

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ  
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΕΙΔΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ  
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ  
ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΣΤΗΝ ΕΙΔΙΚΗ ΑΓΩΓΗ, ΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΤΗΝ  
ΥΓΕΙΑ

**ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ, ΜΟΝΑΞΙΑ ΚΑΙ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ, ΣΕ  
ΜΟΝΑΧΟΥΣ – ΜΟΝΑΧΕΣ ΚΑΙ ΑΝΕΡΓΟΥΣ, ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟ  
ΜΟΝΤΕΛΟ ΤΩΝ ΠΕΝΤΕ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΤΗΣ  
ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ.**

Βασιλού Ευδοκία

A.M.:37

Τριμελής Επιτροπή:

*Κλεφτόρας Γιώργος (επιβλέπων)*

*Βλάχου Αναστασία*

*Βαβουγιός Διονύσης*

Βόλος, 2014

## **ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ**

Θα ήθελα να ευχαριστήσω τον καθηγητή και επόπτη της διπλωματικής μου εργασίας κ. Κλεφτάρα Γιώργο για τη συνεχή ουσιαστική υποστήριξη και καθοδήγηση του, στη συγγραφή και ολοκλήρωση της εργασίας. Επίσης, θα ήθελα να ευχαριστήσω τον π. Βασίλειο Θερόμο για την πολύ σημαντική βοήθεια του, στην προσπάθεια συγκέντρωσης του δείγματος των μοναχών.

## **ΠΕΡΙΛΗΨΗ**

Η πνευματικότητα, αποτελεί μια έννοια η οποία έχει μελετηθεί αρκετά τα τελευταία χρόνια από πολλές διαφορετικές επιστήμες (Piedmont, 2001). Τα ερευνητικά δεδομένα για την πνευματικότητα σε σχέση με τις αρνητικές επιπτώσεις της ανεργίας είναι ελάχιστα, ενώ ελάχιστες είναι και οι έρευνες που αφορούν θέματα ψυχικής υγείας στον θρησκευτικό πληθυσμό και ιδιαίτερα στον μοναστικό (Durà-Vilà et al., 2010).

Ο σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν η μελέτη της πνευματικότητας, της μοναξιάς και της κατάθλιψης σε σχέση με το μοντέλο των πέντε παραγόντων της προσωπικότητας, σε δύο αρκετά διαφορετικούς πληθυσμούς και συγκεκριμένα, μοναχούς/μοναχές και άνεργους. Στόχος ήταν, να διερευνηθούν οι παραπάνω μεταβλητές, σε ένα δείγμα μοναστικού πληθυσμού και να συγκριθούν με ένα δείγμα γενικού πληθυσμού, όπως οι άνεργοι.

Η έρευνα έγινε σε δείγμα 133 ανέργων και 46 μοναχών από διάφορα μοναστήρια της χώρας. Τα ερωτηματολόγια που χρησιμοποιήθηκαν ήταν το Ερωτηματολόγιο Αυτοεκτιμούμενης Καταθλιπτικής Συμπτωματολογίας (QD2) (Pichot, 1984), το ερωτηματολόγιο προσωπικότητας NEO-Five Factor Inventory (NEO-FFI), (Costa & McCrae, 1992), η κλίμακα της πνευματικότητας Spiritual Transcendence scale από το ερωτηματολόγιο ASPIRES (Piedmont 2004a), και το ερωτηματολόγιο μοναξιάς Revised UCLA Loneliness scale (Russell, 1996).

Από τα αποτελέσματα της έρευνας φαίνεται πως οι άνεργοι έχουν σημαντικά υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας και μοναξιάς σε σχέση με τους μοναχούς, και σημαντικά χαμηλότερα επίπεδα πνευματικότητας. Η υπόθεση μας πως ο νευρωτισμός θα σχετίζεται θετικά με την κατάθλιψη και τη μοναξιά επιβεβαιώνεται ενώ απορρίπτεται η υπόθεση αρνητικής συσχέτισης της πνευματικότητας με την καταθλιπτική συμπτωματολογία και για τα δύο δείγματα. Τέλος, η συσχέτιση της πνευματικότητας και των διαστάσεων της, με τους παράγοντες της προσωπικότητας, εμφανίζει διαφορετική εικόνα για τα δύο δείγματα.

Τα αποτελέσματα συζητούνται σε σχέση με την ενδεχόμενη διαφορετική αντίληψη και νοηματοδότηση της πνευματικότητας από το γενικό και το θρησκευτικό πληθυσμό, και τις παρατηρούμενες διαφορές στα δύο δείγματα.

**ΛΕΞΕΙΣ-ΚΛΕΙΔΙΑ:** πνευματικότητα, κατάθλιψη, μοναξιά, προσωπικότητα, άνεργοι, μοναχοί.

## **ABSTRACT**

Spirituality has been widely studied in recent years, from many different sciences (Piedmont, 2001), and in different populations. The research data for spirituality in relation to the negative effects of unemployment are limited, while there are few researches concerning mental health issues in the religious population, especially in the monastic one. (Durà-Vilà et al., 2010).

The purpose of this research was the study of spirituality, loneliness and depression in relation to the five factor model of personality in two quite different populations, monks / nuns and the unemployed. The aim was to explore these variables in a sample of monastic population and compare them to a general population sample, such as the unemployed.

The survey was conducted on a sample of 133 unemployed and 46 monks and nuns from various monasteries in the country. The questionnaires used were, Questionnaire of Self Evaluated Depressive Symptomatology (QD2. Pichot, 1984), the NEO-Five Factor Inventory (NEO-FFI), (Costa & McCrae, 1992), the Spiritual Transcendence scale from ASPIRES questionnaire (Piedmont 2004a), and the Revised UCLA loneliness scale (Russell, 1996).

From the survey results, it appears that the unemployed have significantly higher levels of depressive symptomatology and loneliness in relation to the monks, and significantly lower levels of spirituality. Our assumption that the neuroticism will be positively associated with depression and loneliness confirmed and the hypothesis of a negative correlation of spirituality and depressive symptomatology was rejected for both samples. Finally, the correlation of spirituality and its dimensions, with the five factors of personality, displays a different perspective for the two samples.

The results are discussed in relation to the possible different perception and meaning of spirituality from the general and the religious population, and we discuss the observed differences in the two samples.

**KEY WORDS:** spirituality, depression, loneliness, personality, unemployed, monks, nuns.

## ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

<b>ΜΕΡΟΣ Ι: ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ.....</b>	<b>7</b>
1. ΑΝΕΡΓΙΑ .....	7
1.1. ΑΝΕΡΓΙΑ ΚΑΙ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ .....	8
1.2. ΑΝΕΡΓΙΑ & ΜΟΝΑΞΙΑ .....	10
1.3. ΑΝΕΡΓΙΑ & ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ.....	11
1.4. ΑΝΕΡΓΙΑ & ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ.....	13
2. ΜΟΝΑΧΙΣΜΟΣ.....	15
2.1. ΜΟΝΑΧΙΣΜΟΣ & ΜΟΝΑΞΙΑ.....	16
2.2. ΜΟΝΑΧΙΣΜΟΣ & ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ.....	17
2.3. ΜΟΝΑΧΙΣΜΟΣ & ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ .....	18
2.4. ΜΟΝΑΧΙΣΜΟΣ & ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ.....	19
3. ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ & ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ .....	20
4. ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ & ΜΟΝΑΞΙΑ .....	22
5. ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ & ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ .....	22
6. ΜΟΝΑΞΙΑ & ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ.....	24
7. ΜΟΝΑΞΙΑ & ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ .....	25
8. ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ & ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ.....	26
9. ΣΥΝΘΕΣΗ – ΥΠΟΘΕΣΕΙΣ .....	27
<b>ΜΕΡΟΣ ΙΙ: ΜΕΘΟΔΟΣ .....</b>	<b>30</b>
1. ΔΕΙΓΜΑ .....	30
2. ΨΥΧΟΜΕΤΡΙΚΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ .....	30
3. ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ .....	35
<b>ΜΕΡΟΣ ΙΙΙ: ΕΥΡΗΜΑΤΑ .....</b>	<b>37</b>
1. ΠΑΡΑΓΟΝΤΙΚΗ ΔΟΜΗ & ΑΝΑΛΥΣΗ ΑΞΙΟΠΙΣΤΙΑΣ ΤΩΝ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΩΝ.....	37
2. Η ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑ ΣΤΟ ΔΕΙΓΜΑ ΤΩΝ ΑΝΕΡΓΩΝ.....	37
4. ΣΧΕΣΕΙΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ ΚΑΙ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ.....	45
5. ΣΧΕΣΕΙΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ ΚΑΙ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ.....	46
6. ΣΧΕΣΕΙΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΠΕΝΤΕ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ .	47
7. ΣΧΕΣΕΙΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ, ΜΟΝΑΞΙΑΣ ΚΑΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ .....	49
8. ΠΡΟΒΛΕΨΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ. ....	51
8.1. ΠΡΟΒΛΕΨΗ ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑΣ ΣΤΟ ΔΕΙΓΜΑ ΤΩΝ ΑΝΕΡΓΩΝ. ....	51

8.2. ΠΡΟΒΛΕΨΗ ΜΟΝΑΞΙΑΣ ΣΤΟ ΔΕΙΓΜΑ ΤΩΝ ΑΝΕΡΓΩΝ.....	52
8.3. ΠΡΟΒΛΕΨΗ ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑΣ ΣΤΟ ΔΕΙΓΜΑ ΤΩΝ ΜΟΝΑΧΩΝ.....	53
8.4. ΠΡΟΒΛΕΨΗ ΤΗΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ ΣΤΟ ΔΕΙΓΜΑ ΤΩΝ ΜΟΝΑΧΩΝ.....	53
<b>ΜΕΡΟΣ IV: ΣΥΖΗΤΗΣΗ .....</b>	<b>55</b>
1. Η ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑ ΣΤΟ ΔΕΙΓΜΑ ΤΩΝ ΑΝΕΡΓΩΝ.....	55
2. ΣΥΓΚΡΙΣΕΙΣ ΜΕΣΩΝ ΟΡΩΝ ΜΕΤΑΞΥ ΑΝΕΡΓΩΝ ΚΑΙ ΜΟΝΑΧΩΝ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ, ΤΗΝ ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑ, ΤΗ ΜΟΝΑΞΙΑ ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΤΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ.....	56
3. ΣΧΕΣΕΙΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ ΚΑΙ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ.....	59
4. ΣΧΕΣΕΙΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ ΚΑΙ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ.....	60
5. ΣΧΕΣΕΙΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΠΕΝΤΕ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΤΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ.....	61
6. ΣΧΕΣΕΙΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ, ΜΟΝΑΞΙΑΣ ΚΑΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ ...	63
7. ΠΡΟΒΛΕΨΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ.....	64
8. ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ ΕΡΕΥΝΑΣ.....	66
9. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ.....	67
<b>ΜΕΡΟΣ V: ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ .....</b>	<b>69</b>
<b>ΜΕΡΟΣ VI: ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ .....</b>	<b>78</b>
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α: ΠΑΡΑΓΟΝΤΙΚΗ ΔΟΜΗ & ΑΝΑΛΥΣΗ ΑΞΙΟΠΙΣΤΙΑΣ ΤΩΝ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΩΝ.....	78
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Β: ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΑ.....	91

# **ΜΕΡΟΣ Ι: ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ**

## **1. ΑΝΕΡΓΙΑ**

Η ανεργία, στη σημερινή εποχή, αναδεικνύεται σε ένα σοβαρό κοινωνικό πρόβλημα, αν λάβει κανείς υπόψη του τις παρούσες οικονομικές, πολιτικές και κοινωνικές συνθήκες, οι οποίες έχουν οδηγήσει σε τεράστια αύξηση τα ποσοστά ανεργίας στις περισσότερες χώρες της Ευρώπης, με την Ελλάδα να είναι μια από τις χώρες που έχει πληγεί περισσότερο από το 2008 και έπειτα (Madianos et al., 2011).

Η εργασία, αποτελεί τον τρόπο που ο άνθρωπος μπορεί να εξασφαλίσει την κάλυψη των βασικών του αναγκών, όπως τροφή και στέγη, τη δόμηση του χρόνου του κατά την διάρκεια της ημέρας, αλλά και την προσφορά του στην κοινωνία. Πέραν αυτών όμως, συμβάλλει στην εικόνα του ανθρώπου ορίζοντάς τον, δίνοντας του ρόλο και ιδιότητα, αλλά και εντάσσοντας τον στην κοινωνική ομάδα μέσα στην οποία κινείται. Καταρχάς, οι άνθρωποι τείνουν να ορίζουν τον εαυτό τους με βάση το επάγγελμα τους και να συστήνονται με αυτή τους την ιδιότητα. Επίσης, προσφέρει στο άτομο ένα σταθερό εισόδημα, απαραίτητο για την ευζωία τη δική του, αλλά και της οικογένειάς του, ενώ δομεί την καθημερινή του ρουτίνα (Sadeh & Karniol, 2012). Η απώλεια της εργασίας λοιπόν, αποτελεί ένα σημαντικό πλήγμα για ένα άτομο, που επιδρά σύνθετα στη σωματική και ψυχική του ευεξία (Smari et al., 1997).

Σύμφωνα με το μοντέλο της Jahoda (1981), η ψυχική δυσφορία που βιώνουν οι άνεργοι, αποτελεί ουσιαστικά τη συνέπεια της έλλειψης των πέντε βασικών λειτουργιών που προσφέρει η εργασία, δηλαδή τη δόμηση χρόνου, τις κοινωνικές επαφές, το συλλογικό σκοπό, το κοινωνικό στάτους και τη δραστηριότητα. Οι λειτουργίες αυτές ανταποκρίνονται, σε κάποιες βασικές ψυχολογικές ανάγκες του ανθρώπου, που μόνο η εργασία μπορεί να καλύψει, ενώ αντίθετα η ανεργία οδηγεί σε μια κατάσταση αποστέρησης, που καταλήγει στην ψυχική δυσφορία.

Ένα άλλο μοντέλο που έχει προσπαθήσει να περιγράψει τις επιπτώσεις της ανεργίας στην υγεία είναι αυτό του Warr (1987, 2007), ο οποίος πρότεινε το «μοντέλο της βιταμίνης». Το μοντέλο του Warr εξηγεί την αρνητική επίδραση της ανεργίας μέσω της θεωρίας του «φτωχότερου» περιβάλλοντος του ανέργου (Warr 2007). Σύμφωνα με

τον ίδιο, η ψυχική υγεία μπορεί να επηρεαστεί από το περιβάλλον με έναν τρόπο ανάλογο με αυτόν που η φυσική κατάσταση επηρεάζεται από τη διαθεσιμότητα βιταμινών. Ο Wang πρότεινε ότι τα περιβαλλοντικά στοιχεία της εργασίας είναι σημαντικά για την ψυχική υγεία, όπως οι βιταμίνες για τη φυσική υγεία. Αυτό σημαίνει ότι η απουσία τους οδηγεί σε ψυχική φθορά, αλλά και η παρουσία τους πάνω από κάποια επίπεδα, δεν προσφέρει περαιτέρω βελτίωση.

Όλα τα παραπάνω, καταδεικνύουν λοιπόν, αφενός τη σημασία της ύπαρξης εργασίας, και αφετέρου το φάσμα των επιπτώσεων της ανεργίας για την ψυχική υγεία του ανθρώπου δεδομένου του ότι ο μέσος όρος των ατόμων που έχουν ψυχολογικά προβλήματα είναι υπερδιπλάσιος για τους ανέργους (34%), συγκρινόμενος με τα άτομα που εργάζονται (16%) (Paul & Moser, 2009).

## **1.1. ΑΝΕΡΓΙΑ ΚΑΙ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ**

Σε πλήθος ερευνών, η οικονομική δυσχέρεια, και γεγονότα όπως, η απώλεια της εργασίας, της περιουσίας και η γενικότερη οικονομική δυσπραγία, έχουν συνδεθεί με αυξημένα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας ή και κατάθλιψης (Madianos et al., 2011, Lee et al., 2010)

Η κατάθλιψη, αποτελεί μια από τις συχνότερες διαταραχές στον ενήλικο πληθυσμό, ενώ συνδέεται με σημαντική έκπτωση της λειτουργικότητας των ασθενών. Σύμφωνα με τον παγκόσμιο οργανισμό υγείας (WHO), έχει υπολογιστεί ότι παγκοσμίως, κάθε χρόνο, περίπου 34 εκατομμύρια καταθλιπτικοί ασθενείς παραμένουν χωρίς θεραπεία (Richards, 2011). Σύμφωνα με το διαγνωστικό και στατιστικό εγχειρίδιο ψυχικών διαταραχών (DSM – IV – TR, APA 2000) η κατάθλιψη, παρουσιάζεται με μια σειρά από συγκεκριμένα συμπτώματα με συγκεκριμένη χρονική διάρκεια. Πιο συγκεκριμένα, κάποιος ασθενής, για να διαγνωσθεί με μείζον καταθλιπτικό επεισόδιο, πρέπει να παρουσιάζει τουλάχιστον πέντε διαφορετικά από τα αναφερόμενα συμπτώματα με διάρκεια τουλάχιστον δύο συνεχόμενων εβδομάδων, τα οποία να αντιπροσωπεύουν μια σημαντική αλλαγή στην λειτουργικότητα του ατόμου. Τα κυριότερα από τα συμπτώματα αυτά περιλαμβάνουν, καταθλιπτική – θλιμμένη διάθεση, απώλεια ενδιαφέροντος για τις περισσότερες δραστηριότητες του ατόμου, διαταραχές στον ύπνο και τη διατροφή, αισθήματα ενοχής και απαξίας για τον εαυτό και



αυτοκτονικές σκέψεις και ιδεασμούς (Richards, 2011). Πέραν του μείζονος καταθλιπτικού επεισοδίου, το διαγνωστικό και στατιστικό εγχειρίδιο ψυχικών διαταραχών (DSM – IV – TR, APA 2000), περιλαμβάνει στις διαταραχές της διάθεσης και μια πιο χρόνια κατάσταση μικρότερης επικινδυνότητας, η οποία ονομάζεται δυσθυμική διαταραχή. Για την διάγνωση της διαταραχής αυτής, πρέπει να υπάρχουν παρόντα συμπτώματα καταθλιπτικής – θλιμμένης διάθεσης το μεγαλύτερο μέρος της ημέρας, και τουλάχιστον δύο από τα κάτωθι: ανορεξία, αϋπνία, χαμηλή ενεργητικότητα, χαμηλή αυτοεκτίμηση, έλλειψη συγκέντρωσης, αισθήματα απελπισίας. Η παρουσία των παραπάνω συμπτωμάτων πρέπει να υπάρχει για τουλάχιστον 2 έτη. Εάν το άτομο παρουσιάζει εξάλειψη των συμπτωμάτων για 2 μήνες ή περισσότερο, δεν δύναται να λάβει την παραπάνω διάγνωση (Richards, 2011).

Βιβλιογραφικά, οι αναφερόμενες ψυχολογικές επιπτώσεις της ανεργίας έχουν να κάνουν κυρίως με καταθλιπτική συμπτωματολογία, άγχος, αγωνία, ψυχοσωματικά συμπτώματα, χαμηλή υποκειμενική ευεξία και χαμηλή αυτοεκτίμηση (Paul & Moser, 2009), με την καταθλιπτική συμπτωματολογία να είναι ίσως, η πιο πολυμελετημένη συνέπεια της ανεργίας (Murphy, 1999). Η καταθλιπτική συμπτωματολογία αλλά και η κατάθλιψη, δείχνει να συνδέεται με την οικονομική δυσπραγία ιδιαίτερα σε άτομα που βρίσκονται σε μειονεκτική θέση όπως άνεργοι, άτομα με χαμηλή μόρφωση, μετανάστες, διαζευγμένοι και χήρου/χήρες (Madianos et al., 2011). Το να βρεθεί κανείς αντιμέτωπος με την απώλεια εργασίας, φαίνεται πως αυξάνει αισθητά τις πιθανότητες να αναπτύξει καταθλιπτική συμπτωματολογία ή και μείζον καταθλιπτικό επεισόδιο 6 μήνες αργότερα, ακόμη και αν δεν έχει κανένα ιστορικό καταθλιπτικού επεισοδίου στο παρελθόν (Jefferis et al., 2011, Paul & Moser, 2009). Αντίθετα, η καταθλιπτική συμπτωματολογία μειώνεται όταν το άτομο επανέρχεται στην εργασία, ιδιαίτερα όταν η εργασία αυτή είναι πλήρους απασχόλησης και σχετικά μόνιμη (Kim et al, 2013). Σε μεγαλύτερο κίνδυνο, βρίσκονται οι μακροχρόνια άνεργοι οι οποίοι φαίνεται να έχουν περισσότερα επεισόδια καταθλιπτικής διάθεσης, αλλά και καταθλιπτικής συμπτωματολογίας κατά τη διάρκεια της ανεργίας τους (Stankunas et al., 2006). Το παραπάνω, διαφαίνεται και από το γεγονός πως υπερτριπλάσιο ποσοστό μακροχρόνια ανέργων (38,5%) φαίνεται να πάσχουν από καταθλιπτικές διαταραχές, σε σχέση με το αντίστοιχο ποσοστό στον γενικό πληθυσμό (10,7%) (Liwowsky et al., 2009). Επιπρόσθετα, οι άνεργοι που στο παρελθόν είχαν περισσότερα διαστήματα ανεργίας, βρίσκονται σε μεγαλύτερο κίνδυνο για καταθλιπτική συμπτωματολογία, και σε ακόμη μεγαλύτερο οι άντρες,

(Mossakowski, 2009), γεγονός που θα μπορούσε να εξηγηθεί από το γεγονός ότι οι άνεργοι άντρες είναι περισσότερο στιγματισμένοι για κοινωνικούς λόγους, αλλά και λόγω του ότι η απώλεια του ρόλου του εργαζόμενου, κοστίζει περισσότερο στους άντρες, ιδιαίτερα στους μεσήλικες (Jang et al., 2009). Σε δυσχερέστερη κατάσταση, βρίσκονται οι άνεργοι που προέρχονται από χαμηλό κοινωνικοοικονομικό επίπεδο, εκείνοι που δεν έχουν κοινωνική υποστήριξη, οι νεαροί όπως επίσης και οι μεγαλύτεροι σε ηλικία (άνω των 50) (Paul & Moser, 2009). Τέλος, φαίνεται, πως ενώ η αυξανόμενη ανεργία σε μια περιοχή επηρεάζει αρνητικά τους εργαζόμενους, δείχνει να επηρεάζει θετικά τους ανέργους, καθώς η επίδραση του κοινωνικού στίγματος μειώνεται και αυξάνεται η κοινωνική υποστήριξη, λόγω του γεγονότος ότι ο άνεργος πληθυσμός αποτελεί ένα μεγάλο κομμάτι του υπόλοιπου πληθυσμού (Clark, 2003).

## **1.2. ANEΡΓΙΑ & ΜΟΝΑΞΙΑ**

Άλλη μια συνέπεια που φαίνεται να προκαλείται από την ανεργία είναι αυτή της κοινωνικής απομόνωσης, της μοναξιάς και του στίγματος, ως αποτέλεσμα της χαμηλής οικονομικής κατάστασης, της απώλειας της κοινωνικής θέσης, και της συνακόλουθης χαμηλής αυτοεκτίμησης (Leeflang et al., 1992, Mc Kee et al., 2005, Witte et al., 2012).

Η μοναξιά, αποτελεί μια έννοια που τη συναντά κανείς στη βιβλιογραφία είτε από μόνη της, είτε ως σύμπτωμα και μέρος ενός άλλου προβλήματος όπως για παράδειγμα η κατάθλιψη, το άγχος και ο αυτοκτονικός ιδεασμός (McWhirter, 1990). Ως μοναξιά δεν νοείται απαραίτητα το να είναι κανείς μόνος, καθώς μπορεί να υπάρξει ανεξάρτητα από την παρουσία κοινωνικών σχέσεων. Εμφανίζεται και βιώνεται επειδή οι υπάρχουσες σχέσεις, δεν ικανοποιούν ποσοτικά και κυρίως ποιοτικά το άτομο (McWhirter, 1990). Παρόλα αυτά, αποτελεί σίγουρα μια οδυνηρή εμπειρία για τον άνθρωπο, που συχνά συνοδεύεται από αισθήματα περιθωριοποίησης, θλίψης, άγχους, ενώ σχετίζεται θετικά με έλλειψη κοινωνικών δεξιοτήτων, ντροπαλότητα, φόβους απόρριψης, αρνητική αυτοαξιολόγηση και αυτοεικόνα, αισθήματα δυστυχίας, ανία και αγχώδεις διαταραχές (Cohen & McKay, 1984 στο McWhirter, 1990). Επίσης, το υποκειμενικό αίσθημα μοναξιάς, φαίνεται να σχετίζεται με χαμηλό αίσθημα υγείας, σωματικής και ψυχικής αλλά και με μεγαλύτερο αριθμό χρόνιων νοσημάτων (Cacioppo et al., 2005). Ένας διαχωρισμός σε τύπους μοναξιάς, είναι αυτός που αναφέρεται σε κοινωνική και

συναισθηματική μοναξιά, όπου η πρώτη αφορά την έλλειψη κοινωνικού δικτύου μέσω του οποίου κάποιος μοιράζεται κοινά ενδιαφέροντα και δραστηριότητες, και η δεύτερη σε πιο προσωπικές, στενές σχέσεις (Creed & Reynolds, 2001).

Σε ότι έχει να κάνει με την ανεργία, μια από τις επιπτώσεις της, είναι η κοινωνική απομόνωση που προκύπτει από το γεγονός ότι οι άνθρωποι που χάνουν την εργασία τους απομακρύνονται από ένα κομμάτι του κοινωνικού τους δικτύου που έχει να κάνει με τη δουλειά και τους συνεργάτες, και αισθάνονται απομόνωση και απόρριψη (Leeflang et al., 1992). Η απώλεια της εργασίας, ωθεί το άτομο στην απώλεια των κοινωνικών του επαφών, επηρεάζοντας την ταυτότητα του, και ωθώντας το πολλές φορές στην βίωση ντροπής για την μη εκπλήρωση των κοινωνικών απαιτήσεων (Ali et al., 2012). Έτσι, η ανεργία οδηγεί συχνά στην έλλειψη πόρων αλλά και ενδιαφέροντος για κοινωνικοποίηση και την απομάκρυνση του ατόμου από κοινωνικές δραστηριότητες που έχουν να κάνουν με την εργασία, κάτι που δημιουργεί ακόμη λιγότερες πιθανότητες στον άνεργο για εύρεση εργασίας (Jones, 1991). Πέραν όμως των έμμεσων δυσμενών επιπτώσεων της μοναξιάς, υπάρχουν και άμεσες επιπτώσεις στους ανέργους. Φαίνεται λοιπόν πως η μοναξιά σχετίζεται με κακή υποκειμενική υγεία, καταθλιπτική συμπτωματολογία και σωματικά συμπτώματα, κάτι που καταδεικνύει πως το αίσθημα μοναξιάς και η αντιλαμβανόμενη υποβαθμισμένη κοινωνική θέση οδηγούν σε μια γενικευμένη κακή υγεία (Leeflang et al., 1992). Τέλος, φαίνεται πως η μοναξιά και το αίσθημα χαμηλής κοινωνικής υποστήριξης, αποτελεί παράγοντα που οξύνει το γενικότερο στρες που προκύπτει από την κατάσταση της ανεργίας (Witte et al., 2012).

### **1.3. ΑΝΕΡΓΙΑ & ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ**

Η πνευματικότητα, αποτελεί μια έννοια η οποία έχει μελετηθεί αρκετά τα τελευταία χρόνια (Piedmont, 2001), και για την μέτρηση της οποίας έχουν αναπτυχθεί πολλά ψυχομετρικά εργαλεία. Οι έρευνες που πραγματεύονται την πνευματικότητα είναι πολλές, όμως σε πολλές περιπτώσεις, δεν υπάρχει συμφωνία στο νόημα και τη σημασία του όρου «πνευματικότητα» και την διαφοροποίηση της, ή μη, από την θρησκευτικότητα. Έτσι, κάποιες φορές, βλέπουμε η πνευματικότητα να αντιμετωπίζεται και να χρησιμοποιείται ενιαία με τον όρο θρησκευτικότητα, αλλά και άλλες, οι δύο

αυτοί όροι να διαφοροποιούνται πλήρως ως ανεξάρτητοι μεταξύ τους (Saucier & Skrzypińska, 2006).

Στην συγκεκριμένη έρευνα, η πνευματικότητα ορίζεται με βάση την θεώρηση του Piedmont (1999, 2001, 2009) σύμφωνα με τον οποίο, είναι η προσπάθεια του ανθρώπου να ερμηνεύσει και να νοηματοδοτήσει την ύπαρξη του έχοντας γνώση της θνητότητας του. Σύμφωνα με τον ίδιο, η πνευματικότητα και πιο συγκεκριμένα η πνευματική υπέρβαση, συμβάλλει στην κατανόηση της ανθρώπινης εμπειρίας, καθώς μέσα από τις αναζητήσεις που αφορούν την ανθρώπινη ύπαρξη, ο άνθρωπος μπορεί να δει την ζωή σε ένα ευρύτερο πλαίσιο. Η πνευματική υπέρβαση είναι ένα ευρύτερο πεδίο στο οποίο η θρησκευτικότητα εμπεριέχεται, με την έννοια ότι όλες οι θρησκευτικές παραδόσεις, καλούν ανθρώπους να αναγνωρίσουν τους περιορισμούς της ανθρώπινης ύπαρξης και να αναλογιστούν τις διαστάσεις της ανθρώπινης φύσης (Piedmont et al., 2009). Βέβαια, η πνευματικότητα μπορεί να υπάρχει τελείως ανεξάρτητα από κάποια θρησκεία, ακόμη και σε κάποιον άθεο, ο οποίος αναζητά εκτός της θρησκείας η οποιοδήποτε «Θεού», το νόημα και το σκοπό της ζωής, αγωνιζόμενος με πνευματικά ζητήματα που καθόλου δεν έχουν να κάνουν με την πίστη σε μια θρησκεία (Bryant, 2007). Σύμφωνα με τον Piedmont, η πνευματικότητα περιλαμβάνει τρεις διαστάσεις οι οποίες είναι: ικανοποίηση από προσευχή, καθολικότητα και συνδετικότητα. Η διάσταση της ικανοποίησης από προσευχή, αναφέρεται στην σε συναισθήματα ικανοποίησης και χαράς που κάποιος αισθάνεται στα πλαίσια της επικοινωνίας του με κάποια ανώτερη πραγματικότητα. Έτσι, κάποιος με υψηλό σκορ στη διάσταση αυτή, φαίνεται πως είναι ένα άτομο που αφιερώνει χρόνο και χώρο στην επικοινωνία με κάποια ανώτερη πραγματικότητα με την οποία συνδέεται και μέσω της οποίας, αντλεί θετικά συναισθήματα. Η διάσταση της καθολικότητας, αναφέρεται στην πίστη που κάποιος μπορεί να έχει για την ενωτική φύση της ζωής. Κάποιος με υψηλά επίπεδα καθολικότητας είναι ένα άτομο που πιστεύει πως όλοι στη ζωή είμαστε ένα ευρύτερο όλο με έναν κοινό σκοπό που μας ενώνει. Η συνδετικότητα, αναφέρεται στο αίσθημα σύνδεσης που έχει το ίδιο το άτομο με την ανθρώπινη πραγματικότητα. Έτσι, το άτομο αισθάνεται ότι ανήκει σε ένα ευρύτερο σύνολο της ανθρωπότητας που περιλαμβάνει όλες τις γενεές και τις ομάδες και ότι αποτελεί ένα σημαντικό μέρος της αλυσίδας της ζωής, απέναντι στην οποία βιώνει ένα αίσθημα ευθύνης (Piedmont & Kennedy, 2008).

Η πνευματικότητα, έχει κατ' εξακολούθηση συνδεθεί με την ευζωία και την ψυχική ευεξία. Συγκεκριμένα, φαίνεται ότι οι άνθρωποι με υψηλά επίπεδα

πνευματικότητας, έχουν λιγότερα σωματικά και καταθλιπτικά συμπτώματα και υψηλότερα επίπεδα ψυχικής ευημερίας (Lawler-Row & Elliott, 2009). Ειδικά σε ότι έχει να κάνει με τις ψυχολογικές επιπτώσεις της ανεργίας και την πνευματικότητα, η ερευνητική βιβλιογραφία είναι περιορισμένη. Με βάση όμως τα υπάρχοντα δεδομένα, φαίνεται πως η πνευματικότητα αποτελεί παράγοντα που μετριάξει τις αρνητικές επιπτώσεις της ανεργίας στην υγεία και ψυχική ευημερία των ανθρώπων (Muller et al., 2004). Πιο συγκεκριμένα, η ικανοποίηση από την προσευχή, δείχνει να σχετίζεται με την ψυχική ευημερία των ανέργων, αλλά και η πνευματικότητα γενικά, με την κοινωνική στήριξη και την αίσθηση συλλογικού σκοπού. Τα παραπάνω, καταδεικνύουν πως η πνευματικότητα παρέχει στους ανέργους ένα τρόπο να αναπληρώνουν τα ψυχολογικά οφέλη που σε διαφορετική περίπτωση θα παρείχε η αμειβόμενη εργασία, κάτι που σημαίνει πως τα υψηλά επίπεδα πνευματικότητας μπορούν να μειώσουν την κοινωνική απομόνωση, την έλλειψη σκοπού και άλλες αρνητικές συνέπειες που προκύπτουν από την απώλεια της εργασίας (Muller et al., 2004). Αντίστοιχα αποτελέσματα φαίνεται να υπάρχουν και με τον όρο «θρησκευτικότητα», καθώς τα δεδομένα δείχνουν πως η θρησκευτική πίστη, μετριάξει τις αρνητικές επιπτώσεις ενός τόσο στρεσογόνου παράγοντα όπως η ανεργία και πως οι δραστηριότητες που σχετίζονται με την θρησκευτική πίστη εντείνουν το συναίσθημα του ανήκειν, δυναμώνουν τις οικογενειακές σχέσεις και βοηθάνε στην διατήρηση προσωπικής ταυτότητας, που πλήττεται από την ανεργία (Shams & Jackson, 1993). Έτσι σε ένα γενικότερο επίπεδο που αφορά την εργασιακή ανασφάλεια και την ανεργία, η πνευματικότητα φαίνεται να μειώνει το αντιλαμβανόμενο στρες, να βοηθάει το άτομο να αποδώσει την αρνητική κατάσταση σε κάποιο ανώτερο σκοπό – μειώνοντας τα αρνητικά συναισθήματα και να βοηθάει στην ανάπτυξη εναλλακτικών τρόπων αντιμετώπισης σε συναισθηματικό και πρακτικό επίπεδο (Probst, & Strand, 2010).

#### **1.4. ΑΝΕΡΓΙΑ & ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ**

Πολλές προσπάθειες έχουν γίνει διαχρονικά με στόχο την αποκάλυψη εκείνων των στοιχείων που δομούν την προσωπικότητα του ανθρώπου. Η πιο πολυσυζητημένη θεωρία των τελευταίων ετών, είναι αυτή του μοντέλου των πέντε παραγόντων της προσωπικότητας (Five Factor Theory).

Το συγκεκριμένο μοντέλο, εστιάζει σε πέντε συγκεκριμένους παράγοντες που δομούν την προσωπικότητα και οι οποίοι σύμφωνα με αυτό είναι: «εξωστρέφεια», «προσήνεια», «ευσυνειδησία», «νευρωτισμός» και «δεκτικότητα στην εμπειρία» (McCrae & Costa, 2008). Ο παράγοντας της εξωστρέφειας, αναφέρεται στην τάση να είναι κανείς κοινωνικός, ενεργητικός, φιλόδοξος, διεκδικητικός, με θετικά συναισθήματα ενώ κάποιος με πολύ χαμηλό σκορ στον παράγοντα αυτό, θα περιγραφόταν ως εσωστρεφής, σοβαρός, μαζεμένος και με λίγους ανθρώπους δίπλα του. Η προσήνεια αναφέρεται στο να είναι κανείς συνεργατικός και βοηθητικός, με αλtruισμό και σεμνότητα, ένα άτομο που κανείς μπορεί να εμπιστευθεί, και σαν χαρακτηριστικό φαίνεται να συνδέεται στενά με ανθρωπιστικές πτυχές του χαρακτήρα. Κάποιος με πολύ χαμηλά επίπεδα προσήνειας, θα περιγραφόταν με όρους όπως, εχθρότητα, αδιαφορία, εγωκεντρισμός και μοχθηρία. Η ευσυνειδησία είναι ένα παράγοντας που αναφέρεται σε ένα άτομο που τείνει να είναι επιμελής και αποφασιστικό, με οργάνωση και πειθαρχία το οποίο κυνηγάει την επιτυχία, έχοντας ισχυρούς στόχους. Ο νευρωτισμός σε υψηλά επίπεδα, αναφέρεται σε κάποιον που τείνει να βιώνει αρνητικά συναισθήματα, ένα άτομο ευαίσθητο, αγχώδες και παρορμητικό, ευπαθές σε συναισθήματα θλίψης και θυμού. Αντίθετα κάποιος με χαμηλό νευρωτισμό, αισθάνεται ασφαλής και μπορεί να παραμείνει ήρεμος ακόμη και σε δύσκολες συνθήκες. Τέλος η δεκτικότητα στην εμπειρία αναφέρεται σε μια τάση για βίωση διαφορετικών εμπειριών, δεκτικότητα σε νέες ιδέες, υψηλά επίπεδα φαντασίας και αισθητικής, δημιουργικότητα και περιέργεια. Τα χαμηλά επίπεδα δεκτικότητας στην εμπειρία περιγράφουν ένα άτομο ρεαλιστικό, πρακτικό και «παραδοσιακό» (McCrae & John, 1992, Krueger et al., 2006). Το μοντέλο αυτό, περιγράφει την αλληλεπίδραση της βιολογίας, του περιβάλλοντος και της κουλτούρας του ανθρώπου, μέσω της οποίας, προκύπτει η ανάπτυξη συνηθειών, στάσεων και αξιών που καταλήγουν να συνθέτουν την προσωπικότητα (Allik & McCrae, 2002). Οι παραπάνω πέντε παράγοντες, είναι τάσεις των ατόμων, να αισθάνονται, να σκέφτονται και να συμπεριφέρονται, με βιολογικές ρίζες, ενώ φαίνεται να είναι αρκετά σταθερές σε φυσιολογικούς ενήλικες (McCrae & John, 1992).

Τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας φαίνεται να παίζουν σημαντικό ρόλο στο πως οι άνθρωποι ανταποκρίνονται σε σημαντικά γεγονότα της ζωής τους (Yap et al., 2012). Συγκεκριμένα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας δείχνουν να σχετίζονται περισσότερο με την ευημερία των ανθρώπων, όπως για παράδειγμα η εξωστρέφεια

(Headey, 2008) ή όπως ο νευρωτισμός που δείχνει να σχετίζεται με λιγότερο λειτουργικές αντιδράσεις σε αρνητικά γεγονότα ζωής (Gross et al., 1998). Ειδικά για την κατάσταση της ανεργίας, που συνδέεται άμεσα με την αποστέρηση βασικών οφελών, φαίνεται πως ο νευρωτισμός παίζει βασικό αρνητικό ρόλο στην ανάκτηση της ευημερίας των ανθρώπων που χάνουν τα παραπάνω οφέλη (Creed & Evans, 2002). Επίσης, η δεκτικότητα στην εμπειρία σχετίζεται με περισσότερα διαστήματα ανεργίας, η εξωστρέφεια και η ευσυνειδησία με λιγότερα διαστήματα ανεργίας και ο νευρωτισμός με λιγότερες πιθανότητες να βγει κάποιος από την κατάσταση της ανεργίας (Viinikainen & Kokko, 2012). Ειδικά με ότι έχει να κάνει με το νευρωτισμό, φαίνεται πως οι άνεργοι που έχουν υψηλά σκορ σε αυτό τον παράγοντα, αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην οργάνωση του χρόνου τους στον οποίο αδυνατούν να δώσουν κάποια προοπτική, ανησυχούν ιδιαίτερα για το μέλλον, και έχουν αμφιβολίες για την έξοδο από την κατάσταση της ανεργίας (Van Hove & Lootens, 2013). Επιπλέον, τα δεδομένα δείχνουν πως οι άνεργοι με χαμηλό νευρωτισμό και υψηλά επίπεδα ευσυνειδησίας έχουν μικρότερα διαστήματα ανεργίας και είναι πιο πιθανό να βρουν γρηγορότερα και να διατηρήσουν μια εργασία, ενώ συγκεκριμένα για τις γυναίκες, σημαντικό ρόλο σε αυτό παίζει και η δεκτικότητα στην εμπειρία (Uysal & Pohlmeier, 2011). Τα παραπάνω, δείχνουν πως ο τρόπος αντιμετώπισης μιας κατάστασης όπως η ανεργία, επηρεάζεται από τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας, τα οποία αντανακλούν το πώς κανείς χειρίζεται ένα τέτοιο γεγονός (Uysal & Pohlmeier, 2011).

## **2. ΜΟΝΑΧΙΣΜΟΣ**

Ο μοναχισμός ιστορικά υπολογίζεται ότι εμφανίστηκε περίπου τον 4<sup>ο</sup> αιώνα, και αποτελεί μέρος της θρησκείας, σε πολλές χώρες και πολιτισμούς, ενώ ως πληθυσμός δεν έχει μελετηθεί ιδιαίτερα, αν εξαιρέσει κανείς κάποιες λίγες έρευνες που υπάρχουν στην βιβλιογραφία.

Οι μορφές του μοναχισμού είναι δύο, ο αναχωρητικός και ο κοινοβιακός μοναχισμός, όπου η πρώτη περίπτωση, αναφέρεται σε μια ασκητική μορφή μοναχισμού και η δεύτερη σε μια πιο οργανωμένη μορφή μοναχικού βίου με βασικά κοινά στοιχεία και για τις δύο, την απλότητα στον τρόπο ζωής και την απάρνηση του γάμου και της οικογένειας (Joest, 2010). Η λέξη «μοναχός» παραπέμπει σε κάποιον που ζει μόνος του,

μακριά από την κοινωνία, αλλά εκτός αυτού, ο μοναχός είναι ένας άνθρωπος που έχει αφιερώσει τη ζωή του στο Θεό (Joest, 2010). Στα κοινοβιακά μοναστήρια, υπάρχει ο ηγούμενος/ηγουμένη που είναι και ο πνευματικός πατέρας/μητέρα, οι μοναχοί, και οι δόκιμοι, εκ των οποίων ένας πολύ μικρός αριθμός τελικά ακολουθεί τη μοναστική ζωή (Bruder, 1998). Στα μοναστήρια, καλλιεργούν λαχανικά, φρούτα, έχουν ζώα και με τον τρόπο αυτό, ζουν με αυτάρκεια, έχοντας αφήσει τα εγκόσμια επαγγέλματα και τις όποιες ανησυχίες πίσω τους (Durà-Vilà et al., 2010). Οι μοναχοί ορκίζονται σε αγνότητα, ακτημοσύνη και υπακοή, ενώ προσπαθούν να μάχονται καθημερινά μέσω των προσευχών τους την ιδιοτέλεια, τον εγωκεντρισμό και τα ανθρώπινα «πάθη» (Haddad, 1986). Επίσης, διαχωρίζουν την ύπαρξη τους, στον παλιό ψεύτικο εαυτό τους πριν το μοναχισμό, και στον νέο αληθινό εαυτό, όπου στόχος είναι η προσωπική επιθυμία και θέληση να μην υφίσταται, για να αφιερωθεί εξολοκλήρου το άτομο, στην προσπάθεια ένωσης με τον Θεό (Bruder, 1998). Μέσω των παραπάνω διαδικασιών που διέπουν τη μοναστική κουλτούρα, οι μοναχοί/μοναχές, προσπαθούν να αποδομήσουν και να αναδομήσουν τον εαυτό τους προκειμένου να φτάσουν το στόχο της βίωσης της πνευματικής υπέρβασης.

## **2.1. ΜΟΝΑΧΙΣΜΟΣ & ΜΟΝΑΞΙΑ**

Όπως αναφέρθηκε παραπάνω, η λέξη «μοναχισμός», προέρχεται από τη λέξη «μοναχός», που στην κυριολεκτική της έννοια, αναφέρεται σε κάποιον ο οποίος είναι μόνος (Joest, 2010). Οι μοναχοί/μοναχές, κατά μια έννοια είναι μόνοι, αν σκεφτεί κανείς ότι ο τρόπος που ζουν, δεν εμπεριέχει τις στενές οικογενειακές ή διαπροσωπικές σχέσεις των κοσμικών ανθρώπων, ενώ στην πραγματικότητα η πιο στενή τους σχέση είναι αυτή με τον Θεό (Haddad, 1986).

Σε γενικές γραμμές, φαίνεται πως οι άνθρωποι με υψηλά επίπεδα θρησκευτικότητας / πνευματικότητας, βιώνουν λιγότερη μοναξιά (Kirkpatrick et al., 1999). Ειδικά για τον θρησκευτικό και μοναστικό πληθυσμό, που αποτελείται από ανθρώπους που συνδέονται κατεξοχήν με τη θρησκευτικότητα και την πνευματικότητα, υπάρχουν ελάχιστα δεδομένα για το θέμα αυτό. Από τα λίγα δεδομένα που υπάρχουν, φαίνεται πως οι νεαροί άντρες που ακολουθούν θρησκευτικά επαγγέλματα, βιώνουν πιο έντονα επίπεδα μοναξιάς σε σχέση με τους μεγαλύτερους σε ηλικία (DeJong &



Donovan, 1988). Ειδικά για τον μοναστικό πληθυσμό, βρέθηκε μόνο μια έρευνα (Neto & Barros, 2003) μέσω της οποίας δεν εντοπίστηκαν διαφορές σε ότι έχει να κάνει με την επίδραση της θρησκευτικής πίστης στην μοναξιά, ανάμεσα σε φοιτητές και μοναχές (Neto & Barros, 2003). Με βάση τα παραπάνω, η διερεύνηση της μοναξιάς σε μοναχούς / μοναχές ή και γενικότερα σε ανθρώπους που σχετίζονται στενά με τη θρησκεία και την πνευματικότητα, αποτελεί ένα ενδιαφέρον θέμα προς μελέτη.

## **2.2. ΜΟΝΑΧΙΣΜΟΣ & ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ**

Οι έρευνες που αφορούν θέματα ψυχικής υγείας στον θρησκευτικό πληθυσμό και ιδιαίτερα στον μοναστικό, είναι ελάχιστες. Το παραπάνω, μπορεί να εξηγηθεί από το γεγονός ότι διάφοροι μέθοδοι έρευνας μπορεί να γίνουν αντιληπτοί ως ιδιαίτερα παρεμβατικοί (Durgà-Vilà et al., 2010), αν συνυπολογίσει κανείς και τις αυξημένες απαιτήσεις της επιστημονικής ερευνητικής μεθοδολογίας (Hillery, 1992).

Μέσα από σχετικές έρευνες που έχουν γίνει για διάφορα ιατρικά θέματα σε μοναχούς και μοναχές, καταδεικνύεται πως γενικά οι άνθρωποι που ζουν σε θρησκευτικά πλαίσια, πλεονεκτούν σε επίπεδο γνωστικό, συναισθηματικό αλλά και σε θέματα υγείας (Snowdon, 1997, Danner et al., 2001, Yiengprugsawan et al., 2010). Ειδικά για το θέμα της κατάθλιψης τα δεδομένα δεν είναι απόλυτα ξεκάθαρα, ενώ από τις λίγες έρευνες που βρέθηκαν, οι περισσότερες έχουν γίνει με δείγμα ιερέων και όχι μοναχών. Ειδικά για τον πληθυσμό που ζει σε μοναστικές κοινότητες, φαίνεται πως οι άντρες μεγαλύτερης ηλικίας, έχουν υψηλότερα επίπεδα κατάθλιψης, χαμηλότερο αίσθημα προσωπικής ανάπτυξης και λιγότερη ικανοποίηση από την ζωή (Bishop, 2006). Αντίθετα, οι γυναίκες, φαίνεται να έχουν υψηλότερα επίπεδα ικανοποίησης από την ζωή, χαμηλά επίπεδα κατάθλιψης και υψηλό αίσθημα προσωπικής ανάπτυξης (Bishop, 2006). Πάντως, έχει τονιστεί πως οι μοναχοί βρίσκονται στην πιο ευνοϊκή θέση σε ότι έχει να κάνει με θέματα ψυχικής υγείας ανάμεσα σε θρησκευτικούς πληθυσμούς, κάτι που εξηγείται από την ισορροπία εργασίας και πνευματικών δραστηριοτήτων, αλλά και λόγω της γαλήνης και του κοινοβιακού χαρακτήρα, του περιβάλλοντος των μοναστηριών (Virginia, 1998). Μια ενδιαφέρουσα σκοπιά της κατάθλιψης στο μοναστικό πληθυσμό, αναδεικνύεται μέσω της σημασίας νοσηματοδότησης των συμπτωμάτων, ως παθολογικά συμπτώματα μείζονος καταθλιπτικού επεισοδίου ή ως

ένα στάδιο πνευματικής ανάπτυξης (Durà-Vilà et al., 2010). Συγκεκριμένα, φαίνεται πως ο μοναστικός πληθυσμός μπορεί να βρεθεί αντιμέτωπος με πολλές πηγές συναισθηματικής δυσφορίας, που πιθανόν να δημιουργούνται από ενδεχόμενες αμφιβολίες για την επιλογή της μοναστικής ζωής, την παραίτηση από τον γάμο και την γονεϊκότητα, τα πιθανά προβλήματα με την υπόλοιπη μοναστική κοινότητα και την επικρατούσα ιεραρχία, περιβαλλοντικούς παράγοντες, τον φόβο για την απώλεια της πνευματικής ζωής ή μια επικείμενη αρρώστια ή θάνατο (Durà-Vilà et al., 2010). Φαίνεται λοιπόν, πως οι μοναχοί, έρχονται αντιμέτωποι με τέτοιου είδους δυσκολίες και πολλές φορές με επακόλουθα συμπτώματα, που θα οδηγούσαν τους ειδικούς ψυχικής υγείας να δώσουν διάγνωση κατάθλιψης. Όμως οι ίδιοι, νοηματοδοτούν τα συμπτώματα σαν ένα στάδιο για περαιτέρω πνευματική ανάπτυξη και ωριμότητα (Durà-Vilà et al., 2010).

### **2.3. ΜΟΝΑΧΙΣΜΟΣ & ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ**

Ο μοναχισμός, αποτελεί μέρος της θρησκείας και οι μοναχοί/μοναχές, πέραν του ότι πιστεύουν στο θρήσκευμα που υπηρετούν, αφιερώνουν τη ζωή τους σ' αυτό. Με βάση το παραπάνω, και δεδομένου ότι η πνευματικότητα εμπεριέχεται σε όλες τις θρησκείες (Cohen, 2002), οι μοναχοί/μοναχές, φαίνεται να είναι άνθρωποι με υψηλά επίπεδα πνευματικότητας (Skrzypińska & Chudzik, 2012).

Οι μοναχές, αφιερώνονται στην προσευχή και την επικοινωνία με το Θεό, ενώ η καθημερινότητα τους, χαρακτηρίζεται από πειθαρχία και δομημένο πρόγραμμα, προσπαθώντας να φτάσουν τον παραπάνω στόχο (Durà-Vilà et al., 2010). Τα μοναστήρια, προσφέρουν κάποιου είδους «μοναξιά» η οποία μπορεί να γίνει πηγή πνευματικής καθοδήγησης και να βοηθήσει τους ανθρώπους, να βιώσουν την ησυχία και την ετοιμότητα για πνευματικό στοχασμό (Schutte, & Dreyer, 2006). Οι ζωές των μοναχών και των κοσμικών ανθρώπων, διαφέρουν σε μεγάλο βαθμό. Οι γυναίκες που δεν έχουν ακολουθήσει το μοναχισμό, έχουν τη δυνατότητα της μητρότητας, της κοινωνικής εξέλιξης και του προσωπικού τρόπου ζωής. Οι μοναχοί/μοναχές, έχουν τη δυνατότητα να αφιερωθούν στον εσωτερικό τους κόσμο, και να ανακαλύψουν ένα βαθύτερο συναίσθημα αγάπης για τον Θεό, έχοντας αναγνωρίσει την ανάγκη τους για πνευματική υπέρβαση (Skrzypińska & Chudzik, 2012). Ο μοναστικός πληθυσμός,

φαίνεται να έχει υψηλότερα επίπεδα πνευματικότητας από τους κοσμικούς, ενώ δεν φαίνεται να υπάρχουν ιδιαίτερες διαφορές σε σχέση με το φύλο (Skrzyrńska & Chudzik, 2012). Επιπλέον, η πνευματικότητα, δείχνει να έχει διαφορετική έννοια για τους ανθρώπους που έχουν επιλέξει τη μοναστική ζωή, με έμφαση στην θρησκεία και στην σύνδεση με το Θεό, ενώ οι κοσμικοί δίνουν νόημα στην έννοια της πνευματικότητας με αναφορές για γενικότερες αξίες της ζωής, μεταφυσικές έννοιες, την καθημερινότητα και τις σχέσεις με τους άλλους, κάτι που καταδεικνύει την σύνδεση της έννοιας της πνευματικότητας με τον τρόπο ζωής (Skrzyrńska & Chudzik, 2012).

## **2.4. ΜΟΝΑΧΙΣΜΟΣ & ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ**

Η πνευματικότητα έχει κατ' εξακολούθηση συνδεθεί με παράγοντες της προσωπικότητας (Piedmont, 1999, MacDonald, 2000). Δεδομένου του γεγονότος πως ο τρόπος με τον οποίο ένας άνθρωπος επιλέγει να ζει, συνδέεται και με την προσωπικότητα του (McCrae & Costa, 1999), έχει ενδιαφέρον η διερεύνηση των χαρακτηριστικών προσωπικότητας των ανθρώπων του κλήρου, και ιδιαίτερα των μοναχών.

Διαφορές σε χαρακτηριστικά προσωπικότητας, φαίνεται να υπάρχουν ακόμη και ανάμεσα σε ιερείς και ανθρώπους του κλήρου που ζουν με τον μοναστικό τρόπο, κάτι που μπορεί να εξηγηθεί και από τον διαφορετικό τρόπο ζωής και τις επιλογές του καθενός (Francis & Loudon, 2001). Έτσι, σε σχέση με τον μοντέλο προσωπικότητας του Eysenck (Eysenck, 1975 στο Francis & Loudon, 2001), οι ιερείς που ζουν με μοναστικό τρόπο, δείχνουν να είναι πιο εσωστρεφείς, συμπνευτικοί και σταθεροί, κάτι που φαίνεται να σχετίζεται με τον τρόπο ζωής τους. Επίσης, σε έρευνα με βάση το μοντέλο προσωπικότητας του Cattell (Cattell, 1961 στο Caffrey 1969), οι μοναχοί περιγράφονται σαν ανήσυχοι και εσωστρεφείς, κάτι που σημειώνεται πως ταιριάζει στον τρόπο ζωής τους και τον αποχωρισμό από τα εγκόσμια (Caffrey, 1969). Τέλος, ένα ακόμη χαρακτηριστικό που αποδίδεται σε μοναχούς/μοναχές, είναι αυτό της συγχωρητικής προσωπικότητας (Mullet et al., 2003). Συγκεκριμένα, αναφέρεται πως οι θρησκευόμενοι άνθρωποι και κυρίως εκείνοι μεγαλύτερης ηλικίας, έχουν περισσότερο αναπτυγμένη τη δυνατότητα να συγχωρούν, ενώ ειδικά για τους ανθρώπους που έχουν αφιερώσει κατεξοχήν τη ζωή τους στη θρησκεία όπως οι μοναχοί, η δυνατότητα αυτή, είναι πολύ

μεγαλύτερη. Πέραν αυτού, φαίνεται πως οι μοναχοί/μοναχές, συγχωρούν ευκολότερα χωρίς να δίνουν ιδιαίτερη βαρύτητα στις περιστάσεις. Το παραπάνω, δείχνει να συνδέεται με την εστίαση της ζωής των ανθρώπων αυτών, στη συγχώρεση και την αγάπη, αλλά και με το γεγονός ότι οι περισσότερες θρησκείες δίνουν έμφαση στην ικανότητα και την επιθυμία να μπορεί ο άνθρωπος να συγχωρεί (Mullet et al., 2003).

### **3.ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ & ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ**

Τις τελευταίες δεκαετίες συναντά κανείς ένα μεγάλο μέρος της επιστημονικής έρευνας να ασχολείται με την πνευματικότητα και τη θρησκευτικότητα σε σχέση με την ψυχική υγεία, όμως το συγκεκριμένο ερευνητικό πεδίο φαίνεται να διέπεται και από έναν αριθμό δυσκολιών που έχουν να κάνουν κυρίως με τον αποσαφηνισμό των εννοιών θρησκευτικότητα και πνευματικότητα (Dein, 2006).

Η πνευματικότητα φαίνεται να ορίζεται συνήθως σαν ένας προσωπικός τρόπος να αντλεί κανείς νόημα μέσα από τη σύνδεση με κάτι «ανώτερο», ενώ η θρησκευτικότητα αναφέρεται σε πιο συγκεκριμένες συμπεριφορές που έχουν να κάνουν με κάποια συγκεκριμένη θρησκεία που είναι οργανωμένη στα πλαίσια μια κοινότητας (Dein, 2006). Από την άλλη, ορίζοντας κάποιος τη θρησκευτικότητα σαν μια πολυδιάστατη εννοιολογική κατασκευή η οποία δεν περιορίζεται στους κανόνες ενός συγκεκριμένου θρησκευτικού δόγματος, θα μπορούσε να χρησιμοποιήσει τους όρους πνευματικότητα και θρησκευτικότητα σαν συνώνυμους μεταξύ τους (Koenig, 2009).

Η κατάθλιψη σε σχέση με την θρησκευτικότητα και την πνευματικότητα έχει γίνει αντικείμενο για πολλές έρευνες στον χώρο της ψυχικής υγείας, όπου οι περισσότερες δείχνουν μια αρνητική συσχέτιση, και αν σκεφτεί κανείς ότι η κατάθλιψη συνδέεται με απώλεια νοήματος και ελπίδας, το παραπάνω δεν φαίνεται περίεργο, δεδομένου ότι η θρησκευτικότητα και η πνευματικότητα παρέχουν σε μεγάλο βαθμό τα παραπάνω (Koenig, 2009). Στην πραγματικότητα δηλαδή, οι διαστάσεις της πνευματικότητας / θρησκευτικότητας, βοηθούν στην ανάπτυξη ενός ατόμου το οποίο βρίσκει σκοπό και νόημα στη ζωή και διακατέχεται από ένα σύστημα αξιών που το καθοδηγούν (Hodges, 2002). Φαίνεται λοιπόν, πως οι άνθρωποι που έχουν υψηλά επίπεδα θρησκευτικότητας / πνευματικότητας, βιώνουν λιγότερες επιπτώσεις από την κατάθλιψη ή και την καταθλιπτική συμπτωματολογία και αναρρώνουν γρηγορότερα, ιδιαίτερα οι άνθρωποι

που διακατέχονται από υψηλά επίπεδα στρες. Το παραπάνω εξηγείται από την αίσθηση της υποστήριξης και καθοδήγησης που παρέχει η θρησκευτικότητα αλλά και την παροχή νοήματος σε αρνητικές εμπειρίες ζωής (Dein, 2006). Επίσης, φαίνεται πως η αρνητική συσχέτιση, δεν επηρεάζεται από το θρήσκευμα ή τη συμμετοχή σε θρησκευτικές δραστηριότητες, ενώ πιο έντονος φαίνεται να είναι ο προστατευτικός ρόλος της θρησκευτικότητας / πνευματικότητας σε άτομα με υψηλό κίνδυνο για εμφάνιση κατάθλιψης, λόγω κατάθλιψης των γονέων τους (Blazer, 2012). Για τους ανθρώπους που πάσχουν από κατάθλιψη, φαίνεται πως η πνευματικότητα, τους βοηθάει στην αποδοχή της ασθένειας, στο αίσθημα ελπίδας και νοήματος, αντισταθμίζοντας τα αρνητικά βιώματα της κατάθλιψης, όπως το αίσθημα αποσύνδεσης από τον εαυτό, την κοινωνία και το νόημα στη ζωή (Sorajjakool et al., 2008). Επιπλέον, υποστηρίζεται πως η πνευματικότητα δρα θετικά, σε συγκεκριμένα καταθλιπτικά συμπτώματα που έχουν να κάνουν με τη γνωστική λειτουργία και όχι στα σωματικά συμπτώματα (Koenig, Cohen, Blazer et al., 1995). Ακόμη, δείχνει να βοηθάει τους ανθρώπους που πάσχουν από κατάθλιψη στην προσπάθεια κατανόησης και διαχείρισης της ασθένειας, αλλά και στην απόκτηση νέων τρόπων αντιμετώπισης, μέσω των αξιών και της πίστης (Rajakumar et al., 2008). Τέλος, τα δεδομένα δείχνουν ότι οι καταθλιπτικοί ασθενείς με τα υψηλότερα επίπεδα θρησκευτικότητας, αναρρώνουν έως και 50% γρηγορότερα σε σχέση με άλλους ασθενείς (Koenig, 2007), ότι η θρησκευτικότητα συνδέεται με νόημα στη ζωή και ικανοποίηση (O'Connor & Vallerand, 1989), και ότι η συμμετοχή σε θρησκευτικές δραστηριότητες συνδέεται με λιγότερες περιπτώσεις κατάθλιψης ή και άλλων διαταραχών (Baetz et al. 2006). Οι παραπάνω διαφορές που φαίνεται να υπάρχουν ανάμεσα στα άτομα με υψηλά και χαμηλά επίπεδα θρησκευτικότητας / πνευματικότητας, δεν γίνονται εμφανείς σε υγιείς ανθρώπους, όμως στα άτομα που αντιμετωπίζουν προβλήματα, φαίνεται έντονα η αρνητική συσχέτιση με την κατάθλιψη, κάτι που καταδεικνύει τον ρυθμιστικό ρόλο που παίζει η θρησκευτικότητα / πνευματικότητα, στην εμφάνιση καταθλιπτικής συμπτωματολογίας. Φαίνεται λοιπόν, ο ρόλος της θρησκευτικότητας / πνευματικότητας να ισχυροποιείται και να δρα ρυθμιστικά, κυρίως για τα άτομα που έχουν χάσει το νόημα στη ζωή τους λόγω κάποιου εξωτερικού αρνητικού παράγοντα (Wink, 2005, Smith et al., 2003).

#### **4. ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ & ΜΟΝΑΞΙΑ**

Η θρησκευτικότητα και η πνευματικότητα δεν έχει μελετηθεί σε μεγάλο βαθμό σε σχέση με τη μοναξιά, αλλά σε γενικές γραμμές, φαίνεται πως κάποιες εκφάνσεις της θρησκευτικής πίστης, που δίνουν ιδιαίτερη έμφαση στη σχέση με τον Θεό, αποτελούν παράγοντα βίωσης μοναξιάς σε μικρότερο βαθμό (Paloutzian & Ellison, 1982). Από τα υπάρχοντα δεδομένα, φαίνεται πως γενικά, οι άνθρωποι στρέφονται στη θρησκεία για να αντιμετωπίσουν τη μοναξιά (Burriss et al. 1994), ενώ ειδικά εκείνοι που περιγράφουν σχέση τους με το Θεό σαν ασφαλή σχέση, αισθάνονται λιγότερη μοναξιά και θλίψη (Kirkpatrick & Shaver, 1992). Το παραπάνω, πιθανολογείται πως συμβαίνει λόγω του ότι οι άνθρωποι αντιλαμβάνονται τη σχέση με τον Θεό σαν μια μορφή κοινωνικής στήριξης και στρέφονται εκεί ζητώντας βοήθεια και υποστήριξη σε διάφορα στάδια της ζωής τους (Kirkpatrick et al., 1999). Έτσι, τα δεδομένα δείχνουν ότι η θρησκευτικές πεποιθήσεις, ειδικά εκείνες που προσανατολίζονται σε μια προσωπική σχέση με το Θεό, σχετίζονται με χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς, και περισσότερο για τις γυναίκες. Ειδικά για τις διαφορές που φαίνεται να υπάρχουν ανάμεσα σε άντρες και γυναίκες, πιθανολογείται πως αυτό οφείλεται στο γεγονός πως οι γυναίκες εκφράζουν πιο εύκολα, έντονα θρησκευτικά αισθήματα από τους άντρες – τα οποία φαίνεται να σχετίζονται με χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς (Lauder et al., 2006). Μάλιστα, η μοναξιά και η κοινωνική απομόνωση φαίνεται πως περιορίζονται μέσω της θρησκευτικής πίστης, ακόμη και ανεξάρτητα από άλλους παράγοντες όπως ηλικία, φύλο, οικογενειακή κατάσταση, επίπεδο εκπαίδευσης, εργασία εισόδημα και τόπο κατοικίας (Momtaz et al., 2011).

#### **5. ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ & ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ**

Τις προηγούμενες δεκαετίες, υπήρχε μια σημαντική άρνηση των επιστημόνων που ασχολούνται με την προσωπικότητα του ανθρώπου, να εντάξουν στην μελέτη τους τη θρησκεία και την πνευματικότητα, αν και συμβάλλουν σημαντικά στη διαμόρφωση της ζωής και της προσωπικότητας των ανθρώπων (Emmons, 1999). Αντίθετα, τα τελευταία χρόνια, το μοντέλο των πέντε παραγόντων, έχει επανειλημμένα συνδεθεί ερευνητικά με την πνευματικότητα, σε σημείο που να θεωρείται ακόμη και ο έκτος παράγοντας της προσωπικότητας (Piedmont, 1999, MacDonald, 2000).

Τα δεδομένα δείχνουν, ότι η πνευματικότητα, θα μπορούσε να θεωρηθεί ως ένας ακόμη παράγοντας της προσωπικότητας, δεδομένου πως δείχνει να αποτελεί μια διακριτή και ξεχωριστή διάσταση, με χαρακτηριστικά επαρκή, για να χαρακτηριστεί ως ξεχωριστός παράγοντας (Rican & Janosova, 2010, Piedmont et al., 2009, Piedmont, 1999). Στα πλαίσια του γεγονότος ότι οι έννοιες θρησκευτικότητα και πνευματικότητα δεν έχουν κάποιο κοινό αποδεκτό ορισμό, και άλλες φορές αλληλεπικαλύπτονται, ενώ άλλες φορές αντιμετωπίζονται χωριστά, υπάρχει μεγάλος αριθμός ερευνών για τη σύνδεση θρησκευτικότητας και προσωπικότητας και πνευματικότητας και προσωπικότητας. Στην πραγματικότητα, φαίνεται πως η θρησκευτικότητα και η πνευματικότητα, έχουν πολλά κοινά στη δομή τους, και λειτουργούν συμπληρωματικά, χωρίς όμως αυτό να σημαίνει πως μπορούν να αντιμετωπιστούν σαν μια ενιαία μεταβλητή (Piedmont et al., 2009).

Σε γενικές γραμμές, και οι δύο έννοιες φαίνεται να σχετίζονται με τους θετικούς παράγοντες της προσωπικότητας (Unterrainer et al., 2010), αν και δεν παρατηρείται απόλυτη συμφωνία στα ευρήματα. Τα αποτελέσματα είναι παρόμοια στον μεγαλύτερο αριθμό ερευνών, με μικρές διαφορές οι οποίες αποδίδονται στον τρόπο προσέγγισης και μέτρησης των μεταβλητών (Löckenhoff et al., 2009). Συγκεκριμένα, η προσήνεια και η ευσυνειδησία φαίνεται να είναι οι κυρίαρχοι παράγοντες που σχετίζονται με την πνευματικότητα, ακολουθώντας σε μικρότερο βαθμό η εξωστρέφεια και σε μέτρια επίπεδα η δεκτικότητα στην εμπειρία (MacDonald, 2000). Σε ότι έχει να κάνει με την ευσυνειδησία, φαίνεται να είναι ένας από τους παράγοντες που σχετίζεται με την πνευματικότητα αλλά και τη θρησκευτικότητα, κάτι που δείχνει πως άνθρωποι που προσεγγίζουν τη ζωή με οργάνωση και πειθαρχία, είναι πιο κοντά στις έννοιες της θρησκείας και της πνευματικότητας (Löckenhoff et al., 2009, Henningsgaard & Arnau, 2008). Σε ότι αφορά τη θρησκευτικότητα, φαίνεται πως οι άνθρωποι με υψηλά επίπεδα θρησκευτικότητας, έχουν υψηλά σκορ στην εξωστρέφεια, την προσήνεια και χαμηλά στο νευρωτισμό (Löckenhoff et al., 2009), ενώ εκείνοι με χαμηλά επίπεδα θρησκευτικότητας, έχουν υψηλότερα σκορ στο νευρωτισμό (Unterrainer, 2011). Ειδικά για τη θρησκευτικότητα, η προσήνεια και η ευσυνειδησία, είναι οι παράγοντες με την ισχυρότερη συσχέτιση, με τους άλλους τρεις να αποκλίνουν εντελώς από τη συγκεκριμένη έννοια (Saroglou & Muñoz-García, 2008). Το παραπάνω, καταδεικνύει και τη διαφορά της θρησκευτικότητας από την πνευματικότητα, στην οποία πέρα από την ευσυνειδησία και την προσήνεια, βλέπουμε και τον παράγοντα δεκτικότητα στην

εμπειρία. Εδώ, θα μπορούσε να υποθεθεί, ότι η παραπάνω διαφορά προκύπτει από τα στενά όρια που μπορεί να θέτει μια θρησκεία, σε σχέση με την ευρύτητα της γενικότερης έννοιας της πνευματικότητας (Saroglou & Muñoz - García, 2008; Saroglou, 2002). Εξάλλου παρόμοιες διαφορές φαίνεται να συναντώνται και σε ανθρώπους από διαφορετικές θρησκείες, όπου ενώ βλέπουμε ομοιότητες στα υψηλά επίπεδα ευσυνειδησίας και προσήνειας και χαμηλά στο νευρωτισμό, σε ότι έχει να κάνει με τους παράγοντες εξωστρέφεια και δεκτικότητα στην εμπειρία, παρατηρούνται διαφορές ανάμεσα σε διαφορετικές θρησκευτικές παραδόσεις (Johnstone et al., 2012). Έτσι, το προφίλ του θρησκευόμενου ανθρώπου φαίνεται να εμπεριέχει όλες τις ηθικές έννοιες και αξίες, ενός ατόμου με οργάνωση, στόχους και ενδιαφέρον για τους άλλους, χωρίς όμως να περιλαμβάνει τους υπόλοιπους παράγοντες που μέσα από την αβεβαιότητα και την κοινωνικότητα βοηθούν στην προσωπική ανάπτυξη (Saroglou, 2010).

## **6. ΜΟΝΑΞΙΑ & ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ**

Η μοναξιά, έχει συνδεθεί με την κατάθλιψη και την καταθλιπτική συμπτωματολογία σε μεγάλο βαθμό, δίχως όμως να είναι ξεκάθαρο ακόμη το πώς οι δύο έννοιες συνδέονται μεταξύ τους, αν και σε γενικές γραμμές φαίνεται να είναι κοινά αποδεκτό πως η μοναξιά και η καταθλιπτική συμπτωματολογία συσχετίζονται αλλά ως δύο χωριστές έννοιες (Weeks et al. 1980).

Στη βιβλιογραφία, συναντά κανείς διαφορετικά δεδομένα, σε ότι έχει να κάνει με το αν η κατάθλιψη προκαλεί τη μοναξιά σαν μια απόρροια της γενικής έκπτωσης της λειτουργικότητας του ατόμου (Lasgaard et al., 2011), ή αν η μοναξιά ευνοεί την καταθλιπτική συμπτωματολογία, αλλά η δεύτερη περίπτωση δείχνει να υπερισχύει της πρώτης (Alpass & Neville, 2003). Η απουσία του αισθήματος του ανήκειν και η μοναξιά, φαίνεται να προβλέπουν σε σημαντικό βαθμό την κατάθλιψη (Hagerty et al., 1996). Για τους ίδιους τους ανθρώπους που πάσχουν από κατάθλιψη, και συγκεκριμένα για τους ηλικιωμένους, φαίνεται πως η μοναξιά παίζει έναν κομβικό ρόλο, καθώς πολλοί από αυτούς περιγράφουν τη μοναξιά, σαν ένα λόγο για τον οποίο οδηγήθηκαν στην κατάθλιψη, ή και σαν προάγγελο της κατάθλιψης (Barg et al., 2006). Για τους ανθρώπους μεγαλύτερης ηλικίας, η βίωση μοναξιάς, θα μπορούσε εν μέρει να εξηγηθεί από το στάδιο ζωής σε σχέση με την ηλικία του ατόμου και τις απώλειες που έχει βιώσει



και βιώνει (Alpass & Neville, 2003), όμως φαίνεται πως η μοναξιά, αποτελεί παράγοντα κινδύνου για καταθλιπτική συμπτωματολογία, άσχετα με τα δημογραφικά στοιχεία του ατόμου. Μάλιστα, φαίνεται να προβλέπει αλλαγές στην καταθλιπτική συμπτωματολογία, και όχι το αντίθετο, δίχως η σχέση αυτή να επηρεάζεται από δημογραφικά δεδομένα, ψυχοπαθολογία ή άλλους υποκειμενικούς παράγοντες στη ζωή των ατόμων (Cacioppo et al., 2010). Η παραπάνω συσχέτιση, φαίνεται να είναι σταθερή στο χρόνο και ισχυρότερη για τους άντρες, από ότι για τις γυναίκες, χωρίς όμως να αποδεικνύεται μια αιτιώδης σχέση ανάμεσα στις δύο μεταβλητές (Cacioppo et al., 2006).

## **7. ΜΟΝΑΞΙΑ & ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ**

Η προσωπικότητα, ορίζεται σαν εκείνα τα χαρακτηριστικά ενός ατόμου που το ωθούν να συμπεριφέρεται, να αισθάνεται και να δρα με συγκεκριμένο τρόπο (Pervin & John, 2001). Οι μοναχικοί άνθρωποι, φαίνεται να έχουν λίγες κοινωνικές επαφές και φίλιες, ιδίως στενές, και να διαφοροποιούνται από τους άλλους, κοντινούς τους ανθρώπους (Bell, 1993). Ο τρόπος με τον οποίο τα παραπάνω χαρακτηριστικά συνδέονται ή όχι με χαρακτηριστικά της προσωπικότητας και αν υπάρχουν άνθρωποι που είναι περισσότερο ευάλωτοι στη μοναξιά λόγω προσωπικότητας, αποτελεί ένα ενδιαφέρον θέμα προς μελέτη το οποίο δεν έχει διερευνηθεί εκτενώς.

Από τα υπάρχοντα δεδομένα, η μοναξιά δείχνει να σχετίζεται θετικά με το νευρωτισμό και αρνητικά με την προσήνεια, την εξωστρέφεια και την ευσυνειδησία (Καο, 2012). Αντίστοιχα, σε εφήβους που βιώνουν μακροχρόνια υψηλά επίπεδα μοναξιάς, η προσήνεια, φαίνεται να είναι ο σημαντικότερος παράγοντας που σχετίζεται αρνητικά με την μοναξιά, με το συγκεκριμένο δείγμα να χαρακτηρίζεται επίσης από χαμηλή συναισθηματική σταθερότητα, χαμηλή αυτοεκτίμηση και υψηλή καταθλιπτική συμπτωματολογία (Vanhalst et al., 2012a). Ειδικά για τον νευρωτισμό, που φαίνεται να σχετίζεται θετικά με τη μοναξιά αλλά και την κατάθλιψη, γίνεται η υπόθεση, πως ενδεχομένως να επιδεινώνει τα σχετικά συμπτώματα, κάτι που καταδεικνύει, πως πιθανόν πέραν της εμπειρίας της μοναξιάς, να επηρεάζει και τον τρόπο που ένα άτομο ανταποκρίνεται σ' αυτήν. Παρόμοια εικόνα υπάρχει και σε έρευνες που έχουν γίνει με διαφορετικά μοντέλα προσωπικότητας, όπως του Eysenck (1975, στο Cheng &

Furnham, 2002). Ειδικότερα, η εξωστρέφεια, φαίνεται να σχετίζεται αρνητικά με τη μοναξιά, που αφορά τις ευρύτερες κοινωνικές σχέσεις, ενώ ο νευρωτισμός, σχετίζεται θετικά με τη μοναξιά που αφορά τις στενές διαπροσωπικές σχέσεις. Επίσης, ο ψυχωτισμός, δείχνει να αποτελεί κύριο προγνωστικό παράγοντα για τη μοναξιά που αφορά τις στενές διαπροσωπικές σχέσεις. Τα παραπάνω δεδομένα, είναι σε συμφωνία με την περιγραφή των παραγόντων της προσωπικότητας, και έτσι φαίνεται πως γενικά, τα άτομα με δυσκολία να αντιμετωπίσουν τα αρνητικά συναισθήματα, είναι αγχώδη και συναισθηματικά ασταθή, βιώνουν μοναξιά σε μεγαλύτερο βαθμό, και ειδικότερα σε ότι έχει να κάνει με τις στενές διαπροσωπικές σχέσεις (Cheng & Furnham, 2002).

## **8. ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ & ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ**

Από τα υπάρχοντα ερευνητικά δεδομένα, φαίνεται πως σε γενικές γραμμές, πολλές ψυχικές διαταραχές, σχετίζονται με χαρακτηριστικά προσωπικότητας και κυρίως με το νευρωτισμό. Συγκεκριμένα, το μείζον καταθλιπτικό επεισόδιο φαίνεται να σχετίζεται θετικά με το νευρωτισμό και η δυσθυμική διαταραχή θετικά με το νευρωτισμό και με χαμηλά επίπεδα εξωστρέφειας (Bienvenu et al., 2004). Αντίθετα, φαίνεται πως προστατευτικοί παράγοντες για το ενδεχόμενο κατάθλιψης, αποτελούν υψηλά επίπεδα στους παράγοντες ευσυνειδησία και εξωστρέφεια (Tellegen et al., 1988). Μάλιστα, οι παραπάνω παράγοντες, φαίνεται να αυξάνονται σε καταθλιπτικούς ασθενείς μετά από θεραπεία 3 μηνών με αντικαταθλιπτικά. Ειδικά για τους ανθρώπους που πάσχουν μόνο από δυσθυμική διαταραχή, ο νευρωτισμός και πιο συγκεκριμένα η πτυχή της επιθετικότητας, εξακολουθεί να υπάρχει σε υψηλά επίπεδα ακόμη και μετά τη θεραπεία, ενώ η προσήνεια σε πολύ χαμηλά, κάτι που δεν συμβαίνει στους ασθενείς με μείζονα καταθλιπτική διαταραχή (Harkness et al., 2002). Η εικόνα λοιπόν είναι, πως ο νευρωτισμός και η ευσυνειδησία, σχετίζονται στενά με το ενδεχόμενο μείζονος καταθλιπτικής διαταραχής στην πορεία της ζωής. Συγκεκριμένα, η συσχέτιση είναι θετική για το νευρωτισμό και αρνητική για την ευσυνειδησία, γεγονός που κάνει τους ερευνητές να μιλούν για ευπάθεια που εκφράζεται μέσω της προσωπικότητας (Kendler & Myers, 2010). Αντίστοιχα δεδομένα για το νευρωτισμό, βλέπουμε και στην πιθανότητα υποτροπής καταθλιπτικών συμπτωμάτων στην μετέπειτα ζωή, μεγαλύτερων σε ηλικία ανθρώπων, με τον παράγοντα αυτό να σχετίζεται θετικά με την πιθανότητα

υποτροπής (Steunenberget al., 2009). Τέλος, ανάμεικτα είναι τα δεδομένα που σχετίζουν το νευρωτισμό και την κατάθλιψη με το φύλο, όπου σε κάποιες έρευνες καταδεικνύεται η ευαλωτότητα της επίρειας του νευρωτισμού στην κατάθλιψη περισσότερο στις γυναίκες (Goodwin & Gotlib, 2004) ενώ σε άλλες δεν διαφαίνεται διαφορά (Steunenberget al., 2009).

## 9. ΣΥΝΘΕΣΗ – ΥΠΟΘΕΣΕΙΣ

Ο σκοπός της παρούσας έρευνας είναι η μελέτη της πνευματικότητας, σε σχέση με τη μοναξιά, την κατάθλιψη και το μοντέλο των πέντε παραγόντων της προσωπικότητας, σε δύο αρκετά διαφορετικούς πληθυσμούς, και συγκεκριμένα, μοναχούς/μοναχές και ανέργους. Στόχος της έρευνας είναι, να διερευνηθεί η πνευματικότητα, σε σχέση με συγκεκριμένους παράγοντες της προσωπικότητας, αλλά και με ποιο τρόπο η πνευματικότητα συσχετίζεται με την καταθλιπτική συμπτωματολογία και τη μοναξιά.

Το ένα δείγμα της έρευνας αποτελείται από ανέργους. Η ανεργία αποτελεί ένα θέμα που έχει μελετηθεί αρκετά, ενώ έχουν καταδειχτεί ξεκάθαρα οι αρνητικές της επιπτώσεις στην ψυχική υγεία των ανθρώπων (Paul & Moser, 2009). Κάποιες από τις βασικές αρνητικές συνέπειες της κατάστασης της ανεργίας είναι η κατάθλιψη (Paul & Moser, 2009) και η μοναξιά (Witte et al., 2012). Αντίστοιχα, η πνευματικότητα, μέσα από μελέτες σε διάφορους πληθυσμούς, φαίνεται να αποτελεί ένα προστατευτικό παράγοντα για την κατάθλιψη (Koenig, 2009,) και την μοναξιά (Momtaz et al., 2011). Όμως, η ερευνητική βιβλιογραφία είναι περιορισμένη σε ότι έχει να κάνει με την πνευματικότητα σε σχέση με τις ψυχολογικές επιπτώσεις της ανεργίας. Έτσι, μέσα από τη μελέτη της πνευματικότητας, της κατάθλιψης και μοναξιάς σε ανέργους θα μπορούσαμε να διερευνήσουμε τη σχέση των παραπάνω μεταβλητών μεταξύ τους, αλλά και σε σχέση με τους παράγοντες της προσωπικότητας.

Το δεύτερο δείγμα της έρευνας αποτελείται από μοναχούς και μοναχές. Ο θρησκευτικός πληθυσμός και συγκεκριμένα ο μοναστικός, αποτελεί ένα δύσκολο προσεγγίσιμο δείγμα για μελέτη ψυχολογικών φαινομένων, κάτι που καταδεικνύεται και από τον ελάχιστο αριθμό σχετικών ερευνών που υπάρχουν στη βιβλιογραφία (Dura-Vilà et al., 2010). Με βάση το γεγονός ότι τα τελευταία χρόνια η πνευματικότητα φαίνεται να αποτελεί τον έκτο παράγοντα της προσωπικότητας (Piedmont, 1999, MacDonald,

2000), η μελέτη των ατόμων που έχουν αφιερώσει κατεξοχήν τη ζωή τους σε πνευματικές δραστηριότητες μέσα από την θρησκευτική τους πίστη, αποτελεί ένα ιδιαίτερα ενδιαφέρον θέμα. Μέσα από την παρούσα έρευνα, η μελέτη στον μοναστικό πληθυσμό, στοχεύει στη διερεύνηση των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας σε σχέση με την πνευματικότητα, αλλά και την κατάθλιψη και τη μοναξιά, που δείχνουν να σχετίζονται αρνητικά με την πνευματικότητα (Koenig, 2009, Momtaz et al., 2011). Έτσι, θα μπορέσουμε να δούμε τη λειτουργία των παραπάνω μεταβλητών σε άτομα που υποθετικά, έχουν υψηλά επίπεδα πνευματικότητας.

Τα δύο δείγματα που χρησιμοποιούνται στην έρευνα, αν και πολύ διαφορετικά μεταξύ τους, θα μελετηθούν ανεξάρτητα αλλά και συγκριτικά. Το δείγμα των ανέργων, θα αποτελέσει στην πραγματικότητα ομάδα ελέγχου σε ότι έχει να κάνει με την πνευματικότητα, δεδομένου πως είναι άτομα προερχόμενα από τον γενικό πληθυσμό. Μέσα από αυτό όμως, δίνεται η ευκαιρία η πνευματικότητα να μελετηθεί και σε σχέση με τις ψυχολογικές επιπτώσεις της ανεργίας. Επίσης, η μελέτη της μοναξιάς στα δύο δείγματα είναι ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα, δεδομένου πως από τη μια ο μοναστικός πληθυσμός ζει συνειδητά μακριά από τα εγκόσμια, ενώ από την άλλη οι άνεργοι φαίνεται να αισθάνονται απομόνωση και απόρριψη μετά την απώλεια της εργασίας τους (Leeflang et al., 1992).

Έτσι, μέσα από την παρούσα έρευνα, θα μπορέσουμε να μελετήσουμε την πνευματικότητα, τη μοναξιά και την κατάθλιψη σε σχέση με την προσωπικότητα σε δύο αρκετά διαφορετικά δείγματα. Η γνώση των παραπάνω, θα μπορούσε να βοηθήσει τους ειδικούς της ψυχικής υγείας να κατανοήσουν καλύτερα τον ρόλο της πνευματικότητας, κάτι που πιθανόν να συμβάλλει, στην περαιτέρω γνώση των παραγόντων που προάγουν την ψυχική ευημερία στους ανθρώπους και το πως αυτές λειτουργούν.

## **ΥΠΟΘΕΣΕΙΣ**

Με βάση τα παραπάνω, οι υποθέσεις της παρούσας έρευνας έχουν ως εξής:

1) Το μεγαλύτερο μέρος των ανέργων θα έχει μέτρια ή υψηλή καταθλιπτική συμπτωματολογία.

- Οι μακροχρόνια άνεργοι, θα έχουν υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας, από τους βραχυχρόνια άνεργους.

- Οι άνεργοι άντρες, θα έχουν υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας από τις γυναίκες.
  - Οι άνεργοι με το χαμηλότερο εισόδημα, θα έχουν υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας.
  - Οι μεγαλύτεροι σε ηλικία άνεργοι (άνω των 50), θα έχουν υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας.
  - Οι άνεργοι που έχουν βιώσει την απώλεια της εργασίας τους (απόλυση, λήξη σύμβασης), θα έχουν υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας, από εκείνους που δεν έχουν εργαστεί.
- 2) Οι άνεργοι, θα έχουν στατιστικά υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας σε σχέση με τους μοναχούς.
  - 3) Οι μοναχοί/μοναχές, θα έχουν στατιστικά υψηλότερα επίπεδα πνευματικότητας σε σχέση με τους ανέργους.
  - 4) Οι άνεργοι θα έχουν στατιστικά υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς σε σχέση με τους μοναχούς.
  - 5) Οι μοναχοί – μοναχές θα έχουν στατιστικά υψηλότερα επίπεδα ευσυνειδησίας και προσήνειας σε σχέση με τους ανέργους.
  - 6) Υπάρχει στατιστικά σημαντική και αρνητική συσχέτιση της κατάθλιψης με την πνευματικότητα.
  - 7) Υπάρχει στατιστικά σημαντική και αρνητική συσχέτιση της μοναξιάς με την πνευματικότητα.
  - 8) Υπάρχει στατιστικά σημαντική και θετική συσχέτιση της πνευματικότητας με την προσήνεια και την ευσυνειδησία.
  - 9) Υπάρχει στατιστικά σημαντική και θετική συσχέτιση του νευρωτισμού με την κατάθλιψη.
  - 10) Υπάρχει στατιστικά σημαντική και θετική συσχέτιση του νευρωτισμού με τη μοναξιά.
  - 11) Υπάρχει στατιστικά σημαντική και θετική συσχέτιση της κατάθλιψης με τη μοναξιά.

## **ΜΕΡΟΣ ΙΙ: ΜΕΘΟΔΟΣ**

### **1. ΔΕΙΓΜΑ**

Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 46 μοναχοί – μοναχές και 133 άνεργοι. Το δείγμα των μοναχών αποτελούνταν από 29 γυναίκες και 17 άντρες ηλικίας από 22 έως 73 ετών, με μέση ηλικία τα 42.7 έτη. Αναλυτικά στοιχεία του δείγματος που αφορούν τα δημογραφικά στοιχεία και στοιχεία σε σχέση με τη μοναστική ζωή παρουσιάζονται παρακάτω (Πίνακας 1). Το δείγμα των ανέργων αποτελούνταν από 34 άντρες και 99 γυναίκες ηλικίας από 19 έως 63 ετών με μέση ηλικία τα 30.32 έτη. Αναλυτικά στοιχεία του δείγματος των ανέργων που αφορούν τα δημογραφικά στοιχεία και στοιχεία σε σχέση με την ανεργία παρουσιάζονται παρακάτω (Πίνακας 2).

### **2. ΨΥΧΟΜΕΤΡΙΚΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ**

Πέραν των δημογραφικών στοιχείων για κάθε δείγμα, στην παρούσα έρευνα χρησιμοποιήθηκαν τέσσερα ψυχομετρικά εργαλεία. Το πρώτο αφορά στο μοντέλο των πέντε παραγόντων της προσωπικότητας, το δεύτερο στην πνευματικότητα, το τρίτο στη μοναξιά και το τέταρτο στην καταθλιπτική συμπτωματολογία.

## Πίνακας 1

Δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος των μοναχών (N=46)

	N	Σχετικές Συχνότητες (%)
<b>Εκπαιδευτικό επίπεδο</b>		
Δημοτικό	1	2.2
Γυμνάσιο	2	4.3
ΟΑΕΔ σχολές μαθητείας	1	2.2
Ενιαίο λύκειο	5	10.9
Εσπερινό/ΤΕΕ/ΕΠΑΛ	3	6.5
ΙΕΚ	1	2.2
ΤΕΙ/ΑΕΙ	33	71.7
<b>Έτη μοναστικής ζωής</b>		
1 έως 5	5	10.9
6 έως 10	3	6.5
11 έως 20	20	43.5
Πάνω από 20	18	39.1
<b>Θέση στη μονή</b>		
Ηγούμενος / νη	9	19.6
Μοναχός /η	33	71.7
Δόκιμος / η	4	8.7
<b>Νομός που εδρεύει η μονή</b>		
Μαγνησία	17	37
Άλλο	29	63
<b>Αριθμός μοναχών στο μοναστήρι</b>		
1 έως 5	9	19.6
5 έως 10	6	13
10 έως 20	17	37
Πάνω από 20	14	30.4
<b>Αριθμός επισκεπτών μονής ετησίως</b>		
Έως 1000	8	17.4
Πάνω από 1000	38	82.6

## Πίνακας 2

Δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος των ανέργων (N=133)

	N	Σχετικές Συχνότητες (%)
<b>Εκπαιδευτικό επίπεδο</b>		
Δημοτικό	6	4.5
Γυμνάσιο	7	5.3
ΟΑΕΔ σχολές μαθητείας	5	3.8
Ενιαίο λύκειο	25	18.8
Εσπερινό/ΤΕΕ/ΕΠΑΛ	23	17.3
ΙΕΚ	19	14.3
ΤΕΙ/ΑΕΙ	48	36.1
<b>Οικογενειακή κατάσταση</b>		
Ανύπαντρος	92	69.2
Παντρεμένος	25	18.8
Διαζευγμένος	12	9.0
Χήρος	1	.8
Άλλο	3	2.3
<b>Αριθμός παιδιών</b>		
Κανένα	102	76.7
Ένα	10	7.5
Δυο	17	12.8
Τρία	3	2.3
Τέσσερα η περισσότερα	1	.8
<b>Μηνιαίο οικογενειακό εισόδημα</b>		
Έως 500 ευρώ	61	45.9
Έως 700 ευρώ	18	13.5
Έως 1000 ευρώ	23	17.3
Περισσότερα από 1000 ευρώ	31	23.3
<b>Χρόνος ανεργίας</b>		
Έως 6 μήνες	31	23.3
Από 6 μην έως 1 χρόνο	36	27.1
Από 1 έως 2 χρόνια	29	21.8
Πάνω από 2 χρόνια	37	27.8
<b>Επιπλέον άνεργα μέλη στην οικογένεια</b>		
Κανένα	41	30.8
Ένα	39	29.3
Δυο	38	28.6
Πάνω από 2	15	11.3
<b>Λόγος απώλειας εργασίας</b>		
Απόλυση	22	16.5
Λήξη σύμβασης	44	33.1
Δεν εργαζόμουν (φοιτητής - μαθητής)	56	42.1
Άλλο	11	8.3
<b>Επάγγελμα πριν την ανεργία</b>		
Ανειδ. Εργάτης	19	14.3
Μικροεπιχειρηματίας	7	5.3
Επιστ. Δημόσιου η ιδ. Υπάλληλος	14	10.5
Τεχνίτης επαγγ. Η υπάλληλος	19	14.3
Επιστ. Με ελεύθερο επάγγελμα	1	.8
Υπάλληλος/τραπεζ. Υπάλληλος	14	10.5
Ναυτικός / στρατιωτικός	1	.8
Οικιακά	7	5.3
Δεν εργαζόμουν (φοιτητής - μαθητής)	51	38.3



## **A) NEO-Five Factor Inventory (NEO-FFI)**

Το NEO-FFI είναι μία συντομότερη εκδοχή του NEO PI-R που δημιουργήθηκε από τους Costa & McCrae το 1992 για τη μέτρηση των πέντε παραγόντων της προσωπικότητας (εξωστρέφεια, προσήγεια, ευσυνειδησία, νευρωτισμός και δεκτικότητα στην εμπειρία) και είναι ένα ευρύτατα χρησιμοποιούμενο εργαλείο. Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 60 προτάσεις - δηλώσεις, οι οποίες απαντώνται σε μία 5αβάθμια κλίμακα τύπου Likert, που κυμαίνεται από 1=διαφωνώ απόλυτα έως 5=συμφωνώ απόλυτα, ενώ τα αποτελέσματα ομαδοποιούνται σε ξεχωριστές βαθμολογίες για τους 5 παράγοντες. Κάθε παράγοντας αποτελείται από 12 ερωτήσεις, ενώ οι άνθρωποι με υψηλό σκορ σε έναν παράγοντα, θεωρείται ότι έχουν σε σημαντικό βαθμό αυτό το χαρακτηριστικό. Η παραγοντική του δομή δείχνει να είναι παρόμοια σε αναλύσεις που έγιναν με δεδομένα από 7 χώρες και 5 διαφορετικές γλώσσες (McCrae & Costa, 2004). Το ερωτηματολόγιο δεν έχει σταθμιστεί στην Ελλάδα, ενώ μέχρι στιγμής έχει μεταφραστεί σύμφωνα με τη διαδικασία της αντίστροφης ανεξάρτητης μετάφρασης και η εσωτερική του συνέπεια είναι ικανοποιητική με δείκτες Cronbach's  $\alpha$  που κυμαίνονται από 0.65 έως 0.85 (Δημητριάδου & Σταλίκας, 2012).

## **B) Assessment of Spirituality and Religious Sentiments (ASPIRES).**

Το παρόν ερωτηματολόγιο σχεδιάστηκε από τον Piedmont (2004a, στο Piedmont, 2009) για την μέτρηση της πνευματικότητας και αποτελείται από δύο διαστάσεις: α) συναισθήματα σε σχέση με τη θρησκεία (12 προτάσεις) και β) πνευματική υπέρβαση (23 προτάσεις). Η κάθε μια από τις παραπάνω διαστάσεις, περιλαμβάνει επιπλέον υποκλίμακες. Οι προτάσεις - δηλώσεις, απαντώνται σε μια 5βάθμια κλίμακα, από «συμφωνώ απόλυτα» έως «διαφωνώ απόλυτα». Για την παρούσα έρευνα χρησιμοποιήθηκε μόνο το ερωτηματολόγιο της πνευματικής υπέρβασης (spiritual transcendence scale) με τις 23 ερωτήσεις το οποίο περιλαμβάνει τις υποκλίμακες: α) «ικανοποίηση από προσευχή», η οποία μετράει την ικανότητα του ατόμου να δημιουργεί σύνδεση με μια ανώτερη πραγματικότητα μέσω της διαδικασίας της προσευχής από την οποία λαμβάνει ικανοποίηση, β) «συνδετικότητα», που μετράει το αίσθημα του ανήκειν και του ότι κανείς αποτελεί ένα κομμάτι μιας ανώτερης πανανθρώπινης πραγματικότητας γ) «καθολικότητα», που μετράει το αίσθημα ενός

κοινού σκοπού της ανθρωπότητας απέναντι στη ζωή και την ύπαρξη. Από το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο προκύπτει ένα συνολικό σκορ που αφορά την πνευματική υπέρβαση αλλά και επιμέρους σκορ χωριστά για την κάθε μια από τις τρεις υποκλίμακες. Η αξιοπιστία του ερωτηματολογίου είναι ικανοποιητική με 0.83, 0.87 και 0.64 για τις υποκλίμακες καθολικότητα, ικανοποίηση από προσευχή και συνδετικότητα αντίστοιχα (Piedmont, 2007).

Το παρόν εργαλείο δεν είναι σταθμισμένο στην Ελλάδα αλλά έχει μεταφραστεί σύμφωνα με τη διαδικασία της αντίστροφης ανεξάρτητης μετάφρασης, ενώ έχει καταδειχτεί ότι λειτουργεί διαπολιτισμικά σε έρευνα που έγινε με δείγμα ινδουιστών, μουσουλμάνων και χριστιανών (Piedmont, 2007).

### **Γ) Revised UCLA loneliness scale.**

Η συγκεκριμένη κλίμακα δημιουργήθηκε από τον Russell, (1996) για τη μέτρηση συναισθημάτων μοναξιάς και κοινωνικής απομόνωσης και αποτελείται από 20 ερωτήσεις – προτάσεις εκ των οποίων οι 10 είναι εκφρασμένες θετικά και οι 10 αρνητικά. Τα ερωτήματα βασίζονται στη μελέτη του τρόπου με τον οποίο τα μοναχικά άτομα περιέγραφαν τα συναισθήματά τους, από παλαιότερη έρευνα. Οι προτάσεις, βαθμολογούνται από 1= ποτέ έως 4=συχνά και το συνολικό σκορ προκύπτει από την άθροιση των βαθμών μετά από αντιστροφή των αρνητικά διατυπωμένων προτάσεων (Καφέτσος, 2012). Η κλίμακα μετρά την προσωπική αντίληψη της μοναξιάς και προσαρμόστηκε στα ελληνικά σε δείγμα 232 ατόμων από τον γενικό πληθυσμό (Καφέτσος, 2012). Η κλίμακα έχει καλή εγκυρότητα και καλή αξιοπιστία εσωτερικής συνέπειας στο ελληνικό δείγμα (δείκτης Cronbach's  $\alpha = 0.87$ ).

### **Δ) Ερωτηματολόγιο Αυτοεκτιμώμενης Καταθλιπτικής Συμπτωματολογίας (Questionnaire d' Auto-Evaluation de la Symptomatologie Dépressive [QD2]) (Κλεφτάρας & Τζονιχάκη, 2012).**

Το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο κατασκευάστηκε για την αξιολόγηση και μέτρηση της καταθλιπτικής συμπτωματολογίας σε ενήλικα άτομα. Η κατασκευή και η στάθμιση αυτού του ερωτηματολογίου έγινε στη Γαλλία και περιλαμβάνει 52 δηλώσεις

αυτό-αναφοράς οι οποίες απαντώνται με «σωστό» ή «λάθος» και ανιχνεύουν ένα εύρος συναισθηματικών, γνωστικών και σωματικών καταθλιπτικών συμπτωμάτων. Το άθροισμα των απαντήσεων «σωστό» αποτελεί τη βαθμολογία του ερωτηματολογίου, με την υψηλότερη βαθμολογία να δείχνει σοβαρότερη μορφή κατάθλιψης. Το QD2 προήλθε από την ανάλυση περιεχομένου των τεσσάρων πιο γνωστών ερωτηματολογίων κατάθλιψης: α) του «Hopkins Symptoms Check List», β) της γαλλικής έκδοσης του «Beck Depression Inventory», γ) της κλίμακας D του «Minnesota Multiphasic Personality Inventory», και δ) της κλίμακας D του «Zung Self-Rating Depression Scale» (Κλεφτάρας & Τζονιχάκη, 2012). Προσαρμόστηκε κατάλληλα στην ελληνική γλώσσα από μια ομάδα τριών δίγλωσσων ψυχολόγων και οι σχετικές μελέτες δείχνουν ότι έχει καλή συγχρονική εγκυρότητα, καλή ομοιογένεια και καλή αξιοπιστία (Κλεφτάρας & Τζονιχάκη, 2012).

### **3. ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ**

Το δείγμα των μοναχών συγκεντρώθηκε από διάφορα μοναστήρια της Ελλάδας, στα οποία στάλθηκαν ταχυδρομικά φάκελοι οι οποίοι περιείχαν το πακέτο των ερωτηματολογίων, ένα ενημερωτικό για την έρευνα, οδηγίες συμπλήρωσης και ένα φάκελο με γραμματόσημα προκειμένου να επιστραφούν. Πριν την αποστολή των ερωτηματολογίων, η παραπάνω διαδικασία καθώς και τα ερωτηματολόγια εγκρίθηκαν από τη Μητρόπολη Δημητριάδος, από την οποία λήφθηκε και ανάλογη άδεια εισόδου σε περίπτωση που η προσέγγιση των μοναχών γινόταν δια ζώσης στα μοναστήρια της περιοχής. Συνολικά στάλθηκαν περίπου 600 ερωτηματολόγια σε 65 μοναστήρια τα οποία επιλέχθηκαν με τυχαίο τρόπο από όλη την Ελλάδα. Από τα ερωτηματολόγια που στάλθηκαν, επεστράφησαν μόνο 46 ερωτηματολόγια συμπληρωμένα (7.66%).

Το δείγμα των ανέργων συγκεντρώθηκε από ιδιωτικό κέντρο επαγγελματικής κατάρτισης (ΚΕΚ) στο Βόλο, όπου άνεργοι της περιοχής προσέρχονταν προκειμένου να ενημερωθούν, να κάνουν αίτηση ή να παρακολουθήσουν συγχρηματοδοτούμενα και επιδοτούμενα προγράμματα κατάρτισης ανέργων. Βασική προϋπόθεση για το παραπάνω ήταν η κατοχή κάρτας ανεργίας προκειμένου να πιστοποιείται η ιδιότητα του ανέργου. Οι άνεργοι ενημερώνονταν για την παρούσα έρευνα και εφόσον αποδεχόντουσαν εθελοντικά τη συμμετοχή τους, προχωρούσαν στη συμπλήρωση των ερωτηματολογίων.

Συνολικά συμμετείχαν 143 άνεργοι και άνεργες της περιοχής της Μαγνησίας, εκ των οποίων τα 10 ερωτηματολόγια απορρίφθηκαν, καθώς μεγάλος αριθμός ερωτήσεων δεν είχε συμπληρωθεί, με αποτέλεσμα να ενταχθούν στην έρευνα τα 133 ορθά συμπληρωμένα ερωτηματολόγια.

## **ΜΕΡΟΣ ΙΙΙ: ΕΥΡΗΜΑΤΑ**

### **1. ΠΑΡΑΓΟΝΤΙΚΗ ΔΟΜΗ & ΑΝΑΛΥΣΗ ΑΞΙΟΠΙΣΤΙΑΣ ΤΩΝ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΩΝ.**

Πριν προχωρήσουμε στις κυρίως αναλύσεις της έρευνας μας, κρίθηκε σκόπιμο να μελετηθεί η παραγοντική δομή και ανάλυση αξιοπιστίας των ερωτηματολογίων που χρησιμοποιήθηκαν – του NEO – FFI για τους 5 παράγοντες της προσωπικότητας, του ASPIRES για την πνευματικότητα, του UCLA για τη μοναξιά και του QD2 για την καταθλιπτική συμπτωματολογία - καθώς τα παραπάνω ερωτηματολόγια δεν έχουν σταθμιστεί στον ελληνικό πληθυσμό (Παράρτημα 1).

Σε γενικές γραμμές, τα αποτελέσματα των παραγοντικών αναλύσεων αλλά και των αναλύσεων αξιοπιστίας είναι ικανοποιητικά, και θεωρούμε ότι όποιες διαφορές παρουσιάστηκαν στην παραγοντική δομή των ερωτηματολογίων, σε σχέση με αυτή που βρέθηκε στο εξωτερικό, οφείλονται πιθανόν στο μικρό δείγμα, και σε πολιτισμικούς παράγοντες (Παράρτημα 1). Για τους παραπάνω λόγους, θεωρούμε, ότι παρά τις όποιες επιφυλάξεις, τα συγκεκριμένα ερωτηματολόγια μπορούν με ασφάλεια να χρησιμοποιηθούν για ερευνητικούς σκοπούς.

### **2. Η ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑ ΣΤΟ ΔΕΙΓΜΑ ΤΩΝ ΑΝΕΡΓΩΝ.**

**α) Συγκρίσεις μέσω όρων μεταξύ των ανέργων με τη χαμηλότερη, μέτρια και την υψηλότερη καταθλιπτική συμπτωματολογία.**

Με στόχο να επιβεβαιώσουμε την υπόθεση, ότι το μεγαλύτερο μέρος του δείγματος ανέργων παρουσιάζει μέτρια ή σοβαρή καταθλιπτική συμπτωματολογία, το δείγμα χωρίστηκε με βάση τη βαθμολογία στο ερωτηματολόγιο κατάθλιψης σε τρεις ομάδες σύμφωνα με τον Pichot και τους συνεργάτες του (1984). Την πρώτη ομάδα

αποτελέσαν τα άτομα τα οποία στο ερωτηματολόγιο της κατάθλιψης είχαν σκορ που κυμαινόταν μεταξύ 0-15. Τη δεύτερη ομάδα αποτέλεσαν αυτοί των οποίων το σκορ ήταν μεταξύ 16-30, ενώ την τρίτη αυτοί που ήταν μεταξύ 31-49. Από την ανάλυση διακύμανσης βρέθηκε ότι οι διαφορές μεταξύ των τριών ομάδων ήταν στατιστικά σημαντικές ( $F[2,130] = 459.034, p = .000$ ). Η πρώτη ομάδα με τα λιγότερα καταθλιπτικά συμπτώματα, αποτελούνταν από 65 άτομα (48.8%) και είχε μέσο όρο  $M = 7$  (T.A. = 4.63), η δεύτερη ομάδα, που αποτελούνταν από 41 άτομα (30.8%), είχε  $M = 22.59$  (T.A. = 4.57), και η τρίτη ομάδα, με τα περισσότερα καταθλιπτικά συμπτώματα, από 27 άτομα (20.3%) με  $M = 38.33$  (T.A. = 4.82) (Πίνακας 3). Έτσι, η υπόθεση μας επιβεβαιώνεται, καθώς το μεγαλύτερο μέρος του δείγματος (68 άτομα) και συγκεκριμένα το 51.1%, εμπίπτει στην κατηγορία των ατόμων με μέτρια και υψηλή καταθλιπτική συμπτωματολογία.

### Πίνακας 3

Κατανομή συχνοτήτων, σύγκριση μέσων όρων (M) και τυπικές αποκλίσεις (T.A.) για το δείγμα των ανέργων, ως προς τα καταθλιπτικά συμπτώματα.

Καταθλιπτική Συμπτωματολογία	Απόλυτες Συχνότητες (f)	Σχετικές Συχνότητες (%)	M (T.A.)	F
Χαμηλότερη	65	48.8	7 (4.63)	
Μέτρια	41	30.8	22.59 (4.57)	459.034****
Υψηλότερη	27	20.3	38.33 (4.82)	

\*\*\*\*:  $p < .0001$

### β) Συγκρίσεις μέσων όρων των μακροχρόνια και βραχυχρόνια ανέργων, ως προς την καταθλιπτική συμπτωματολογία.

Με σκοπό να επιβεβαιώσουμε την υπόθεση ότι οι μακροχρόνια άνεργοι θα έχουν υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας, χωρίσαμε το δείγμα σε δύο ομάδες και πραγματοποιήσαμε έλεγχο t-test για ανεξάρτητα δείγματα. Η πρώτη ομάδα αποτελούνταν από εκείνους με ανεργία μεγαλύτερη του ενός έτους ( $N = 66$ ) και η δεύτερη ομάδα από εκείνους με ανεργία μικρότερη του ενός έτους ( $N=67$ ). Έγινε

δηλαδή σύγκριση του μέσου όρου καταθλιπτικής συμπτωματολογίας των μακροχρόνια ανέργων ( $M = 19.42$ ,  $T.A. = 12.99$ ) με το μέσο όρο των βραχυχρόνια ανέργων ( $M = 16.93$ ,  $T.A. = 13.2$ ). Η υπόθεση μας πως οι μακροχρόνια άνεργοι θα έχουν στατιστικά σημαντικά υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας δεν επιβεβαιώθηκε ( $t = 1.100$ ,  $df = 131$ ,  $p = .274$ , δίπλευρος έλεγχος). (Πίνακας 4).

#### Πίνακας 4

Συγκρίσεις μέσων όρων ( $M$ ) και τυπικές αποκλίσεις ( $T.A.$ ) μεταξύ μακροχρόνια και βραχυχρόνια ανέργων ως προς την καταθλιπτική συμπτωματολογία.

	<b>Μακροχρόνια Άνεργοι</b> N=66 M (T.A.)	<b>Βραχυχρόνια Άνεργοι</b> N=67 M (T.A.)	<b>t</b>
<i>Καταθλιπτική συμπτωματολογία</i>	19.42 (12.99)	16.93 (13.2)	1.100

#### γ) Συγκρίσεις μέσων όρων, ανέργων αντρών και γυναικών, ως προς την καταθλιπτική συμπτωματολογία.

Με στόχο να επιβεβαιώσουμε την υπόθεση πως οι άνεργοι άντρες θα έχουν υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας σε σχέση με τις γυναίκες, πραγματοποιήσαμε έλεγχο t-test για ανεξάρτητα δείγματα για να συγκρίνουμε το μέσο όρο καταθλιπτικής συμπτωματολογίας των αντρών ( $M = 14.44$ ,  $T.A.= 10.75$ ), με αυτό των γυναικών ( $M = 19.44$ ,  $T.A. = 13.6$ ). Από τον έλεγχο η υπόθεση μας απορρίφθηκε, καθώς φάνηκε πως οι γυναίκες, έχουν σημαντικά υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας σε σχέση με τους άντρες ( $t = -2.177$ ,  $df = 72,142$ ,  $p = .033$ , δίπλευρος έλεγχος) (Πίνακας 5).

#### Πίνακας 5

Συγκρίσεις μέσων όρων ( $M$ ) και τυπικές αποκλίσεις ( $T.A.$ ) μεταξύ ανέργων αντρών και γυναικών ως προς την καταθλιπτική συμπτωματολογία.

	<b>Άντρες</b> N=34 M (T.A.)	<b>Γυναίκες</b> N=99 M (T.A.)	<b>t</b>
<i>Καταθλιπτική συμπτωματολογία</i>	14.44 (10.75)	19.44 (13.6)	2.177*

\*:  $p < .05$

**δ) Συγκρίσεις μέσων όρων καταθλιπτικής συμπτωματολογίας ανέργων, ως προς το εισόδημα.**

Για να επιβεβαιώσουμε την υπόθεση μας πως τα υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας θα εμφανίζουν οι άνεργοι με το χαμηλότερο εισόδημα προχωρήσαμε σε ανάλυση διακύμανσης. Τα αποτελέσματα δείχνουν πως οι διαφορές μεταξύ των τεσσάρων ομάδων ήταν στατιστικά σημαντικές ( $F[3,129] = 4.533$ ,  $p = .005$ ) (Πίνακας 6). Πιο συγκεκριμένα, η πρώτη ομάδα αποτελούνταν από 61 άτομα (45.8%) και είχε μέσο όρο  $M = 22.13$  (T.A. = 13.56), η δεύτερη ομάδα αποτελούνταν από 18 άτομα (13.5%) και είχε μέσο όρο  $M = 18.83$  (T.A. = 13.02), η τρίτη από 23 άτομα (17.3%) με μέσο όρο  $M = 13.17$  (T.A. = 11.01) και η τέταρτη από 31 άτομα (23.3%) με μέσο όρο  $M = 13.68$  (T.A. = 11.46). Συνεπώς η υπόθεση μας επιβεβαιώνεται, καθώς το υψηλότερο ποσοστό καταθλιπτικής συμπτωματολογίας εμφανίζεται στην ομάδα με το χαμηλότερο εισόδημα.

**Πίνακας 6**

Κατανομή συχνοτήτων, σύγκριση μέσων όρων (M) και τυπικές αποκλίσεις (T.A.) καταθλιπτικής συμπτωματολογίας ως προς το εισόδημα.

Καταθλιπτική Συμπτωματολογία				
Μηνιαίο Οικ. Εισόδημα	Απόλυτες Συχνότητες (f)	Σχετικές Συχνότητες (%)	M (T.A.)	F
Έως 500 ευρώ	61	45.8	22.13 (13.56)	4.533**
Έως 700 ευρώ	18	13.5	18.83 (13.02)	
Έως 1000 ευρώ	23	17.3	13.17 (11.01)	
Περισσότερα από 1000 ευρώ	31	23.3	13.68 (11.46)	

\*\* $p < .01$

**ε) Συγκρίσεις μέσων όρων καταθλιπτικής συμπτωματολογίας ανέργων ως προς την ηλικία.**

Για τον έλεγχο της υπόθεσης μας πως οι μεγαλύτεροι σε ηλικία άνεργοι (άνω των 50), θα έχουν σημαντικά υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας, πραγματοποιήσαμε ανάλυση διακύμανσης. Από τα αποτελέσματα φαίνεται πως οι διαφορές μεταξύ των ομάδων ήταν στατιστικά σημαντικές ( $F[6,126] = 2.572$ ,  $p = .022$ ). Έτσι βλέπουμε πως η πρώτη ομάδα αποτελούνταν από 6 άτομα (4.5%) και



είχε μέσο όρο  $M = 21$  (T.A. = 10.15), η δεύτερη ομάδα αποτελούνταν από 53 άτομα (39.8%) και είχε μέσο όρο  $M = 16.28$  (T.A. = 13.5), η τρίτη ομάδα από 30 άτομα (22.6%) και είχε μέσο όρο  $M = 13.60$  (T.A. = 9.01), η τέταρτη ομάδα αποτελούνταν από 17 άτομα (12.8%) και είχε μέσο όρο  $M = 19.53$  (T.A. = 15.4), η πέμπτη ομάδα αποτελούνταν από 11 άτομα (8.3%) και είχε μέσο όρο  $M = 23.73$  (T.A. = 13.27), η έκτη ομάδα αποτελούνταν από 15 άτομα (11.3%) και είχε μέσο όρο  $M = 27.27$  (T.A. = 12.74), και τέλος η έβδομη ομάδα αποτελούνταν από 1 άτομο (0.7%) και είχε μέσο όρο  $M = 17$  (Πίνακας 7). Από τα αποτελέσματα η υπόθεση μας επιβεβαιώνεται καθώς το υψηλότερο ποσοστό καταθλιπτικής συμπτωματολογίας εμφανίζεται στην ηλικιακή ομάδα από 50 έως 59 ετών.

### Πίνακας 7

Κατανομή συχνοτήτων, σύγκριση μέσων όρων (M) και τυπικές αποκλίσεις (T.A.) καταθλιπτικής συμπτωματολογίας ως προς την ηλικία.

Καταθλιπτική Συμπτωματολογία				
Ηλικιακή Ομάδα	Απόλυτες Συχνότητες (f)	Σχετικές Συχνότητες (%)	M (T.A.)	F
Κάτω από 20	6	4.5	21.00 (10.15)	
Από 20 έως 24	53	39.8	16.28 (13.5)	
Από 25 έως 29	30	22.6	13.60 (9.01)	
Από 30 έως 39	17	12.8	19.53 (15.4)	2.572*
Από 40 έως 49	11	8.3	23.73 (13.27)	
Από 50 έως 59	15	11.3	27.27 (12.74)	
60 και άνω	1	0.7	17.00	

\*:  $p < .05$

### στ) Συγκρίσεις μέσων όρων καταθλιπτικής συμπτωματολογίας ως προς το λόγο απώλειας εργασίας.

Για τον έλεγχο της υπόθεσης μας πως οι άνεργοι που έχασαν την εργασία τους (απόλυση, λήξη σύμβασης), θα έχουν σημαντικά υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας, σε σχέση με εκείνους που δεν έχουν εργαστεί, πραγματοποιήσαμε ανάλυση διακύμανσης. Από τα αποτελέσματα φαίνεται πως οι διαφορές μεταξύ των

ομάδων ήταν στατιστικά σημαντικές ( $F[3,129] = 3.466$ ,  $p = .018$ ), (Πίνακας 8). Η πρώτη ομάδα αποτελούνταν από 22 άτομα (16.5%) και είχε μέσο όρο  $M = 24.09$  (T.A. = 12.15), η δεύτερη ομάδα αποτελούνταν από 44 άτομα (33.08%) με μέσο όρο  $M = 20.02$  (T.A. = 14.05), η τρίτη ομάδα από 56 άτομα (42.1%) με μέσο όρο  $M = 14.46$  (T.A. = 11.41) και η τελευταία ομάδα από 11 άτομα (8.27%) με μέσο όρο  $M = 17.73$  (T.A. = 15.02). Έτσι, η υπόθεση μας επιβεβαιώνεται καθώς τα υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας εμφανίζονται στους ανέργους που απολύθηκαν και κατόπιν σε εκείνους που έχασαν τη δουλειά τους λόγω λήξης σύμβασης.

### Πίνακας 8

Κατανομή συχνοτήτων, σύγκριση μέσων όρων (M) και τυπικές αποκλίσεις (T.A.) καταθλιπτικής συμπτωματολογίας ως προς το λόγο απώλειας εργασίας.

Καταθλιπτική Συμπτωματολογία				
Λόγος Απώλειας Εργασίας	Απόλυτες Συχνότητες (f)	Σχετικές Συχνότητες (%)	M (T.A.)	F
Απόλυση	22	16.5	24.09 (12.15)	3.466*
Λήξη σύμβασης	44	33.08	20.02 (14.05)	
Δεν εργαζόμουν	56	42.1	14.46 (11.41)	
Άλλο	11	8.27	17.73 (15.02)	

\*:  $p < .05$

### 3. ΣΥΓΚΡΙΣΕΙΣ ΜΕΣΩΝ ΟΡΩΝ ΜΕΤΑΞΥ ΑΝΕΡΓΩΝ ΚΑΙ ΜΟΝΑΧΩΝ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΗΝ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ, ΤΗΝ ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑ, ΤΗ ΜΟΝΑΞΙΑ ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΤΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ.

α) Συγκρίσεις μέσων όρων μεταξύ ανέργων και μοναχών ως προς την καταθλιπτική συμπτωματολογία.

Με στόχο να διαπιστώσουμε αν τα δύο δείγματα διαφέρουν σημαντικά ως προς την καταθλιπτική συμπτωματολογία, πραγματοποιήσαμε έλεγχο t-test για ανεξάρτητα

δείγματα. Η υπόθεση μας ότι οι άνεργοι ( $M = 18.17$ ,  $T.A. = 13.11$ ), θα έχουν υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας από τους μοναχούς ( $M = 5.98$ ,  $T.A. = 5.51$ ), επιβεβαιώθηκε. Συγκεκριμένα φάνηκε πως οι άνεργοι παρουσιάζουν στατιστικά σημαντικά υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας από τους μοναχούς ( $t = -8.720$ ,  $df = 170,677$ ,  $p = .000$ , δίπλευρος έλεγχος), (Πίνακας 9).

### Πίνακας 9

Συγκρίσεις μέσων όρων ( $M$ ) και τυπικές αποκλίσεις ( $T.A.$ ) μεταξύ ανέργων και μοναχών ως προς την καταθλιπτική συμπτωματολογία.

	<b>Άνεργοι</b> N=133 M (T.A.)	<b>Μοναχοί</b> N=46 M (T.A.)	<b>t</b>
<i>Καταθλιπτική συμπτωματολογία</i>	18.17 (13.11)	5.98 (5.51)	-8.720****

\*\*\*\*.  $p < .0001$

### β) Συγκρίσεις μέσων όρων μεταξύ ανέργων και μοναχών ως προς την πνευματικότητα.

Για τη σύγκριση των μέσων όρων των δύο δειγμάτων ως προς την πνευματικότητα και τις επιμέρους διαστάσεις της, πραγματοποιήσαμε έλεγχο t-test για ανεξάρτητα δείγματα. Η υπόθεση μας ότι οι μοναχοί ( $M = 94.15$ ,  $T.A. = 6.66$ ),  $T.A. = 13.11$ ), θα έχουν υψηλότερα επίπεδα πνευματικότητας από τους ανέργους ( $M = 78.35$ ,  $T.A. = 11.29$ ), επιβεβαιώθηκε. Συγκεκριμένα φάνηκε πως οι μοναχοί παρουσιάζουν στατιστικά σημαντικά υψηλότερα επίπεδα πνευματικότητας (γενικό σκορ) από τους ανέργους ( $t = 11.390$ ,  $df = 133,786$ ,  $p = .000$ , δίπλευρος έλεγχος) (Πίνακας 10). Επιπλέον, στατιστικά σημαντικά υψηλότερα επίπεδα είχαν οι μοναχοί και στην διάσταση της ικανοποίησης από την προσευχή ( $t = 13,25$ ,  $df = 162,3$ ,  $p = .000$ , δίπλευρος έλεγχος) αλλά και στη διάσταση της καθολικότητας ( $t = 10,25$ ,  $df = 142,3$ ,  $p = .000$ , δίπλευρος έλεγχος), αλλά όχι στη διάσταση της συνδετικότητας, οπού και τα δύο δείγματα φάνηκε να είναι στα ίδια επίπεδα (Πίνακας 10).

### Πίνακας 10

Συγκρίσεις μέσων όρων (M) και τυπικές αποκλίσεις (T.A.) μεταξύ ανέργων και μοναχών ως προς την πνευματικότητα και τις διαστάσεις της.

	<b>Άνεργοι</b> N=133 M (T.A.)	<b>Μοναχοί</b> N=46 M (T.A.)	<b>t</b>
<i>Συνολική Πνευματικότητα</i>	78.35 (11.29)	94.15 (6.66)	11.390****
<i>Ικανοποίηση από προσευχή</i>	33.17 (7.59)	44.30 (3.53)	13.258****
<i>Καθολικότητα</i>	23.52 (4.26)	28.72(2.35)	10.257****
<i>Συνδετικότητα</i>	21.65 (3.73)	21.13 (3.00)	-859

\*\*\*\*:  $p < .0001$

### γ) Συγκρίσεις μέσων όρων μεταξύ ανέργων και μοναχών ως προς τη μοναξιά.

Οι συγκρίσεις μέσων όρων ως προς τη μοναξιά για τα δύο δείγματα μέσω του ελέγχου t για ανεξάρτητα δείγματα, έδειξαν ότι οι άνεργοι έχουν σημαντικά υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς από τους μοναχούς ( $t = -7.232$ ,  $df = 105,027$   $p = .000$ , δίπλευρος έλεγχος) (Πίνακας 11). Το παραπάνω, επιβεβαιώνει την υπόθεση μας, καθώς φαίνεται ότι το δείγμα των ανέργων βιώνει σημαντικότερα επίπεδα μοναξιάς, από τους μοναχούς, αν και οι δεύτεροι αντικειμενικά είναι σχεδόν τελείως αποτραβηγμένοι από οποιαδήποτε μορφής διαπροσωπικές και κοινωνικές σχέσεις, στα πλαίσια της μοναστικής ζωής (Haddad, 1986).

### Πίνακας 11

Συγκρίσεις μέσων όρων (M) και τυπικές αποκλίσεις (T.A.) μεταξύ ανέργων και μοναχών ως προς τη μοναξιά.

	<b>Άνεργοι</b> N=133 M (T.A.)	<b>Μοναχοί</b> N=46 M (T.A.)	<b>t</b>
<i>Μοναξιά</i>	38.44 (9.38)	28.96 (6.97)	-7.232****

\*\*\*\*:  $p < .0001$

#### δ) Συγκρίσεις μέσω όρων μεταξύ ανέργων και μοναχών ως προς τους πέντε παράγοντες της προσωπικότητας.

Προκειμένου να δούμε αν οι παράγοντες της προσωπικότητας ευσυνειδησία και προσήνεια διαφέρουν σημαντικά ανάμεσα στα δύο δείγματα, κάναμε έλεγχο t για ανεξάρτητα δείγματα. Από τη σύγκριση, η υπόθεση μας επιβεβαιώθηκε εν μέρει, καθώς σημαντικές διαφορές εντοπίζονται στον παράγοντα της προσήνειας όπου οι μοναχοί έχουν σημαντικά υψηλότερα επίπεδα από τους ανέργους ( $t = 5.177$ ,  $df = 177$ ,  $p = .000$ , δίπλευρος έλεγχος), αλλά όχι για την ευσυνειδησία (Πίνακας 12). Αξίζει να σημειωθεί, ότι πέραν της ευσυνειδησίας, σε όλους τους άλλους παράγοντες οι διαφορές ήταν σημαντικές, με το νευρωτισμό να εμφανίζει τη μεγαλύτερη διαφορά ( $t = -6.058$ ,  $df = 99,462$ ,  $p = .000$ , δίπλευρος έλεγχος), ακολουθώντας η δεκτικότητα στην εμπειρία ( $t = -5.693$ ,  $df = 128,606$ ,  $p = .000$  δίπλευρος έλεγχος), η προσήνεια και η εξωστρέφεια ( $t = -3.194$ ,  $df = 177$ ,  $p = .002$ , δίπλευρος έλεγχος) (Πίνακας 12).

#### Πίνακας 12

Συγκρίσεις μέσω όρων (M) και τυπικές αποκλίσεις (T.A.) μεταξύ ανέργων και μοναχών ως προς τους πέντε παράγοντες της προσωπικότητας.

Παράγοντες Προσωπικότητας	Άνεργοι N=133 M (T.A.)	Μοναχοί N=46 M (T.A.)	t
Νευρωτισμός	25.17 (7.52)	18.59 (5.88)	-6.058****
Εξωστρέφεια	29.99 (5.68)	26.76 (6.54)	-3.194*
Δεκτικότητα στην εμπειρία	25.26 (6.11)	21.20 (3.75)	-5.693****
Προσήνεια	30.14 (4.92)	34.33 (4.09)	5.177****
Ευσυνειδησία	34.87 (6.39)	33.52 (5.01)	-1.461

\*:  $p < .05$ , \*\*:  $p < .01$ , \*\*\*\*:  $p < .0001$

## 4.ΣΧΕΣΕΙΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ ΚΑΙ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Σε ότι αφορά τη συσχέτιση μεταξύ του συνολικού σκορ της πνευματικότητας αλλά και των τριών διαστάσεων της, με την καταθλιπτική συμπτωματολογία, τα αποτελέσματα έδειξαν κάποιες σημαντικές συνάφειες. Πιο συγκεκριμένα, φάνηκε να υπάρχει θετική συσχέτιση για τους μοναχούς ανάμεσα στην καταθλιπτική συμπτωματολογία και το συνολικό σκορ της πνευματικότητας ( $r = .376$ ,  $p = .010$ ) και

ανάμεσα στην καταθλιπτική συμπτωματολογία και τη διάσταση της συνδετικότητας ( $r = .327$ ,  $p = .027$ ). Δηλαδή, φαίνεται πως όσο αυξάνεται η πνευματικότητα και το αίσθημα συνδετικότητας, αυξάνεται και η καταθλιπτική συμπτωματολογία και αντίστροφα (Πίνακας 13). Για το δείγμα των ανέργων, ανάμεσα στην πνευματικότητα με τις διαστάσεις της και την καταθλιπτική συμπτωματολογία, δεν φάνηκε να υπάρχει κάποια συσχέτιση. Τα παραπάνω αποτελέσματα έρχονται σε αντίθεση με την αρχική μας υπόθεση αλλά και με το μεγαλύτερο μέρος των ερευνών που αφορούν την κατάθλιψη και την πνευματικότητα (Koenig, 2009, Dein, 2006).

### Πίνακας 13

Συνάφειες μεταξύ καταθλιπτικής συμπτωματολογίας και πνευματικότητας.

	ΑΝΕΡΓΟΙ	ΜΟΝΑΧΟΙ
	<b>Καταθλιπτική συμπτωματολογία</b>	
<i>Συνολική Πνευματικότητα</i>	-.032	.376**
<i>Ικανοποίηση από προσευχή</i>	-.011	.274
<i>Καθολικότητα</i>	-.152	.238
<i>Συνδετικότητα</i>	.101	.327*

\*\* :  $p < .01$  \* :  $p < .05$

## 5. ΣΧΕΣΕΙΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ ΚΑΙ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Από τα δεδομένα των συσχετίσεων μεταξύ της μοναξιάς και των διαστάσεων της πνευματικότητας, παρουσιάζεται μια σημαντική αρνητική συνάφεια που αφορά τη διάσταση της καθολικότητας και τη μοναξιά ( $r = -.302$ ,  $p = .000$ ), για το δείγμα των ανέργων (Πίνακας 14). Στην πραγματικότητα φαίνεται πως όσο περισσότερο υπάρχει το αίσθημα της καθολικότητας τόσο μειώνεται το αίσθημα μοναξιάς και το αντίστροφο. Από την άλλη, για τους μοναχούς, δεν φάνηκε καμία συσχέτιση ανάμεσα στις προαναφερόμενες μεταβλητές. Με βάση το παραπάνω, φαίνεται πως η αρχική μας υπόθεση για τη σχέση των δύο μεταβλητών επιβεβαιώνεται εν μέρει, για το δείγμα των ανέργων και έρχεται σε συμφωνία με τη βιβλιογραφία (Kirkpatrick et al., 1999).

## Πίνακας 14

Συνάφειες μεταξύ μοναξιάς και πνευματικότητας.

	ΑΝΕΡΓΟΙ	ΜΟΝΑΧΟΙ
	Μοναξιά	
<i>Συνολική πνευματικότητα</i>	-.160	.195
<i>Ικανοποίηση από προσευχή</i>	-.040	.221
<i>Καθολικότητα</i>	-.302**	.167
<i>Συνδετικότητα</i>	-.060	.043

\*\* :  $p < .01$  \* :  $p < .05$

## 6. ΣΧΕΣΕΙΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΠΕΝΤΕ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ

Οι συσχετίσεις μεταξύ της πνευματικότητας και των 5 παραγόντων της προσωπικότητας, για τους ανέργους, δείχνουν μια χαμηλή θετική συσχέτιση ανάμεσα στην προσήνεια και την πνευματικότητα ( $r = .182$ ,  $p = .036$ ) αλλά και ανάμεσα στην δεκτικότητα στη εμπειρία και την πνευματικότητα ( $r = .286$ ,  $p = .001$ ) (Πίνακας 15). Αντίθετα, στο δείγμα των μοναχών, οι διαστάσεις της προσωπικότητας δεν φαίνεται να σχετίζονται με την πνευματικότητα. Σύμφωνα με τη βιβλιογραφία και τα παραπάνω ευρήματα, απορρίπτεται η υπόθεση μας πως η προσήνεια και η ευσυνειδησία έχει στατιστικά σημαντική και θετική συσχέτιση με την πνευματικότητα, καθώς κάτι τέτοιο φαίνεται μόνο στο δείγμα των ανέργων και μόνο σε σχέση με την προσήνεια.

## Πίνακας 15

Συνάφειες μεταξύ πνευματικότητας και των 5 παραγόντων της προσωπικότητας.

Παράγοντες Προσωπικότητας	ΑΝΕΡΓΟΙ	ΜΟΝΑΧΟΙ
	Πνευματικότητα	
<i>Νευρωτισμός</i>	.030	.241
<i>Εξωστρέφεια</i>	.135	-.289
<i>Δεκτικότητα στην Εμπειρία</i>	.286**	-.116
<i>Προσήνεια</i>	.182*	-.098
<i>Ευσυνειδησία</i>	.086	.016

\*\* :  $p < .01$  \* :  $p < .05$

Όταν η συσχέτιση των 5 παραγόντων της προσωπικότητας, έγινε με τις επιμέρους διαστάσεις της πνευματικότητας, αρκετές σημαντικές συνάψεις προέκυψαν (Πίνακας 16). Συγκεκριμένα, ο νευρωτισμός φάνηκε να σχετίζεται θετικά με τη συνδετικότητα και για τους ανέργους ( $r = .210, p = .015$ ) αλλά και για τους μοναχούς ( $r = .319, p = .031$ ). Η εξωστρέφεια, για τους ανέργους, φάνηκε να σχετίζεται θετικά με την καθολικότητα ( $r = .231, p = .007$ ) και την συνδετικότητα ( $r = .189, p = .029$ ), ενώ για τους μοναχούς η εξωστρέφεια συνδέεται αρνητικά με την ικανοποίηση από την προσευχή ( $r = -.314, p = .034$ ). Σε ότι έχει να κάνει με τον παράγοντα της δεκτικότητας στην εμπειρία, ενώ για τους ανέργους φαίνεται θετική συσχέτιση με την καθολικότητα ( $r = .434, p = .000$ ) και την συνδετικότητα ( $r = .207, p = .017$ ), για τους μοναχούς δεν διαφαίνεται συσχέτιση με κάποια από τις διαστάσεις της πνευματικότητας. Η προσήνεια για τους ανέργους, εμφανίζει μικρή θετική συσχέτιση με την ικανοποίηση από προσευχή ( $r = .176, p = .043$ ) και την καθολικότητα ( $r = .196, p = .024$ ) και καμία σημαντική συσχέτιση για τους μοναχούς. Τέλος, αντιφατικά αποτελέσματα βλέπουμε ανάμεσα στα δύο δείγματα σε ότι έχει να κάνει με την ευσυνειδησία, καθώς φαίνεται να σχετίζεται θετικά με τη συνδετικότητα και για τους ανέργους ( $r = .177, p = .042$ ) αλλά αρνητικά για τους μοναχούς ( $r = -.390, p = .007$ ) (Πίνακας 16).

### Πίνακας 16

Συνάψεις μεταξύ των διαστάσεων της πνευματικότητας και των παραγόντων της προσωπικότητας.

Ανεργοί			
Παράγοντες Προσωπικότητας	Ικανοποίηση από προσευχή	Καθολικότητα	Συνδετικότητα
<i>Νευρωτισμός</i>	-.039	-.036	.210*
<i>Εξωστρέφεια</i>	-.021	.231**	.189*
<i>Δεκτικότητα στην εμπειρία</i>	.080	.434**	.207*
<i>Προσήνεια</i>	.176*	.196*	-.031
<i>Ευσυνειδησία</i>	-.032	.132	.177*
Μοναχοί			
Παράγοντες Προσωπικότητας	Ικανοποίηση από προσευχή	Καθολικότητα	Συνδετικότητα
<i>Νευρωτισμός</i>	.192	-.012	.319*
<i>Εξωστρέφεια</i>	-.314*	-.015	-.261
<i>Δεκτικότητα στην εμπειρία</i>	-.216	-.046	.033
<i>Προσήνεια</i>	.024	-.043	-.212
<i>Ευσυνειδησία</i>	.272	.133	-.390**

\*\* :  $p < .01$  \* :  $p < .05$



## 7. ΣΧΕΣΕΙΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ, ΜΟΝΑΞΙΑΣ ΚΑΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ

Σύμφωνα με τη βιβλιογραφική ανασκόπηση, η κατάθλιψη συνδέεται θετικά με το νευρωτισμό και αρνητικά με την ευσυνειδησία (Kendler & Myers, 2010). Το παραπάνω, αποτυπώνεται και στις συσχετίσεις της κατάθλιψης με τους παράγοντες της προσωπικότητας – πράγμα που επιβεβαιώνει και την αρχική μας υπόθεση που αφορούσε το νευρωτισμό. Πιο συγκεκριμένα, εδώ η εικόνα των συσχετίσεων είναι ίδια και για τα δύο δείγματα, όπου η κατάθλιψη δείχνει να σχετίζεται θετικά με το νευρωτισμό για τους ανέργους ( $r = .577, p = .000$ ) αλλά και τους μοναχούς ( $r = .670, p = .000$ ) (Πίνακας 17). Έτσι, φαίνεται πως όσο υψηλότερα επίπεδα νευρωτισμού έχει κάποιος, τόσο υψηλότερα είναι και τα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας.

### Πίνακας 17

Συνάφειες μεταξύ κατάθλιψης και των 5 παραγόντων της προσωπικότητας.

Παράγοντες Προσωπικότητας	ΑΝΕΡΓΟΙ	ΜΟΝΑΧΟΙ
	Κατάθλιψη	
<i>Νευρωτισμός</i>	.577**	.670**
<i>Εξωστρέφεια</i>	-.403**	-.526**
<i>Δεκτικότητα στην Εμπειρία</i>	-.096	-.101
<i>Προσήγεια</i>	-.199*	-.445**
<i>Ευσυνειδησία</i>	-.343**	-.444**

\*\* :  $p < .01$  \* :  $p < .05$

Σε ότι έχει να κάνει με τη σχέση της μοναξιάς με τους παράγοντες της προσωπικότητας, τα δεδομένα δείχνουν πως και εδώ ο νευρωτισμός σχετίζεται θετικά με τη μοναξιά και για τα δύο δείγματα – κάτι που επιβεβαιώνει την υπόθεση μας. Έτσι, βλέπουμε και για τους ανέργους ( $r = .299, p = .000$ ) αλλά και για τους μοναχούς ( $r = .405, p = .005$ ) μια θετική συσχέτιση (Πίνακας 18). Αντίστοιχα, η μοναξιά φαίνεται να σχετίζεται αρνητικά με όλους τους άλλους παράγοντες της προσωπικότητας εκτός από το νευρωτισμό, και κυρίως με την εξωστρέφεια και για τα δύο δείγματα, κάτι που επιβεβαιώνεται και από τη βιβλιογραφία (Kao, 2012).

## Πίνακας 18

Συνάφειες μεταξύ μοναξιάς και των 5 παραγόντων της προσωπικότητας.

Παράγοντες Προσωπικότητας	ΑΝΕΡΓΟΙ	ΜΟΝΑΧΟΙ
	Μοναξιά	
<i>Νευρωτισμός</i>	.299**	.405**
<i>Εξωστρέφεια</i>	-.421**	-.480**
<i>Δεκτικότητα στην Εμπειρία</i>	-.011	-.157
<i>Προσήγεια</i>	-.357**	-.285
<i>Ευσυνειδησία</i>	-.338**	-.279

\*\* :  $p < .01$  \* :  $p < .05$

Βιβλιογραφικά, όπως αναφέρθηκε παραπάνω, η μοναξιά και η κατάθλιψη είναι δύο μεταβλητές που φαίνεται να συνδέονται στενά μεταξύ τους (Weeks et al. 1980). Τα αποτελέσματα των συσχετίσεων των δύο μεταβλητών δείχνουν το ίδιο και για τα δύο δείγματα της έρευνας, και επιβεβαιώνουν την αρχική μας υπόθεση. Έτσι, βλέπουμε η μοναξιά να σχετίζεται θετικά με την κατάθλιψη για τους ανέργους ( $r = .530$ ,  $p = .000$ ), αλλά και για τους μοναχούς ( $r = .449$ ,  $p = .002$ ) (Πίνακας 19).

## Πίνακας 19

Συνάφειες μεταξύ μοναξιάς και κατάθλιψης

	ΑΝΕΡΓΟΙ	ΜΟΝΑΧΟΙ
	Μοναξιά	
<i>Κατάθλιψη</i>	.530**	.449**

\*\* :  $p < .01$  \* :  $p < .05$

## 8. ΠΡΟΒΛΕΨΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ.

### 8.1. ΠΡΟΒΛΕΨΗ ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑΣ ΣΤΟ ΔΕΙΓΜΑ ΤΩΝ ΑΝΕΡΓΩΝ.

Με σκοπό να ελεγχθεί η δυνατότητα πρόβλεψης της κατάθλιψης από την πνευματικότητα και τους παράγοντες της προσωπικότητας, χρησιμοποιήθηκε η βηματική πολλαπλή παλινδρόμηση. Ως ανεξάρτητες μεταβλητές, χρησιμοποιήθηκαν οι πέντε παράγοντες της προσωπικότητας και η πνευματικότητα με τις τρεις διαστάσεις της, ενώ ως εξαρτημένη μεταβλητή, η καταθλιπτική συμπτωματολογία. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν ίσος με .613 και ο προσαρμοσμένος δείκτης R<sup>2</sup> ήταν ίσος με .367. Έτσι, φάνηκε πως ο νευρωτισμός και η εξωστρέφεια αποτελούν τις δύο ανεξάρτητες μεταβλητές που μπορούν να προβλέψουν την καταθλιπτική συμπτωματολογία για το δείγμα των ανέργων. Πρώτη ανεξάρτητη μεταβλητή ήταν ο νευρωτισμός η οποία ήταν υπεύθυνη για το 32.8% της διακύμανσης στην κατάθλιψη ( $F[1,131] = 65.306, p = .000$ ), και δεύτερη ανεξάρτητη μεταβλητή ήταν η εξωστρέφεια η οποία ήταν υπεύθυνη για ένα επιπλέον 3.9% της διακύμανσης ( $F[1,130] = 9.06, p = .003$ ). Έτσι, το 36,7% της διασποράς της καταθλιπτικής συμπτωματολογίας μπορεί να ερμηνευθεί από τις δύο αυτές ανεξάρτητες μεταβλητές. Από την επισκόπηση των Β-τιμών, βλέπουμε ότι μόνο οι δύο παραπάνω ανεξάρτητες μεταβλητές συμβάλλουν σημαντικά στην πρόβλεψη της καταθλιπτικής συμπτωματολογίας: ο νευρωτισμός με  $B = .496, T = 6.679, p = .000$  και η εξωστρέφεια με  $B = -.224, T = -3.011, p = .003$  (Πίνακας 20). Έτσι, ο νευρωτισμός φαίνεται να σχετίζεται θετικά με την καταθλιπτική συμπτωματολογία και αρνητικά με την εξωστρέφεια.

#### Πίνακας 20

Ανάλυση παλινδρόμησης για την πρόβλεψη της καταθλιπτικής συμπτωματολογίας για τους ανέργους

Ανεξάρτητες μεταβλητές	Τυπικό σφάλμα	Beta	t	p
Νευρωτισμός	.129	.496	6.679	.000
Εξωστρέφεια	.171	-.224	-3.011	.003

## 8.2. ΠΡΟΒΛΕΨΗ ΜΟΝΑΞΙΑΣ ΣΤΟ ΔΕΙΓΜΑ ΤΩΝ ΑΝΕΡΓΩΝ.

Για τον έλεγχο των μεταβλητών που προβλέπουν τη μοναξιά στο δείγμα των ανέργων χρησιμοποιήθηκε βηματική πολλαπλή παλινδρόμηση με ανεξάρτητες μεταβλητές τους πέντε παράγοντες της προσωπικότητας και την πνευματικότητα με τις τρεις διαστάσεις της. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν ίσος με .584 και ο προσαρμοσμένος δείκτης  $R^2$  ήταν ίσος με .315. Οι ανεξάρτητες μεταβλητές που φάνηκε να προβλέπουν τη μοναξιά ήταν η εξωστρέφεια, η προσήνεια, η καθολικότητα, η δεκτικότητα στην εμπειρία και η ικανοποίηση από προσευχή. Πρώτη ανεξάρτητη μεταβλητή ήταν η εξωστρέφεια, η οποία ήταν υπεύθυνη για το 17.1% της διακύμανσης στη μοναξιά ( $F[1,131] = 28.214$ ,  $p = .000$ ), ακολουθώντας η προσήνεια με 8.7% ( $F[1,130] = 16.409$ ,  $p = .000$ ), η καθολικότητα με 2.05% ( $F[1,129] = 4.703$ ,  $p = .032$ ), η δεκτικότητα στην εμπειρία με 2.03% ( $F[1,128] = 4.732$ ,  $p = .031$ ) και τέλος η ικανοποίηση από προσευχή με 1.61% ( $F[1,127] = 4.018$ ,  $p = .047$ ). Έτσι, από τις παραπάνω μεταβλητές, μπορεί να προβλεφτεί το 31.5% της διασποράς της μοναξιάς. Από τις B-τιμές βλέπουμε πως οι παραπάνω μεταβλητές συμβάλλουν στην πρόβλεψη της μοναξιάς εκ των οποίων η εξωστρέφεια, η προσήνεια και η καθολικότητα σχετιζόμενες αρνητικά με τη μοναξιά και η δεκτικότητα στην εμπειρία, με την ικανοποίηση από προσευχή, θετικά. Έτσι, για την εξωστρέφεια έχουμε  $B = -.338$ ,  $T = -4.447$ ,  $p = .000$  για την προσήνεια  $B = -.284$ ,  $T = -3.826$ ,  $p = .000$ , για την καθολικότητα  $B = -.355$ ,  $T = -3.552$ ,  $p = .001$ , για την δεκτικότητα στην εμπειρία  $B = .208$ ,  $T = 2.537$ ,  $p = .012$  και τέλος για την ικανοποίηση από προσευχή  $B = .179$ ,  $T = 2.004$ ,  $p = .047$  (Πίνακας 21).

### Πίνακας 21

Ανάλυση παλινδρόμησης για την πρόβλεψη της μοναξιάς για τους ανέργους.

Ανεξάρτητες μεταβλητές	Τυπικό σφάλμα	Beta	t	p
<i>Εξωστρέφεια</i>	.125	-.338	-4.447	.000
<i>Προσήνεια</i>	.141	-.284	-3.826	.000
<i>Καθολικότητα</i>	.220	-.355	-3.552	.001
<i>Δεκτικότητα στην εμπειρία</i>	.126	.208	2.537	.012
<i>Ικανοποίηση από προσευχή</i>	.110	.179	2.004	.047

### 8.3. ΠΡΟΒΛΕΨΗ ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑΣ ΣΤΟ ΔΕΙΓΜΑ ΤΩΝ ΜΟΝΑΧΩΝ.

Με στόχο τον έλεγχο των μεταβλητών που προβλέπουν την καταθλιπτική συμπτωματολογία στους μοναχούς, έγινε ανάλυση βηματικής πολλαπλής παλινδρόμησης με ανεξάρτητες μεταβλητές τους πέντε παράγοντες της προσωπικότητας και την πνευματικότητα με τις τρεις διαστάσεις της. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν ίσος με .714 και ο προσαρμοσμένος δείκτης  $R^2$  ήταν ίσος με .487. Οι δύο μεταβλητές που φαίνεται να συμβάλλουν στην πρόβλεψη της καταθλιπτικής συμπτωματολογίας στους μοναχούς, είναι ο νευρωτισμός και η καθολικότητα. Πρώτη ανεξάρτητη μεταβλητή ήταν ο νευρωτισμός, ο οποίος ήταν υπεύθυνος για το 43.7% της διακύμανσης στην καταθλιπτική συμπτωματολογία ( $F[1,44] = 35.900$ ,  $p = .000$ ), ακολουθώντας η καθολικότητα με 5% της διακύμανσης ( $F[1,43] = 5.287$ ,  $p = .026$ ). Από τις Β-τιμές βλέπουμε πως και οι δύο τιμές συσχετίζονται θετικά με την καταθλιπτική συμπτωματολογία και συγκεκριμένα για το νευρωτισμό έχουμε  $B = .673$ ,  $T = 6.304$ ,  $p = .000$  και για την καθολικότητα  $B = .246$ ,  $T = 2.299$ ,  $p = .026$  (Πίνακας 22).

#### Πίνακας 22

Ανάλυση παλινδρόμησης για την πρόβλεψη της καταθλιπτικής συμπτωματολογίας στους μοναχούς.

Ανεξάρτητες μεταβλητές	Τυπικό σφάλμα	Beta	t	p
Νευρωτισμός	.100	.673	6.304	.000
Καθολικότητα	.250	.246	2.299	.026

### 8.4. ΠΡΟΒΛΕΨΗ ΤΗΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ ΣΤΟ ΔΕΙΓΜΑ ΤΩΝ ΜΟΝΑΧΩΝ.

Με σκοπό την πρόβλεψη της μοναξιάς στο δείγμα των μοναχών, διενεργήθηκε βηματική πολλαπλή παλινδρόμηση με ανεξάρτητες μεταβλητές τους πέντε παράγοντες της προσωπικότητας και την πνευματικότητα με τις τρεις διαστάσεις της. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας ήταν ίσος με .554 και ο προσαρμοσμένος δείκτης  $R^2$  ήταν ίσος με .275. Οι ανεξάρτητες μεταβλητές που φάνηκε να προβλέπουν τη μοναξιά ήταν η

εξωστρέφεια και η προσήνεια. Πρώτη ανεξάρτητη μεταβλητή ήταν η εξωστρέφεια, η οποία ήταν υπεύθυνη για το 21.3% της διακύμανσης στη μοναξιά ( $F[1,44] = 13.207$ ,  $p = .001$ ) και δεύτερη η προσήνεια, η οποία ήταν υπεύθυνη για το 6.2% της διακύμανσης στη μοναξιά ( $F[1,43] = 4.712$ ,  $p = .036$ ). Έτσι, από τις παραπάνω δύο μεταβλητές, μπορεί να προβλεφθεί το 27.5% της διασποράς της μοναξιάς. Από την επισκόπηση των Β-τιμών, βλέπουμε ότι μόνο οι δύο παραπάνω ανεξάρτητες μεταβλητές συμβάλλουν σημαντικά στην πρόβλεψη της μοναξιάς σχετιζόμενες και οι δύο αρνητικά : η εξωστρέφεια με  $B = -.475$ ,  $T = -3.739$ ,  $p = .001$  και η προσήνεια με  $B = -.276$ ,  $T = -2.171$ ,  $p = .036$  (Πίνακας 23).

### Πίνακας 23

Ανάλυση παλινδρόμησης για την πρόβλεψη της μοναξιάς για τους μοναχούς.

Ανεξάρτητες μεταβλητές	Τυπικό σφάλμα	Beta	t	p
<i>Εξωστρέφεια</i>	.135	-.475	-3.739	.001
<i>Προσήνεια</i>	.216	-.276	-2.171	.036

## **ΜΕΡΟΣ IV: ΣΥΖΗΤΗΣΗ**

### **1. Η ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑ ΣΤΟ ΔΕΙΓΜΑ ΤΩΝ ΑΝΕΡΓΩΝ.**

Στο δείγμα της παρούσας έρευνας, φαίνεται πως το μεγαλύτερο μέρος των ανέργων, και συγκεκριμένα το 51,1% εμφανίζει μέτρια και υψηλή καταθλιπτική συμπτωματολογία, κάτι που στην πραγματικότητα επιβεβαιώνεται από τη βιβλιογραφία, παρόλο που το ποσοστό των ατόμων με μέτρια και υψηλή καταθλιπτική συμπτωματολογία είναι οριακά υψηλότερο. Οι μακροχρόνια άνεργοι του δείγματος, αν και εμφανίζουν κάπως υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας, εντούτοις, η διαφορά με τους βραχυχρόνια ανέργους δεν είναι στατιστικά σημαντική, κάτι που έρχεται σε αντίθεση με τη βιβλιογραφία (Stankunas et al., 2006, Liwowsky et al., 2009). Το παραπάνω θα μπορούσε να εξηγηθεί από το γεγονός ότι άσχετα με το χρόνο ανεργίας, στη χώρα, ένα μεγάλο μέρος του πληθυσμού είναι δίχως εργασία, ενώ για όλους τους ανέργους, το να βρουν εργασία ξανά, είναι ιδιαίτερα δύσκολο. Επίσης σε μεγάλο βαθμό, ο επίσημος χρόνος ανεργίας είναι πλασματικός, δεδομένου πως κάποιος μπορεί να είναι άνεργος πολύ καιρό πριν εγγραφεί στην αρμόδια υπηρεσία του ΟΑΕΔ, ή και να είναι επίσημα εγγεγραμμένος αλλά να εργάζεται άτυπα, δίχως να ασφαλίζεται.

Οι άνεργες γυναίκες του δείγματος, φαίνεται πως υποφέρουν από σημαντικά υψηλότερα επίπεδα κατάθλιψης σε σχέση με τους άντρες, αν και σε άλλες έρευνες γίνεται λόγος για τις επιδράσεις του κοινωνικού φύλου κατά των αντρών με αποτέλεσμα τη μεγαλύτερη ευαλωτότητα τους στην κατάθλιψη, σε κατάσταση ανεργίας (Mossakowski, 2009, Jang et al., 2009). Δηλαδή, ενώ οι άντρες στη βιβλιογραφία, φαίνεται να πλήττονται περισσότερο από την ανεργία, λόγω του ότι η εργασία είναι ο μοναδικός τους ρόλος, εδώ δεν διαφαίνεται κάτι τέτοιο. Στη συγκεκριμένη έρευνα, ο αριθμός των αντρών είναι ιδιαίτερα μικρός, κάτι που σημαίνει πως τα αποτελέσματα δεν είναι ασφαλή, ιδιαίτερα για το δείγμα των αντρών. Επίσης η μέση ηλικία των 33 αντρών του δείγματος, είναι μόλις 29.2 κάτι που σημαίνει πως πιθανόν να μην έχουν βρεθεί ακόμη αντιμέτωποι με εκείνες τις συνθήκες που κάνουν το ρόλο του εργαζόμενου ως το σημαντικότερο ρόλο των αντρών (οικογένεια, οικονομικές και κοινωνικές υποχρεώσεις).

Το χαμηλό εισόδημα και γενικά η οικονομική δυσπραγία, φαίνεται να παίζει βασικό ρόλο στην καταθλιπτική συμπτωματολογία, όπως έχει ήδη αναφερθεί (Madianos et al., 2011, Lee et al., 2010), κάτι που διαφαίνεται και στο δείγμα της παρούσας έρευνας. Συγκεκριμένα, βλέπουμε πως τα μεγαλύτερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας εμφανίζουν οι άνεργοι με το χαμηλότερο οικογενειακό εισόδημα, με σημαντικές διαφορές μεταξύ των τεσσάρων ομάδων. Τέλος, σε ότι έχει να κάνει με την καταθλιπτική συμπτωματολογία στο δείγμα των ανέργων ως προς την ηλικία, παρατηρούμε πως τα ευρήματα έρχονται σε συμφωνία με τα υπάρχοντα ερευνητικά δεδομένα. Έτσι, παρατηρούμε τα υψηλότερα επίπεδα κατάθλιψης να καταγράφονται στην ηλικιακή ομάδα 50 έως 59 ετών, με την ηλικιακή ομάδα 40 έως 49 ετών να ακολουθεί. Επιβεβαιώνεται δηλαδή πως η κατάσταση της ανεργίας κοστίζει περισσότερο στους μεσήλικες (Jang et al., 2009) και συγκεκριμένα στους ανέργους 50 ετών και άνω (Paul & Moser, 2009).

Σε γενικές γραμμές, μπορούμε να πούμε, πως η εικόνα της καταθλιπτικής συμπτωματολογίας στο δείγμα των ανέργων, δεν έχει ιδιαίτερα σημαντικές διαφορές από αυτή που συναντούμε σε αντίστοιχες έρευνες. Είναι σημαντικό παρόλα αυτά να ληφθεί υπόψη πως η παρούσα κατάσταση της χώρας, σε μεγάλο βαθμό διαφέρει από αυτή άλλων χωρών αν σκεφτεί κανείς πως ο πληθυσμός των ανέργων αποτελεί ένα μεγάλο ποσοστό της χώρας, κάτι που θα μπορούσε να επιδρά «θετικά» στους ανέργους λόγω μείωσης του κοινωνικού στίγματος (Clark, 2003).

## **2. ΣΥΓΚΡΙΣΕΙΣ ΜΕΣΩΝ ΟΡΩΝ ΜΕΤΑΞΥ ΑΝΕΡΓΩΝ ΚΑΙ ΜΟΝΑΧΩΝ ΩΣ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ, ΤΗΝ ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑ, ΤΗ ΜΟΝΑΞΙΑ ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΤΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ.**

Οι άνεργοι όπως αναφέρθηκε, στο μεγαλύτερο μέρος τους, παρουσιάζουν μέτρια και υψηλή καταθλιπτική συμπτωματολογία, και από ότι φαίνεται σημαντικά υψηλότερη από τους μοναχούς. Για την ακρίβεια, μπορούμε να πούμε πως οι μοναχοί φαίνεται να παρουσιάζουν πολύ χαμηλά επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας. Για το δείγμα των μοναχών, δεν υπάρχουν αντίστοιχες έρευνες στη βιβλιογραφία, όμως σε ένα πιο γενικό επίπεδο, έχουμε μιλήσει στην ανασκόπηση, για τη σημασία του ευνοϊκού



πνευματικού περιβάλλοντος που ζουν (Virginia, 1998), αλλά και την πιθανά διαφορετική νοσηματοδότηση των συμπτωμάτων (Durà-Vilà et al., 2010), που ίσως να εξηγούν εν μέρει, το πολύ μικρό ποσοστό καταθλιπτικής συμπτωματολογίας. Δηλαδή, ακόμη και αν οι μοναχοί/μοναχές βιώνουν κάποια από τα συμπτώματα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας, πιθανόν να τα νοσηματοδοτούν ως μια ευκαιρία για πνευματική ανάπτυξη.

Σε ότι έχει να κάνει με την πνευματικότητα, τα αποτελέσματα δείχνουν πως οι μοναχοί/μοναχές, έχουν σημαντικά υψηλότερα επίπεδα πνευματικότητας από τους ανέργους, κάτι έρχεται σε συμφωνία με τη βιβλιογραφία (Yiengprugsawan et. al. 2012, Skrzyńska & Chudzik, 2012). Οι άνεργοι, στην πραγματικότητα, αποτελούν μέρος του γενικού πληθυσμού, οπότε εμφανίζουν επίπεδα πνευματικότητας κοντά στον παρατηρούμενο μέσο όρο, ακόμα και σε σχέση με άλλες θρησκείες (Piedmont et al., 2009). Σε ότι έχει να κάνει με τις υποκλίμακες της πνευματικότητας, βλέπουμε τους μοναχούς να υπερτερούν σημαντικά στην «ικανοποίηση από την προσευχή» και την «καθολικότητα» ενώ η «συνδετικότητα» έχει σχεδόν ίδιο μέσο όρο για τα δύο δείγματα. Η συνδετικότητα, όπως αναφέραμε και παραπάνω, αναφέρεται στο αίσθημα σύνδεσης που έχει το ίδιο το άτομο, με την ανθρώπινη πραγματικότητα. Το άτομο με υψηλά επίπεδα συνδετικότητας, αισθάνεται ότι ανήκει στο ευρύτερο σύνολο της ανθρωπότητας και ότι αποτελεί ένα σημαντικό μέρος της αλυσίδας της ζωής. Οι μοναχοί, είναι αποτραβηγμένοι από την υπόλοιπη κοινωνία, και όπως έχουμε αναφέρει, η σημαντικότερη σύνδεση που φαίνεται να βιώνουν είναι αυτή με το Θεό. Η συνδετικότητα λοιπόν σαν έννοια, φαίνεται να μην είναι πολύ κοντά με την έννοια του μοναχισμού, αφενός διότι οι μοναχοί, έχουν μια θέση περισσότερο κοντά στο Θεό και αφετέρου επειδή το αίσθημα του «ανήκειν» δεν φαίνεται να αποτελεί κεντρική έννοια στον μοναχισμό. Τέλος, η συνδετικότητα με τον τρόπο που περιγράφεται, φαίνεται να αποτελεί μια έννοια που βρίσκεται πιο κοντά στην πνευματικότητα που δεν σχετίζεται με μια συγκεκριμένη θρησκεία και τα στενά που μπορεί να θέτει.

Οι συγκρίσεις των μέσων όρων ανάμεσα στα δύο δείγματα για τη μοναξιά, δείχνουν πως οι άνεργοι έχουν σημαντικά υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς από τους μοναχούς. Όπως φαίνεται και από άλλες έρευνες, η μοναξιά είναι μια από τις συνέπειες της ανεργίας η οποία και προκαλείται από τα αισθήματα απομόνωσης και απόρριψης που βιώνει ένας άνθρωπος που χάνει την εργασία του και το αντίστοιχο κοινωνικό δίκτυο που είχε όταν εργαζόταν (Leeflang et al., 1992). Από την άλλη, για τους

μοναχούς, που εξ' ορισμού ζουν μακριά από την κοινωνία, βλέπουμε χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς. Το παραπάνω, θα μπορούσε ίσως να εξηγηθεί από το γεγονός ότι οι μοναχοί, συνειδητά επιλέγουν να ζήσουν με τον τρόπο αυτό, ενώ στην πραγματικότητα φαίνεται να έχουν εξ' ορισμού μια πολύ στενή σχέση, αυτή με το Θεό (Haddad, 1986). Από την άλλη, οι άνεργοι βιώνουν μια απώλεια, αυτή της εργασίας τους η οποία και τους φέρνει αντιμέτωπους με πολλές άλλες απώλειες όπως αυτή των κοινωνικών τους επαφών (Ali et al., 2012).

Η σύγκριση ανάμεσα στα δύο δείγματα για τους παράγοντες της προσωπικότητας, μας δείχνει πως οι άνεργοι έχουν σημαντικά υψηλότερα επίπεδα νευρωτισμού, εξωστρέφειας και δεκτικότητας στην εμπειρία και σημαντικά χαμηλότερα επίπεδα προσήνειας από τους μοναχούς. Για την ευσυνειδησία, δεν φάνηκε να υπάρχουν σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα δύο δείγματα. Θα έλεγε κανείς πως οι διαφορές στα χαρακτηριστικά προσωπικότητας των μοναχών από τους άνεργους, σχετίζονται με τον τρόπο ζωής των μοναχών, που περιγράφεται με έννοιες όπως η εσωστρέφεια, η εσωτερική πνευματικότητα, η συμπόνια και η απλότητα (Francis & Loudon, 2001). Εδώ, η αρχική μας υπόθεση ήταν πως οι μοναχοί θα έχουν υψηλότερα επίπεδα προσήνειας και ευσυνειδησίας, δεδομένης της σύνδεσης των παραπάνω παραγόντων με την πνευματικότητα (MacDonald, 2000), όμως επιβεβαιώνεται εν μέρει, καθώς μόνο για την προσήνεια οι διαφορές των μέσων όρων είναι στατιστικά σημαντικές. Η προσήνεια αναφέρεται στο να είναι κανείς συνεργατικός και βοηθητικός, με αλtruισμό και σεμνότητα, και σαν χαρακτηριστικό δείχνει να ταιριάζει με το προφίλ των μοναχών. Από την άλλη, η ευσυνειδησία είναι ένα παράγοντας που αναφέρεται σε ένα άτομο που τείνει να είναι επιμελής και αποφασιστικό, με οργάνωση και πειθαρχία το οποίο κυνηγάει την επιτυχία, έχοντας ισχυρούς στόχους. Οι μοναχοί, δεδομένης της ζωής που έχουν ακολουθήσει, είναι απομακρυσμένοι από την κοινωνία και τις συνακόλουθες απαιτήσεις της για στοχοθεσία, οργάνωση, επιτυχία και προγραμματισμό, έννοιες οι οποίες δεν φαίνεται να ταιριάζουν στον τρόπο ζωής και την καθημερινότητα των μοναχών.

### 3. ΣΧΕΣΕΙΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ ΚΑΙ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Η πνευματικότητα, στο μεγαλύτερο μέρος της επιστημονικής βιβλιογραφίας, φαίνεται πως σχετίζεται αρνητικά με την κατάθλιψη (Blazer, 2012, Koenig, 2009, Dein, 2006). Στην παρούσα έρευνα, η αρχική μας υπόθεση, ήταν πως και για τα δύο δείγματα η πνευματικότητα θα εμφανίζει μια αρνητική συσχέτιση με την κατάθλιψη, κάτι που δεν επιβεβαιώνεται από τις αναλύσεις.

Για τους ανέργους, δεν βλέπουμε καμία συσχέτιση της κατάθλιψης με την πνευματικότητα, ούτε και με τις επιμέρους διαστάσεις της. Το γεγονός αυτό θα μπορούσε να εξηγηθεί από το γεγονός ότι οι άνθρωποι αυτοί, αντιμετωπίζουν σοβαρά κοινωνικά και συναισθηματικά προβλήματα αλλά κυρίως προβλήματα επιβίωσης που χρήζουν άμεσης αντιμετώπισης, δεδομένου πως οι βασικές τους ανάγκες δεν καλύπτονται. Η πνευματικότητα φαίνεται να δρα σε ένα πιο γενικό και μακροπρόθεσμο επίπεδο και άρα η νοσηματοδότηση των συγκεκριμένων προβλημάτων μέσα από την πνευματικότητα πιθανόν να είναι ανεπιτυχής. Επίσης, όπως αναφέρθηκε και στην βιβλιογραφική ανασκόπηση, ο τρόπος με τον οποίο η πνευματικότητα δρα σε σχέση με την κατάθλιψη δεν είναι ξεκάθαρος, καθώς σε κάποιες περιπτώσεις δείχνει να δρα ως ρυθμιστικός παράγοντας σε καταστάσεις στρες για άτομα που έχουν χάσει για κάποιο λόγο το νόημα στη ζωή τους (Smith et al., 2003), και άλλες ως κύριος, δρώντας δηλαδή απευθείας και κατασταλτικά για την καταθλιπτική συμπτωματολογία (Berry & York, 2011). Επιπλέον, έχει αναφερθεί ότι η αρνητική συσχέτιση των δύο μεταβλητών, φαίνεται σε περιπτώσεις ατόμων που αντιμετωπίζουν προβλήματα, και όχι σε υγιή άτομα (Wink, 2005). Το παραπάνω, θα μπορούσε με κάποιο τρόπο να εξηγήσει και τα αποτελέσματα των αναλύσεων της παρούσας έρευνας. Για τους ανέργους, αν και αναφέραμε πως το οριακά μεγαλύτερο ποσοστό (51.1%) δείχνει να έχει μέτρια και υψηλή καταθλιπτική συμπτωματολογία, υπάρχει και ένα μεγάλο ποσοστό (48.9%) που δεν εμπίπτει στην κατηγορία των ατόμων με καταθλιπτική συμπτωματολογία, ενώ ο μέσος όρος καταθλιπτικής συμπτωματολογίας στο δείγμα δεν είναι ιδιαίτερα υψηλός (18.17). Έτσι κατά πάσα πιθανότητα, για το συγκεκριμένο δείγμα ίσως να μην αποτελεί την κατάλληλη περίπτωση για την ανάδειξη της αρνητικής συσχέτισης των δύο μεταβλητών.

Σε ότι έχει να κάνει με το δείγμα των μοναχών, αν και παρατηρούμε πως έχουν πολύ χαμηλά επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας και υψηλά επίπεδα πνευματικότητας, βλέπουμε μια θετική συσχέτιση της καταθλιπτικής

συμπτωματολογίας με την πνευματικότητα και τη συνδετικότητα. Εδώ, το δείγμα των μοναχών αποτελεί σίγουρα μια περίπτωση που αν θεωρήσουμε ότι η πνευματικότητα δρα ρυθμιστικά σε καταστάσεις που τα άτομα βρίσκονται αντιμέτωπα με κατάθλιψη ή απώλεια νοήματος, δεν θα μπορούσαμε να δούμε την αρνητική συσχέτιση. Σημαντικό επίσης είναι, να αναφέρουμε πως, όπως έχουμε δει, η πνευματικότητα δρα θετικά κατά κύριο λόγο στα συμπτώματα που έχουν να κάνουν με τη γνωστική λειτουργία και όχι στα σωματικά (Koenig, Cohen, Blazer et al., 1995). Δεδομένου ότι το 60,9% του δείγματος των μοναχών, ανήκουν στην ηλικιακή ομάδα από 40 έως 73 ετών και του γεγονότος πως το μεγαλύτερο μέρος του μοναστικού πληθυσμού ασχολείται με αγροτικές και χειρονακτικές εργασίες για τη εξασφάλιση της αυτάρκειας της μονής, θα μπορούσαμε να υποθέσουμε πως η θετική αυτή συσχέτιση πιθανόν να προκαλείται από αυξημένα σωματικά συμπτώματα, τα οποία όμως δε συνδέονται με καταθλιπτική συμπτωματολογία. Επιπλέον, οι μοναχοί, ως άτομα με υψηλά επίπεδα πνευματικότητας, και προσήγειας - η οποία συνδέεται με ποιότητες και αξίες ανθρωπιστικές - πιθανόν να είναι ιδιαίτερα ευαισθητοποιημένοι για την υπόλοιπη κοινωνία, δεδομένου πως κατά κύριο λόγο προσεύχονται για τους ανθρώπους. Η συνδετικότητα, στην ουσία, τους φέρνει συναισθηματικά πιο κοντά στους υπόλοιπους ανθρώπους, στα προβλήματα τους και σε αυτά που καλούνται να αντιμετωπίσουν. Έτσι, δεδομένης της συνειδητοποίησης της σύνδεσης με τους άλλους, οι μοναχοί πιθανόν να έρχονται αντιμέτωποι με την επώδυνη συνειδητοποίηση των δύσκολων συνθηκών της ζωής (χαμηλότητα, φτώχεια, ανεργία, εγκληματικότητα) – από την οποία εκείνοι αποτραβήχτηκαν. Το γεγονός αυτό, ακόμη και αν νοσηματοδοτείται μέσω της θρησκευτικότητας και της πνευματικότητας, δεν παύει να είναι ιδιαίτερα οδυνηρό για ευαίσθητους ανθρώπους, οι οποίοι, πιθανόν, μεταξύ άλλων να επέλεξαν αυτό τον τρόπο ζωής ακριβώς επειδή δεν άντεχαν το «χαμηλό» της ανθρώπινης ύπαρξης.

#### **4. ΣΧΕΣΕΙΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ ΚΑΙ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ**

Για τη συσχέτιση της μοναξιάς με την πνευματικότητα, τα δεδομένα από άλλες έρευνες είναι ελάχιστα και όσα υπάρχουν, μιλούν κατά κύριο λόγο για τη θρησκευτικότητα και τη μοναξιά, ανάμεσα στις οποίες παρατηρείται κατά κύριο λόγο αρνητική συσχέτιση (Kirkpatrick et al., 1999).

Στην παρούσα έρευνα, συσχετίσαμε τη μοναξιά με την πνευματικότητα και τις επιμέρους διαστάσεις της και υποθέσαμε πως η συσχέτιση θα είναι αρνητική. Από την ανάλυση, για το δείγμα των ανέργων, φαίνεται μια αρνητική συσχέτιση μόνο ανάμεσα στη μοναξιά και τη διάσταση της καθολικότητας, δηλαδή του αισθήματος ενός κοινού σκοπού της ανθρωπότητας απέναντι στη ζωή. Όσο δηλαδή το αίσθημα της καθολικότητας αυξάνεται, τόσο η μοναξιά μειώνεται, και το αντίθετο. Από την περιγραφή της έννοιας της καθολικότητας, το παραπάνω φαίνεται λογικό, καθώς, ένα άτομο με υψηλά επίπεδα καθολικότητας, πιστεύει και βιώνει την ανθρωπότητα σαν ένα σύνολο και βλέπει την ενωτική πλευρά της ζωής. Για το δείγμα των μοναχών, καμία συσχέτιση δεν φάνηκε ανάμεσα στην μοναξιά και την πνευματικότητα ή τις επιμέρους διαστάσεις της. Η μοναξιά, για τους ανθρώπους που επέλεξαν το μοναχισμό, αποτελεί μια περίπτωση που πιθανόν να πρέπει να εξηγηθεί ειδικά. Στην πραγματικότητα, για κάποιον ο οποίος αποτραβιέται από την κοινωνία και τους κοντινούς του ανθρώπους αυτοβούλως, επιλέγοντας να ζήσει την υπόλοιπη ζωή του με τον τρόπο αυτό, πιθανόν η μοναξιά να μην αποτελεί ένα αρνητικό βίωμα. Αντίθετα, θα μπορούσε να είναι ανακουφιστική, καθώς έτσι, οι μοναχοί, έχουν τη δυνατότητα συνεχούς επικοινωνίας με το Θεό. Μάλιστα, για τους μοναχούς, η μοναξιά, πιθανόν να μπορεί να περιγραφεί με άλλους όρους, όπως για παράδειγμα το αίσθημα απώλειας της σύνδεσης ή της επαφής με το Θεό. Δεδομένου πως η μοναξιά βιώνεται λόγω του ότι οι υπάρχουσες σχέσεις δεν ικανοποιούν ποσοτικά αλλά κυρίως ποιοτικά το άτομο, σε ένα μοναστικό πλαίσιο, η μοναξιά θα μπορούσε να αποτελέσει κάτι διαφορετικό και για το λόγο αυτό πιθανόν η πνευματικότητα στην περίπτωση αυτή, δεν παρουσιάζει κανενός είδους συσχέτιση με τη μοναξιά.

## **5. ΣΧΕΣΕΙΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΠΕΝΤΕ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΤΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ**

Από τα βιβλιογραφικά δεδομένα που αφορούν τον τρόπο συσχέτισης της πνευματικότητας με τους πέντε παράγοντες της προσωπικότητας, η εικόνα είναι πως σε γενικές γραμμές, οι παράγοντες που σχετίζονται με την πνευματικότητα είναι η προσήγεια και η ευσυνειδησία (MacDonald, 2000). Στην παρούσα έρευνα, η συσχέτιση των παραγόντων της προσωπικότητας με τον γενικό παράγοντα της πνευματικότητας,

έδειξε για τους ανέργους μια θετική συσχέτιση με την δεκτικότητα στην εμπειρία και την προσήνεια, και για τους μοναχούς καμία συσχέτιση.

Σε ότι έχει να κάνει με τη συσχέτιση των επιμέρους διαστάσεων της πνευματικότητας με τους πέντε παράγοντες της προσωπικότητας, η εικόνα είναι διαφορετική για τα δύο δείγματα. Για τους ανέργους, η ικανοποίηση από προσευχή συνδέεται θετικά με την προσήνεια, κάτι που σημαίνει πως όσο υψηλότερα επίπεδα προσήνειας κάποιος έχει, τόσο περισσότερο βιώνει ικανοποίηση από την προσευχή, και έρχεται σε συμφωνία με τα αποτελέσματα του Piedmont (1999). Η καθολικότητα, συνδέεται θετικά με την εξωστρέφεια, τη δεκτικότητα στην εμπειρία και την προσήνεια κάτι που επίσης έρχεται σε συμφωνία με τα βιβλιογραφικά δεδομένα αλλά και με τη σημασία των εννοιών. Η συνδετικότητα σχετίζεται θετικά με το νευρωτισμό, την εξωστρέφεια, την δεκτικότητα στην εμπειρία και την ευσυνειδησία. Εδώ, τα δεδομένα συμφωνούν με τη βιβλιογραφία εκτός από το νευρωτισμό που φαίνεται να συνδέεται θετικά με τη συνδετικότητα, ενώ σε έρευνα του Piedmont (1999) δεν βρέθηκε καμία συσχέτιση. Πιθανόν η συσχέτιση αυτή να εξηγείται από το γεγονός πως οι άνεργοι, επηρεαζόμενοι μέσω της συνδετικότητας από την γενική αρνητική κατάσταση που φαίνεται να υπάρχει παγκοσμίως από άποψη οικονομικής συγκυρίας, να είναι πιο ευάλωτοι στη βίωση αρνητικών συναισθημάτων και την αρνητική αποτύπωση της ζωής και του μέλλοντος λόγω της κατάστασης της ανεργίας.

Για το δείγμα των μοναχών, η ικανοποίηση από προσευχή συνδέεται αρνητικά με την εξωστρέφεια, κάτι που σημαίνει πως η χαμηλότερη εξωστρέφεια συνδέεται με περισσότερη ικανοποίηση από την προσευχή για τους μοναχούς. Το παραπάνω αν και έρχεται σε αντίθεση με την έρευνα του Piedmont (1999) που έδειξε πως η συσχέτιση είναι θετική, φαίνεται λογικό για τους μοναχούς δεδομένου πως, η εσωστρέφεια και η απομόνωση δείχνει να αποτελεί διευκολυντικό παράγοντα για τους ίδιους, για εσωτερικές διεργασίες όπως η προσευχή. Η συνδετικότητα δείχνει να συνδέεται θετικά με το νευρωτισμό και αρνητικά με την ευσυνειδησία. Δηλαδή, όσο υψηλότερα επίπεδα συνδετικότητας έχει κάποιος, τόσο υψηλότερα επίπεδα νευρωτισμού και τόσο χαμηλότερα επίπεδα ευσυνειδησίας. Βιβλιογραφικά, φαίνεται η συνδετικότητα να συνδέεται μην συνδέεται σημαντικά με κανέναν από τους δύο παράγοντες της προσωπικότητας. Για τους μοναχούς, πιθανόν η συνδετικότητα, ως διάσταση που τους φέρνει κοντά στην υπόλοιπη ανθρωπότητα, μέσω αισθημάτων σύνδεσης με τους άλλους, να λειτουργεί ως μέσο, βίωσης αρνητικών συναισθημάτων, επηρεαζόμενοι από

τις δυσκολίες που η ανθρωπότητα αντιμετωπίζει. Αντίστοιχα, σε ότι έχει να κάνει με την ευσυνειδησία, που αναφέρεται σε ένα άτομο που τείνει να είναι αποφασιστικό, με οργάνωση και το οποίο κυνηγάει την επιτυχία, έχοντας ισχυρούς στόχους, η συνδετικότητα, για τους μοναχούς θα μπορούσε να λειτουργεί αρνητικά, λόγω του ότι ένα άτομο με ευαισθησία, το οποίο επηρεάζεται από τις δυσκολίες της ανθρωπότητας, πιθανόν να είναι δύσκολο να μείνει τόσο προσηλωμένος και ακριβής στο δικό του, ατομικό επίπεδο δράσης.

Συμπερασματικά, από τις παραπάνω συσχετίσεις, η εικόνα για τα δύο δείγματα είναι διαφορετική, κάτι που θα μπορούσε να σημαίνει πως η διάσταση της πνευματικότητας έχει διαφορετική σημασία και νοηματοδότηση για τους ανθρώπους του κλήρου και ιδιαίτερα τους μοναχούς που εμπλέκονται πλήρως με τη θρησκεία και έχουν επιλέξει ένα συγκεκριμένο τρόπο ζωής, και για τους κοσμικούς ανθρώπους. Το παραπάνω, έχει τονιστεί και μέσα από την έρευνα των Skrzybińska και Chudzik (2012) που σύγκρινε μοναχές με κοσμικές γυναίκες, ενώ έχει επισημανθεί και μέσα από την έρευνα των παραγόντων της προσωπικότητας σε σχέση με την πνευματικότητα, σε ότι έχει να κάνει με τις συσχετίσεις της πνευματικότητας με την δεκτικότητα στην εμπειρία. Έτσι, βλέπουμε η δεκτικότητα στην εμπειρία να σχετίζεται με την πνευματικότητα, σε ανθρώπους που δεν σχετίζονται με τη θρησκεία, ενώ αντίθετα η θρησκευτικότητα αποκλίνει εντελώς από τον παράγοντα της δεκτικότητας στην εμπειρία (Saroglou & Muñoz - García, 2008, Saroglou, 2002).

## **6. ΣΧΕΣΕΙΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ, ΜΟΝΑΧΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ**

Στη μελέτη της κατάθλιψης, διαφαίνεται μια θετική συσχέτιση του νευρωτισμού με τις διαταραχές της διάθεσης, όπως το μείζον καταθλιπτικό επεισόδιο και τη δυσθυμική διαταραχή (Bienvenu et al., 2004). Υπόθεση μας ήταν, πως ο νευρωτισμός συνδέεται θετικά με την καταθλιπτική συμπτωματολογία, κάτι που επιβεβαιώνεται από τα δεδομένα, καθώς και για τους ανέργους αλλά και για τους μοναχούς, παρατηρείται μια σημαντική θετική συσχέτιση ανάμεσα στην κατάθλιψη και το νευρωτισμό. Δηλαδή, όσο υψηλότερα επίπεδα νευρωτισμού έχει κάποιος τόσο περισσότερες πιθανότητες έχει στην ανάπτυξη καταθλιπτικής συμπτωματολογίας. Μάλιστα πέραν του νευρωτισμού

παρατηρούμε και σημαντική αρνητική συσχέτιση με την ευσυνειδησία, γεγονός που επιβεβαιώνει τους Kendler & Myers (2010), που μιλούσαν για ευπάθεια στην κατάθλιψη, που εκφράζεται μέσω της προσωπικότητας.

Πέραν της κατάθλιψης, ο νευρωτισμός δείχνει να σχετίζεται θετικά με τη μοναξιά για τους μοναχούς και τους ανέργους, κάτι που επιβεβαιώνει την υπόθεση μας. Έτσι, τα υψηλά επίπεδα νευρωτισμού φαίνεται πέραν της κατάθλιψης να αποτελούν και παράγοντα κινδύνου για τη βίωση μοναξιάς. Εξάλλου έχει αναφερθεί πως ο νευρωτισμός πέραν της ενδεχόμενης συμβολής του στην επιδείνωση των σχετικών συμπτωμάτων μοναξιάς, ίσως να επηρεάζει και τον τρόπο που ένα άτομο ανταποκρίνεται σ' αυτήν (Vanhalst et al., 2012b).

Τέλος, στην παρούσα έρευνα, η κατάθλιψη με τη μοναξιά δείχνουν να σχετίζονται σημαντικά και μεταξύ τους, κάτι που επιβεβαιώνει τη σχετική υπόθεση μας και επιβεβαιώνεται από τη βιβλιογραφία (Lasgaard et al., 2011). Και για τους ανέργους και για τους μοναχούς, παρατηρούμε μια σημαντική θετική συσχέτιση μεταξύ των δύο μεταβλητών. Η συσχέτιση της μοναξιάς με την κατάθλιψη έχει επανειλημμένα ερευνηθεί, ενώ οι μεταβλητές αυτές αντιμετωπίζονται κατά κύριο λόγο σαν χωριστές έννοιες και δίχως να αποδεικνύεται κάποια αιτιώδης σχέση μεταξύ τους (Cacioppo et al., 2006).

## **7. ΠΡΟΒΛΕΨΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ**

Με στόχο να ελέγξουμε, ποιες από τις μεταβλητές της παρούσας έρευνας είναι δυνατόν να προβλέψουν την καταθλιπτική συμπτωματολογία και τη μοναξιά, και για τα δύο δείγματα έγινε ανάλυση παλινδρόμησης. Οι μεταβλητές που χρησιμοποιήθηκαν ήταν: α) οι πέντε παράγοντες της προσωπικότητας και β) η πνευματικότητα με τις τρεις διαστάσεις της.

Σε ότι έχει να κάνει με την κατάθλιψη, στο δείγμα των ανέργων τον πρώτο παράγοντα πρόβλεψης αποτέλεσε ο νευρωτισμός ο οποίος είχε θετική συσχέτιση με την κατάθλιψη και δεύτερο παράγοντα πρόβλεψης αποτέλεσε η εξωστρέφεια που είχε αρνητική συσχέτιση με την κατάθλιψη. Δηλαδή για τους ανέργους, φαίνεται πως ο νευρωτισμός αποτελεί παράγοντα που επιδεινώνει με κάποιο τρόπο την καταθλιπτική



συμπτωματολογία, και αντίθετα η εξωστρέφεια αποτελεί παράγοντα που την ευνοεί, μειώνοντας την. Το παραπάνω επιβεβαιώνεται και από τη βιβλιογραφία που αναφέρει πως η κατάθλιψη φαίνεται να σχετίζεται με υψηλά επίπεδα νευρωτισμού και χαμηλά επίπεδα εξωστρέφειας (Bienvenu et al., 2004).

Για το δείγμα των μοναχών, τον πρώτο παράγοντα πρόβλεψης της κατάθλιψης αποτέλεσε ο νευρωτισμός, σχετιζόμενος θετικά, όπως και για τους ανέργους, και το δεύτερο παράγοντα πρόβλεψης, αποτέλεσε η καθολικότητα, σχετιζόμενη επίσης, θετικά με την κατάθλιψη. Στην πραγματικότητα λοιπόν, για τους μοναχούς, ο νευρωτισμός αλλά και η καθολικότητα (αίσθημα κοινού σκοπού απέναντι στην ύπαρξη) αποτελούν παράγοντα που επιδεινώνει με κάποιο τρόπο την καταθλιπτική συμπτωματολογία. Ο νευρωτισμός, όπως έχει εξηγηθεί, αποτελεί έναν παράγοντα της προσωπικότητας που εκφράζει την ευπάθεια ενός ατόμου στη βίωση αρνητικών συναισθημάτων. Από την άλλη, η καθολικότητα, είναι μια διάσταση που υπερτονίζει ότι όλοι στη ζωή είμαστε ένα ευρύτερο όλο με έναν κοινό σκοπό, ενώ είδαμε ότι συνδέεται θετικά για τους ανέργους με τη δεκτικότητα στην εμπειρία – παράγοντας της προσωπικότητας που δεν εμφανίζεται στη θρησκευτικότητα. Η καθολικότητα λοιπόν, ίσως, για τους μοναχούς, που έχουν αφιερώσει τη ζωή τους σε μια συγκεκριμένη θρησκεία, να αποτελεί μια «απειλητική» έννοια, καθώς εξισώνει τους ανθρώπους ασχέτως θρησκείας, και εννοιολογικά ίσως ταιριάζει περισσότερο στην ευρύτερη έννοια της πνευματικότητας που δεν σχετίζεται απόλυτα με κάποια θρησκεία.

Για την πρόβλεψη της μοναξιάς στο δείγμα των ανέργων, τον πρώτο παράγοντα αποτέλεσε η εξωστρέφεια με αρνητική συσχέτιση, τον δεύτερο η προσήνεια με αρνητική συσχέτιση, ενώ τρίτος παράγοντας με αρνητική επίσης συσχέτιση ήταν η καθολικότητα. Δηλαδή, η μοναξιά φαίνεται να μειώνεται, όσο υψηλότερα επίπεδα εξωστρέφειας, προσήνειας και καθολικότητας έχει κανείς. Οι παράγοντες της προσωπικότητας εξωστρέφεια και προσήνεια έχουν αναδειχθεί μέσα από την έρευνα της προσωπικότητας και μοναξιάς και επιβεβαιώνονται από τη βιβλιογραφία (Kao, 2012). Η εξωστρέφεια και η προσήνεια, αποτελούν από τους πιο «θετικούς» παράγοντες προσωπικότητας και εννοιολογικά από την ανάλυση τους φαίνεται να είναι πλήρως αντίθετοι με την έννοια της μοναξιάς. Η καθολικότητα επίσης, και το αίσθημα ενός ευρύτερου όλου της ύπαρξης, στο οποίο το άτομο ανήκει, πιθανόν να δημιουργεί συναισθήματα επαφής με την υπόλοιπη ανθρωπότητα, κάτι που θα μπορούσε να λειτουργεί θετικά στα συμπτώματα μοναξιάς. Επίσης, με θετική συσχέτιση

ακολούθησαν οι παράγοντες δεκτικότητα στην εμπειρία και ικανοποίηση από προσευχή. Έτσι, φαίνεται πως για τους ανέργους η μοναξιά ευνοείται επίσης, όταν κανείς έχει υψηλά επίπεδα δεκτικότητας στην εμπειρία και ικανοποίησης από προσευχή. Η δεκτικότητα στην εμπειρία, είναι ένας παράγοντας της προσωπικότητας, που αναφέρεται σε χαρακτηριστικά όπως περιέργεια, τάση για δοκιμή νέων πραγμάτων, και αυξημένη φαντασία και πιθανόν κανείς να αισθάνεται πιο ασφαλής ή και πιο «κοινωνικοποιημένος» με πιο συμβατικές επιλογές. Επιπλέον, η ικανοποίηση από προσευχή, είναι μια διάσταση της πνευματικότητας που ίσως σχετίζεται θετικά με τη μοναξιά, επειδή η προσευχή είναι μια προσπάθεια επικοινωνίας με κάτι ανώτερο που κανείς ασκεί μόνος του, σε ένα επίπεδο απομόνωσης.

Για την πρόβλεψη της μοναξιάς στο δείγμα των μοναχών, δύο ήταν οι παράγοντες που εξήχθησαν από την ανάλυση. Τον πρώτο παράγοντα αποτέλεσε η εξωστρέφεια και τον δεύτερο η προσήνεια, και οι δύο σχετιζόμενες αρνητικά με τη μοναξιά, όπως και στους ανέργους. Όπως αναφέραμε και παραπάνω, οι δύο αυτοί παράγοντες και από τη βιβλιογραφία φαίνεται πως συσχετίζονται αρνητικά με τη μοναξιά, αλλά και εννοιολογικά μπορούμε να πούμε, πως ένα εξωστρεφές και ενεργητικό άτομο, με φιλικότητα και συνεργατικότητα, φαίνεται πιο εύκολο να έχει και να διατηρεί κοινωνικές σχέσεις.

## **8. ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ ΕΡΕΥΝΑΣ**

Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας παρουσιάζουν κάποιους περιορισμούς που θα πρέπει να επισημανθούν. Αρχικά θα πρέπει να σημειωθεί πως τα δείγματα (133 άνεργοι και 46 μοναχοί) είναι αρκετά μικρά - και ειδικότερα το δείγμα των μοναχών που αποτελούνταν μόνο από 46 άτομα και άρα τα συμπεράσματα μας δεν μπορούν να γενικευτούν στον γενικό πληθυσμό των ανέργων και των μοναχών. Επιπλέον, στο δείγμα των ανέργων, ο αριθμός των αντρών ήταν πολύ μικρότερος από αυτό των γυναικών.

Επιπρόσθετα, με προσοχή θα πρέπει να αντιμετωπιστεί ο όρος κατάθλιψη που αναφέρεται στην έρευνα, καθώς το ερωτηματολόγιο που χρησιμοποιούμε είναι αυτοαναφορικό, χρησιμοποιείται για ερευνητικούς σκοπούς και μετράει καταθλιπτική συμπτωματολογία και όχι κατάθλιψη κλινικά διαγνωσμένη. Σε ότι αφορά όμως και τα

υπόλοιπα ψυχομετρικά εργαλεία, πρέπει να σημειωθεί πως πέραν της καλής παραγοντικής δομής και αξιοπιστίας που αναλύσαμε παραπάνω, είναι ερωτηματολόγια τα οποία δεν έχουν σταθμιστεί στον ελληνικό πληθυσμό.

Τέλος, θα πρέπει να σημειωθεί πως τα αποτελέσματα μας βασίζονται σε συσχετίσεις μεταξύ των μεταβλητών, και όχι σε αιτιώδεις σχέσεις και άρα δεν δύναται να βγουν συμπεράσματα αιτίας- αιτιατού από τα παραπάνω αποτελέσματα.

## 9. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Συμπερασματικά, μπορούμε να πούμε πως από τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας, φαίνεται πως οι άνεργοι έχουν σημαντικά υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικής συμπτωματολογίας και μοναξιάς σε σχέση με τους μοναχούς, και σημαντικά χαμηλότερα επίπεδα πνευματικότητας. Η υπόθεση μας πως ο νευρωτισμός θα σχετίζεται θετικά με την κατάθλιψη και τη μοναξιά επιβεβαιώθηκε ενώ απορρίφθηκε η υπόθεση αρνητικής συσχέτισης της πνευματικότητας με την καταθλιπτική συμπτωματολογία και για τα δύο δείγματα. Τέλος, η συσχέτιση της πνευματικότητας και των διαστάσεων της, με τους παράγοντες της προσωπικότητας, εμφανίζει διαφορετική εικόνα για τα δύο δείγματα, κάτι που κατά πάσα πιθανότητα καταδεικνύει την διαφορετική νοηματοδότηση της πνευματικότητας από τους μοναχούς και τους κοσμικούς ανθρώπους.

Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας θα μπορούσαν να αξιοποιηθούν από τους επιστήμονες για περαιτέρω μελέτη και έρευνα. Για παράδειγμα, η μελέτη της πνευματικότητας σε συνδυασμό με τη θρησκευτικότητα σε διαφορετικούς θρησκευτικούς πληθυσμούς θα μπορούσε να μας δώσει περεταίρω πληροφορίες για τον τρόπο αντίληψης και διαφοροποίησης των δύο εννοιών, που τόσο έχουν απασχολήσει την επιστημονική κοινότητα. Ακόμη, η μελέτη της πνευματικότητας σε σχέση με τις αρνητικές επιπτώσεις της ανεργίας, θα μπορούσε να μελετηθεί σε ένα μεγαλύτερο και περισσότερο αντιπροσωπευτικό δείγμα. Η μελέτη του θέματος αυτού σε ένα μεγαλύτερο δείγμα θα μπορούσε ενδεχομένως να αναδείξει το ρόλο της πνευματικότητας και στην πορεία να συμβάλλει σε σχετικές θεραπευτικές παρεμβάσεις στον πληθυσμό των ανέργων. Τέλος, η μοναξιά σε σχέση με την πνευματικότητα, είναι ένα θέμα που δεν

έχει μελετηθεί αρκετά και το οποίο θα μπορούσε επίσης να προσφέρει πολλά στην έρευνα που αφορά την πνευματικότητα και τη θρησκευτικότητα.

## **ΜΕΡΟΣ V: ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

- Abolfathi Momtaz, Y., Hamid, T.-A., Ibrahim, R., Yahaya, N., & Tyng Chai, S. (2011). Moderating effect of religiosity on the relationship between social isolation and psychological well-being. *Mental Health, Religion & Culture*, 14(2), 141–156.
- Ali, S. R., Fall, K., & Hoffman, T. (2012). Life Without Work: Understanding Social Class Changes and Unemployment Through Theoretical Integration. *Journal of Career Assessment*, 21(1), 111–126.
- Allik, J., & McCrae, R. R. (2002). A Five-Factor Theory perspective. In R. R. McCrae & J. Allik (Eds.), *The Five-Factor Model of personality across cultures* (pp. 303-322). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Alpass, F. M., & Neville, S. (2003). Loneliness, health and depression in older males. *Aging & mental health*, 7(3), 212–6.
- Baetz M, Bowen R, Jones G. (2006). How spiritual values and worship attendance relate to psychiatric disorders in the Canadian population. *Can J Psychiatry*; 51: 654-661
- Barg, F. K., Huss-Ashmore, R., Wittink, M. N., Murray, G. F., Bogner, H. R., & Gallo, J. J. (2006). A mixed-methods approach to understanding loneliness and depression in older adults. *The journals of gerontology. Series B, Psychological sciences and social sciences*, 61(6), S329–39.
- Bell, B. (1993). Emotional loneliness and the perceived similarity of ones ideas and interests. *Journal of Social Behavior and Personality*, 8(2), 273-280.
- Berry, D. M., & York, K. (2011). Depression and religiosity and/or spirituality in college: a longitudinal survey of students in the USA. *Nursing & health sciences*, 13(1), 76–83.
- Bienvenu, O. J., Samuels, J. F., Costa, P. T., Reti, I. M., Eaton, W. W., & Nestadt, G. (2004). Anxiety and depressive disorders and the five-factor model of personality: a higher- and lower-order personality trait investigation in a community sample. *Depression and anxiety*, 20(2), 92–7.
- Bishop, A. (2006). Age and gender differences in adaptation and subjective well-being of older adults residing in monastic religious communities. *Pastoral Psychology*, 131–143.
- Blazer, D. (2012). Religion/spirituality and depression: what can we learn from empirical studies? *American Journal of Psychiatry*, 10–12.
- Bruder, K. a. (1998). Monastic Blessings: Deconstructing And Reconstructing The Self. *Symbolic Interaction*, 21(1), 87–116.
- Bryant, A. N. (2007). Gender Differences in Spiritual Development During the College Years. *Sex Roles*, 56(11-12), 835–846.

- Burris, C. T., Batson, C. D., Altstaedten, M., & Stephens, K. (1994). "What a Friend...": Loneliness as a Motivator of Intrinsic Religion. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 326-334.
- Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C., & Thisted, R. a. (2010). Perceived social isolation makes me sad: 5-year cross-lagged analyses of loneliness and depressive symptomatology in the Chicago Health, Aging, and Social Relations Study. *Psychology and aging*, 25(2), 453–63.
- Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C., Rickett, E. M., & Masi, C. M. (2005). Sociality, spirituality, and meaning making: Chicago Health, Aging, and Social Relations Study. *Review of General Psychology*, 9(2), 143–155.
- Cacioppo, J. T., Hughes, M. E., Waite, L. J., Hawkley, L. C., & Thisted, R. a. (2006). Loneliness as a specific risk factor for depressive symptoms: cross-sectional and longitudinal analyses. *Psychology and aging*, 21(1), 140–51.
- Caffrey, B. (1969). Behavior patterns and personality characteristics related to prevalence rates of coronary heart disease in American monks. *Journal of chronic diseases*.
- Cheng, H., & Furnham, A. (2002). Personality, peer relations, and self-confidence as predictors of happiness and loneliness. *Journal of Adolescence*, 327–339.
- Clark, A. E. (2003). Unemployment as a social norm: psychological evidence from panel data. *Journal of Labor Economics*, 21, 323 -351.
- Cohen, A. B. (2002). The importance of spirituality in well-being for Jews and Christians, *Journal of Happiness Studies*, 3, 287–310 287–310.
- Creed, P. a, & Evans, B. M. (2002). Personality, well-being and deprivation theory. *Personality and Individual Differences*, 33(7), 1045–1054.
- Creed, P. a., & Reynolds, J. (2001). Economic deprivation, experiential deprivation and social loneliness in unemployed and employed youth. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 11(3), 167–178.
- Danner, D., Snowdon, D., Friesen W. (2001). Positive emotions in early life and longevity: findings from the nun study. *Journal of personality and social Psychology*, 80(5), 804–813.
- Dein, S. (2006). Religion, spirituality and depression: implications for research and treatment. *Primary Care and Community Psychiatry*, 11(2), 67–72.
- Δημητριάδου & Σταλίκας, (2012). Ερωτηματολόγιο πέντε παραγόντων της προσωπικότητας NEO (NEO Five – Factor Inventory [NEO – FFI], Form S). Στο Σταλίκας, Α., Τριλίβα, Σ., & Ρούσση, Π. (2012). *Τα Ψυχομετρικά Εργαλεία στην Ελλάδα*. Αθήνα: Πεδίο.
- Durà-Vilà, G., Dein, S., Littlewood, R., & Leavey, G. (2010). The Dark Night of the Soul: causes and resolution of emotional distress among contemplative nuns. *Transcultural psychiatry*, 47(4), 548–70.
- De Jong, J. A., & Donovan, D. C. (1988). Age-related differences in beliefs, attitudes and practices of priests. *Journal for the scientific study of religion*, 128-136.

- Emmons, R. (1999). Religion in the psychology of personality: An introduction. *Journal of Personality*, 67 (6).
- Francis, L., & Loudon, S. (2001). Parish Ministry and Roman Catholic Regular Clergy. Applying Eysenck's Dimensional Model of Personality. *International Journal of Practical Theology*, 5, 216–226.
- Goodwin, R. D., & Gotlib, I. H. (2004). Gender differences in depression: the role of personality factors. *Psychiatry research*, 126(2), 135–42.
- Gross, J. J., Sutton, S. K., & Ketelaar, T. (1998). Relations between affect and personality: Support for the affect-level and affective-reactivity views. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 279–288.
- Haddad, F. (1986). Orthodox Spirituality: The Monastic Life. *The Ecumenical Review*, 38, 65–70.
- Hagerty, B. M., Williams, R. A., Coyne, J. C., & Early, M. R. (1996). Sense of belonging and indicators of social and psychological functioning. *Archives of Psychiatric Nursing*, 10(4), 235-244.
- Harkness, K. L., Michael Bagby, R., Joffe, R. T., & Levitt, A. (2002). Major depression, chronic minor depression, and the five-factor model of personality. *European Journal of Personality*, 16(4), 271–281.
- Headey, B. (2008). Life goals matter to happiness: A revision of set-point theory. *Social Indicators Research*, 86, 213–231.
- Henningsgaard, J. M., & Arnau, R. C. (2008). Relationships between religiosity, spirituality, and personality: A multivariate analysis. *Personality and Individual Differences*, 45(8), 703–708.
- Hillery, G. A. (1992). *The monastery: A study in freedom, love, and community*. Praeger.
- Hodges, S. (2002). Mental health, depression, and dimensions of spirituality and religion. *Journal of Adult Development*, 9(2).
- Jahoda, M. (1981). Work, employment, and unemployment: Values, theories, and approaches in social research. *American Psychologist*, 36, 184–191.
- Jang, S., Cho, S., Chang, J., Boo, K., Shin, H., Lee, H., & Berkman, L. F. (2009). Employment Status and Depressive Symptoms in Koreans: Results From a Baseline Survey of the Korean Longitudinal Study of Aging. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 64B(5), 677–683.
- Jefferis, B. J., Nazareth, I., Marston, L., Moreno-Kustner, B., Bellón, J. Á., Svab, I., King, M. (2011). Associations between unemployment and major depressive disorder: evidence from an international, prospective study (the predict cohort). *Social science & medicine*, 73(11), 1627–34.
- Joest, C. (2010). Once Again: On the Origin of Christian Monasticism. Recent Historical and Exegetical Insights and a New Proposal with an Ecumenical Perspective. *American Benedictine Review*, 61 (June, 2010), 158-82.

- Johnstone, B., Yoon, D. P., Cohen, D., Schopp, L. H., McCormack, G., Campbell, J., & Smith, M. (2012). Relationships among spirituality, religious practices, personality factors, and health for five different faith traditions. *Journal of religion and health*, 51(4), 1017–41.
- Jones, L. P. (1991). Unemployment: The effect on social networks, depression, and reemployment opportunities. *Journal of Social Service Research*, 15, 1–22. doi:10.1300/J079v15n01\_01
- Kao, P. C. (2012). Exploring Personality Traits and Loneliness in University EFL (English as a Foreign Language) Learners. *New Educational Review*, 30(4), 236-245.
- Καφέτσιος, (2012) Κλίμακα μοναξιάς (The UCLA Loneliness Scale). Στο Σταλίκας, Α., Τριλίβα, Σ., & Ρούσση, Π. (2012). *Τα Ψυχομετρικά Εργαλεία στην Ελλάδα*. Αθήνα: Πεδίο.
- Kendler, K. S., & Myers, J. (2010). The genetic and environmental relationship between major depression and the five-factor model of personality. *Psychological medicine*, 40(5), 801–6.
- Kim, S., Muntaner, Á. C., Kim, H., Jeon, C. Y., & Perry, M. J. (2013). Gain of Employment and Depressive Symptoms Among Previously Unemployed Workers: A Longitudinal Cohort Study in South Korea, *American Journal of Industrial Medicine*, 56(1), 1245-1250.
- Kirkpatrick, L. A., & Shaver, P. R. (1992). An attachment-theoretical approach to romantic love and religious belief. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18(3), 266-275.
- Kirkpatrick, L. a., Shillito, D. J., & Kellas, S. L. (1999). Loneliness, Social Support, and Perceived Relationships with God. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16(4), 513–522.
- Κλεφτάρας & Τζονιχάκη, (2012). Ερωτηματολόγιο αυτοεκτιμούμενης καταθλιπτικής συμπτωματολογίας (Questionnaire d' Auto-Evaluation de la Symptomatologie Dépressive [QD2]). Στο Σταλίκας, Α., Τριλίβα, Σ., & Ρούσση, Π. (2012). *Τα Ψυχομετρικά Εργαλεία στην Ελλάδα*. Αθήνα: Πεδίο.
- Koenig, H. G., Cohen, H. J., Blazer, D. G., Kudler, H. S., Ranga Rama Krishnan, K., & Sibert, T. E. (1995). Religious coping and cognitive symptoms of depression in elderly medical patients. *Psychosomatics*, 36(4), 369-375.
- Koenig, H. G. (2007). Spirituality and depression: a look at the evidence. *Southern medical journal*, 100(7), 737–9.
- Koenig, H. G. (2009). Research on religion, spirituality, and mental health: a review. *Canadian journal of psychiatry*. 54(5), 283–91.
- Krueger, K., Wilson, R., & Shah, R. (2006). Personality and incident disability in older persons. *Age and Ageing*, 428–433.
- Lasgaard, M., Goossens, L., & Elklit, A. (2011). Loneliness, depressive symptomatology, and suicide ideation in adolescence: cross-sectional and longitudinal analyses. *Journal of abnormal child psychology*, 39(1), 137–50.
- Lauder, W., Mummery, K., & Sharkey, S. (2006). Social capital, age and religiosity in people who are lonely. *Journal of clinical nursing*, 15(3), 334–40.



- Lauder, W., Mummery, K., & Sharkey, S. (2006). Social capital, age and religiosity in people who are lonely. *Journal of clinical nursing*, *15*(3), 334–40.
- Lawler-Row, K. a, & Elliott, J. (2009). The role of religious activity and spirituality in the health and well-being of older adults. *Journal of health psychology*, *14*(1), 43–52.
- Lee, S., Guo, W.-J., Tsang, A., Mak, A. D. P., Wu, J., Ng, K. L., & Kwok, K. (2010). Evidence for the 2008 economic crisis exacerbating depression in Hong Kong. *Journal of affective disorders*, *126*(1-2), 125–33.
- Leefflang, R. L., Klein-Hesselink, D. J., & Spruit, I. P. (1992). Health effects of unemployment--I. Long-term unemployed men in a rural and an urban setting. *Social science & medicine*, *34*(4), 341-350.
- Liwowsky, I., Kramer, D., Mergl, R., Bramesfeld, A., Allgaier, A.-K., Pöppel, E., & Hegerl, U. (2009). Screening for depression in the older long-term unemployed. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, *44*(8), 622–7.
- Löckenhoff, C. E., Ironson, G. H., O’Cleirigh, C., & Costa, P. T. (2009). Five-factor model personality traits, spirituality/religiousness, and mental health among people living with HIV. *Journal of personality*, *77*(5), 1411–36.
- MacDonald, D. a. (2000). Spirituality: description, measurement, and relation to the five factor model of personality. *Journal of personality*, *68*(1), 153–97.
- Madianos, M., Economou, M., Alexiou, T., & Stefanis, C. (2011). Depression and economic hardship across Greece in 2008 and 2009: two cross-sectional surveys nationwide. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, *46*(10), 943–52.
- McCrae, R. R., & Costa Jr, P. T. (1999). A five-factor theory of personality. *Handbook of personality: Theory and research*, *2*, 139-153.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2004). A contemplated revision of the NEO Five-Factor Inventory. *Personality and Individual Differences*, *36*(3), 587–596.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T., Jr. (2008). A Five-Factor Theory of personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (3rd ed, pp. 139–153). New York: Guilford
- McCrae, R. R., & John, O. P. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of personality*, *60*(2), 175–215.
- McKee-Ryan, F., Song, Z., Wanberg, C. R., & Kinicki, A. J. (2005). Psychological and physical well-being during unemployment: a meta-analytic study. *The Journal of applied psychology*, *90*(1), 53–76.
- McWhirter, B. T. (1990). Loneliness: A Review of Current Literature, With Implications for Counseling and Research, *Journal of Counseling & Development* *68*(4), 417–422.

- Mossakowski, K. N. (2009). The influence of past unemployment duration on symptoms of depression among young women and men in the United States. *American journal of public health, 99*(10), 1826–32.
- Muller, J., Creed, P., & Francis, L. (2004). Does Spirituality Mediate the Relationship between Environmental Stressors and Psychological Wellbeing in Distressed Unemployed People? *Australian Journal of Career Development, 13*(2).
- Mullet, E., Barros, J., Frongia, L., Usaï, V., Neto, F., & Shafighi, S. R. (2003). Religious involvement and the forgiving personality. *Journal of personality, 71*(1), 1–19.
- Murphy, G. C. (1999). The effect of unemployment on mental health. *Journal of Occupational and Organizational Psychology, 72*, 83–99
- Neto, F., & Barros, J. (2003, July). Predictors of loneliness among students and nuns in Angola and Portugal. *The Journal of psychology, 137*(4), 351-362.
- O'Connor BP, Vallerand RJ. (1989) Religious motivation in the elderly: a French-Canadian replication and an extension. *J Soc Psychology; 130*:53-59.
- Paloutzian, R. F., & Ellison, C. (1982). Spiritual well-being scale. *Nyack, NY*.
- Paul, K. I., & Moser, K. (2009). Unemployment impairs mental health: Meta-analyses. *Journal of Vocational Behavior, 74*(3), 264-282.
- Pervin, L.A. & John, O.P. (2001). *Personality: Theory and Research*. 8th ed. New York: John Wiley & Sons.
- Pichot, P., Boyer, P., Pull, C. B., Rein, W., Simon, M., & Thibault, A. (1984). Un questionnaire d' auto-évaluation de la symptomatologie depressive, le questionnaire QD2, I. Construction, structure factorielle et proprietes metrologies. *Revue de Psychologie Appliquée, 34*, 229-250.
- Piedmont, R. (1999). Does Spirituality Represent the Sixth Factor of Personality? Spiritual Transcendence and the Five Factor Model. *Journal of personality, 67*(6), 985-1013.
- Piedmont, R. L. (2001). Spiritual transcendence and the scientific study of spirituality, *Journal of Rehabilitation, (67)*, 4–14.
- Piedmont, R. L. (2007). Cross-cultural generalizability of the Spiritual Transcendence Scale to the Philippines: Spirituality as a human universal. *Mental Health, Religion & Culture, 10*(2), 89–107.
- Piedmont, R., & Kennedy, M. (2008). A psychometric evaluation of the Assessment of Spirituality and Religious Sentiments (ASPIRES) scale: Short form. *Research in the Social Scientific Study of Religion, (19)*, 163 – 181.
- Piedmont, R. L., Ciarrochi, J. W., Dy-Liacco, G. S., & Williams, J. E. G. (2009). The empirical and conceptual value of the spiritual transcendence and religious involvement scales for personality research. *Psychology of Religion and Spirituality, 1*(3), 162–179.

- Piedmont, R. L., Werdel, M. & Fernando, M. (2009). The utility of the assessment of spirituality and religious sentiments (aspires) scale with Christians and Buddhists in Sri Lanka. *Research in the Social Scientific Study of Religion*, 20, 131-143.
- Probst, T. M., & Strand, P. (2010). Perceiving and responding to job insecurity: a workplace spirituality perspective. *Journal of Management, Spirituality & Religion*, 7(2), 135–156.
- Rajakumar, S., Jillings, C., Osborne, M., & Tognazzini, P. (2008). Spirituality and depression: the role of spirituality in the process of recovering from depression. *Spirituality and Health International*, 9(2), 90–101.
- Rican, P., & Janosova, P. (2010). Spirituality as a Basic Aspect of Personality: A Cross-Cultural Verification of Piedmont's Model. *International Journal for the Psychology of Religion*, 20(1), 2–13.
- Richards, D. (2011). Prevalence and clinical course of depression: a review. *Clinical psychology review*, 31(7), 1117–25.
- Russell, D. (1996). The UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, (66), 20–40.
- Sadeh, N., & Karniol, R. (2012). The sense of self-continuity as a resource in adaptive coping with job loss. *Journal of Vocational Behavior*, 80(1), 93-99.
- Saroglou, V. (2002). Religion and the five factors of personality: A meta-analytic review. *Personality and Individual Differences*, 32.
- Saroglou, V. (2010). Religiousness as a cultural adaptation of basic traits: a five-factor model perspective. *Personality and social psychology review: an official journal of the Society for Personality and Social Psychology, Inc*, 14(1), 108–25.
- Saroglou, V., & Muñoz-García, A. (2008). Individual differences in religion and spirituality: An issue of personality traits and/or values. *Scientific Study of Religion*, 47, 83–101.
- Saucier, G., & Skrzypińska, K. (2006). Spiritual but not religious? Evidence for two independent dispositions. *Journal of personality*, 74(5), 1257–92.
- Schutte, C., & Dreyer, Y. (2006). Monastic retreat and pastoral care in the Dutch Reformed tradition. *HTS Teologiese Studies/Theological Studies*, 62(4), 1453–1468.
- Sen, S., Nesse, R. M., Stoltenberg, S. F., Li, S., Gleiberman, L., Chakravarti, A. Burmeister, M. (2003). A BDNF coding variant is associated with the NEO personality inventory domain neuroticism, a risk factor for depression. *Neuropsychopharmacology: official publication of the American College of Neuropsychopharmacology*, 28(2), 397–401.
- Shams, M., & Jackson, P. R. (1993). Religiosity as a predictor of well-being and moderator of the psychological impact of unemployment. *The British journal of medical psychology*, 66 (Pt 4), 341–52.
- Skrzypińska, K., & Chudzik, I. (2012). Women 's Studies International Forum Intricacies of the calling: Spirituality of Polish nuns. *Women 's Studies International Forum*, 35(5), 314–322.

- Smári, J., Arason, E., Hafsteinsson, H., & Ingimarsson, S. (1997). Unemployment, coping and psychological distress. *Scandinavian journal of psychology*, 38(2), 151-156.
- 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.
- Snowdon, D. (1997). Aging and Alzheimer's disease: lessons from the Nun Study. *The Gerontologist*, 37(2), 150–156.
- Sorajjakool, S., Aja, V., Chilson, B., Ramírez-Johnson, J., & Earll, A. (2008). Disconnection, Depression, and Spirituality: A Study of the Role of Spirituality and Meaning in the Lives of Individuals with Severe Depression. *Pastoral Psychology*, 56(5), 521–532.
- Σταλίκας, Α., Τριλίβα, Σ., & Ρούσση, Π. (2012). *Τα Ψυχομετρικά Εργαλεία στην Ελλάδα*. Αθήνα: Πεδίο.
- Stankunas, M., Kalediene, R., Starkuviene, S., & Kapustinskiene, V. (2006). Duration of unemployment and depression: a cross-sectional survey in Lithuania. *BMC public health*, 6, 174.
- Steunenbergh, B., Braam, A. W., Beekman, A. T., Deeg, D. J., & Kerkhof, A. J. (2009). Evidence for an association of the big five personality factors with recurrence of depressive symptoms in later life. *International journal of geriatric psychiatry*, 24(12), 1470-1477.
- Taylor, A., & MacDonald, D. (1999). Religion and the five factor model of personality: An exploratory investigation using a Canadian university sample. *Personality and Individual Differences*, 27, 1243–1259.
- Tellegen, A., Lykken, D. T., Bouchard, T. J., Wilcox, K. J., Segal, N. L., & Rich, S. (1988). Personality similarity in twins reared apart and together. *Journal of personality and social psychology*, 54(6), 1031.
- Tzonichaki, I., & Kleftharas, G. (1998). Etude comparative entre sujets jeunes et âgés, concernant la dépression et le «lieu de contrôle». *Journal d' Ergothérapie*, 20(2), 49-55.
- Unterrainer, H. (2011). Different types of religious/spiritual well-being in relation to personality and subjective well-being. *International Journal for the Psychology of Religion*, 21(2), 115-126.
- Unterrainer, H.-F., Ladenhauf, K. H., Moazedi, M. L., Wallner-Liebmann, S. J., & Fink, a. (2010). Dimensions of Religious/Spiritual Well-Being and their relation to Personality and Psychological Well-Being. *Personality and Individual Differences*, 49(3), 192–197.
- Uysal, S. D., & Pohlmeier, W. (2011). Unemployment duration and personality. *Journal of Economic Psychology*, 32(6), 980–992.
- Van Hoye, G., & Lootens, H. (2013). Coping with unemployment: Personality, role demands, and time structure. *Journal of Vocational Behavior*, 82(2), 85–95.

- Vanhalst, J., Goossens, L., Luyckx, K., Scholte, R. H. J., & Engels, R. C. M. E. (2012a). The development of loneliness from mid- to late adolescence: Trajectory classes, personality traits, and psychosocial functioning. *Journal of adolescence*, 1–8.
- Vanhalst, J., Klimstra, T. a, Luyckx, K., Scholte, R. H. J., Engels, R. C. M. E., & Goossens, L. (2012b). The interplay of loneliness and depressive symptoms across adolescence: exploring the role of personality traits. *Journal of youth and adolescence*, 41(6), 776–87.
- Viinikainen, J., & Kokko, K. (2012). Personality traits and unemployment: Evidence from longitudinal data. *Journal of Economic Psychology*, 33(6), 1204–1222.
- Virginia, S. G. (1998). Burnout and Depression Among Roman Catholic Secular, Religious, and Monastic Clergy, *Pastoral Psychology*, 47(1), 49-67.
- Warr, P. B. (2007). *Work, happiness, and unhappiness*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Weeks, D. G., Michela, J. L., Peplau, L. A., & Bragg, M. E. (1980). Relation between loneliness and depression: a structural equation analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 1238– 1244.
- Wink, P. (2005). Religion as Moderator of the Depression-Health Connection: Findings From a Longitudinal Study. *Research on Aging*, 27(2), 197–220.
- Yap, S. C. Y., Anusic, I., & Lucas, R. E. (2012). Does Personality Moderate Reaction and Adaptation to Major Life Events? Evidence from the British Household Panel Survey. *Journal of research in personality*, 46(5), 477–488.
- Yiengprugsawan, V., Seubsman, S. A., & Sleight, A. C. (2012). Health, well-being, and social indicators among monks, prisoners, and other adult members of an open university cohort in Thailand. *Journal of religion and health*, 51(3), 925-933.

## **ΜΕΡΟΣ VI: ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ**

### **ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α: ΠΑΡΑΓΟΝΤΙΚΗ ΔΟΜΗ & ΑΝΑΛΥΣΗ ΑΞΙΟΠΙΣΤΙΑΣ ΤΩΝ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΩΝ.**

#### **NEO-Five Factor Inventory (NEO-FFI)**

Προκειμένου να εξεταστεί η παραγοντική δομή του ερωτηματολογίου των 5 παραγόντων της προσωπικότητας, έγινε ανάλυση βασικών συνιστωσών με περιστροφή varimax στις 60 προτάσεις του ερωτηματολογίου. Δεκαεννέα (19) παράγοντες με ιδιοτιμή μεγαλύτερη του 1 εξήχθησαν από την ανάλυση, οι οποίοι και εξηγούσαν το 68,64% της συνολικής διακύμανσης. Το scree plot έδειξε την παρουσία πέντε κύριων παραγόντων και για το λόγο αυτό, η ανάλυση επαναλήφθηκε με τον ορισμό 5 παραγόντων προς εξαγωγή. Οι 5 παράγοντες που εξήχθησαν από τη διαδικασία, είχαν ιδιοτιμή μεγαλύτερη του 2 και εξηγούσαν το 35,45% της συνολικής διακύμανσης (Πίνακας 3). Η παραγοντική ανάλυση συνολικά δείχνει μια εικόνα παρόμοια με την δομή του ερωτηματολογίου με μικρές αποκλίσεις οι οποίες πιθανόν να σχετίζονται και με πολιτισμικές διαφορές που προκύπτουν από την χρήση του ερωτηματολογίου στον ελληνικό πληθυσμό, δίχως να έχει σταθμιστεί, αλλά και το μικρό μέγεθος του δείγματος.

Η παραγοντική δομή και οι φορτίσεις των προτάσεων (items) του ερωτηματολογίου των 5 παραγόντων της προσωπικότητας (NEO-FFI) που προέκυψαν μετά την περιστροφή Varimax και είναι μεγαλύτερες του .3

**Rotated Component Matrix<sup>a</sup>**

items	Παράγοντες					items	Παράγοντες				
	1	2	3	4	5		1	2	3	4	5
1						31		0.400			
2			0.701			32	0.466				
3		0.319				33					0.341
4				0.492		34	0.328				
5	0.469					35	0.645				
6		0.440				36		0.610			
7			0.606			37			0.615		
8		-0.577				38			0.434		
9				0.543		39				0.433	
10	0.639					40	0.549				
11		0.600				41		0.666			
12		-0.552				42			0.420		
13					0.670	43					0.650
14				0.398		44		-0.459			
15						45	0.457				
16						46		0.356			
17			0.582			47					
18			0.320			48					0.497
19				0.512		49				0.389	
20				0.502		50	0.681				
21		0.568				51		0.556			
22	0.477					52	0.634				
23					0.600	53					0.475
24		-0.401				54		-0.388			
25	0.669					55	0.509				
26		0.477				56		0.513			
27		-0.406				57					
28			0.452			58			0.535		
29		-0.442				59				0.322	
30			-0.396			60	0.538				

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 20 iterations.

**Παράγοντας 1:** Έχει ιδιοτιμή 6.92 και εξηγεί το 9.83% της συνολικής διακύμανσης.

Οι προτάσεις σε αυτόν τον παράγοντα που είχαν φόρτιση μεγαλύτερη του .5 ήταν οι εξής:

10. Είμαι αρκετά καλός/ -η στο να οργανώνω το χρόνο μου ώστε να τελειώνω τα πράγματα στην ώρα τους.....(.639)

25. Έχω μια σαφή σειρά στόχων και δουλεύω με μεθοδικό τρόπο για την πραγματοποίησή τους.....(.669)
35. Δουλεύω σκληρά για να πραγματοποιήσω τους στόχους μου.....(.645)
40. Όταν αναλαμβάνω μια υποχρέωση, μπορεί κανείς να υπολογίζει ότι θα ολοκληρώσω ότι ανέλαβα.....(.549)
50. Είμαι ένας αποδοτικός άνθρωπος που πάντα ολοκληρώνω το έργο μου.....(.681)
52. Είμαι ένα πολύ ενεργό άτομο.....(.634)
55. Μου φαίνεται ότι δεν θα καταφέρω ποτέ να οργανωθώ.....(.509)
60. Προσπαθώ για την τελειότητα σε οτιδήποτε κάνω.....(.538)

Ο πρώτος παράγοντας ορίζεται ως **ευσυνειδησία**.

**Παράγοντας 2:** Έχει ιδιοτιμή 6.02 και εξηγεί το 9.11% της συνολικής διακύμανσης. Οι προτάσεις σε αυτόν τον παράγοντα που είχαν φόρτιση μεγαλύτερη του .5 ήταν οι εξής:

8. Όταν βρω το σωστό τρόπο να κάνω κάτι, κολλάω σ' αυτόν.....(.577)
11. Όταν είμαι υπό μεγάλη πίεση, μερικές φορές αισθάνομαι χάλια.....(.600)
12. Δε θεωρώ τον εαυτό μου ιδιαίτερα ζήγνοιαστο.....(.552)
21. Συχνά αισθάνομαι νευρικός/ -η και σε υπερένταση.....(.568)
36. Συχνά θυμώνω με τον τρόπο που μου συμπεριφέρονται οι άνθρωποι.....(.610)
41. Πολύ συχνά, όταν τα πράγματα πάνε στραβά, αποθαρρύνομαι και έχω την αίσθηση ότι θέλω να τα παρατήσω.....(.666)
51. Συχνά αισθάνομαι απελπισμένος/ -η και θέλω κάποιος άλλος να λύσει τα προβλήματά μου.....(.556)
56. Κάποιες φορές έχω αισθανθεί τόσο ντροπιασμένος/η, που ήθελα απλά να κρυφτώ.....(.513)

Ο δεύτερος παράγοντας ορίζεται ως **νευρωτισμός**.



**Παράγοντας 3:** Έχει ιδιοτιμή 3.31 και εξηγεί το 6.63% της συνολικής διακύμανσης. Οι προτάσεις σε αυτόν τον παράγοντα που είχαν φόρτιση μεγαλύτερη του .5 ήταν οι εξής:

- 2. Μου αρέσει να έχω πολλούς ανθρώπους γύρω μου.....(.701)
- 7. Γελάω εύκολα.....(.606)
- 17. Μου αρέσει πολύ να μιλάω σε ανθρώπους.....(.582)
- 37. Είμαι ένας εύθυμος, ενθουσιώδης άνθρωπος.....(.615)
- 58. Συχνά με διασκεδάζει να παίζω με θεωρίες και αφηρημένες ιδέες.....(.535)

Ο τρίτος παράγοντας ορίζεται ως **εξωστρέφεια**.

**Παράγοντας 4:** Έχει ιδιοτιμή 2.65 και εξηγεί το 5.05% της συνολικής διακύμανσης. Οι προτάσεις σε αυτόν τον παράγοντα που είχαν φόρτιση μεγαλύτερη του .5 ήταν οι εξής:

- 9. Συχνά υπεισέρχομαι σε διαφωνίες με την οικογένεια και τους συναδέλφους μου.....(.543)
- 19. Θα προτιμούσα να συνεργάζομαι παρά να ανταγωνίζομαι με άλλους.....(.512)
- 20. Προσπαθώ να εκτελώ όλα τα έργα που μου ανατίθενται ευσυνείδητα.....(.502)

Ο τέταρτος παράγοντας ορίζεται ως **προσήγνεια**.

**Παράγοντας 5:** Έχει ιδιοτιμή 2.36 και εξηγεί το 4.82% της συνολικής διακύμανσης. Οι προτάσεις σε αυτόν τον παράγοντα που είχαν φόρτιση μεγαλύτερη του .5 ήταν οι εξής:

- 13. Τα μοτίβα της τέχνης και της φύσης μου εγείρουν έντονο ενδιαφέρον.....(.670)
- 23. Η ποίηση έχει ελάχιστη ή και καμία επιρροή πάνω μου.....(.600)
- 43. Μερικές φορές όταν διαβάζω ποίηση ή κοιτάζω ένα έργο τέχνης αισθάνομαι ένα ρίγος ή κύμα ενθουσιασμού.....(.650)

Ο πέμπτος παράγοντας ορίζεται ως **δεκτικότητα στην εμπειρία**.

Από την ανάλυση αξιοπιστίας των υποκλιμάκων του ερωτηματολογίου (Reliability Analysis), το στατιστικό μέτρο Cronbach Alpha έδειξε αποδεκτές τιμές για όλες τις υποκλίμακες. Συγκεκριμένα,  $\alpha = 0.78$  για το νευρωτισμό,  $\alpha = 0.7$  για την εξωστρέφεια,  $\alpha = 0.6$  για την δεκτικότητα στην εμπειρία,  $\alpha = 0.6$  για την προσήνεια και  $\alpha = 0.78$  για την ευσυνειδησία.

### **ASPIRES (Spiritual Transcendence Scale)**

Προκειμένου να εξεταστεί η παραγοντική δομή του ερωτηματολογίου της πνευματικότητας (Spiritual Transcendence Scale), έγινε ανάλυση βασικών συνιστωσών με περιστροφή varimax στις 23 προτάσεις του ερωτηματολογίου. Από την ανάλυση, προέκυψαν έξι (6) παράγοντες με ιδιοτιμή μεγαλύτερη του 1 οι οποίοι και εξηγούσαν το 64.04% της συνολικής διακύμανσης. Το scree plot έδειξε την παρουσία τριών κύριων παραγόντων και για το λόγο αυτό, η ανάλυση επαναλήφθηκε με τον ορισμό 3 παραγόντων προς εξαγωγή. Οι 3 παράγοντες που εξήχθησαν από τη διαδικασία, είχαν ιδιοτιμή μεγαλύτερη του 1.9 και εξηγούσαν το 49.01% της συνολικής διακύμανσης (Πίνακας 4). Η παραγοντική ανάλυση συνολικά, δείχνει μια εικόνα παρόμοια με την δομή του ερωτηματολογίου με μικρές αποκλίσεις οι οποίες πιθανόν να σχετίζονται και με πολιτισμικές διαφορές που προκύπτουν από την χρήση του ερωτηματολογίου στον ελληνικό πληθυσμό, δίχως να έχει σταθμιστεί.

Η παραγοντική δομή και οι φορτίσεις των προτάσεων (items) του ερωτηματολογίου της πνευματικότητας (ASPIRES) που προέκυψαν μετά την περιστροφή Varimax και είναι μεγαλύτερες του .3

Rotated Component Matrix <sup>a</sup>							
Items	Παράγοντες			Items	Παράγοντες		
	1	2	3		1	2	3
1	.606			12	.838		
2	.608			13		.530	
3		.673		14			.523
4	.834			15	.430		
5			.448	16	.397		
6	.566			17	.809		
7		.667		18	.675		
8	.815			19	.635		
9			.706	20	.546		
10			.759	21	.715		
11	.528			22			
				23		.471	

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 7 iterations.

**Παράγοντας 1:** Έχει ιδιοτιμή 7.25 και εξηγεί το 28.4% της συνολικής διακύμανσης. Οι προτάσεις σε αυτόν τον παράγοντα που είχαν φόρτιση μεγαλύτερη του .5 ήταν οι εξής:

1. Δεν έχω βιώσει ένα αίσθημα βαθιάς πληρότητας και ευδαιμονίας μέσα από τις προσευχές και/ή τον διαλογισμό μου.....(.606)
2. Δεν νιώθω κάποια σύνδεση με μια ανώτερη Δύναμη ή Πραγματικότητα.....(.608)
4. Κάνω διαλογισμό και / ή προσεύχομαι έτσι ώστε να φτάσω σε ένα ανώτερο πνευματικό επίπεδο.....(.834)
6. Υπάρχει μια «τάξη» στο σύμπαν η οποία υπερβαίνει την ανθρώπινη σκέψη.....(.566)
8. Στη γαλήνη των προσευχών μου και/ή του διαλογισμού μου βρίσκω ένα αίσθημα πληρότητας.....(.815)
11. Η έννοια της «πνευματικότητας» δεν αποτελεί κεντρικό κομμάτι της ζωής μου.....(.528)

12. *Αντλώ εσωτερική δύναμη και/ή γαλήνη από τις προσευχές και/ή τον διαλογισμό μου.....(.838)*
17. *Κάνω διαλογισμό και/ή προσεύχομαι έτσι ώστε να αναπτυχθώ ως άτομο.....(.809)*
18. *Η προσευχή και/ή ο διαλογισμός δεν ασκούν ιδιαίτερη έλξη πάνω μου.....(.675)*
19. *Οι προσευχές και/ή ο διαλογισμός μου παρέχουν ένα αίσθημα συναισθηματικής στήριξης.....(.635)*
20. *Νιώθω ότι σε ένα ανώτερο επίπεδο όλοι μας μοιραζόμαστε έναν κοινό δεσμό.....(.546)*
21. *Θέλω να έλθω πιο κοντά στο Θεό, έτσι όπως τον αντιλαμβάνομαι.....(.715)*

Ο πρώτος παράγοντας ορίζεται ως **ικανοποίηση από προσευχή**.

**Παράγοντας 2:** Έχει ιδιοτιμή 2.08 και εξηγεί το 11.54% της συνολικής διακύμανσης. Οι προτάσεις σε αυτόν τον παράγοντα που είχαν φόρτιση μεγαλύτερη του .5 ήταν οι εξής:

3. *Δεν πιστεύω ότι με κάποιο τρόπο η ζωή μου είναι στενά συνδεδεμένη με όλη την ανθρωπότητα.....(.673)*
7. *Ο θάνατος πράγματι σταματάει το αίσθημα συναισθηματικής εγγύτητας που νοιώθουμε για κάποιον.....(.667)*
13. *Παρόλο που υπάρχει καλό και κακό στους ανθρώπους, πιστεύω ότι η ανθρωπότητα συνολικά είναι κατά βάση κακή.....(.530)*

Ο δεύτερος παράγοντας ορίζεται ως **καθολικότητα**.

**Παράγοντας 3:** Έχει ιδιοτιμή 1.93 και εξηγεί το 9.06% της συνολικής διακύμανσης. Οι προτάσεις σε αυτόν τον παράγοντα που είχαν φόρτιση μεγαλύτερη του .5 ήταν οι εξής:

9. *Έχω κάνει πράγματα στη ζωή μου, επειδή πίστευα ότι θα ευχαριστούσαν ένα γονιό, ένα συγγενή ή ένα φίλο που έχει πεθάνει.....(.706)*

10. *Αν και νεκροί, οι αναμνήσεις και οι σκέψεις κάποιων από τους συγγενείς μου συνεχίζουν να επηρεάζουν τη ζωή μου στο παρόν.....(.759)*

14. *Δεν έχω δυνατούς συναισθηματικούς δεσμούς με κάποιον που έχει πεθάνει...(.523)*

Ο τρίτος παράγοντας ορίζεται ως **συνδετικότητα**.

Από την ανάλυση αξιοπιστίας των υποκλιμάκων του ερωτηματολογίου (Reliability Analysis), το στατιστικό μέτρο Cronbach Alpha έδειξε αποδεκτές τιμές για όλες τις υποκλίμακες. Συγκεκριμένα,  $\alpha = 0.91$  για την ικανοποίηση από προσευχή,  $\alpha = 0.71$  για την καθολικότητα και  $\alpha = 0.52$  για τη συνδετικότητα.

### **Revised UCLA loneliness scale**

Με στόχο να εξεταστεί η παραγοντική δομή του ερωτηματολογίου της μοναξιάς (Revised UCLA loneliness scale), έγινε ανάλυση βασικών συνιστωσών με περιστροφή varimax στις 20 προτάσεις του ερωτηματολογίου. Από την ανάλυση, προέκυψαν έξι (6) παράγοντες με ιδιοτιμή μεγαλύτερη του 1 οι οποίοι και εξηγούσαν το 56.64% της συνολικής διακύμανσης. Το scree plot έδειξε την παρουσία τριών κύριων παραγόντων και για το λόγο αυτό, η ανάλυση επαναλήφθηκε με τον ορισμό 3 παραγόντων προς εξαγωγή. Οι 3 παράγοντες που εξήχθησαν από τη διαδικασία, είχαν ιδιοτιμή μεγαλύτερη του 1 και εξηγούσαν το 50.57% της συνολικής διακύμανσης (Πίνακας 5). Σε γενικές γραμμές, από τη βιβλιογραφία, φαίνεται πως αν και από το συγκεκριμένο εργαλείο παράγεται ένα συνολικό σκορ μοναξιάς, υπάρχει η εικόνα ότι το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 3 παράγοντες όπου ο ένας περιλαμβάνει ένα γενικό σκορ μοναξιάς, ένας που περιλαμβάνει τις αρνητικές εκφράσεις (που υποδηλώνουν παρουσία μοναξιάς) και ένας που περιλαμβάνει τις θετικές εκφράσεις (που υποδηλώνουν απουσία μοναξιάς) (Russel, 1996). Την ίδια εικόνα συναντάμε και στην παρούσα ανάλυση, όπου οι 3 παράγοντες που προκύπτουν είναι αντίστοιχοι, με μικρές διαφορές, οι οποίες πιθανόν να σχετίζονται με το μέγεθος του δείγματος ή και την διαφορετική κουλτούρα.

Η παραγοντική δομή και οι φορτίσεις των προτάσεων (items) του ερωτηματολογίου της μοναξιάς (UCLA) που προέκυψαν μετά την περιστροφή Varimax και είναι μεγαλύτερες του .3

**Rotated Component Matrix<sup>a</sup>**

items	Παράγοντες			items	Παράγοντες		
	1	2	3		1	2	3
1		.619		11			.655
2			.722	12	.426		
3	.662			13	.725		
4			.578	14			.493
5		.517		15		.507	
6		.572		16	.670		
7	.670			17			.686
8	.633			18	.546		
9		.756		19	.533		
10		.469		20	.682		

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 7 iterations.

**Παράγοντας 1:** Έχει ιδιοτιμή 6.93 και εξηγεί το 21.86% της συνολικής διακύμανσης. Οι προτάσεις σε αυτόν τον παράγοντα που είχαν φόρτιση μεγαλύτερη του .5 ήταν οι εξής:

- 3. Δεν υπάρχει κανένας στον οποίο να μπορώ να στηριχτώ.....(.662)
- 7. Δεν είμαι πλέον κοντά σε κανέναν.....(.670)
- 8. Οι γύρω μου δεν συμμερίζονται τα ενδιαφέροντα και τις ιδέες μου.....(.633)
- 13. Κανένας δεν με γνωρίζει πραγματικά καλά.....(.725)
- 16. Υπάρχουν άνθρωποι που πραγματικά με καταλαβαίνουν.....(.670)
- 18. Υπάρχουν άτομα γύρω μου, αλλά όχι μαζί μου.....(.546)
- 19. Υπάρχουν άτομα στα οποία μπορώ να μιλήσω.....(.533)
- 20. Υπάρχουν άτομα στα οποία μπορώ να στραφώ.....(.682)

Ο πρώτος παράγοντας μπορεί να οριστεί ως γενικός παράγοντας μοναξιάς.

**Παράγοντας 2:** Έχει ιδιοτιμή 1.85 και εξηγεί το 14.48% της συνολικής διακύμανσης. Οι προτάσεις σε αυτόν τον παράγοντα που είχαν φόρτιση μεγαλύτερη του .5 ήταν οι εξής:

1. Αισθάνομαι ότι συντονίζομαι με τους ανθρώπους γύρω μου.....(.619)
5. Αισθάνομαι ότι αποτελώ μέρος μιας ομάδας φίλων.....(.517)
6. Έχω πολλά κοινά με τους ανθρώπους γύρω μου.....(.572)
9. Είμαι πολύ κοινωνικό άτομο.....(.756)
15. Μπορώ να βρω συντροφιά όταν τη θέλω.....(.507)

Ο δεύτερος παράγοντας μπορεί να οριστεί ως θετικές προτάσεις ή **απουσία μοναξιάς**.

**Παράγοντας 3:** Έχει ιδιοτιμή 1.32 και εξηγεί το 14.23% της συνολικής διακύμανσης. Οι προτάσεις σε αυτόν τον παράγοντα που είχαν φόρτιση μεγαλύτερη του .5 ήταν οι εξής:

2. Μου λείπει η συντροφιά.....(.722)
4. Δεν αισθάνομαι μόνος /η.....(.578)
11. Αισθάνομαι παραμελημένος /η.....(.655)
17. Είμαι δυστυχής που είμαι τόσο αποτραβηγμένος/η.....(.686)

Ο τρίτος παράγοντας μπορεί να οριστεί ως αρνητικές προτάσεις ή **παρουσία μοναξιάς**.

Από την ανάλυση αξιοπιστίας του ερωτηματολογίου (Reliability Analysis), το στατιστικό μέτρο Cronbach Alpha έδειξε αποδεκτή τιμή αξιοπιστίας και συγκεκριμένα  $\alpha = 0.88$ .

**ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΑΥΤΟ-ΕΚΤΙΜΟΥΜΕΝΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑΣ (Questionnaire d' Auto-Evaluation de la Symptomatologie Dépressive [QD2])**

Η ανάλυση βασικών συνιστωσών στις 52 προτάσεις της κλίμακας QD2, έδειξε ότι όλες οι προτάσεις ήταν θετικά φορτισμένες στην πρώτη συνιστώσα, κάτι που δείχνει πως οι προτάσεις της κλίμακας μετρούν κάτι το ενιαίο, έναν «γενικό παράγοντα κατάθλιψης» (Tzonichaki & Klefтарas, 1998). Μετά την περιστροφή Varimax, από την παραγοντική ανάλυση προέκυψαν 3 παράγοντες που εξηγούσαν το 40.92% της συνολικής διακύμανσης (Πίνακας 6) και επιβεβαιώνονται από τη βιβλιογραφία (Pichot et al., 1984).

**Παράγοντας 1:** Έχει ιδιοτιμή 16.95 και εξηγεί το 16.17% της συνολικής διακύμανσης. Οι προτάσεις σε αυτόν τον παράγοντα που είχαν φόρτιση μεγαλύτερη του .5 ήταν οι εξής:

- 4. Αυτή την περίοδο παραμελώ τον εαυτό μου.....(.534)
- 5. Έχω την εντύπωση ότι έχω έναν κόμπο στον λαιμό.....(.624)
- 6. Έχω δυσκολία να αποφύγω τις άσχημες σκέψεις που μου περνούν από το μυαλό.....(.670)
- 7. Ό,τι έχει σχέση με το σεξ με ενδιαφέρει λιγότερο απ' ό,τι συνήθως.....(.513)
- 14. Τελευταία, αισθάνομαι ιδιαίτερα νευρικός/η.....(.661)
- 27. Αυτή την περίοδο αισθάνομαι πολύ εκνευρισμένος/η.....(.570)
- 40. Αυτή την περίοδο είμαι θλιμμένος/η.....(.621)
- 45. Είμαι πιο ευερέθιστος/η απ' ό,τι συνήθως.....(.556)
- 48. Αυτή την περίοδο ορισμένα πράγματα με ταράζουν και με βασανίζουν.....(.686)
- 51. Αυτή την περίοδο η ζωή μου, μου φαίνεται άδεια.....(.599)

Ο πρώτος παράγοντας μπορεί να οριστεί ως «**άγχος**».



Η παραγοντική δομή και οι φορτίσεις των προτάσεων (items) του ερωτηματολογίου της καταθλιπτικής συμπτωματολογίας (OD2) που προέκυψαν μετά την περιστροφή Varimax και είναι μεγαλύτερες του .3

Rotated Component Matrix <sup>a</sup>							
Items	Παράγοντες			Items	Παράγοντες		
	1	2	3		1	2	3
1		.475		27	.570		
2	-.427			28	.439		
3	.366			29			.440
4	.534			30			
5	.624			31		.447	
6	.670			32	.493		
7	.513			33	.333		
8			.694	34		.553	
9		.397		35		.329	
10		.383		36		.467	
11		.422		37	.446		
12		.603		38			.703
13			.558	39			.491
14	.661			40	.621		
15	.451			41	.449		
16		.586		42			.372
17		.653		43	.386		
18	.351			44		.451	
19			.504	45	.556		
20		.623	.	46			.481
21	.452			47	.452		
22		.485		48	.686		
23			.692	49			.479
24	.443			50		.633	
25			.639	51	.599		
26	.487			52		.548	

Extraction Method: Principal Component Analysis.  
 Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.  
 a. Rotation converged in 22 iterations.

**Παράγοντας 2:** Έχει ιδιοτιμή 2.42 και εξηγεί το 13.95% της συνολικής διακύμανσης. Οι προτάσεις σε αυτόν τον παράγοντα που είχαν φόρτιση μεγαλύτερη του .5 ήταν οι εξής:

12. Είμαι χωρίς ενέργεια.....(.603)

16. Μου αρέσει λιγότερο από πριν να κάνω ό,τι με ευχαριστεί και με ενδιαφέρει.....(.586)
17. Αισθάνομαι πιο κουρασμένος/η απ' ό,τι συνήθως, χωρίς λόγο.....(.653)
20. Αισθάνομαι μπλοκαρισμένος/η ή εμποδισμένος/η για να κάνω το παραμικρό πράγμα.....(.623)
34. Ό,τι κάνω το κάνω λιγότερο γρήγορα απ' ό,τι συνήθως.....(.553)
50. Εργάζομαι λιγότερο εύκολα από πριν.....(.663)
52. Αισθάνομαι ότι είμαι σε μια κατάσταση γενικής αδυναμίας.....(.548)

Ο δεύτερος παράγοντας μπορεί να οριστεί ως «**αίσθημα απώλειας της ζωτικής δύναμης**».

**Παράγοντας 3:** Έχει ιδιοτιμή 1.9 και εξηγεί το 10.8% της συνολικής διακύμανσης. Οι προτάσεις σε αυτόν τον παράγοντα που είχαν φόρτιση μεγαλύτερη του .5 ήταν οι εξής:

8. Αισθάνομαι άχρηστος/η.....(.694)
13. Αισθάνομαι ένοχος/η.....(.558)
19. Είμαι απογοητευμένος/η και αηδιασμένος/η από τον εαυτό μου.....(.504)
23. Θα 'θελα να τελείωνα με την ζωή.....(.692)
25. Αισθάνομαι λιγότερο ικανός/η και έξυπνος/η από την πλειοψηφία των άλλων ανθρώπων.....(.639)
38. Σκέφτομαι ότι θα 'ταν καλύτερα να ήμουν πεθαμένος/η.....(.703)

Ο τρίτος παράγοντας μπορεί να οριστεί ως «**καταθλιπτική- απαισιόδοξη διάθεση**».

Από την ανάλυση αξιοπιστίας του ερωτηματολογίου (Reliability Analysis), το στατιστικό μέτρο Cronbach Alpha έδειξε αποδεκτή τιμή αξιοπιστίας και συγκεκριμένα  $\alpha = 0.95$ .

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Β: ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΑ

### Β.1. ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΜΟΝΑΧΩΝ

<b>1. Φύλο</b> 1. Άντρας 2. Γυναίκα
<b>2. Ηλικία</b> 1. 18 – 24 ετών 2. 25 – 34 ετών 3. 35 – 44 ετών 4. 45 – 54 ετών 5. 55 – 64 ετών 6. 65 – 74 ετών
<b>3. Εκπαιδευτικό Επίπεδο</b> 1. Δημοτικό 2. Γυμνάσιο 3. ΟΑΕΔ (σχολές μαθητείας) 4. Ενιαίο Λύκειο 5. Εσπερινό Λύκειο/ ΤΕΕ/ ΕΠΑΛ 6. Ι.Ε.Κ. 7. Τ.Ε.Ι./ΑΕΙ
<b>4. Έτη Μοναστικής ζωής</b> 1. Από 1 έως 5 έτη 2. Από 5 έως 10 έτη 3. Από 10 έως 20 έτη 4. Πάνω από 20 έτη
<b>5. Θέση στη Μονή</b> 1. Ηγούμενος / Ηγουμένη 2. Μοναχός / Μοναχή 3. Δόκιμος Μοναχός / Δόκιμη Μοναχή
<b>6. Νομός που εδρεύει το μοναστήρι</b> Μαγνησία Λάρισα Άλλο
<b>7. Αριθμός μοναχών που ζουν στο μοναστήρι</b> 1. Από 1 έως 5 2. Από 5 έως 10 3. Από 10 έως 20 4. Πάνω από 20
<b>8. Αριθμός προσκυνητών που επισκέπτονται το μοναστήρι ετησίως</b> 1. Έως 1.000 2. Περισσότεροι από 1.000
<b>9. Περιγράψτε μας με λίγα λόγια τα κίνητρα και τους λόγους που σας ώθησαν στη μοναστική ζωή</b> <hr/>

## Β.2. ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΑΝΕΡΓΩΝ

<b>1. Φύλο :</b> 1. Άντρας 2. Γυναίκα
<b>2. Ηλικία:</b> 1. 18 – 24 ετών 2. 25 – 34 ετών 3. 35 – 44 ετών 4. 45 – 54 ετών 5. 55 – 64 ετών 6. 65 – 74 ετών
<b>3. Εκπαιδευτικό Επίπεδο:</b> 1. Δημοτικό 2. Γυμνάσιο 3. ΟΑΕΔ (σχολές μαθητείας) 4. Ενιαίο Λύκειο 5. Εσπερινό Λύκειο/ ΤΕΕ/ ΕΠΑΛ 6. Ι.Ε.Κ. 7. Τ.Ε.Ι./ΑΕΙ
<b>4. Οικογενειακή κατάσταση:</b> 1. Ανύπαντρος/η 2. Παντρεμένος/η 3. Διαζευγμένος/η ή χωρισμένος/η 4. Χήρος/α 5. Άλλο
<b>5. Έχετε παιδιά;</b> 1. Ναι 2. Όχι
<b>6. Το μηνιαίο οικογενειακό σας εισόδημα είναι:</b> 1. Έως 500 ευρώ 2. Έως 700 ευρώ 3. Έως 1000 ευρώ 4. Περισσότερα από 1000 ευρώ
<b>7. Χρόνος ανεργίας:</b> 1. Έως 6 μήνες 2. Από 6 μήνες έως 1 χρόνο 3. Από 1 έως 2 χρόνια 4. Περισσότερο από 2 χρόνια
<b>9. Λόγος απώλειας εργασίας</b> 1. Απόλυση 2. Λήξη σύμβασης 3. Δεν εργαζόμουν (φοιτητής, μαθητής κ.α.)
<b>10. Ποιο ήταν το επάγγελμά σας πριν μείνετε άνεργος;</b> 1. Ανειδίκευτος εργάτης 2. Μικροεπιχειρηματίας με δικό του κατάστημα 3. Γεωργός, κτηνοτρόφος, ψαράς 4. Επιστήμονας δημοσίου ή ιδιωτικός υπάλληλος 5. Τεχνίτης επαγγελματίας ή υπάλληλος 6. Επιστήμονας με ελεύθερο επάγγελμα 7. Υπάλληλος / τραπεζικός υπάλληλος 8. Ναυτικός, στρατιωτικός 9. Οικιακά 10. Δεν εργαζόμουν (φοιτητής, μαθητής κ.α.)

### B.3. ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΑ

#### A) NEO - FFI

Σε ποιο βαθμό οι παρακάτω προτάσεις σας χαρακτηρίζουν; Παρακαλώ συμπληρώστε την πρώτη απάντηση που θα σας έρθει στο μυαλό διαβάζοντας την πρόταση.

1: Διαφωνώ απόλυτα	2: Διαφωνώ	3: Αναποφάσιτος/ -η	4: Συμφωνώ	5: Συμφωνώ απόλυτα
--------------------	------------	---------------------	------------	--------------------

1	Δεν είμαι τύπος που ανησυχεί.	1	2	3	4	5
2	Μου αρέσει να έχω πολλούς ανθρώπους γύρω μου.	1	2	3	4	5
3	Δε μου αρέσει να χάνω το χρόνο μου ονειροπολώντας.	1	2	3	4	5
4	Προσπαθώ να είμαι ευγενικός/ -η με όλους όσους συναντώ.	1	2	3	4	5
5	Κρατώ τα υπάρχοντά μου τακτοποιημένα και καθαρά.	1	2	3	4	5
6	Συχνά αισθάνομαι κατώτερος/ -η από τους άλλους.	1	2	3	4	5
7	Γελάω εύκολα.	1	2	3	4	5
8	Όταν βρω το σωστό τρόπο να κάνω κάτι, κολλάω σ' αυτόν.	1	2	3	4	5
9	Συχνά υπεισέρχομαι σε διαφωνίες με την οικογένεια και τους συναδέλφους μου.	1	2	3	4	5
10	Είμαι αρκετά καλός/ -η στο να οργανώνω το χρόνο μου ώστε να τελειώνω τα πράγματα στην ώρα τους.	1	2	3	4	5
11	Όταν είμαι υπό μεγάλη πίεση, μερικές φορές αισθάνομαι χάλια.	1	2	3	4	5
12	Δε θεωρώ τον εαυτό μου ιδιαίτερα ξέγνοιαστο.	1	2	3	4	5
13	Τα μοτίβα της τέχνης και της φύσης μου εγείρουν έντονο ενδιαφέρον.	1	2	3	4	5
14	Μερικοί άνθρωποι θεωρούν ότι περιαιτολογώ και είμαι εγωιστής/ -στρια.	1	2	3	4	5
15	Δεν είμαι ιδιαίτερα μεθοδικό άτομο.	1	2	3	4	5
16	Σπάνια αισθάνομαι μοναξιά και μελαγχολία.	1	2	3	4	5
17	Μου αρέσει πολύ να μιλάω σε ανθρώπους.	1	2	3	4	5
18	Πιστεύω ότι το να αφήνουμε τους ανθρώπους/ τους μαθητές να ακούν αμφιλεγόμενους ομιλητές μπορεί μόνο να τους προκαλέσει σύγχυση και να τους παραπλανήσει.	1	2	3	4	5
19	Θα προτιμούσα να συνεργάζομαι παρά να ανταγωνίζομαι με άλλους.	1	2	3	4	5
20	Προσπαθώ να εκτελώ όλα τα έργα που μου ανατίθενται ευσυνείδητα.	1	2	3	4	5
21	Συχνά αισθάνομαι νευρικός/ -η και σε υπερένταση.	1	2	3	4	5
22	Μου αρέσει να βρίσκομαι στο κέντρο της δράσης.	1	2	3	4	5
23	Η ποίηση έχει ελάχιστη ή και καμία επιρροή πάνω μου.	1	2	3	4	5
24	Τείνω να είμαι κυνικός/ -η και δύσπιστος/ -η ως προς τις προθέσεις των άλλων.	1	2	3	4	5
25	Έχω μια σαφή σειρά στόχων και δουλεύω με μεθοδικό τρόπο για την πραγματοποίησή τους.	1	2	3	4	5
26	Μερικές φορές αισθάνομαι παντελώς άχρηστος/ -η.	1	2	3	4	5
27	Συνήθως προτιμώ να κάνω πράγματα μόνος μου.	1	2	3	4	5
28	Συχνά δοκιμάζω καινούρια και ξένα φαγητά.	1	2	3	4	5
29	Πιστεύω ότι οι περισσότεροι άνθρωποι θα προσπαθήσουν να σε	1	2	3	4	5

	εκμεταλλευθούν αν τους το επιτρέψεις.					
30	Σπαταλώ πολύ χρόνο πριν συμμαζευτώ για να δουλέψω.	1	2	3	4	5
31	Σπάνια αισθάνομαι φοβισμένος/ -η ή αγχωμένος/ -η.	1	2	3	4	5
32	Συχνά αισθάνομαι ότι ξεχειλίζω από ενέργεια.	1	2	3	4	5
33	Σπάνια δίνω σημασία στις διαθέσεις ή τα συναισθήματα που παράγονται στους διάφορους χώρους που κινούμαι.	1	2	3	4	5
34	Οι περισσότεροι άνθρωποι που ξέρω με συμπαθούν.	1	2	3	4	5
35	Δουλεύω σκληρά για να πραγματοποιήσω τους στόχους μου.	1	2	3	4	5
36	Συχνά θυμώνω με τον τρόπο που μου συμπεριφέρονται οι άνθρωποι.	1	2	3	4	5
37	Είμαι ένας εύθυμος, ενθουσιώδης άνθρωπος.	1	2	3	4	5
38	Πιστεύω ότι θα έπρεπε να στρεφόμεστε στις θρησκευτικές μας αρχές για αποφάσεις σε ηθικά ζητήματα.	1	2	3	4	5
39	Μερικοί άνθρωποι με θεωρούν ψυχρό/ -η και υπολογιστή/ -στρια.	1	2	3	4	5
40	Όταν αναλαμβάνω μια υποχρέωση, μπορεί κανείς να υπολογίζει ότι θα ολοκληρώσω ότι ανέλαβα.	1	2	3	4	5
41	Πολύ συχνά, όταν τα πράγματα πάνε στραβά, αποθαρρύνομαι και έχω την αίσθηση ότι θέλω να τα παρατήσω.	1	2	3	4	5
42	Δεν είμαι εύθυμος/ -η και αισιόδοξος/ -η.	1	2	3	4	5
43	Μερικές φορές όταν διαβάζω ποίηση ή κοιτάζω ένα έργο τέχνης αισθάνομαι ένα ρίγος ή κύμα ενθουσιασμού.	1	2	3	4	5
44	Είμαι ξεροκέφαλος/ -η και ισχυρογνώμων στις στάσεις και απόψεις μου.	1	2	3	4	5
45	Μερικές φορές δεν είμαι τόσο αξιόπιστος/ -η ή υπεύθυνος/ -η όσο θα έπρεπε.	1	2	3	4	5
46	Πολύ σπάνια είμαι λυπημένος ή σε κατάθλιψη.	1	2	3	4	5
47	Η ζωή μου έχει γρήγορους ρυθμούς.	1	2	3	4	5
48	Έχω ελάχιστο ενδιαφέρον για εικασίες περί της φύσης του σύμπαντος ή της ανθρώπινης κατάστασης.	1	2	3	4	5
49	Σε γενικές γραμμές προσπαθώ να συμπεριφερόμαι με σύνεση και διακριτικότητα.	1	2	3	4	5
50	Είμαι ένας αποδοτικός άνθρωπος που πάντα ολοκληρώνω το έργο μου.	1	2	3	4	5
51	Συχνά αισθάνομαι απελπισμένος/ -η και θέλω κάποιος άλλος να λύσει τα προβλήματά μου.	1	2	3	4	5
52	Είμαι ένα πολύ ενεργό άτομο.	1	2	3	4	5
53	Έχω μεγάλη περιέργεια για θέματα διανόησης.	1	2	3	4	5
54	Όταν δεν μου αρέσει κάποιος τον αφήνω να το καταλάβει.	1	2	3	4	5
55	Μου φαίνεται ότι δεν θα καταφέρω ποτέ να οργανωθώ.	1	2	3	4	5
56	Κάποιες φορές έχω αισθανθεί τόσο ντροπιασμένος/η, που ήθελα απλά να κρυφτώ.	1	2	3	4	5
57	Θα προτιμούσα να ακολουθήσω το δικό μου δρόμο παρά να είμαι επικεφαλής/ οδηγός άλλων.	1	2	3	4	5
58	Συχνά με διασκεδάζει να παίζω με θεωρίες και αφηρημένες ιδέες.	1	2	3	4	5
59	Αν είναι απαραίτητο, είμαι πρόθυμος/η να χειραγωγήσω ανθρώπους για να πετύχω ότι θέλω.	1	2	3	4	5
60	Προσπαθώ για την τελειότητα σε οτιδήποτε κάνω.	1	2	3	4	5

## B) UCLA LONELINESS SCALE

Παρακαλούμε, σημειώστε πόσο συχνά αισθάνεστε κατά τον ίδιο τρόπο, που περιγράφει κάθε μια από τις παρακάτω φράσεις. Κυκλώστε μόνο έναν αριθμό για κάθε φράση που αντιστοιχεί σε κάθε μια από τις ακόλουθες κατηγορίες:

1 = ποτέ

2 = σπάνια

3 = μερικές φορές

4 = συχνά

Φράση	Ποτέ	Σπάνια	Μερικές φορές	Συχνά
1. Αισθάνομαι ότι συντονίζομαι με τους ανθρώπους γύρω μου.	1	2	3	4
2. Μου λείπει η συντροφιά.	1	2	3	4
3. Δεν υπάρχει κανένας στον οποίο να μπορώ να στηριχτώ.	1	2	3	4
4. Δεν αισθάνομαι μόνος /η	1	2	3	4
5. Αισθάνομαι ότι αποτελώ μέρος μιας ομάδας φίλων.	1	2	3	4
6. Έχω πολλά κοινά με τους ανθρώπους γύρω μου.	1	2	3	4
7. Δεν είμαι πλέον κοντά σε κανέναν.	1	2	3	4
8. Οι γύρω μου δεν συμμερίζονται τα ενδιαφέροντα και τις ιδέες μου.	1	2	3	4
9. Είμαι πολύ κοινωνικό άτομο.	1	2	3	4
10. Υπάρχουν άνθρωποι που αισθάνομαι κοντά τους.	1	2	3	4
11. Αισθάνομαι παραμελημένος /η.	1	2	3	4
12. Οι κοινωνικές μου σχέσεις είναι επιφανειακές.	1	2	3	4
13. Κανένας δεν με γνωρίζει πραγματικά καλά.	1	2	3	4
14. Αισθάνομαι απομονωμένος/η από τους άλλους.	1	2	3	4
15. Μπορώ να βρω συντροφιά όταν τη θέλω.	1	2	3	4
16. Υπάρχουν άνθρωποι που πραγματικά με καταλαβαίνουν.	1	2	3	4
17. Είμαι δυστυχής που είμαι τόσο αποτραβηγμένος/η.	1	2	3	4
18. Υπάρχουν άτομα γύρω μου, αλλά όχι μαζί μου.	1	2	3	4
19. Υπάρχουν άτομα στα οποία μπορώ να μιλήσω.	1	2	3	4
20. Υπάρχουν άτομα στα οποία μπορώ να στραφώ.	1	2	3	4

## Γ) SPIRITUAL TRANSCENDANCE SCALE

Για να απαντήσετε στις συγκεκριμένες ερωτήσεις, παρακαλούμε να σημειώσετε με **X** το βαθμό τον οποίο αισθάνεστε ότι σας αντιπροσωπεύει καλύτερα. Δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος απαντήσεις.

	Συμφωνώ απόλυτα	Συμφωνώ	Είμαι Ουδέτερος/η	Διαφωνώ	Διαφωνώ απόλυτα
1. Δεν έχω βιώσει ένα αίσθημα βαθιάς πληρότητας και ευδαιμονίας μέσα από τις προσευχές και/ή τον διαλογισμό μου.					
2. Δεν νιώθω κάποια σύνδεση με μια ανώτερη Δύναμη ή Πραγματικότητα.					
3. Δεν πιστεύω ότι με κάποιο τρόπο η ζωή μου είναι στενά συνδεδεμένη με όλη την ανθρωπότητα.					
4. Κάνω διαλογισμό και / ή προσεύχομαι έτσι ώστε να φτάσω σε ένα ανώτερο πνευματικό επίπεδο.					
5. Όλα στη ζωή συνδέονται μεταξύ τους					
6. Υπάρχει μια «τάξη» στο σύμπαν η οποία υπερβαίνει την ανθρώπινη σκέψη.					
7. Ο θάνατος πράγματι σταματάει το αίσθημα συναισθηματικής εγγύτητας που νοιώθουμε για κάποιον.					
8. Στη γαλήνη των προσευχών μου και/ή του διαλογισμού μου βρίσκω ένα αίσθημα πληρότητας.					
9. Έχω κάνει πράγματα στη ζωή μου, επειδή πίστευα ότι θα ευχαριστούσαν ένα γονιό, ένα συγγενή ή ένα φίλο που έχει πεθάνει.					
10. Αν και νεκροί, οι αναμνήσεις και οι σκέψεις κάποιων από τους συγγενείς μου συνεχίζουν να επηρεάζουν τη ζωή μου στο παρόν.					
11. Η έννοια της «πνευματικότητας» δεν αποτελεί κεντρικό κομμάτι της ζωής μου.					
12. Αντλώ εσωτερική δύναμη και/ή γαλήνη από τις προσευχές και/ή τον διαλογισμό μου.					
13. Παρόλο που υπάρχει καλό και κακό στους ανθρώπους, πιστεύω ότι η ανθρωπότητα συνολικά είναι κατά βάση κακή.					
14. Δεν έχω δυνατούς συναισθηματικούς δεσμούς με κάποιον που έχει πεθάνει.					
15. Δεν υπάρχει ανώτερο επίπεδο συνειδητότητας ή πνευματικότητας που να συνδέει όλους τους ανθρώπους.					
16. Αν και οι άνθρωποι σε προσωπικό επίπεδο μπορεί να είναι δύσκολοι, νοιώθω ένα συναισθηματικό δέσιμο με όλη την ανθρωπότητα.					
17. Κάνω διαλογισμό και/ή προσεύχομαι έτσι					



ώστε να αναπτυχθώ ως άτομο.					
18. Η προσευχή και/ή ο διαλογισμός δεν ασκούν ιδιαίτερη έλξη πάνω μου.					
19. Οι προσευχές και/ή ο διαλογισμός μου παρέχουν ένα αίσθημα συναισθηματικής στήριξης.					
20. Νιώθω ότι σε ένα ανώτερο επίπεδο όλοι μας μοιραζόμαστε έναν κοινό δεσμό.					
21. Θέλω να έλθω πιο κοντά στο Θεό, έτσι όπως τον αντιλαμβάνομαι					
22. Ο έπαινος των άλλων σχετικά με τα επιτεύγματά μου, μου προσφέρει βαθιά ικανοποίηση					
23. Δεν με απασχολούν οι προσδοκίες που έχουν τα αγαπημένα μου πρόσωπα από μένα.					

#### Δ) ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΟΥΜΕΝΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΟΛΟΓΙΑΣ

Διαβάστε προσεκτικά κάθε πρόταση και σημειώστε την ένδειξη **ΣΩΣΤΟ** (με τον αριθμό **1**) αν η πρόταση αυτή αντιστοιχεί στη σημερινή σας κατάσταση. Αν αντίθετα, αυτή η πρόταση δεν αντιστοιχεί στη σημερινή σας κατάσταση, σημειώστε την ένδειξη **ΛΑΘΟΣ** (με τον αριθμό **2**). Δεν υπάρχουν σωστές ή λάθος απαντήσεις.

	ΣΩΣΤΟ	ΛΑΘΟΣ
1. Τελευταία, έχω δυσκολία να πάρω μπρος	1	2
2. Είμαι υποχρεωμένος/η να ρωτώ τους άλλους τι πρέπει να κάνω	1	2
3. Πέτυχα λιγότερο στη ζωή μου σε σχέση με την πλειοψηφία των ανθρώπων	1	2
4. Αυτή την περίοδο παραμελώ τον εαυτό μου	1	2
5. Έχω την εντύπωση ότι έχω έναν κόμπο στον λαιμό	1	2
6. Έχω δυσκολία να αποφύγω τις άσχημες σκέψεις που μου περνούν από το μυαλό	1	2
7. Ό,τι έχει σχέση με το σεξ με ενδιαφέρει λιγότερο απ' ό,τι συνήθως	1	2
8. Αισθάνομαι άχρηστος/η	1	2
9. Τελευταία, πρέπει να επαληθεύω και να ξαναεπαληθεύω αυτό που κάνω	1	2
10. Ιδρώνω περισσότερο απ' ό,τι συνήθως	1	2
11. Η μνήμη μου, μου φαίνεται λιγότερο καλή απ' ό,τι συνήθως	1	2
12. Είμαι χωρίς ενέργεια	1	2
13. Αισθάνομαι ένοχος/η	1	2
14. Τελευταία, αισθάνομαι ιδιαίτερα νευρικός/η	1	2
15. Έχω μια αίσθηση βάρους στα χέρια και τα πόδια	1	2
16. Μου αρέσει λιγότερο από πριν να κάνω ό,τι με ευχαριστεί και με ενδιαφέρει	1	2
17. Αισθάνομαι πιο κουρασμένος/η απ' ό,τι συνήθως, χωρίς λόγο	1	2
18. Τελευταία, η όρεξη μου είναι λιγότερο καλή	1	2
19. Είμαι απογοητευμένος/η και αηδιασμένος/η από τον εαυτό μου	1	2

20. Αισθάνομαι μπλοκαρισμένος/η ή εμποδισμένος/η για να κάνω το παραμικρό πράγμα	1	2
21. Αυτή την περίοδο, αισθάνομαι λιγότερο ευτυχής σε σχέση με την πλειοψηφία των ανθρώπων	1	2
22. Μου είναι δύσκολο αυτή την περίοδο να συγκεντρωθώ σε μια δουλειά ή απασχόληση	1	2
23. Θα 'θελα να τελειώνα με την ζωή	1	2
24. Έχω την εντύπωση ότι η καρδιά μου κτυπά πιο γρήγορα απ' ό,τι συνήθως ή ότι φτερουγίζει	1	2
25. Αισθάνομαι λιγότερο ικανός/η και έξυπνος/η από την πλειοψηφία των άλλων ανθρώπων	1	2
26. Αυτή την περίοδο έχω συχνά την επιθυμία να' μαι μόνος/η	1	2
27. Αυτή την περίοδο αισθάνομαι πολύ εκνευρισμένος/η	1	2
28. Το βάρος μου άλλαξε	1	2
29. Είμαι χωρίς ελπίδα για το μέλλον	1	2
30. Έχω πόνους στην μέση	1	2
31. Αυτή την περίοδο αποφεύγω μερικές δραστηριότητες, μερικά μέρη ή πράγματα γιατί με φοβίζουν	1	2
32. Το ηθικό μου είναι πολύ πεσμένο	1	2
33. Αυτή την περίοδο μου είναι αδύνατο να μείνω στην ίδια θέση	1	2
34. Ό,τι κάνω το κάνω λιγότερο γρήγορα απ' ό,τι συνήθως	1	2
35. Αυτή την περίοδο είμαι πιο δυσκοίλιος/α απ' ό,τι συνήθως	1	2
36. Είμαι υποχρεωμένος/η να πιεστώ για να κάνω οτιδήποτε	1	2
37. Το μυαλό μου είναι λιγότερο καθαρό απ' ό,τι συνήθως	1	2
38. Σκέφτομαι ότι θα 'ταν καλύτερα να ήμουν πεθαμένος/η	1	2
39. Δεν είμαι ικανός/η να παίρνω αποφάσεις τόσο εύκολα όσο συνήθως	1	2
40. Αυτή την περίοδο είμαι θλιμμένος/η	1	2
41. Ο ύπνος μου είναι λιγότερο καλός απ' ό,τι συνήθως	1	2
42. Βρίσκω ότι φταίω για μερικά πράγματα ή γεγονότα	1	2
43. Έχω την εντύπωση ότι οι άλλοι δεν με καταλαβαίνουν	1	2
44. Έχω δυσκολία να κάνω τα πράγματα που συνήθιζα να κάνω	1	2
45. Είμαι πιο ευερέθιστος/η απ' ό,τι συνήθως	1	2
46. Αυτή την περίοδο κλαίω συχνά	1	2
47. Ανησυχώ για την υγεία μου	1	2
48. Αυτή την περίοδο ορισμένα πράγματα με ταράζουν και με βασανίζουν	1	2
49. Είμαι γεμάτος/η από αίσθημα φόβου	1	2
50. Εργάζομαι λιγότερο εύκολα από πριν	1	2
51. Αυτή την περίοδο η ζωή μου, μου φαίνεται άδεια	1	2
52. Αισθάνομαι ότι είμαι σε μια κατάσταση γενικής αδυναμίας	1	2