012). Afinal, pessoas mais religiosas/espiritualizadas apresentariam, por exemplo, diferentes níveis de ansiedade, de sentido de vida e de felicidade? Antes de revermos alguns achados da literatura, devemos descrever a definição de "saúde mental" com que estamos trabalhando.

2.2.1 Definindo saúde mental

Em vez de ser caracterizada pela *ausência* de mal-estar psicológico e de comportamentos disfuncionais, por exemplo, entende-se que a saúde mental envolve a *presença* de bem-estar psicológico e de comportamentos bem adaptados, funcionais (Barry, 2009; Galderisi, Heinz, Kastrup, Beezhold & Sartorius, 2015; Manderscheid et al., 2010). Conforme a *World Health Organization* (2007), por exemplo, "saúde mental pode ser conceituada como um estado de bem-estar no qual o indivíduo realiza suas habilidades, pode lidar com os estresses normais da vida, pode trabalhar de forma proveitosa e produtiva e é capaz de dar contribuições à sua comunidade" (p. 1, tradução nossa).

O conceito de saúde mental é frequentemente distinguido do de doença (ou transtorno) mental (cf. Manderscheid et al., 2010). Segundo a *American Psychiatric Association* (APA; 2014), transtornos mentais são síndromes caracterizadas por problemas cognitivos, emocionais e/ou comportamentais clinicamente relevantes, ou seja, eles resultam em sofrimento e/ou dificuldades em uma ou diversas áreas da vida de quem o apresenta. A partir dos critérios diagnósticos da APA, profissionais de saúde e pesquisadores podem identificar se uma pessoa apresenta ou não apresenta um transtorno mental.

Alternativamente, alguns autores trabalham com as noções de saúde mental *positiva* e de saúde mental *negativa* (e.g., Schönfeld, Brailovskaia, Bieda, Zhang & Margraf, 2016; Wong, Rew & Slaikeu, 2010; Yoon et al., 2013). Exemplos de características de saúde mental positiva são a felicidade, o sentido de vida e as habilidades sociais, e exemplos de características de saúde mental negativa são os sintomas depressivos, os sintomas ansiosos e os comportamentos compulsivos. Geralmente, os pesquisadores que lançam mão desses conceitos não pretendem diagnosticar, classificar ou categorizar pessoas, e sim investigar o *quanto* elas apresentam uns ou outros daqueles componentes. Assim, tal como "indivíduos sem um transtorno mental podem experienciar níveis variados de saúde mental positiva" (Barry, 2009, p. 6, tradução nossa), eles também podem experimentar níveis variados de saúde mental negativa. Essa

perspectiva dimensional foi a mais utilizada pelos estudos descritos na próxima seção, e ela é a que norteará todo este trabalho. Chamaremos as características de saúde mental positiva e as características de saúde mental negativa de "componentes positivos de saúde mental" e "componentes negativos de saúde mental", respectivamente.

2.2.2 Espiritualidade e saúde mental: uma relação linear?

Várias evidências vêm sendo acumuladas de que um nível mais elevado de religiosidade/espiritualidade (R/E)[5] se correlaciona com uma melhor saúde mental. Por exemplo, uma meta-análise constatou que, quanto mais religiosas as pessoas avaliadas declararam ser, menos sintomas depressivos elas apresentavam (Smith et al., 2003). Revisões sistemáticas posteriores encontraram que pessoas mais religiosas/espiritualizadas tendem a apresentar menos ansiedade, melhor bem-estar, abusam menos de drogas, são menos suscetíveis ao suicídio, menos propensas a desenvolver algum tipo de demência e têm uma autoestima melhor (Abdaleati et al., 2016; Bonelli & Koenig, 2013; Yonker et al., 2012). Juntas, essas evidências sugerem que a relação entre R/E e saúde mental é *positiva* e *linear*, isto é, quanto mais religiosa/espiritualizada uma pessoa for, mais mentalmente saudável ela tenderá a ser. Como fizeram Galen e Kloet (2011), chamaremos esse tipo de relação de "modelo linear" (Figura 1).

[5] Como a maior parte dos estudos revisados usa a expressão "religiosidade/espiritualidade" – e como há uma sobreposição conceitual considerável entre ambos os construtos –, nós passaremos a utilizá-la a partir daqui.

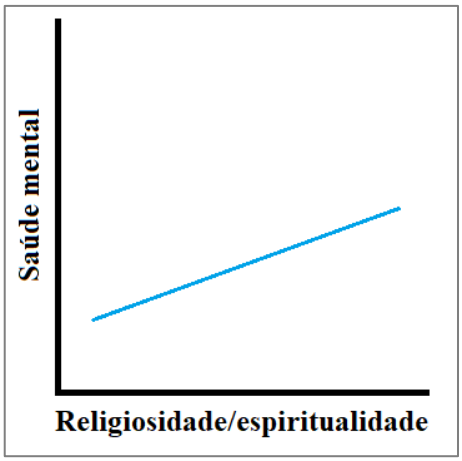

Figura 1. Relação (hipotética) positiva e linear entre religiosidade/espiritualidade e saúde mental

Diante desses achados, especula-se que a R/E melhore e/ou proteja a saúde mental (e.g., Abdaleati et al., 2016; Weber & Pargament, 2014), e algumas hipóteses que explicam esse tipo de relação têm sido formuladas e testadas. Por exemplo, Weber e Pargament (2014) revisaram evidências de que, em momentos adversos, pessoas religiosas tendem, entre outras coisas, a procurar se conectar com Deus, a ser "espiritualmente otimistas" e a obter suporte social em suas comunidades religiosas. Isso, por sua vez, as ajudaria a manter e/ou a melhorar sua saúde mental.

Por outro lado, há controvérsias quanto à adequação do modelo linear. Em primeiro lugar, relativamente poucos trabalhos que investigaram a relação entre R/E e saúde mental incluíram não espiritualistas em suas amostras (Abdaleati et al., 2016). Enquanto não tivermos informações o bastante sobre os descrentes, não podemos concluir que a ideia "quanto mais R/E, melhor saúde mental" seja plenamente verdadeira. É possível, por exemplo, que um nível mais elevado de R/E se relacione com uma melhor saúde mental entre *espiritualistas*, mas não entre *não espiritualistas* (Weber, Pargament, Kunik, Lomax & Stanley, 2012; Speed & Fowler, 2017).

Em segundo lugar, o modelo linear não é consistentemente corroborado pelos resultados de estudos que compararam espiritualistas com não espiritualistas. Em uma revisão sistemática (Weber et al., 2012), três dos trabalhos analisados encontraram níveis similares – ou *menores* – de estresse psicológico entre os grupos e cinco, resultados mistos. Contudo, em dois estudos, os descrentes (e.g., ateus, agnósticos e/ou não religiosos) apresentavam mais estresse psicológico do que os crentes. Além disso, os autores mencionam alguns achados sugestivos de que pessoas mais convictas quanto à sua visão de mundo, sejam elas religiosas ou não religiosas, tendem a apresentar níveis melhores de bem-estar. Para eles, "esses dados indicam que nem todos os crentes (ou descrentes) são iguais e que ateus fortes parecem desfrutar dos mesmos benefícios psicológicos que indivíduos fortemente religiosos" (p. 83, tradução nossa).

Encontramos resultados similares em nossa revisão sistemática (Gontijo & Damásio, 2019a). Das 41 comparações analisadas de 16 estudos, constatamos que, em ~71% dos casos, espiritualistas e não espiritualistas – incluindo o grupo genérico dos "não religiosos" – não apresentaram diferenças significativas em saúde mental. Essas semelhanças referem-se à presença de sintomas depressivos (e.g., Ando, 2014; Bužgová, Jarošová & Hajnová, 2015; Roemer, 2010), de bem-estar (Chae & Seo, 2010; Caldwell-Harris, Wilson, et al., 2011; Mochon, Norton & Ariely, 2011), de sentido de vida (Caldwell-Harris, Wilson, et al., 2011) e de satisfação com a vida (e.g., Galen & Kloet, 2011; Foster, Brewster, Velez, Eklund & Keum, 2017; Kıraç, 2016). Por outro lado, espiritualistas apresentaram melhor saúde mental em ~27% das comparações. A maior parte desses resultados diz respeito à presença de sentido de vida (e.g., Horning, Davis, Stirrat & Cornwell, 2011; Krägeloh et al., 2015; Panzini, Maganha, Rocha, Bandeira & Fleck, 2011), mas alguns estudos também verificaram que espiritualistas apresentaram níveis melhores de bem-estar (Ando, 2014), menos sintomas ansiosos (Bužgová et al., 2015) e maior satisfação com a vida (Galen & Kloet, 2011; Kıraç, 2016). Como única

exceção, um estudo constatou que os participantes não religiosos apresentaram menos sintomas depressivos do que os pouco religiosos (Roemer, 2010).

É importante dizer que, em nossa revisão, as semelhanças em saúde mental entre espiritualistas e não espiritualistas foi maior em comparações envolvendo apenas ateus (i.e., em 87,5% dos casos). Proporções menores desse tipo de resultado foram encontradas em comparações envolvendo pessoas não religiosas (58,33%) – dentre as quais podia haver ateus, agnósticos e espiritualistas não religiosos, por exemplo –, ateus aglutinados com agnósticos (50%) e apenas agnósticos (50%). Isso, conforme sugere Whitley (2010), ressalta a importância de se distinguir os não religiosos em estudos que os comparam com religiosos. Além disso, e como observaram Weber et al. (2012), é possível que ateus mais convictos sejam mentalmente tão saudáveis quanto religiosos mais convictos. Em contraste, espiritualistas e não espiritualistas pouco convictos – como os agnósticos e alguns "não religiosos" analisados em nossa revisão – podem apresentar níveis relativamente piores de saúde mental. Se essa hipótese estiver correta, a relação entre R/E e saúde mental não é linear, e sim *curvilinear*. Chamaremos esse tipo de relação de "modelo curvilinear".

2.2.3 Espiritualidade e saúde mental: uma relação curvilinear?

Em casos em que a relação entre duas variáveis é curvilinear, a magnitude de sua correlação linear acaba sendo muito baixa, podendo sequer ser estatisticamente significativa (Goodwin & Leech, 2006). Esse tipo de resultado é comumente encontrado em correlações entre R/E e saúde mental (e.g., Galek, Flannelly, Ellison, Silton & Jankowski, 2015; Moore & Leach, 2015; Taunay et al., 2012). Em uma meta-análise (Smith et al., 2003), por exemplo, a correlação linear entre o nível de religiosidade e a presença de sintomas depressivos foi de apenas -0,096. Em vista disso, é possível que a relação entre essas duas variáveis seja negativa e curvilinear (Figura 2a). Isso poderia significar que pessoas mais religiosas e aquelas, digamos,

“nada religiosas” tenderiam a apresentar menos sintomas depressivos do que pessoas moderadamente religiosas.

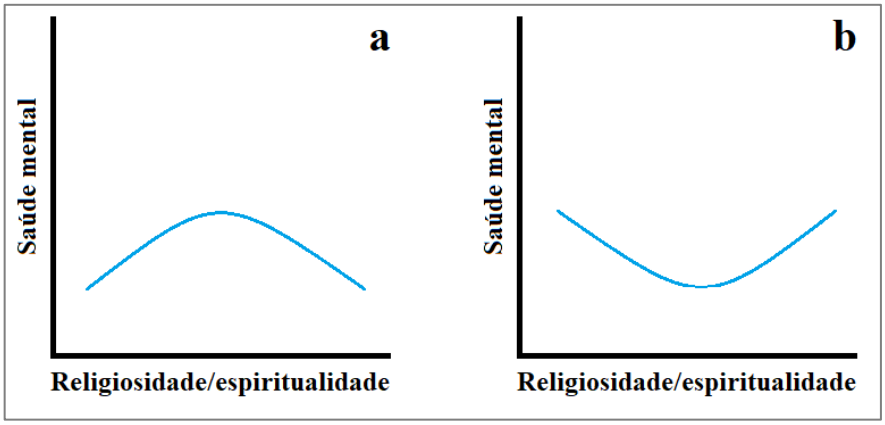

Figura 2. Relação (hipotética) curvilinear negativa (a) e positiva (b) entre religiosidade/espiritualidade e saúde mental

Alguns achados da literatura corroboram o modelo curvilinear. Por exemplo, Wei e Liu (2013) encontraram relações curvilineares negativas entre os níveis de religiosidade e de sintomas depressivos entre mulheres chinesas, isto é, as mais e as menos religiosas relataram estar menos deprimidas. Por outro lado, eles não encontraram nenhum tipo de relação significativa entre crenças religiosas/sobrenaturais e sintomas depressivos. Em relação à religiosidade, Eliassen, Taylor e Lloyd (2005) chegaram aos mesmos resultados de Wei e Liu, mas, curiosamente, eles não se aplicaram aos homens de sua amostra. Por sua vez, Ross (1990) verificou que, em comparação com pessoas pouco religiosas, as muito religiosas e as sem religião apresentavam menos sintomas depressivos e ansiosos.

Correlações curvilineares podem também ser positivas (Figura 2b). Por exemplo, Mochon et al. (2011) verificaram que, em comparação com os participantes moderadamente religiosos de seu estudo, os mais religiosos e os menos religiosos apresentavam maiores níveis de bem-estar. Similarmente, Galen e Kloet (2011) constataram que, comparativamente às pessoas mais incertas quanto à existência de Deus, as mais convictas de que Ele existe e as mais

convictas de que Ele não existe reportaram ser emocionalmente mais estáveis. Além disso, entre os membros de uma organização secular, os não religiosos "mais categóricos" (i.e., ateus e humanistas) apresentaram mais estabilidade emocional do que aqueles "menos categóricos" (i.e., agnósticos e espirituais). Em relação aos primeiros grupos, os autores esclarecem que, enquanto os agnósticos são menos convictos quanto à inexistência de Deus, os espirituais podem até mesmo ser crentes – embora não sejam membros de uma religião. Os agnósticos, a propósito, apresentavam menos satisfação com a vida do que os demais grupos. Para Galen e Kloet, "isso também desconfirma [disconfirms] a hipótese linear, uma vez que aqueles com algum nível de espiritualidade ou crença religiosa não tiveram saúde mental equivalente ou maior do que os não religiosos mais convictos" (p. 687, tradução nossa).

Por sua vez, Moore e Leach (2015) testaram se o dogmatismo existencial de uma amostra espiritualmente diversificada (i.e., ateus, agnósticos, cristãos, judeus, budistas e espirituais não religiosos) se correlacionaria com cinco componentes de saúde mental (i.e., gratidão, satisfação com a vida, esperança, afetos positivos e afetos negativos). A medida composta de dogmatismo existencial incluiu, por exemplo, a certeza quanto à existência/inexistência de Deus e a possibilidade de se mudar de opinião sobre isso. Além disso, foi testado se a religiosidade, um construto mais "abrangente" do que o dogmatismo, seria um preditor mais forte de saúde mental. Os autores verificaram que, quanto mais existencialmente dogmáticos eram os participantes, melhor era sua saúde mental. Com exceção do componente "gratidão", ateus e teístas (i.e., pessoas crentes em Deus) muito convictos não apresentaram diferenças em saúde mental. Por fim, o poder preditivo das variáveis dogmatismo existencial e religiosidade foi bastante similar.

Em contraste com todos os achados supracitados, Schnittker (2001) constatou que, em comparação com pessoas que atribuíam níveis moderados de importância moderada às suas crenças religiosas/espirituais, aquelas que atribuíam níveis mais altos ou mais baixos tendiam

a apresentar *mais* sintomas depressivos. Similarmente, a variável busca de ajuda espiritual relacionou-se positiva e de forma curvilinear com sintomas depressivos. Contudo, entre pessoas que estavam passando por vários eventos estressantes (e.g., desemprego, doença e divórcio), aquelas que atribuíram mais importância às suas crenças religiosas/espirituais e que procuravam mais ajuda espiritual apresentavam *menos* sintomas depressivos.

São escassos os estudos que testaram o modelo curvilinear, e ainda não existe uma teoria consolidada capaz de explicá-lo. Moore e Leach (2015) especulam que pessoas incertas quanto à existência de Deus podem estar passando por uma transição de identidade religiosa, a qual lhes deixaria mais suscetíveis ao estresse. Em linha com isso, dúvidas religiosas/espirituais podem não apenas reduzir o nível de R/E (Hunsberger, Pratt & Pancer, 2002), como também ser deletérias à saúde mental (e.g, Galek, Krause, Ellison, Kudler & Flannelly, 2007; Hunsberger, Pratt & Pancer, 2002; Krause & Wulff, 2004). Ao discutir seus achados, Galen e Kloet (2011) também mencionam os possíveis efeitos nocivos da incerteza, mas eles dão mais ênfase à hipótese de que a apresentação de uma visão de mundo "compromissada", "comprometida" beneficia o bem-estar psicológico.[6] Especificamente, eles especulam que, tal como pessoas religiosas constroem o sentido de suas vidas a partir de práticas e crenças religiosas, pessoas fortemente não religiosas poderiam fazer isso a partir de relacionamentos, da ciência e da filosofia. De fato, Schnell e Keenan (2011) verificaram que, em comparação com pessoas religiosas e não religiosas – aparentemente, aquelas que chamamos de "espiritualistas não religiosas" –, a maior parte dos ateus de sua amostra tendia a encontrar fontes alternativas de sentido de vida. Exemplos dessas fontes são o conhecimento, o conforto e a liberdade. Contudo, e em linha com a nossa revisão (Gontijo & Damásio, 2019a), eles constataram que ateus tendiam a apresentar menos sentido de vida do que religiosos.

[6] Zuckerman et al. (2016) definem "visão de mundo" como um sistema organizado de ideias que, juntamente com alguns tipos de comportamento (e.g., hábitos, rituais e relações interpessoais), proporciona sentido à vida, à existência. As afirmações de Galen e Kloet (2011) parecem coincidir com esse conceito.

Ao discutir seus achados, Ross (1990) levanta algumas hipóteses similares às supracitadas. Por exemplo, ela sugere que pessoas não religiosas podem acabar desenvolvendo crenças existenciais alternativas, bem como que a participação voluntária de instituições, religiosas ou não religiosas, poderia ser mentalmente saudável. Em linha com isso, Schnittker (2001) constatou que a integração social formal (i.e., participar de grupos ou clubes), mas não o simples comparecimento a reuniões religiosas, predisse negativamente a presença de sintomas depressivos.

Em resumo, os achados descritos nesta seção levantam suspeitas quanto à adequação do modelo linear. Em comparação com espiritualistas e não espiritualistas cujo nível de R/E é moderado, intermediário, é possível que aqueles que apresentam níveis insignificantes e aqueles que apresentam níveis mais altos sejam mentalmente mais saudáveis. Além disso, pode ser que estes dois últimos grupos não apresentem diferenças significativas em saúde mental. Dada a escassez de estudos que testaram o modelo curvilinear, ainda não há uma teoria destinada a explicá-lo. Contudo, algumas especulações mencionam ou os benefícios de se comprometer com uma visão de mundo e/ou com um grupo social, ou os prejuízos derivados das incertezas existenciais.

3 DELIMITAÇÃO DO PROBLEMA

Há muitas evidências de R/E e saúde mental estão linear e positivamente correlacionadas. Por outro lado, isso não significa necessariamente que pessoas não espiritualistas sejam mentalmente menos saudáveis. De acordo com a revisão de Abdaleati et al. (2016), poucos estudos que investigaram a relação entre aquelas duas variáveis incluíram representantes dessa população em suas amostras. Em investigações carentes de participantes mínima ou insignificantemente religiosos/espiritualizados, é menos provável que relações curvilineares sejam detectadas (Galen & Kloet, 2011). É possível, como sugerem alguns estudos (Galen & Kloet, 2011; Moore & Leach, 2015; Ross, 1990), que não espiritualistas tendam a apresentar uma saúde mental tão boa quanto espiritualistas.

São escassos os estudos que testaram o modelo curvilinear, e encontramos apenas dois que avaliaram, simultaneamente, componentes positivos e negativos de saúde mental (Galen & Kloet, 2011; Moore & Leach, 2015). Pode ser que, enquanto a R/E se relaciona de forma curvilinear com componentes negativos, sua relação com componentes positivos seja linear – ou vice-versa. Além disso, não encontramos nenhum trabalho que tenha testado o modelo curvilinear envolvendo as variáveis felicidade e sentido de vida. Em vista dos achados da nossa revisão sistemática (Gontijo & Damásio, 2019a), este último componente parece ser um dos mais deficitários entre os não espiritualistas.

Até o momento, não há muita consistência quanto às estratégias metodológicas para se testar o modelo curvilinear. Por exemplo, Moore e Leach (2016) fizeram isso a partir de uma medida de dogmatismo existencial; Ross (1990) comparou não religiosos com pessoas que apresentavam diferentes níveis de religiosidade; e Galen e Kloet (2011) lançou mão de uma medida de nível de crença em Deus e comparou grupos seculares “mais categóricos” (i.e., ateus e humanistas) com aqueles “menos categóricos” (i.e., ateus e espirituais). Contudo, parece não haver estudos que tenham testado as diferenças em saúde mental entre diferentes grupos de

espiritualistas e não espiritualistas. Afora o trabalho de Mochon et al. (2011), isso também se aplica às comparações envolvendo as classificações mais tradicionais desses grupos (i.e., ateus, agnósticos, religiosos e "espirituais não religiosos"). Por outro lado, esses autores não compararam ateus, agnósticos e os "sem religião" entre si, e não foi identificada qual era a visão sobre Deus apresentada pelos integrantes deste último grupo. Por causa disso, após se definir os diferentes níveis de crença espiritual e de religiosidade de espiritualistas (religiosos e não religiosos) e de não espiritualistas (gnósticos e agnósticos) – dos mais religiosos/espiritualizados até os menos religiosos/espiritualizados –, compará-los em relação à sua saúde mental representaria um teste inédito e complementar do modelo curvilinear.

De acordo com a revisão de Galek e Porter (2010), a variável religiosa/espiritual menos avaliada em pesquisas em saúde mental é a crença religiosa. Em linha com isso, ao longo de nossas revisões, não encontramos sequer uma escala que avaliasse o nível de crença/descrença em seres espirituais. Por exemplo, Galen e Kloet (2011) mensuraram apenas a crença em Deus dos participantes, e eles o fizeram a partir de um único item. Além disso, algumas escalas acabam mesclando crenças espirituais com outros tipos de crença (e.g., Supernatural Belief Scale, Jong, Bluemke & Halberstadt, 2013), e esse pode ser um dos motivos por que Wei e Liu (2013) não encontraram nenhum tipo de relação significativa entre crenças religiosas/sobrenaturais e sintomas depressivos. Considerando que a crença em seres espirituais é a característica mais importante da R/E (Caldwell-Harris, Wilson, et al., 2011; Hufford & Bucklin, 2006; Lindeman et al., 2012), é preciso que uma escala que mensure esse consrtuto seja desenvolvida a fim de que o modelo curvilinear seja testado de forma mais apropriada.

Por fim, a R/E é composta por diversos tipos de ato espiritual, e é possível que eles estejam relacionados de formas e em magnitudes distintas com a saúde mental. Por exemplo, juízos relativos à existência de seres espirituais (e.g., "Somos amados por um ser espiritual") talvez exerçam uma influência menor sobre a presença de sintomas depressivos do que orar,

participar de reuniões religiosas e sentir a presença de Deus (cf. Smith et al., 2003). Além disso, embora esses “juízos espirituais”, digamos, e os demais atos previamente descritos possam estar altamente relacionados, é provável que algumas pessoas apresentem mais os primeiros do que os segundos – ou vice-versa. Nesse sentido, Speed (2017) verificou que, entre as pessoas muito religiosas/espirituais de sua amostra, aquelas que não eram convictas de que Deus existe tendiam a ser relativamente menos felizes. Por isso, é importante que se investigue as possíveis influências de diferentes atos espirituais sobre a saúde mental.

4 OBJETIVOS

4.1 Objetivo geral

Verificar, com o auxílio de uma escala de crenças espirituais, se a espiritualidade está relacionada de forma curvilinear com a saúde mental.

4.2 Objetivos específicos

a) Desenvolver uma escala de crenças em seres espirituais e avaliar suas propriedades psicométricas;
b) Verificar se o nível de crenças espirituais prediz, de forma curvilinear, a presença de felicidade, sentido de vida, sintomas ansiosos e sintomas depressivos;
c) Verificar se o nível de religiosidade prediz, de forma curvilinear, a presença de felicidade, sentido de vida, sintomas ansiosos e sintomas depressivos;
d) Verificar se, em comparação com grupos espirituais que apresentam níveis intermediários de crenças espirituais e de religiosidade, os grupos que apresentam níveis mais altos e mais baixos dessas variáveis apresentam melhor saúde mental; e
e) Verificar se os grupos espirituais que apresentam níveis mais altos e mais baixos de crenças espirituais e de religiosidade apresentam níveis similares de saúde mental.

5 ESTUDO 1: DESENVOLVIMENTO E VALIDAÇÃO DA ESCALA DE CRENÇAS EM SERES ESPIRITUAIS

A crença em seres espirituais (e.g., Deus, anjos e demônios) é a principal característica da religiosidade/espiritualidade (Caldwell-Harris, Wilson, et al., 2011; Hufford & Bucklin, 2006; Lindeman et al., 2012). Apesar disso, instrumentos que mensuram esse tipo de crença são relativamente escassos. Em geral, as escalas existentes são destinadas a medir a crença em Deus (e.g., *Degrees of Belief in God Scale*, Maiello, 2005); crenças em seres espirituais mescladas com outros tipos de crença (e.g., *Supernatural Belief Scale*, Jong et al., 2013); crenças em seres espirituais mescladas com outros componentes religiosos/espirituais (e.g., *Beliefs and Values Scale*, King et al., 2006); e/ou crenças em seres espirituais típicas de uma religião (e.g., *Christian Orthodoxy Scale*, Fullerton & Hunsberger, 1982). Até onde sabemos, não existe uma escala que meça, de forma específica, o nível de crença/descrença em seres espirituais e que seja pertinente para pessoas de diferentes denominações religiosas/espirituais – incluindo as não religiosas/espirituais. Com o crescente interesse científico em se compreender as causas e as consequências de se crer ou se descrer em seres espirituais (e.g., Moore & Leach, 2016; Norenzayan & Gervais, 2013; Pennycook et al., 2016), torna-se importante haver uma escala que avalie esse construto. Diante disso, este estudo visa apresentar o desenvolvimento e as evidências inicias de validade da Escala de Crenças em Seres Espirituais (ECSE). Antes disso, contudo, retomaremos sucintamente alguns conceitos e hipóteses que fundamentaram a ECSE.

5.1 Crer ou não crer: recapitulação conceitual

Como foi descrito outrora (Capítulo 2), crença espiritual é o ato de tomar uma ideia espiritual como verdadeira (Gontijo & Damásio, 2019b). Ideias espirituais são percepções imaginativas sobre seres espirituais, os quais são concebidos como espíritos incorpóreos e

psicologicamente semelhantes a nós – e.g., eles veem, sentem e pensam (Astuti & Harris, 2008; Shtulman, 2008; Shtulman & Lindeman, 2016). Além disso, imagina-se que esses seres interagem com o mundo e conosco (Atran & Norenzayan, 2004; Barret, 2004; Dennett, 2006). Por sua vez, descrença espiritual é o ato de tomar uma ideia espiritual como falsa, dubitável ou indecidível (Gontijo & Damásio, 2019b). A crença e a descrença espirituais podem envolver atos emocionais, intelectuais e comportamentais.

5.2 Crer ou não crer: recapitulação teórica

Norenzayan e Gervais (2013) propuseram um modelo que explica a origem, a manutenção e a intensificação da crença e da descrença espiritual a partir de mecanismos cognitivos, motivacionais e de aprendizagem cultural. Por exemplo, nossa propensão a crer em seres espirituais aumenta caso sejamos mais habilidosos em mentalização; caso cresçamos cercados por pessoas convictas de que seres espirituais existem; caso sejamos expostos a condições de insegurança existencial; e caso não reavaliemos analiticamente as intuições que fundamentam as crenças espirituais. Se uma ou mais dessas vias forem alteradas – ou, antes disso, se elas sempre tiverem sido compostas por condições cognitivas, motivacionais e de aprendizagem cultural distintas –, aumenta-se a chance de descrermos em seres espirituais. Além disso, alguns teóricos sugerem que nossa tendência a avaliar uma ideia como falsa ou verdadeira depende, em grande medida, do quanto ela é coerente ou incoerente com o nosso repertório prévio de crenças (Quine & Ullian, 1978; Gilbert, 1991; Asp & Tranel, 2013; Connors & Halligan, 2015). Por exemplo, quem crê que corpo e mente são coisas substancialmente distintas é mais suscetível a também crer em Deus (Willard & Norenzayan, 2013) – um ser igualmente incorpóreo e consciente. Por outro lado, ateus tendem a afirmar que esta última crença é logica e cientificamente problemática (Caldwell-Harris, Wilson, et al., 2011; Bradley et al., 2018). É possível que suas crenças científicas, como a de que somos frutos

de um processo não proposital e naturalmente seletivo (Dawkins, 2007), façam com que a ideia de que fomos criados por um ser espiritual pareça falsa.

É importante ressaltar que crença e descrença são construtos dimensionais, e não categóricos (cf. Connors & Halligan, 2015; Galen & Kloet, 2011). Isso significa que, em vez de as pessoas ou crerem, ou descreem em seres espirituais, elas apresentam uns ou outros *níveis* de crença ou descrença em seres espirituais. Além disso, uma mesma pessoa pode apresentar níveis distintos de crença ou descrença em diferentes ideias espirituais – e.g., alguém pode crer fortemente que um ser espiritual governa o mundo, mas tender a descrer que um ser espiritual tenta nos afastar do bem. Entretanto, partimos do pressuposto de que as pessoas apresentam níveis *gerais* de crença/descrença espiritual. Isso significa que, por exemplo, caso uma pessoa acredite em demônios, é bastante provável que ela também creia em anjos. Isso também significa que, entre espiritualistas e não espiritualistas, os primeiros provavelmente são, em média, mais crentes em seres espirituais do que os segundos.

5.3 O presente estudo

Este estudo foi dividido em duas etapas. Inicialmente, a ECSE foi composta por 24 itens, os quais foram elaborados a partir de consultas a diversos tipos de material (e.g., dicionários de filosofia e de religião, artigos e livros) e de entrevistas que realizamos com representantes da população-alvo (e.g., cristãos, agnósticos e ateus). Além disso, esses itens foram avaliados por quatro especialistas e por alguns dos participantes previamente entrevistados. Assim, o objetivo da Etapa 1 foi o de verificar a validade da ECSE a partir da avaliação de seu conteúdo. Nossa expectativa era a de que os itens da escala fossem satisfatoriamente inteligíveis, teoricamente relevantes e pertinentes para pessoas de diversas denominações religiosas/espirituais – incluindo não espiritualistas.

Na Etapa 2, 1788 pessoas de diferentes denominações religiosas/espirituais responderam à ECSE e a outras escalas e itens teoricamente relacionados. Aqui, nosso objetivo

foi o de verificar a validade da ECSE a partir de evidências fatoriais, convergentes e por grupos contrastantes. Nossa expectativa era a de que a escala apresentasse uma solução unidimensional, que seu escore se correlacionasse moderada ou altamente com o de escalas teoricamente relacionadas e que detectássemos diferenças de escore entre pessoas de diferentes denominações espirituais (i.e., espiritualistas religiosos, espiritualistas não religiosos, não espiritualistas gnósticos e não espiritualistas agnósticos).

5.4 Etapa 1: Desenvolvimento e validação de conteúdo da ECSE

5.4.1 Método

5.4.1.1 Participants

Vinte e oito pessoas participaram do processo de avaliação de conteúdo da ECSE, dos quais 24 eram representantes da população-alvo e 4, especialistas que constituíram um painel de juízes. A amostragem desses participantes foi realizada por conveniência. Os representantes da população-alvo identificavam-se como ateus (n = 4), agnósticos (n = 4), cristãos católicos (n = 4), cristãos evangélicos/protestantes (n = 4), espíritas (n = 4) e de outra denominação religiosa/espiritual (n = 4). Os três grupos religiosos especificados representam as denominações mais prevalentes do Brasil (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [IBGE], 2012). Cada grupo foi composto por um membro com nível educacional fundamental, um com ensino educacional médio, um com nível educacional superior e um considerado "autoridade" em sua denominação religiosa/espiritual. A autoridade que representou o grupo dos ateus, dos agnósticos, dos cristãos católicos, dos cristãos evangélicos/protestantes e dos espíritas foi, respectivamente, o editor-chefe de uma revista de ateísmo, um filósofo com experiência em epistemologia, um padre, um pastor e uma médium. Por sua vez, o grupo "outra denominação religiosa/espiritual" foi composto por uma umbandista, uma budista, um panpsiquista e um espiritualista, e todos eles apresentavam, pelo menos, nível educacional

superior. Esse grupo foi constituído com o intuito de aumentarmos a diversidade religiosa/espiritual dos participantes desta etapa do estudo.

O painel de juízes foi composto por uma psicóloga especialista em psicometria, um psicólogo especialista em comportamento religioso, um psicólogo especialista em ateísmo e um filósofo especialista em filosofia da religião. Todos eles eram pós-graduados (mestres ou doutores).

5.4.1.2 Procedimentos

A fim de levantarmos informações para a criação das instruções e dos itens da ECSE, consultamos alguns dicionários, artigos e livros relacionados aos temas "religiosidade/espiritualidade" e "religião". Especificamente, pretendíamos identificar atributos/características típicas de seres espirituais. Além disso, em entrevista (APÊNDICE I), os representantes da população-alvo 1) descreveram o que eles entendiam pelos termos "alma (ou espírito)", "anjos", "demônios", "Deus", "santos" e "Satanás"; 2) avaliaram o quanto eles acham a expressão "seres espirituais" adequada para se nomear esses seres (as opções de respostas variavam de "1 – Muito boa" até "5 – Muito ruim"); e 3) sugeriram, caso conhecessem, alguma expressão melhor do que "seres espirituais".[7] Oito dos 24 participantes (~33%) consideraram a expressão "seres espirituais" muito boa para se referir aos seres que eles haviam definido; sete deles (~29%) consideraram essa expressão boa; sete (~29%), nem boa, nem ruim; um (~4%), ruim; e um (~4%), muito ruim. Cinco participantes afirmaram conhecer uma expressão melhor do que "seres espirituais", a saber, "cosmo", "espíritos", "seres", "entidades metafísicas" e "seres sobrenaturais". Como o termo "sobrenatural" é utilizado por alguns autores da literatura (e.g., Lindeman et al., 2012; Norenzayan & Gervais,

[7] Como a população brasileira é predominantemente católica (IBGE, 2012), esperávamos que a utilização de termos mais populares atribuídos a seres espirituais facilitasse o levantamento de informações para a elaboração dos itens. Contudo, os itens da escala foram compostos pelas expressões genéricas "ser espiritual" e "seres espirituais", e não, por exemplo, pelos termos "santos" e "Satanás".

2013; Jong et al., 2013), num segundo momento, solicitamos aos representantes da população-alvo que avaliassem as expressões “seres espirituais” e “seres sobrenaturais”. A primeira expressão foi melhor avaliada do que a segunda (e.g., 45,8% de avaliações “muito boa” ou “boa” vs. 29,1% de avaliações “muito boa” ou “boa”, respectivamente). Portanto, decidimos seguir utilizando a expressão “seres espirituais”.

Com as informações obtidas de nossa busca literária e das entrevistas, formulamos 24 itens para a primeira versão da ECSE (Tabela 1). Similarmente a Jong et al. (2013), buscamos equilibrar o conteúdo desses itens com proposições “positivas”, “negativas” e “neutras”. Proposições positivas (n = 8) representam ideias de relações benéficas entre seres espirituais e humanos (e.g., “Alguns seres espirituais tentam nos ajudar”); proposições negativas (n = 8) representam ideias de relações maléficas entre seres espirituais e humanos (e.g., “Alguns seres espirituais nos atormentam”); e proposições neutras (n = 8) representam ideias de relações ou eventos entre seres espirituais e o mundo que não são – explicitamente – nem benéficos, nem maléficos aos seres humanos (e.g., “Um ser espiritual governa o mundo”). Enquanto metade das proposições positivas e negativas foi composta por um sujeito indefinido (e.g., “Somos amados por *um* ser espiritual poderoso”), a outra metade foi composta por sujeitos indefinidos (e.g., “Somos prejudicados por *alguns* seres espirituais”). Enquanto a metade das proposições neutras foi composta por um sujeito indefinido que representa a noção popular de Deus (e.g., “Um ser espiritual criou o mundo”), a outra metade foi composta por um sujeito indefinido que representa a noção popular de alma (e.g., “Pensamos com o nosso espírito”). Cinco tipos de ser espiritual foram representados pelos itens, os quais são, ao menos no Brasil, popularmente chamados de “Deus” (n = 10), “anjos” ou “santos” (n = 4), “Satanás” (n = 2), “demônios” (n = 4) e “alma” (n = 4).

A primeira versão da ECSE foi enviada aos juízes para que eles avaliassem a clareza de linguagem (i.e., inteligibilidade), a relevância teórica (i.e., importância para se avaliar o

construto) e a pertinência prática (i.e., adequação em relação à população-alvo) de seus itens (cf. Hernández-Nieto, 2002; APÊNDICE II). Para cada uma dessas três características, as opções de resposta variavam de "1 – Pouquíssimo" até "5 – Muitíssimo", e eles poderiam escrever críticas e/ou sugestões de modificação ao lado de cada item. Além disso, utilizando as mesmas opções de resposta previamente mencionadas, eles avaliaram as instruções da escala conforme sua inteligibilidade. Solicitamos que eles nos encaminhassem suas respostas em até duas semanas. Itens que apresentassem problemas significativos seriam reformulados e, posteriormente, reavaliados (cf. seção *Análise de dados*).

Após a avaliação dos juízes, enviamos a ECSE (com algumas modificações) aos representantes da população-alvo para que eles avaliassem a clareza de linguagem (i.e., inteligibilidade) de cada um de seus itens. As opções de resposta variavam de "1 – A linguagem está pouquíssimo clara" até "5 – A linguagem está muitíssimo clara", e eles poderiam escrever críticas e/ou sugestões de modificação ao lado de cada item (APÊNDICE III). Solicitamos que eles nos encaminhassem suas respostas em até duas semanas. Itens que apresentassem problemas significativos seriam reformulados e, posteriormente, reavaliados.

Todos esses procedimentos foram realizados via email. O projeto desta pesquisa (CAAE: 62341416.0.1001.5582) foi aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Federal do Rio de Janeiro (número do parecer: 1.871.108).

5.4.1.3 Análise de dados

A fim de analisarmos as evidências de validade do conteúdo da escala, seguimos as diretrizes propostas por Hernández-Nieto (2002). Com base na avaliação dos juízes e dos representantes da população-alvo, coeficientes de validade de conteúdo (CVC) foram calculados para cada item – um referente à sua clareza de linguagem (CVC-CL), um referente à sua relevância teórica (CVC-RT) e um referente à sua pertinência prática (CVC-PP). O cálculo do CVC é iniciado pela determinação da média das avaliações dos juízes (M_x):

$$M_x = \frac{\sum x_i}{J}$$

onde $\sum x_i$ representa a soma das notas e J, a quantidade de juízes que avaliou o item. Posteriormente, calcula-se a relação proporcional da média em relação ao valor máximo de medida da escala (Vmx), definindo-se o CVC inicial (CVC_i):

$$CVC_i = \frac{Mx}{Vmx}$$

A fim de se corrigir possíveis vieses de avaliação, estima-se a probabilidade de erro (*Pe*) do CVC:

$$Pe = \left(\frac{1}{J}\right)^J$$

Assim, o CVC final de cada item (CVC_f) é obtido ao se subtrair o CVC inicialmente encontrado pela probabilidade de erro:

$$CVC_f = CVC_i - Pe$$

Hernández-Nieto (2002) recomenda a exclusão dos itens cujos CVCs obtiverem valores inferiores a 0,8. Contudo, outros autores sugerem que, quando a formação dos juízes for diferente, esse ponto de corte pode ser relativizado (e.g., Cassepp-Borges, Balbinotti & Teodoro, 2010). Desse modo, excluiríamos um item caso, após sua reformulação e reavaliação, ao menos um de seus CVCs obtivesse um valor inferior a 0,7 (cf. Balbinotti, Benetti & Terra, 2006). Utilizamos o mesmo método para calcular o CVC-CL das instruções da escala, e três CVCs para a escala total foram calculados: um para a clareza de linguagem, um para a relevância teórica e um para a pertinência prática. O cálculo do CVC da escala, ou total (CVC_t), é realizado da seguinte maneira:

$$CVC_t = \frac{\sum CVC_i}{N} - Pe$$

onde $\sum CVC_i$ representa a soma dos CVCs de cada item, *N* representa a quantidade de itens da escala e *Pe*, a estimativa média do erro de medida.

5.4.2 Resultados

5.4.2.1 Painel de juízes: primeira avaliação

Os CVCs totais da escala, das instruções e de todos os itens foram maiores do que 0,7 (Tabela 1). Apesar disso, vários itens receberam críticas e sugestões de modificação. Por exemplo, dois juízes recomendaram que o item 3 fosse reescrito sem o adjetivo "poderoso". Sobre o item 10, um juiz o achou muito abstrato, sugerindo que ele fosse substituído por "Nós somos seres espirituais". Além disso, outro juiz apontou que, dadas as instruções da escala, não seria necessário que os itens tipo-alma descrevessem estados psicológicos/comportamentais. Por causa desses apontamentos, decidimos simplificar e uniformizar os termos empregados em todos os itens. Especificamente, removemos o adjetivo "poderoso" dos itens que o continham (i.e., itens 3, 8, 9, 11, 17 e 23) e reformulamos os itens tipo-alma (i.e., 4, 10, 16 e 22), de modo que todos os itens passassem a ser compostos pelas expressões "ser espiritual" ou "seres espirituais". Além disso, enquanto um juiz avaliou que o conteúdo dos itens 5 e 11 era redundante, outro sugeriu que a expressão "ser espiritual" do item 8 fosse substituída por "seres espirituais" – presumivelmente, levando em conta as crenças em santos, anjos e/ou mentores espirituais. Realizamos a modificação sugerida por este último juiz e, a fim de mantermos a proporção de itens positivos escritos no plural e no singular, substituímos o item 5 por um item tipo-Deus. Por fim, modificamos outros itens (i.e., 3, 9, 11, 15, 20 e 23) e as instruções da escala de acordo com sugestões mais pontuais. Os itens e as instruções modificados foram reenviados para uma segunda avaliação. Solicitamos que os juízes nos encaminhassem suas respostas em até duas semanas.

Tabela 1. CVCs da versão inicial da ECSE: painel de juízes

NI	Item	CVC		
		CL	RT	PP
01	Um ser espiritual criou o mundo.	0,9961	0,9961	0,9961
02	Alguns seres espirituais querem o nosso bem.	0,9961	0,9961	0,9961
03	Somos punidos por um ser espiritual poderoso.	0,9461	0,9961	0,9961
04	Pensamos com o nosso espírito.	0,8961	0,9461	0,9461
05	Nossas orações são respondidas por seres espirituais.	0,9961	0,9961	0,9961
06	Alguns seres espirituais nos atormentam.	0,8961	0,9961	0,9961
07	Fomos criados por um ser espiritual.	0,9461	0,9461	0,9461
08	Somos protegidos por um ser espiritual poderoso.	0,9961	0,9961	0,9961
09	O sofrimento humano é causado por um ser espiritual poderoso.	0,9461	0,9961	0,9961
10	Nosso "eu" é espiritual.	0,9461	0,9961	0,9961
11	Nossas orações são ouvidas por um ser espiritual poderoso.	0,9961	0,9961	0,9961
12	Alguns seres espirituais querem o nosso mal.	0,9961	0,9461	0,9461
13	Um ser espiritual governa o mundo.	0,9961	0,9961	0,9961
14	Alguns seres espirituais tentam nos ajudar.	0,9961	0,9961	0,9961
15	Um ser espiritual poderoso nos deixa sofrer.	0,8961	0,9961	0,9961
16	O espírito dos mortos tem personalidade.	0,7961	0,9961	0,9961
17	Somos amados por um ser espiritual poderoso.	0,9961	0,9961	0,9961
18	Alguns seres espirituais tentam nos dominar.	0,9461	0,9961	0,9961
19	Um ser espiritual decidirá o nosso destino.	0,9461	0,9961	0,9961
20	Alguns seres espirituais se preocupam conosco.	0,9961	0,9961	0,9961
21	Um ser espiritual tenta nos afastar do bem.	0,8961	0,8961	0,8961
22	O espírito dos mortos tem sentimentos.	0,8461	0,9961	0,9961
23	Somos abençoados por um ser espiritual poderoso.	0,9961	0,9961	0,9961
24	Somos prejudicados por alguns seres espirituais.	0,9961	0,9961	0,9961
	Total	0,9484	0,9817	0,9817
	Instruções	CVC-CL		
	A seguir, você lerá algumas afirmações sobre seres espirituais. Seres espirituais são entendidos como seres invisíveis, imateriais e capazes de pensar, sentir e agir sobre o mundo. Alguns nomes comuns para esses seres são "espíritos", "Deus", "anjos" e "demônios". Para cada afirmação, assinale o quanto você acredita que ela seja falsa ou verdadeira.	0,8961		

Nota: NI = número do item; CVC = coeficiente de validade de conteúdo; CL = clareza de linguagem; RT = relevância teórica; PP = pertinência prática.

5.4.2.2 Painel de juízes: segunda avaliação

Os CVCs totais da escala, das instruções e de todos os itens permaneceram maiores do que 0,7 (Tabela 2). Quanto aos CVCs da escala, o CVC-CL melhorou, mas o CVC-RT e o CVC-PP pioraram. Apesar disso, todos esses CVCs totais mantiveram-se acima de 0,9. Quanto aos itens modificados, houve aumento de alguns CVCs-CL (i.e., itens 3, 9 e 15) e de um CVC-RT (i.e., item 11); diminuição de alguns CVCs-CL (i.e., itens 11 e 17), de alguns CVCs-RT (i.e., itens 3, 8, 9, 15, 17, 20 e 23) e de todos CVCs-PP (i.e., itens 3, 8, 9, 11, 15, 17, 20 e 23); e manutenção de alguns CVCs-CL (i.e., itens 8, 20 e 23). Em relação aos novos itens tipo-alma,

nenhum de seus CVCs ficou abaixo de 0,7. Por fim, o CVC-CL das instruções melhorou. Diante desses resultados, achamos desnecessário realizar novas modificações nos itens e/ou nas instruções.

Tabela 2. CVCs de itens modificados da ECSE: painel de juízes

NI	Item	CVC		
		CL	RT	PP
03	Quem faz maldades é punido por um ser espiritual.	0,9961	0,8961	0,8461
04	Antes de nascermos, éramos seres espirituais.	0,9461	0,9461	0,8961
05	Graças a um ser espiritual, viveremos eternamente em paz.	0,9961	0,8961	0,8461
08	Somos protegidos por alguns seres espirituais.	0,9961	0,9461	0,9461
09	Um ser espiritual é responsável pelo sofrimento humano.	0,9961	0,7961	0,7961
10	Após a morte, viveremos como seres espirituais.	0,9961	0,9961	0,9961
11	Nossas orações são atendidas por um ser espiritual.	0,9461	0,9961	0,9461
15	Um ser espiritual permitirá que algumas pessoas sofram eternamente.	0,9461	0,8461	0,7961
16	Somos seres espirituais em interação com o mundo material.	0,9461	0,9961	0,9961
17	Somos amados por um ser espiritual.	0,8961	0,9461	0,8961
20	Alguns seres espirituais cuidam do bem-estar humano.	0,9961	0,8961	0,8461
22	Somos seres espirituais habitando corpos materiais.	0,9961	0,9961	0,9461
23	Um ser espiritual abençoa quem faz o bem.	0,9961	0,8461	0,7961
	Total (incluindo itens não reenviados aos juízes)	0,9651	0,9422	0,9255
	Instruções	CVC-CL		
	A seguir, você lerá algumas afirmações sobre seres espirituais. Seres espirituais são entendidos como seres invisíveis, imateriais e capazes de pensar, sentir e agir sobre o mundo. Alguns nomes comuns para esses seres são "demônios", "Satanás", "alma humana", "anjos" e "Deus". Para cada afirmação, assinale o quanto você acredita que ela seja falsa ou verdadeira. As opções de resposta variam de "Isso é definitivamente falso" até "Isso é definitivamente verdadeiro", havendo cinco opções intermediárias.	0,9961		

Nota: NI = número do item; CVC = coeficiente de validade de conteúdo; CL = clareza de linguagem; RT = relevância teórica; PP = pertinência prática.

5.4.2.3 Representantes da população-alvo: avaliação

Dos 24 representantes da população-alvo que haviam participado da etapa anterior deste estudo, 11 encaminharam suas avaliações dentro do prazo solicitado. A fim de checarmos se a inteligibilidade dos itens seria afetada pela escolaridade dos participantes, calculamos um CVC-CL para o grupo de escolaridade baixa (EB; composto por aqueles com ensino fundamental ou médio; n = 4) e um para o grupo de escolaridade alta (EA; composto por aqueles com ensino superior ou pós-graduação; n = 7). Como o cálculo do CVC é feito a partir da avaliação de até 5 avaliadores (Hernández-Nieto, 2002), precisamos excluir dois participantes deste último grupo. Um dos participantes eliminados foi aquele que nos encaminhou sua avaliação por

último. Para tornarmos a amostra de avaliadores mais diversificada, eliminamos também um dos dois cristãos católicos que nos encaminharam suas respostas (aquele que as enviou por último). Assim, o grupo de EB foi composto por um evangélico (ensino fundamental), um católico (ensino médio), um espírita (ensino médio) e um ateu (ensino médio), e o grupo de EA foi composto por um católico (pós-graduação), um espírita (ensino superior), um evangélico (pós-graduação), um agnóstico (ensino superior) e um ateu (pós-graduação).

Todos os CVCs-CL do grupo de EB foram maiores do que os do grupo de EA (Tabela 3). Apesar disso, os CVCs-CL de todos os itens e os totais de ambos os grupos foram superiores a 0,9. Diante disso, achamos desnecessário realizar novas modificações nos itens.

Tabela 3. CVCs da ECSE: representantes da população-alvo

NI	Item	CVC-CL	
		EB	EA
01	Um ser espiritual criou o mundo.	0,9961	0,9596
02	Alguns seres espirituais querem o nosso bem.	0,9961	0,9596
03	Quem faz maldades é punido por um ser espiritual.	0,9961	0,9596
04	Antes de nascermos, éramos seres espirituais.	0,9961	0,9596
05	Graças a um ser espiritual, viveremos eternamente em paz.	0,9961	0,9596
06	Alguns seres espirituais nos atormentam.	0,9961	0,9596
07	Fomos criados por um ser espiritual.	0,9961	0,9596
08	Somos protegidos por alguns seres espirituais.	0,9961	0,9596
09	Um ser espiritual é responsável pelo sofrimento humano.	0,9961	0,9596
10	Após a morte, viveremos como seres espirituais.	0,9961	0,9196
11	Nossas orações são atendidas por um ser espiritual.	0,9961	0,9596
12	Alguns seres espirituais querem o nosso mal.	0,9961	0,9596
13	Um ser espiritual governa o mundo.	0,9961	0,9596
14	Alguns seres espirituais tentam nos ajudar.	0,9961	0,9596
15	Um ser espiritual permitirá que algumas pessoas sofram eternamente.	0,9961	0,9596
16	Somos seres espirituais em interação com o mundo material.	0,9961	0,9196
17	Somos amados por um ser espiritual.	0,9961	0,9596
18	Alguns seres espirituais tentam nos dominar.	0,9961	0,9596
19	Um ser espiritual decidirá o nosso destino.	0,9961	0,9196
20	Alguns seres espirituais cuidam do bem-estar humano.	0,9961	0,9596
21	Um ser espiritual tenta nos afastar do bem.	0,9961	0,9596
22	Somos seres espirituais habitando corpos materiais.	0,9961	0,9596
23	Um ser espiritual abençoa quem faz o bem.	0,9961	0,9196
24	Somos prejudicados por alguns seres espirituais	0,9961	0,9596
	Total	0,9922	0,9526

Nota: NI = número do item; CVC-CL = coeficiente de validade de conteúdo da dimensão clareza de linguagem; EB = participantes de escolaridade baixa; EA = participantes de escolaridade alta.

5.4.3 Discussão

A partir da avaliação dos juízes, verificamos que todos os CVCs da ECSE se mostraram adequados. Após a modificação inicial de alguns itens, o CVC-CL da escala melhorou, mas o CVC-RT e o CVC-PP pioraram. Apesar disso, todos os CVCs totais mantiveram-se com valores acima de 0,9. As sugestões de modificação de itens feitas pelos juízes foram fundamentais para a simplificação e a uniformização terminológicas da escala. Além disso, a partir da avaliação dos representantes da população-alvo, constatamos que todos o CVC de cada item e o CVC-CL da ECSE se mostraram adequados. Curiosamente, os participantes com menor escolaridade acharam os itens mais inteligíveis do que aqueles com maior escolaridade. Enquanto os primeiros assinalaram que a linguagem de *todos* os itens é muitíssimo clara, compreensível, os segundos apresentaram um padrão de respostas um pouco menos consistente. Apesar disso, os participantes de escolaridade alta assinalaram que a linguagem de todos os itens é ou muito clara, ou muitíssimo clara. Em resumo, esses resultados constituem evidências preliminares de que a ECSE apresenta conteúdo adequado para se medir a crença/descrença em seres espirituais. Seu conteúdo seria inteligível, teoricamente relevante e pertinente para pessoas (alfabetizadas) de diferentes denominações religiosas/espirituais – incluindo não espiritualistas.

5.5 Etapa 2: Evidências de validade a partir da estrutura interna da escala e de suas relações com variáveis externas

5.5.1 Métodos

5.5.1.1 Participantes

Para participar desta etapa do estudo, era necessário ter ao menos 18 anos de idade, ser brasileiro e concordar com o termo de consentimento livre e esclarecido (APÊNDICE IV). Das 2841 pessoas que aceitaram participar, removemos os dados de 10 por serem menores de idade e de 1043 por não terem respondido a todas as questões. A amostra final foi composta por 1788 pessoas. A idade dos participantes variou de 18 até 74 anos (M = 37,49; DP = 12,75), sendo

55,6% do gênero feminino, 44% do gênero masculino e 0,4% de gênero não informado. Em relação ao estado civil, 68,5% eram solteiros, divorciados ou viúvos e 31,5% eram casados. Em termos de escolaridade, 35,2% haviam concluído o ensino médio, 31,3% eram graduados, 30,6% eram pós-graduados, 2,6% haviam concluído o ensino fundamental e 0,4% não haviam concluído o ensino fundamental. Quanto ao nível econômico de vida, 41,4% dos participantes consideraram-se "na média dos brasileiros", 26,1% consideraram-se "um pouco acima da média dos brasileiros", 14% consideraram-se "moderadamente acima da média dos brasileiros", 8,1% consideraram-se "um pouco abaixo da média dos brasileiros", 5,4% consideraram-se "moderadamente abaixo da média dos brasileiros", 4,1% consideraram-se "muito acima da média dos brasileiros" e 0,9% consideraram-se "muito abaixo da média dos brasileiros". Quanto à denominação espiritual, 39,9% declararam ser religiosos, 27,2% declararam ser espiritualistas, 22% declararam ser ateus, 9,7% declararam ser agnósticos e 1,2% declararam apresentar outra denominação espiritual. Em relação à denominação religiosa, 47,2% declararam não seguir uma religião, 18,9% declararam ser espíritas, 14,8% declararam ser (cristãos) católicos, 10,3% declararam seguir outra religião e 8,7% declararam ser (cristãos) evangélicos/protestantes.

5.5.1.2 Instrumentos

Questionário demográfico. Os participantes foram solicitados a informar sua idade, seu gênero, seu estado civil, sua escolaridade e seu nível econômico de vida (APÊNDICE V).

Denominação religiosa/espiritual. Após serem informados sobre o que são seres espirituais, os participantes assinalaram a denominação espiritual com a qual eles mais se identificavam (APÊNDICE VI). Cada denominação espiritual foi composta por um "rótulo espiritual" (e.g.,

"Sou agnóstico[a]") e por uma descrição do que aquele rótulo significava.[8] As opções eram "Sou ateu (ou ateia)", isto é, "acredito que seres espirituais não existem"; "Sou agnóstico(a)", isto é, "não creio que seres espirituais existem nem que não existem"; "Sou espiritualista", isto é, "acredito que seres espirituais existem, mas não sigo uma religião"; "Sou religioso(a)", isto é, "acredito que seres espirituais existem e sigo uma religião"; ou "Outra". Para a análise de dados, ateus foram reclassificados como "não espiritualistas gnósticos"; agnósticos, como "não espiritualistas agnósticos"; espiritualistas, como "espiritualistas não religiosos"; e religiosos, como "espiritualistas religiosos" (Capítulo 2). Além disso, os participantes assinalaram a denominação religiosa com a qual eles mais se identificavam. As opções de resposta eram "Católica", "Evangélica/protestante", "Espírita", "Não sigo uma religião" e "Outra".

Escala de Crenças em Seres Espirituais (ECSE; APÊNDICE VII). A ECSE avalia o nível de crença/descrença em seres espirituais, os quais são definidos como espíritos incorpóreos, psicologicamente semelhantes a nós e que interagem com o mundo. Estritamente, sua medida refere-se à tendência de se julgar ideias espirituais como mais ou menos falsas ou verdadeiras. As opções de resposta para cada item variam de "1 – Isso é definitivamente falso" até "7 – Isso é definitivamente verdadeiro", sendo o ponto médio a opção "4 – Não sei dizer se isso é falso ou verdadeiro". Escores mais altos na escala indicam maior nível de crença espiritual (ou menor nível de descrença espiritual).

Escala de Crenças Religiosas (ECR; Aquino, 2005). A ECR é composta por 12 itens, os quais avaliam o nível de crença religiosa ocidental (e.g., "O mundo foi criado por Deus e um dia irá terminar") e oriental (e.g., "A alma se purifica após vários ciclos de reencarnações"). As opções de resposta variam de "1 – Discordo totalmente" até "5 – Concordo totalmente". Num estudo de validação (Alves, 2013), a estrutura da ECR mostrou-se bidimensional, sendo 8 itens

[8] Esperávamos que, enquanto o uso de rótulos (presumivelmente) populares entre os participantes facilitaria a sua identificação, a descrição posterior reduziria a chance de haver possíveis confusões conceituais.

relativos a crenças religiosas ocidentais (alpha de Cronbach = 0,86) e 6, orientais (alpha de Cronbach = 0,82). Neste estudo, o alpha de Cronbach das subescalas de crenças religiosas ocidentais e de crenças religiosas orientais foi 0,72 e 0,90, respectivamente. Dois itens da subescala de crenças religiosas ocidentais apresentaram correlações fracas com os demais (i.e., itens 2 e 10). Com sua remoção, o alpha de Cronbach dessa subescala passou a ser 0,91.

The Duke Religion Scale (DUREL; Koenig, Meador & Parkerson, 1997; versão brasileira adaptada/validada por Lucchetti et al., 2012; Taunay et al., 2012). A DUREL mede três componentes da religiosidade: religiosidade organizacional (RO), religiosidade não organizacional (RNO) e religiosidade intrínseca (RI). A RO é avaliada pelo item "Com que frequência você vai a uma igreja, templo ou outro encontro religioso?", e suas opções de resposta variam de "1 – Mais do que uma vez por semana" até "6 – Nunca". A RNO é avaliada pelo item "Com que frequência você dedica o seu tempo a atividades religiosas individuais, como preces, rezas, meditações, leitura da bíblia ou de outros textos religiosos?", e suas opções de resposta variam de "1 – Mais do que uma vez ao dia" até "6 – Raramente ou nunca". Já a RI é avaliada por três itens (e.g., "As minhas crenças religiosas estão realmente por trás de toda a minha maneira de viver"), e suas opções de resposta variam de "1 – Totalmente verdade para mim" até "5 – Não é verdade". Neste estudo, o alpha de Cronbach da RI foi 0,90.

5.5.1.3 Procedimentos

A pesquisa foi realizada por meio da plataforma online SurveyMonkey, e utilizamos a rede social Facebook para divulgá-la. O link e uma breve descrição da pesquisa foram postados em diversas páginas e grupos dessa rede, os quais foram escolhidos em função de seus temas (i.e., religião, religiosidade/espiritualidade, ateísmo e agnosticismo). Além disso, o link para a pesquisa postado na página "Daniel Gontijo – Psicologia da Espiritualidade" foi patrocinado quatro vezes, gerando um gasto total de R$ 383,00. O primeiro link patrocinado tinha como

público-alvo pessoas com pelo menos 18 anos de idade; o segundo, pessoas com pelo menos 18 anos de idade interessadas em “espiritualidade”, “Deus”, “religião”, “ateísmo”, “agnosticismo” e/ou “fé”; o terceiro, homens com pelo menos 18 anos de idade interessadas em “espiritualidade”, “Deus”, “religião”, “ateísmo”, “agnosticismo” e/ou “fé”; e o quarto, pessoas com pelo menos 18 anos interessadas em “agnosticismo”. Os dois últimos links patrocinados visavam aumentar o número de participantes homens e/ou agnósticos em nosso levantamento, o qual estava baixo em relação ao número de participantes mulheres e/ou religiosos/espiritualistas/ateus. Ao todo, esses links foram clicados 2227 vezes.

Após lerem e aceitarem o termo de consentimento livre e esclarecido, os participantes responderam, respectivamente, ao questionário demográfico, aos itens de denominação religiosa/espiritual, à ECSE, à ECR e à DUREL. A coleta de dados ocorreu de 27 de agosto de 2018 até 29 de dezembro de 2018.

5.5.1.4 Análise de dados

Realizamos uma análise fatorial exploratória da escala utilizando o método *robust maximum likelihood estimation* (Satorra & Bentler, 2001), e conduzimos uma análise paralela com o intuito de confirmar o número de fatores a serem retidos (Timmerman & Lorenzo-Seva, 2011). A confiabilidade da ECSE foi avaliada por meio da fidedignidade composta, que considera a magnitude das cargas fatoriais dos itens (Raykov, 1997). Além disso, itens que apresentassem carga fatorial menor do que 0,40 seriam eliminados.

Com a finalidade de checarmos a existência de evidências convergentes de validade da escala, realizamos testes de correlação entre o escore da ECSE e os escores da ECR e da DUREL. A fim de checarmos se há evidências de validade baseadas em grupos contrastantes, os grupos de espiritualistas religiosos, de espiritualistas não religiosos, de não espiritualistas agnósticos e de não espiritualistas gnósticos foram comparados em relação ao seu escore na ECSE. Além disso, esses grupos foram comparados quanto à frequência com que apresentaram

respostas de descrença gnóstica – i.e., opções 1, 2 e 3 –, respostas de descrença agnóstica – i.e., opção 4 – e respostas de crença – i.e., opções 5, 6 e 7 – aos itens. Para comparar os grupos quanto ao seu escore e a esses padrões de resposta, realizamos uma análise de covariância (ANCOVA) e uma análise multivariada de covariância (MANCOVA, do inglês *multivariate analysis of covariance*), respectivamente. As covariáveis gênero (feminino vs. masculino), idade, estado civil, escolaridade e nível econômico de vida foram consideradas. Utilizamos procedimentos de *bootstrapping* (com 1.000 reamostragens e intervalos de confiança de 99%) com os intuitos de estabelecermos uma maior confiabilidade dos resultados e de controlar vieses relativos à distribuição não-normal dos dados (Haukoos & Lewis, 2005).

5.5.2 Resultados

5.5.2.1 Evidências fatoriais de validade

Os resultados das análises fatoriais exploratórias e da análise paralela sugeriram que a ECSE é estruturada por um único fator. Nenhum item apresentou carga fatorial abaixo de 0,40. A solução fatorial apresentou os seguintes índices de adequação de ajuste: RMSEA = 0,117 (90% CI = 0,115 – 0,120); SRMR = 0,082; CFI = 0,832. Uma vez que esses valores transgridem os pontos de corte recomendados (Brown, 2006; Schreiber, Stage, King, Nora, & Barlow, 2006), inspecionamos pares de itens cujos índices de modificação estavam elevados (i.e., valores acima de 100). Como esses itens pareciam apresentar sobreposições de conteúdo (e.g., “Alguns seres espirituais querem o nosso mal” e “Alguns seres espirituais nos atormentam”), o item com menor carga fatorial de cada par foi eliminado (i.e., itens 1, 3, 4, 9, 12, 15, 16, 18, 19, 22 e 24). Com isso, a solução fatorial passou a apresentar melhores índices de adequação de ajuste [RMSEA = 0,087 (90% CI = 0,082 – 0,092); SRMR = 0,027; CFI = 0,955], e o índice de fidedignidade composta foi 0,981. A versão final da ECSE passou a compreender 13 itens (Tabela 4).

Tabela 4. Versão final e cargas fatoriais dos itens da ECSE

NI	Item	Carga fatorial
02	Alguns seres espirituais querem o nosso bem.	0.958
05	Graças a um ser espiritual, viveremos eternamente em paz.	0.646
06	Alguns seres espirituais nos atormentam.	0.883
07	Fomos criados por um ser espiritual.	0.907
08	Somos protegidos por alguns seres espirituais.	0.972
10	Após a morte, viveremos como seres espirituais.	0.890
11	Nossas orações são atendidas por um ser espiritual.	0.927
13	Um ser espiritual governa o mundo.	0.845
14	Alguns seres espirituais tentam nos ajudar.	0.967
17	Somos amados por um ser espiritual.	0.964
20	Alguns seres espirituais cuidam do bem-estar humano.	0.923
21	Um ser espiritual tenta nos afastar do bem.	0.789
23	Um ser espiritual abençoa quem faz o bem.	0.890

Nota: NI = número do item.

5.5.2.2 Evidências convergentes de validade

Realizamos testes de correlação de Spearman entre o escore da ECSE e os escores da ECR e da DUREL, e todas as correlações foram positivas (Tabela 5). As correlações variaram de 0,678 até 0,831, podendo ser interpretadas como de moderadas a altas (Hinkle, Wiersma & Jurs, 2003). Isso também evidencia a validade da ECSE.

Tabela 5. Correlações entre ECSE, ECR e DUREL

	1	2	3	4	5	6
1. ECSE	1,000					
2. ECR-Oc	0,831**	1,000				
3. ECR-Or	0,678**	0,544**	1,000			
4. DUREL RO	0,741**	0,667**	0,520**	1,000		
5. DUREL RNO	0,753**	0,678**	0,621**	0,729**	1,000	
6. DUREL RI	0,820**	0,750**	0,653**	0,751**	0,789**	1,000

Nota: ECSE: crença/descrença espiritual; ECR-Oc: crenças religiosas ocidentais; ECR-Or: crenças religiosas orientais; DUREL RO: religiosidade organizacional; DUREL NRO: religiosidade não organizacional; DUREL RI: religiosidade intrínseca.
**Correlações significativas ($p < 0,01$).

5.5.2.3 Evidências de validade baseadas em grupos contrastantes

Espiritualistas religiosos (ERs), espiritualistas não religiosos (ENRs), não espiritualistas agnósticos (NEAs) e não espiritualistas gnósticos (NEGs) apresentaram níveis distintos de crença espiritual [F (3, 1752) = 2491,972; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,810$]. Feitas as correções *post hoc* de Bonferroni, ERs apresentaram níveis maiores de crença espiritual do que ENRs ($p < 0,001$),

NEAs ($p < 0,001$) e NEGs ($p < 0,001$); ENRs apresentaram níveis maiores de crença espiritual do que NEAs ($p < 0,001$) e NEGs ($p < 0,001$); e NEAs apresentavam níveis maiores de crença espiritual do que NEGs ($p < 0,001$; Tabela 6).

Tabela 6. Níveis médios de crença espiritual da amostra total e dos grupos espirituais

	M (DP)	IC	N (%)
Amostra total	57,23 (28,27)	56,02 – 58,58	1761 (100)
Espiritualistas religiosos	79,39 (10,72)	78,54 – 80,23	714 (40,54)
Espiritualistas não religiosos	67,01 (14,31)	65,68 – 68,42	483 (27,42)
Não espiritualistas agnósticos	32,27 (14,39)	30,35 – 34,37	174 (9,88)
Não espiritualistas gnósticos	15,68 (5,57)	15,13 – 16,24	390 (22,14)

Nota: M = média; DP = desvio-padrão; IC = intervalo de confiança; N = número de participantes; % = porcentagem.

Além disso, os grupos apresentaram frequências distintas de respostas de descrença gnóstica (i.e., opções 1, 2 e 3), de respostas de descrença agnóstica (i.e., opção 4) e de respostas de crença (i.e., opções 5, 6, e 7) aos itens [F (6, 3504) = 607,501; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,510$]. Todas as comparações foram estatisticamente significativas ($p < 0,05$). Por exemplo, NEGs apresentaram mais respostas de descrença gnóstica do que NEAs ($p < 0,001$), ENRs ($p < 0,001$) e ERs ($p < 0,001$); NEAs apresentaram mais respostas de descrença agnóstica do que NEGs ($p < 0,001$), ERs ($p < 0,001$) e ENRs ($p < 0,001$); ERs apresentaram mais respostas de crença do que NEGs ($p < 0,001$), NEAs ($p < 0,001$) e ENRs ($p < 0,001$); e ENRs apresentaram mais respostas de crença do que NEAs ($p < 0,001$) e NEGs ($p < 0,001$; Tabela 5). Em conjunto, esses achados também evidenciam a validade da ECSE.

Tabela 7. Média de respostas de descrença gnóstica, descrença agnóstica e crença aos itens da ECSE

	RDG M (DP)	RDA M (DP)	RC M (DP)
Amostra total	4,62 (5,39)	1,31 (2,46)	7,05 (5,35)
Espiritualistas religiosos	0,96 (1,40)	0,74 (1,46)	11,28 (2,09)
Espiritualistas não religiosos	1,91 (2,47)	2,26 (2,51)	8,81 (3,52)
Não espiritualistas agnósticos	8,71 (4,87)	3,65 (4,53)	0,62 (1,81)
Não espiritualistas gnósticos	12,83 (1,02)	0,15 (1,01)	< 0,01 (0,08)

Nota: M = média; DP = desvio-padrão; RDG = respostas de descrença gnóstica; RDA = respostas de descrença agnóstica; RC = respostas de crença.

5.5.3 Discussão

Inicialmente, verificamos que a estrutura da escala é unidimensional, indicando que ela mensura o nível geral de crença/descrença espiritual. Em segundo lugar, o escore da ECSE correlacionou-se de forma moderada ou alta com os escores da ECR (i.e., crenças religiosas ocidentais e orientais) e da DUREL (i.e., religiosidade organizacional, religiosidade não organizacional e religiosidade intrínseca). Por fim, constatamos que os quatro grupos de denominação espiritual apresentaram escores e padrões de endossamento de itens distintos. Todos esses achados corroboram a validade da ECSE.

5.6 Discussão geral

Em dois estudos, descrevemos o desenvolvimento e a validação inicial da Escala de Crenças em Seres Espirituais (ECSE). Constatamos evidências de sua validade a partir de diversos critérios. Em primeiro lugar, de acordo com a avaliação de quatro especialistas, o conteúdo da ECSE pode ser considerado inteligível, teoricamente relevante e pertinente para pessoas de diferentes denominações religiosas/espirituais – incluindo as não espiritualistas. Os representantes da população-alvo também corroboraram a inteligibilidade dos itens da escala. As entrevistas que realizamos com eles permitiram-nos não só levantar mais informações para a elaboração desses itens, como também verificar que a expressão "seres espirituais" é adequada para os nossos propósitos. Embora alguns autores prefiram utilizar expressões como "seres sobrenaturais" ou "agentes sobrenaturais" (e.g., Lindeman et al., 2012; Norenzayan & Gervais, 2013; Jong et al., 2013), as pessoas parecem se sentir mais à vontade com a expressão com que temos trabalhado.

Em segundo lugar, a partir de análises fatoriais, constatamos que a estrutura da ECSE é unidimensional. Isso evidencia que a ECSE avalia um só construto, a saber, o nível geral de crença/descrença espiritual. Mesmo que algumas pessoas possam crer mais em alguns tipos de ser espiritual do que em outros, quem crê que "Um ser espiritual governa o mundo" também

tende a crer que “Alguns seres espirituais nos atormentam”. O mesmo raciocínio aplica-se à descrença espiritual. É possível que todas as crenças espirituais sejam fundamentadas pelas mesmas intuições, como a de que corpo e mente são substancialmente distintos (Willard & Norenzayan, 2013; Norenzayan & Gervais, 2013). Por outro lado, a aquisição de crenças incoerentes com as espirituais pode acabar fazendo com que o nível destas últimas seja reduzido (Quine & Ullian, 1978; Gilbert, 1991; Asp & Tranel, 2013; Connors & Halligan, 2015). Complementarmente, variáveis motivacionais e sociais podem também explicar nossa tendência geral de crermos ou descrermos em seres espirituais (Norenzayan & Gervais, 2013).

Em terceiro lugar, o escore da ECSE correlacionou-se positivamente com medidas de crenças religiosas e de religiosidade. A correlação mais alta encontrada foi entre o escore da ESCE e o da subescala de crenças religiosas ocidentais da ECR. Isso pode ter ocorrido porque 5 dos 6 itens que compõem essa subescala fazem menções explícitas a seres espirituais (e.g., “O mundo foi criado por Deus e um dia irá terminar”). Além disso, o escore da ECSE correlacionou-se moderadamente com o da subescala de crenças religiosas orientais e altamente com o dos três componentes de religiosidade da DUREL. Estas últimas correlações estão em linha com a proposta – e os achados – de que a crença em seres espirituais é a principal característica da espiritualidade/religiosidade (Caldwell-Harris, Wilson, et al., 2011; Lindeman et al., 2012). Como ilustra Barrett (2004), as “religiões se focam em [. . .] mentes desincorporadas que podem agir sobre nós e sobre o mundo” (p. 26, tradução nossa). Nesse sentido, as ideias espirituais não apenas controlariam práticas e experiências religiosas/espirituais – e.g., orar, participar de uma reunião religiosa e refletir sobre os planos de Deus –, como também seriam necessárias para se classificar essas práticas e experiências como espirituais.

Em quarto lugar, diferentes escores e padrões de endossamento de itens foram identificados entre espiritualistas religiosos (ERs), espiritualistas não religiosos (ENRs), não

espiritualistas gnósticos (NEGs) e não espiritualistas agnósticos (NEAs). Como esperávamos, ERs apresentaram um nível maior de crença espiritual do que os demais grupos; ENRs apresentaram um nível maior de crença espiritual do que NEAs e NEGs; e NEAs apresentaram um nível maior de crença espiritual do que NEGs. É interessante ressaltar que, embora os NEAs tenham emitido mais respostas de descrença agnóstica (i.e., opção 4) do que os demais grupos, suas respostas de descrença gnóstica (i.e., opções 1, 2 e 3) foram, em média, mais frequentes do que as dos outros tipos. De fato, há evidências de que agnósticos tendem a descrer não só em Deus (Galen & Kloet, 2011), como também em outros tipos de ideia sobrenatural (Lanman, 2009). Apesar disso, seu nível de descrença não chega a superar o de ateus. Supondo que os NEAs e os NEGs sejam predominantemente compostos por agnósticos e ateus, respectivamente, nossos achados estão em linha com a literatura.

Devemos também comentar que ENRs apresentaram mais respostas agnósticas do que ERs e NEGs. De forma similar, Zinnbauer et al. (1997) encontraram que, entre ENRs de sua amostra, 20% deles afirmaram ser agnósticos em relação à existência de Deus. Uma vez que ENRs não são membros de uma religião, é possível, como prevê o modelo de Norenzayan e Gervais (2013), que sua propensão maior à dúvida decorra, em parte, de sua menor exposição a comportamentos religiosos/espirituais de terceiros. Além disso, ENRs são, ao mesmo tempo, mais crentes em ideias New Age (e.g., leituras psíquicas) e menos crentes em ideias cristãs ortodoxas (Zinnbauer et al., 1997). Aparentemente, isso condiz com as teorias coerentistas (Quine & Ullian, 1978; Gilbert, 1991; Asp & Tranel, 2013; Connors & Halligan, 2015), segundo as quais duvidamos mais de ideias que são incoerentes com aquelas nas quais já acreditamos.

A despeito dos nossos achados, outras propriedades psicométricas da ECSE precisam ainda ser verificadas. Por exemplo, estamos planejando realizar um *follow-up* com os participantes deste estudo a fim de testarmos a estabilidade de seu escore. Além disso, devemos

ressaltar que a nossa amostra foi constituída apenas por brasileiros, os quais, em termos de denominação religiosa, eram predominantemente cristãos e espíritas. Estudos com participantes de outros países serão fundamentais para se corroborar a validade da ECSE, sobretudo com membros de outras denominações religiosas. Por exemplo, é possível que, para ser utilizada com populações politeístas, itens que se referem a apenas um ser espiritual (e.g., "Um ser espiritual governa o mundo") precisem ser reelaborados. Apesar disso, em comparação com outras escalas (e.g., *Christian Orthodoxy Scale*, Fullerton & Hunsberger, 1982; *Escala de Crenças Religiosas*, Aquino, 2005; *Supernatural Belief Scale*, Jong et al., 2013), a ECSE possui relativamente poucos termos e proposições específicos de uma ou outra religião. Mesmo que possamos enxergar as digitais do cristianismo em alguns de seus itens (e.g., "Graças a um ser espiritual, viveremos eternamente em paz"), a maior parte deles parece ser pertinente – ou facilmente adaptável – para populações de diferentes denominações religiosas.

6 ESTUDO 2: EXPLORAÇÃO DE RELAÇÕES CURVILINEARES ENTRE CRENÇAS ESPIRITUAIS, RELIGIOSIDADE E SAÚDE MENTAL

Embora haja muitas evidências de que a religiosidade/espiritualidade (R/E) correlaciona-se positivamente com a saúde mental (e.g., Bonelli & Koenig, 2013; Smith et al., 2003; Yonker et al., 2012), isso não significa necessariamente que pessoas não espiritualistas sejam mentalmente menos saudáveis (Weber et al., 2012). Como a maior parte das pesquisas que investigaram essas relações não incluíram representantes dessa população em suas análises (Abdaleati et al., 2016), não sabemos se, por exemplo, níveis moderados de R/E predizem a presença de melhor saúde mental do que níveis insignificantes dessa variável (Weber et al., 2012). Em linha com isso, algumas evidências sugerem que a relação entre essas duas variáveis não é linear, e sim curvilinear (e.g., Galen & Kloet, 2011; Mochon et al., 2011; Moore & Leach, 2016). Isso pode implicar que, em comparação com pessoas moderadamente religiosas/espiritualizadas, aquelas com níveis insignificantes e aquelas com níveis mais altos de R/E apresentariam melhor saúde mental. Além disso, é possível que estes últimos grupos sejam, nesse sentido, mais semelhantes do que distintos (Gontijo & Damásio, 2019a).

São escassos os estudos que testaram o modelo curvilinear, e encontramos apenas dois que avaliaram, simultaneamente, componentes positivos e negativos de saúde mental (Galen & Kloet, 2011; Moore & Leach, 2016). Pode ser que, enquanto a R/E se relaciona de forma curvilinear com componentes negativos, sua relação com componentes positivos seja linear – ou vice-versa. Além disso, parece não haver estudos que tenham testado as diferenças em saúde mental entre diferentes grupos de espiritualistas (religiosos e não religiosos) e não espiritualistas (gnósticos e agnósticos). Uma vez que todos eles apresentam diferentes níveis de crença/descrença espiritual (Capítulo 5), compará-los representaria um teste inédito e complementar do modelo curvilinear.

Por fim, a R/E é composta por diversos tipos de ato espiritual, e é possível que eles estejam relacionados de formas e em magnitudes distintas com a saúde mental. Por exemplo, juízos relativos à existência de seres espirituais (e.g., afirmar "Somos amados por um ser espiritual") talvez exerçam uma influência menor sobre a presença de sintomas depressivos do que orar, participar de reuniões religiosas e sentir a presença de Deus (cf. Smith et al., 2003). Embora as pessoas que costumam emitir esses "juízos espirituais" tendam a ser mais religiosas/espiritualizadas (Capítulo 5), algumas pessoas podem, por diversos motivos – e.g., serem espiritualistas, mas não integrarem uma religião –, não apresentar regularmente outros tipos de ato espiritual.

6.1 O presente estudo

Este estudo visou explorar a natureza da relação entre R/E e saúde mental. Inicialmente, testamos a hipótese de que o nível de crença espiritual prediz, de forma curvilinear, o nível de saúde mental (Hipótese 1a). Os componentes positivos "felicidade" e "sentido de vida" foram avaliados em vista de não haver estudos que os tenham testado em análises de relação curvilinear. Além disso, como existem relativamente muitas evidências de que pessoas não espiritualistas apresentam pior sentido de vida do que espiritualistas (Gontijo & Damásio, 2019a), sua inclusão neste estudo pode ser vista como um teste ainda mais robusto à nossa hipótese. Por sua vez, optamos pelos componentes negativos "sintomas ansiosos" e "sintomas depressivos" por serem os mais avaliados por outros pesquisadores (Galek & Porter, 2010). Este último componente, a propósito, é um dos mais consistentemente correlacionados com a R/E (Bonelli & Koenig, 2013). Posteriormente, também testamos a hipótese de que o nível de religiosidade prediz, de forma curvilinear, níveis de saúde mental (Hipótese 1b). Esperávamos que, independentemente do efeito preditivo e incremental de religiosidade, o efeito de crenças espirituais se manteria significativo (cf. Moore & Leach, 2016).

Além disso, testamos a hipótese de que, em comparação com os grupos espirituais que apresentam níveis intermediários de crenças espirituais e de religiosidade, o grupo com níveis mais altos e o grupo com níveis mais baixos dessas variáveis são mentalmente mais saudáveis (Hipótese 2a). Por fim, testamos a hipótese de que estes dois últimos grupos não apresentam diferenças em saúde mental entre si (Hipótese 2b). Essas análises são importantes porque, embora as Hipóteses 1a e 1b possam ser corroboradas, é possível haver relações curvilineares que não implicam a veracidade das Hipóteses 2a e 2b. A depender da inclinação e do ângulo da curva que descreve uma relação, praticamente todos os valores de uma variável independente podem, por exemplo, predizer positivamente os valores de uma variável dependente (Figura 3). Desse modo, a corroboração das hipóteses iniciais não significaria necessariamente que os grupos que apresentam níveis intermediários de crenças espirituais e de religiosidade são mentalmente menos saudáveis do que aquele que apresenta níveis insignificantes dessas variáveis – nem que este último grupo apresenta uma saúde mental tão boa quanto aquele com maiores níveis de crenças espirituais e de religiosidade.

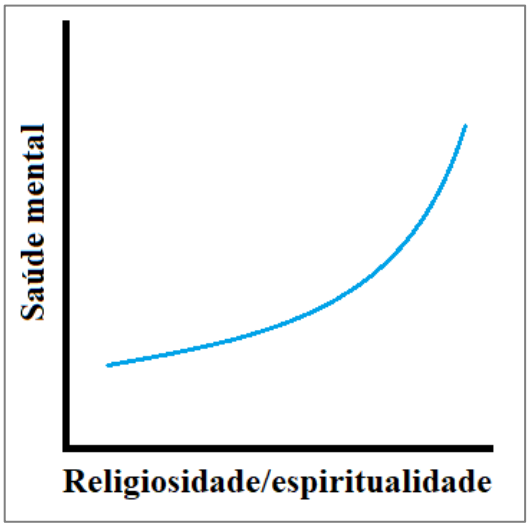

Figura 3. Relação (hipotética) curvilinear positiva entre religiosidade/espiritualidade e saúde mental

6.2 Método

6.2.1 Participantes

Os participantes deste estudo foram os mesmos do anterior (cf. Capítulo 5).

6.2.2 Instrumentos

Questionário demográfico (cf. Capítulo 5).

Denominação religiosa/espiritual (cf. Capítulo 5).

Escala de Crenças em Seres Espirituais (ECSE; cf. Capítulo 5).

The Duke Religion Scale (DUREL; cf. Capítulo 5). Neste estudo, em vez de analisarmos cada um dos três componentes da DUREL (i.e., religiosidade organizacional, religiosidade não organizacional e religiosidade intrínseca), seu escore total foi calculado. Antes disso, conduzimos uma análise fatorial exploratória, e os testes de Kaiser- Meyer-Olkin (0,879) e de Bartlett ($p < 0{,}001$) indicaram que a matriz de correlações é fatorável. Somente um componente foi extraído, o qual explicou 77,86% da variância dos dados. O alpha de Cronbach da escala foi 0,92, e seu escore pode variar de 5 até 27. Quanto maior fosse o escore do participante, mais religiosidade ele apresentaria.

Meaning in Life Questionnaire (MLQ; Steger, Frazier, Oishi & Kaler, 2006; versão brasileira adaptada por Damásio & Koller, 2015). O MLQ é uma escala de auto-relato que avalia a presença e a busca de sentido de vida. Utilizamos apenas sua subescala de presença de sentido de vida, a qual é composta por cinco itens (e.g., “Minha vida tem um propósito claro”). As opções de resposta variam de “1 – Totalmente falsa” até “7 – Totalmente verdadeira”, e seu escore varia entre 5 e 35 pontos. Neste estudo, o alpha de Cronbach da MLQ foi 0,89.

Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9; Spitzer, Kroenke & Williams, 1999; versão brasileira adaptada/validada por Osório, Mendes, Crippa & Loureiro, 2009; Santos et al., 2013). Sendo uma subescala de auto-relato do *Patient Health Questionnaire*, o PHQ-9 visa identificar a presença de sintomas do episódio depressivo maior (cf. APA, 2014). O respondente precisa assinalar a frequência com que cada um dos sintomas descritos o incomodou durante as duas últimas semanas. A escala é composta por 9 itens (e.g., "Se sentiu pra baixo, deprimido, ou sem perspectiva"), e suas opções de resposta variam de "0 – Nenhuma vez" até "3 – Quase todos os dias". O escore do PHQ-9 varia de 0 até 27 pontos. Neste estudo, o alpha de Cronbach do PHQ-9 foi 0,91.

Subjective Happiness Scale (SHS; Lyubomirsky & Lepper, 1999; versão brasileira adaptada por Damásio, Zanon & Koller, 2014). A partir de quatro itens de auto-relato, a SHS avalia a percepção subjetiva de felicidade. A escala de respostas varia de 1 a 7, mas as opções de resposta são diferentes entre os itens (exceto entre os itens 3 e 4, os quais apresentam as mesmas opções). Por exemplo, o item 1 é composto pela afirmação "Eu me considero:", e suas opções de resposta variam de "1 – Uma pessoa não muito feliz" até "7 – Uma pessoa muito feliz". Já o item 2 é composto pela afirmação "Comparado à maioria dos meus colegas/amigos, eu me considero:", e suas opções de resposta variam de "1 – Menos feliz" até "7 – Mais feliz". O escore da escala varia de 4 até 28 pontos. Neste estudo, o alpha de Cronbach da SHS foi 0,81.

Generalized Anxiety Disorder Scale (GAD-7; Spitzer, Kroenke, Williams & Löwe, 2006; versão brasileira adaptada por Moreno et al., 2016). A GAD-7 é uma escala de auto-relato que visa identificar a presença de sintomas do transtorno de ansiedade generalizada (cf. APA, 2014). O participante precisa assinalar a frequência com que cada um dos sintomas ansiosos descritos o incomodou durante as duas últimas semana*s.* Ela é composta por 7 itens (e.g., "Sentiu-se com medo, como se algo ruim pudesse acontecer"), e suas opções de resposta variam de "0 – Nenhuma vez" até "3 – Quase todos os dias". Quanto mais alto o escore (de 0 até 21 pontos),

maior seria a presença de sintomas ansiosos. Neste estudo, o alpha de Cronbach da GAD-7 foi 0,91.

6.2.3 Procedimentos

Os procedimentos de amostragem deste estudo foram os mesmos do anterior (Capítulo 5). Após lerem e aceitarem o termo de consentimento livre e esclarecido, os participantes responderam, respectivamente, ao questionário demográfico, aos itens de denominação religiosa/espiritual, à ECSE, à DUREL, ao MLQ, ao PHQ-9, à SHS e à GAD-7. A coleta de dados ocorreu de 27 de agosto de 2018 até 29 de dezembro de 2018.

6.2.4 Análise de dados

Para checar se os níveis de crenças espirituais e de religiosidade estão relacionados de forma linear e/ou curvilinear com felicidade, sentido de vida, sintomas ansiosos e sintomas depressivos (Hipóteses 1a e 1b), conduzimos regressões lineares hierárquicas múltiplas. A fim de verificarmos se existem relações curvilineares entre essas variáveis, os valores das variáveis crenças espirituais (i.e., o escore da ECSE) e religiosidade (i.e., o escore da DUREL) foram elevados ao quadrado. Por isso, elas serão chamadas de "crenças espirituais ao quadrado", ou crenças espirituais^2, e "religiosidade ao quadrado", ou religiosidade^2. Se essas variáveis se mostrarem preditoras estatisticamente significativas de saúde mental, então o modelo curvilinear será o mais adequado para explicar a relação dessas variáveis. Com isso, efeitos lineares possivelmente identificados de crenças espirituais e religiosidade podem ser desconsiderados (Gignac, 2019). As regressões foram iniciadas com a inserção de variáveis demográficas, quais sejam, gênero (masculino vs. feminino; ref. = masculino), estado civil (não casados vs. casados; ref. = não casados), idade, escolaridade e nível econômico de vida (Modelo 1). Posteriormente, adicionaram-se as variáveis crenças espirituais (Modelo 2), crenças espirituais^2 (Modelo 3), religiosidade (Modelo 4) e, finalmente, religiosidade^2 (Modelos 5).

A fim de testarmos o modelo curvilinear a partir da comparação de grupos espirituais (Hipóteses 2a e 2b), precisávamos nos certificar de que eles se diferenciavam quanto aos seus níveis de crenças espirituais e de religiosidade. Previamente (Capítulo 5), havíamos constatado que espiritualistas religiosos apresentam um nível maior de crenças espirituais do que os demais grupos; que espiritualistas não religiosos são espiritualmente mais crentes do que não espiritualistas; e que não espiritualistas agnósticos são espiritualmente mais crentes – ou menos descrentes – do que não espiritualistas gnósticos. Com o intuito de checar se esse mesmo padrão de diferenças se aplicaria à religiosidade, conduzimos uma ANCOVA – considerando as covariáveis gênero, idade, estado civil, escolaridade e nível econômico de vida –, e seu resultado foi significativo [F (3, 1752) = 1647,432; p < 0,001; η^2 = 0,738]. Espiritualistas religiosos apresentaram um nível maior de religiosidade do que os demais grupos (p < 0,001); espiritualistas não religiosos eram mais religiosos do que não espiritualistas (p < 0,001); e não espiritualistas agnósticos (p < 0,001) eram mais religiosos do que não espiritualistas gnósticos (p < 0,001). Desse modo, os grupos podem ser classificados em termos dos mais espiritualmente crentes e religiosos até os menos espiritualmente crentes e religiosos, permitindo que as Hipóteses 2a e 2b sejam testadas. Assim, conduzimos uma MANCOVA e algumas ANCOVAS – considerando as variáveis demográficas supracitadas – com o propósito de verificar se o modelo curvilinear seria corroborado a partir de diferenças em saúde mental entre os grupos espirituais.

Além disso, a fim de ranquearmos os grupos espirituais em termos de sua saúde mental geral, dos menos até os mais mentalmente saudáveis, calculamos o resultado líquido (RL) de suas comparações. Para cada grupo, esse RL foi extraído por meio da subtração da frequência de seus resultados melhores (i.e., número de comparações em que um grupo apresentou melhor saúde mental do que um segundo grupo) pela frequência de seus resultados piores (i.e., número de comparações em que um grupo apresentou pior saúde mental do que um segundo grupo).

Assim, quanto maior fosse o RL de um grupo em comparação ao dos demais, melhor seria a sua saúde mental geral.

6.3 Resultados

6.2.1 Relações curvilineares entre R/E e saúde mental: modelos de regressão

6.2.1.1 Felicidade

Num primeiro momento (Modelo 1; Tabela 8), todas as variáveis demográficas predisseram felicidade [Modelo 1; F (5, 1775) = 29,707; $p < 0,001$; $R^2 = 0,077$]. A variável crenças espirituais também foi uma preditora significativa (Modelo 2), mas sua inserção fez com que gênero deixasse de sê-lo. O mesmo ocorreu com crenças espirituais quando a variável crenças espirituais² foi inserida (Modelo 3). Com a adição de religiosidade (Modelo 4), a variável crenças espirituais² manteve-se como uma preditora significativa, mas idade e estado civil, não. Finalmente, religiosidade² predisse positivamente felicidade (Modelo 5), mas isso fez com que religiosidade e crenças espirituais² perdessem seu poder preditivo estatisticamente significativo. No final, 13,6% da variância de felicidade foram preditos pelas variáveis escolaridade, nível econômico de vida e religiosidade² [F (9, 1771) = 31,040; $p < 0,001$; $R^2 = 0,136$]. Como felicidade foi predita por religiosidade², mas não por crenças espirituais², a Hipótese 1b foi corroborada e a Hipótese 1a, falseada. A Figura 4 representa a relação curvilinear positiva entre religiosidade e felicidade.

Tabela 8. Regressão linear hierárquica múltipla de felicidade

	Modelo 1		Modelo 2		Modelo 3		Modelo 4		Modelo 5	
Preditor	β	*Part r*	β	*Part r*	β	*Part r*	β	*Part r*	β	*Part r*
Gênero	0,057*	0,055	0,016	0,015	0,019	0,017	0,005	0,005	0,011	0,010
E. civil	0,072**	0,069	0,057*	0,054	0,052*	0,050	0,038	0,036	0,034	0,032
Idade	0,094**	0,085	0,074**	0,066	0,072**	0,064	0,047	0,042	0,046	0,041
Escol.	0,105**	0,095	0,108**	0,097	0,113**	0,101	0,092**	0,082	0,087**	0,077
NEV	0,139**	0,129	0,152**	0,140	0,153**	0,141	0,161**	0,148	0,165**	0,151
CEs			0,139**	0,127	-0,236	-0,044	-0,434**	-0,078	-0,099	-0,015

CEs²			0,382**	0,071	0,268*	0,049	-0,007	-0,001
Relig.					0,369**	0,171	-0,310	-0,041
Relig.²							0,636**	0,093
R2	0,077	0,093	0,098		0,128		0,136	
R2 *change*	0,077	0,016	0,005		0,029		0,009	
F change	29,707**	31,736**	9,823**		59,371**		17,610**	

Nota: β = beta; *Part r* = correlação semiparcial; * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; E. civil = estado civil; Escol. = escolaridade; NEV = nível econômico de vida; CEs = crenças espirituais; CEs² = crenças espirituais ao quadrado; Relig. = Religiosidade; Relig.² = religiosidade ao quadrado.

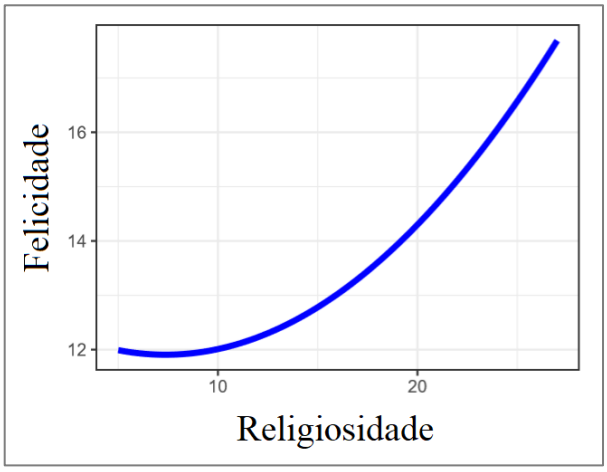

Figura 4. Relação curvilinear positiva entre religiosidade e felicidade

6.2.1.2 Sentido de vida

Inicialmente (Modelo 1; Tabela 9), todas as variáveis demográficas predisseram sentido de vida [F (5, 1775) = 39,136; $p < 0,001$; $R^2 = 0,099$]. Com a inserção de crenças espirituais (Modelo 2), cuja predição foi positiva, a variável gênero deixou de ser uma preditora significativa. As variáveis crenças espirituais² (Modelo 3), religiosidade (Modelo 4) e religiosidade² (Modelo 5) também foram preditoras significativas. No final, 27,9% da variância de sentido de vida foram preditos pelas variáveis estado civil, idade, escolaridade, nível econômico de vida, crenças espirituais, crenças espirituais², religiosidade e religiosidade² [F (9, 1771 = 76,178 $p < 0,001$; $R^2 = 0,279$]. Isso significa que tanto a Hipótese 1a quanto a Hipótese

1b foram corroboradas. As Figuras 5 e 6 representam os modelos curvilineares envolvendo crenças espirituais e religiosidade, respectivamente.

Tabela 9. Regressão linear hierárquica múltipla de sentido de vida

	Modelo 1		Modelo 2		Modelo 3		Modelo 4		Modelo 5	
Preditor	β	*Part r*	β	*Part r*	β	*Part r*	β	*Part r*	β	*Part r*
Gênero	0,066**	0,064	-0,016	-0,015	-0,009	-0,008	-0,028	-0,026	-0,020	-0,018
E. civil	0,133**	0,127	0,103**	0,097	0,089**	0,084	0,070**	0,066	0,063**	0,060
Idade	0,154**	0,140	0,114**	0,103	0,108**	0,097	0,074**	0,066	0,072**	0,064
Escol.	0,089**	0,080	0,094**	0,084	0,108**	0,097	0,079**	0,070	0,072**	0,064
NEV	0,081**	0,075	0,107**	0,099	0,108**	0,100	0,119**	0,110	0,125**	0,115
CEs			0,280**	0,257	-0,791**	-0,146	-1,064**	-0,192	-0,596**	-0,090
CEs²					1,091**	0,202	0,933**	0,171	0,547**	0,088
Relig.							0,511**	0,237	-0,441**	-0,058
Relig.²									0,891**	0,130
R2	0,099		0,165		0,206		0,262		0,279	
R2 *change*	0,099		0,066		0,041		0,056		0,017	
F change	39,136**		140,412**		90,956**		134,798**		41,458**	

Nota: β = beta; *Part r* = correlação semiparcial; * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; E. civil = estado civil; Escol. = escolaridade; NEV = nível econômico de vida; CEs = crenças espirituais; CEs² = crenças espirituais ao quadrado; Relig. = Religiosidade; Relig.² = religiosidade ao quadrado.

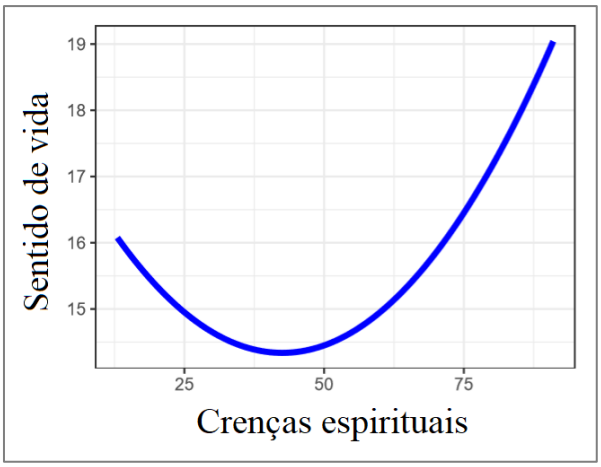

Figura 5. Relação curvilinear positiva entre crenças espirituais e sentido de vida

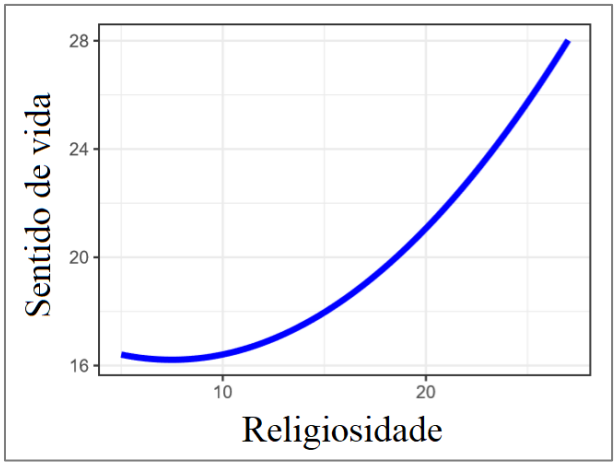

Figura 6. Relação curvilinear positiva entre religiosidade e sentido de vida

6.2.1.3 Sintomas ansiosos

Num primeiro momento (Modelo 1; Tabela 10), com exceção de estado civil, todas as variáveis demográficas predisseram sintomas ansiosos [F (5, 1775) = 27,957; p < 0,001; R^2 = 0,073)]. Crenças espirituais (Modelo 2), crenças espirituais² (Modelo 3) e religiosidade (Modelo 4) também foram preditoras estatisticamente significativas. Contudo, com a inserção de religiosidade² (Modelo 5), crenças espirituais e crenças espirituais² perderam seu efeito preditivo significativo. A predição de religiosidade² foi negativa. No final, 11,3% da variância de sintomas ansiosos foram preditos por gênero, idade, escolaridade, nível econômico de vida, religiosidade e religiosidade² [F (9, 1771) = 25,035; p < 0,001; R^2 = 0,113]. Portanto, a Hipótese 1b foi corroborada e a Hipótese 1a, falseada. A Figura 7 representa a relação curvilinear negativa entre religiosidade e sintomas ansiosos.

Tabela 10. Regressão linear hierárquica múltipla de sintomas ansiosos

	Modelo 1		Modelo 2		Modelo 3		Modelo 4		Modelo 5	
Preditor	β	*Part r*	β	*Part r*	β	*Part r*	β	*Part r*	β	*Part r*
Gênero	0,143**	0,138	0,122**	0,112	0,119**	0,110	0,128**	0,118	0,119**	0,110
E. civil	-0,008	-0,008	-0,016	-0,015	-0,011	-0,011	-0,002	-0,002	0,005	0,004
Idade	-0,156**	-0,141	-0,166**	-0,149	-0,164**	-0,147	-0,148**	-0,132	-0,146**	-0,130
Escol.	-0,078**	-0,070	-0,077**	-0,069	-0,082**	-0,073	-0,068**	-0,061	-0,061*	-0,054
NEV	-0,113**	-0,105	-0,107**	-0,098	-0,107**	-0,099	-0,112**	-0,103	-0,118**	-0,109
CEs			0,072**	0,066	0,422**	0,078	0,549**	0,099	0,052	0,008
CEs²					-0,357**	-0,066	-0,283*	-0,052	0,126	0,020
Relig.							-0,238**	-0,110	0,772**	0,101
Relig.²									-0,946**	-0,138
R2	0,073		0,077		0,082		0,094		0,113	
R2 *change*	0,073		0,004		0,004		0,012		0,019	
F change	27,957**		8,286**		8,410**		23,841**		37,936**	

Nota: β = beta; *Part r* = correlação semiparcial; * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; E. civil = estado civil; Escol. = escolaridade; NEV = nível econômico de vida; CEs = crenças espirituais; CEs² = crenças espirituais ao quadrado; Relig. = Religiosidade; Relig.² = religiosidade ao quadrado.

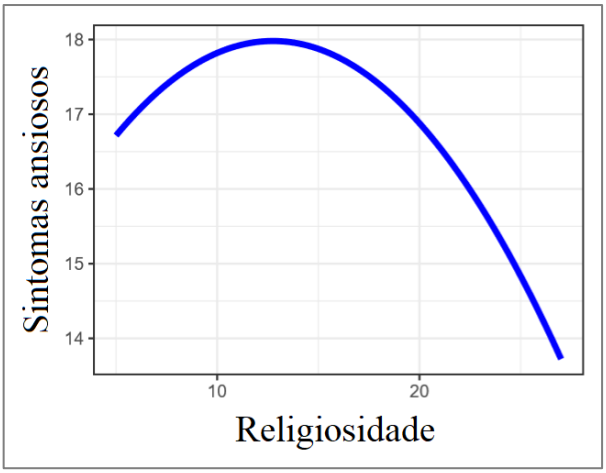

Figura 7. Relação curvilinear negativa entre religiosidade e sintomas ansiosos

6.2.1.3 Sintomas depressivos

Inicialmente (Modelo 1; Tabela 11), com exceção de estado civil, todas as variáveis demográficas predisseram sintomas depressivos [F (5, 1775) = 33,992; $p < 0,001$; $R^2 = 0,087$]. Estado civil passou a predizer sintomas depressivos com a inserção de crenças espirituais

(Modelo 2), mas deixou de fazê-lo quando a variável crenças espirituais² (Modelo 3) foi adicionada. A variável crenças espirituais não foi uma preditora estatisticamente significativa (Modelo 2), mas crenças espirituais² (Modelo 3) e religiosidade (Modelo 4), sim. Religiosidade² predisse negativamente sintomas depressivos (Modelo 5), mas fez com que espiritualidade² perdesse seu poder preditivo. No final, 13% da variância de sintomas depressivos foram preditos por gênero, idade, escolaridade, nível econômico, religiosidade e religiosidade². Isso corrobora a Hipótese 1b, mas falseia a Hipótese 1a. A Figura 8 representa a relação curvilinear negativa entre religiosidade e sintomas depressivos.

Tabela 11. Regressão linear hierárquica múltipla de sintomas depressivos

	Modelo 1		Modelo 2		Modelo 3		Modelo 4		Modelo 5	
Preditor	β	*Part r*	β	*Part r*	β	*Part r*	β	*Part r*	β	*Part r*
Gênero	0,095**	0,092	0,087**	0,080	0,084**	0,078	0,095**	0,088	0,087**	0,080
E. civil	-0,046	-0,044	-0,049*	-0,046	-0,044	-0,041	-0,032	-0,030	-0,026	-0,024
Idade	-0,114**	-0,103	-0,118**	-0,106	-0,115**	-0,103	-0,095**	-0,084	-0,093**	-0,083
Escol.	-0,114**	-0,102	-0,113**	-0,102	-0,119**	-0,107	-0,102**	-0,091	-0,096**	-0,085
NEV	-0,156**	-0,145	-0,154**	-0,142	-0,154**	-0,142	-0,160**	-0,148	-0,166**	-0,153
CEs			0,029	0,026	0,467**	0,086	0,628**	0,113	0,185	0,028
CEs²					-0,446**	-0,083	-0,353**	-0,065	0,012	0,002
Relig.							-0,302**	-0,140	0,599**	0,078
Relig.²									-0,843**	-0,123
R2	0,087		0,088		0,095		0,114		0,130	
R2 *change*	0,087		0,001		0,007		0,020		0,015	
F change	33,992**		1,366		13,341**		39,155**		30,732**	

Nota: β = beta; *Part r* = correlação semiparcial; * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; E. civil = estado civil; Escol. = escolaridade; NEV = nível econômico de vida; CEs = crenças espirituais; CEs² = crenças espirituais ao quadrado; Relig. = Religiosidade; Relig.² = religiosidade ao quadrado.

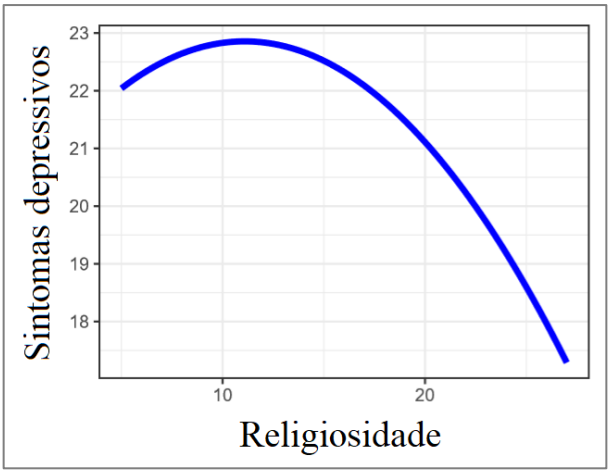

Figura 8. Relação curvilinear negativa entre religiosidade e sintomas depressivos

6.2.3 Relações curvilineares entre R/E e saúde mental: comparações entre espiritualistas e não espiritualistas

Espiritualistas religiosos (ERs), espiritualistas não religiosos (ENRs), não espiritualistas gnósticos (NEGs) e não espiritualistas agnósticos (NEAs) foram comparados em relação à sua saúde mental (Figura 9). O resultado da MANCOVA foi estatisticamente significativo [F (12, 5253) = 19,492; Pillai's trace = 0,128; p < 0,001; η^2 = 0,043]. Conforme os resultados das ANCOVAs, os grupos apresentavam diferenças em felicidade [F (3, 1752) = 15,256; p < 0,001; η^2 = 0,025], sentido de vida [F (3, 1752) = 56,902; p < 0,001; η^2 = 0,089], sintomas ansiosos [F (3, 1752) = 11,211; p < 0,001; η^2 = 0,019] e sintomas depressivos [F (3, 1752) = 11,706; p < 0,001; η^2 = 0,020]. Feitas as correções *post hoc* de Bonferroni, ERs apresentaram mais felicidade (p < 0,001) e mais sentido de vida (p < 0,001) do que os demais grupos (Tabela 12). Além disso, NEAs apresentaram menos sentido de vida do que ENRs (p < 0,001) e NEGs (p < 0,01). Em relação à ansiedade, ENRs relataram apresentar mais sintomas do que NEGs (p < 0,001), NEAs (p = 0,04) e ERs (p < 0,001). Finalmente, ENRs relataram apresentar mais

sintomas depressivos do que NEGs ($p < 0{,}001$) e ERs ($p < 0{,}001$). Nenhuma outra diferença estatisticamente significativa foi encontrada.

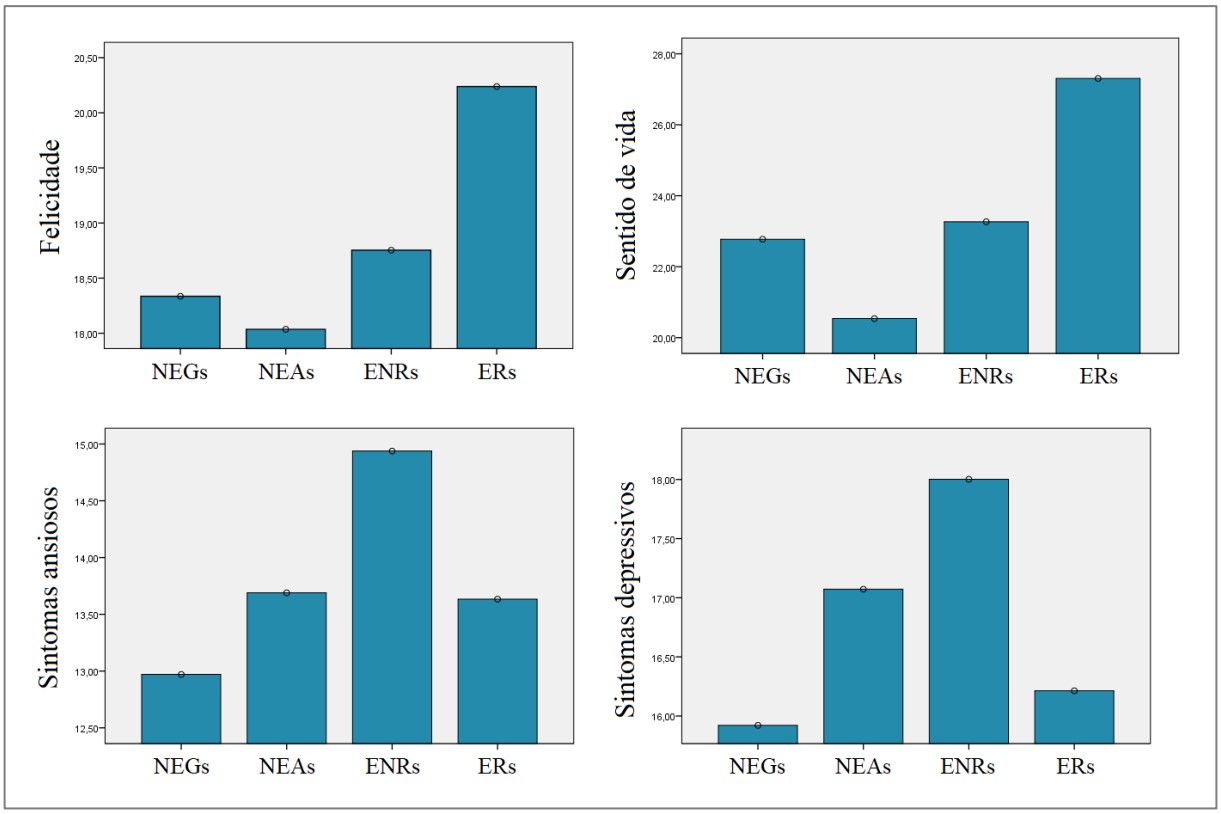

Figura 9. Médias marginais estimadas de saúde mental de espiritualistas e não espiritualistas
Nota: NEGs = não espiritualistas gnósticos; NEAs = não espiritualistas agnósticos; ENRs = espiritualistas não religiosos; ERs = espiritualistas religiosos.

De acordo com os resultados líquidos das comparações (Tabela 12), ERs (RL = 8) apresentaram melhor saúde mental do que os demais grupos; NEGs (RL = 1) apresentaram melhor saúde mental do que NEAs e ENRs; e NEAs (RL = -3) apresentaram melhor saúde mental do que ENRs (RL = -6). Quanto às comparações que envolveram ERs e NEGs, enquanto o resultado de duas delas foi favorável aos primeiros, duas delas resultaram em médias semelhantes. Portanto, esses achados corroboram a Hipótese 2a, mas apenas parcialmente a Hipótese 2b.

Tabela 12. Médias (e desvios-padrão) de componentes de saúde mental e proporções de resultados comparativos entre os grupos espirituais

Saúde mental	Espiritualistas Religiosos	Espiritualistas não religiosos	Não espiritualistas agnósticos	Não espiritualistas gnósticos
Felicidade	20,40 (4,94)	18,78 (5,57)	17,66 (5,67)	18,16 (5,60)
Sentido de vida	27,65 (6,97)	23,34 (7,74)	19,75 (8,27)	22,38 (8,01)
S. ansiosos	13,61 (5,01)	14,95 (5,71)	13,92 (5,09)	12,87 (5,09)
S. depressivos	16,14 (5,77)	18,04 (6,53)	17,38 (6,39)	15,86 (6,19)
Resultados comparativos				
Semelhantes	4/12	4/12	7/12	7/12
Melhores	8/12	1/12	1/12	3/12
Piores	0/12	7/12	4/12	2/12
RLs	8	-6	-3	1
N	714	483	174	390

Nota: RLs = resultados líquidos; S. ansiosos = sintomas ansiosos; S. depressivos = sintomas depressivos *N* = número de participantes.

6.3 Discussão

O principal objetivo deste estudo foi o de verificar, com o auxílio de uma escala de crenças espirituais, a hipótese de que a relação entre espiritualidade e saúde mental é curvilinear. A seguir, descreveremos os nossos achados e os discutiremos à luz de outros trabalhos da literatura.

6.3.1 Evidências de relações curvilineares a partir das análises de regressão

Inicialmente, os níveis de crenças espirituais e de religiosidade predisseram, de forma significativa e linear, a variância de praticamente todos os componentes de saúde mental. Se as análises parassem por aí, concluiríamos, por exemplo, que quanto mais religiosas e espiritualmente crentes eram as pessoas de nossa amostra, mais sentido de vida e menos sintomas depressivos elas apresentavam. Mas, num segundo momento, verificamos que as variáveis crenças espirituais e religiosidade ao quadrado incrementaram a predição da variação de felicidade, sentido de vida, sintomas ansiosos e sintomas depressivos. Isso significa que o aumento de R/E não prediz sempre o aumento de saúde mental, e há condições em que essa predição pode ser até mesmo negativa. Similarmente ao que encontraram outros autores (e.g., Galen & Kloet, 2011; Mochon et al., 2011; Wei & Liu, 2013), esses achados corroboram o modelo curvilinear.

Embora a variável crenças espirituais ao quadrado tenha, num primeiro momento, predito as variâncias de felicidade, sintomas ansiosos e sintomas depressivos, seus efeitos deixaram de ser significativos quando a variável religiosidade foi considerada. Como a ESCE mensura um tipo de ação bastante simples – isto é, ajuizar sobre a existência de seres espirituais –, é possível que sua relação com a saúde mental seja predominantemente indireta, isto é, mediada por comportamentos religiosos. Levando em conta as dimensões avaliadas pela DUREL, pode ser que os benefícios da religiosidade sejam derivados de atos como orar, participar de reuniões religiosas e/ou se "levar a vida" conforme as ideias espirituais típicas de um grupo religioso. Por um lado, ao passarem por circunstâncias adversas, essas ações poderiam "amenizar" os níveis de sintomas ansiosos e depressivos de pessoas mais religiosas (Maltby, Lewis & Day, 2008; Schnittker, 2001; Smith et al., 2003; Weber & Pargament, 2014); ao mesmo tempo, é possível que, mesmo durante períodos minimamente estressantes, níveis mais altos de religiosidade tendam a proporcionar mais felicidade (Stark & Maier, 2008). Conforme sugerem esses autores, isso ocorre porque comunidades religiosas facilitariam o estabelecimento de apoio e vínculos sociais.

Em linha com o modelo curvilinear, as curvas das regressões envolvendo sintomas ansiosos e depressivos também apresentaram trechos sugestivos de que a relação entre R/E e saúde mental pode ser *prejudicial*. Especificamente, o aumento dos níveis mais baixos de religiosidade (i.e., escores de 5 a 10) predisse o aumento de sintomas desses tipos – ainda que de forma relativamente modesta. É possível que pessoas pouco religiosas estejam passando por uma transição de identidade espiritual (Moore & Leach, 2015), a qual seria acompanhada por dúvidas e outros tipos de conflito que pioram a sua saúde mental (e.g., Galek et al., 2007; Hunsberger et al., 2002; Krause & Wulff, 2004). Já os achados de Speed e Fowler (2017) sugerem que, por razões ainda desconhecidas, pessoas não espiritualistas que frequentam reuniões religiosas são mentalmente menos saudáveis. Uma terceira possibilidade é a de que

espiritualistas que apresentam níveis mais baixos de religiosidade lancem mão de estratégias relativamente menos eficazes para lidar com as situações adversas da vida (e.g., terapias energéticas; cf. Ellison, Bradshaw & Roberts, 2012). Essas hipóteses não são mutuamente excludentes, e estudos posteriores poderiam testá-las.

Após a inserção de religiosidade ao quadrado nos modelos, a predição curvilinear de crenças espirituais sobre a variância de sentido de vida foi a única que se manteve estatisticamente significativa. Curiosamente, o poder preditivo dessa variável foi maior do que o de religiosidade (10,7% vs. 7,3%, respectivamente),[9] sugerindo que o nível de crenças espirituais dos participantes influenciava mais seu sentido de vida do que o seu repertório de comportamentos religiosos. É possível, como especulam Galen e Kloet (2011), que isso indique o comprometimento com uma visão de mundo – religiosa ou não religiosa –, a qual tornaria a vida mais imbuída de propósito e significado. Por um lado, espiritualistas que apresentam níveis altos de crença espiritual se beneficiariam de uma concepção espiritualizada de sua existência. Essas pessoas concordariam fortemente com as proposições da ECSE, tais como "Fomos criados por um ser espiritual", "Nossas orações são atendidas por um ser espiritual" e "Após a morte, viveremos como seres espirituais". De fato, há algumas evidências de que as crenças espirituais – especialmente a de que fomos criados por um ser inteligente e a de que somos espiritualmente imortais – contribuem para a formação e a manutenção do nosso sentido de vida (Tracy, Hart & Martens, 2011; Vail & Soenke, 2018; Van Tongeren, Hook & Davis, 2013). Ideias como essas são respostas bastante populares às chamadas *questões existenciais*, as quais contemplam, por exemplo, as nossas origens (i.e., "Por que existimos?"), a nossa natureza (i.e., "Quem somos nós?") e o nosso destino (i.e., "Para aonde vamos?"; cf. Gaarder et al., 2005). Por outro lado, não espiritualistas que apresentam níveis altos de descrença – ou níveis baixos

[9] Em regressões não lineares, o poder preditivo de uma variável independente (e.g., crenças espirituais) é calculado a partir da soma de sua predição original (ou linear) com sua predição elevada ao quadrado (ou curvilinear). Em outras palavras, seu poder preditivo total é extraído da soma do R^2 *change* dos Modelos relativos à inserção de suas, digamos, (sub)variáveis: a original e a transformada (Gignac, 2019).

de crença – espiritual poderiam encontrar formas alternativas de significar suas vidas. Por exemplo, um estudo constatou que algumas das principais fontes de sentido entre ateus são o conforto, a liberdade e o conhecimento (Schnell & Keenan, 2011). Além disso, Galen (2015) sugere, a partir de alguns achados, que a ciência ajudaria a prover ordem ao e compreensão do mundo, e que algumas instituições sociopolíticas poderiam assumir algumas funções epistêmicas/existenciais normalmente ocupadas pelas religiões. Por fim, em comparação com os níveis mais baixos e mais altos de crença/descrença espiritual, níveis intermediários dessa variável (i.e., escores entre 25 e 62,5) tendiam a prever valores um pouco menores de sentido de vida. À luz da hipótese com que estamos trabalhando, é possível que algumas pessoas, por serem pouco convictas quanto à existência ou à inexistência de seres espirituais, acabem não se satisfazendo com as fontes mais tradicionais de sentido de vida – incluindo as religiões e, quem sabe, a ciência. Nesse sentido, eles responderiam "Não sei" àquelas questões existenciais, e suas dúvidas os impediriam de construir uma visão comparativamente coerente e significativa de mundo. Estudos posteriores poderiam verificar essas hipóteses.

É importante ressaltar que, neste estudo, as curvas das regressões indicaram que as presumíveis relações entre R/E e saúde mental são mais benéficas do que maléficas – e isso foi bem mais evidente em relação aos modelos envolvendo os componentes positivos. Por exemplo, enquanto mudanças entre os cinco menores níveis de religiosidade não predisseram mudanças de sequer um nível de felicidade e de sentido de vida, todo o resto das predições foi positiva, isto é, quanto mais religiosidade, melhor saúde mental. Em contraste, outros autores encontraram relações um pouco mais "equilibradas", ou seja, curvas com trechos mais proporcionais entre predições positivas e negativas (Eliassen et al., 2005; Galen & Kloet, 2011; Wei & Liu, 2013). Isso significa que, em seus estudos, níveis intermediários de R/E tendiam a predizer pior saúde mental do que níveis mais altos ou mais baixos, e que estes últimos não diferiam tanto entre si. É possível que essa inconsistência decorra, em parte, do fato de que

utilizamos instrumentos diferentes para mensurar a presença de sintomas ansiosos e depressivos. Além do mais, estudos prévios não haviam testado o modelo curvilinear envolvendo as variáveis felicidade e sentido de vida, as quais podem se relacionar de maneiras distintas com a R/E. Alternativamente, ao compararem seus achados com os de Schnittker (2001), Wei e Liu (2013) especulam que diferenças culturais possam explicar parcialmente essas diferenças de resultado. Por exemplo, há evidências de que a relação entre R/E e bem-estar (i.e., felicidade e satisfação com a vida) é mais forte em países cuja população é mais religiosa, e isso parece ser moderado/mediado por variáveis sociais (e.g., discriminação contra ateus; Stavrova, Fetchenhauer & Schlösser, 2013). A propósito, diferentemente dos estudos previamente mencionados, nós não levantamos informações sobre a vida social dos participantes de nossa amostra. Especificamente, é possível que pessoas mais religiosas "colham" alguns benefícios psicológicos por serem membros de um grupo social (Galen, 2015; Stark & Maier, 2008; Weber & Pargament, 2014). Schinittker (2001), por exemplo, constatou que a integração a um grupo formal (e.g., clubes) predisse negativamente o nível de sintomas depressivos mais do que comparecer a reuniões religiosas. Quando foram consideradas outras variáveis possivelmente confundidoras, como o suporte social, o efeito negativo daquela variável religiosa deixou de ser estatisticamente significativo. Por isso, em nosso estudo, é possível que parte das diferenças em saúde mental entre pessoas muito e pouco religiosas tenha resultado desse efeito indireto e social da R/E, o qual teria enviesado as curvas que descreveram as regressões.

6.3.2 Evidências de relações curvilineares a partir da comparação entre grupos espirituais

A fim de estendermos os testes do modelo curvilinear, comparamos os grupos de espiritualistas religiosos (ERs), espiritualistas não religiosos (ENRs), não espiritualistas agnósticos (NEAs) e não espiritualistas gnósticos (NEGs) entre si. Conforme havíamos

previsto, ERs e NEGs eram, em geral, mentalmente mais saudáveis do que ENRs e NEAs. Similarmente ao que encontraram outros autores (e.g., Galen & Kloet, 2011; Mochon et al., 2011; Ross, 1990), isso significa que, em comparação com pessoas que apresentavam níveis intermediários de crença/descrença espiritual e religiosidade, aquelas que apresentavam níveis mais altos ou mais baixos tendiam a gozar de melhor saúde mental. Por quê?

É possível que haja mais de uma explicação para isso. Em primeiro lugar, ENRs eram mais ansiosos do que os demais participantes, e só não apresentavam mais sintomas depressivos do que NEAs. Isso é consistente com alguns achados prévios de que "pessoas espirituais" (i.e., aquelas que se declaram "espirituais, mas não religiosas") tendem a ser mentalmente menos saudáveis do que as religiosas e aquelas nem espirituais, nem religiosas (King, Weich, Nazroo & Blizard, 2006; King, Marston, McManus & Brugha, 2013; Willard & Norenzayan, 2017). Em segundo lugar, NEAs não apresentavam mais sintomas ansiosos ou depressivos do que ERs e NEGs, mas foram os participantes que apresentavam menos sentido de vida (para resultados um pouco divergentes, cf. Hayward, Krause, Ironson, Hill & Emmons, 2016; Horning et al., 2011). Isso significa que ENRs e NEAs se distinguem em *como* sua saúde mental é pior do que a de ERs e NEGs, e é possível que isso decorra de causas diferentes. Por exemplo, NEAs foram os que mais emitiram respostas de descrença agnóstica aos itens da ECSE (Capítulo 5), o que sinaliza que eles são os menos convictos quanto à existência ou à inexistência de seres espirituais. Isso pode indicar que eles são relativamente pouco compromissados com uma visão de mundo, o que prejudicaria a construção de seu sentido de vida (Galen & Kloet, 2011). Quanto aos ENRs, nosso melhor palpite é o de que eles adotam estratégias relativamente menos eficazes para lidar com o sofrimento mental. Por exemplo, um estudo verificou que pessoas espirituais são mais propensas a se submeter a terapias alternativas, tais como homeopatia, Reiki e "toque de cura" (Ellison et al., 2012). Se esses recursos não forem tão bons quanto os comumente adotados por ERs e NEGs, isso explicaria por que ENRs apresentam mais sintomas ansiosos e

depressivos.[10] É importante que investigações futuras sejam desenvolvidas a fim de se testar essas hipóteses e, quem sabe, de se antever possíveis intervenções capazes de auxiliar esse grupo.

Finalmente, verificamos que ERs eram, em geral, mentalmente mais saudáveis do que NEGs. Especificamente, enquanto esses grupos não se distinguiram quanto à apresentação de sintomas ansiosos e depressivos, ERs apresentavam maiores níveis de felicidade e de sentido de vida. Novamente, é possível que haja mais de uma explicação para esses achados.

Em primeiro lugar, pode ser que ERs e NEGs sejam igualmente hábeis em lidar com as adversidades da vida. A partir dos achados de Horning et al. (2011), especulamos que isso ocorra porque o repertório de estratégias de enfrentamento de religiosos e ateus é mais semelhante do que diferente. Por exemplo, ambos os grupos de sua amostra apresentavam frequências similares de recursos como desabafar, se distrair e reavaliar positivamente um problema. A única estratégia mais utilizada por religiosos era a de enfrentamento religioso (i.e., orar e/ou se confortar com suas crenças religiosas/espirituais), e ateus eram mais propensos a usar drogas e – em comparação com as pessoas pouco religiosas – a tratar as situações adversas de forma bem-humorada. Embora algumas dessas estratégias possam ser mais eficazes para se amenizar os sintomas ansiosos e depressivos suscitados por situações adversas, talvez elas sejam insuficientes para fazer com que diferenças intergrupais sejam identificadas. Contudo, isso poderia explicar por que constatamos, por meio das regressões, que níveis mais elevados de religiosidade predisseram níveis um pouco menores de sofrimento mental.

Em segundo lugar, é possível que visões religiosas de mundo forneçam respostas mais (psicologicamente) satisfatórias às questões existenciais, imbuindo mais sentido à vida de ERs. Por exemplo, Schnell (2011) encontrou que a religiosidade explícita (e.g., "A religião

[10] Estamos partindo do pressuposto de que, entre outros motivos, os ENRs adotam as terapias alternativas para fins "psicoterápicos". Não conhecemos estudos que tenham investigado sistematicamente esses motivos.

desempenha um papel importante em minha vida") e a espiritualidade (e.g., "Eu considero sagradas algumas coisas da vida") figuravam como duas das principais fontes de sentido de vida de sua amostra. Além disso, a autora verificou que esta última variável pôde ser positivamente predita pela *quantidade* de assuntos/áreas de envolvimento consideradas relevantes pelos participantes – e.g., criatividade, poder, desenvolvimento pessoal e harmonia. Nesse sentido, pode ser que ERs "superem" NEGs também por poderem se beneficiar de duas fontes *extras* de sentido de vida: a espiritualidade e a religiosidade. Embora Schnell e Keenan (2011) não tenham testado essa hipótese explicitamente, seus achados parecem corroborá-la: os religiosos que eles avaliaram não apenas consideraram importantes mais assuntos/áreas de envolvimento do que os ateus (e.g., religiosidade, espiritualidade e tradição), como também apresentavam mais sentido de vida do que eles. Estudos subsequentes poderiam investigar mais sistematicamente essas hipóteses.

Em terceiro lugar, pode ser que ERs sejam mais felizes do que NEGs por motivos predominantemente sociais. Por exemplo, há indícios de que pessoas não religiosas apresentam menos felicidade em países cuja população é mais religiosa, e isso ocorreria, em parte, porque essas pessoas são vistas e tratadas de forma pior – e.g., com mais discriminação/menos respeito – do que as religiosas (Stavrova et al., 2013). Por sua vez, Stark e Maier (2008) constataram que o comparecimento a reuniões religiosas e a percepção de proximidade com Deus predisseram positivamente a variância de felicidade dos participantes de seu estudo. Para eles, esse benefício ocorreria porque a "religião fornece relações sociais muito mais acessíveis e solidárias do que alternativas seculares" (p. 125). Os autores também afirmam que a relação com Deus é *social* para muitos religiosos, e diversos achados corroboram isso. Como citamos outrora, as pessoas tendem a imaginar os seres espirituais como espíritos psicologicamente similares a nós (Astuti & Harris, 2008; Epley et al., 2009; Shtulman, 2008; Shtulman & Lindeman, 2016), e orar a Deus é uma atividade neuropsicologicamente análoga a conversar

com uma pessoa (Schjoedt et al., 2009). Em nosso estudo, enquanto um dos itens da DUREL mensurou o comparecimento em reuniões religiosas, outro deles avaliou essa proximidade com aquele ser espiritual [i.e., "Em minha vida, eu sinto a presença de Deus (ou do Espírito Santo)"]. Quanto à ECSE, todos os seus itens são compostos por afirmações relativas à existência de seres espirituais "pessoais", e boa parte deles os descreve como benevolentes (e.g., "Somos amados por um ser espiritual"). Portanto, é possível que os ERs de nossa amostra fossem mais felizes do que os NEGs em função de eles participarem de uma rede social mais rica e acolhedora. Mesmo que os seres espirituais não existam, pode ser que o simples fato de crermos que somos protegidos, ouvidos e amados por eles seja o bastante para aumentar, um pouco que seja, a nossa felicidade.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados desta pesquisa somam-se àqueles que indicam que a relação entre religiosidade/espiritualidade (R/E) e saúde mental não é linear, e sim curvilinear. Ao constatarmos que o nível de R/E se relacionou dessa forma com a presença de sintomas ansiosos e depressivos, replicamos os achados de alguns estudos anteriores (Eliassen et al., 2005; Ross, 1990; Wei & Liu, 2013). Mas, ao verificarmos o mesmo padrão quanto à presença de felicidade e de sentido de vida, adicionamos achados inéditos à literatura. Considerando também o trabalho de outros autores (Galen & Kloet, 2011; Mochon et al., 2011; Moore & Leach, 2016), esses dados sugerem que componentes tanto negativos quanto positivos de saúde mental estão relacionados de forma curvilinear com a R/E.

Contudo, e em contraste com outros achados (Eliassen et al., 2005; Wei & Liu, 2013), constatamos que pessoas mais religiosas tendiam a ser mentalmente mais saudáveis do que pessoas menos religiosas. Isso ficou evidente não apenas ao inspecionarmos as curvas que descreveram as regressões, mas também a partir das comparações entre os grupos espirituais. Apesar disso, e em linha com outras observações (Gontijo & Damásio, 2019a), essas diferenças foram mais marcantes em relação aos componentes felicidade e sentido de vida. Por um lado, os espiritualistas religiosos apresentaram melhores níveis desses componentes positivos do que os não espiritualistas (gnósticos e agnósticos); por outro lado, esses grupos apresentaram níveis similares de sintomas depressivos e ansiosos, e os espiritualistas não religiosos apresentaram pior saúde mental em cinco comparações envolvendo esses componentes. Nesse sentido, é possível que os aparentes benefícios da R/E sobre a saúde mental envolvam mais seus componentes positivos do que seus componentes negativos. Mais estudos precisam ser conduzidos para se verificar a consistência desses achados.

Até onde sabemos, esta foi a primeira pesquisa a utilizar as classificações espirituais mencionadas acima. Em comparação com alguns rótulos mais tradicionais (e.g., “ateus”,

“agnósticos”, “religiosos” e “espirituais”; cf. Whitley, 2010), elas são mais precisas para se referir às formas de se crer ou de se descrer em seres espirituais. Alguns dos nossos achados não só sinalizaram a sua validade, como também ampliaram os tipos de evidência que corroboram o modelo curvilinear. Apesar disso, é importante que essas classificações sejam mais bem investigadas. Por exemplo, pouco sabemos sobre a visão de mundo dos espiritualistas não religiosos, e é possível que eles sejam tão diferentes entre si quanto os espiritualistas religiosos. Similarmente, talvez haja dois tipos de não espiritualistas agnósticos: os céticos e os, digamos, “hesitantes”. Enquanto os primeiros creriam que as questões espirituais são insondáveis, misteriosas, os segundos poderiam estar apenas passando por uma fase de dúvidas espirituais – as quais poderiam, a princípio, ser solucionadas (cf. Dawkins, 2007; Martin, 2007; Moore & Leach, 2015). Além disso, esta pesquisa concentrou-se em alguns dos principais atos que caracterizam a R/E, mas os não espiritualistas podem apresentar hábitos, participar de grupos e crer em ideias que fundamentam um estilo alternativo de vida (cf. Zuckerman et al., 2016). Ao se considerar variáveis desse tipo, testes ainda mais rigorosos dos modelos linear e curvilinear poderão ser realizados.

Diferentemente de estudos anteriores, utilizamos um instrumento que mensura, de forma específica, o nível geral de crença/descrença espiritual. Desenvolvemos a Escala de Crenças em Seres Espirituais (ECSE) a fim de atacarmos mais apropriadamente as nossas hipóteses, e encontramos várias evidências que atestam a sua validade. Contudo, a crença/descrença espiritual predisse de forma significativa apenas a variância da variável sentido de vida. Pode ser que suas relações com outros componentes de saúde mental ocorram de forma indireta – e.g., por meio de práticas religiosas –, mas é também possível que sua medida funcione mais como uma espécie de “índice de atos espirituais”. Em linha com isso, o escore da ECSE correlacionou-se altamente com os de religiosidade, corroborando um dos principais pressupostos deste trabalho: o de que a crença em seres espirituais é a principal

característica da espiritualidade (Caldwell-Harris, Wilson, et al., 2011; Lindeman et al., 2012). Como quer que seja, esperamos que, para além do escopo da saúde mental, a ECSE possa se mostrar útil em investigações relativas às origens da crença e da descrença em seres espirituais.

Como o *design* do Estudo 2 foi transversal, não podemos extrair quaisquer conclusões quanto às relações causais entre R/E e saúde mental. Devemos ressaltar que o nosso propósito não foi o de investigar por que aquelas variáveis estariam relacionadas, e todas as interpretações relativas aos nossos achados não passam de hipóteses à espera de testes. Estudos longitudinais, e talvez até experimentais, poderão lançar mais luz sobre as presumíveis relações determinísticas entre espiritualidade e saúde mental.

Por fim, esta tese foi iniciada com uma reflexão de Dalgalarrondo (2008), para quem "a religião lida, primordialmente, com os territórios humanos fundamentais da incerteza e do sofrimento" (p. 240). Considerando uma das teorias que explicam a origem das crenças espirituais (Norenzayan & Gervais, 2013), talvez seja mais acertado dizer que a religião se fundamenta, parcialmente, nos territórios humanos liderados pela incerteza e pelo sofrimento. Mas, levando em conta um dos achados desta pesquisa, sugerimos também que a religião prima, fundamentalmente, ao lidar com a felicidade e o sentido de vida dos seres humanos.

8 REFERÊNCIAS

Abdaleati, N. S., Zaharim, N. M., & Mydin, Y. O. (2016). Religiousness and mental health: Systematic review study. *Journal of Religion and Health*, *55*(6), 1929–1937.

Alves, A. C. D. (2013). *Crenças ocidentais e orientais, sentido de vida e visões de morte: Um estudo correlacional* (Dissertação de mestrado). Recuperado a partir de https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/tede/4230

American Psychiatric Association (2014). *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5* (5ª ed.). Porto Alegre: Artmed.

Ando, S. (2014). Religious and gender effects on psychosocial adaptation among Japanese immigrants. *Journal of Religion & Spirituality in Social Work: Social Thought*, *33*(2), 178–194.

Aquino, T. A. A. (2005). Atitude religiosa e crenças dos alunos de psicologia. *Revista da Unipê*, *9*(1), 56–63.

Ashouri, F. P., Hamadiyan, H., Nafisi, M., Parvizpanah, A., & Rasekhi, S. (2016). The relationships between religion/spirituality and mental and physical health: A review. *International Electronic Journal of Medicine*, *5*(2), 28–34.

Asp, E., & Tranel, D. (2013). False tagging theory: Toward a unitary function of prefrontal cortex. In *D*. Stuss & R. Knight (Eds.), *Principles of frontal lobes functions* (2nd ed., pp. 384–416). New York: Oxford University Press.

Asp, E., Manzel, K., Koestner, B., Cole, C. A., Denburg, N. L., & Tranel, D. (2012). A neuropsychological test of belief and doubt: Damage to ventromedial prefrontal cortex increases credulity for misleading advertising. *Frontiers in Neuroscience*, *6*, 1–9.

Asp, E., Manzel, K., Koestner, B., Denburg, N. L., & Tranel, D. (2013). Benefit of the doubt: A new view of the role of the prefrontal cortex in executive functioning and decision making. *Frontiers in Neuroscience*, *7*, 1–13.

Asp, E., Ramchandran, K., & Tranel, D. (2012). Authoritarianism, religious fundamentalism, and the human prefrontal cortex. *Neuropsychology*, *26*(4), 414–421.

Astuti, R., & Harris, P. L. (2008). Understanding mortality and the life of the ancestors in rural Madagascar. *Cognitive Science*, *32*(4), 713–740.

Atran, S., & Norenzayan, A. (2004). Religion's evolutionary landscape: Counterintuition, commitment, compassion, communion. *Behavioral and Brain Sciences*, *27*(6), 713–730.

Balbinotti, M. A. A., Benetti, C., & Terra, P. R. S. (2006). Translation and validation of the Graham-Harvey survey for the Brazilian context. *International Journal of Managerial Finance*, *3*(1), 26–48.

Barrett, J. L. (2004). *Why would anyone believe in God?* Lanham, MD: Altamira Press.

Beck, J. S. (2014). *Terapia cognitivo-comportamental: Teoria e prática* (2ª ed.). Porto Alegre: Artmed.

Beit-Hallahmi, B. (2007). Atheists: A psychological profile. In Martin, M. (Ed.), *The Cambridge Companion to atheism* (pp. 300–317). New York, NY: Cambridge University Press.

Bengtson, V. L., Copen, C. E., Putney, N. M., & Silverstein, M. (2009). A longitudinal study of the intergenerational transmission of religion. *International Sociology*, *24*(3), 325–345.

Bonelli, R. M., & Koenig, H. G. (2013). Mental disorders, religion and spirituality 1990 to 2010: A systematic evidence-based review. *Journal of Religion and Health*, *52*(2), 657-673.

Botton, A. (2011). *Religião para ateus*. Rio de Janeiro: Intrínseca.

Bradley, D. F., Exline, J. J., Uzdavines, A., Stauner, N., & Grubbs, J. B. (2018). The Reasons of Atheists and Agnostics for Nonbelief in God's Existence Scale: Development and initial validation. *Psychology of Religion and Spirituality*, *10*(3), 263–275.

Brown, T. A. (2006). *Confirmatory factor analysis for applied research*. New York, NY: The Guilford Press.

Bužgová, R., Jarošová, D., & Hajnová, E. (2015). Assessing anxiety and depression with respect to the quality of life in cancer inpatients receiving palliative care. *European Journal of Oncology Nursing*, *19*(6), 667–672.

Caldwell-Harris, C. L., Murphy, C. F., Velazquez, T., & McNamara, P. (2011). Religious belief systems of persons with high functioning autism. *Proceedings of the Annual Meeting of the Cognitive Science Society*, *33*(33), 3362–3366.

Caldwell-Harris, C. L., Wilson, A. L., LoTempio, E., & Beit-Hallahmi, B. (2011). Exploring the atheist personality: Well-being, awe, and magical thinking in atheists, Buddhists, and Christians. *Mental Health, Religion & Culture*, *14*(7), 659–672.

Casati, R., & Varzi, A. (2015). Events. In Zalta, E. N. (Ed.), *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*. Recuperado a partir de https://plato.stanford.edu/archives/win2015/entries/events

Cassepp-Borges, V., Balbinotti, M. A. A., & Teodoro, M. L. M. (2010). Tradução e validação de conteúdo: Uma proposta para a adaptação de instrumentos. In Pasquali, L. (Ed.), *Instrumentação psicológica* (pp. 506–520). Porto Alegre: Artmed.

Chae, Y. R., & Seo, K. (2010). Health-related quality of life in women with breast cancer in korea: Do sociodemographic characteristics and time since diagnosis make a difference? *Oncology Nursing Forum*, *37*(4), 293–303.

Cheyne, J. A., & Pennycook, G. (2013). Sleep Paralysis Postepisode Distress. *Clinical Psychological Science*, *1*(2), 135–148.

Comte-Sponville, A. (2011). *Dicionário filosófico*. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes.

Connors, M. H., & Halligan, P. W. (2015). A cognitive account of belief: A tentative road map. *Frontiers in Psychology*, *5*, 1–14.

Corriveau, K. H., Chen, E. E., & Harris, P. L. (2015). Judgments about fact and fiction by children from religious and nonreligious backgrounds. *Cognitive Science*, *39*(2), 353–382.

Cromby, J. (2012). Beyond belief. *Journal of Health Psychology*, *17*(7), 943–957.

Dalgalarrondo, P. (2008). *Religião, psicopatologia e saúde mental*. Porto Alegre: Artmed.

Damásio, B. F., & Koller, S. H. (2015). Meaning in Life Questionnaire: Adaptation process and psychometric properties of the Brazilian version. *Revista Latinoamericana de Psicología*, *47*(3), 185–195.

Damásio, B. F., Zanon, C., & Koller, S. H. (2014). Validation and psychometric properties of the brazilian version of the Subjective Happiness Scale. *Universitas Psychologica*, *13*(1), 17–24.

Dawkins, R. (2007). *Deus, um delírio*. São Paulo: Companhia das Letras.

Dennett, D. C. (2006). *Quebrando o encanto: A religião como fenômeno natural*. São Paulo: Globo.

Eliassen, A. H., Taylor, J., & Lloyd, D. A. (2005). Subjective religiosity and depression in the transition to adulthood. *Journal for the Scientific Study of Religion*, *44*(2), 187–199.

Ellison, C. G., Bradshaw, M., & Roberts, C. A. (2012). Spiritual and religious identities predict the use of complementary and alternative medicine among US adults. *Preventive Medicine*, *54*(1), 9–12.

Epley, N., Converse, B. A., Delbosc, A., Monteleone, G. A., & Cacioppo, J. T. (2009). Believers' estimates of God's beliefs are more egocentric than estimates of other people's beliefs. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, *106*(51), 21533–21538.

Epley, N., Akalis, S., Waytz, A., & Cacioppo, J. T. (2008). Creating Social Connection Through Inferential Reproduction. *Psychological Science*, *19*(2), 114–120.

Foster, A. B., Brewster, M. E., Velez, B. L., Eklund, A., & Keum, B. T. (2017). Footprints in the sand: Personal, psychological, and relational profiles of religious, spiritual, and atheist LGB individuals. *Journal of Homosexuality*, *64*(4), 466–487.

Freud, S. (1927/1996). O futuro de uma ilusão. In *Obras psicológicas completas de Sigmund Freud* (pp. 15–64). Rio de Janeiro: Imago.

Fullerton, J. T., & Hunsberger, B. (1982). A unidimensional measure of Christian orthodoxy. *Journal for the Scientific Study of Religion*, *21*(4), 317–326.

Barry, M. M. (2009) Addressing the determinants of positive mental health: Concepts, evidence and practice. *International Journal of Mental Health Promotion*, *11*(3), 4–17.

Gaarder, J., Hellern, V., & Notaker, H. (2005). *O livro das religiões*. São Paulo: Companhia das Letras.

Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., Beezhold, J., & Sartorius, N. (2015). Toward a new definition of mental health. *World Psychiatric*, *14*(2), 231–233.

Galek, K., Flannelly, K. J., Ellison, C. G., Silton, N. R., & Jankowski, K. R. B. (2015). Religion, meaning and purpose, and mental health. *Psychology of Religion and Spirituality, 7*(1), 1–12.

Galek, K., Krause, N., Ellison, C. G., Kudler, T., & Flanelly, K. J. (2007). Religious doubt and mental health across the lifespan. *Journal of Adult Development*, *14*(1–2), 16–25.

Galek, K., Porter, M. (2010). A brief review of religious beliefs in research on mental health and ETAS theory. *Journal of Health Care Chaplaincy*, *16*(1–2), 58–64.

Galen, L. W. (2015). Atheism, wellbeing, and the wager: Why not believing in God (with others) is good for you. *Science, Religion & Culture*, *2*(3), 54–69.

Galen, L. W., & Kloet, J. D. (2011). Mental well-being in the religious and the non-religious: Evidence for a curvilinear relationship. *Mental Health, Religion & Culture*, *14*(7), 673–689.

Ganis, G., Thompson, W. L., & Kosslyn, S. M. (2004). Brain areas underlying visual mental imagery and visual perception: an fMRI study. *Cognitive Brain Research*, *20*(2), 226–241.

Gignac, G. E. (2019). *How2statsbook* (Online Edition 1). Australia: Author.

Gilbert, D. T. (1991). How mental systems believe. *American Psychologist*, *46*(2), 107–119.

Gray, K., Jenkins, A. C., Heberlein, A. S., & Wegner, D. M. (2011). Distortions of mind perception in psychopathology. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, *108*(2), 477–479.

Gontijo, D. F., & Damásio, B. F. (2019a). *A saúde mental dos não espiritualistas: Uma revisão sistemática*. Manuscrito em preparação.

Gontijo, D. F., & Damásio, B. F. (2019b). *Beliefs in Spiritual Beings Scale (BSBS): Development and initial validation*. Manuscrito submetido para publicação.

Goodwin, L. D., & Leech, N. L. (2006). Understanding correlation: Factors that affect the size of r. *The Journal of Experimental Education*, *74*(3), 249–266.

Halpern, A. R., Zatorre, R. J., Bouffard, M., & Johnson, J. A. (2004). Behavioral and neural correlates of perceived and imagined musical timbre. *Neuropsychologia*, *42*(9), 1281–1292.

Harris, H. (2009). *A morte da fé: religião, terror e o futuro da razão*. São Paulo: Companhia das Letras.

Harris, S. (2015). *Despertar: Um guia para a espiritualidade sem religião.* São Paulo: Companhia das Letras.

Harris, S., Kaplan, J. T., Curiel, A., Bookheimer, S. Y., Iacoboni, M., & Cohen, M. S. (2009). The neural correlates of religious and nonreligious belief. *PLoS ONE*, *4*(10), 1–9.

Harris, S., Sheth, S. A., & Cohen, M. S. (2008). Functional neuroimaging of belief, disbelief, and uncertainty. *Annals of Neurology*, *63*(2), 141–147.

Haukoos, J. S., & Lewis, R. J. (2005). Advanced statistics: Bootstrapping confidence intervals for statistics with “difficult” distributions. *Academic Emergency Medicine*, *12*(4), 360–365.

Hayes, B. C., & Pittelkow, Y. (1993). Religious belief, transmission, and the family: An australian study. *Journal of Marriage and Family*, *55*(3), 755–766.

Hayward, R. D., Krause, N., Ironson, G., Hill, P. C., & Emmons, R. (2016). Health and well-being among the non-religious: Atheists, agnostics, and no preference compared with religious group members. *Journal of Religion and Health*, *55*(3), 1024–1037.

Hernández-Nieto, R. (2002). Contributions to statistical analysis. *Mérida: Universidad de Los Andes*.

Hinkle, D. E., Wiersma, W. & Jurs, S. G. (2003). *Applied statistics for the behavioral sciences* (5th ed.). Boston, MA: Houghton Mifflin.

Horning, S. M., Davis, H. P., Stirrat, M., & Cornwell, R. E. (2011). Atheistic, agnostic, and religious older adults on well-being and coping behaviors. *Journal of Aging Studies*, *25*(2), 177–188.

Hufford, D. J., & Bucklin, M. A. (2006). The spirit of spiritual healing in the United States. In J. D. Koss-Chioino, & Hefner, P. (Eds.), *Spiritual transformation and healing: Anthropological, theological, neuroscientific and clinical perspectives* (pp. 25–42). Lanham, MD: Altamira Press.

Hume, D. (1739/2009). *Tratado da natureza humana: Uma tentativa de introduzir o método experimental de raciocínio aos assuntos morais*. São Paulo: Editora UNESP.

Hunsberger, B., Pratt, M., & Pancer, M. S. (2002). A longitudinal study of religious doubts in high school and beyond: Relationships, stability, and searching for answers. *Journal for the Scientific Study of Religionn*, *41*(2), 255–266.

Hwang, K., Hammer, J. H., & Cragun, R. T. (2011). Extending religion-health research to secular minorities: Issues and concerns. *Journal of Religion and Health*, *50*(3), 608–622.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2012). *Censo demográfico 2010: Características gerais da população, religião e pessoas com deficiência*. Rio de Janeiro: IBGE.

Jabbi, M., Bastiaansen, J., & Keysers, C. (2008). A common anterior insula representation of disgust observation, experience and imagination shows divergent functional connectivity pathways. *PLoS ONE 3*(8), 1–8.

Jong, J., Bluemke, M., & Halberstadt, J. (2013). Fear of death and supernatural beliefs: Developing a new Supernatural Belief Scale to test the relationship. *European Journal of Personality*, *27*(5), 495–506.

Kardec, A. (1884/2015). *O que é o Espiritismo*. Brasília: FEB.

Kay, A. C., Moscovitch, D. A., & Laurin, K. (2010). Randomness, attributions of arousal, and belief in God. *Psychological Science*, *21*(2), 216–218.

King, M., Jones, L., Barnes, K., Low, J., Walker, C., Wilkinson, S., ... Tookman, A. (2006). Measuring spiritual belief: Development and standardization of a beliefs and values scale. *Psychological Medicine*, *36*(3), 417–425.

King, M., Marston, L., McManus, S., & Brugha, T. (2013). Religion, spirituality and mental health: Results from a national study of English households. *The British Journal of Psychiatry*, *202*(1), 68–73.

King, M., Weich, S., Nazroo, J., & Blizard, B. (2006). Religion, mental health and ethnicity. EMPIRIC – A national survey of England. *Journal of Mental Health*, *15*(2), 153–162.

Kiraç, F. (2016). The role of religiosity in satisfaction with life: a sample of Turkish gay men. *Journal of Homosexuality*, *63*(12), 1594–1607.

Koenig, H. G. (2008). Concerns about measuring "spirituality" in research. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, *196*(5), 349–355.

Koenig, H. G. (2009). Research on religion, spirituality, and mental health: A review. *The Canadian Journal of Psychiatry*, *54*(5), 283–291.

Koenig, H. G., Meador, K. G. & Parkerson, G. (1997). Religion index for psychiatric research. *American Journal of Psychiatry*, *154*(6), 885–886.

Krägeloh, C. U., Henning, M. A., Billington, R., & Hawken, S. J. (2015). The relationship between quality of life and spirituality, religiousness, and personal beliefs of medical students. *Academic Psychiatry*, *39*(1), 85–89.

Krause, N., & Wulff, K. M. (2004). Religious doubt and health: Exploring the potential dark side of religion. *Sociology of Religion*, *65*(1), 35–56.

Lanman, J. A. (2009). *A secular mind: towards a cognitive anthropology of atheism* (Tese de doutorado). Recuperado a partir de https://ora.ox.ac.uk/objects/uuid:99ae030b-5f3a-4863-abf2-2f63eb8b4150

Lanman, J. A., & Buhrmester, M. D. (2016). Religious actions speak louder than words: Exposure to credibility-enhancing displays predicts theism. *Religion*, *Brain & Behavior*, *7*(1) 3–16.

Lindeman, M., Blomqvist, S., & Takada, M. (2012). Distinguishing spirituality from other constructs: Not a matter of well-being but of belief in supernatural spirits. *Journal of Nervous and Mental Disease*, *200*(2), 167–173.

Lucchetti, G., Lucchetti, A., L., G., Peres, M. F., Leão, F. C., Moreira-Almeida, A., & Koenig, H. G. (2012). Validation of the Duke Religion Index: DUREL (Portuguese version). *Journal of Religion and Health*, *51*(2), 579–586.

Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, *46*(1), 137–155.

Maiello, C. (2005). Degrees of Belief in God: A measure of belief for use in cross culture. *Mental Health, Religion & Culture*, *8*(2), 87–95.

Maltby, J., Lewis, C. A., & Day, L. (2008). Prayer and subjective well-being: The application of a cognitive-behavioural framework. *Mental Health, Religion & Culture*, *11*(1), 119–129.

Manderscheid, R. W., Ryff, C. D., Freeman, E. J., Mcknight-eily, L. R., Dhingra, S., & Strine, T. W. (2010). Evolving definitions of mental illness and wellness. *Preventing Chronic Diesease*, *7*(1), 5–10.

Mann, W. E. (1999). Soul. In Audi, R. (Ed.), *The Cambridge Dictionary of Philosophy* (2ª ed.). New York, NY: Cambridge University Press.

Mariano, R. (2013). Mudanças no campo religioso brasileiro no Censo 2010. *Debates do NER*, *2*(24), 119–137.

Martin, M. (Ed.). (2007). *The Cambridge companion to atheism*. New York, NY: Cambridge University Press.

Mochon, D., Norton, M. I., & Ariely, D. (2011). Who benefits from religion? *Social Indicators Research, 101*(1), 1–15.

Moore, J. T., Leach, M. M. (2016). Dogmatism and mental health: A comparison of the religious and secular. *Psychology of Religion and Spirituality*, *8*(1), 54–64.

Moreira-Almeida, A., Pinsky, I., Zaleski, M., & Laranjeira, R. (2010). Envolvimento religioso e fatores sociodemográficos: Resultados de um levantamento nacional no Brasil. *Archives of Clinical Psychiatry*, *37*(1), 12–15.

Moreno, A. L., DeSousa, D. A., Souza, A. M. F. L. P., Manfro, G. G., Salum, G. A., Koller, S. H. ... Crippa, J. A. S. (2016). Factor structure, reliability, and item parameters of the Brazilian-Portuguese version of the GAD-7 Questionnaire. *Temas em Psicologia*, *24*(1), 357–376.

Moser, P. K., Mulder, D. H., & Trout, D. (2009). *A teoria do conhecimento: Uma introdução temática* (2ª ed.). São Paulo: Editora WMF Martins Fontes.

Nair, D. G., Purcott, K. L., Fuchs, A., Steinberg, F., & Kelso, J. A. S. (2003). Cortical and cerebellar activity of the human brain during imagined and executed unimanual and bimanual action sequences: A functional MRI study. *Cognitive Brain Research*, *15*(3), 250–260.

Norenzayan, A., & Gervais, W. M. (2013). The origins of religious disbelief. *Trends in Cognitive Sciences*, *17*(1), 20–25.

Norenzayan, A., Gervais, W. M., & Trzesniewski, K. H. (2012). Mentalizing deficits constrain belief in a personal God. *PLoS ONE*, *7*(5), 1–8.

Nunes, A. (2015). *Será que Deus existe?* Acessado em 16 de junho de 2019. Recuperado a partir de https://criticanarede.com/hkahanehaboasrazoesparaacreditarquedeusexiste.html

O'Craven, K. M., & Kanwisher, N. (1999). Mental imagery of faces and places activates corresponding stimulus-specific brain regions. *Journal of Cognitive Neuroscience*, *12*(6), 1013–1023.

Ogino, Y., Nemoto, H., Inui, K., Saito, S., Kakigi, R., & Goto, F. (2007). Inner experience of pain: imagination of pain while viewing images showing painful events forms subjective pain representation in human brain. *Cerebral Cortex*, 17(5), 1139–1146.

Oman, D. (2013). Defining religion and spirituality. In Paloutzian, R. F., & Park, C. L., *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (2ª ed., pp. 23–47). New York, NY: The Guilford Press.

Osório, F. L., Mendes, A. V., Crippa, J. A., & Loureiro, S. R. (2009). Study of the discriminative validity of the PHQ-9 and PHQ-2 in a sample of Brazilian women in the context of primary health care. *Perspectives in Psychiatric Care*, *45*(3), 216–227.

Paloutzian, R. F., & Park, C. L. (2013). *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (2ª ed.). New York, NY: The Guilford Press.

Panzini, R. G., Maganha, C., Rocha, N. S., Bandeira, D. R., & Fleck, M. P. (2011). Validação brasileira do Instrumento de Qualidade de Vida/Espiritualidade, Religião e Crenças Pessoais. *Revista de Saúde Pública*, *45*(1), 153–165.

Pargament, K. I. (1999). The Psychology of Religion and Spirituality? Yes and no. *International Journal for the Psychology of Religion*, *9*(1), 3-16.

Patacchini, E., & Zenou, Y. (2016). Social networks and parental behavior in the intergenerational transmission of religion. *Quantitative Economics*, *7*(3), 969–995.

Pennycook, G., Ross, R. M., Koehler, D. J., & Fugelsang, J. A. (2016). Atheists and agnostics are more reflective than religious believers: Four empirical studies and a meta-analysis. *PLoS ONE*, *11*(4), 1–18.

Pennycook, G., Tranel, D., Warner, K., & Asp, E. W. (2017). Beyond reasonable doubt: Cognitive and neuropsychological implications for religious disbelief. In A. Coles (Ed.), *Neurology of Religion.* Cambridge: Cambridge University Press.

Quine, W. V. O., & Ullian, J. S. (1978). *The web of belief*. New York, NY: Random House.

Raykov, T. (1997). Estimation of composite reliability for congeneric measures. *Applied Psychological Measurement, 21*(2),173–184.

Rees, T. J. (2009). Is personal insecurity a cause of cross-national differences in the intensity of religious belief? *Journal of Religion & Society*, *11*, 1–24.

Ross, C. E. (1990). Religion and psychological distress. *Journal for the Scientific Study of Religion*, *29*(2), 236–245.

Roemer, M. K. (2010). Religion and psychological distress in Japan. *Social Forces*, *89*(2), 559–583.

Rutjens, B. T., Pligt, J. V. D., & Harreveld, F. V. (2010). Deus or Darwin: Randomness and belief in theories about the origin of life. *Journal of Experimental Social Psychology*, *46*(6), 1078–1080.

Sagan, C. E. (2006). *O mundo assombrado pelos demônios: a ciência vista como uma vela no escuro*. São Paulo: Companhia das Letras.

Santos, I. S., Tavares, B. F., Munhoz, T. N., Almeida, L. S. P., Silva, N. T. B., Tams, B. D., ... Matijasevich, A. (2013). Sensibilidade e especificidade do *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9) entre adultos da população geral. *Cadernos de Saúde Pública*, *29*(8), 1533–1543.

Satorra, A., & Bentler, P. M. (2001). A scaled difference chi-square test statistic for moment structure analysis. *Psychometrika, 66(4)*, 507-514.

Schjoedt, U., Stødkilde-Jørgensen, H., Geertz, A. W., & Roepstorff, A. (2009). Highly religious participants recruit areas of social cognition in personal prayer. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, *4*(2), 199–207.

Schnell, T. (2011). Individual differences in meaning-making: Considering the variety of sources of meaning, their density and diversity. *Personality and Individual Differences*, *51*(5), 667–673.

Schnell, T., & Keenan, W. J. F. (2011). Meaning-making in an atheist world. *Archive for the Psychology of Religion*, *33*(1), 55–78.

Schnittker, J. (2001). When Is Faith Enough? The Effects of Religious Involvement on Depression. *Journal for the Scientific Study of Religion*, *40*(3), 393–411.

Schönfeld, P., Brailovskaia, J., Bieda, A., Zhang, X. C., & Margraf, J. (2016). The effects of daily stress on positive and negative mental health: Mediation through self-efficacy. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, *16*(1), 1–10.

Schreiber, J. B., Stage, F. K., King, J., Nora, A., & Barlow, E. A. (2006). Reporting structural equation modeling and confirmatory factor analysis results: A review. *The Journal of Educational Research*, *99*(6), 324-337.

Schwitzgebel, E. (2015). Belief. In Zalta, E. N. (Ed.), *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*. Recuperado a partir de https://plato.stanford.edu/archives/sum2015/entries/belief

Shenhav, A., Rand, D. G., & Greene, J. D. (2011). Divine intuition: Cognitive style influences belief in God. *Journal of Experimental Psychology: General*, *141*(3), 423-428.

Shermer, M. (2012). *Cérebro & Crença*. São Paulo: JSN Editora.

Shtulman, A. (2008). Variation in the anthropomorphization of supernatural beings and its implications for cognitive theories of religion. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, *34*(5), 1123–1138.

Shtulman, A., & Lindeman, M. (2016). Attributes of God: Conceptual foundations of a foundational belief. *Cognitive Science*, *40*(3), 635–670.

Sibley, C. G., & Bulbulia, J. (2012). Faith after an earthquake: A longitudinal study of religion and perceived health before and after the 2011 Christchurch New Zealand earthquake. *PLoS ONE*, *7*(12), 1–10.

Skinner, B. F. (1953/2003). *Ciência e comportamento humano*. São Paulo: Martins Fontes.

Skinner, B. F. (1974/2006). *Sobre o behaviorismo*. São Paulo: Cultrix.

Slotnick, S. D. (2015). Visual memory and visual perception recruit common neural substrates. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, *3*(4), 207–221.

Smith, T. B., McCullough, M. E., & Poll, J. (2003). Religiousness and depression: Evidence for a main effect and the moderating influence of stressful life events. *Psychological Bulletin*, *129*(4), 614–636.

Speed, D. (2017). Unbelievable?! theistic/epistemological viewpoint affects religion–health relationship. *Journal of Religion and Health*, *56*(1), 238–257.

Speed, D., & Fowler, K. (2017). Good for all? Hardly! Attending church does not benefit religiously unaffiliated. *Journal of Religion and Health*, *56*(3), 986–1002.

Spitzer, R. L., Kroenke, K., & Williams, J. B. W. (1999). Validation and utility of a self-report version of PRIME-MD: The PHQ primary care study. *Journal of the American Medical Association*, *282*(18), 1737–1744.

Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B. W., & Löwe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: The GAD-7. *Archives of Internal Medicine*, *166*(10), 1092–1097.

Stark, R., & Maier, J. (2008). Faith and happiness. *Review of Religious Research*, *50*(1), 120–125.

Stavrova, O., Fetchenhauer, D., & Schlösser, T. (2013). Why are religious people happy? The effect of the social norm of religiosity across countries. *Social Science Research*, *42*(1), 90–105.

Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, *53*(1), 80–93.

Tanyi, R. A. (2002). Towards clarification of the meaning of spirituality. *Journal of Advanced Nursing*, *39*(5), 500–509.

Taunay, T. C. E., Gondim, F. A. A., Macêdo, D. S., Moreira-Almeida, A., Gurgel, L. A., Andrade, L. M. S., & Carvalho, A. F. (2012). Validação da versão brasileira da escala de religiosidade de Duke (DUREL). *Revista de Psiquiatria Clinica*, *39*(4), 130–135.

Taves, A. (2013). Building blocks of sacralities: A new basis for comparison across cultures and religions. In Paloutzian, R. F., & Park, C. L., *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (2ª ed., pp. 138–161). New York, NY: The Guilford Press.

Thompson, V., & Morsanyi, K. (2012). Analytic thinking: Do you feel like it? *Mind and Society*, *11*(1), 93–105.

Timmerman, M. E., & Lorenzo-Seva, U. (2011). Dimensionality assessment of ordered polytomous items with parallel analysis. *Psychological Methods*, *16*(2), 209–220.

Tracy, J. L., Hart, J., & Martens, J. P. (2011). Death and science: The existential underpinnings of belief in intelligent design and discomfort with evolution. *PLoS ONE*, *6*(3), 1–13.

Turpin, H., Andersen, M., & Lanman, J. A. (2018). CREDs, CRUDs, and Catholic scandals: Experimentally examining the effects of religious paragon behavior on co-religionist belief. *Religion, Brain & Behavior*, *9*(2), 143–155.

Vail, K. E., Arndt, J., & Abdollahi, A. (2012). Exploring the existential function of religion and supernatural agent beliefs among Christians, Muslims, Atheists, and Agnostics. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *38*(10), 1288–1300.

Vail, K. E., & Soenke, M. (2018). The impact of mortality awareness on meaning in life among Christians and atheists. *Religion, Brain & Behavior*, *8*(1), 44–56.

Van Tongeren, D. R., Hook, J. N., & Davis, D. E. (2013). Defensive religion as a source of meaning in life: A dual mediational model. *Psychology of Religion and Spirituality*, *5*(3), 227–232.

Weber, S. R., Pargament, K. I. (2014). The role of religion and spirituality in mental health. *Current Opinion in Psychiatry*, *27*(5), 358–363.

Weber, S. R., Pargament, K. I., Kunik, M. E., Lomax, J. W., II, & Stanley, M. A. (2012). Psychological distress among religious nonbelievers: A systematic review. *Journal of Religion and Health*, *51*(1), 72–86.

Wei, D., & Liu, E. Y. (2013). Religious involvement and depression: Evidence for curvilinear and stress-moderating effects among young women in rural China. *Journal for the Scientific Study of Religion*, *52*(2), 349–367.

Whitley, R. (2010). Atheism and mental health. *Harvard Review of Psychiatry*, *18*(3), 190–194.

Willard, A. K., & Norenzayan, A. (2013). Cognitive biases explain religious belief, paranormal belief, and belief in life's purpose. *Cognition*, *129*(2), 379–391.

Willard, A. K., & Norenzayan, A. (2017). "Spiritual but not religious": Cognition, schizotypy, and conversion in alternative beliefs. *Cognition*, *165*, 137–146.

Wong, Y. J., Rew, L., & Slaikeu, K. D. (2010). A systematic review of recent research on adolescent religiosity/spirituality and mental health. *Issues in Mental Health Nursing*, *27*(2), 161–183.

World Health Organization (2007). *Mental Health: Strengthening mental health promotion*. Geneva: World Health Organization. *Fact Sheet*, *220*, 1–2. Recuperado a partir de https://mindyourmindproject.org/wp-content/uploads/2014/11/WHO-Statement-on-Mental-Health-Promotion.pdf

Yonker, J. E., Schnabelrauch, C. A., & DeHaan, L. G. (2012). The relationship between spirituality and religiosity on psychological outcomes in adolescents and emerging adults: A meta-analytic review. *Journal of Adolescence*, *35*(2), 299–314.

Yoon, E., Chang, C.-T., Kim, S., Clawson, A., Cleary, S. E., Hansen, M., ... Gomes, A. M. (2013). A meta-analysis of acculturation/enculturation and mental health. *Journal of Counseling Psychology, 60*(1), 15–30.

Zinnbauer, B. J., & Pargament, K. I. (2005). Religiousness and spirituality. In Park, C. L., & Paloutzian, R. F. (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (pp. 21–42). New York, NY: The Guilford Press.

Zinnbauer, B. J., Pargament, K. I., Cole, B., Rye, M. S., Butter, E. M., Belavich, T. G., … Kadar, J. L. (1997). Religion and Spirituality: Unfuzzying the fuzzy. *Journal for the Scientific Study of Religion*, *36*(4), 549-564.

Zuckerman, P. (2007). Atheism: Contemporary numbers and patterns. In Martin, M. (Ed.), *The Cambridge companion to atheism*. New York, NY: Cambridge University Press.

Zuckerman, P., Galen, L. W., & Pasquale, F. L. (2016). *The nonreligious: Understanding secular people and societies*. New York, NY: Oxford University Press.

APÊNDICE I – ENTREVISTA COM OS PARTICIPANTES DA POPULAÇÃO-ALVO

Inicialmente, preencha este pequeno formulário com seus dados. Lembre-se de que seu nome não constará em nenhuma publicação ou divulgação dos resultados desta pesquisa.

Nome completo:
Idade:
Escolaridade:
E-mail:
Telefone:
Denominação religiosa/teológica (assinale com um "x"):

[___] Agnóstico. (Não acredito nem desacredito na existência de Deus/Ser Superior.)
[___] Ateu. (Acredito que Deus/Ser Superior não existe.)
[___] Espiritualista. (Acredito que Deus/Ser Superior existe, mas não sigo uma religião.)
[___] Religioso. (Acredito que Deus/Ser Superior exista e sigo uma religião.)
Especifique sua religião:
[___] Outra.
Especifique qual:

Pediremos que você considere algumas questões sobre a existência de seres como Deus, a alma e anjos. As respostas desta pesquisa não serão classificadas como "certas" ou "erradas". Tratam-se de opiniões pessoais, as quais serão devidamente respeitadas. Por favor, seja o mais sincero e detalhista que você puder. Caso queira, você poderá exceder o espaço de resposta que deixamos para você. Caso tenha alguma dificuldade, você poderá deixar a questão em branco.

Abaixo estão listados vários seres que muitas pessoas creem que existem. Esses seres podem ter várias características diferentes entre si, mas também algumas similaridades. Independentemente da sua crença (ou descrença), descreva as características que você conhece sobre cada um desses seres, das mais simples às mais complexas. Veja um exemplo com a palavra "casa":

Casa é...

O lugar onde as pessoas moram. Pode ser feita de tijolos ou de madeira. Há casas grandes e pequenas. As casas têm quartos, banheiro, cozinha, telhado. Há casas feias e casas bonitas. Há casas baratas e casas caras.

Como no exemplo acima, procure dar o máximo de detalhes em suas respostas. Não existe resposta certa nem errada. Caso você não creia nesses seres, descreva como você acha que as pessoas acreditam que eles sejam. Vamos lá:

A alma (ou espírito) é...

Anjos são...

Demônios são...

Deus é...

Santos são...

Satanás (ou Diabo) é...

Algumas pessoas chamam os seres de que estamos discutindo de "*seres espirituais*". O que você acha dessa expressão?

[___] "Seres espirituais" é uma expressão *muito boa* para se referir àqueles seres.
[___] "Seres espirituais" é uma expressão *boa* para se referir àqueles seres.
[___] "Seres espirituais" é uma expressão *nem boa, nem ruim* para se referir àqueles seres.
[___] "Seres espirituais" é uma expressão *ruim* para se referir àqueles seres.
[___] "Seres espirituais" é uma expressão *muito ruim* para se referir àqueles seres.

Você tem alguma sugestão de expressão para ser usada no lugar de "seres espirituais"?

[___] Não.
[___] Sim.

Se "Sim", qual? Escreva aqui:

APÊNDICE II – AVALIAÇÃO DOS JUÍZES

Os itens abaixo são "candidatos" a compor a Escala de Credulidade em Seres Espirituais. Inicialmente, avalie a clareza da instrução. Depois, avalie a clareza da linguagem, a relevância teórica e a pertinência prática de cada item. Caso ache necessário, faça comentários para que possamos melhorar a instrução e os itens.[11]

Item/Instrução	Clareza da linguagem (1-5)	Relevância teórica (1-5)	Pertinência prática (1-5)	Comentários
Instrução ao participante				
A seguir, você lerá algumas afirmações sobre seres espirituais. Seres espirituais são entendidos como seres invisíveis, imateriais e capazes de pensar, sentir e agir sobre o mundo. Alguns nomes comuns para esses seres são "espíritos", "Deus", "anjos" e "demônios". Para cada afirmação, assinale o quanto você acredita que ela seja falsa ou verdadeira.		NA	NA	
Itens				
Um ser espiritual criou o mundo.				
Alguns seres espirituais querem o nosso bem.				
Somos punidos por um ser espiritual poderoso.				
Pensamos com o nosso espírito.				
Nossas orações são respondidas por seres espirituais.				
Alguns seres espirituais nos atormentam.				
Fomos criados por um ser espiritual.				
Somos protegidos por um ser espiritual poderoso.				
O sofrimento humano é causado por um ser espiritual poderoso.				
Nosso "eu" é espiritual.				
Nossas orações são ouvidas por um ser espiritual poderoso.				
Alguns seres espirituais querem o nosso mal.				
Um ser espiritual governa o mundo.				
Alguns seres espirituais tentam nos ajudar.				
Um ser espiritual poderoso nos deixa sofrer.				
O espírito dos mortos tem personalidade.				
Somos amados por um ser espiritual poderoso.				
Alguns seres espirituais tentam nos dominar.				
Um ser espiritual decidirá o nosso destino.				
Alguns seres espirituais se preocupam conosco.				
Um ser espiritual tenta nos afastar do bem.				
O espírito dos mortos tem sentimentos.				
Somos abençoados por um ser espiritual poderoso.				
Somos prejudicados por alguns seres espirituais.				
Nota: NA = Não se aplica.				

[11] Instruções adicionais aos juízes (e.g., sobre a definição de "pertinência prática") foram enviadas via email. Caso queira conhecê-las, entre em contato com o autor desta tese (foc94@hotmail.com).

APÊNDICE III – AVALIAÇÃO DOS REPRESENTANTES DA POPULAÇÃO-ALVO

Para cada afirmação listada abaixo, assinale (de 1 a 5) o quanto ela está clara, compreensível. As opções são:

1 - A linguagem está pouquíssimo clara, pouquíssimo compreensível.
2 - A linguagem está pouco clara, pouco compreensível.
3 - A linguagem está mais ou menos clara, mais ou menos compreensível.
4 - A linguagem está muito clara, muito compreensível.
5 - A linguagem está muitíssimo clara, muitíssimo compreensível.

Além disso, faça comentários para melhorar a clareza de itens de compreensão ruim. Lembre-se: exemplos de seres espirituais são "Deus", "alma", "anjos", "demônios" e "Satanás".[12]

Item	Clareza da linguagem (1-5)	Comentários
Um ser espiritual criou o mundo.		
Alguns seres espirituais querem o nosso bem.		
Quem faz maldades é punido por um ser espiritual.		
Antes de nascermos, éramos seres espirituais.		
Graças a um ser espiritual, viveremos eternamente em paz.		
Alguns seres espirituais nos atormentam.		
Fomos criados por um ser espiritual.		
Somos protegidos por alguns seres espirituais.		
Um ser espiritual é responsável pelo sofrimento humano.		
Após a morte, viveremos como seres espirituais.		
Nossas orações são atendidas por um ser espiritual.		
Alguns seres espirituais querem o nosso mal.		
Um ser espiritual governa o mundo.		
Alguns seres espirituais tentam nos ajudar.		
Um ser espiritual permitirá que algumas pessoas sofram eternamente.		
Somos seres espirituais em interação com o mundo material.		
Somos amados por um ser espiritual.		
Alguns seres espirituais tentam nos dominar.		
Um ser espiritual decidirá o nosso destino.		
Alguns seres espirituais cuidam do bem-estar humano.		
Um ser espiritual tenta nos afastar do bem.		
Somos seres espirituais habitando corpos materiais.		
Um ser espiritual abençoa quem faz o bem.		
Somos prejudicados por alguns seres espirituais		

[12] Instruções adicionais aos representantes da população-alvo foram enviadas via email. Caso queira conhecê-las, entre em contato com o autor desta tese (foc94@hotmail.com).

APÊNDICE IV – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado(a) para participar da pesquisa "Orientações espirituais". Sua participação contribuirá para a criação de dois instrumentos psicométricos, os quais identificarão diferentes perfis de "orientação espiritual" (isto é, crenças e atitudes em relação à existência de seres espirituais). Além disso, buscaremos verificar possíveis relações entre esses perfis com alguns fatores psicossociais. Para participar, você precisa ter ao menos 18 anos de idade, ser brasileiro, saber ler e conseguir responder a perguntas escritas através de um computador, *tablet* ou celular. Você é quem decide se participará ou não deste estudo. Não haverá recompensas caso você participe nem punições caso você não participe. Caso decida participar, você lerá e responderá a algumas perguntas relacionadas à sua vida e à existência de seres espirituais. As tarefas a serem realizadas oferecem pequenos riscos para os participantes. É possível que você se sinta cansado com o preenchimento dos questionários. Além disso, você pode se sentir ansioso por ter de lidar com seus próprios sentimentos e pensamentos sobre o assunto. Entretanto, caso você sinta algum desconforto, você poderá desistir do estudo a qualquer momento, sem qualquer prejuízo. Esta pesquisa é totalmente anônima – portanto, você jamais será identificado pelos pesquisadores ou pessoas que possam ter contato com os trabalhos científicos oriundos desta investigação. No final do estudo, enviaremos os resultados gerais aos participantes que desejarem conhecê-los. Em qualquer momento, você poderá obter suporte ou mais informações sobre este estudo com o Prof. Daniel Gontijo pelo email foc94@hotmail.com.

> "Acredito ter sido suficientemente informado a respeito da pesquisa 'Orientações espirituais'. Ficaram claros para mim quais são os propósitos do estudo, os procedimentos a serem realizados, seus desconfortos e riscos, as garantias de confidencialidade e de esclarecimentos permanentes. Ficou claro também que a minha participação é isenta de despesas." (Assinale uma das opções abaixo.)
>
> [___] "Concordo voluntariamente com minha participação, sabendo que poderei retirar o meu consentimento a qualquer momento, antes ou durante o estudo, sem penalidades ou prejuízos."
>
> [___] "Não concordo em participar do estudo."

APÊNDICE V – QUESTIONÁRIO DEMOGRÁFICO

1) Quantos anos você tem? (Use apenas números inteiros.) [Campo para digitação]

2) Qual é o seu gênero?

[___] Feminino

[___] Masculino

[___] Prefiro não informar.

[___] Outro. Especifique: [Campo para digitação]

3) Qual é o seu estado civil/romântico? [Barra de rolagem]

[Opções de resposta: Solteiro(a) / Namorando / Noivo(a) / Casado(a) / Em união estável (morando junto) / Separado(a) ou divorciado(a) / Viúvo(a)]

4) Qual é a sua escolaridade? [Barra de rolagem]

[Opções de resposta: Ensino fundamental incompleto / Ensino fundamental completo / Ensino médio incompleto / Ensino médio completo / Ensino superior incompleto / Ensino superior completo / Pós-graduação incompleta / Pós-graduação completa / Outra. Especifique: {Campo para digitação}]

5) Você considera seu nível econômico de vida: [Barra de rolagem]

[Opções de resposta: Muito abaixo da média dos brasileiros / Moderadamente abaixo da média dos brasileiros / Um pouco abaixo da média dos brasileiros / Na média dos brasileiros / Um pouco acima da média dos brasileiros / Moderadamente acima da média dos brasileiros / Muito acima da média dos brasileiros]

APÊNDICE VI – DENOMINAÇÃO RELIGIOSA/ESPIRITUAL

Seres espirituais são entendidos como seres invisíveis, imateriais e capazes de pensar, sentir e interagir com o mundo. Alguns nomes comuns para esses seres são “Satanás”, “demônios”, “espíritos humanos”, “anjos” e “Deus”. Existem diferentes visões sobre a existência de seres espirituais, as quais chamamos de “denominações espirituais”. Marque a opção que melhor descreve sua denominação espiritual:

[___] Sou ateu (ou ateia). Acredito que seres espirituais não existem.

[___] Sou agnóstico(a). Não creio que seres espirituais existem nem que não existem.

[___] Sou espiritualista. Acredito que seres espirituais existem, mas não sigo uma religião.

[___] Sou religioso(a). Acredito que seres espirituais existem e sigo uma religião.

[___] Outra. Especifique: [Campo para digitação]

À qual religião você pertence?

[___] Católica

[___] Evangélica/protestante

[___] Espírita

[___] Não sigo uma religião

[___] Outra. Especifique: [Campo para digitação]

APÊNDICE VII – ESCALA DE CRENÇAS EM SERES ESPIRITUAIS (ECSE)[13]

A seguir, você lerá algumas afirmações sobre seres espirituais. Seres espirituais são entendidos como seres invisíveis, imateriais e capazes de pensar, sentir e agir sobre o mundo. Alguns nomes comuns para esses seres são "demônios", "Satanás", "alma humana", "anjos" e "Deus". Para cada afirmação, assinale o quanto você acredita que ela seja falsa ou verdadeira. As opções de resposta variam de "Isso é definitivamente falso" até "Isso é definitivamente verdadeiro", havendo cinco opções intermediárias.

	Isso é definitivamente falso	Isso é provavelmente falso	Tendo a achar que isso é falso	Não sei dizer se isso é falso ou verdadeiro	Tendo a achar que isso é verdadeiro	Isso é provavelmente verdadeiro	Isso é definitivamente verdadeiro
Um ser espiritual criou o mundo.							
Alguns seres espirituais querem o nosso bem.							
Quem faz maldades é punido por um ser espiritual.							
Antes de nascermos, éramos seres espirituais.							
Graças a um ser espiritual, viveremos eternamente em paz.							
Alguns seres espirituais nos atormentam.							
Fomos criados por um ser espiritual.							
Somos protegidos por alguns seres espirituais.							
Um ser espiritual é responsável pelo sofrimento humano.							
Após a morte, viveremos como seres espirituais.							
Nossas orações são atendidas por um ser espiritual.							
Alguns seres espirituais querem o nosso mal.							
Um ser espiritual governa o mundo.							
Alguns seres espirituais tentam nos ajudar.							
Um ser espiritual permitirá que algumas pessoas sofram eternamente.							
Somos seres espirituais em interação com o mundo material.							
Somos amados por um ser espiritual.							
Alguns seres espirituais tentam nos dominar.							
Um ser espiritual decidirá o nosso destino.							
Alguns seres espirituais cuidam do bem-estar humano.							
Um ser espiritual tenta nos afastar do bem.							
Somos seres espirituais habitando corpos materiais.							
Um ser espiritual abençoa quem faz o bem.							
Somos prejudicados por alguns seres espirituais							

[13] Embora essa tenha sido a versão da ECSE respondida pelos participantes do estudo, após algumas análises, 11 de seus itens foram removidos. Para checar sua versão final, cf. Capítulo 5.