



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΙΑΤΡΙΚΗΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΥΓΕΙΑΣ



ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Διερεύνηση των παραγόντων που επηρεάζουν την πνευματική ζωή
πληθυσμού της Λάρισας

Αρχιμανδρίτης

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΔΕΛΗΧΡΗΣΤΟΣ

Μεταπτυχιακός φοιτητής

ΤΡΙΜΕΛΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Βασίλειος Ραφτόπουλος, τ. Αναπληρωτής Καθηγητής Τεχν. Πανεπ. Κύπρου. Επιβλέπων Καθηγητής

Μαίρη Γκούβα, Καθηγήτρια ΤΕΙ Ηπείρου. Μέλος Τριμελούς Επιτροπής

Ευαγγελία Κοτρώτσιου, Καθηγήτρια ΤΕΙ Λάρισας. Μέλος Τριμελούς Επιτροπής

Λάρισα, 2018



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΙΑΤΡΙΚΗΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΥΓΕΙΑΣ



MASTER THESIS

**Investigation of the factors that affect the spiritual life of the
population of Larissa**

Περιεχόμενα

ΑΦΙΕΡΩΣΗ.....	5
ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ	6
ΠΕΡΙΛΗΨΗ	7
ABSTRACT	8
ΕΙΣΑΓΩΓΗ	9
A. ΓΕΝΙΚΟ ΜΕΡΟΣ.....	10
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1.....	11
1.1 Πνευματική ζωή - Αναδρομή στην ιστορία και τη σημασία του	11
1.2 Πνευματική ζωή και Θρησκεία	14
1.3 Θρησκεία και Πνευματική ζωή ως μορφές θεραπείας	15
1.4 Πολιτισμοί με σημαντική παρουσία πνευματικής ζωής (Τύποι πνευματικής ζωής).....	15
1.4.1 Πνευματική ζωή στον Ιουδαϊσμό.....	16
1.4.2 Πνευματική ζωή στον Χριστιανισμό.....	17
1.4.3 Πνευματική ζωή στον Ισλαμισμό.....	18
1.4.5 Πνευματική ζωή στον Ινδουισμό	18
1.4.6 Πνευματική ζωή στον Βουδισμό.....	20
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2.....	21
2.1 Μοντέρνα πρακτική της πνευματικής ζωής	21
2.1.1 Πνευματική ζωή στην φιλοσοφία.....	22
2.1.2 Πνευματική ζωή στην ψυχοθεραπεία.....	23
2.1.3 Πνευματική ζωή στην επιστήμη.....	24
2.2 Παράγοντες που επηρεάζουν την πνευματική ζωή	25
2.3 Πνευματική ζωή στην Ελλάδα	28
2.4 Κλίμακες αξιολόγησης της πνευματικής ζωής.....	29
B. ΕΙΔΙΚΟ ΜΕΡΟΣ	31
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3.....	32
Πληθυσμός και μεθοδολογία.....	32
3.1 Σκοπός.....	32
3.2 Υπο μελέτη πληθυσμός και μέθοδος.....	32
3.3 Σύνταξη ερωτηματολογίου.....	32
3.4 Συμπλήρωση ερωτηματολογίου.....	33
3.5 Στατιστική Ανάλυση	34

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4.....	35
Αποτελέσματα.....	35
4.1 Παρουσίαση των Συχνότητων εμφάνισης των απαντήσεων.....	35
4.2 Συγκριτική ανάλυση μεταβλητών.....	47
ΣΥΖΗΤΗΣΗ.....	50
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	53
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ.....	57

*Υικώς αφιερώνω την πρώτη μου Μεταπτυχιακή
Διπλωματική Εργασία στην Α.Θ.Π. Τον Οικουμενικό
Πατριάρχη του Γένους μας κ.κ. Βαρθολομαίο.*

Ευχαριστίες

Θα ήθελα να ευχαριστήσω όλους εκείνους των οποίων οι υποδείξεις, η βοήθεια και η υποστήριξη υπήρξαν πολύτιμες για την διεκπεραίωση αυτής της εργασίας. Κατ' αρχάς, θα ήθελα να ευχαριστήσω τον επιβλέποντα καθηγητή μου, κ. Β. Ραφτόπουλο, για την ευκαιρία που μου έδωσε να πραγματοποιήσω την παρούσα εργασία, για τις γνώσεις και τις εμπειρίες που μου μετέδωσε καθ' όλη τη διάρκεια της εκπόνησής της καθώς και την τριμελή επιτροπή. Ακόμη, θα ήθελα να ευχαριστήσω την οικογένειά μου για την ολόψυχη συμπαράστασή της και την υπομονή της, αλλά και όλους τους διδάσκοντες καθηγητές στο Π.Μ.Σ. της Π.Φ.Υ. που μου δίδαξαν τήν υπέροχη επιστήμη της Ιατρικής.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ: Η πνευματική ζωή αποτελεί ένα σύνθετο κομμάτι της καθημερινότητας του ανθρώπου. Παρόλο που η ερμηνεία της δεν είναι πλήρως διασαφηνισμένη και κάθε άνθρωπος την εκλαμβάνει διαφορετικά, η πνευματικότητα αναφέρεται στην αίσθηση της σύνδεσης με κάτι μεγαλύτερο από εμάς. Οι περισσότερες έρευνες μέχρι τώρα, οι οποίες αναφέρονται στην πνευματικότητα είναι κυρίως ποιοτικές μη δίνοντας την δυνατότητα ανάλυσης των πολυδιάστατων πτυχών της έννοιας της πνευματικότητας.

ΣΚΟΠΟΣ: Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι να διερευνηθούν οι παράγοντες που επηρεάζουν την πνευματική ζωή πληθυσμού της Λάρισας.

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ: Για τη διεξαγωγή της έρευνας και τη συλλογή των δεδομένων συντάχθηκε ανώνυμο και αυτοσυμπληρούμενο ερωτηματολόγιο 22 ερωτήσεων το οποίο περιλάμβανε την χρήση της κλίμακας Royal Free Interview for Spiritual and Religious Beliefs . Η στατιστική ανάλυση έγινε με τη χρήση του στατιστικού προγράμματος IBM-SPSS23.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ: Από τους 130 συμμετέχοντες οι 53 (40,7%) ήταν άνδρες και οι 77 ήταν γυναίκες σε ποσοστό 59,3%. Η πλειοψηφία των συμμετεχόντων δήλωσε πως έχει τόσο θρησκευτικά όσο και πνευματικά πιστεύω. Αρκετά ήταν τα άτομα τα οποία συνέδεσαν τα θρησκευτικά και πνευματικά τους πιστεύω με θέματα που αφορούν την υγεία. Ένας μεγάλος αριθμός ατόμων (49,2%, n=64) πιστεύει ότι μετά το θάνατο συνεχίζουμε να υπάρχουμε με κάποια διαφορετική ή μη μορφή.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ: : Φαίνεται πως η πνευματικότητα είναι στενά συνδεδεμένη με την θρησκεία και την άσκηση των θρησκευτικών καθηκόντων. Ενδιαφέρον παρουσίασε η συσχέτιση της πνευματικής κατανόησης και του διαλογισμού σε σχέση με μία πνευματική δύναμη, όσο αφορά τα παγκόσμια γεγονότα.

Λέξεις κλειδιά: πνευματικότητα, πνευματική ζωή, θρησκεία, παράγοντες, επιρροή, Λάρισα

ABSTRACT

BACKGROUND: Spirituality is a complex part of a person's everyday life. Although its interpretation is not fully elucidated and every person perceives it differently, spirituality refers to the sense of association with something larger and higher than us. Most researches so far, referring to spirituality, are mostly qualitative, not allowing the analysis of the multidimensional aspects of its concept.

OBJECTIVES: The aim of this study was to investigate the factors that affect spiritual life in a predetermined population.

METHODS: In the context of this work, the anonymous and self-completed questionnaire (22 questions) including the "Royal Free Interview for Spiritual and Religious Beliefs" was used. The statistical analysis was done with the software IBM-SPSS23.

RESULTS: Of the 130 participants, 53 (40,7%) were men and 77 were women at 59,3%. Most of the participants said they have both religious and spiritual beliefs. There were quite a few people who linked their religion and religion with health-related issues. Many participants (49.2%, n = 64) believe that after death we continue to exist in some form.

CONCLUSIONS: According to this study's sample, spirituality seems to be closely related to religion and the exercise of religious duties. Interestingly, the correlation of spiritual understanding and meditation in relation to a spiritual power in global events has been interesting.

Key words: spirituality, spiritual life, religion, factors, influence, Larisa

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η πνευματική ζωή είναι μια έννοια με πολυδιάστατες πτυχές. Είναι ευρέως αποδεκτό πως η πνευματική ζωή συνιστά μία καθολική ανθρώπινη εμπειρία και αναφέρεται στην αίσθηση της σύνδεσης με κάτι μεγαλύτερο από εμάς, τον άνθρωπο [1,2]. Τα διάφορα πνευματικά επίπεδα και θρησκευτικές αξίες έχουν αντίκτυπο σ' ένα μεγάλο εύρος παραγόντων που περιλαμβάνει τις καθημερινές μας αποφάσεις μέχρι και την ανάπτυξη της κοινωνίας μέσα στην οποία ζούμε.

Η έννοια της πνευματικής ζωής εκλαμβάνεται διαφορετικά από κάθε άνθρωπο. Η μετάβαση στην εκκλησία, συναγωγή ή χώρους προσευχής αποτελεί για ορισμένους τρόπο έκφρασης της. Για άλλους, η έννοια αυτή αντιπροσωπεύει κάτι πιο προσωπικό και εκφράζεται μέσω δραστηριοτήτων που στοχεύουν στην ανάπτυξη της εσωτερικής πλευράς του ατόμου, όπως για παράδειγμα, μέσω άσκησης της γιόγκα, διαλογισμού ή ακόμη ένας ήρεμος περίπατος στην εξοχή.

Παρ'ολη την διάχυτη φύση της, υπάρχουν κάποια χαρακτηριστικά ευρέως καθιερωμένα και αποδεκτά στην σύγχρονη αντίληψη της πνευματικότητας [3]. Ορισμένα από αυτά είναι ο άρρηκτος δεσμός της με τον πολιτισμό και το πλαίσιο άσκησης της. Επιπλέον, η πνευματική ζωή αναφέρεται στην προσέγγιση της ολότητας, της αναζήτησης για το «ιερό» και συνεπάγεται της ανθρώπινης ταυτότητας.

Η παρούσα εργασία πραγματεύεται τους παράγοντες που επηρεάζουν την πνευματική ζωή του πληθυσμού της πόλης της Λάρισας. Στο γενικό μέρος γίνεται ευρεία ανασκόπηση του ορισμού, των διαφόρων τύπων της πνευματικής ζωής, συμπεριλαμβανομένων και των πιο δραστήριων πολιτισμών που έχουν υιοθετήσει και ασκούν την έννοια της. Το ειδικό μέρος περιλαμβάνει το σχεδιασμό και τη μεθοδολογία που χρησιμοποιήθηκε για την πραγματοποίηση της έρευνας και ακολουθεί η παρουσίαση των αποτελεσμάτων και η συζήτηση.

Α. ΓΕΝΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

1.1 Πνευματική ζωή - Αναδρομή στην ιστορία και τη σημασία του

Προέλευση

Υπάρχει μία μακρά ιστορία πίσω από την έννοια της πνευματικότητας. Η ερμηνεία του όρου αυτού αποτελεί αντικείμενο συζήτησης από τα αρχαιότερα χρόνια και η πρακτική της έχει υιοθετηθεί από πολλές γενεές [4,5]. Ετυμολογικά, η λέξη «πνευματικότητα» (στα αγγλικά «spirituality») προέρχεται από τον Χριστιανισμό με το λατινικό επίθετο spiritualis ή «spiritual», το οποίο μεταφράζεται στο ελληνικό επίθετο «πνευματικός», όπως φαίνεται στην Καινή Διαθήκη [6].

Στην ελληνική γλώσσα, η λέξη πνευματική ζωή έχει τις ρίζες της στο «πνευ-», αναφερόμενο στην κίνηση του αέρα κατά την αναπνοή, το οποίο με τη σειρά του αποτελεί σημάδι ύπαρξης ζωής [7,8]. Σύμφωνα με το παραπάνω, το πνεύμα αποτελεί την πηγή της ζωής. Αυτή η ιδέα είχε εμφανιστεί και υιοθετηθεί από πολλούς αρχαίους πολιτισμούς, συμπεριλαμβανομένου και του Ρωμαϊκού [9].

Το πνεύμα, σύμφωνα με τον Αναξιμένη, όντας ο αέρας εν κινήσει, μπορεί να εξηγήσει τόσο τα πνευματικά όσο και τα φυσικά φαινόμενα. Συγκεκριμένα αναφέρεται:

“Οἶον ἢ ψυχὴ ἢ ἡμετέρα ἀήρ οὔσα συγκρατεῖ ἡμᾶς, καὶ ὄλον τὸν κόσμον πνεῦμα καὶ ἀήρ περιέχει” [(Αέτ. I 3, 4 (D. 278)] [10].

Ανατρέχοντας στις πρώτες ερμηνείες της έννοιας της πνευματικότητας, είναι σημαντικό να αναφερθεί ότι «το πνευματικό» δεν ήταν το αντίθετο του «σωματικού» ή του «φυσικού». Η αντίθεση εναπόκειτο με το «σαρκώδες», το οποίο αντιτίθεται με το πνεύμα του Θεού. Σύμφωνα με την παραπάνω σύγκριση, ένα «πνευματικό πρόσωπο» (για παράδειγμα, στην Α΄ Κορινθίους 2, 14-15) ήταν απλώς ένα άτομο το οποίο ζει κάτω από την επιρροή του Θεού, ενώ ένα «σαρκώδες» (ή αλλιώς κοσμικό) πρόσωπο ασχολείται κυρίως με προσωπική ικανοποίηση και επιτυχία.

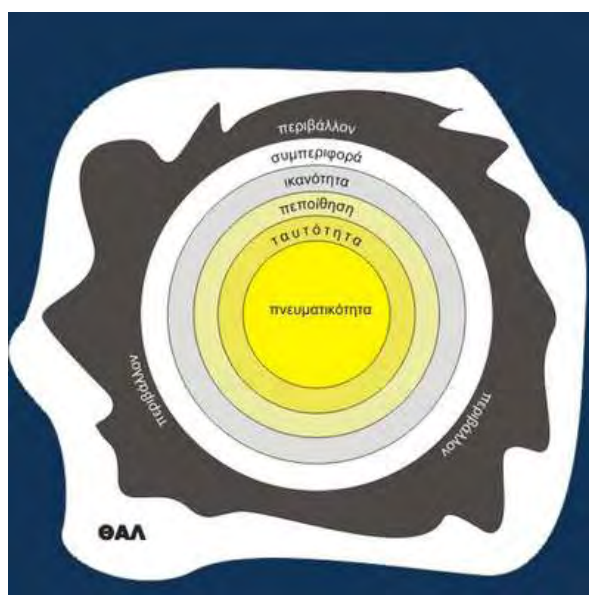
Την περίοδο του Ευρωπαϊκού Μεσαίωνα, έλαβε χώρα μια σημαντική διανοητική μετατόπιση. Αυτή η αλλαγή είχε σαν αποτέλεσμα να αποδοθεί μία πιο ξεκάθαρη διάκριση μεταξύ «πνευματικού» και

«σωματικού». Η «πνευματικότητα» του Μεσαίωνα αναφερόταν κυρίως στον κλήρο. Κατά τα επόμενα χρόνια, γύρω στον 17^ο αιώνα, η έννοια συνδέθηκε για πρώτη φορά με την «πνευματική ζωή».

Σύγχρονοι ορισμοί

Ο ορισμός της πνευματικότητας δεν είναι απλός, καθώς η λέξη μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε πολλά διαφορετικά πλαίσια και περιπτώσεις. Ωστόσο, η σύγχρονη βιβλιογραφία σχετικά με την «πνευματικότητα» περιλαμβάνει τα ακόλουθα.

Η πνευματικότητα αφορά την προοπτική της ζωής με μια ολοκληρωμένη προσέγγιση [5]. Αφορά, με άλλα λόγια, το ολιστικό. Αυτό μπορεί να συνδεθεί με τις προγενέστερες αναφορές του πνευματικού ως «ιερό». Το ιερό, στα αγγλικά «holy», προέρχεται από την ελληνική λέξη «holos», το «σύνολο». Κατ'επέκταση, αντί να αποτελεί ένα απλό στοιχείο μεταξύ άλλων στην ανθρώπινη ύπαρξη, το «πνευματικό» στοιχείο μπορεί να γίνει καλύτερα κατανοητό ως ο παράγοντας ολοκλήρωσης - «ζωή ως σύνολο» [13,14].



Διάγραμμα 1. Ανθρώπινη συνείδηση σύμφωνα με το μοντέλο του Νευρογλωσσικού Προγραμματισμού [18].

Ενδιαφέρον είναι το μοντέλο του Νευρογλωσσικού Προγραμματισμού (NLP) το οποίο προσπαθεί να εξηγήσει την ανθρώπινη συνείδηση. Κεντρικό ρόλο, λοιπόν, σ' αυτήν παίζει η πνευματικότητα. Αυτή

περιλαμβάνει την αντίληψη που έχει ο άνθρωπος για το ρόλο του στη ζωή. Λόγω της ευρείας ερμηνείας και απροσδιόριστης ερμηνείας και του ρόλου αλλά και της ζωής ενός ατόμου, η απάντηση σ' αυτή την αναζήτηση ποικίλει και εξαρτάται από την προσωπικότητα του κάθε ατόμου.

Η πνευματική ζωή του κάθε ατόμου ξεκινάει να πλάθεται από τη στιγμή που έρχεται στη ζωή και συνεχίζει καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής του [16]. Με το πέρας των χρόνων και των διαφόρων ιδεών και πρακτικών που έχει αποκτήσει το άτομο, διαμορφώνει πλέον τον χαρακτήρα του ή αλλιώς την προσωπική του ταυτότητα. Κατ' επέκταση, μέσα από την ταυτότητα διαμορφώνονται οι πεποιθήσεις του ατόμου δηλαδή τα πιστεύω του.

Παράλληλα, η πνευματική ζωή συμπεριλαμβάνει την ενασχόληση και αναζήτηση για το «ιερό» [4,5]. Η έννοια του ιερού σ' αυτή την περίπτωση μπορεί να αφορά είτε την αναζήτηση προς το Θεό είτε εσωτερική αναζήτηση στα βάθη της ανθρώπινης ύπαρξης ή στα μυστήρια του Κόσμου.

Στα πλαίσια της αναζήτησης της ανθρώπινης ύπαρξης, η πνευματικότητα συνδέεται συχνά με την αναζήτηση για το νόημα ή το σκοπό της ζωής [11]. Λόγω της παραπάνω συσχέτισης, η πνευματικότητα, ως νοείται στη σύγχρονη κοινωνία, συνεπάγεται της κατανόησης της ανθρώπινης ταυτότητας και της ανάπτυξης της προσωπικότητας. Τέλος, η πνευματική ζωή αναφέρεται στην ανάπτυξη του μη-υλικού στοιχείου της ζωής, καθώς σύμφωνα με την παραπάνω έννοια, η ζωή είναι κάτι περισσότερο από βιολογία [6].

Η ευημερία αποτελεί, συχνά, έναν ακόμη παράγοντα με τον οποίο συνδέεται η πνευματική ζωή. Οι επεκτάσεις της παραπάνω συσχέτισης οδηγούν στο συμπέρασμα πως η πνευματικότητα σαν έννοια αντανακλά την αίσθηση των υπέρτατων αξιών, παρά μια οργανωμένη αντιμετώπιση της ζωής [12,15].

Η «πνευματική υγεία» είναι μία ακόμη συνισταμένη της πνευματικότητας [7,29]. Πιο συγκεκριμένα ο Fischer (2016) υποστηρίζει ότι παρά το αυξανόμενο ενδιαφέρον και τον μεγάλο όγκο δημοσιεύσεων που αφορούν στην «πνευματική υγεία» και το «ευ ζην» τις τελευταίες τρεις δεκαετίες, η βιβλιογραφία παρουσιάζει κενά, όσον αφορά στη σχέση μεταξύ εφήβων και πνευματικής υγείας.

Η θρησκευτικότητα και η πνευματικότητα μπορούν ακόμη να επιδράσουν στην υγεία την μακροζωία, προσφέροντας όχι απλά περισσότερη αλλά και υγιέστερη ζωή. Περιστατικά όπως καρδιακά επεισόδια, νεφρική ανεπάρκεια, κίρρωση, χρόνιος πόνος και καρκίνος αποτελούν κάποια από τα παραδείγματα όπου η θρησκεία και η πνευματικότητα έχουν επιδράσει θετικά [19,20].

Η συνειδητοποίηση πως η έννοια της πνευματικότητας συνδέεται με την εσωτερική αρμονία και ευεξία, την οποία ο καθένας αναζητά και ορίζει, οδηγεί, με τη σειρά του, στα ακόλουθα ερωτήματα: Σε τι επίπεδο ορίζεται η πνευματικότητα: ατομικό ή κοινωνικό; Με τη σειρά της, η επόμενη ερώτηση που τίθεται αφορά τη σύνδεση της πνευματικότητας με την κοινωνική ύπαρξη και κατ'επέκταση με τις θρησκευτικές αξίες που συνάγουν την εκάστοτε κοινωνία.

1.2 Πνευματική ζωή και Θρησκεία

Οι έννοιες της πνευματικότητας και της θρησκείας έχουν τραβήξει μεγάλη προσοχή τα τελευταία χρόνια, κύριως όσο αφορά τον διαχωρισμό και τις ομοιότητες τους. Ενώ η πνευματικότητα αναφέρεται πρωτίστως στην αίσθηση της υπέρβασης και σύνδεσης ενός ατόμου ή μιας ομάδας, η θρησκεία κατέχει θεσμική σημασία. Η θρησκεία χαρακτηρίζεται, μεταξύ άλλων, από μία κοινότητα πιστών που μοιράζονται τις ίδιες πεποιθήσεις και πρακτικές. Τα κοινωνικά και πολιτιστικά κινήματα έχουν επιστήσει την προσοχή στη σημασία της θρησκείας και της πνευματικότητας τόσο σε ατομικό όσο και συλλογικό επίπεδο [12].

Σύμφωνα με τα παραπάνω, η θρησκεία φαίνεται να παρέχει μια ουσιαστική μέθοδο πνευματικής εμπειρίας για ορισμένα άτομα. Η πνευματικότητα, από την άλλη πλευρά, δεν θεωρείται ως ένας παράγοντας ξεχωριστός αλλά ως αναπόσπαστο μέρος της λειτουργίας ολόκληρου του ατόμου. Με αυτή την οπτική, η πνευματικότητα επηρεάζει άμεσα το άτομο και με τη σειρά της επηρεάζεται από διάφορες διαστάσεις της ζωής.

Οι Lazenby και συνεργάτες [13] πρότειναν την διαφοροποίηση μεταξύ των «θρησκευτικών» και των αντιλήψεων «Θρησκεία» και «Πνευματικότητα». Οι μεν θρησκείες αναφέρονται σε άτομα που ακολουθούν διαφορετικές θρησκευτικές παραδόσεις, ενώ οι δε «Θρησκεία» και «Πνευματικότητα» θεωρούνται άμεσες αντιδράσεις στη ζωή. Σήμερα, η θρησκεία γίνεται αντιληπτή ως ένα θεσμικό και πολιτισμικό όργανο το οποίο οργανώνει συλλογικά κινήματα αναφερόμενα σε ένα σύστημα ατόμων με κοινές αντιλήψεις και πρακτικές [14]. Σε διάφορους τομείς, λοιπόν, τόσο η θρησκεία όσο και η πνευματικότητα έχουν αποδειχθεί κεντρικές στις περισσότερες κουλτούρες.

Οι Puchalski και συνεργάτες [15] ανέπτυξαν μια υπαρξιακή πτυχή και απέδωσαν έναν ιδιαίτερο σκοπό στην έννοια της πνευματικότητας. Πιο συγκεκριμένα, αναφέρουν:

«... η πτυχή της ανθρωπότητας που αναφέρεται στον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αναζητούν και εκφράζουν νόημα και σκοπό και τον τρόπο που βιώνουν τη σύνδεσή τους με τη στιγμή, με τον εαυτό, σε άλλους, στη φύση και στο σημαντικό ή ιερό».

Κατ'επέκταση, η πνευματικότητα μπορεί να βρεθεί μέσω της θρησκευτικής δέσμευσης ή προσωπικής εμπειρίας σύνδεσης με το θεϊκό, ή ακόμη μέσω της σύνδεσης με τη φύση [16].

1.3 Θρησκεία και Πνευματική ζωή ως μορφές θεραπείας

Ανεξαρτήτως των διαφορών τους, οι δύο παραπάνω έννοιες αποτελούν συχνά αναπόσπαστο κομμάτι της υγείας. Η «θετική» θρησκευτική αντιμετώπιση, έχει αποδεδειγμένα συσχετιστεί με καλύτερα αποτελέσματα όσο αφορά προβλήματα ψυχικής υγείας. Το παραπάνω συχνά συνεπάγεται την επιβεβαίωση ότι το άτομο βλέπει τον εαυτό του ως μέρος μιας μεγαλύτερης πνευματικής δύναμης ή ότι συνεργάζεται με τον Θεό ως κάποιος που ασχολείται με τους στρεσογόνους παράγοντες.

Από την άλλη μεριά, φτωχότερα αποτελέσματα αναδεικνύονται με την ύπαρξη "αρνητικής" αντιμετώπισης καθώς και με την παρουσία της επικείμενης θρησκευτικής πίεσης. Τα παραπάνω εκφράζονται μέσω των ανησυχιών ότι ο Θεός τιμωρεί ή έχει εγκαταλείψει το άτομο ή, αντιθέτως, ότι το άτομο είναι απομακρυσμένο από τον Θεό. Η θρησκεία και η πνευματικότητα έχουν να προσφέρουν περισσότερα από ένα απλό σύνολο δραστηριοτήτων και τελετουργικές πειθαρχίες.

1.4 Πολιτισμοί με σημαντική παρουσία πνευματικής ζωής (Τύποι πνευματικής ζωής)

Όλες οι μεγάλες θρησκείες προέρχονταν από συγκεκριμένα πολιτιστικά πλαίσια. Ως αποτέλεσμα, καθένας από αυτούς χρησιμοποιεί διαφορετικές έννοιες για αυτό που ονομάζουμε «πνευματικότητα». Η υιοθέτηση της πραγματικής λέξης «πνευματικότητα» πέρα από τη Δύση και πέρα από τον Χριστιανισμό οφείλεται εν μέρει στις επαφές μεταξύ Ευρωπαίων και Ινδικών θρησκευτικών μορφών στα τέλη του 19ου αιώνα.

Η ενσωμάτωση της πνευματικότητας στα πλαίσια της θρησκείας συντελεί στην δημιουργία παραδόσεων οι οποίες περιλαμβάνουν ένα πλαίσιο υπερβατικών πεποιθήσεων, γραφές ή κείμενα καθώς και ιερούς χώρους. Παρακάτω ακολουθούν πέντε αντιπροσωπευτικές θρησκείες ανά τον κόσμο στις οποίες η ιδέα της πνευματικότητας είναι άρρηκτα συνδεδεμένη.

1.4.1 Πνευματική ζωή στον Ιουδαϊσμό

Ο Ιουδαϊσμός αποτελεί την πρώτη μονοθεϊστική θρησκεία. Οι αρχές του ανατρέχουν στα παλαιά χρόνια όταν ο λαός του Ισραήλ στην Αίγυπτο, ανέπτυξε μια συλλογική θρησκευτική ιστορία. Η εβραϊκή πνευματικότητα βασίζεται στην ύπαρξη και παρουσία του Θεού. Ο Θεός αποτελεί μία μορφή απάντησης και καθοδήγησης προς την αγιότητα και την άσκηση της στην ζωή. Τις δύο πηγές της αποτελούν ο δημιουργημένος κόσμος και η Τορά [4,18].

Ιστορικά, η πνευματικότητα του Ιουδαϊσμού έχει αγκαλιάσει μεγάλη ποικιλία στοιχείων και χαρακτηριστικών που εκτείνονται από την τελετουργική λατρεία της εποχής του Ναού, τις αντιτροπολιτικές φωνές των προφητών και τις διδασκαλίες των Φαρισαίων. Με την πάροδο των χρόνων και την ωρίμανση της ιδεολογίας ήρθε ο ραβινικός ιουδαϊσμός όπου σημαντικό ρόλο παίζει η Τορά και η πρακτική της στην καθημερινή ζωή.

Ο Ιουδαϊσμός έχει τρία βασικά στοιχεία:

- Την πίστη σε έναν ενιαίο καθολικό και αιώνιο Θεό,
- Την προσήλωση στις διδασκαλίες που βρέθηκαν στην «Τορά» και
- Την έννοια του «Ισραήλ».

Ο όρος Ισραήλ υποδηλώνει έναν πολιτισμό, μια κοινωνική ομάδα και μια ιστορική και πολιτική εξέλιξη. Η έλλειψη σαφούς ορισμού εξακολουθεί να προκαλεί σημαντική συζήτηση σχετικά με το ποιός είναι Εβραίος (Ehrlich, 2004).

Επί του παρόντος υπάρχουν τρεις ευρείες ταξινομήσεις του Ιουδαϊσμού:

1. «Ορθόδοξη», η παραδοσιακή πτέρυγα του σύγχρονου Ιουδαϊσμού,
2. «Μεταρρύθμιση», μια φιλελεύθερη ερμηνεία ορισμένων παραδοσιακών διδασχών και
3. «Συντηρητικό» ένα κεντριστικό κίνημα που ενσωματώνει πτυχές ορθοδοξίας και φιλελευθερισμού.

Οι συναγωγές ή οι τόποι συνάντησης τείνουν να αναπτύσσονται σε αυτές τις τρεις ταξινομήσεις και οι άνθρωποι υιοθετούν και ταυτίζονται με έναν από τους τρεις κύριους κλάδους. Πολλές από τις πρακτικές που προσδιορίζονται στον Ιουδαϊσμό προσαρμόζονται ή και ερμηνεύονται ανάλογα με το βαθμό ορθοδοξίας που εφαρμόζει ο Εβραίος [17,35,39].

1.4.2 Πνευματική ζωή στον Χριστιανισμό

Η χριστιανική πνευματικότητα εξελίχθηκε από τον Ιουδαϊσμό και εξακολουθεί να χρησιμοποιεί τις εβραϊκές γραφές. Ωστόσο, το ξεχωριστό σημείο είναι η ερεύνηση του Ιησού Χριστού στην Καινή Διαθήκη. Ο χριστιανισμός συνδέεται μερικές φορές με πολύπλοκα δόγματα, αλλά η ιδεολογία σύνδεσης της φύσης του Θεού και της σχέσης του Θεού με την ανθρωπότητα είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με τη διατήρηση ενός ισορροπημένου πνευματικού οράματος και πρακτικής.

Στον Χριστιανισμό, ο Θεός είναι ταυτόχρονα ένα υπερβατικό μυστήριο καθώς παράλληλα νοείται παρόν μέσα στην ίδια την δημιουργία και στενά συνδεδεμένο με την ανθρώπινη ζωή. Η παραπάνω έννοια μπορεί να συλληφθεί με την «ενσάρκωση» του Θεού (αποκτά ανθρώπινη υπόσταση) στο πρόσωπο του Ιησού της Ναζαρέτ. Ο Ιησούς, όντας στην γη έλαβε τον τίτλο του «Χριστού» ή του «χρισμένου» από τους πιστούς και ακολούθους του.

Ο Χριστός, λοιπόν, αποτελεί το κέντρο πλέον της συγκεκριμένης θρησκείας και των πιστών του. Ένα από τα μεγάλα και πιο σημαντικά κηρύγματα του Χριστιανισμού είναι η «μαθητεία». Η μαθητεία αποτελεί ουσιαστικά έναν δρόμο προς την ακολουθία του δρόμου που έφτιαξε ο Ιησούς. Η πνευματικότητα που παρουσιάζεται στον Χριστιανισμό έχει έντονη την ιδέα της άσκησης και της ασκητικής ζωής, κρατώντας όμως μια θετική και ανοιχτή στάση προς στον κόσμο.

Ο Θεός, στον Χριστιανισμό, είναι η δύναμη η οποία αντιμετωπίζει τις επικείμενες διαταραχές στην ανθρώπινη ζωή [36]. Η χριστιανική πνευματικότητα ενισχύει το πνεύμα της αναζήτησης του ιερού και της εκπλήρωσης των πιστών στο Θεό. Όπως προαναφέρθηκε, η πνευματικότητα οδηγεί στην ανάπλαση και διαμόρφωση του χαρακτήρα. Έτσι, λοιπόν, η εκπλήρωση αυτή γίνεται μέσω της πνευματικής (μετα-)μόρφωσης.

1.4.3 Πνευματική ζωή στον Ισλαμισμό

Στον Ισλαμισμό, αν και κάποια χαρακτηριστικά του προέρχονται από τις δύο προαναφερθείσες θρησκείες, ο Μωάμεθ αποτελεί τον κύριο προφήτη της θρησκείας. Οι ιδέες και τα πιστεύω των ακολούθων μπορούν να βρεθούν στο Κοράνι, το βιβλίο που πιστεύεται ότι είναι η θεϊκή αποκάλυψη.

Η πνευματικότητα στην ισλαμική θρησκεία περιλαμβάνει υπακοή και προσοχή στο θέλημα του Θεού. Οι πιστοί καλούνται να ακολουθούν το θέλημα του Θεού και να πράττουν αναλόγως με σκοπό την εκπλήρωση του θελήματός Του. Η ισλαμική πνευματικότητα, λοιπόν, φαίνεται να στρέφεται προς και γύρω από έναν συγκεκριμένο παράγοντα.

Πέραν της εννοιολογικής σημασίας της πνευματικότητας, στον Ισλαμισμό υπάρχουν συγκεκριμένες πρακτικές οι οποίες οφείλουν να τηρούνται από τους πιστούς και ακολούθους του. Τέτοιες πρακτικές περιλαμβάνουν έναν συγκεκριμένο αριθμό προσευχών την ημέρα, νηστεία και δίαιτα, καθαριότητα καθώς και φιλανθρωπία. Τα παραπάνω έχουν την μορφή του αναγκαίου με στόχο την προτροπή των πιστών σε ενέργειες προς την εκπλήρωση του θελήματος του Θεού.

Όπως φαίνεται από τα παραπάνω η ισλαμική πνευματικότητα υιοθετεί τις πρακτικές για την προώθηση της φιλανθρωπίας, δικαιοσύνης σαν αξίες άσκησης στην καθημερινή ζωή. Παρόλο που στον Ισλαμισμό παρουσιάζονται διαφορετικά τμήματα πνευματικής πρακτικής, ο κοινός γνώμονας τους είναι η πίστη και προσπάθεια για την ενότητα της ανθρωπότητας.

1.4.5 Πνευματική ζωή στον Ινδουισμό

Ο Ινδουισμός είναι ένα σύνολο φιλοσοφικών παραδόσεων, θρησκείας και ασκητικών κινήσεων που εκτείνονται στην Ινδία. Η προέλευση της θρησκείας του Ινδουισμού ποικίλει και δεν υπάρχει μία συγκεκριμένη πηγή προέλευσης. Υπάρχουν πολλές ιστορίες που πραγματεύονται τις πηγές προέλευσης της καθιστώντας τον Ινδουισμό ως αναμφίβολα την παλαιότερη παγκόσμια πίστη.

Τους πυλώνες παραδοσιακής ινδικής πνευματικότητας αποτελούν:

1. Η λατρεία ειδώλων
2. Το κάρμα
3. Η μετενσάρκωση και
4. Ενσαρκώσεις του Θεού

Η λέξη «Κάρμα» σημαίνει κυριολεκτικά ενέργειες ή πράξεις. Οι πράξεις όντας άλλοτε καλές και άλλοτε κακές μπορούν να οδηγήσουν σε ένα καλό και ευήμερο ή ένα οδυνηρό μέλλον, αντίστοιχα. Η ιδέα του κάρματος είναι μία από τις βασικές έννοιες και ιδέες του Ινδουισμού.

Στον Ινδουισμό η πνευματικότητα συνδέεται με την ψυχή στον κάθε άνθρωπο. Η ψυχή του κάθε ατόμου αποτελεί το αιώνιο. Όπως και στις προηγούμενες περιπτώσεις πνευματικότητας, έτσι και στον Ινδουισμό, ο απώτερος στόχος της είναι η αναζήτηση της ίδιας ταυτότητας και διαμόρφωση του χαρακτήρα. Στην συγκεκριμένη θρησκεία, η ιδέα αυτή παίρνει την μορφή της εξερεύνησης και ταυτόχρονα συνειδητοποίησης της ταυτότητας του κάθε ατόμου. Αυτός είναι ο δρόμος ο οποίος οδηγεί στην ελευθερία, η οποία ονομάζεται moksha.

Το μοκσά αποτελεί την τελική ελευθερία, σύμφωνα με τον Ινδουισμό. Το ανθρώπινο πνεύμα είναι συνδεδεμένο και εξαρτώμενο από τον Θεό. Όπως και στον Χριστιανισμό, ο Θεός αποτελεί στήριγμα για τους πιστούς, δείχνοντας αγάπη και γενναιοδωρία.

Η ινδουιστική πνευματικότητα στοχεύει κατά κύριο λόγο στην αναζήτηση του εαυτού και κατ'επέκταση του αληθινού. Η εξερεύνηση του εαυτού σε αυτή τη περίπτωση ωθεί, αναπόφευκτα, τους πιστούς σε ένα δρόμο αυτο-αναζήτησης, ο οποίος μπορεί να συνεπάγεται μιας μορφής ζωής με ασκητικό χαρακτήρα. Μέσα από τα βιώματα τα οποία θα αποκτήσει ο άνθρωπος, θα οδηγηθεί στην εκμάθηση του κόσμου όπως αυτός είναι πραγματικά.

Ο δρόμος, λοιπόν, της διαμόρφωσης της ταυτότητας είναι ο δρόμος της αληθινής μάθησης και διαφώτισης. Σύμφωνα με τον Ινδουισμό, αυτός ο δρόμος αποτελεί έναν κύκλο αναγέννησης, υιοθετώντας την ίδια στιγμή την ιδέα της μετενσάρκωσης ως διάφορα στάδια στον δρόμο της διαφώτισης.

1.4.6 Πνευματική ζωή στον Βουδισμό

Ο Βουδισμός αποτελεί μια ποικιλία παραδόσεων που βασίζονται στις διδασκαλίες του Siddhartha Gautama. Η γενική ιδέα του βουδισμού ανάγεται στην απελευθέρωση όλων των όντων από τα βάσανα και η οδήγησή τους προς την φώτιση (νιρβάνα).

Τα τέσσερα σημεία της διδασκαλίας πάνω στα οποία θεμελιώνεται η ιδεολογία του Βουδισμού είναι:

1. Η ύπαρξη είναι πόνος
2. Αιτία των πόνων είναι η επιθυμία
3. Η κατάπαυση του πόνου
4. Το μονοπάτι που οδηγεί στην κατάπαυση του πόνου

Ο Βουδισμός, ο οποίος χωρίζεται σε δύο κλάδους, τον Τεραβάντα και τον Μαχαγιάνα, αν και κατ'εξοχήν θρησκεία, εστιάζεται περισσότερο στην πνευματικότητα. Ενώ στην ιδεολογία του βουδισμού η ύπαρξη του Θεού (θεϊκού) είναι αποδεκτή, η προσέγγιση του κλίνει προς την ιδέα της ανεξάρτησης από οτιδήποτε, συμπεριλαμβανομένου και του Θεού, για την σωτηρία μας.

Οι «Τέσσερις Ευγενείς Αλήθειες» συνοψίζουν τις διδασκαλίες του Βούδα (dharma) και δείχνουν το δρόμο προς την απελευθέρωση από μια ψεύτικη επιθυμία για τα υλικά. Η βάση του πνευματικού ταξιδιού είναι η «ευγενής οκταπλάσια διαδρομή», η οποία συγκεντρώνεται σε τρεις ομάδες «ανώτερων ασκήσεων»: η σοφία που καθαρίζει το μυαλό (prajna), η αποχή από ανήθικες πράξεις (sila) και η ψυχική πειθαρχία που περιλαμβάνει διαλογιστική πρακτική (Samadhi).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

2.1 Μοντέρνα πρακτική της πνευματικής ζωής

Κατά τα τέλη του 20^{ου} αιώνα η πνευματικότητα άρχισε να αποκτάει ιδιαίτερο ενδιαφέρον και προσοχή. Κοινωνικές καθώς και πολιτικές αλλαγές δημιούργησαν ένα ρεύμα γενικότερης αλλαγής σε ποικίλους τομείς, όπως κοινωνική και θρησκευτική ταυτότητα, ισότητα γυναικών κ.α. Το ρεύμα αυτό είχε, με τη σειρά του, σαν αποτέλεσμα την αναζήτηση νέων πηγών προσανατολισμού που πλέον βασίζονται στον εσωτερικό, βαθύτερο εαυτό. Η κίνηση αυτή βρίσκεται μέσα στα πλαίσια της «πνευματικότητας» ως ένας εναλλακτικός τρόπος ή και μέσο αυτο-εξερεύνησης και εύρεση του σκοπού της ζωής.

Καθώς η ιδέα της πνευματικότητας αρχίζει να αλλάζει και να διαμορφώνεται, κυμαινόμενη κοντά και γύρω από πλαίσια του δυτικού πολιτισμού, είναι αναμενόμενο πως και η πρακτική άσκηση της πνευματικότητας αρχίζει να παίρνει δική της μορφή. Η πνευματικότητα, σε πολλές περιπτώσεις, αντλείται από διάφορες θρησκείες και θρησκευτικές ιδέες. Η νέα αυτή κουλτούρα, συμπεριλαμβάνει ποικίλες πνευματικές πρακτικές, όπως ο διαλογισμός και η προσευχή. Οι πρακτικές αυτές διαφέρουν ανάλογα με τον εκάστοτε πολιτισμό από τον οποίο ασκούνται και συνεπάγονται της μετατόπισης κουλτούρας των προαναφερθέντων ιδεών.

Σύμφωνα με τα παραπάνω, παρουσιάζεται το φαινόμενο όπου άτομα τα οποία υιοθετούν τις θρησκευτικές-πνευματικές ιδέες πλέον δεν καλούνται «θρησκευτικά» αλλά «πνευματικά». Οι αξίες και πρακτικές τις οποίες ασπάζονται στοχεύουν στην επίδιωξη μιας πιο ουσιαστικής ζωής. Είναι αξιοσημείωτο ότι το ποσοστό των ατόμων τα οποία ασκούσαν μία θρησκεία στα τέλη του περασμένου αιώνα (1980-2000), και πλέον ακολουθούν μια «πνευματική πραγματικότητα» έχει μεταβεί από 29% στο 55% [34].

Μία σύγχρονη προσέγγιση της πνευματικότητας συναντάται με το όνομα «κοσμική πνευματικότητα». Παρά την παραπομπή του ονόματος στο κοσμικό, η ερμηνεία και πρακτική αυτής

αναφέρεται στους τρόπους με τους οποίους συναντάται και χρησιμοποιείται η πνευματικότητα πέραν των πλαισίων της θρησκευτικής πρακτικής.

Στις σύγχρονες κοινωνίες η πνευματικότητα συναντάται σε ποικίλους τομείς, όπως στη φιλοσοφία, την ιατρική και πιο συγκεκριμένα την ψυχοθεραπεία και την επιστήμη. Παρακάτω γίνεται αναφορά σε ορισμένες από τις πρακτικές της πνευματικότητας στους προαναφερθέντες τομείς.

2.1.1 Πνευματική ζωή στην φιλοσοφία

Σε αρκετές περιπτώσεις η φιλοσοφία επικαλύπτει την πνευματικότητα. Όπως προαναφέρθηκε από τα βασικά χαρακτηριστικά της πνευματικότητας είναι η αναζήτηση του εαυτού. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί με την καλλιέργεια του χαρακτήρα σύμφωνα με ποικίλες ηθικές αρετές, όπως είναι το ενδιαφέρον για τον άνθρωπο, η ευγένεια κλπ. Οι ίδιες παραπάνω αρετές χαρακτηρίζουν και την φιλοσοφία και τις πρακτικές της [37,38].

Η ευημερία και αρμονία σε μια κοινωνία ξεκινάει από το ατομικό επίπεδο και ανάγεται στο οικογενειακό και αυτό με τη σειρά του στο κοινοτικό-κοινωνικό. Η ύπαρξη μιας τάξης και σωστού χαρακτήρα, λοιπόν, αποτελεί βασικό στοιχείο της λειτουργίας των οικογενειακών και κοινωνικών σχέσεων. Οι αρχές της φιλοσοφίας, όπως για παράδειγμα η αρετή και αρμονία οδηγούν στην κοινωνική ευεξία, όντας σε μια κοινωνία που υιοθετεί τις ίδιες φιλοσοφικές αρχές.

Παράλληλα, τα ήθη και χαρακτηριστικά ενός ανθρώπου μπορούν να διαμορφωθούν με βάση τις αξίες που ασπάζεται η κοινωνία μέσα στην οποία ζει. Οι αξίες αυτές θα οδηγήσουν τελικά τον άνθρωπο στην καλύτερη κατανόηση του εαυτού και, συνεπώς, την άσκηση των πνευματικών του καθηκόντων. Βλέπουμε, λοιπόν, πως η φιλοσοφία και η πνευματικότητα αποτελούν πτυχές του ίδιου στόχου, την αναζήτηση της ταυτότητας.

Κατ' αυτήν την έννοια η φιλοσοφία αποτελεί κάτι παραπάνω από μία ιδέα, είναι η ίδια ένας τρόπος ζωής. Στόχος της φιλοσοφίας δεν είναι μόνο η διανοητική ενασχόληση του ανθρώπου αλλά και η καλλιέργεια της ζωής του, που θα οδηγήσει τελικά στον μετασχηματισμό της ανθρώπινης ύπαρξης. Η φιλοσοφία για τον άνθρωπο σε ατομικό επίπεδο είναι η κοσμική αρμονία που αντικατοπτρίζεται στις

καθημερινές υποθέσεις. Μέσω, λοιπόν, της φιλοσοφίας κάποιος μπορεί να ανακαλύψει τον ίδιο του τον εαυτό, οδηγούμενος την ίδια στιγμή στην δημιουργία της συνείδησης.

Καταλείγοντας, η φιλοσοφική πνευματικότητα συνεπάγεται την επιθυμία να ασχοληθεί με το «σύνολο» και με την ανθρώπινη πληρότητα. Ο ορθολογισμός του συναισθήματος, η αντιμετώπιση του αναπάντεχου και ο μετασχηματισμός του εαυτού αποτελούν στοιχεία που συναντώνται και στην φιλοσοφία αλλά και στην πνευματικότητα.

2.1.2 Πνευματική ζωή στην ψυχοθεραπεία

Υπάρχει ένα εκτεταμένο σώμα βιβλιογραφίας για την πνευματικότητα σε σχέση με την ψυχολογική ανάπτυξη και την ψυχοθεραπεία. Αυτό συχνά περιλαμβάνει σκέψεις για σεξουαλική ταυτότητα και σεξουαλική ωριμότητα σε σχέση με την πνευματική ανάπτυξη.

Για μερικούς ανθρώπους, οι θεραπευτικές σχέσεις αντικαθιστούν τη θρησκευτική πνευματική καθοδήγηση ως μέσο ανάπτυξης. Ο ψυχολόγος αντικατροπτίζει πλέον έναν πνευματικό οδηγό όπου η μη κρίσιμη αποδοχή και η ενσυναίσθηση είναι κρίσιμες αξίες [25, 27]. Αντιστρόφως, οι θρησκευτικές μορφές «πνευματικής καθοδήγησης» σήμερα παρακολουθούν τακτικά τη θεραπευτική πλευρά της ζωής των ανθρώπων. Ιδιαίτερα τα τελευταία χρόνια, πολλές μελέτες αναφέρονται στα ευεργετικά αποτελέσματα της πνευματικότητας και της θρησκείας (και πολλές φορές σε συνδυασμό αυτών των δυο) σε περιπτώσεις σοβαρών προβλημάτων υγείας.

Οι εθισμοί αντιμετωπίζονται όλο και περισσότερο ως πνευματική ασθένεια και οι κλασικές προσεγγίσεις, όπως τα προγράμματα δώδεκα βημάτων, ενθαρρύνουν ένα προσωπικό σύστημα πεποιθήσεων που βασίζεται στην πνευματική αυτοανακάλυψη [26]. Σε συμφωνία με τα παραπάνω, το Βρετανικό Βασιλικό Κολλέγιο Ψυχιάτρων έχει δημιουργήσει έναν τόμο για την πνευματικότητα και τις πνευματικές ανάγκες. Κοινή σε όλες αυτές τις προσεγγίσεις της ψυχιατρικής ή της θεραπείας είναι ένα κίνημα πέρα από τα στενά ιατρικά μοντέλα θεραπείας.

Οι αρχές της ψυχολογίας εξετάζουν επίσης θέματα όπως οι καταστάσεις ευαισθητοποίησης πέρα από τη θεραπεία "προσαρμογής" [27,28]. Ένα παράδειγμα αποτελεί η αυτογνωσία, ώντας ως μέσο για την αναδιάταξη της εσωτερικής μας ζωής. Η θεραπεία ως πνευματική διαδικασία μπορεί να οδηγήσει τελικά στην επίτευξη μιας αρμονικής σχέσης με τον εαυτό και τους άλλους ως αντίδραση στην αλλοτρίωση.

2.1.3 Πνευματική ζωή στην επιστήμη

Ανάμεσα στις κοσμικές πνευματικότητες, η επιστήμη αποτελεί το νεότερο μέλος. Παρόλο που η επιστήμη και η φύση της έρευνας είναι ασυμβίβαστες με τις μορφές γραμματισμού, δεν αποκλείονται από την ατέρμονη διαδικασία ανακάλυψης και τελειοποίησης.

Η πνευματικότητα, όπως και η επιστήμη, στοχεύουν στην αναζήτηση της τελικής «αλήθειας». Σ' αυτό το σημείο είναι σημαντικό να τονισθεί πως η επιστήμη δεν έρχεται σε αντίθεση με όλες τις έννοιες του «ιερού», του πνευματικού ή του θρησκευτικού.

Ενώ η επιστήμη μελετά τα φυσικά φαινόμενα, βρίσκεται μπροστά στο ανοιχτό μυστήριο όταν ρωτά ποια είναι η βαθύτερη «φύση». Η σύγχρονη επιστήμη δεν περιορίζεται σε ιδέες με «αντι-θρησκευτικά» νοήματα. Σύγχρονα επιστημονικά μοντέλα δεν αρνούνται να υποθέσουν την ύπαρξη μίας δύναμης ακόμη κι αν αυτό υπονοεί το Θεό. Είτε οι άνθρωποι προσεγγίζουν την επιστημονική έρευνα μέσω της αστροφυσικής και της κοσμολογίας είτε μέσω της μικροβιολογίας, αντιμετωπίζουν βαθύτερα ερωτήματα που αντιτίθενται στις βεβαιότητες της ξεπερασμένης ιδέας του υλισμού όπως η δυνατότητα προσδιορισμού, η προβλεψιμότητα και η συνολική ανάλυση. Η απεριόριστη και μη προβλεψιμότητα αποτελεί ουσιαστικό μέρος μιας έντιμης επιστημονικής αναζήτησης.

Τέλος, τις τελευταίες δεκαετίες, ο φόβος της κλιματικής αλλαγής καθιστά το θέμα της οικο-πνευματικότητας όλο και πιο δημοφιλές. Αυτό αφορά, κατά κύριο λόγο, την επίδραση της ανθρώπινης συμπεριφοράς στον φυσικό κόσμο. Κατά συνέπεια, αποτελεί ένα επιστημονικό, ηθικά-πρακτικό, αλλά και ένα πνευματικό ζήτημα. Μια τέτοια προσέγγιση στην πνευματικότητα προκαλεί την αντίληψη ότι η ανθρώπινη ταυτότητα είναι μοναδικά πολύτιμη σε σχέση με το ευρύτερο περιβάλλον.

2.2 Παράγοντες που επηρεάζουν την πνευματική ζωή

Όπως έχει προ-αναφερθεί η πνευματικότητα έχει άμεσο αντίκτυπο στην ζωή των ατόμων και παράλληλα, επηρεάζεται από ποικίλους παράγοντες της ζωής. Σε μια πρόσφατη εργασία [42], βρέθηκε πως υπάρχει θετική επίδραση ανάμεσα στην πνευματικότητα και στη δημιουργία της Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης μεταξύ των εργαζομένων σε διάφορες βιομηχανίες.

Περαιτέρω μελέτες καταδεικνύουν το επίπεδο σπουδαιότητας που έχει η πνευματικότητα ή η θρησκεία στις ζωές των ανθρώπων και πιο συγκεκριμένα σε ομάδες παθόντων, όπως για παράδειγμα στους καρκινοπαθείς [2, 20, 24]. Οι αξίες οι οποίες αντιπροσωπεύουν την πνευματικότητα και τη θρησκεία, μπορούν να βοηθήσουν στην καταπολέμηση του φόβου, της ανησυχίας και της νευρικότητας [36].

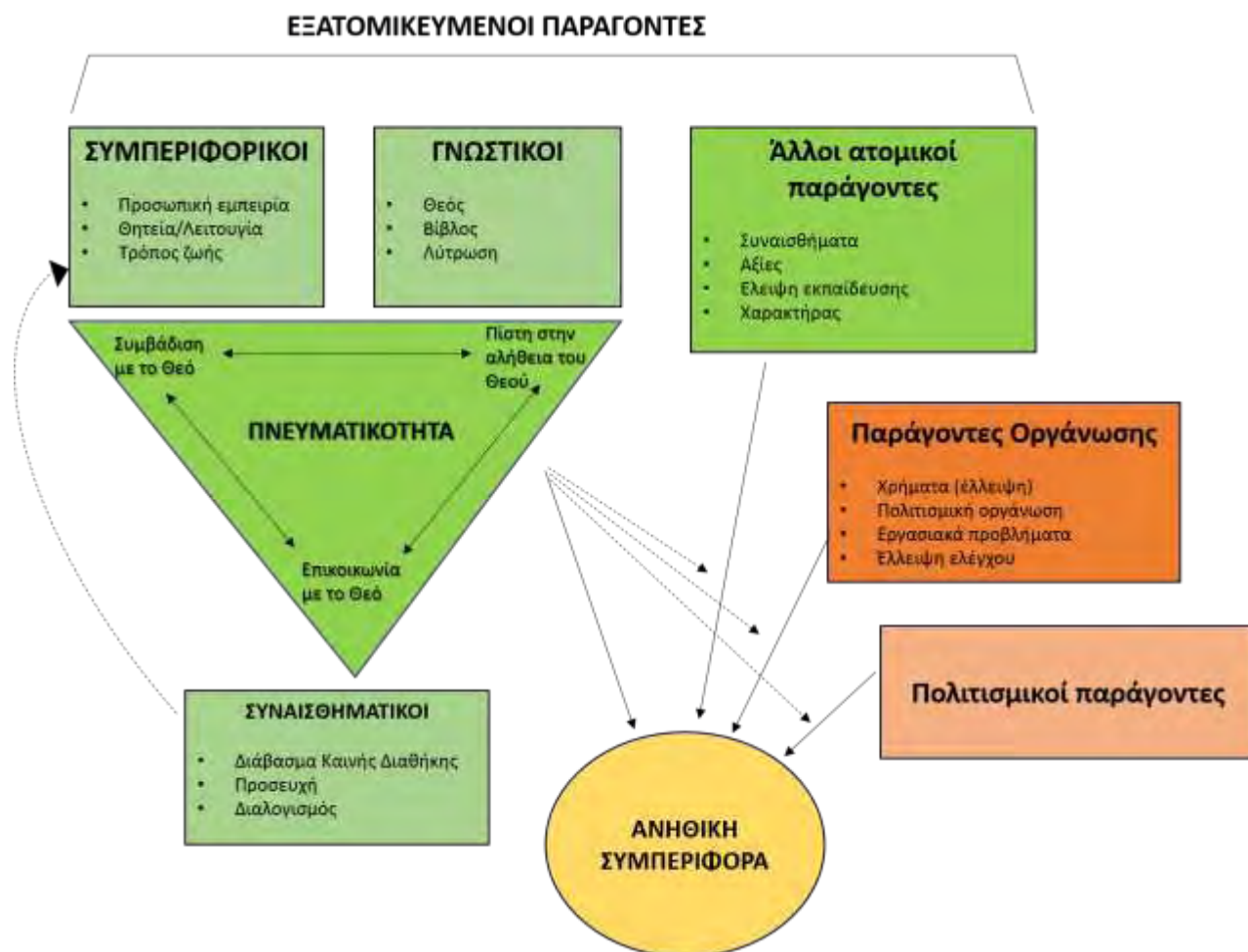
Η φιλανθρωπία αποτελεί ίσως έναν από τους μεγαλύτερους χώρους δράσης και υιοθέτησης των αξιών που υποστηρίζει η πνευματικότητα. Όπως η πνευματικότητα έτσι και η φιλανθρωπία προάγει το αίσθημα της ευθύνης και αλληλεγγύης. Σε μία μελέτη, ερευνήθηκε η σύνδεση μεταξύ πνευματικότητας και οργάνωσης στο εργασιακό περιβάλλον. Το αποτέλεσμα της μελέτης δείχνει πως η πνευματικότητα οδηγεί στην οργανωτική απόδοση αλλά ακόμη περισσότερο ενισχύει την ευημερία και την ποιότητα ζωής στον χώρο εργασίας.

Τέλος, εξετάζοντας διαφορετικά θρησκευτικά πρότυπα, η μελέτη έδειξε θετική συσχέτιση της πνευματικότητας με το αίσθημα της κοινωνικής ευθύνης [43] στο "Ηθικο-Πνευματικές Διαστάσεις της Φιλανθρωπίας: Μια Ισλαμική Προοπτική", Φαχρί Καράκα (2010), στο ερευνητικό του άρθρο με τίτλο «Πνευματικότητα και απόδοση σε οργανισμούς: Μια κριτική βιβλιογραφίας», Klerk (2005)).

Στον παρακάτω πίνακα παρουσιάζεται ο αντίκτυπος της θρησκείας καθώς και της πνευματικότητας σε διάφορους παράγοντες της ζωής.

	Παράγοντες	
	Θρησκευτικότητα	Πνευματικότητα
Σημαντικότητα συμμετοχής στις θρησκευτικές δραστηριότητες	0.919	0.134
Αλλαγή θρησκευτικής ή πνευματικής ζωής μετά από διάγνωση καρκίνου	0.899	0.225
Σημαντικότητα άλλων πνευματικών πρακτικών	0.802	0.175
Θετική αλλαγή ζωής μετά από ασθένεια	0.273	0.864
Αίσθημα ύπαρξης σκοπού ή αποστολής στη ζωή ή λόγος ύπαρξης	0.369	0.843
Αίσθημα ανασφάλειας για το μέλλον	-0.031	0.431

Πίνακας 2.1. Παράγοντες που επηρεάζουν την πνευματική ευημερία [40].



Διάγραμμα 2.2. Ένα εννοιολογικό πρότυπο πνευματικότητας [δανεισμένο από την αναφ. 41].

Το παραπάνω διάγραμμα δείχνει την πολυπλοκότητα της πνευματικότητας σε σχέση με τους παράγοντες που αυτοί επηρεάζουν την υιοθέτηση και πρακτική της καθώς και τα μέσα με τα οποία η ίδια μπορεί να επηρεάσει διάφορες πτυχές της ζωής, τόσο σε ατομικό όσο και σε συλλογικό επίπεδο. Πιο συγκεκριμένα, πολλοί παράγοντες μπορούν να ασκήσουν είτε άμεση είτε έμμεση επίδραση στην πνευματικότητα μέσω της κοινωνίας καθώς και της προσωπικότητας του κάθε ανθρώπου.

Κοινωνικοί παράγοντες, όπως η ευημερία μιας κοινότητας ή κοινωνίας και των κατοίκων της αποτελούν μέρος των έμμεσων παραγόντων που μπορεί να επηρεάσουν την πνευματικότητα [40]. Αναταραχές ή τυχόν αναδιαμορφώσεις σε μια κοινωνία μπορούν να οδηγήσουν στη (ανα-)διαμόρφωση του χαρακτήρα και κατ'επέκταση της επικοινωνίας και συναναστροφής των ατόμων-μελών της κοινωνίας. Η πνευματικότητα με τη δική της σειρά βοηθάει στην δόμηση του χαρακτήρα. Είναι αναμενόμενο, λοιπόν, να υπάρξει μια έμμεση αλληλεπίδραση των κοινωνικών γεγονότων και των πρακτικών της πνευματικότητας.

Η θρησκεία και επικοινωνία με τον Θεό αποτελεί έναν άλλο παράγοντα πολύ στενά συνδεδεμένο με την άσκηση της πνευματικότητας. Η αλληλεπίδραση σε αυτή την περίπτωση μπορεί να περιοριστεί είτε σε ατομικό επίπεδο, μέσω των προσωπικών πιστεύω του κάθε ανθρώπου είτε σε συλλογικό, και κατ'επέκταση έμμεση επιρροή, μέσω της άσκησης των θρησκευτικών πρακτικών.

Έτσι, η πνευματικότητα έχει διάφορες επιρροές. Σύμφωνα με τα παραπάνω, η πνευματικότητα επηρεάζει το άτομο από πλευράς ηθικής συμπεριφοράς στο χώρο εργασίας, αυξάνει την αποτελεσματικότητα των εργαζομένων και σε αντάλλαγμα οδηγεί σε οργανωτικές επιδόσεις.

2.3 Πνευματική ζωή στην Ελλάδα

Η Ελλάδα έχει μια από τις μεγαλύτερες ιστορίες στον χώρο του ανθρωπισμού και της πνευματικότητας. Οι αξίες που αντιπροσωπεύονται από τις δύο αυτές έννοιες βρίσκουν τη μεγαλύτερη δράση τους στον θρησκευτικό χώρο. Όπως και σε άλλους πολιτισμούς, ακόμη περισσότερο στον Ελλαδικό χώρο η πνευματικότητα εκφράζεται μέσω των εσωτερικών αναζητήσεων καθώς και, είτε σε ατομικό είτε σε συλλογικό επίπεδο, μέσω αναζητήσεων για την αγάπη και φροντίδα του Θεού.

Παρά τη μακρόχρονη σχέση του Ελληνικού πολιτισμού με την θρησκεία και την πνευματικότητα, η διερεύνηση της σχέσης αυτής σε ποιοτικό επίπεδο περιορίζεται σε λίγες μόνο μελέτες. Πιο συγκεκριμένα, μια σύγχρονη μελέτη πάνω στην πνευματικότητα στον ευρύτερο χώρο της Θεσσαλίας έδειξε πως τα ιερά σύμβολα εκφράζουν σημαντικές αξίες μέσω του θρησκευτικού χώρου. Το παραπάνω γίνεται ακόμη πιο έντονο όταν πρόκειται για άτομα με προβλήματα υγείας, τα οποία ακολουθούν με μεγάλη αφοσίωση το δόγμα της θρησκείας.

Ένα αξιοσημείωτο παράδειγμα επίδρασης της πνευματικότητας και της θρησκείας στον Ελληνικό χώρο είναι το ακόλουθο «η ανθρώπινη ζωή είναι δοκιμασία – αγώνας για ανέβουμε πνευματικά. Οι έννοιες στους ανθρώπους είναι σχετικές. Ο Θεός είναι αλήθεια, δικαιοσύνη, αγάπη. Οι συνετοί προσπαθούν γι' αυτά».

Στην παρούσα εργασία, επιλέχθηκε η ερεύνηση ενός μεγάλου εύρους αξιών και παραγόντων, συμπεριλαμβανομένου και των προαναφερθησάντων, στην πόλη της Λάρισας. Πιο συγκεκριμένα, μελετήθηκαν κοινωνικοί και οικονομικοί παράγοντες, όπως η ανεργία και η επίκαιρη οικονομική κρίση, σε σχέση με την επικείμενη επίδραση τους στην υιοθέτηση και άσκηση της πνευματικότητας από τους κατοίκους της πόλης της Λάρισας.

2.4 Κλίμακες αξιολόγησης της πνευματικής ζωής

Τα τελευταία χρόνια όλο και περισσότερο ενδιαφέρον αναπτύσσεται γύρω από την πνευματική ζωή ή πνευματικότητα. Αξιοσημείωτο είναι πως οι δημοσιεύσεις που αφορούν την πνευματικότητα έχει αυξηθεί κατά 688% τις τελευταίες τρεις δεκαετίες [46]. Όπως προαναφέρθηκε παραπάνω, ο ακριβής ορισμός της πνευματικότητας έχει αποτελέσει παράγοντα συζήτησης και ένας μεγάλος αριθμός μελετών έχει βασίσει την έρευνά του στη συσχέτιση της πνευματικότητας με την θρησκευτικότητα [48]. Τα ερωτηματολόγια, επόμενως, που χρησιμοποιήθηκαν σε τέτοιες εργασίες βασίζονται εξ'ολοκλήρου στις προσωπικές αντιλήψεις των ατόμων όσο αφορά την θρησκεία [47]. Ένα τέτοιο μοντέλο ερωτηματολογίων μπορεί να είναι εύστοχο σε κοινωνίες οι οποίες είναι στενά συνδεδεμένες με την έννοια του Θεού. Πάραυτα, το μοντέλο αυτό συμπεριλαμβάνει και ένα μεγάλο παράγοντα προκατάλειψης σε κοινωνίες όπου παρουσιάζεται η ύπαρξη ατόμων χωρίς κάποιο συγκεκριμένο θρησκευτικό προσανατολισμό, όπως είναι κοινωνίες του Ευρωπαϊκού χώρου.

Συγκεκριμένα στον Ελλαδικό χώρο, η έρευνα στον τομέα της πνευματικότητας είναι περιορισμένη, γεγονός το οποίο μπορεί να οφείλεται στην έλλειψη των μέσων διεξαγωγής μίας τέτοιας έρευνας σε χώρες πέραν των Αγγλόφωνων χωρών [30]. Το ερωτηματολόγιο «The Royal Free Interview for Religious and Spiritual Beliefs» αναφέρεται στα θρησκευτικά καθώς και τα πνευματικά πιστεύω.

Το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο, μεταφρασμένο στα Ελληνικά [33], έχει σταθμιστεί σε προηγούμενες μελέτες [30-32]. Το «The Royal Free Interview for Religious and Spiritual Beliefs» ερωτηματολόγιο εξετάζει την πνευματική ζωή ανεξάρτητα από τη θρησκεία και τα πιστεύω [31,32]. Κατα

συνέπεια, αποτελεί ένα αξιόπιστο επιστημονικό μέσο μέτρησης και αξιολόγησης της πνευματικότητας καθώς και της επίδρασης αυτής σε διάφορες πτυχές της ζωής του ανθρώπου.

Β. ΕΙΔΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

Πληθυσμός και μεθοδολογία

3.1 Σκοπός

Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι η διερεύνηση των παραγόντων που επηρεάζουν την πνευματικότητα στον πληθυσμό της Λάρισας.

3.2 Υπο μελέτη πληθυσμός και μέθοδος

Ο πληθυσμός της εν λόγω έρευνας αφορά όλους τους κατοίκους της περιοχής της Λάρισας άνω των 18 ετών. Οι περιοχές που επιλέχθηκαν ήταν κατ' αποκλειστικότητα από την πόλη της Λάρισας. Τα ερωτηματολόγια μοιράστηκαν σε ιερείς, σε ενορίτες του Ιερού Ναού Αγίων Σαράντα Μαρτύρων, σε εργαζομένους σε διάφορα καταστήματα και σε εργαζομένους του Γενικού Νοσοκομείου Λάρισας .

3.3 Σύνταξη ερωτηματολογίου

Για το σκοπό της παρούσας εργασίας, χρησιμοποιήθηκε το αυτοσυμπληρούμενο ερωτηματολόγιο «The Royal Free Interview for Religious and Spiritual Beliefs» μεταφρασμένο στην Ελληνική γλώσσα, το σταθμισμένο σε ελληνικό πληθυσμό, το οποίο αναφέρεται στην φύση και τη δύναμη των πνευματικών πεποιθήσεων και της πνευματικής πρακτικής. Η πνευματική πεποίθηση και η θρησκευτική πίστη εξετάζονται ανεξάρτητα η μία από την άλλη και η αξιοπιστία του ερωτηματολογίου έχει σταθμιστεί [31-33].

Το ερωτηματολόγιο συνολικά αποτελείται από 22 ερωτήσεις, εκ των οποίων οι παρακάτω κατηγορίες έχουν ιδιαίτερη σημασία για τον σκοπό και ανάλυση της παρούσας εργασίας:

A. Η κατανόηση της ζωής σε σχέση με τα θρησκευτικά και πνευματικά πιστεύω

B. Η Προσευχή – Επικοινωνία με πνευματική δύναμη

Γ. Άσκηση των θρησκευτικών πιστεύω

Δ. Οι Επιθανάτιες Εμπειρίες

E. Μορφή μετά το θάνατο

ΣΤ. Ανεργία και οικονομική κρίση.

Δόθηκαν 130 ερωτηματολόγια για συμπλήρωση, από τα οποία απαντήθηκαν όλα, δηλαδή το 100% των σταλθέντων. Από αυτά, μία ερώτηση (ερώτηση υπ' αριθμό 14) απαντήθηκε από το 47% των συμμετοχόντων (n=61).

3.4 Συμπλήρωση ερωτηματολογίου

Τα ερωτηματολόγια συμπληρώθηκαν σε διάστημα δύο μηνών (Μάρτιος και Απρίλιος 2018). Όλοι οι συμμετέχοντες είχαν ενημερωθεί ότι η συμπλήρωση του ερωτηματολογίου είναι εθελοντική άκρως ανώνυμη εμπιστευτική, και ότι η έρευνα γίνεται στα πλαίσια μεταπτυχιακής εργασίας καθώς και πως οποιαδήποτε αποτελέσματα δημοσιευθούν θα είναι ανώνυμα.

3.5 Στατιστική Ανάλυση

Για την διεξαγωγή των αποτελεσμάτων χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πρόγραμμα «IBM SPSS STATISTICS 23». Η επεξεργασία και η στατιστική ανάλυση των δεδομένων πραγματοποιήθηκε με την βοήθεια περιγραφικής και επαγωγικής στατιστικής, χρησιμοποιώντας το στατιστικό μοντέλο «one way ANOVA» (analysis of variance) για την εύρεση συσχετίσεων των περισσοτέρων παραγόντων. Για συγκεκριμένα δημογραφικά χαρακτηριστικά, όπως είναι οι παράγοντες «φύλο», «καταγωγή» και «απασχόληση» η ανάλυση έγινε με την μέθοδο «t-tests».

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

Αποτελέσματα

4.1 Παρουσίαση των Συχνοτήτων εμφάνισης των απαντήσεων

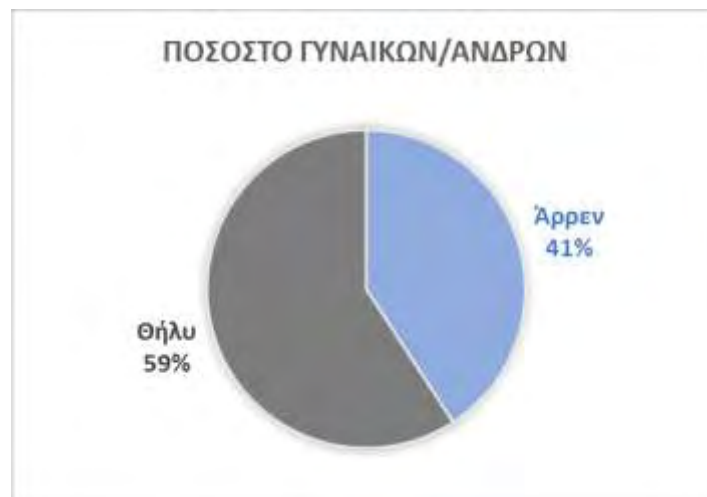
Α. Δημογραφικά και κοινωνικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων

Στο πίνακα 5.1 παρουσιάζονται τα δημογραφικά και κοινωνικά χαρακτηριστικά των ατόμων που απάντησαν στο ερωτηματολόγιο.

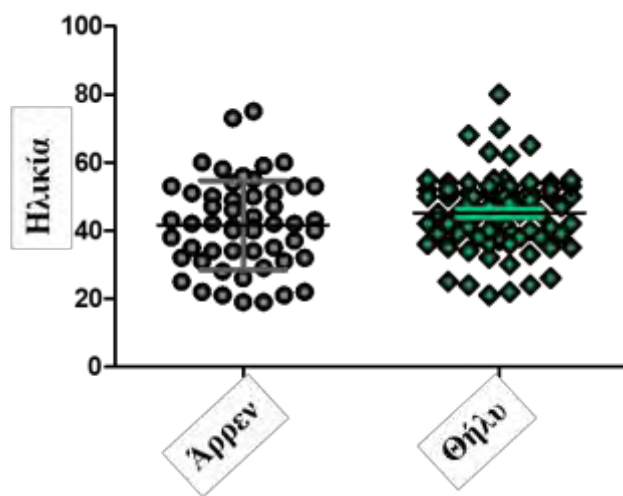
Αριθμός γυναικών και ανδρών

Συνολικά 130 άτομα δέχθηκαν ή ήταν ικανά να συμπληρώσουν το ερωτηματολόγιο. Από το σύνολο των συμμετεχόντων, οι 53 (40,7%) ήταν άνδρες και οι 77 ήταν γυναίκες (59,3%).

Η μέση ηλικία όλων των συμμετεχόντων ήταν 43,72 (SD=12) έτη. Η μέση ηλικία των ανδρών συμμετεχόντων ήταν 41,6 έτη (SD = 11), με μικρότερη ηλικία συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου τα 19 έτη και μεγαλύτερη τα 75. Σχετικά με τη μέση ηλικία των γυναικών συμμετεχόντων, ήταν τα 45,2 έτη (SD= 11) με μικρότερη ηλικία συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου τα 21 έτη και μεγαλύτερη τα 80.



Γράφημα 5.1: Φύλο συμμετεχόντων



Γράφημα 5.2: Ηλικία συμμετεχόντων

Το 68% (n=88) των συμμετεχόντων δήλωσε πως κατάγεται από την περιοχή της Θεσσαλίας, ενώ το 31% (n=41) κατάγεται από περιοχές της υπόλοιπης Ελλάδας, μεταξύ των οποίων η Μακεδονία, Στερέα Ελλάδα καθώς και Μικρά Ασία. Μόνο ένας συμμετέχοντας δήλωσε καταγωγή εκτός της Ελλάδας (το ποσοστό ανέρχεται στο 0.008%).



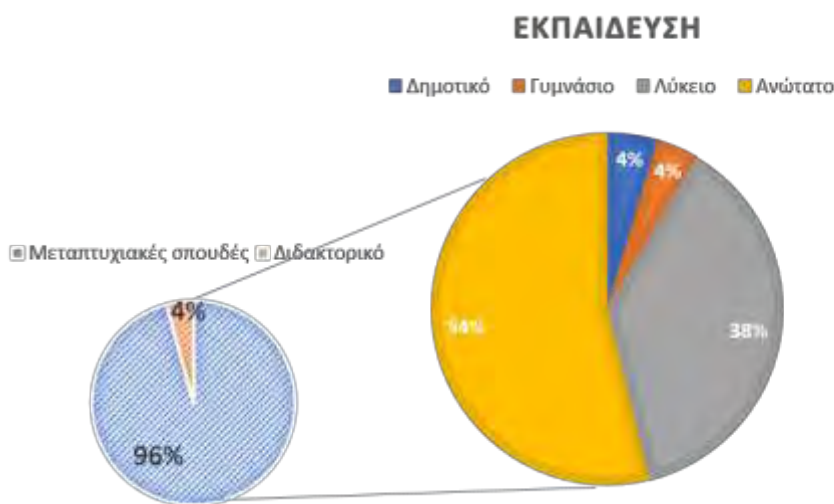
Γράφημα 5.3: Καταγωγή συμμετεχόντων

Από την επεξεργασία των αποτελεσμάτων προέκυψε ότι το 85.4 % (n=111) δήλωσε πως είναι εργαζόμενοι. Οι υπόλοιποι δήλωσαν άνεργοι (n=4, 3.1%), φοιτητές (n= 9, 6.9%), συνταξιούχοι 4.6% (n=6) και απασχολούμενοι με οικιακά 3.1 % (n= 4). Από το ποσοστό του πληθυσμού που δήλωσαν εργαζόμενοι, το 56.9% (n=74) δήλωσαν δημόσιοι υπάλληλοι, το 16.9% (n=22) δήλωσαν ιδιωτικοί υπάλληλοι και το 8.5% (n=11) των συμμετεχόντων δήλωσαν ελεύθεροι επαγγελματίες.



Γράφημα 5.4: Απασχόληση συμμετεχόντων

Από το σύνολο των συμμετεχόντων, το 54% έχει ολοκληρώσει την ανώτατη εκπαίδευση. Από το παραπάνω ποσοστό, το μεγαλύτερο μέρος αντιστοιχεί σε άτομα τα οποία έχουν κάνει μεταπτυχιακές σπουδές 96% (n=67), ενώ το 4% (n=3) κατέχει το τίτλο του Διδάκτορα. Το αμέσως επόμενο ποσοστό, το οποίο ανέρχεται σε 38% (n=49), έχει ολοκληρώσει την δευτεροβάθμια εκπαίδευση μέχρι και το λύκειο. Εν συνεχεία, το 3.9% (n=5) έχουν ολοκληρώσει την εκπαίδευση τους μέχρι και το γυμνάσιο, ενώ το ίδιο ποσοστό (4%, n=6) έχει ολοκληρώσει την πρωτοβάθμια εκπαίδευση.



Γράφημα 5.5: Εκπαίδευση συμμετεχόντων

Η Ορθοδοξία καθώς και η Εκκλησία παίζουν σημαντικό ρόλο στη ζωή των Ελλήνων. Μία ερώτηση του “The Royal Free Interview for Religious and Spiritual Beliefs” αφορούσε την θρησκεία την οποία ασπάζονται οι ερωτηθέντες. Το μεγαλύτερο ποσοστό των ερωτηθέντων απάντησαν πως είναι Χριστιανοί Ορθόδοξοι (96.1 %, n=125). Ένας δήλωσε πως είναι Χριστιανός Ευαγγελιστής (0.8%) ενώ υπήρξε και ένα μικρό ποσοστό(1%, n =4) το οποίο δήλωσε πως δεν ακολουθεί κάποια θρησκεία.



Γράφημα 5.6: Θρησκεία συμμετεχόντων

Α. Η κατανόηση της ζωής σε σχέση με τα θρησκευτικά και πνευματικά πιστεύω (Ερ.1)

Από την επεξεργασία των αποτελεσμάτων, φαίνεται πως το μεγαλύτερο ποσοστό των συμμετεχόντων (66,9%, n=87) έχουν θρησκευτική και πνευματική κατανόηση της ζωής τους. Το δεύτερο μεγαλύτερο ποσοστό, το οποίο ανέρχεται στο 25,4% (n=33), απάντησε πως έχει μόνο θρησκευτική κατανόηση της ζωής τους, ενώ το 3,1% (n=4) των συμμετεχόντων απάντησε πως έχουν μόνο πνευματική κατανόηση της ζωής τους. Τέλος, σε ένα ποσοστό 4,6%, 6 άτομα δήλωσαν πως δεν έχουν ούτε θρησκευτική ούτε πνευματική κατανόηση της ζωής τους.

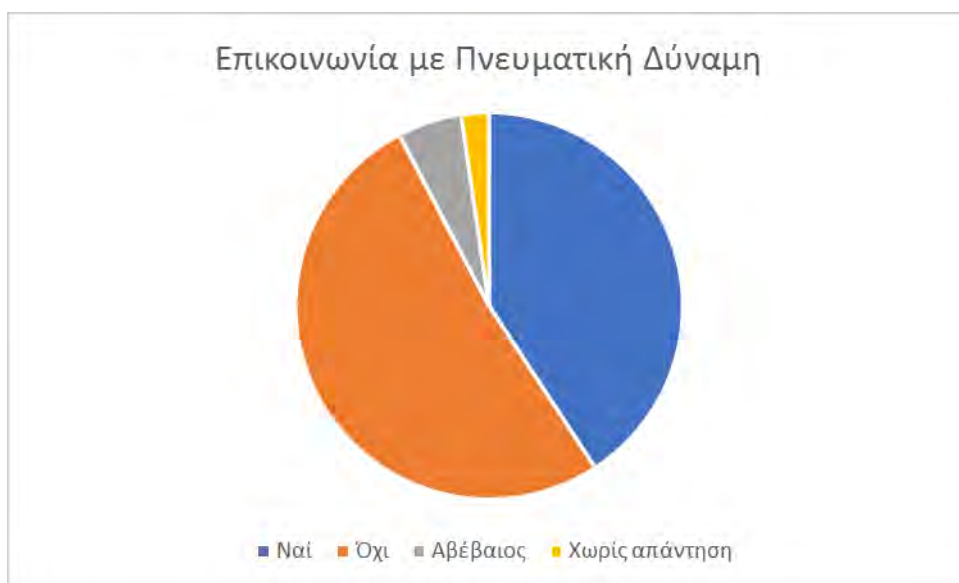


Γράφημα 5.7: Κατανόηση ζωής

Η επόμενη ερώτηση του ερωτηματολογίου (κατά αριθμό 2), αναφέρεται στην μορφή των θρησκευτικών πιστεύω. Πιο συγκεκριμένα, οι συμμετέχοντες ζητείται να εξηγήσουν συνοπτικά σχετικά με την μορφή των πιστεύω τους. Από τις απαντήσεις φάνηκε πως η ερώτηση αυτή δυσκόλεψε ορισμένους ερωτηθέντες. Ένας συμμετέχοντας, συγκεκριμένα, απάντησε ως «Αδυνατώ να απαντήσω εν συντομία», καθώς πολλά άτομα συνέδεσαν την άσκηση των πιστεύω τους με την καλύτερη κατανόηση του εαυτού τους και την πνευματικότητα.

B. Επικοινωνία με Πνευματική Δύναμη (Ερ. 16)

Η ερώτηση 16 του ερωτηματολογίου «Royal Free Interview for Spiritual and Religious Beliefs» αφορά την επικοινωνία με οποιοδήποτε τρόπο, όπως για παράδειγμα μέσω της προσευχής, με κάποια πνευματική δύναμη. Θετικά, πως έχουν επικοινωνία με κάποια δύναμη, απάντησαν 53 άτομα (40,8%) και αρνητικά απάντησαν 67 άτομα (51,5%). Ορισμένα άτομα είναι αβέβαια σχετικά με την επικοινωνία (7 (5.3%), ενώ ελάχιστα άτομα φάνηκαν να δυσκολεύονται στην συγκεκριμένη ερώτηση και την αγνόησαν τελείως (2,3%, n=3).

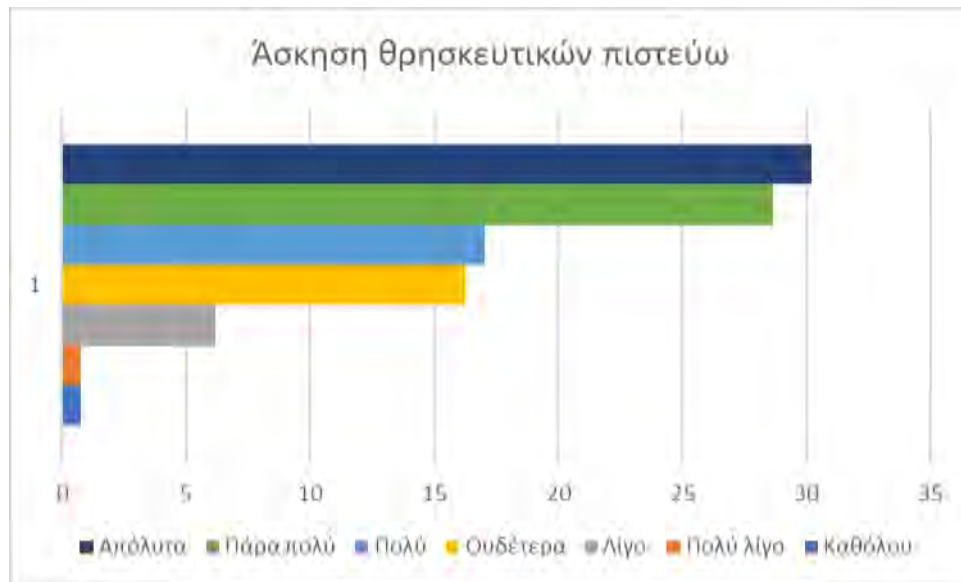


Γράφημα 5.8: Επικοινωνία με πνευματική δύναμη

Γ. Άσκηση των θρησκευτικών πιστεύω (Ερ.8)

Η άσκηση των θρησκευτικών πιστεύω αποτελεί μία από τις ερωτήσεις του ερωτηματολογίου όπου οι ερωτηθέντες ζητείται να αξιολογήσουν την σημαντικότητα της άσκησης των θρησκευτικών πιστεύω (π.χ. προσωπικός διαλογισμός, παρακολούθηση της θείας λειτουργίας) στην καθημερινή τους ζωή. Το μεγαλύτερο μέρος των ερωτηθέντων απάντησαν πως η άσκηση των θρησκευτικών πιστεύω τους είναι απολύτως σημαντική στην καθημερινότητα (30,2%, n=39). Το αμέσως επόμενο μεγαλύτερο ποσοστό

απάντησε πως η άσκηση των θρησκευτικών πιστεύω είναι πάρα πολύ σημαντική στην καθημερινή ζωή (28.7%, n=37). Ένα ποσοστό που ανέρχεται στο 17% (n=22) θεωρεί σημαντική την άσκηση των πιστεύω, ενώ το ίδιο περίπου ποσοστό ατόμων, 16% (n=21) βρίσκει ουδέτερη την άσκηση των πιστεύω στην καθημερινή τους ζωή. Πολύ λίγα άτομα από το παρών δείγμα θεωρούν πως η άσκηση των πιστεύω δεν είναι σημαντική στην καθημερινή ζωή.



Γράφημα 5.9: Άσκηση θρησκευτικών πιστεύω

Δ. Οι Επιθανάτιες Εμπειρίες (Ερ. 22)

Το συντριπτικό ποσοστό των ερωτηθέντων απάντησε αρνητικά στην ερώτηση «Κάποιοι άνθρωποι έχουν περιγράψει έντονες εμπειρίες τη στιγμή που σχεδόν πέθαναν και τελικά επανήλθαν. Συνέβη αυτό σε σας;». Πιο συγκεκριμένα, το 99,2 % (n=129) περιέγραψαν πως δεν βίωσαν μια επιθανάτια εμπειρία, δηλαδή μια στιγμή που πέθαναν και επανήλθαν στην ζωή. Ένα άτομο δήλωσε πως βίωσε μια επιθανάτια εμπειρία, αναφέροντας συγκεκριμένα πως επρόκειτο για ένα περιστατικό τροχαίο και λιποθυμίας.



Γράφημα 5.10: Βίωμα επιθανάτιων εμπειριών

Ε. Μορφή μετά το θάνατο (Ερ.17)

Ένας μεγάλος αριθμός ατόμων (49,2%, n=64) πιστεύει ότι μετά το θάνατο συνεχίζουμε να υπάρχουμε με κάποια διαφορετική ή μη μορφή. Ταυτόχρονα, το 23,8% (n=31) είναι αβέβαιοι και το 24,6% (n=32) πιστεύουν πως δεν υπάρχουμε με κάποια μορφή μετά το θάνατο. Λίγα ήταν τα άτομα τα οποία αγνόησαν την ερώτηση και δεν έδωσαν καμία απάντηση (2,3%, n=3).



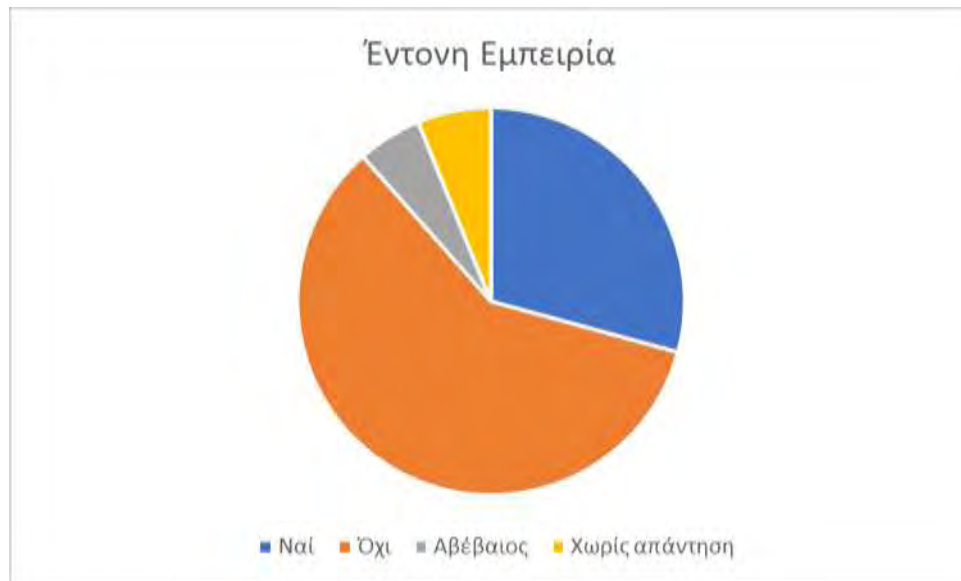
Γράφημα 5.11: Ύπαρξη μορφής μετά θάνατο

Ένω οι συμμετέχοντες προσπάθησαν να δώσουν μία περιγραφή σχετικά με την φύση της μετά θάνατον ύπαρξης, η ερώτηση αυτή φαίνεται να προβλημάτισε και να δυσκόλεψε ιδιαίτερα τους συμμετέχοντες. Ένα μεγάλο μέρος αγνόησε και δεν έδωσε καμία απάντηση σ' αυτή την ερώτηση (64,6%, n=84), ένω ένα μικρό ποσοστό αυτών που απάντησαν, δήλωσαν πως δεν γνωρίζουν την φύση της ύπαρξης μας μετά θάνατο (3,1%, n=4). Από τα άτομα που προσπάθησαν να περιγράψουν την μορφή, οι περισσότεροι δήλωσαν πως ο άνθρωπος θα υπάρχει με τη μορφή της ψυχής, του άυλου ή του πνεύματος (27%, n=39). Ένα μικρό ποσοστό (5,4%, n=7) πιστεύει πως ο άνθρωπος θα συνεχίσει να υπάρχει με την επίγεια μορφή του.



Γράφημα 5.12: Φύση μορφής μετά θάνατο

Σχετικά με την ερώτηση που αφορούσε το βίωμα μιας έντονης εμπειρίας που δεν σχετίζονταν με την χρήση αλκοόλ ή άλλων ουσιών, ένα μεγάλο μέρος των συμμετεχόντων απάντησαν (93,8%, n=122). Ο μεγαλύτερος αριθμός των ατόμων απάντησε αρνητικά στο βίωμα της έντονης εμπειρίας (59,2%, n=77), ενώ το 29,2% (n=38) απάντησε πως έχουν βιώσει μια έντονη εμπειρία στην ζωή τους.



Γράφημα 5.13: Βίωμα έντονης εμπειρίας

ΣΤ. Οικονομική κρίση και Ανεργία

Μία από τις ερωτήσεις του ερωτηματολογίου αφορούσε την επιρροή της οικονομικής κρίσης στην άσκηση των πνευματικών καθηκόντων. Ένας μεγάλος αριθμός των ερωτηθέντων απάντησαν πως η οικονομική κρίση δεν έχει καθόλου επίδραση στα πνευματικά καθήκοντα (43%, n=56). Αρκετά ήταν τα άτομα του παρόντος δείγματος που θεωρούν πως η οικονομική κρίση επιδρά πολύ λίγο (16,1%, n=21) ή λίγο (8,46%, n=11), καθώς ακόμη λιγότερα ήταν τα άτομα που θεωρούν πως η οικονομική κρίση επιδρά σημαντικά (6,1%, n=8) στα πνευματικά καθήκοντα. Ένας ίδιος αριθμός ατόμων απάντησαν πως η επίδραση είναι πάρα πολύ σημαντική (6,15%, n=8) ή απόλυτα συνδεδεμένη με τα πνευματικά καθήκοντα (6,15%, n=8).



Γράφημα 5.14: Επιρροή οικονομικής κρίσης στα πνευματικά καθήκοντα

Η ερώτηση του ερωτηματολογίου που αφορούσε την ανεργία δυσκόλεψε αρκετά τους συμμετέχοντες. Μόνο το 47% (n=61) των ατόμων που συμφώνησαν να συμμετέχουν στην εργασία απάντησαν στην ερώτηση σχετικά με την ανεργία, ενώ το υπόλοιπο αγνόησε την ερώτηση και δεν έδωσε καμία απάντηση. Το παρακάτω γράφημα (Γράφημα 5.15) αναφέρεται στα άτομα τα οποία απάντησαν στην ερώτηση.

Από τα άτομα που απάντησαν στην ερώτηση σχετικά με την επίδραση της ανεργίας στην άσκηση των πνευματικών καθηκόντων, ένας μεγάλος αριθμός θεωρεί πως δεν υπάρχει καμία επίδραση (47,5%, n=29). Το 11,4% (n=7) των ατόμων θεωρούν πως η επίδραση είναι μικρή ή πολύ μικρή (14,7%, n=9), ενώ μικρός είναι ο αριθμός των ατόμων που θεωρούν πως η ανεργία επιρρεάζει τα πνευματικά καθήκοντα πολύ (9,8%, n=6) ή πάρα πολύ (9,8%, n=6). Ένας μόνο ερωτηθείς (1,6%) απάντησε πως η άσκηση των πνευματικών καθηκόντων επιρρεάζεται απόλυτα από την ανεργία.



Γράφημα 5.15: Επιρροή ανεργίας στα πνευματικά καθήκοντα

4.2 Συγκριτική ανάλυση μεταβλητών

Σε αυτό το κομμάτι των αποτελεσμάτων παρουσιάζονται συσχετίσεις των δημογραφικών χαρακτηριστικών με τους επικείμενους παράγοντες επιρροής της πνευματικότητας.

	Πνευματική Κατανόηση	Θρησκεία	Διαλογισμός	Οικονομική Κρίση	Ανεργία	Μετα-θάνατο Ζωή
Ηλικία	0.627	0.874	0.4	0.096	0.66	0.785
Φύλο	0.612	0.869	0.4	0.477	0.922	0.229
Επίπεδο εκπαίδευσης	0.1	0.944	0.09	0.034	0.215	0.992
Οικογενειακή Κατάσταση	0.823	0.952	0.648	0.518	0.521	0.641
Καταγωγή	0.117	0.615	0.26	0.571	0.857	0.766
Απασχόληση	0.352	0.285	0.1	0.864	0.96	0.991

Πίνακας 5.1: Συσχετίσεις των παραγόντων «Πνευματική κατανόηση», «Θρησκεία», «Διαλογισμός», «Ανεργία» και «Μετα-Θάνατο ζωή» με τα δημογραφικά-κοινωνικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων.

Από το πίνακα προκύπτει ότι από όλα τα υπο μελέτη κοινωνικά-δημογραφικά χαρακτηριστικά των ατόμων που συμμετείχαν στην έρευνα, το επίπεδο εκπαίδευσης επηρεάζει σημαντικά την σημασία της οικονομικής κρίσης ($p=0.034$) αλλά όχι την άσκηση του διαλογισμού ($p=0.09$).

Από τα παραπάνω φαίνεται πως κοινωνικά-δημογραφικά χαρακτηριστικά όπως το φύλο, η καταγωγή, η ηλικία καθώς και η απασχόληση δεν συσχετίζονται με την πνευματική κατανόηση και την άσκηση της θρησκείας και του διαλογισμού.

ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΔΥΝΑΜΗ

	Καθημερινή Ζωή	Παγκόσμια Γεγονότα	Φυσικές Καταστροφές	Δύναμη
ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ	0.688	0.822	0.637	0.437

Πίνακας 5.2: Συσχετίσεις των παραγόντων «Πνευματική Δύναμη», με την πνευματική κατανόηση των συμμετεχόντων.

Από τον παραπάνω πίνακα συσχέτισης της πνευματικής κατανόησης με τις διάφορες πτυχές της πνευματικής δύναμης προκύπτει πως η πνευματική κατανόηση δεν φαίνεται να επηρεάζει σε σημαντικό βαθμό την αντίληψη ύπαρξης μιας πνευματικής δύναμης ή ισχύος έξω από τον εαυτό των ανθρώπων η οποία επηρεάζει τα παγκόσμια γεγονότα π.χ. πόλεμοι.

ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΔΥΝΑΜΗ

	Καθημερινή Ζωή	Παγκόσμια Γεγονότα	Φυσικές Καταστροφές	Δύναμη
ΘΡΗΣΚΕΙΑ	0.004	0.01	0.012	0.004
ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΣ	0.688	0.822	0.637	0.437

Πίνακας 5.2: Συσχετίσεις των παραγόντων «Πνευματική Δύναμη», με τον διαλογισμό και την θρησκεία των συμμετεχόντων.

Τα αποτελέσματα δείχνουν ότι η θρησκεία συσχετίζεται με την αντίληψη της πνευματικής δύναμης ή ισχύος όσο αφορά την καθημερινή ζωή ($p=0.004$), τα παγκόσμια γεγονότα ($p=0.01$), τις φυσικές καταστροφές ($p=0.012$) καθώς και μία ανώτερη δύναμη ($p=0.004$). Καμία συσχέτιση δεν παρατηρείται στην περίπτωση του διαλογισμού.

	ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΚΡΙΣΗ	ΑΝΕΡΓΙΑ	ΜΕΤΑ-ΘΑΝΑΤΟ ΖΩΗ
ΘΡΗΣΚΕΙΑ	0.262	0.249	0.141
ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΣ	0.8	0.695	0.418

Πίνακας 5.3: Συσχετίσεις των παραγόντων «οικονομική κρίση», «Ανεργία» και «Μεταθάνατο ζωή» με τον διαλογισμό και την θρησκεία των συμμετεχόντων.

Οι συσχετίσεις της θρησκείας με την οικονομική κρίση, την ανεργία και την μετά θάνατο ζωή δεν έδωσε κανένα σημαντικό αποτέλεσμα. Επίσης, παρόμοια αποτελέσματα παρατηρούνται και στην περίπτωση του διαλογισμού, παρόλο που υπάρχουν κάποιες τάσεις συσχέτισης με την ανεργία και την μεταθάνατο ζωή.

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Η πνευματικότητα αποτελεί έναν τρόπο προσέγγισης της ζωής με απώτερο σκοπό την εύρεση του εαυτού, της εσωτερικότητας καθώς και ενός ουσιαστικού τρόπου ζωής. Ο τρόπος έκφρασης της πνευματικότητας ποικίλει και έχει διαφορετικές μορφές ανάλογα τον πολιτισμό μέσα στον οποίο ασκείται και τις επιρροές που δέχεται αυτός. Μέσω των ερευνών και συνεχών καταγραφών των μαρτυριών και των ιδεών των ατόμων/κατοίκων μίας κοινωνίας μπορεί να δωθούν απαντήσεις επάνω στις παραπάνω ιδέες καθώς και την πρακτική άσκηση αυτών [1, 19-23].

Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν η μελέτη ενός συγκεκριμένου πληθυσμού της Θεσσαλίας. Η περιοχή της Λάρισας αποτέλεσε τη δειγματοληπτική περιοχή της μεταπτυχιακής διατριβής με βάση το ερωτηματολόγιο “The Royal Free Interview for Religious and Spiritual Beliefs” [30-32]. Πιο συγκεκριμένα, έγινε προσπάθεια προς μια ποιοτική και ποσοτική ανάλυση των παραγόντων που επηρεάζουν την άσκηση της πνευματικότητας στους κατοίκους της πόλης της Λάρισας. Η ανεργία καθώς και η οικονομική κρίση αποτέλεσαν παράγοντες ιδιαίτερου ενδιαφέροντος κατά την ανάλυση των αποτελεσμάτων.

Τα αποτελέσματα των δεδομένων των οποίων συλλέχθησαν συνάδουν με αυτά της βιβλιογραφίας που αφορούν την πνευματικότητα. Πιο συγκεκριμένα, οι απαντήσεις που αφορούν την σημαντικότητα της άσκησης των πνευματικών καθηκόντων σε συνδυασμό με τους παράγοντες που την επηρεάζουν δείχνει τις διαστάσεις της πνευματικότητας στην καθημερινή ζωή του ανθρώπου.

Η πνευματική ζωή, η θρησκεία καθώς και τα προσωπικά πιστεύω φαίνεται να αποτελούν σημαντικούς παράγοντες στην ζωή του ανθρώπου. Έρευνες έχουν δείξει πως η πνευματικότητα συνδέεται με την ποιότητα ζωής των ατόμων. Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας συνάδουν με τις προηγούμενες έρευνες, δείχνοντας την επιρροή της πνευματικής δύναμης στην αντίληψη φαινομένων όπως είναι τα παγκόσμια γεγονότα, η ύπαρξη ανώτερης δύναμης καθώς και οι φυσικές καταστροφές.

Συνεχίζοντας, έχουν γίνει μετρήσεις οι οποίες αφορούν την ποιότητα ζωής και ενσωματώνουν την αξία της ολιστικής προσέγγισης του ατόμου [44]. Αυτές οι μετρήσεις, παρά την εκτενή εστίαση τους στην πνευματική ζωή και την επίδραση αυτής στην ποιότητα ζωής, δεν γίνεται αναφορά στην επίδραση της πνευματικότητας σε ατομικό επίπεδο. Κατ'επέκταση παραβλέπονται πιθανοί παράγοντες επίδρασης όπως είναι η ικανότητα ενός ατόμου να ανταπεξέλθει στο καθημερινό άγχος, πιθανή ασθένεια και διατήρηση της ευημερίας του. Το παραπάνω φαινόμενο μπορεί να οφείλεται στον μη επαρκή διασαφήνισμό του ορισμού της πνευματικότητας ή πνευματικής ζωής [45].

Η πνευματική ζωή μαζί με την θρησκεία φαίνεται να επηρεάζουν συγκεκριμένες πτυχές της ποιότητας ζωής, όπως είναι οι ψυχολογικές και κοινωνικές αξίες. Πάραυτα, είναι αξιοσημείωτο πως άλλοι παράγοντες, όπως για παράδειγμα το περιβάλλον ενός ατόμου, αποτελούν μεγαλύτερο παραγόντα επίδρασης στην ποιότητα ζωής από την πνευματικότητα [44]. Ένας από τους παράγοντες όπου η επίδραση της πνευματικότητας εκφράζεται διαφορετικά είναι το φύλο. Πιο συγκεκριμένα, μια έρευνα έδειξε πως οι γυναίκες αισθανόντουσαν τα συναισθήματα της πνευματικής σύνδεσης και πίστης πιο έντονα σε σχέση με τους άνδρες [44]. Κάτι τέτοιο δεν φαίνεται να παρουσιάζεται στον χώρο της Λάρισας, όπου έγινε η δειγματοληψία της παρούσας εργασίας.

Η υγεία αποτελεί έναν ακόμη παράγοντα επιρροής της πνευματικής ζωής. Από τις απαντήσεις σχετικά με τη σημαντικότητα της άσκησης των πνευματικών καθηκόντων σε συνδυασμό με τις θρησκευτικές πεποιθήσεις και ασπασμούς των ατόμων που συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο, μπορούμε να συμπεράνουμε πως τραυματικές εμπειρίες ενισχύουν το πνεύμα της πνευματικότητας. Το παραπάνω έχει ιδιαίτερη σημασία για τα άτομα που έχουν προβλήματα υγείας και είναι αφοσιωμένα σε κάποια θρησκεία. Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός ότι όλο και περισσότερες θεραπευτικές παρεμβάσεις στρέφονται προς την ενσωμάτωση διαφόρων πτυχών της πνευματικής ζωής και της άσκησης της σαν μέρος της θεραπείας.

Από τις απαντήσεις των ερωτήσεων 1 και 2, μπορούμε να διαπιστώσουμε πως η πνευματικότητα διαδραματίζει ένα αρκετά σημαντικό ρόλο στη ζωή των ανθρώπων στον πληθυσμό της πόλης της Λάρισας, που αποτέλεσε και το δείγμα αυτής της έρευνας. Το συντριπτικό ποσοστό των ερωτηθέντων συμπεριέλαβε την θρησκευτικότητα σε συνδυασμό με την πνευματικότητα ως προς την κατανόηση της ζωής.

Συνεπώς, είναι εμφανές πως στον πληθυσμό της Λαρίσας, σύμφωνα με τη δειγματοληψία που διεξήχθη σ' αυτή την εργασία, η θρησκεία αποτελεί έναν σημαντικό παράγοντα έκφρασης και άσκησης της πνευματικότητας.

Από τους παράγοντες ιδιαίτερο ενδιαφέρον αποτέλεσαν η ανεργία και η οικονομική κρίση. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα αυτής της εργασίας οι δύο αυτοί παράγοντες δεν φαίνονται να επηρεάζουν, τουλάχιστον άμεσα, την άσκηση των πνευματικών καθηκόντων. Πιο συγκεκριμένα, η Λάρισα και η ευρύτερη περιοχή της Θεσσαλίας, αποτελεί κέντρο της αγροτικής ανάπτυξης και εμπορίου. Η γεωργική δραστηριότητα της Ελλάδας αποτελεί μία από τις βασικές πηγές εσόδων και τομείς εξαγωγών Ελλαδικών προϊόντων σε έναν μεγάλο αριθμό χωρών του εξωτερικού. Επομένως, το ενδιαφέρον διατήρησης μιας σταθερής οικονομίας στις περιοχές οι οποίες εμπλέκονται άμεσα με τις γεωργικές επιχειρήσεις δεν

αποτελεί έκπληξη. Κατ'επέκταση, η εξήγηση για το παραπάνω αποτέλεσμα, πιο συγκεκριμένα της μη σύνδεσης της ανεργίας με την άσκηση της πνευματικής ζωής, μπορεί να οφείλεται στην μακρόχρονη οικονομική σταθερότητα που παρουσιάζει η περιοχή της Θεσσαλίας και συγκεκριμένα η πόλη της Λάρισας.

Περιορισμοί

Η παρούσα εργασία αφορούσε ένα συγκεκριμένο πληθυσμό της Ελλάδας. Πιο συγκεκριμένα η δειγματοληψία έγινε στην περιοχή της Λάρισας. Ο αρχικός αριθμός των συμμετεχόντων ήταν 150 άτομα. Στην παρούσα εργασία έγινε ανάλυση των απαντήσεων από 130. Σε εργασίες όπου η γενική τάση αποτελεί το κύριο αποτέλεσμα, ο αριθμός των ατόμων μπορεί να παίζει σημαντικό ρόλο για την πορεία των αποτελεσμάτων και των, κατ'επέκταση, συμπερασμάτων. Η απώλεια των 20 ατόμων μπορεί, συνεπώς, να επηρέασε σε κάποιο βαθμό την στατιστική δύναμη και τα συμπεράσματα στα οποία τα αποτελέσματα οδήγησαν. Ένα μεγαλύτερο δείγμα θα μπορούσε να βελτιώσει την παρούσα στατιστική δύναμη.

Είναι σημαντικό να σημειωθεί πως σε μία ερώτηση (την υπ'αριθμό 14) του ερωτηματολογίου "The Royal Free Interview for Religious and Spiritual Beliefs", μόνο τα μισά άτομα έδωσαν απάντηση. Το γεγονός αυτό μειώνει κατά ένα σημαντικό μέρος την στατιστική δύναμη του δείγματος μας και κατ'επέκταση μια περαιτέρω μελέτη του συγκεκριμένου αντικειμένου-παραμέτρου μπορεί να οδηγήσει σε διαφορετικά συμπεράσματα από αυτά της παρούσης εργασίας.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Dyson J, Cobb M & Forman D The meaning of spirituality: a literature review. *Journal of Advanced Nursing*.1997; 26, 1183–1188.
2. Reed PG (1992) An emerging paradigm for the investigation of spirituality in nursing. *Res Nurs Health* 15: 349-357.
3. Chiu L, Emblen JD, Hofwegen LV, Sawatzky R, Meyerhoff H (2004). An integrative review of the concept of spirituality in the health sciences. *West J Nurs Res* 26: 405-428.
4. Kielkiewicz K, Dalzell T (2014) Towards Comprehension of Spirituality through its Semantics. *A Journal of Religion, Education and the Arts* 9: 1-58.
5. Miner -Williams D (2006) Making sense of spirituality. Putting a puzzle together: making spirituality meaningful for nursing using an evolving theoretical framework. *J Clin Nurs* 15: 811–821.
6. Philip Sheldrake. *Spirituality A very short introduction*, 2012 Oxford University Press <https://doi.org/10.1093/actrade/9780199588756.003.0002>
7. Τζούνης Ε., Τζούνη Μ, Γκούβα Μ, Παπασταύρου Ε, Κοτρώτσιου Ε., Γουργουλιάνης Κ. Spirituality and religiosity: A qualitative analysis in a general population of Thessaly. *Interscientific Health Care* (2009) Vol 1, Issue 2, 67-76.
8. Brown C. *The New International Dictionary of New Testament Theology*. Grand Rapids, Mich.: Zondervan Pub. House, 1975-1978.
9. Furley D. *From Aristotle to Augustine*. History of Philosophy. New York: Routledge, 1999.
10. Diels H, Kranz W. *Die Fragmente der Vorsokratiker*. Berlin: Erster Band, 1951.
11. A. Büssing, T. Ostermann, and P.F. Matthiessen. “Role of religion and spirituality in medical patients: Confirmatory results with the SpREUK questionnaire.” *Health Qual. Life Out.* 3 (2005): 10.
12. *CLINICAL HANDBOOK OF SCHIZOPHRENIA*, 2008 The Guilford Press
13. J.M. Lazenby. “On “spirituality,” “religion,” and “religions”: A concept analysis.” *Palliat. Support. Care* 8. 2010: 469–476.

14. P.S. Mueller, D.J. Plevak, and T.A. Rummans. "Religious involvement, spirituality, and medicine: Implications for clinical practice." *Mayo Clin. Proc.* 76. 2001: 1225–1235.
15. C. Puchalski, B. Ferrell, R. Virani, S. Otis-Green, P. Baird, J. Bull, H. Chochinov, G. Handzo, H. Nelson-Becker, M. Prince-Paul, K. Pugliese, and D. Sulmasy. "Improving the quality of spiritual care as a dimension of palliative care: The report of the consensus conference." *J. Palliat. Med.* 12 (2009): 885–904.
16. H.G. Koenig. "Concerns about measuring "spirituality" in research." *J. Nerv. Ment. Dis.* 196 (2008): 349–355.
17. Fowler J. From staff nurse to nurse consultant Spiritual care part 9: Judaism. *British Journal of Nursing*, 2017, Vol 26, No 22
18. Ημερομηνία πρόσβασης [15 Μαΐου 2018] από : <https://gerasimos-politis.blogspot.ch/2012/01/nlp.html>
19. Ross LA. Spiritual aspects of nursing. *Journal of Advanced Nursing*.1994: 19, 439–447.
20. Coyle J Spirituality and health: towards a framework for exploring the relationship between spirituality and health
- 21.Hill PC, Pargament KI, Hood RW, McCullough ME, Swyers JP, Larson DB & Zinnbauer BJ .Conceptualizing religion and spirituality: points of commonality, points of departure. *Journal for the Theory of Social behaviour*. 2000; 30, 51–77.
22. Miner-Williams D. Putting a puzzle together: making spirituality meaningful for nursing using an evolving theoretical framework. *Journal of Clinical Nursing*.2006: 15, 811–821.
23. Ross L Spiritual care in nursing: an overview of research to date. *Journal of Clinical Nursing*. 2006: 15, 852–862.
24. Timms, P. Spirituality and mental health. Royal College of Psychiatrists' Spirituality and Psychiatry Special Interest Group Executive Committee. 2013
25. Koenig, H. Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications. *International Scholarly Research Network Psychiatry*, Volume 2012, p. 2
26. Ellor, J., McGregor, J. (2011). Reflections on the words "religion," "spiritual well-being," and "spirituality. *Journal of Religion, Spirituality & Aging* 2011: 23, 4

27. Baumsteiger, R., Chenneville, T. Challenges to the Conceptualization and Measurement of Religiosity and Spirituality in Mental Health Research. 2015. *Journal of Religion and Health*. 2015: 54, 2344-2354
28. Valerie Michaelson, V, Brooks, F., Jirásek, I., Inchley, J., Whitehead, R., King, N., Walsh, S., Davison, C.M., Mazur, J., Pickett, W. Developmental patterns of adolescent spiritual health in six countries. *SSM-Population Health* 2. 2016: 294-303.
29. Fisher, J. W. Assessing adolescent spiritual health and well-being. *SSM-Population Health* 2016: 2, 304–305
30. Sapountzi-Krepia D, Raftopoulos V, Sgantzios M, Kotrotsiou E, Roupa-Darivaki Z, Sotiropoulou K, Ntourou I, Dimitriadou A. Validation and test-retest reliability of the Royal Free Interview for Spiritual and Religious Beliefs when adapted to a Greek population. *Ann Gen Psychiatry*. 2005 Mar 4;4(1):6.
31. King M, Speck P, Thomas A: The royal free interview for spiritual and religious beliefs: development and validation of a Selfreport version. *Psychol Med* 2001.31(6):1015-1023.
32. King M, Speck P, Thomas A: The Royal Free Interview for religious and spiritual beliefs: development and standardization. *Psychol Med* 1995. 25:1125-1134.
33. Sapountzi-Krepia D. Sgantzios M, Dimitriadou A. Kalofissudis I: The Greek translation and modification of the Royal Free Interview for Spiritual and Religious Beliefs: the self-report version. *ICUS NURS WEB* 2003; 14: 1-13.
34. David Hay. *Something There: The Biology of the Human Spirit* Paperback – March 1, 2007.
35. Danan JL, Camerling AG. Spirituality--the French concept of secularity--Judaism and care. *Soins*. 2015; 799:48-50.
36. McGowan JC, Midlarsky E, Morin RT, Graber LS. Religiousness and Psychological Distress in Jewish and Christian Older Adults. *Clin Gerontol*. 2016; 39 (5):489-507.
37. Ben-Arye E, Schiff E, Vintal H, Agour O, Preis L, Steiner M. Integrating complementary medicine and supportive care: patients' perspectives toward complementary medicine and spirituality. *J Altern Complement Med*. 2012; 18(9):824-31.
38. Dein S, Swinton J, Abbas SQ. Theodicy and end-of-life care. *J Soc Work End Life Palliat Care*. 2013; 9(2-3):191-208.
39. Borneman T, Bluman OF, Klein L, Thomas J, Ferrell B. Spiritual care for Jewish patients facing a life-threatening illness. *J Palliat Care*. 2013 Spring;29(1):58-62.
40. Peterman AH, Reeve CL, Winford EC, et al. Measuring Meaning and Peace With the FACIT–Spiritual Well-Being Scale: Distinction Without a Difference? *Psychological assessment*. 2014;26(1):127-137.

41. Biaggi, Carlos. A Conceptual Model of Spirituality and Its Influence on Unethical Behavior. *Proceedings of the International Conference on Management, Leadership and Governance*. 2013: 25-33.
42. P. Balaji Kuma, N.Muruganatham. Spirituality and Entrepreneurial Success of Business in Madurai. *International Journal of Research in Management, Science & Technology*. 2015, 3: 4.
43. Benaouda Bensaid et al., “Ethico-Spiritual Dimensions of Charity: An Islamic Perspective, 2013.
44. A cross-cultural study of spirituality, religion, and personal beliefs as components of quality of life, *Social Science & Medicine*, 2006; 62 (6): 1486-1497.
45. O’Connell, K. A. Spirituality, religion and personal beliefs; a component of Quality of Life? Doctoral Dissertation, University of Bath, UK. 2002.
46. Weaver, A. J., Pargament, K. I., Flannelly, K. J., & Oppenheimer, J. E. Trends in the scientific study of religion, spirituality, and health: 1965–2000. *Journal of Religion and Health*. 2006; 45: 208–214.
47. MacDonald, D. A., LeClair, L., Holland, C. J., Alter, A., & Friedman, H. L. A survey of measures of transpersonal constructs. *Journal of Transpersonal Psychology*. 1995; 27: 171–235.
48. de Jager Meezenbroek E, Garssen B, van den Berg M, van Dierendonck D, Visser A, Schaufeli WB. Measuring spirituality as a universal human experience: a review of spirituality questionnaires. *J Relig Health*. 2012; 51:336–54.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

ΤΟ ROYAL FREE ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΓΙΑ ΤΑ ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΑ ΚΑΙ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΑ ΠΙΣΤΕΥΩ

Το ερωτηματολόγιο αυτό αφορά τα πιστεύω σας και τις απόψεις σας για τη ζωή. Αρχίζοντας πείτε μας:

Ηλικία ___ Φύλο: _____ Ημερομηνία συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου _____ Κωδικός _____

Επίπεδο μόρφωσης:

- Διδακτορικό Μεταπτυχιακό Ανώτατο Λύκειο
 Γυμνάσιο Δημοτικό Γραφή/Ανάγνωση

Πως θα περιγράφατε τον εαυτό σας (σημειώστε X σε ένα ή περισσότερα τετραγωνίδια):

- Έγγαμος-η Ζω με το σύντροφο μου Διαζευγμένος-η Χήρος-α
 Σε διάσταση Αγαμος-η

Πως θα περιγράφατε τον εαυτό σας (σημειώστε X σε ένα):

Καταγωγή:

- Στερεοελλαδίτης/ισα Πελλοπονήσιος/ια Θεσσαλός/ή Μακεδόνας/ιτισα

Θρακιώτης/ισα

- Νησιώτης/ισα (Βόρειο Αιγαίο) Νησιώτης/ισα (Αν. Αιγαίο) Νησιώτης/ισα (Κυκλάδες)

- Νησιώτης/ισα (Σποράδες) Νησιώτης/ισα (Δωδεκάνησα) Νησιώτης/ισα (Ιόνια νησιά)

- Κρητικός/α Πόντιος/α Αιγυπτιώτης/ισα

- Κων/πολίτης/ισα Μικρασιάτης/ισα Κύπριος/ια

- Κάτι άλλο. Παρακαλώ διευκρινίστε

Είστε; (σημειώστε X σε ένα): Εργαζόμενος-η Άνεργος-η Φοιτητής-τρια Συνταξιούχος
 Απασχολούμενος με οικιακά Σε αναρρωτική άδεια

Αν είστε εργαζόμενος-η, μπορείτε να μας περιγράψετε την εργασία σας; _____

Αν δεν εργάζεσθε τώρα, ποια ήταν η τελευταία σας δουλειά; _____

Θα σας κάνουμε τώρα μερικές ακόμα ερωτήσεις σχετικά με τα θρησκευτικά και τα πνευματικά σας πιστεύω. Παρακαλώ, προσπαθήστε να απαντήσετε σε αυτές ακόμα και αν έχετε μικρό ενδιαφέρον για τη θρησκεία.

Όταν χρησιμοποιούμε τη λέξη θρησκεία, εννοούμε την ενεργή άσκηση θρησκευτικών καθηκόντων. Για παράδειγμα να πηγαίνουμε στο ναό, στο τζαμί, στην εκκλησία ή τη συναγωγή;
Κάποιοι άνθρωποι δεν ακολουθούν μια συγκεκριμένη θρησκεία, έχουν όμως πνευματικά πιστεύω ή εμπειρίες. Για παράδειγμα, μπορεί να πιστεύουν ότι υπάρχει κάποια άλλη ισχύς ή δύναμη έξω από τους εαυτούς τους η οποία μπορεί να επηρεάσει τη ζωή τους. Κάποιοι άνθρωποι το θεωρούν αυτή τη δύναμη ως Θεό ή Θεούς ενώ άλλοι όχι.

Για κάποιους ανθρώπους η ζωή έχει νόημα χωρίς κάποια θρησκευτική ή πνευματική πίστη.

1. Έτσι θα λέγατε ότι έχετε μια θρησκευτική ή πνευματική κατανόηση της ζωής σας ; (Σημειώστε X σε ένα ή περισσότερα από τα παρακάτω τετραγωνίδια):
 Θρησκευτική Θρησκευτική και πνευματική
 Πνευματική Ούτε θρησκευτική, ούτε πνευματική

Εάν ΠΟΤΕ σας δεν είχατε ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΑ ή ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΑ ΠΙΣΤΕΥΩ, παρακαλώ πηγαίνατε στην ερώτηση 17.

Διαφορετικά , ΠΑΡΑΚΑΛΩ ΠΡΟΣΠΑΘΗΣΤΕ ΝΑ ΑΠΑΝΤΗΣΕΤΕ ΣΤΙΣ ΕΠΟΜΕΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ:

2. Μπορείτε να μας εξηγήσετε εν συντομία τη μορφή έχουν πάρει τα θρησκευτικά / πνευματικά σας πιστεύω; _____

3. Κάποιοι άνθρωποι έχουν ισχυρές απόψεις ενώ κάποιοι άλλοι όχι. Πόσο ισχυρές είναι οι θρησκευτικές/ πνευματικές απόψεις σας για τη ζωή; (Βάλτε σε κύκλο τον αριθμό που περιγράφει την άποψη σας).

Ασθενείς 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Ισχυρές
απόψεις _____ απόψεις

4. Έχετε μια συγκεκριμένη θρησκεία;

Δεν ακολουθώ κάποια θρησκεία (πηγαίνετε στην ερώτηση 8)

Χριστιανός Ορθόδοξος Καθολικός Αγγλικανός Άλλου είδους Προτεστάντης

Χριστιανός Ευαγγελιστής Άλλου είδους Χριστιανός

Σιΐτης Μουσουλμάνος Σουνίτης Μουσουλμάνος

Εβραίος Ινδουιστής Σιχ Βουδιστής

Άλλο

5. Μπορείτε να μας δώσετε περισσότερες λεπτομέρειες; (π.χ. Δόγμα, πτέρυγα)

6. Πόσο συχνά εκκλησιάζεστε; (Θεία Λειτουργία)

Σέ κάθε Θεία Λειτουργία

Κάθε Κυριακή Κάθε δύο Κυριακές Μία φορά το μήνα

Χριστούγεννα και Πάσχα Πολύ σπάνια

Ποτέ

7. Παίζει κάποιο απο τα παρακάτω κάποιο ρόλο στο πιστεύω σας; Για παράδειγμα, μπορεί να προσεύχεστε ή να κάνετε διαλογισμό μόνος σας ή μαζί με άλλους ανθρώπους. (Σημειώστε με X όσα τετραγωνίδια που έχουν εφαρμογή σε σας)

Προσευχή Μόνος-η Μαζί με άλλους ανθρώπους

Συμμετοχή στη Θεία Λειτουργία Μόνος-η Μαζί με άλλους ανθρώπους

- Διαλογισμός** Μόνος-η Μαζί με άλλους ανθρώπους
- Διάβασμα και μελέτη** Μόνος-η Μαζί με άλλους ανθρώπους
- Διάβασμα και μελέτη Αγίας Γραφής** Μόνος-η Μαζί με άλλους ανθρώπους
- Επαφή με θρησκευτικό ηγέτη** Μόνος-η Μαζί με άλλους ανθρώπους
- Κανένα απο τα παραπάνω**

8. Πόσο σημαντική για σας είναι η άσκηση των θρησκευτικών σας πιστεύω (π.χ. προσωπικός διαλογισμός, παρακολούθηση θείας λειτουργίας) στην καθημερινή σας ζωή; (Βάλτε σε κύκλο τον αριθμό που περιγράφει καλύτερα την άποψη σας).

Όχι 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Είναι
Απαραίτητο _____ Σημαντικό

Αν θέλετε μπορείτε να μας εξηγήσετε περισσότερο: _____

9. Πιστεύετε σε μία πνευματική δύναμη ή ισχύ έξω απο τον εαυτό σας η οποία μπορεί να επηρεάσει το τι συμβαίνει στην καθημερινή σας ζωή; (Βάλτε σε κύκλο τον αριθμό που περιγράφει καλύτερα την άποψη σας).

Καμία 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Ισχυρή
Επίδραση _____ Επίδραση

10. Πιστεύετε σε μία πνευματική δύναμη ή ισχύ έξω απο τον εαυτό σας η οποία επηρεάζει τη δύναμή σας να αντεπεξέρχεστε τα συμβάντα της ζωής σας; (Βάλτε σε κύκλο τον αριθμό που περιγράφει καλύτερα την άποψη σας).

Καμία 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Μεγάλη
Βοήθεια _____ Βοήθεια

11. Πιστεύετε σε μία πνευματική δύναμη ή ισχύ έξω απο τον εαυτό σας η οποία επηρεάζει τα παγκόσμια γεγονότα π.χ. πόλεμοι; (Βάλτε σε κύκλο τον αριθμό που περιγράφει καλύτερα την άποψη σας).

Καμία 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Ισχυρή
Επίδραση _____ Επίδραση

12. Πιστεύετε σε μία πνευματική δύναμη ή ισχύ έξω από τον εαυτό σας η οποία επηρεάζει τις φυσικές καταστροφές, όπως σεισμοί, πλημμύρες ; (Βάλτε σε κύκλο τον αριθμό που περιγράφει καλύτερα την άποψη σας).

Καμία 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Ισχυρή
Επίδραση _____ Επίδραση

13. Πιστεύετε ότι η οικονομική κρίση σας έχει επηρεάσει στα πνευματικά σας καθήκοντα; (Βάλτε σε κύκλο τον αριθμό που περιγράφει καλύτερα την άποψη σας).

Καμία 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Ισχυρή
Επίδραση _____ Επίδραση

Η επίδραση είναι θετική (αύξηση πνευματικότητας) ή αρνητική (μείωση πνευματικότητας)

14. Πιστεύετε ότι η ανεργία (εάν είστε άνεργος) σας έχει επηρεάσει στα πνευματικά σας καθήκοντα; (Βάλτε σε κύκλο τον αριθμό που περιγράφει καλύτερα την άποψη σας).

Καμία 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Ισχυρή
Επίδραση _____ Επίδραση

Η επίδραση είναι θετική (αύξηση πνευματικότητας) ή αρνητική (μείωση πνευματικότητας)

15. Μήπως συτίζεστε σε κάποιο από τα συσσίτια που υπάρχουν στην πόλη της Λάρισας;

Ναι Όχι

16. Επικοινωνείτε με οποιοδήποτε τρόπο με κάποια πνευματική δύναμη, για παράδειγμα με προσευχή ή μέσω κάποιου μέντιουμ;

Ναι Όχι Αβέβαιος

Εάν ΝΑΙ, περιγράψτε τη μορφή αυτή επικοινωνίας _____

17. Νομίζετε ότι υπάρχουμε με κάποια μορφή και μετά το θάνατο μας;

Ναι Όχι Αβέβαιος

Εάν ΝΑΙ, περιγράψτε μας τη μορφή _____

18. Είχατε ποτέ σας μια έντονη εμπειρία (που δεν σχετίζεται με τη λήψη ναρκωτικών ή αλκοόλ) κατά τη διάρκεια της οποίας αισθανθήκατε κάποιο νέο βαθύ νόημα της ζωής, ή αισθανθήκατε ένα με τον κόσμο ή το σύμπαν; (Εάν πιστεύετε στο Θεό μπορεί να αισθανθήκατε την εμπειρία του Θεού) αυτό μπορεί να συνέβη για μερικές στιγμές, ώρες ή και ημέρες.

Ναι Όχι Αβέβαιος

Εάν απαντήσατε ΟΧΙ στην προηγούμενη ερώτηση, πηγαίνατε στην ερώτηση 22.

Εάν ΝΑΙ ή ΑΒΕΒΑΙΟΣ, παρακαλώ συνεχίστε:

19. Εάν Ναι, πόσο συχνά έχει αυτό συμβεί αυτό σε σας; _____

20. Πόσο διήρκεσε η εμπειρία; (ή πόσο συνήθως διαρκεί)

Ημέρες Ώρες Λεπτά Δευτερόλεπτα.....

21. Μπορείτε να το περιγράψετε; _____

22. Κάποιοι άνθρωποι έχουν περιγράψει έντονες εμπειρίες τη στιγμή που σχεδόν πέθαναν και τελικά επανήλθαν. Συνέβη αυτό σε σας;

Ναι Όχι Αβέβαιος

Εάν ΝΑΙ ή ΑΒΕΒΑΙΟΣ, παρακαλώ περιγράψτε την εμπειρία

Εάν ΝΑΙ ή ΑΒΕΒΑΙΟΣ, κατά πόσο έχει αυτή η κοντά στο θάνατο εμπειρία αλλάξει τη ζωή σας; (Βάλτε σε κύκλο τον αριθμό που περιγράφει καλύτερα την άποψη σας).

Καθόλου 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Ολοκληρωτικά

ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΠΟΛΥ ΓΙΑ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΑΣ ΣΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ