

Fattori psicologici associati all'esordio e al mantenimento della sindrome da *burnout* tra i sacerdoti

*Psychological Factors Associated with Onset and Maintenance
of Burnout Syndrome among Priests*

MATTHEW OLUSOLA AKINYEMI
GIUSEPPE CREA

Università Pontificia Salesiana, Roma, Italia
ORCID: 0009-0001-9631-0729 | akinyemi@unisal.it | crea@unisal.it

Fecha de recepción: 4/3/2025

Fecha de aceptación: 22/4/2025

DOI: <https://doi.org/10.52039/seminarios.v71i236.5262>

Sommario: Il ruolo delle variabili individuali nel predire l'emergere del *burnout* tra i sacerdoti è stato spesso tralasciato. Si intende dunque indagare se i tratti di personalità, il narcisismo e il significato di vita possono offrire un contributo nel predire i livelli di *burnout*. Tramite l'analisi della letteratura sono state ottenute conoscenze per programmare interventi di supporto per i sacerdoti. I risultati mostrano come l'estroversione, la coscienziosità, l'amicizia e la possibilità di assegnare un significato alla propria missione rappresentano fattori di protezione nei confronti del *burnout*, mentre il nevroticismo, lo psicoticismo e le tendenze narcisistiche si configurano come importanti fattori di rischio.

PAROLE CHIAVI: Benessere, Burnout, Personalità, Sacerdoti, Salute.

ABSTRACT: The role of individual variables in predicting the emergence of burnout among priests has often been overlooked. We therefore intend to investigate whether personality traits, narcissism and meaning in life can offer a contribution in predicting levels of burnout. Through the analysis of the literature, knowledge was obtained to plan support interventions for priests. The results show how extroversion, conscientiousness, agreeableness and the possibility of assigning meaning to one's mission represent protective factors against burnout, while neuroticism, psychoticism and narcissistic tendencies appear to be important risk factors.

KEYWORDS: Wellbeing, Burnout, Personality, Priests, Health.

1. INTRODUZIONE

Coloro che svolgono professioni di aiuto sono esposti al rischio di *burnout* a causa del notevole carico emotivo contenuto nella relazione con l'altro. Inoltre, la presenza di stressor cronici sul posto di lavoro, come un eccessivo numero di richieste, frequenti conflitti interpersonali, vincoli organizzativi possono determinare, nel lungo periodo, un decremento delle energie psico-fisiche necessarie allo svolgimento delle proprie mansioni, un incremento dei livelli di cinismo e disaffezione lavorativa, nonché una diminuzione dell'autoefficacia professionale¹. Si tratta di situazioni ben note ai sacerdoti, i quali sono chiamati a un notevole sforzo per poter far fronte a tutte le richieste che vengono loro rivolte operando spesso in condizioni critiche, a contatto con un'utenza difficile o all'interno di una società in cui i valori religiosi si stanno pian piano perdendo. Diviene dunque importante comprendere come intervenire per tutelare la salute di queste persone e garantire alla Chiesa e ai fedeli che essi possano continuare a lavorare con vigore, dedizione ed efficacia, tutelando al tempo stesso il loro benessere. Ad oggi sono presenti in letteratura un numero ristretto di studi che hanno indagato i fattori psicologici che predicono l'esordio e il mantenimento del *burnout* tra i sacerdoti o che abbiano proposto interventi concreti da destinarsi a tale popolazione².

Il presente lavoro nasce dunque dalla volontà di colmare almeno parzialmente questo gap e identificare quell'insieme di fattori su cui si potrebbe intervenire al fine di contrastare il *burnout* dei sacerdoti tutelando la salute di queste persone.

A tal fine risulta rilevante anche comprendere quali caratteristiche di personalità dei sacerdoti possono assumere il ruolo di fattori di protezione o di rischio rispetto alla possibilità di esperire sintomi riconducibili alla sindrome da *burnout*. Nello specifico, nel presente lavoro l'attenzione è stata dedicata al ruolo dei tratti di personalità e di altre caratteristiche individuali, come il significato che gli uomini di Chiesa assegnano al proprio lavoro, le tendenze narcisistiche, le strategie di *coping* utilizzate per fronteggiare lo stress, nel promuovere o ostacolare il *burnout* e favorire il benessere personale e lavorativo. Prendere consapevolezza del ruolo giocato dalla personalità degli individui nel predire l'emergere del *burnout* potrebbe risultare molto utile per progettare e attuare in-

1. G. Alarcon, «A Meta-Analysis of Burnout with Job Demands, Resources, and Attitudes», *Journal of Vocational Behaviour* 79 (2011) 549-62; J. D. Terry - C. J. Cunningham, «The Sacred and Stressed: Testing a Model of Clergy Health», *Journal of Religion and Health* 59 (2020) 1541-1566.

2. L. J. Francis - G. Crea, «Psychological Predictors of Professional Burnout among Priests, Religious Brothers, and Religious Sisters in Italy: The Dark Triad Versus the Bright Trinity», *Pastoral Psychology* 70 (2021) 399-418.

terventi di supporto altamente personalizzati da destinarsi ai sacerdoti e a fornire loro un importante supporto per lo svolgimento delle mansioni lavorative.

a) *Job burnout: dimensioni, cause ed effetti sul benessere*

Il *job burnout* costituisce un costrutto molto noto nell'ambito della psicologia clinica, così come nella psicologia del lavoro e delle organizzazioni. Il termine *burnout* ha iniziato ad essere utilizzato negli anni '70 per indicare un senso di malessere diffuso tra coloro che lavoravano nell'area socio-sanitaria e dell'educazione, a contatto con persone che necessitavano di essere aiutate, o curate³. I primi studi su tale costrutto furono svolti proprio su specifiche categorie professionali, quali medici, infermieri, educatori ed operatori sociali, alle quali veniva richiesto un grande investimento emotivo e un considerevole dispendio di energia psicologica per portare a termine le proprie mansioni, e per far fronte alle richieste dell'utenza con cui giornalmente entravano in contatto⁴. Nello specifico, coloro che venivano colpiti da tale sindrome tendevano a sviluppare un forte distacco emotivo verso le persone con cui entravano in contatto, e dei sentimenti di frustrazione e insofferenza rispetto alle richieste di questi ultimi, dei colleghi e dei superiori.

Anni di ricerche hanno tuttavia mostrato come il *burnout* può manifestarsi in diversi modi e presentare numerosissimi sintomi di tipo affettivo, cognitivo, comportamentale, fisico e motivazionale⁵ tra cui figurano: ansia, depressione, instabilità emotiva, senso di fallimento, rigidità mentale, stanchezza, disturbi psicosomatici, aumento di comportamenti nocivi (ad esempio consumare alcolici o fumare), rassegnazione, ecc. Le ricerche finora condotte hanno mostrato come il *burnout* sarebbe dovuto alla percezione di uno squilibrio prolungato tra le energie investite nel lavoro e i risultati ottenuti, e all'insieme di richieste a cui l'individuo è sottoposto, nonché alle risorse che egli ha a disposizione per fronteggiare gli stressors⁶. A tal riguardo, la Maslach ha suggerito che la causa di tale sindrome sarebbe da ricercare non solo nelle richieste eccessive ed emotivamente coinvolgenti alle quali la persona verrebbe giornalmente sottoposta, ma anche alle caratteristiche individuali dei lavoratori. In particolare, secondo questa autrice sarebbero le persone maggiormente ansiose, remissive, con una personalità fragile, che manifestano una difficoltà nella gestione degli impulsi

3. H. J. Freudenberger, «Staff Burn out», *Journal of Social Issues* 30 (1974) 159-165.

4. C. Maslach, *Burnout: The Cost of Caring*, New Jersey 1982.

5. C. Maslach - W. B. Schaufeli - M. P. Leiter, «Job Burnout», *Annual Review of Psychology* 52 (2001) 397-422.

6. E. Demerouti - A. B. Bakker - M. C. Peeters - K. Breevaart, «New Directions in Burnout Research», *European Journal of Work and Organizational Psychology* 30 (2021) 686-691.

e un'incapacità di mettere precisi confini tra sé e l'altro quelle che, tendenzialmente, sviluppano una sindrome da *burnout*. La medesima autrice all'inizio degli anni '80 è stata la prima ad operare una sistematizzazione del costrutto in esame e a proporre una definizione dello stesso. Secondo lei il *burnout* sarebbe una sindrome da stress cronico caratterizzata da tre specifiche dimensioni.

–*Esaurimento emotivo*: questo fattore rappresenta la sensazione personale di aver esaurito, bruciato (*to burn*), le risorse fisiche ed emozionali necessarie a svolgere la propria attività lavorativa. Tale componente rappresenta una condizione necessaria, ma non sufficiente, affinché il *burnout* abbia luogo.

–*Depersonalizzazione*: tale dimensione riguarda l'aspetto interpersonale del costrutto di *burnout*. Si riferisce ad una modalità disfunzionale di affrontare le richieste degli utenti, o dei clienti, con i quali si entra in relazione. Questi vengono trattati come oggetti piuttosto che come persone. In genere questa componente è considerata una reazione di difesa del lavoratore, che trova luogo grazie ad un atteggiamento freddo e distaccato, rispetto alla percezione minacciosa rappresentata dalla relazione con l'altro e dall'emotività in essa contenuta.

–*Efficacia professionale*: tale fattore riguarda l'autovalutazione effettuata dal lavoratore rispetto alle proprie capacità di portare a termine le proprie mansioni e alla fiducia che esso ripone nelle proprie competenze. In letteratura si è soliti riferirsi a questa dimensione con diverse etichette quali efficacia personale, efficienza o, ancora, diminuita produttività sul posto di lavoro.

In rapporto alle caratteristiche legate al lavoro ed all'organizzazione è stato appurato che al crescere delle richieste lavorative si assiste a un incremento dello stress e dell'esaurimento poiché a tali richieste fanno inevitabilmente seguito dei costi, sia psicologici che fisiologici, l'esposizione cronica a simili stressors può portare le persone a distaccarsi dal proprio lavoro e a provare una forte stanchezza che conduce all'esaurimento⁷. Altri fattori come l'ambiguità di ruolo, il conflitto di ruolo, frequenza e intensità degli eventi stressanti possono giocare un ruolo significativo in tal senso⁸. Inoltre vi è una forte evidenza sull'esistenza di una relazione tra la mancanza di sostegno sociale ed il *burnout*. In particolare, ad essere collegata al *burnout* è la mancanza di supporto da parte dei supervisori, ancor più che il sostegno da parte dei colleghi. Anche l'assenza di *feedback* è risultata associata a tutte le dimensioni del *burnout*⁹.

7. A. B. Bakker - H. Van Emmerik - P. Van Riet, «How Job Demands, Resources, and Burnout Predict Objective Performance: A Constructive Replication», *Anxiety Stress Coping* 21 (2008) 309-324.

8. R. T. Lee - B. E. Ashforth, «A Meta-Analytic Examination of the Correlates of the Three Dimensions of Job Burnout», *Journal of Applied Psychology*, 8 (1996) 123-133.

9. W. B. Schaufeli - B. P. Buunk, «Burnout: An Overview of 25 Years of Research and Theorizing», *The Handbook of Work and Health Psychology* 2 (2003) 282-424.

Nonostante la letteratura attuale indichi la possibilità che gli aspetti stressanti dell'ambiente lavorativo siano i principali predittori di *burnout*, anche i fattori psicologici hanno una notevole importanza nel predire l'esordio e il mantenimento della sindrome lavorativa. Essi comprendono i tratti di personalità o altre caratteristiche individuali come il narcisismo, le abilità di *coping* e i significati di vita associati al proprio lavoro.

b) *Tratti di personalità e burnout*

Con il termine personalità ci si riferisce a quel complesso insieme di sistemi psicologici che contribuiscono all'unità e alla continuità della condotta e dell'esperienza individuale, assicurando coerenza, stabilità e progettualità alle relazioni dell'individuo con il mondo. In letteratura si è raggiunto un sostanziale accordo tra i ricercatori nel ritenere attendibile e culturalmente condiviso un modello in cui sono presenti cinque grandi fattori, ossia il modello dei *Big Five*¹⁰. Diverse evidenze empiriche hanno mostrato come la struttura a cinque fattori sia universale e dunque condivisa da tutti gli individui¹¹. I cinque fattori a cui si fa riferimento sono quelli dell'estroversione, dell'amicizia, dell'apertura mentale, della coscienziosità e della stabilità emotiva. L'*Estroversione* (o *Energia*) si riferisce ad un orientamento fiducioso ed entusiasta nei confronti delle varie circostanze della vita o a una tendenza all'attività con preferenza per le interazioni sociali; la *Gravolezza* (o *Amicalità*) include caratteristiche come l'altruismo, il prendersi cura degli altri e offrire supporto emotivo; la *Coscienziosità* fa riferimento a caratteristiche come la precisione e l'accuratezza, l'affidabilità, il senso di responsabilità e la perseveranza mostrata nel raggiungere i propri scopi; la *Stabilità emotiva* (o *Nevroticismo*) comprende una varietà di caratteristiche collegate alla presenza di ansia o di altri problemi di tipo emotivo; l'*Apertura mentale* (o *Cultura*) concerne la tendenza a tollerare nuove idee e nuovi modi attraverso cui fare le cose.

Per quanto riguarda la relazione tra tratti di personalità e *burnout* gli studi finora condotti su diverse popolazioni di lavoratori hanno evidenziato come il nevroticismo costituisca un fattore di rischio per l'esordio e il mantenimento della sindrome lavorativa mentre l'estroversione, la coscienziosità e l'amicizia potrebbero in qualche misura proteggere le persone dal *burnout*¹². Nello specifico, le persone con alti livelli di nevroticismo (o instabilità emotiva) sono

10. R. R. McCrae - P. T. Costa, «Validation of the Five-Factor Model of Personality across Instruments and Observers», *Journal of Personality and Social Psychology* 52 (1987) 81-90.

11. J. M. Digman, «Higher-Order Factors of the Big Five», *Journal of Personality and Social Psychology* 73 (1997) 1246-1256; R. R. McCrae - P. T. Costa, «Personality Trait Structure as a Human Universal», *American Psychologist* 52 (1997) 509-516.

12. G. Angelini, «Big Five Model Personality Traits and Job Burnout: A Systematic Literature Review», *BMC Psychology* 11 (2023) art. 49.

maggiormente inclini a sperimentare ansia, ad avere difficoltà nel gestire gli impulsi, a esperire emozioni negative, nonché a mantenere l'equilibrio emotivo e a percepirsi efficaci sul lavoro; inoltre essi fanno ricorso spesso a strategie di *coping* disfunzionali per fronteggiare lo stress. Dunque, esse hanno maggiore probabilità di sviluppare esaurimento emotivo, depersonalizzazione e ridotta efficacia lavorativa. Le persone estroverse partecipano invece a molte interazioni sociali e posseggono alti livelli di autostima, sono ottimiste e sperimentano spesso emozioni positive nel lavoro e nel rapporto con gli altri; la presenza di forti legami interpersonali ostacola soprattutto l'esaurimento emotivo e la depersonalizzazione. La coscienziosità rappresenta invece un fattore di protezione soprattutto nei confronti della dimensione relativa all'autoefficacia professionale. Le persone coscienziose sono infatti precise, organizzate e disciplinate, rispettano le regole e sono puntuali nei compiti assegnati lavorando duramente per raggiungere i risultati desiderati. Esse riescono molto bene nel proprio lavoro e mantengono una buona percezione del proprio valore lavorativo anche in caso di stress. L'amicalità sembrerebbe invece proteggere i lavoratori dalla depersonalizzazione e in parte dall'esaurimento emotivo. Le persone con alti livelli di amicalità infatti hanno la tendenza a evitare i conflitti, a cooperare con gli altri e sono maggiormente tolleranti alle frustrazioni, mostrandosi tipicamente comprensive e accudenti verso il prossimo. L'apertura mentale invece non sembra essere in relazione con le dimensioni del *burnout*.

c) *Strategie di coping e significato di vita: relazioni con il burnout*

Le strategie di *coping* costituiscono l'insieme di sforzi che le persone mettono in atto per gestire, tollerare o ridurre gli effetti dello stress o per affrontare una situazione percepita come minacciosa¹³. Si tratta fondamentalmente di un insieme di azioni compiute sul luogo di lavoro per affrontare le criticità e che prevedono l'adattamento di comportamenti, credenze ed emozioni. Le strategie di *coping* possono essere focalizzate sul *problema*, cercando soluzioni concrete e pratiche, o sulle *emozioni*, riuscendo a gestire e a contenere le reazioni emotive a specifici eventi. L'efficacia di queste strategie dipende da numerosi fattori, comprese le caratteristiche individuali, ambientali e del contesto in cui l'individuo si trova ad agire. In numerosi studi è stato evidenziato come l'utilizzo di strategie di *coping* che si rivelano efficaci possa di fatto ridurre il rischio di *burnout* o alleviare l'intensità della sintomatologia¹⁴: in linea generale

13. R. S. Lazarus, *Psychological Stress and the Coping Process*, New York 1966.

14. J. Montero-Marín - J. Prado-Abril - M. M. Piva Demarzo - S. Gascón - J. García-Campayo, «*Coping with Stress and Types of Burnout: Explanatory Power of Different Coping Strategies*», *PloS one* 9 (2014) e89090; B. Costa - I. C. Pinto, «*Stress, Burnout and Coping in Health Professionals: A Literature Review*», *Journal of Psychology and Brain Studies* 1 (2017) 1-8.

si è notato come le strategie di *coping* focalizzate sul problema rappresentano dei fattori di protezione rispetto allo sviluppo del *burnout* mentre le strategie focalizzate sulle emozioni possono rappresentare sia dei fattori di rischio sia di protezione per lo sviluppo di questa sindrome lavorativa¹⁵. Nello specifico, il ricorso a strategie di *coping* focalizzate sul problema correla negativamente con le dimensioni di esaurimento emotivo e depersonalizzazione del *burnout* e, soprattutto, positivamente con la dimensione dell'efficacia professionale; per quanto concerne le strategie focalizzate sulle emozioni la questione risulta maggiormente complessa. In alcuni studi alcune strategie come il pensiero positivo, autocolpevolizzazione, l'isolamento o il diniego sono risultate positivamente correlate con il *burnout*; diversamente, altre strategie di *coping* basate sulle emozioni come la ricerca di supporto emotivo, l'accettazione, le credenze spirituali e la propensione ad affidarsi alla fede, la rivalutazione della situazione costituiscono dei fattori di protezione nei confronti del *burnout*, soprattutto rispetto alla dimensione della depersonalizzazione¹⁶.

Il significato di vita rappresenta un fattore rilevante nel fornire motivazione all'individuo per perseguire i propri fini e stimolare trasformazioni personali¹⁷. Come segnalato da Crea e Francis¹⁸ tale costrutto non viene concettualizzato nel medesimo modo per tutti gli individui ma piuttosto viene scoperto dalle persone quando si impegnano in specifiche attività. Alcune persone attribuiscono quindi un significato di vita solo ad alcune esperienze mentre altri improntano tutta la loro esistenza per raggiungere uno scopo specifico e attribuire significato alla propria esperienza. Per gli scopi di questo lavoro diviene importante sottolineare come il significato di vita possa rappresentare uno dei fattori più importanti nel prevenire o ridurre l'intensità dei sintomi del *burnout*. Secondo alcuni autori questo effetto benefico sull'individuo deriva dal fatto che il significato di vita è in grado di orientare i pensieri e i comportamenti di vita in una specifica direzione, a percepire di avere obiettivi da raggiungere, a credere che le proprie azioni siano importanti e che vadano sempre compiute anche a fronte di difficoltà¹⁹. In particolare il significato di vita è stato indicato come un fattore

15. S. Edú-Valsania - A. Laguía - J. A. Moriano, «Burnout: A Review of Theory and Measurement», *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19 (2022) 1780.

16. H. Shin - Y. M. Park - J. Y. Ying - B. Kim - H. Noh - S. M. Lee, «Relationships Between Coping Strategies and Burnout Symptoms: A Meta-Analytic Approach», *Professional Psychology: Research and Practice* 45 (2014) 44-56.

17. P. T. P. Wong, «Meaning in Life», in: Maggino, F. (eds.) *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research*, Cham 2021.

18. G. Crea - L. J. Francis, «Purpose in Life as Protection Against Professional Burnout among Catholic Priests and Religious in Italy: Testing the Insights of Logotherapy», *Pastoral Psychology* 71 (2022) 471-483.

19. V. E. Frankl, *Man's Search for Ultimate Meaning*, London 2011.

di protezione rispetto all'esaurimento emotivo e alla disaffezione lavorativa, mentre si associa a un maggior senso di efficacia professionale in diverse categorie di lavoratori²⁰.

2. DIFFUSIONE DEL *BURNOUT* NEI SACERDOTI

I sacerdoti possono essere considerati una popolazione ad alto rischio per lo sviluppo del *burnout* non solo per l'elevato carico lavorativo a cui sono sottoposti, ma anche per il grande coinvolgimento emotivo nella relazione con l'altro che la propria professione richiede. Ad ogni modo, rispetto ad altre professioni lavorative il *burnout* è stato indagato con meno frequenza tra gli uomini di Chiesa²¹, soprattutto tra coloro che appartengono alla confessione cattolica²². Negli ultimi dieci anni diversi autori hanno tuttavia offerto contributi sia per segnalare la necessità di indagare tale fenomeno nel mondo cristiano²³ sia per identificare i fattori ambientali e individuali che favoriscono l'esordio di tale sindrome lavorativa²⁴. In riferimento alla diffusione del fenomeno, López nel 2012²⁵ ha rilevato su un campione di 881 preti cattolici impiegati in America Latina come circa il 60% dei partecipanti presentavano *burnout* moderato, e il 25% *burnout* grave. In uno studio di Piette e colleghi del 2020²⁶ condotto in Francia su oltre 2800 sacerdoti ai quali è stato somministrato il *Maslach Burnout Inventory* si è notato come circa il 2% dei partecipanti presentava alti livelli di *burnout* e il 7% di essi era a rischio per lo sviluppo di *burnout*. Kayler nel 2011²⁷ ha evidenziato come fossero circa 1.500 i sacerdoti negli Stati Uniti a lasciare la Chiesa a causa del forte stress esperito, segnalando tra l'altro come circa il 75% degli uomini di Chiesa affrontino nel corso della vita crisi esistenziali associate alle numerose richieste ricevute da colleghi e fedeli; nel mede-

20. D. Krok, «The Religious Meaning System and Subjective Well-Being: The Mediational Perspective of Meaning in Life», *Archive for the Psychology of Religion* 36 (2014) 253-273.

21. D. Picornell-Gallar - E. González-Fraile, «Burnout Syndrome among Catholic Clergy: A Systematic Review», *Journal of Religion and Health* 63 (2024) 1830-1848.

22. M. Ruiz-Prada - S. Fernández-Salineró, C. García-Ael - G. Topa, «Occupational Stress and Catholic Priests: A Scoping Review of the Literature», *Journal of Religion and Health* 60 (2021) 3807-3870.

23. L. J. Francis - G. Crea, «Psychological Predictors of Professional Burnout».

24. G. Crea, «Correlati psicologici e motivazionali in un caso specifico di *burnout* professionale: il *burnout* tra preti e suore», *Rassegna di Psicologia* 35 (2018) 61-75.

25. H. López, *Sacerdocio y burnout. El desgaste en la vida sacerdotal*, Madrid 2012.

26. C. Piette - M. Cosson - H. Diguët - D. Potier, *Étude sur la santé des prêtres diocésains en activité. Rapport final*, Paris 2020.

27. C. J. Kayler, «Clergy Stress: A Study of Stressors and Stress-Relieving Practices among United Methodist Clergy across Three Districts of the Western North Carolina Conference», Huntersville 2011. Disponibile su ProQuest (Order No. 3481905).

simo anno Kaldor e Bullpitt²⁸ hanno rilevato che la percentuale di preti colpiti da *burnout* in Australia fosse del 25% con un ulteriore 50% di uomini di Chiesa che risultano invece «a rischio» di *burnout*. Dati simili sono stati riportati anche da de Lima Dias nel 2019²⁹ in uno studio eseguito su sacerdoti che operano in Brasile. I risultati di questa ricerca hanno segnalato come lo stress esperito dai sacerdoti derivi dalla necessità di far fronte a notevoli richieste lavorative, spesso accompagnate da aspettative irrealistiche circa le reali possibilità degli uomini di Chiesa di risolvere problemi o fornire aiuto al prossimo. Una situazione simile è stata inoltre descritta da Ruffing, Bell e Sandage nel 2021³⁰ in riferimento ai preti del Belgio, i quali si caratterizzano per livelli di benessere inferiori rispetto a quelli della popolazione generale; inoltre, i preti mostrano minore soddisfazione lavorativa e sintomi riferibili a un disturbo post-traumatico da stress più frequenti di quelli che si rilevano tra persone che svolgono altre occupazioni. Ancora, in una ricerca condotta in Messico nel 2017, Vicente-Galindo e collaboratori³¹ hanno rilevato come il rischio di sviluppare *burnout* tra i sacerdoti fosse molto elevato a causa di diversi fattori come ansia, stanchezza, conflitti interpersonali con colleghi ed elevati carichi di lavoro.

3. VARIABILI INDIVIDUALI CHE PREDISPONGONO ALLA SINDROME DA *BURNOUT*

Numerosi fattori, di natura interna ed esterna, possono contribuire allo sviluppo e al mantenimento della sindrome da *burnout* tra i sacerdoti. Tra i fattori esterni figurano il numero di richieste ricevute, il carico di lavoro, lo scarso supporto sociale, la carenza di tempo da dedicare a se stessi, la necessità di essere reperibili 24 ore su 24 per tutti i giorni della settimana³². Questi fattori tendenzialmente influenzano tutti i sacerdoti. Tuttavia, anche quando si osservano le reazioni individuali di preti che operano all'interno delle stesse strutture, si può notare come alcuni di essi, rispetto ad altri, siano maggiormente vulnerabili nei confronti del *burnout* e dello stress mentre altri si caratterizzano per una maggiore capacità di resilienza. Simili differenze sarebbero attribuibili

28. P. Kaldor - R. Bullpitt, *Burnout in Church Leaders*, Adelaide 2001.

29. R. J. de Lima Dias, «Burnout Among Catholic Priests in Brazil: Prevalence and Associated Factors», *Interação em Psicologia* 23 (2019) 255-267.

30. E. G. Ruffing - C. A. Bell - S. J. Sandage, «PTSD Symptoms in Religious Leaders: Prevalence, Stressors, and Associations with Narcissism», *Archive for the Psychology of Religion* 43 (2021) 21-40.

31. M. P. Vicente-Galindo - H. López-Herrera - I. Pedrosa - J. Suárez-Álvarez - M. P. Galindo-Villardón - E. García-Cueto, «Estimating the Effect of Emotional Intelligence in Wellbeing among Priests», *International Journal of Clinical and Health Psychology* 17 (2017) 46-55.

32. R. J. de Lima Dias, «Burnout Among Catholic Priests in Brazil».

in buona parte a variabili individuali come i tratti di personalità e il narcisismo, la capacità di affrontare lo stress, la comorbilità con problemi di salute mentale come ansia e depressione.

a) *Tratti di personalità, narcisismo e burnout tra i sacerdoti*

In riferimento ai tratti di personalità è stato riscontrato come la gentilezza (amicalità), l'estroversione e la coscienziosità risultano negativamente associati ai punteggi rilevati nelle dimensioni di esaurimento emotivo e depersonalizzazione e positivamente correlati con l'autoefficacia professionale³³. Si è invece osservata una relazione positiva tra i tratti di nevroticismo (modello dei Big Five) e psicoticismo (concettualizzazione di Eysenck) con le dimensioni di esaurimento emotivo e depersonalizzazione³⁴. Nello specifico, alcuni studi condotti su sacerdoti hanno mostrato come i sintomi riconducibili a questa sindrome lavorativa siano positivamente correlati con i livelli di nevroticismo dei sacerdoti stessi³⁵. Tale relazione è stata spiegata sostenendo che nel momento in cui si decide di dedicare la propria vita ad aiutare gli altri sarà frequente trovarsi in situazioni stressanti a causa dell'intensità e della frequenza delle richieste che vengono avanzate nei confronti di colui che offre aiuto. In presenza di nevroticismo le persone mostreranno tuttavia una tendenza a non essere in grado di gestire tali emozioni, soprattutto se esse sono molto intense. Tale eventualità produce stress che a sua volta contribuisce all'incremento dell'esaurimento emotivo e dei vissuti di frustrazione.

Differentemente, alti livelli di estroversione si associano negativamente alla frequenza di comparsa dei sintomi del *burnout*. Le persone estroverse infatti appaiono sicure di sé, attive, assumono un atteggiamento dominante e sono spesso alla ricerca di sensazioni stimolanti. Dunque, le problematiche che esse si trovano ad affrontare non sono vissute propriamente come eventi stressanti quanto piuttosto come sfide esaltanti. Con specifico riferimento ai sacerdoti, sia nello studio di Francis e colleghi³⁶ sia nello studio di Rodgerson e Piedmont³⁷ è

33. E. Joseph - P. Luyten - J. Corveleyn - H. De Witte, «The Relationship Between Personality, Burnout, and Engagement Among the Indian Clergy», *The International Journal for the Psychology of Religion* 21 (2011) 276-288.

34. L. J. Francis - S. H. Loudon - C. J. Rutledge, «Burnout among Roman Catholic Parochial Clergy in England and Wales: Myth or Reality?», *Review of Religious Research* 46 (2004) 5-19.

35. T. E. Rodgerson - R. L. Piedmont, «Assessing the Incremental Validity of the Religious Problem-Solving Scale in the Prediction of Clergy Burnout», *Journal for the Scientific Study of Religion* 37 (1998) 517-527.

36. L. J. Francis - S. H. Loudon - C. J. Rutledge, «Burnout among Roman Catholic Parochial Clergy».

37. T. E. Rodgerson - R. L. Piedmont, «Assessing the Incremental Validity of the Religious Problem-Solving Scale».

stata rilevata una correlazione di tipo negativo tra questo tratto di personalità e i punteggi nelle dimensioni di esaurimento e cinismo del *burnout*.

Per quanto riguarda l'apertura mentale, che si riferisce a una propensione a mostrarsi creativi e aperti verso nuove idee e modi di fare, tra coloro che svolgono professioni di aiuto è stata rilevata una correlazione negativa di questo tratto con le dimensioni del *burnout*. Tuttavia, i risultati sono contrastanti. Ad esempio, in alcuni casi l'apertura mentale è risultata negativamente correlata con la dimensione della depersonalizzazione, ma non con l'esaurimento emotivo³⁸ mentre in altri casi questo stesso tratto è risultato correlato negativamente con l'esaurimento emotivo ma non con la depersonalizzazione³⁹.

Uno studio longitudinale condotto su uomini di Chiesa ha invece riportato come l'apertura mentale sia in relazione negativa sia con l'esaurimento emotivo sia con la depersonalizzazione⁴⁰. Tale dato segnala quanto l'apertura mentale sia importante nel tutelare la salute psicologica dei sacerdoti nel momento in cui è richiesto loro di entrare in contatto con persone che presentano modi di fare, credenze, valori, ideali e culture diverse dalle proprie. La capacità di comprendere gli altri e di mostrarsi creativi e flessibili offrirebbero ai sacerdoti risorse importanti per rapportarsi con efficacia a persone che possono mostrare convinzioni, abitudini e pretese che non sono affatto comuni.

Il tratto dell'amicalità, che si riferisce a una propensione a mostrarsi attenti ai bisogni dell'altro e a curare le relazioni interpersonali, è spesso risultato negativamente correlato con i sintomi di *burnout* tra coloro che svolgono professioni di aiuto come medici, infermieri, volontari⁴¹. Per quanto riguarda i sacerdoti, lo studio sopracitato condotto da Rodgerson e Piedmont⁴² sui preti della chiesa Battista americana ha mostrato come il tratto dell'amicalità fosse negativamente correlato ai sintomi di *burnout*. La capacità di entrare in contatto con l'altro, di interessarsi alle necessità e alle problematiche dei fedeli, consente ai sacerdoti di costruire relazioni di maggiore qualità con le persone e a gestire in modo più efficace le emozioni proprie e altrui.

38. K. L. Zellars - P. L. Perrewé - W. A. Hochwarter, «Burnout in Health Care: The Role of the Five Factors of Personality», *Journal of Applied Social Psychology* 30 (2000) 1570-1598.

39. I. J. Deary - H. Blenkin - R. M. Agius - N. S. Endler - H. Zealley - R. Wood, «Models of Job-Related Stress and Personal Achievement Among Consultant Doctors», *British Journal of Psychology* 87 (1996) 3-29.

40. M. H. Miner, «Changes in Burnout over the First 12 Months in Ministry: Links with Stress and Orientation to Ministry», *Mental Health, Religion and Culture* 10 (2007) 9-16.

41. E. Joseph - P. Luyten - J. Corveleyn - H. De Witte, «The Relationship Between Personality, Burnout, and Engagement».

42. T. E. Rodgerson - R.L. Piedmont, «Assessing the incremental validity of the Religious Problem-Solving Scale».

Infine, il tratto della coscienziosità, che si riferisce alla tendenza a mostrarsi scrupolosi e perseveranti nei propri comportamenti, è risultato spesso associato, negli studi effettuati su persone che scelgono professioni di aiuto⁴³, a elevati punteggi nella dimensione dell'autorealizzazione personale. Questo accade in quanto le persone caratterizzate da elevata coscienziosità sono tipicamente molto organizzate, disciplinate ed efficienti. Queste loro caratteristiche appaiono molto importanti per svolgere le proprie mansioni nel miglior modo possibile.

Attualmente in letteratura vi sono pochi studi che hanno verificato la presenza di una relazione tra coscienziosità e *burnout* nei sacerdoti: un'eccezione in tal senso è rappresentata dalla già citata ricerca di Rodgerson e Piedmont del 1998 tra i preti della chiesa Battista americana, nella quale è stata rilevata una correlazione di tipo negativo tra questo tratto di personalità e i livelli di *burnout* dei sacerdoti. Francis, Loudon e Rutledge nel 2004⁴⁴ hanno condotto una ricerca su un campione di oltre 1000 sacerdoti della Chiesa anglicana inglese trovando che l'esaurimento emotivo era positivamente associato al nevroticismo e allo psicoticismo e negativamente associato con i livelli di estroversione. La depersonalizzazione era associata positivamente al nevroticismo mentre l'autoefficacia professionale risultava negativamente correlata con il nevroticismo e lo psicoticismo e positivamente correlata con l'estroversione.

Stephens nel 2020⁴⁵ ha trovato risultati simili su un campione di oltre 600 sacerdoti protestanti statunitensi: l'esaurimento emotivo risultava infatti positivamente correlato con il nevroticismo (in modo moderato) e negativamente correlato con l'estroversione (in modo lieve). La depersonalizzazione risultava invece positivamente correlata con il nevroticismo (in modo moderato) e negativamente correlato con l'amicalità. L'autoefficacia professionale risultava correlata positivamente con l'amicalità, apertura mentale e coscienziosità e negativamente correlata con il nevroticismo.

Tra gli studi che non hanno utilizzato il modello dei Big Five per la misurazione dei tratti di personalità figurano quelli di Francis e del suo gruppo di collaboratori. Ad esempio, in uno studio di Francis, Wulf e Robbins del 2008⁴⁶, condotto su 748 sacerdoti della Chiesa presbiteriana americana, l'esaurimento

43. I. J. Deary - H. Blenkin - R. M. Agius - N. S. Endler - H. Zealley - R. Wood, «Models of Job-Related Stress and Personal Achievement».

44. L. J. Francis - S. H. Loudon - C. J. Rutledge, «Burnout among Roman Catholic Parochial Clergy».

45. N. M. Stephens, *A Correlational Study of Burnout and Personality among Clergy in The United States*. Saint Andrews 2020.

46. L. J. Francis - K. Wulff - M. Robbins, «The Relationship between Work-Related Psychological Health and Psychological Type Among Clergy Serving in The Presbyterian Church (USA)», *Journal of Empirical Theology* 21 (2008) 166-182.

emotivo è risultato associato con la propensione all'estroversione (piuttosto che all'introversione). Infine, in uno studio di Crea, Francis e McKenna del 2024⁴⁷, effettuato su 264 preti della Chiesa Cattolica Romana che operano in Italia, è stato rilevato come bassi punteggi nell'estroversione, nella coscienziosità, nell'umiltà e nell'onestà erano in grado di predire positivamente i livelli di esaurimento emotivo di questi sacerdoti.

Anche la presenza di tratti riferibili al machiavellismo e soprattutto al narcisismo e alla psicopatia (sebbene subclinici e dunque non patologici) possono rappresentare dei fattori di rischio per l'emergere dei sintomi del *burnout* agendo principalmente sulla dimensione dell'esaurimento emotivo. A tal riguardo, Francis e Crea nel 2021⁴⁸ hanno sostenuto che le dimensioni della cosiddetta *Dark Triad* (machiavellismo, narcisismo e psicopatia subclinica) possono anche aiutare gli uomini e le donne di Chiesa a raggiungere obiettivi importanti sul lavoro ma, qualora presenti in modo intenso, incidono negativamente sulla qualità della relazione con le altre persone in cui si entra in contatto dalle quali si cerca di ottenere soprattutto validazioni e riconoscimenti; inoltre, gli individui che mostrano tali caratteristiche esibiscono scarsa empatia e capacità di cura e sostegno dell'altro non preoccupandosi degli effetti dei propri comportamenti sugli altri soprattutto se tali azioni risultano funzionali a raggiungere i propri scopi. Per questo motivo le persone caratterizzate da elevati livelli di machiavellismo, narcisismo e psicopatia potrebbero essere anche più sensibili al *burnout* e mostrarsi, da un lato, maggiormente indifferenti o competitivi nei confronti dei colleghi e dei fedeli e dall'altro maggiormente esposti agli stressors che derivano dall'avere relazioni di scarsa qualità con gli altri e che producono esaurimento emotivo.

Nello studio di Francis e Crea del 2021, a cui hanno preso parte 270 religiosi (129 preti e 157 suore con età compresa tra i 22 e i 77 anni) sono infatti state rilevate correlazioni significative e positive tra la dimensione di esaurimento emotivo e quelle di machiavellismo e psicopatia. Tale dato evidenzia che simili caratteristiche di personalità sono collegati con un maggiore disagio emotivo nello svolgimento del proprio lavoro pastorale; inoltre, i livelli di psicoticismo risultavano negativamente associati alla soddisfazione verso il lavoro svolto, ossia con quello che rappresenta un fattore di protezione rispetto alla possibilità di sviluppare *burnout*.

47. G. Crea - L. J. Francis - U. McKenna, «Assessing the Power of the HEXACO to Predict Professional Burnout Among Catholic Priests in Italy», *Journal of Religion Health* 64 (2024) 1-22.

48. L. J. Francis - G. Crea, «Psychological Predictors of Professional Burnout».

b) *Strategie di coping e significato di vita per ostacolare il burnout dei sacerdoti*

Il ricorso a strategie di *coping* adattive come l'accettazione, il *coping* orientato al problema, la pianificazione e la ricontestualizzazione positiva sono risultate associate a minori livelli di *burnout* tra i sacerdoti⁴⁹. In particolare, il ricorso alla spiritualità e alla fede può ostacolare l'esordio del *burnout* o diminuire l'intensità della sintomatologia tra i sacerdoti; al contrario, strategie disadattive come l'incolparsi, il disimpegno, il diniego, la distrazione o gli sfoghi sembrano favorire l'esordio e il mantenimento del *burnout* tra gli uomini di Chiesa.

In un altro studio quantitativo effettuato sempre dallo stesso B. R. Doolittle nel 2007⁵⁰ su un totale di 358 ministri religiosi di New York, l'autore ha cercato di mettere in correlazione diretta l'uso di specifiche strategie di *coping* con le dimensioni di *burnout*. I risultati ottenuti hanno mostrato come sia l'esaurimento emotivo sia la depersonalizzazione fossero correlati con il *self-blaming*, il disimpegno, la tendenza ad arrabbiarsi, il diniego e l'uso di sostanze; diversamente, l'autoefficacia professionale risultava positivamente correlata all'accettazione, il *coping* attivo, la pianificazione delle attività, la ricontestualizzazione positiva (*positive reframing*) e negativamente correlata con il *self-blaming*.

Tra le strategie di *coping* in grado di ridurre l'intensità del *burnout* o addirittura di prevenire tale sindrome lavorativa figura la *self-care*, ossia la capacità di prendersi cura di se stessi.

A questo riguardo, Smith nel 2015⁵¹ ha osservato su un campione di 150 partecipanti come le azioni di *self-care* (a livello spirituale, psicologico, emotivo o orientate alla ricerca di un equilibrio) favorivano il decremento del *burnout*, soprattutto nella dimensione dell'esaurimento emotivo. Anche i risultati di uno studio qualitativo effettuato mediante interviste da Kersteins⁵² su 10 preti cattolici dell'Arcidiocesi di Mbarara (Uganda) hanno mostrato come le pratiche spirituali e di *self-care* come pregare, meditare, ritirarsi, ricordare sono in grado di ridurre i livelli di *burnout* di questi religiosi. Allo stesso modo, le attività ricreative, di svago, le pause e i periodi di vacanza costituivano pratiche di *self-care* efficaci per badare al proprio benessere psichico e prevenire l'emergere dei sintomi del *burnout*.

49. B. R. Doolittle, «Burnout, Compassion Fatigue, and Job Satisfaction among Hospital Chaplains: A Systematic Review», *Research in the Social Scientific Study of Religion* 26 (2015) 180-197.

50. B. R. Doolittle, «Burnout, Compassion Fatigue».

51. L. W. Smith, «Compassion Fatigue, Burnout, and Self-Care: What Social Work Students Need to Know», *Electronic Theses, Projects, and Dissertations* 2015.

52. R. M. Kersteins - W. P. Muasa, «Coping Strategies to Burnout in Pastoral Ministry among Catholic Religious Men and Women of Mbarara Archdiocese in Uganda», *International Journal of Research and Innovation in Social Science* 6 (2022) 215-219.

Anche in altri studi basati su dati qualitativi⁵³ è stato evidenziato come il *burnout* abbia una prevalenza minore tra quei sacerdoti che sono in grado di soddisfare i propri bisogni psicologici e che si mostrano consapevoli che la propria vita è orientata alla devozione, al sacrificio e all'aiuto rivolto ai fedeli, così come previsto negli insegnamenti del Signore.

Ancora, i significati attribuiti alla propria professione e alla propria vita possono influenzare i livelli di *burnout* dei sacerdoti. In particolare è stato segnalato come una delle principali risorse/fattore di protezione a disposizione dei sacerdoti è rappresentata dalla possibilità di dare un significato e un senso profondo alla propria missione che corrisponde all'abilità di comprendere perché accadono alcuni eventi e anche di capire quali effetti essi hanno su di sé⁵⁴. Ad esempio, la dedizione altruistica di coloro che ricoprono ruoli all'interno della chiesa, la *self-compassion*, la possibilità di conseguire risultati socialmente importanti per mezzo del lavoro, l'onestà e le competenze relazionali risultano essere dei fattori di protezione rispetto alla possibilità che si manifestino sintomi di *burnout* in numerose confessioni come quella protestante⁵⁵ e cattolica⁵⁶. Tali risultati sono stati confermati anche in studi qualitativi in cui sono state interviste e *focus group* per raccogliere dati. Ad esempio, in una ricerca qualitativa effettuata mediante la somministrazione di interviste da Isacco e collaboratori⁵⁷ su 15 sacerdoti della Chiesa Romana che operavano negli Stati Uniti è emerso come il significato attribuito alla propria missione e la percezione di avere un forte legame con Dio favorisca il benessere psicologico, riducendo i livelli di stress e di *burnout* di questi uomini di Chiesa.

CONCLUSIONI

Favorire il benessere e migliorare la qualità della vita personale e professionale dei sacerdoti rappresenta ancora oggi un'importante sfida sia per studiosi e ricercatori sia per tutti coloro che hanno il compito di pianificare e organizza-

53. W. Muasa - S. Selvam - E. Ndung'u, «Prevalence of Burnout among Catholic Religious Men and Women Working in Rural Areas: A Case of Lodwar Diocese in Turkana County, Kenya», *International Journal of Research and Innovation in Social Science* 5 (2021) 517-528.

54. S. G. van den Heuvel - G. A. Geuskens - W. E. Hooftman, «Productivity Loss at Work; Health-Related and Work-Related Factors», *Journal of Occupational Rehabilitation* 20 (2010) 331-339.

55. L. K. Barnard - J. F. Curry, «The Relationship of Clergy Burnout to Self-Compassion and Other Personality Dimensions», *Pastoral Psychology* 61 (2012) 149-163.

56. S. J. Rossetti - C. J. Rhoades, «Burnout in Catholic Clergy: A Predictive Model Using Psychological and Spiritual Variables», *Psychology of Religion and Spirituality* 5 (2013) 335.

57. A. Isacco - E. Sahker - E. Krinock - W. Sim - D. Hamilton, «How Religious Beliefs and Practices Influence the Psychological Health of Catholic Priests», *American Journal of Men's Health* 10 (2016) 325-337.

re la Chiesa nel suo complesso. Identificare i fattori individuali, connessi con l'attività lavorativa e organizzativi, che possono aumentare o ridurre il rischio di *burnout* diviene un'operazione molto importante per garantire la salute dei sacerdoti e assicurare che le mansioni lavorative siano svolte nel migliore dei modi. Lo studio della relazione tra caratteristiche psicologiche dei sacerdoti e i livelli di benessere di questi ultimi costituisce il primo passo che necessariamente si deve compiere per poter poi avviare programmi di intervento finalizzati a promuovere la salute di tutti gli uomini di Chiesa.

Anche se alcuni tratti come il nevroticismo, lo psicoticismo o la presenza di una struttura narcisistica di personalità possono predisporre gli individui a sviluppare i sintomi del *burnout* o il *burnout* vero e proprio, è importante evidenziare che, attraverso adeguate strategie formative e interventi psicologici, sia possibile effettuare interventi finalizzati a scongiurare la possibilità che anche le persone predisposte sviluppino tale sindrome lavorativa.

In tal senso potrebbe infatti risultare utili allestire programmi di formazione, da avviare già durante il periodo del seminario o anche nelle fasi iniziali del ministero sacerdotale, per potenziare alcuni fattori di protezione dal *burnout*. Ad esempio si potrebbe pensare di avviare training per il miglioramento delle abilità di *coping* per la gestione dello stress, per aumentare i livelli di resilienza, per aumentare le competenze socio-relazionali dei sacerdoti stessi. In questa prospettiva potrebbe anche risultare utile proporre percorsi di sviluppo personale, tramite il ricorso anche a tecniche di meditazione o *mindfulness* in grado di aiutare i futuri sacerdoti ad assegnare un significato profondo alla loro vocazione, a riconoscere l'importanza della propria missione e a gestire le emozioni e le preoccupazioni che possono fare la propria comparsa sia negli anni di seminariato sia durante la pratica sacerdotale. Ulteriori interventi potrebbero essere avviati per monitorare costantemente la salute psicologica degli uomini di Chiesa, cercando di potenziare le reti di supporto sociale e di promuovere il supporto psicologico per tutti coloro che ne avvertono il bisogno.

Ad ogni modo, si avverte il bisogno di condurre ulteriori studi in merito alla relazione tra aspetti connessi con la personalità dei religiosi e *burnout* in quanto le ricerche empiriche finora condotte sono numericamente scarse e tipicamente condotte su un numero di partecipanti molto limitato; inoltre, risulterebbe importante disporre di dati provenienti da studi longitudinali che permetterebbero di valutare, nel medio e lungo termine, sia quali effetti vengono prodotti sul *burnout* dalle caratteristiche personali dei sacerdoti stessi, sia l'efficacia degli interventi di supporto condotti su questa popolazione.

BIBLIOGRAFIA

- Alarcon, G., «A Meta-Analysis of Burnout with Job Demands, Resources, and Attitudes», *Journal of Vocational Behaviour* 79 (2011) 549-62. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2011.03.007>.
- Angelini, G., «Big Five Model Personality Traits and Job Burnout: A Systematic Literature Review», *BMC Psychology* 11 (2023) art. 49. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01056-y>.
- Bakker, A. B. - Van Emmerik, H. - Van Riet, P., «How Job Demands, Resources, and Burnout Predict Objective Performance: A Constructive Replication», *Anxiety Stress Coping* 21 (2008) 309-324. <https://doi.org/10.1080/10615800801958637>.
- Barnard, L. K. - Curry, J. F., «The Relationship of Clergy Burnout to Self-Compassion and Other Personality Dimensions», *Pastoral Psychology* 61 (2012) 149-163. <https://doi.org/10.1007/s11089-011-0377-0>.
- Costa, B. - Pinto, I. C., «Stress, Burnout and Coping in Health Professionals: A Literature Review», *Journal of Psychology and Brain Studies* 1 (2017) 1-8. <http://www.imedpub.com/psychology-and-brain-studies>.
- Crea, G., «Correlati psicologici e motivazionali in un caso specifico di burnout professionale: il burnout tra preti e suore», *Rassegna di Psicologia* 35 (2018) 61-75. <https://doi.org/10.13133/1974-4854/16691>.
- Crea, G. - Francis, L. J., «Purpose in Life as Protection Against Professional Burnout among Catholic Priests and Religious in Italy: Testing the Insights of Logotherapy», *Pastoral Psychology* 71 (2022) 471-483. <https://doi.org/10.1007/s11089-022-01009-z>.
- Crea, G. - Francis, L. J. - McKenna, U., «Assessing the Power of the HEXACO to Predict Professional Burnout Among Catholic Priests in Italy», *Journal of Religion Health* 64 (2024) 1-22. <https://doi.org/10.1007/s10943-024-02202-5>.
- De Lima Dias, R. J., «Burnout Among Catholic Priests in Brazil: Prevalence and Associated Factors», *Interação em Psicologia* 23 (2019) 255-267. <https://doi.org/10.5380/psi.v23i02.65076>.
- Deary, I. J. - Blenkin, H. - Agius, R. M. - Endler, N. S. - Zealley, H. - Wood, R., «Models of Job-Related Stress and Personal Achievement Among Consultant Doctors», *British Journal of Psychology* 87 (1996) 3-29. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1996.tb02574.x>.
- Demerouti, E., - Bakker, A. B. - Peeters, M. C. - Breevaart, K., «New Directions in Burnout Research», *European Journal of Work and Organizational Psychology* 30 (2021) 686-691. <https://doi.org/10.1080/1359432X.2021.1979962>.
- Digman, J. M., «Higher-Order Factors of the Big Five», *Journal of Personality and Social Psychology* 73 (1997) 1246-1256. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.6.1246>.
- Doolittle, B. R., «Burnout, Compassion Fatigue, and Job Satisfaction among Hospital Chaplains: A Systematic Review», *Research in the Social Scientific Study of Religion* 26 (2015) 180-197. https://doi.org/10.1163/9789004299436_013.
- Edú Valsania, S. - Lagúia, A. - Moriano, J. A., «Burnout: A Review of Theory and Measurement», *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19 (2022) 1780. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031780>.

- Francis, L. J. - Crea, G., «Psychological Predictors of Professional Burnout among Priests, Religious Brothers, and Religious Sisters in Italy: The Dark Triad Versus the Bright Trinity», *Pastoral Psychology* 70 (2021) 399-418. <https://doi.org/10.1007/s11089-021-00951-8>.
- Francis, L. J. - Loudon, S. H. - Rutledge, C. J. F., «Burnout among Roman Catholic Parochial Clergy in England and Wales: Myth or Reality?», *Review of Religious Research* 46 (2004) 5-19. <https://doi.org/10.2307/3512249>.
- Francis, L. J. - Wulff, K. - Robbins, M., «The Relationship between Work-Related Psychological Health and Psychological Type Among Clergy Serving in The Presbyterian Church (USA)», *Journal of Empirical Theology* 21 (2008) 166-182. <http://dx.doi.org/10.1163/157092508X349854>.
- Frankl, V. E., *Man's Search for Ultimate Meaning*, London 2011.
- Freudenberger, H. J., «Staff Burn out», *Journal of Social Issues* 30 (1974) 159-165. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>.
- Isacco, A. - Sahker, E. - Krinock, E. - Sim, W. - Hamilton, D., «How Religious Beliefs and Practices Influence the Psychological Health of Catholic Priests», *American Journal of Men's Health* 10 (2016) 325-337. <https://doi.org/10.1177/1557988314567325>.
- Joseph, E. - Luyten, P. - Corveleyn, J. - De Witte, H., «The Relationship Between Personality, Burnout, and Engagement Among the Indian Clergy», *The International Journal for the Psychology of Religion* 21 (2011) 276-288. <https://doi.org/10.1080/10508619.2011.607412>.
- Kaldor, P. - Bullpitt, R., *Burnout in Church Leaders*, Adelaide 2001.
- Kayler, C. J., «Clergy Stress: A Study of Stressors and Stress-Relieving Practices among United Methodist Clergy across Three Districts of the Western North Carolina Conference», Huntersville 2011. Disponibile su ProQuest (Order No. 3481905).
- Kersteins, R. M. - Muasa, W. P., «Coping Strategies to Burnout in Pastoral Ministry among Catholic Religious Men and Women of Mbarara Archdiocese in Uganda», *International Journal of Research and Innovation in Social Science* 6 (2022) 215-219. <https://rsisinternational.org/journals/ijriss/Digital-Library/volume-6-issue-10/215-219.pdf>.
- Krok, D., «The Religious Meaning System and Subjective Well-Being: The Mediational Perspective of Meaning in Life», *Archive for the Psychology of Religion* 36 (2014) 253-273. <https://doi.org/10.1163/15736121-12341288>.
- Lazarus, R. S., *Psychological Stress and the Coping Process*, New York 1966.
- Lee, R. T. - Ashforth, B. E., «A Meta-Analytic Examination of the Correlates of the Three Dimensions of Job Burnout», *Journal of Applied Psychology*, 8 (1996) 123-133. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.81.2.123>.
- López, H., *Sacerdocio y burnout. El desgaste en la vida sacerdotal*, Madrid 2012.
- Maslach, C., *Burnout: The Cost of Caring*, New Jersey 1982.
- Maslach, C. - Schaufeli, W. B. - Leiter, M. P. «Job Burnout», *Annual Review of Psychology* 52 (2001) 397-422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>.
- McCrae, R. R., - Costa, P. T., «Validation of the Five-Factor Model of Personality across Instruments and Observers», *Journal of Personality and Social Psychology* 52 (1987) 81-90. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.1.81>.
- «Personality Trait Structure as a Human Universal», *American Psychologist* 52 (1997) 509-516. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.52.5.509>.

- Miner, M. H., «Changes in Burnout over the First 12 Months in Ministry: Links with Stress and Orientation to Ministry», *Mental Health, Religion and Culture* 10 (2007) 9-16. <https://doi.org/10.1080/13674670600841819>.
- Montero-Marín, J. - Prado-Abril, J. - Piva Demarzo, M. M. - Gascón, S. - García-Campayo, J., «Coping with Stress and Types of Burnout: Explanatory Power of Different Coping Strategies», *PloS one* 9 (2014) e89090. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0089090>.
- Muasa, W. - Selvam, S. - Ndung'u, E., «Prevalence of Burnout among Catholic Religious Men and Women Working in Rural Areas: A Case of Lodwar Diocese in Turkana County, Kenya», *International Journal of Research and Innovation in Social Science* 5 (2021) 517-528. <https://rsisinternational.org/journals/ijriss/Digital-Library/volume-5-issue-7/517-528.pdf>.
- Picornell-Gallar, D. - González-Fraile, E., «Burnout Syndrome among Catholic Clergy: A Systematic Review», *Journal of Religion and Health* 63 (2024) 1830-1848. <https://doi.org/10.1007/s10943-023-01883-8>.
- Piette, C. - Cosson, M. - Diguët, H. - Potier, D., *Étude sur la santé des prêtres diocésains en activité. Rapport final*, Paris 2020.
- Rodgers, T. E. - Piedmont, R. L., «Assessing the Incremental Validity of the Religious Problem-Solving Scale in the Prediction of Clergy Burnout», *Journal for the Scientific Study of Religion* 37 (1998) 517-527. <https://doi.org/10.2307/1388058>.
- Rossetti, S. J. - Rhoades, C. J., «Burnout in Catholic Clergy: A Predictive Model Using Psychological and Spiritual Variables», *Psychology of Religion and Spirituality* 5 (2013) 335-341. <https://doi.org/10.1037/a0033639>.
- Ruffing, E. G. - Bell, C. A. - Sandage, S. J., «PTSD Symptoms in Religious Leaders: Prevalence, Stressors, and Associations with Narcissism», *Archive for the Psychology of Religion* 43 (2021) 21-40. <https://doi.org/10.1177/00846724209262>.
- Ruiz-Prada, M. - Fernández-Salineró, S. - García-Ael, C. - Topa, G., «Occupational Stress and Catholic Priests: A Scoping Review of the Literature», *Journal of Religion and Health* 60 (2021) 3807-3870. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01352-0>.
- Schaufeli, W. B. - Buunk, B. P., «Burnout: An Overview of 25 Years of Research and Theorizing», *The Handbook of Work and Health Psychology* 2 (2003) 282-424. <https://doi.org/10.1002/0470013400>.
- Shin, H. - Park, Y. M. - Ying, J. Y. - Kim, B. - Noh, H. - Lee, S. M., «Relationships Between Coping Strategies and Burnout Symptoms: A Meta-Analytic Approach», *Professional Psychology: Research and Practice* 45 (2014) 44-56. <https://doi.org/10.1037/a0035220>.
- Smith, L.W., «Compassion Fatigue, Burnout, and Self-Care: What Social Work Students Need to Know», *Electronic Theses, Projects and Dissertations* 2015. <https://scholarworks.lib.csusb.edu/etd/206>.
- Stephens, N. M., *A Correlational Study of Burnout and Personality among Clergy in The United States*, Saint Andrews 2020.
- Terry, J. D. - Cunningham, C. J., «The Sacred and Stressed: Testing a Model of Clergy Health», *Journal of Religion and Health* 59 (2020) 1541-1566. <https://doi.org/10.1007/s10943019-00920-9>.

- Van den Heuvel, S. G. - Geuskens, G. A. - Hooftman, W. E., «Productivity Loss at Work; Health-Related and Work-Related Factors», *Journal of Occupational Rehabilitation* 20 (2010) 331-339. <https://doi.org/10.1007/s10926-009-9219-7>.
- Vicente-Galindo, M. P. - López-Herrera, H. - Pedrosa, I. - Suárez-Álvarez, J. - Galindo-Villardón, M. P. - García-Cueto, E., «Estimating the Effect of Emotional Intelligence in Wellbeing among Priests», *International Journal of Clinical and Health Psychology* 17 (2017) 46-55. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2016.10.001>.
- Wong, P. T. P., «Meaning in Life», in: Maggino, F. (ed.) *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research*, Cham 2021, 4202-4207. https://doi.org/10.1007/978-3-031-17299-1_1755
- Zellars, K. L. - Perrewé, P. L. - Hochwarter, W. A., «Burnout in Health Care: The Role of the Five Factors of Personality», *Journal of Applied Social Psychology* 30 (2000) 1570-1598. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2000.tb02456.x>.