



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ
ΤΜΗΜΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

**ΠΕΠΟΙΘΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΘΑΝΑΤΟ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΕΝΗΛΙΚΗΣ
ΖΩΗΣ:
ΕΓΩΚΕΝΤΡΙΚΟ Ή ΑΛΛΟΚΕΝΤΡΙΚΟ ΖΗΤΗΜΑ**

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ
ΤΗΣ ΣΟΦΙΑΣ ΘΕΟΧΑΡΙΔΟΥ

ΦΛΩΡΙΝΑ
ΙΟΥΝΙΟΣ 2023

Φύλλο Εξέτασης

1. Επόπτης: _____

Βαθμός: _____

Υπογραφή:

Ημερομηνία:

2. Επόπτης: _____

Βαθμός: _____

Υπογραφή:

Ημερομηνία:

Η συγγραφέας.....Σοφία Θεοχαρίδου..... βεβαιώνει ότι το περιεχόμενο του παρόντος έργου είναι αποτέλεσμα προσωπικής εργασίας και ότι έχει γίνει η κατάλληλη αναφορά στις εργασίες τρίτων, όπου κάτι τέτοιο ήταν απαραίτητο, σύμφωνα με τους κανόνες της ακαδημαϊκής δεοντολογίας.

Υπογραφή:

Ημερομηνία: 02/06/2023



Περιεχόμενα

Περίληψη	4
Abstract.....	5
Εισαγωγή	6
Πεποιθήσεις για τον θάνατο και την μεταθανάτια ζωή σε παιδιά και ενήλικες	6
Παράγοντες που φαίνεται να σχετίζονται με τις πεποιθήσεις για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο.....	9
Το υπαρξιακό άγχος ως πηγή των πεποιθήσεων για την μεταθανάτια ζωή	10
Συνεχιζόμενοι δεσμοί.....	14
Σχέση του Δεσμού με το Υπαρξιακό Άγχος και τον Φόβο του Θανάτου.....	17
Η παρούσα έρευνα	18
Μέθοδος.....	20
Συμμετέχοντες.....	20
Ερευνητικά Εργαλεία.....	20
Πεποιθήσεις για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο	20
Υπαρξιακό Άγχος	21
Διερεύνηση των ενηλίκων δεσμών	22
Διαδικασία.....	22
Στατιστική ανάλυση.....	23
Αποτελέσματα	24
Περιγραφική Στατιστική	24
Πεποιθήσεις για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο: Κατανομή δείγματος.....	24
Υπαρξιακό άγχος: Κατανομή δείγματος.....	25
Τύποι δεσμών ενηλίκων: Κατανομή δείγματος	26
Επαγωγική Στατιστική	27
Ηλικιακές διαφορές στην επιλογή ερμηνευτικού πλαισίου για την ζωή μετά τον θάνατο	27
Η σχέση του φύλου με τις πεποιθήσεις για την ζωή μετά τον θάνατο.....	27
Ανάλυση διακύμανσης OneWay Anova για την διερεύνηση πιθανής σχέσης του υπαρξιακού άγχους με την ηλικία.....	28
Έλεγχος ανεξαρτησίας χ^2 για την διερεύνηση της σχέσης του τύπου δεσμού με την ηλικιακή ομάδα και το φύλο	29
Έλεγχος συσχέτισης Pearson.....	29
Έλεγχος συσχέτισης πεποιθήσεων για την μετά θάνατον ζωή με τα επίπεδα υπαρξιακού άγχους	29
Έλεγχος συσχέτισης πεποιθήσεων για την μετά θάνατον ζωή με τους τύπους δεσμού	30
Έλεγχος συσχέτισης τύπου δεσμών ενηλίκων με τα επίπεδα υπαρξιακού άγχους.....	30
Συζήτηση	31
Περιορισμοί της παρούσας μελέτης και προτάσεις για μελλοντικές έρευνες	34
Βιβλιογραφία	35
Παράρτημα	39

Περίληψη

Η υιοθέτηση εναλλακτικών πεποιθήσεων για την μετά θάνατο ζωή αποτελεί συχνό φαινόμενο με τις έρευνες να προσανατολίζονται σε δυο κατευθύνσεις. Από την μία, ο εγωκεντρικός προσανατολισμός που βασίζεται στην άποψη πως η υιοθέτηση των πεποιθήσεων αποτελεί απόρροια του υπαρξιακού άγχους και από την άλλη ο αλλοκεντρικός προσανατολισμός ο οποίος αφορά στην ιδέα πως η δυσκολία της διακοπής των σχέσεων με τους αποθανόντες ωθεί στις εναλλακτικές ερμηνείες θανάτου. Η συγκεκριμένη μελέτη διερευνά τις πεποιθήσεις για τον θάνατο και για τη μετά θάνατο ζωή σε 150 ενήλικες τριών ηλικιακών ομάδων (25 ετών, 45 ετών και 65 ετών) σε συνδυασμό με τα επίπεδα υπαρξιακού άγχους καθώς και με τον τύπο δεσμού. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι ενήλικες έχουν διαφορετικές αναπαραστάσεις για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο, με κυρίαρχες την βιολογική και την υπερφυσική ερμηνεία. Ακόμη, με την αύξηση της ηλικίας παρατηρήθηκε μείωση των υπερφυσικών πεποιθήσεων και αύξηση των πεποιθήσεων που βασίζονται στην επιστημονική ερμηνεία του θανάτου. Τέλος, όσον αφορά τον προσανατολισμό των πεποιθήσεων δεν εντοπίστηκε κάποια συγκεκριμένη κατεύθυνση των πεποιθήσεων για την ζωή μετά τον θάνατο, αλλά αντίθετα, οι πεποιθήσεις αυτές φαίνεται να σχετίζονται τόσο με το υπαρξιακό άγχος, όσο και με το είδος του δεσμού στις ενήλικες ερωτικές σχέσεις. Συμπερασματικά, φαίνεται πως τόσο παράγοντες με εγωκεντρικό προσανατολισμό, όπως ο φόβος για τον προσωπικό θάνατο, όσο και παράγοντες με αλλοκεντρικό προσανατολισμό, όπως ο δεσμός που αναπτύσσουμε με τους σημαντικούς άλλους, ο φόβος της απώλειας των αγαπημένων προσώπων και η διακοπή των σχέσεων με αυτούς σχετίζονται με εναλλακτικές ερμηνείες του θανάτου.

Λέξεις κλειδιά: ερμηνευτικά μοντέλα θανάτου, υπαρξιακό άγχος, συνεχιζόμενοι δεσμοί, δεσμός στις ενήλικες ερωτικές σχέσεις.

Abstract

The adoption of alternative beliefs about life after death is widespread while the research field is oriented in two directions. On the one hand, the egocentric orientation based on the perspective that the adoption of beliefs is a consequence of existential anxiety, and on the other hand, the allocentric orientation which concerns the idea that the difficulty of severing relationships with the deceased leads to alternative interpretations of death. This particular study investigates beliefs about death and life after death in 150 adults of three age groups (25 years, 45 years and 65 years) in relation to levels of existential anxiety as well as type of attachment. The results showed that adults have different representations of death and life after death, with biological and supernatural interpretations dominating. Furthermore, with increasing age there was a decrease in supernatural beliefs and an increase in beliefs based on the scientific interpretation of death. Finally, regarding the orientation of beliefs, no specific direction detected, but on the contrary, these beliefs seem to be related to both existential anxiety and the type of bond in adult romantic relationships. In conclusion, it seems that both factors with an egocentric orientation, such as the fear of personal death, and factors with an allocentric orientation, such as the bond we develop with significant others, the fear of losing loved ones and the interruption of relationships with them are related with alternative interpretations of death.

Key words: explanatory frameworks of death, existential anxiety, continuing bonds, attachment style in adulthood

Εισαγωγή

Η χρήση υπερφυσικών μοντέλων για την ερμηνεία βιολογικών φαινομένων όπως η προέλευση της ύπαρξης ή ο θάνατος είναι εξαιρετικά διαδεδομένη ενώ εμφανίζεται ανεξαρτήτως πολιτισμικού πλαισίου ή θρησκευτικού προσανατολισμού (Astuti & Harris, 2008 · Bering, 2002· Hodge, 2011). Συγκεκριμένα, η υιοθέτηση ερμηνευτικών μοντέλων για τον θάνατο αποτελεί ένα ζήτημα που απασχολεί τον κλάδο της ψυχολογίας με τις έρευνες να εστιάζουν τόσο στο περιεχόμενο αυτών των προσεγγίσεων όσο και στους αιτιολογικούς παράγοντες που οδηγούν στην υιοθέτησή τους.

Στο θεωρητικό μέρος της παρούσας ερευνητικής εργασίας με βάση την βιβλιογραφική ανασκόπηση αναλύεται αρχικά η έννοια των πεποιθήσεων, το περιεχόμενό τους καθώς και οι μεταβολές που παρατηρούνται κατά την διάρκεια της ζωής, από την παιδική ηλικία μέχρι και την τρίτη ηλικία. Έπειτα, προσεγγίζεται η έννοια του υπαρξιακού άγχους. Παρουσιάζεται εν συντομία μια ιστορική αναδρομή σχετιζόμενη με τον συγκεκριμένο όρο ενώ στην συνέχεια παρουσιάζονται σημαντικές έρευνες οι οποίες εξέτασαν την σχέση των πεποιθήσεων για την μετά θάνατο ζωή με το υπαρξιακό άγχος. Τέλος, παρουσιάζεται η έννοια του συναισθηματικού δεσμού και τα είδη του ενώ αναφέρονται οι έρευνες που μελέτησαν τα ερμηνευτικά μοντέλα του θανάτου σε σχέση με τους τύπους των ενηλίκων δεσμών καθώς και αυτές που ασχολήθηκαν με την σχέση των ενηλίκων δεσμών και του υπαρξιακού άγχους.

Πεποιθήσεις για τον θάνατο και την μεταθανάτια ζωή σε παιδιά και ενήλικες

Οι πεποιθήσεις αφορούν υποθέσεις που κάνουμε για τον εαυτό μας, για τους άλλους αλλά και για διάφορες καταστάσεις ή φαινόμενα, τις οποίες θεωρούμε ως αληθινές και έγκυρες ασχέτως αν ανταποκρίνονται στην πραγματικότητα (APA Dictionary of Psychology, n.d). Λαμβάνοντας υπόψη τον ορισμό των πεποιθήσεων, θα μπορούσε κανείς να ισχυριστεί ότι οι πεποιθήσεις για την ζωή μετά τον θάνατο αφορούν στην πεποίθηση ή την προσδοκία ότι ένα μέρος της ύπαρξης ενός ατόμου συνεχίζεται ακόμα και μετά τον βιολογικό θάνατο. Όσον αφορά τον θάνατο η επιστήμη τον ορίζει ως το βιολογικό φαινόμενο το οποίο αφορά την οριστική παύση της λειτουργίας του εγκεφάλου ενός οργανισμού σε συνδυασμό με την απουσία καρδιακού παλμού και αναπνοής (Feldman, 2019). Ο θάνατος διακρίνεται σε φυσιολογικό, αιφνίδιο και βίαιο, ενώ η έννοια του θανάτου περιλαμβάνει τρία κομβικά στοιχεία: *την παγκοσμιότητα*, η οποία αφορά στην κατανόηση ότι όλοι οι ζωντανοί οργανισμοί πεθαίνουν, *τη μη αναστρεψιμότητα*, η οποία αναφέρεται στην κατανόηση ότι οι νεκροί

οργανισμοί δεν μπορούν να ξαναζήσουν και την παύση των λειτουργιών, η οποία αναφέρεται στην κατανόηση ότι οι λειτουργίες του σώματος που κρατούν τους οργανισμούς ζωντανούς σταματούν με το θάνατο (Spence & Brent, 1992).

Το άτομο από την παιδική κιόλας ηλικία, αντιλαμβάνεται την βιολογική υπόσταση του θανάτου, αναγνωρίζοντας ότι ο θάνατος τερματίζει τις σωματικές αλλά και τις ψυχολογικές διεργασίες (Harris, 2018). Εντούτοις, αποτελέσματα της ερευνητικής μελέτης των Bering και Bjorklund (2004), σε παιδιά προσχολικής ηλικίας, υπέδειξε πως ενώ αντιλαμβάνονται τον θάνατο ως τερματισμό όλων των βιολογικών λειτουργιών, τείνουν να υποστηρίζουν την συνέχεια ορισμένων ψυχοβιολογικών (π.χ. πείνα, δίψα) και γνωστικών λειτουργιών (π.χ. σκέψη, μνήμη) ακόμα και μετά θάνατον, ενώ μεταγενέστερα και συγκεκριμένα από την ηλικία των 11 ετών τα παιδιά προσδίδουν αποκλειστικά γνωστικές λειτουργίες, επιθυμίες (π.χ. ελπίζω, εύχομαι) και συναισθήματα (π.χ. αγάπη, χαρά) στους αποθανόντες. Τα παραπάνω ευρήματα οδήγησαν στο συμπέρασμα ότι η γνώση των μικρών παιδιών για την βιολογική υπόσταση του θανάτου είναι ελλιπής και περιορισμένη και μόνο με την πάροδο του χρόνου και σε μεγαλύτερη ηλικία, η γνώση αυτή εμπλουτίζεται, με αποτέλεσμα να περιορίζεται η απόδοση ψυχοβιολογικών και ορισμένων ψυχολογικών λειτουργιών μετά τον θάνατο. Παρ' όλα αυτά, αξιοσημείωτο εύρημα αποτελεί το γεγονός ότι παρά την κατανόηση του βιολογικού μοντέλου του θανάτου ορισμένες λειτουργίες ψυχολογικού χαρακτήρα εξακολουθούν να αποδίδονται στους αποθανόντες (Bering & Bjorklund, 2004).

Οι Giménez και Harris (2005) πραγματοποίησαν έρευνα σε παιδιά 7 και 11 χρόνων καθολικού δόγματος από την Ισπανία, τα οποία εξετάστηκαν σε δύο ανόμοια πλαίσια (θρησκευτικό και επιστημονικό). Τα ευρήματα έδειξαν ότι τα παιδιά χρησιμοποιούσαν και τις δυο ερμηνείες για τον θάνατο, ανάλογα με το πλαίσιο που εξετάζονταν. Επιπλέον, φάνηκε να χρησιμοποιούν συχνότερα τις υπερφυσικές ερμηνείες στο θρησκευτικό πλαίσιο και απέδιδαν συχνότερα συνέχεια σε ψυχολογικές λειτουργίες σε σύγκριση με βιολογικές λειτουργίες. Σε αντίθεση με τα ερευνητικά δεδομένα των Bering και Bjorklund (2004), ο αριθμός των παιδιών που απέδωσαν συνέχεια σε ψυχολογικές λειτουργίες μετά θάνατον φάνηκε να παρουσιάζει σημαντική άνοδο με την αύξηση της ηλικίας (Giménez & Harris, 2005).

Αντίστοιχα ευρήματα έχουν προκύψει και από έρευνες σε ενήλικες, οι οποίες υποδεικνύουν ότι ένας σημαντικός αριθμός ενηλίκων διαπολιτισμικά αντιλαμβάνεται τον θάνατο περισσότερο ως απουσία παρά ως εκμηδένιση. Δέχεται μια εναλλακτική αντίληψη του

θανάτου, η οποία υποστηρίζει ότι ο αποθανών έχει μια μεταθανάτια ζωή αλλού, υποδεικνύοντας ότι υπάρχει κάποια μορφή κυριολεκτικής ή συμβολικής αθανασίας (Bering, 2002·Hodge, 2011). Αναφορικά με τον τύπο των πεποιθήσεων για τη μετά θάνατο ζωή φαίνεται πως υπάρχουν διαφορετικές μορφές τις οποίες υιοθετούν οι ενήλικες. Ο Bering (2002) σε έρευνα που πραγματοποίησε σε ενήλικες με διαφορετικούς τύπους πεποιθήσεων για την διερεύνηση του περιεχομένου των πεποιθήσεων για την μετά θάνατον ζωή κατέληξε σε 3 κατηγορίες και συγκεκριμένα στην βιολογική ερμηνεία, στην θρησκευτική ερμηνεία και στην υπερφυσική ερμηνεία του θανάτου (Bering, 2002). Μεταγενέστερα, από την έρευνα των Georgiadou και Pnevmatikos (2019) προστέθηκε η κοσμική ερμηνεία σύμφωνα με την οποία ο θάνατος αποτελεί το τέλος της ζωής ενώ η ύπαρξη συνεχίζει να υπάρχει με κάποιον τρόπο (Georgiadou & Pnevmatikos, 2019). Από την έρευνα του Bering (2002) προέκυψε ακόμη το συμπέρασμα ότι για ένα σημαντικό ποσοστό των συμμετεχόντων οι σωματικές λειτουργίες παύουν με τον θάνατο, ενώ οι ψυχολογικές λειτουργίες επιβιώνουν ακόμα και μετά την παύση των βιολογικών. Πιο συγκεκριμένα, οι αντιληπτικές λειτουργίες, όπως η όραση και η αφή, καθώς και οι ψυχοβιολογικές λειτουργίες, όπως η πείνα και η δίψα, παύουν με τον θάνατο, ενώ αντίθετα τα συναισθήματα (π.χ. αγάπη, χαρά), οι επιθυμίες και οι γνωστικές καταστάσεις (π.χ. σκέψη, μνήμη) παραμένουν αλώβητες ακόμα και μετά τον θάνατο (Bering, 2002). Παρόμοια μοτίβα απαντήσεων έχουν εντοπιστεί και από τους Astuti και Harris (2008) οι οποίοι πραγματοποίησαν έρευνα σε παιδιά και σε ενήλικες. Τα ευρήματα υπέδειξαν μια ξεκάθαρη διαφοροποίηση ανάμεσα στον θάνατο του σώματος και στην συνέχεια του πνεύματος, αφού τόσο τα παιδιά όσο και οι ενήλικες απέδιδαν συχνότερα τερματισμό στις σωματικές λειτουργίες από ότι στις ψυχικές. Ακόμη, οι ενήλικες φαίνεται πως προσέδιδαν συχνότερα γνωστικές ικανότητες στους αποθανόντες σε σύγκριση με τα παιδιά. Μάλιστα, σύμφωνα με τους ερευνητές, κατά την διάρκεια της ανάπτυξης παρατηρείται αυξητική και όχι μειωτική τάση στις μεταθανάτιες πεποιθήσεις, άποψη η οποία συμφωνεί με τα ευρήματα των Giménez και Harris (2005) και έρχεται σε διαφωνία με τις απόψεις των Bering και Bjorklund (2004).

Οι παραπάνω μελέτες που ασχολήθηκαν με τα ερμηνευτικά μοντέλα θανάτου παιδιών και ενηλίκων έδειξαν μια ξεκάθαρη τάση διάκρισης μεταξύ βιολογικών και ψυχολογικών λειτουργιών. Αν και τα παιδιά, ήδη από την προσχολική ηλικία, αλλά και οι ενήλικες αντιλαμβάνονται πως ο θάνατος σηματοδοτεί την παύση των βιολογικών λειτουργιών, στις ψυχολογικές λειτουργίες αποδίδεται και μετέπειτα συνέχεια. Αυτή η διάκριση είναι ένα κοινό εύρημα των μελετών που εξετάστηκαν, ωστόσο υπάρχει διαφωνία μεταξύ των ερευνητών

σχετικά με το ποιοι παράγοντες, κοινωνικοπολιτισμικοί (όπως η θρησκεία) ή εγγενείς, εσωτερικοί, οδηγούν στην ανάπτυξη αυτών των πεποιθήσεων.

Παράγοντες που φαίνεται να σχετίζονται με τις πεποιθήσεις για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο

Μέχρι πρότινος οι πεποιθήσεις για μια μεταθανάτια ζωή σχετίζονταν με την θρησκευτικότητα καθώς η συνέχιση κάποιας μορφής ύπαρξης μετά τον θάνατο είναι παρούσα σχεδόν σε όλες τις θρησκείες. Μάλιστα, η Θεωρία Διαχείρισης του Τρόμου (Terror Management Theory - TMT) η οποία προτάθηκε από τους Greenberg, Pyszczynski και Solomon και βασίζεται στις ιδέες του Ernest Becker και του Otto Rank προτείνει ότι η βασική λειτουργία τόσο της θρησκείας όσο και των πεποιθήσεων για μεταθανάτια ζωή είναι να κατευνάσει τις υπαρξιακές ανησυχίες του ανθρώπου, όπως ο φόβος του θανάτου και η εύρεση νοήματος ύπαρξης και να ανακουφίσει τον τρόμο που απορρέει από την συνειδητοποίηση της ανθρώπινης θνητότητας (Vail και συν., 2009). Πράγματι, οι πεποιθήσεις για την ζωή μετά τον θάνατο είναι πιο πιθανό να εμφανιστούν σε θρησκευόμενους παρά σε μη θρησκευόμενους (Bering και συν., 2005). Για παράδειγμα, τα αποτελέσματα της έρευνας του Bering και των συνεργατών του (2005) έδειξαν ότι τα παιδιά τα οποία φοιτούσαν σε σχολείο με κοσμικό προσανατολισμό ήταν λιγότερο πιθανό να εκφράσουν πίστη σε υπερφυσικές ερμηνείες του θανάτου και σε συνέχεια της ύπαρξης συγκριτικά με τα παιδιά που φοιτούσαν σε σχολείο με θρησκευτικό προσανατολισμό (Bering και συν., 2005). Τα δεδομένα αυτά επιβεβαιώνονται από τον Rosengren και τους συνεργάτες του (2014) οι οποίοι υποστηρίζουν ότι τα παιδιά που προέρχονται από θρησκευόμενες οικογένειες υιοθετούν συχνότερα υπερφυσικές και θρησκευτικές ερμηνείες του θανάτου (Rosengren και συν., 2014) αλλά και από τους Giménez και Harris (2005) οι οποίοι υποστήριξαν ότι οι υπερφυσικές πεποιθήσεις για τον θάνατο αποτελούν προϊόν επιρροής του πολιτισμικού περιβάλλοντος και έτσι η συμβίωση και αλληλεπίδραση με θρησκευόμενα άτομα αυξάνει τις πιθανότητες υιοθέτησης μεταθανάτιων πεποιθήσεων (Giménez & Harris, 2005). Ωστόσο, ερευνητικά ευρήματα αποκαλύπτουν ότι η πίστη σε κάποια μορφή συνέχειας της ύπαρξης μετά τον θάνατο εμφανίζεται ανεξαρτήτως θρησκευτικών πεποιθήσεων ακόμα και μεταξύ ενηλίκων που δηλώνουν άθεοι, αγνωστικιστές ή σκεπτικιστές (Bering, 2002· Hodge, 2011). Μία ακόμη ενδιαφέρουσα ερμηνεία σχετικά με την υιοθέτηση των ερμηνευτικών μοντέλων θανάτου έχει δοθεί από τον Hodge (2011, 2016) ο οποίος υποστηρίζει πως τα ερμηνευτικά μοντέλα θανάτου αντανακλούν την ανάγκη του

ατόμου να διατηρήσει συναισθηματικούς δεσμούς και επικοινωνία με τα αγαπημένα του πρόσωπα που έχουν φύγει από την ζωή (Hodge, 2011, 2016).

Καταληκτικά, οι ερευνητές που μελετούν τον θάνατο και τις μεταθανάτιες πεποιθήσεις προσανατολίζονται σε δύο διαφορετικές κατευθύνσεις. Από τη μια πλευρά, εγείρεται η άποψη ότι οι υπερφυσικές πεποιθήσεις αναφορικά με τον θάνατο έχουν εγωκεντρικό χαρακτήρα και σχετίζονται με το υπαρξιακό άγχος. Παραδείγματος χάριν, σύμφωνα με τον Vaíl και τους συνεργάτες του (2010), οι πεποιθήσεις για τη συνέχεια της ύπαρξης μετά τον θάνατο επιτρέπουν στο άτομο να καταπνίξει τον δυνητικά συντριπτικό τρόμο που προκύπτει από την συνειδητοποίηση της προσωπικής μας θνητότητας (Vaíl και συν., 2009). Από την άλλη πλευρά, υποστηρίζεται ο αλλοκεντρικός προσανατολισμός των υπερφυσικών πεποιθήσεων για τον θάνατο. Ο Hodge (2011, 2016) υποστηρίζει ότι αυτό που μας τρομοκρατεί στην ιδέα του θανάτου και που μας ωθεί να υιοθετήσουμε μεταθανάτιες πεποιθήσεις δεν είναι ο προσωπικός μας αφανισμός, αλλά η διακοπή των συναισθηματικών δεσμών με τον αποθανόντα. (Hodge, 2011, 2016). Οι παραπάνω απόψεις θα μελετηθούν και θα ερευνηθούν εκτενέστερα παρακάτω.

Το υπαρξιακό άγχος ως πηγή των πεποιθήσεων για την μεταθανάτια ζωή

Η γνώση ότι γεννιόμαστε, μεγαλώνουμε, ωριμάζουμε, περνάμε στα γηρατεία και τελικά αναπόφευκτα πεθαίνουμε αποτελεί ίσως την πιο συνταρακτική, σκοτεινή και αμετάβλητη αλήθεια της ανθρώπινης ζωής. Ο θάνατος υφέρπει αδιάλειπτα κάτω από την πραγματικότητα της καθημερινής ζωής πλημμυρίζοντας με τρόμο πολλούς ανθρώπους και ασκώντας πολύπλευρα καταλυτική επιρροή στην ζωή τους. Το υπαρξιακό άγχος όπως αναφέρθηκε παραπάνω αφορά το συναίσθημα που βιώνει ένα άτομο, σκεπτόμενο τον θάνατο και το νόημα της ζωής. Αν και η πειραματική υπαρξιακή ψυχολογία έστρεψε πρόσφατα την προσοχή της στη φύση και στις συνέπειες του υπαρξιακού άγχους ήδη από την αρχαιότητα αλλά και μεταγενέστερα σημαντικοί φιλόσοφοι, στοχαστές και ψυχολόγοι ασχολήθηκαν θεωρητικά με το ζήτημα της θνητότητας, το υπαρξιακό άγχος καθώς και την πίστη στην μετά θάνατον ζωή προσπαθώντας να απαντήσουν σε σημαντικά ερωτήματα γύρω από την ανθρώπινη φύση και λογική και παράλληλα να απαλύνουν τον φόβο που συνοδεύει την βεβαιότητα του θανάτου (Hodge, 2016).

Όσον αφορά την φύση του θανάτου και την στάση του ανθρώπου απέναντι σε αυτή, ήδη από την αρχαιότητα, πρώτος ο Αριστοτέλης μίλησε για τον δυϊσμό της ψυχής και του σώματος υποδηλώνοντας ότι αφού το σώμα πεθάνει η ψυχή εξακολουθεί να υπάρχει. Από την άλλη, ο Επίκουρος δίνοντας έμφαση στην αντιμετώπιση του φόβου που συνοδεύει τον θάνατο πρότεινε ότι μετά τον θάνατο δεν έχουμε καμία αίσθηση, γι' αυτό και δεν έχουμε λόγο να τον φοβόμαστε. Εξάλλου όταν εμείς είμαστε παρόντες ο θάνατος απουσιάζει και όταν αυτός είναι παρών εμείς έχουμε φύγει (Θεοδωρίδης, 1999). Μεταγενέστερα, ο Sigmund Freud (1917), εστιάζοντας στον θάνατο των κοντινών μας προσώπων, σημειώνει ότι το πένθος που έπεται έναν θάνατο χαρακτηρίζεται ως «αποκάθεξη» («decathexis»), ως μια διαδικασία επίλυσης των συναισθηματικών δεσμών με το νεκρό πρόσωπο (Freud, 1917). Η διαδικασία της «κάθεξης» («cathexis») αφορά την επένδυση ψυχικής ενέργειας σε ένα πρόσωπο, αντικείμενο ή ιδέα ενώ η «αποκάθεξη» αφορά την διακοπή αυτής της επένδυσης η οποία στοχεύει στην αποδοχή της πραγματικότητας της απώλειας (Λιμνιωτάκη, 2010· Χουντουμιάδη & Πατεράκη, 1997). Αντίστοιχα, ο John Bowlby (1981) επισημαίνει πως ο θρήνος αποτελεί μια αντίδραση στη διακοπή του δεσμού των οικείων προς το νεκρό, περιγράφοντας τέσσερις βασικές αντιδράσεις στο πένθος: την αίσθηση σοκ, την αναζήτηση κάποιας ερμηνείας ή νοήματος, την εμφάνιση έντονης θλίψης ή και κατάθλιψης και την επαναοργάνωση της ζωής και το πέρας του θρήνου (Bowlby, 1981). Ο Carl Jung (2000) αναφέρει ότι ο θάνατος αποτελεί απλώς το τέλος της ζωής, ενώ από το μέσον της ζωής και μετά, πραγματικά ζωντανός είναι εκείνος που είναι πρόθυμος να πεθάνει γεμάτος ζωή (Γιουνγκ, 2000). Τέλος, όσον αφορά το υπαρξιακό άγχος, ο Irvin Yalom (1980), θεμελιωτής της υπαρξιακής ψυχολογίας, υποστηρίζει ότι το υπαρξιακό άγχος είναι συνεχώς, ασυνείδητα παρόν στην σκέψη του ατόμου και αντανακλά την αρχική πηγή πολλών ανησυχιών ενώ πυροδοτεί συχνά και την υιοθέτηση υπερφυσικών ερμηνειών του θανάτου (Yalom, 1980).

Η σχέση μεταξύ του υπαρξιακού άγχους και των ερμηνευτικών μοντέλων θανάτου έχουν ερευνηθεί επανειλημμένα στο παρελθόν με τα ευρήματα που έχουν προκύψει να μην εμφανίζουν συνέπεια μεταξύ τους. Συγκεκριμένα σε ορισμένες έρευνες τα αποτελέσματα υποδεικνύουν θετική συσχέτιση μεταξύ των δυο μεταβλητών (Dechesne και συν., 2003· Heflick & Goldenberg, 2012) σε άλλες έρευνες τα αποτελέσματα δείχνουν αρνητική συσχέτιση (Cicirelli, 2001. Harding και συν., 2005) και σε κάποιες η συσχέτιση είναι καμπυλόγραμμη (π.χ. Wink & Scott, 2005). Τέλος, σε ορισμένες έρευνες οποιαδήποτε συσχέτιση απουσιάζει εντελώς (Bassett & Bussard, 2018· Robah & Van Bruggen, 2017· Rose & O' Sullivan, 2002). Σε μια πρόσφατη μετά - ανάλυση 12 ερευνών που μελετά την συσχέτιση των δυο μεταβλητών,

ο ερευνητής κατέληξε ότι η συσχέτιση μεταξύ του υπαρξιακού άγχους και των πεποιθήσεων για ζωή μετά τον θάνατο είναι μάλλον αρνητική (Flannelly, 2017). Τα ευρήματα αυτά επικύρωσε μια ακόμα μετά - ανάλυση ερευνών που μελετούν την σχέση μεταξύ της θρησκευτικότητας και των μεταθανάτιων πεποιθήσεων, η οποία έδειξε ότι η σχέση μεταξύ των δυο μεταβλητών είναι ασθενής αρνητική ή καμπυλόγραμμη (Jong, 2020).

Όσον αφορά την θετική συσχέτιση μεταξύ των δυο μεταβλητών ο Dechesne και οι συνεργάτες του (2003) πραγματοποίησαν 3 διαδοχικές έρευνες, τα αποτελέσματα των οποίων παρείχαν περισσότερη υποστήριξη στην Θεωρία Διαχείρισης Τρόμου - η οποία αναλύθηκε παραπάνω - και παράλληλα υπέδειξαν πως όταν κανείς πιστεύει σε κάποια μορφή αθανασίας μετά τον βιολογικό θάνατο, ο φόβος του θανάτου περιορίζεται σημαντικά (Dechesne και συν., 2003). Τα παραπάνω ευρήματα επιβεβαιώθηκαν από τους Heflick και Goldenberg (2012) οι οποίοι επιδιώκοντας να ερευνήσουν εάν οι πεποιθήσεις για τη ζωή μετά τον θάνατο λειτουργούν κατευναστικά απέναντι στο άγχος που προκαλεί ο αναπόφευκτος θάνατος, πραγματοποίησαν πειραματική έρευνα σε 139 νέους οι οποίοι αυτοπροσδιορίζονταν ως αγνωστικιστές, άθεοι, θρησκευόμενοι και πνευματιστές. Αφού οι ερευνητές παρουσίασαν επιχειρήματα υπέρ των πεποιθήσεων για την ύπαρξη μεταθανάτιας ζωής, κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι τόσο οι συμμετέχοντες που αυτοπροσδιορίζονται ως θρησκευόμενοι όσο και οι συμμετέχοντες των άλλων κατηγοριών δήλωναν λιγότερο υπαρξιακό άγχος (Heflick & Goldenberg, 2012).

Από την άλλη, ο Cicirelli (2001) ο οποίος πραγματοποίησε έρευνα σε δυο ομάδες συμμετεχόντων, νέους (20-29 ετών) και ηλικιωμένους (70-97 ετών) εντόπισε αρνητική συσχέτιση μεταξύ των μεταβλητών ενισχύοντας την άποψη ότι από την στιγμή που κάποιος πιστεύει στην συνέχεια της ύπαρξης μετά τον θάνατο δεν έχει κανέναν λόγο να φοβάται τον θάνατο (Cicirelli, 2001). Όμοια αποτελέσματα εντόπισαν ο Harding και οι συνεργάτες του (2005) σε μια έρευνα που πραγματοποίησαν σε 262 ενήλικες με μέση ηλικία τα 51 έτη. Πιο συγκεκριμένα, εντοπίστηκε αρνητική συσχέτιση ανάμεσα στην αποδοχή του θανάτου και στο υπαρξιακό άγχος, αρνητική συσχέτιση ανάμεσα στην πίστη σε κάποια μορφή συνέχειας μετά τον θάνατο και στο υπαρξιακό άγχος και θετική συσχέτιση ανάμεσα στις πεποιθήσεις για τη μετά θάνατον ζωή και στην αποδοχή του θανάτου (Harding και συν., 2005).

Πέρα από τις έρευνες οι οποίες εντόπισαν θετική ή αρνητική συσχέτιση υπάρχουν έρευνες οι οποίες κατέληξαν σε καμπυλόγραμμη συσχέτιση των δυο μεταβλητών. Κοινό εύρημα αυτών

των ερευνών, το οποίο είναι συνεπές και με την βασική ιδέα της Θεωρίας Διαχείρισης Τρόμου (Terror Management Theory-TMT, Vail και συν., 2009), είναι πως τόσο οι συμμετέχοντες με χαμηλά επίπεδα θρησκευτικότητας ή πίστης σε μεταθανάτιες πεποιθήσεις όσο και οι συμμετέχοντες με υψηλά επίπεδα δηλώνουν λιγότερο υπαρξιακό άγχος συγκριτικά με τους συμμετέχοντες με μέτρια επίπεδα θρησκευτικότητας. Ο Nelson (1974) ίσως αποτελεί τον πρώτο που απέδειξε ξεκάθαρα την ύπαρξη καμπυλόγραμμης σχέσης με νεότερες έρευνες να επιβεβαιώνουν τα ευρήματα του. Πιο συγκεκριμένα, οι Wink και Scott (2005) διεξήγαγαν έρευνα της οποίας τα αποτελέσματα έδειξαν μια σημαντική καμπυλόγραμμη σχέση επιβεβαιώνοντας την υπόθεση ότι τα μετρίως θρησκευόμενα άτομα βιώνουν εντονότερα φόβο για τον θάνατο συγκριτικά με τα άτομα για τα οποία η θρησκεία διαδραματίζει είτε κεντρικό είτε περιορισμένο ρόλο στη ζωή τους (Wink & Scott, 2005).

Τέλος, ορισμένες έρευνες δεν κατάφεραν να εντοπίσουν κάποια συσχέτιση ανάμεσα στις δυο μεταβλητές. Για παράδειγμα, οι Rose και O' Sullivan (2002) διερευνώντας συγκεκριμένους τύπους πεποιθήσεων για την μεταθανάτια ζωή δεν κατάφεραν να βρουν συσχέτιση ανάμεσα στο υπαρξιακό άγχος και σε οποιαδήποτε μορφή ύπαρξης μετά τον θάνατο (Rose & O' Sullivan, 2002). Όμοια αποτελέσματα βρήκαν οι Robah και Van Bruggen (2017) οι οποίοι δεν εντόπισαν σημαντική σχέση ανάμεσα στο υπαρξιακό άγχος και στην θρησκευτικότητα ή την πίστη σε κάποια μορφή συνέχειας μετά τον θάνατο (Robah & Van Bruggen, 2017). Αντίστοιχα, οι Bassett και Bussard (2018) πραγματοποίησαν έρευνα σε 328 φοιτητές διαφορετικού θρησκευτικού προσανατολισμού και πολιτισμικού υπόβαθρου στην οποία δεν εντόπισαν σημαντική διαφορά ανάμεσα στην πίστη στο Θεό και στο υπαρξιακό άγχος αλλά ούτε και μεταξύ της πίστης σε κάποια μορφή μεταθανάτιας ύπαρξης και του υπαρξιακού άγχους (Bassett & Bussard, 2018).

Καταληκτικά, όσον αφορά την μεταβολή του υπαρξιακού άγχους κατά την διάρκεια της ενήλικης ζωής τα περισσότερα ευρήματα συμφωνούν ότι το υπαρξιακό άγχος μειώνεται με την πάροδο της ηλικίας. Ο Chopik σε έρευνα που πραγματοποίησε σε 2.363 ενήλικες (18-88 ετών) κατέληξε στο συμπέρασμα ότι το υπαρξιακό άγχος είναι αντιστρόφως ανάλογο με την ηλικία καθώς μειώνεται προοδευτικά με την αύξηση της ηλικίας επιβεβαιώνοντας προγενέστερα ευρήματα των Thorson και Powell (Chopik, 2016·Tomer, 2018). Αυτό δεν σημαίνει ότι κατά την τρίτη ηλικία τα άτομα δεν εμφανίζουν υπαρξιακό άγχος αλλά ότι σαν ηλικιακή ομάδα εμφανίζουν λιγότερο άγχος από τα άτομα που ανήκουν στην μέση ηλικία (Tomer, 2018).

Συνεχιζόμενοι δεσμοί

Μια άλλη ενδιαφέρουσα ερμηνεία των πεποιθήσεων για κάποια μορφή ύπαρξης μετά τον θάνατο αναπτύχθηκε από τον Hodge (Hodge, 2011) και εστιάζει στον αλλοκεντρικό προσανατολισμό αυτών των πεποιθήσεων. Σημαντική παράμετρος της συγκεκριμένης προσέγγισης αποτελεί η έννοια του πένθους. Σύμφωνα με τον Freud (1917) το πένθος αποτελεί μία πολύπλοκη εσωτερική ψυχολογική αντίδραση η οποία περιλαμβάνει συναισθήματα λύπης και θλίψης και ακολουθεί μια οριστική και μη αναστρέψιμη απώλεια. Πρόκειται για μια φυσιολογική διεργασία, η οποία επιτρέπει στο άτομο να αποδεχτεί και να προσαρμοστεί στην νέα πραγματικότητα (Freud, 1917). Το 1969 η ψυχολόγος Elizabeth Kübler-Ross στο βιβλίο της *«On Death and Dying»* μίλησε για πρώτη φορά για τα 5 στάδια του πένθους από τα οποία διέρχεται κάθε άτομο ερχόμενο σε επαφή με την απώλεια και τον θάνατο. Τα στάδια αυτά περιλαμβάνουν την άρνηση, τον θυμό, την διαπραγμάτευση, την κατάθλιψη και τέλος την αποδοχή (Kübler Ross, 1969). Ακόμη, κεφαλαιώδης σημασία στην ερμηνεία του Hodge (Hodge, 2011) κατέχει η έννοια του δεσμού και συγκεκριμένα η έννοια του συνεχιζόμενου δεσμού με τον αποθανόντα. Σύμφωνα με τους Stroebe & Schut (2005) με τον όρο συνεχιζόμενοι δεσμοί περιγράφεται *«η παρουσία μιας συνεχιζόμενης εσωτερικής σχέσης με τον αποθανόντα από το άτομο που πενθεί»* (Stroebe & Schut, 2005). Η ιδέα διατήρησης δεσμών με τα άτομα που έχουν φύγει από την ζωή οδήγησε τον Hodge (2011) στην άποψη πως οι πεποιθήσεις της μεταθανάτιας ζωής είναι κοινωνικής φύσης και αλλοκεντρικού χαρακτήρα. Με λίγα λόγια, οι πεποιθήσεις στη μετά θάνατον ζωή δεν είναι προσωπικές προσπάθειες για την επίτευξη της αθανασίας, αλλά περισσότερο μια διαδικασία κατά την οποία κάποιος φαντάζεται ότι τα αγαπημένα του πρόσωπα που έχουν πεθάνει συνεχίζουν να υπάρχουν (Hodge, 2011). Την άποψη ότι οι πεποιθήσεις για κάποια μορφή ύπαρξης μετά τον θάνατο αντανακλούν την ανάγκη διατήρησης συναισθηματικού δεσμού με τον νεκρό υποστηρίζει και ο Harris (2018) ο οποίος επεσήμανε ότι πολλά παιδιά δεν αντιλαμβάνονται τον θάνατο ως τερματισμό των βιολογικών λειτουργιών αλλά περισσότερο ως διαχωρισμό από τον αποθανόντα όπου ο τελευταίος αναχωρεί για κάποιο άλλο μέρος όπου διατηρεί κάποιες λειτουργίες του. Μάλιστα πολλές θρησκείες και πολιτισμοί διατηρούν την συνέχεια των κοινωνικών και συναισθηματικών δεσμών με τους αποθανόντες μέσα από συγκεκριμένες τελετουργίες και συνήθειες (Harris, 2018).

Σύμφωνα με τον Bowlby, όπως εμφανίζεται στους Perwin και John (2001), το είδος και η ποιότητα της σχέσης του βρέφους με τον φροντιστή του κατά την παιδική του ηλικία επιδρά

σημαντικά όχι μόνο στην ψυχο-συναισθηματική του ανάπτυξη αλλά ασκεί καταλυτικό ρόλο στην διαμόρφωση των ενηλίκων κοινωνικών και προσωπικών σχέσεων στο μέλλον (Pervin & John, 2001). Η Ainsworth και οι συνεργάτες της συνεχίζοντας το έργο του Bowlby διέκριναν 3 βασικούς τύπους δεσμού: ασφαλής, ανασφαλής δεσμός αμφιθυμίας και ανασφαλής αποφευκτικός δεσμός ο οποίος διακρίνεται επιμέρους σε απορριπτικό και φοβικό δεσμό (Ainsworth και συν., 1978). Αργότερα οι Main και Solomon (1990) πρόσθεσαν έναν ακόμα τύπο δεσμού, τον δεσμό αποδιοργάνωσης.

Τα βρέφη και τα παιδιά με ασφαλή τύπο δεσμού επιδιώκουν να βρίσκονται κοντά στην μητέρα, αντιδρούν στον αποχωρισμό αλλά όταν αυτή επιστρέφει συνέρχονται γρήγορα και επιστρέφουν στην εξερεύνηση και το παιχνίδι με προθυμία. Χαιρετούν την μητέρα με χαρά και στοργή ενώ επιδιώκουν την βλεμματική επαφή μαζί της (Ainsworth και συν., 1978· Obegi & Berant, 2010). Όσον αφορά τους ενήλικες με ασφαλή τύπο δεσμού αισθάνονται άνετα στην έκφραση συναισθημάτων, δεν φοβούνται να μείνουν μόνοι τους, δεν εξαρτώνται από την ανταπόκριση ή την έγκριση των συντρόφων τους και τείνουν να έχουν θετική άποψη για τον εαυτό τους και τους άλλους. Οι σχέσεις τους βασίζονται στην ειλικρίνεια, την ανεκτικότητα, την αλληλοϋποστήριξη και τη συναισθηματική εγγύτητα (Mikulincer & Shaver, 2007).

Ο ανασφαλής δεσμός αμφιθυμίας προκύπτει όταν η μητέρα δεν εμφανίζει συνέπεια στην συμπεριφορά της απέναντι στο παιδί. Τα βρέφη και τα παιδιά με αυτό τον τύπο δεσμού κλαίνε και διαμαρτύρονται κατά τον αποχωρισμό, δεν ηρεμούν εύκολα με την επιστροφή της μητέρας και εφόσον δυσκολεύονται να εμπιστευτούν την μητέρα αρνούνται να την αποχωριστούν ώστε να επιστρέψουν στην εξερεύνηση (Ainsworth και συν., 1978· Obegi & Berant, 2010). Αντίστοιχα οι ενήλικες με αυτό το είδος δεσμού αναζητούν συνήθως έγκριση και ανταπόκριση από τον σύντροφο τους ενώ η απουσία υποστήριξης και οικειότητας μπορεί να οδηγήσει σε συναισθήματα και συμπεριφορές προσκόλλησης. Υπάρχει έντονος φόβος εγκατάλειψης και συχνά ανησυχούν ότι το άλλο πρόσωπο δεν έχει επενδύσει τόσο στη σχέση όσο αυτοί. Η διακοπή της σχέσης προκαλεί υψηλά επίπεδα άγχους. Τα άτομα με αυτό το είδος δεσμού έχουν συνήθως αρνητική εικόνα για τον εαυτό τους και θετική για τους άλλους (Mikulincer & Shaver, 2007).

Τα βρέφη με αποφευκτικό τύπο δεσμού δεν αντιδρούν έντονα όταν αποχωρεί η μητέρα ενώ όταν επιστρέφει αποφεύγουν την αλληλεπίδραση μαζί της και δείχνουν ανεξάρτητα. Αυτό έρχεται ως αποτέλεσμα, όταν η μητέρα δεν είναι διαθέσιμη για το παιδί, δεν ανταποκρίνεται

στις ανάγκες του ή ανταποκρίνεται με αδιάφορο ή εχθρικό τρόπο (Ainsworth και συν., 1978· Obegi & Berant, 2010). Όμοια, οι ενήλικες δίνουν την εντύπωση πως έχουν υψηλή αυτοεκτίμηση ενώ αντιλαμβάνονται τον εαυτό τους ως ισχυρό, ανεξάρτητο και αυτάρκη, κυρίως σε συναισθηματικό επίπεδο. Δεν θέλουν να εξαρτώνται από άλλους ή να αναζητούν υποστήριξη και έγκριση σε κοινωνικούς δεσμούς. Συχνά, τείνουν να κρύβουν ή να καταπιέζουν τα συναισθήματά τους ενώ πιστεύουν πως δεν χρειάζεται να είναι σε σχέση ώστε να αισθάνονται ολοκληρωμένοι. Αυτό οφείλεται στην πεποίθηση ότι κανένας δεν θα είναι εκεί για αυτούς με αποτέλεσμα αμυντικά να υιοθετούν ένα φαινομενικό, μη υγιές αίσθημα ανεξαρτησίας (Mikulincer & Shaver, 2007).

Τέλος, τα παιδιά με αποδιοργανωμένο τύπο δεσμού εμφανίζουν ασυνήθιστη συμπεριφορά και αντιφατικές διακυμάνσεις μεταξύ άγχους και αποφυγής (Main & Solomon, 1990· Obegi & Berant, 2010). Από την άλλη, οι ενήλικες τείνουν να εμφανίζουν ασταθείς και διαφορούμενες συμπεριφορές στους κοινωνικούς του δεσμούς. Ο σύντροφος και η ίδια η σχέση είναι συχνά η πηγή τόσο της επιθυμίας όσο και του φόβου γεγονός που τους οδηγεί να επιζητούν την οικειότητα και εγγύτητα, αλλά ταυτόχρονα να έρχονται αντιμέτωποι με προβλήματα εμπιστοσύνης και εξάρτησης από τους άλλους. Δεν ρυθμίζουν καλά τα συναισθήματά τους και αποφεύγουν την έντονη συναισθηματική προσκόλληση, λόγω του φόβου τους να μην πληγωθούν (Mikulincer & Shaver, 2007).

Σύμφωνα με τον Bowlby, ο ρόλος του δεσμού ως εσωτερική πηγή δύναμης κατά τη διάρκεια αντιμετώπισης στρεσογόνων γεγονότων, όπως αυτή του θανάτου ενός αγαπημένου προσώπου, είναι ιδιαίτερα σημαντικός καθώς οδηγεί τους ανθρώπους να διατηρήσουν την εγγύτητα με σημαντικούς άλλους που μπορούν να παρέχουν υποστήριξη και να αποτελέσουν μια ασφαλή βάση (Bowlby, 1988). Πάνω σε αυτή την άποψη ο Klass και οι συνεργάτες (1996) του προσέφεραν μια εναλλακτική προσέγγιση υποστηρίζοντας ότι μετά από ένα θάνατο οι δεσμοί με τον αποθανόντα δεν χρειάζεται απαραίτητα να διακοπούν ακαριαία και πως ο θάνατος τερματίζει μια ζωή, όχι απαραίτητα μια σχέση (Hall, 2014· Klass και συν., 1996). Σύμφωνα με τους Field και Filanosky (2010) οι συνεχιζόμενοι δεσμοί με τον αποθανόντα διακρίνονται σε εσωτερικευμένους που αφορούν την ψυχολογική εγγύτητα με τον αποθανόντα ως ασφαλή βάση και σε εξωτερικευμένους οι οποίοι σχετίζονται με κάποια μορφή φυσικής εγγύτητας με τον αποθανόντα (Field & Filanosky, 2010). Και στις δύο περιπτώσεις οι συνεχιζόμενοι δεσμοί αφορούν την πίστη σε κάποια μορφή συνέχειας της ύπαρξης μετά τον θάνατο εφόσον το άτομο

που έχει πεθάνει αν και δεν είναι «ζωντανό» με την φυσική έννοια συνεχίζει να διαθέτει ορισμένες ψυχολογικές ή βιολογικές λειτουργίες (Root & Exline, 2013).

Η σχέση μεταξύ του δεσμού και της πίστης σε κάποια μορφή ζωής μετά θάνατον έχει εξεταστεί μέσω των συνεχιζόμενων δεσμών. Οι Stroebe, Schut και Boerner (2010) ισχυρίζονται ότι οι ενήλικες με ασφαλή δεσμό προσκόλλησης είναι σε θέση να διαμορφώσουν συμβολικό συνεχιζόμενο δεσμό (π.χ. συναισθηματική εγγύτητα και παρηγοριά από την ανάμνηση του αποθανόντα) με τον αποθανόντα γεγονός που τους επιτρέπει να προσαρμοστούν ευκολότερα στην διαδικασία του πένθους και στην αποδοχή της απώλειας. Αντίθετα, οι ενήλικες με μη ασφαλή δεσμό τείνουν να υιοθετούν μια πιο κυριολεκτική μορφή συνεχιζόμενου δεσμού (π.χ. καθημερινή συνομιλία με τον νεκρό) που οδηγεί σε λιγότερο προσαρμοστικό και μακροχρόνιο πένθος. Ακόμη, υποστηρίζουν πως το είδος του μη ασφαλούς-δεσμού διαδραματίζει καθοριστικό ρόλο στο αν και πώς οι ενήλικες επιλέγουν να υιοθετήσουν κάποια μορφή συνεχιζόμενου δεσμού. Πιο συγκεκριμένα, οι ενήλικες με αποφευκτικό δεσμό τείνουν να αρνούνται αμυντικά κάθε ανάγκη για συνεχιζόμενο δεσμό, προτιμώντας αντ' αυτού να καταστείλουν τη θλίψη τους. Αντίθετα, οι ενήλικες με δεσμό αμφιθυμίας είναι πιο πιθανό να προσκολλώνται στα αγαπημένα τους πρόσωπα που έχουν πεθάνει σαν να ήταν ακόμα ζωντανά επιδιώκοντας συχνά μια κυριολεκτική μορφή δεσμού και επικοινωνίας. Τέλος, οι ενήλικες με αποδιοργανωμένο στυλ δεσμού τείνουν να ταλαντεύονται μεταξύ της προσπάθειας να διατηρήσουν δεσμούς με τους αποθανόντες και να «προχωρήσουν» στη ζωή τους (Stroebe και συν., 2010).

Σχέση του Δεσμού με το Υπαρξιακό Άγχος και τον Φόβο του Θανάτου

Όσον αφορά την διερεύνηση της σχέσης του δεσμού με το υπαρξιακό άγχος και τον φόβο του θανάτου τα δεδομένα είναι εξαιρετικά περιορισμένα καθώς ελάχιστες έρευνες έχουν προσανατολιστεί σε αυτήν την κατεύθυνση. Συγκεκριμένα, οι Mikulincer και Florian (2000) πραγματοποίησαν έρευνα κατά την οποία μελέτησαν τη σχέση μεταξύ του είδους δεσμού και του φόβου για τον θάνατο η οποία έδειξε πως οι ενήλικες με μη ασφαλή δεσμό δήλωναν περισσότερο φόβο για τον θάνατο σε σύγκριση με τους συμμετέχοντες με ασφαλή δεσμό (Mikulincer & Florian, 2000). Πιο συγκεκριμένα, οι ενήλικες με αμφιθυμικό δεσμό εμφάνιζαν ισχυρότερο φόβο για το θάνατο από αυτούς με ασφαλή δεσμό αν και δήλωναν λιγότερο φόβο για τον αντίκτυπο του δικού τους θανάτου σε αγαπημένα πρόσωπα σε σχέση με τα ασφαλή άτομα. Επιπλέον, οι ενήλικες με αποφευκτικό δεσμό δεν εμφάνισαν ισχυρότερο φόβο για το

θάνατο από ότι οι ενήλικες με ασφαλή δεσμό, αλλά εμφάνισαν ισχυρότερο φόβο για την άγνωστη και αβέβαιη φύση του προσωπικού τους θανάτου (Mikulincer και συν., 1990· Mikulincer & Florian, 2000)

Η παρούσα έρευνα

Η παρούσα έρευνα έχει στόχο να διερευνήσει τις πεποιθήσεις για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο κατά την διάρκεια της ενήλικης ζωής και συγκεκριμένα στις ηλικιακές ομάδες των 25, 45 και 65 ετών εστιάζοντας στις πιθανές μεταβολές που μπορεί να παρατηρηθούν κατά την διάρκεια της ενήλικης ζωής.

Ακόμη, η μελέτη επιχειρεί να εξετάσει τον προσανατολισμό των υπερφυσικών πεποιθήσεων του θανάτου. Ξεκινώντας από την άποψη του Vail και των συνεργατών του (2009) ότι οι πεποιθήσεις για μετά θάνατον ύπαρξη έχουν εγωκεντρικό χαρακτήρα καθώς λειτουργούν κατευναστικά στον συντριπτικό φόβο του αναπόφευκτου θανάτου, η παρούσα εργασία διερευνά τις πεποιθήσεις για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο συνδυαστικά με τα επίπεδα υπαρξιακού άγχους. Από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας προκύπτει ότι μέχρι τώρα οι μελέτες που ερευνούν αυτή τη σχέση εμφανίζουν ασυνεπή αποτελέσματα μεταξύ τους καθώς ορισμένες έρευνες έχουν εντοπίσει θετική συσχέτιση, άλλες αρνητική, κάποιες καμπυλόγραμμη και τέλος ορισμένες δεν κατάφεραν να βρουν καμία συσχέτιση μεταξύ των δυο μεταβλητών. Από την άλλη, λαμβάνοντας υπόψιν και τον ισχυρισμό του Hodge (2011, 2016) ότι οι πεποιθήσεις οφείλονται σε αλλοκεντρικούς παράγοντες, δηλαδή στην δυσκολία διακοπής των συναισθηματικών δεσμών με τους αποθανόντες, η εργασία εξετάζει τις πεποιθήσεις σε συνδυασμό με το είδος του δεσμού στις ενήλικες σχέσεις. Η παραπάνω άποψη υποστηρίζεται θεωρητικά από τους Hodge και Harris, οι οποίοι αναφέρουν πιθανή σύνδεση των πεποιθήσεων με τους δεσμούς (Harris, 2018· Hodge, 2011, 2016).

Συγκεκριμένα η παρούσα μελέτη επιχειρεί να διερευνήσει :

1. Το περιεχόμενο των πεποιθήσεων για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο στον ενήλικο πληθυσμό και την πιθανή μεταβολή ανάλογα με την ηλικία.
2. Την σχέση των ερμηνευτικών μοντέλων του θανάτου με δημογραφικά στοιχεία όπως το φύλο , η ηλικία και η εκπαίδευση.
3. Τον προσανατολισμό των πεποιθήσεων. Οι πεποιθήσεις που υιοθετούνται οφείλονται σε αλλοκεντρικούς ή εγωκεντρικούς παράγοντες;

Υποθέτουμε πως το περιεχόμενο των πεποιθήσεων ποικίλλει και πως η ηλικία όχι μόνο σχετίζεται με την υιοθέτηση ερμηνευτικού μοντέλου για τον θάνατο αλλά παράλληλα διαδραματίζει καθοριστικό ρόλο και στην επιλογή συγκεκριμένου τύπου πεποιθήσεων. Ακόμη, υποθέτουμε πως το φύλο σχετίζεται με την υιοθέτηση των ερμηνευτικών μοντέλων θανάτου ενώ για το εκπαιδευτικό επίπεδο καθώς τα ερευνητικά δεδομένα είναι περιορισμένα δεν μπορεί να πραγματοποιηθεί κάποια εκτίμηση. Τέλος, αναφορικά με τον προσανατολισμό των πεποιθήσεων τα μέχρι τώρα ευρήματα δεν μας επιτρέπουν να βγάλουμε συμπεράσματα επομένως απαντήσεις για το συγκεκριμένο ερευνητικό ερώτημα αναμένεται να δοθούν στην πορεία της έρευνας.

Μέθοδος

Συμμετέχοντες

Η μέθοδος δειγματοληψίας που χρησιμοποιήθηκε στην παρούσα μελέτη είναι στρωματοποιημένη δειγματοληψία με κριτήριο την ηλικιακή ομάδα στην οποία εντάσσονται οι συμμετέχοντες. Στην παρούσα έρευνα συμμετείχαν 150 ενήλικες (73 άνδρες και 77 γυναίκες). Οι ηλικιακές ομάδες ήταν τρεις και διακρίνονταν στην ηλικιακή ομάδα των 25χρονων(18-35 ετών, N = 50, M.O. = 27,28 έτη, T.A. = 4,66 έτη, 23 άνδρες και 27 γυναίκες), στην ηλικιακή ομάδα των 45χρονων(36-55 ετών, N = 50, M.O. = 46,82 έτη, T.A. = 5,49 έτη, 23 άνδρες και 27 γυναίκες) και στην ηλικιακή ομάδα των 65χρονων οι οποία αφορούσε όλους τους ενήλικες άνω των 56 ετών (N = 50, M.O. = 63,2 έτη, T.A. = 8,31 έτη, 27 άνδρες και 23 γυναίκες). Σε ό,τι αφορά στο εκπαιδευτικό επίπεδο των συμμετεχόντων το 44,7% (67 άτομα) των συμμετεχόντων είναι απόφοιτοι Πανεπιστημίου, το 31,3% (47 άτομα) του δείγματος είναι απόφοιτοι Λυκείου, το 22% (33 άτομα) διαθέτουν Μεταπτυχιακό δίπλωμα εξειδίκευσης ενώ ακολουθούν με 1,3% (2 άτομα) οι απόφοιτοι Γυμνασίου και με 0,7% (1 άτομο) οι απόφοιτοι Δημοτικού.

Ερευνητικά Εργαλεία

Πεποιθήσεις για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο

Για την διερεύνηση των πεποιθήσεων για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο διαμορφώθηκε ένα νέο ερωτηματολόγιο με τέσσερις σύντομες παραγράφους που περιέγραφαν με διαφορετικό τρόπο τι συμβαίνει κατά τον βιολογικό θάνατο και μετά από αυτόν με τους συμμετέχοντες να καλούνται να απαντήσουν αρχικά παράλληλα, δηλώνοντας τον βαθμό κατά τον οποίο η κάθε περιγραφή εκφράζει τον συμμετέχοντα και έπειτα αποκλειστικά, επιλέγοντας την περιγραφή η οποία τους αντιπροσωπεύει. Οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να δηλώσουν τον βαθμό στον οποίο η κάθε περιγραφή τους εκφράζει με την χρήση πεντάβαθμης κλίμακας Likert (1 = «δεν μου ταιριάζει καθόλου», 5 = «μου ταιριάζει πάρα πολύ») (βλ. Παράρτημα).

Οι περιγραφές αυτές αντλήθηκαν από την έρευνα των Georgiadou και Pnevmatikos (2019) η οποία υπέδειξε τέσσερις διαφορετικούς τύπους πεποιθήσεων. Βασισμένες σε αυτές τις κατηγορίες διαμορφώθηκαν και οι περιγραφές του ερωτηματολογίου όπου η πρώτη αφορά την

βιολογική ερμηνεία του θανάτου σύμφωνα με την οποία ο θάνατος ισούται με το τέλος της ζωής και της ύπαρξης, η δεύτερη αφορά την κοσμική ερμηνεία, την πεποίθηση δηλαδή ότι ενώ η ζωή παύει μετά τον θάνατο κάποια μορφή ύπαρξης συνεχίζει να υπάρχει, η τρίτη αφορά σε μια υπερφυσική ερμηνεία του θανάτου σύμφωνα με την οποία μετά τον θάνατο οι βιολογικές λειτουργίες του ατόμου σταματούν ενώ ορισμένες γνωστικές και ψυχολογικές λειτουργίες συνεχίζουν να υπάρχουν και τέλος η τέταρτη αναφέρεται στην θρησκευτική πεποίθηση ότι μετά τον θάνατο η ψυχή μεταβαίνει στον Θεό μέχρι την Δευτέρα Παρουσία (Georgiadiou & Pnevmatikos, 2019).

Υπαρξιακό Άγχος

Από τις διαστάσεις του υπαρξιακού άγχους, η παρούσα έρευνα εστιάζει στον φόβο του θανάτου. Για τις ανάγκες της έρευνας χρησιμοποιήθηκε η Αναθεωρημένη Κλίμακα Collett-Lester (The Revised Collett-Lester Scale, Lester, 1990). Η κλίμακα αποτελείται από 32 προτάσεις που εστιάζουν στα συναισθήματα απέναντι στον θάνατο και αξιολογούν τέσσερις διαστάσεις του υπαρξιακού άγχους: 1. το άγχος σχετικά με τον προσωπικό θάνατο, για παράδειγμα *«Πόσο αναστατωμένος ή αγχωμένος αισθάνεσαι όταν σκέφτεσαι την απόλυτη μοναξιά του θανάτου»*, 2. το άγχος σχετικά με την προσωπική πορεία προς τον θάνατο, π.χ. *«Πόσο αναστατωμένος ή αγχωμένος αισθάνεσαι όταν σκέφτεσαι την φθορά του σώματος όσο πλησιάζει το τέλος της ζωής»*, 3. το άγχος σχετικά με τον θάνατο των άλλων, π.χ. *«Πόσο αναστατωμένος ή αγχωμένος αισθάνεσαι όταν σκέφτεσαι την απώλεια ενός κοντινού σου προσώπου»*, 4. το άγχος σχετικά με την πορεία των άλλων προς τον θάνατο *«Πόσο αναστατωμένος ή αγχωμένος αισθάνεσαι όταν σκέφτεσαι το να βρίσκεσαι με κάποιον που είναι έτοιμος να φύγει από την ζωή»*. Η κάθε υποκλίμακα αποτελείται από 8 ερωτήσεις. Οι συμμετέχοντες καλούνται να δηλώσουν με την χρήση 5βαθμης κλίμακας Likert (1 = καθόλου, 5 = πολύ) τον βαθμό κατά τον οποίο αισθάνονται ότι κάθε μία από τις προτάσεις τους εκφράζει (βλ. Παράρτημα).

Σύμφωνα με τον κατασκευαστή της αναθεωρημένης κλίμακας Collett-Lester ο δείκτης αξιοπιστίας Cronbach's alpha βρίσκεται στο 0,91 για την υποκλίμακα σχετικά με το άγχος για τον προσωπικό θάνατο, στο 0,89 για την υποκλίμακα σχετικά με την πορεία προς τον προσωπικό θάνατο, στο 0,72 για την υποκλίμακα που αφορά τον θάνατο των άλλων και τέλος στο 0,87 για την υποκλίμακα που αφορά την πορεία των άλλων προς τον θάνατο (Lester, 1990). Στην παρούσα έρευνα, ο δείκτης Cronbach α βρέθηκε στο 0,92 για την κλίμακα και

0,85 για την υποκλίμακα σχετικά με το άγχος για τον προσωπικό θάνατο , στο 0,84 για την υποκλίμακα σχετικά με την πορεία προς τον προσωπικό θάνατο, στο 0,77 για την υποκλίμακα που αφορά τον θάνατο των άλλων και τέλος στο 0,86 για την υποκλίμακα που αφορά την πορεία των άλλων προς τον θάνατο.

Διερεύνηση των ενήλικων δεσμών

Για την διερεύνηση των δεσμών στις ενήλικες ερωτικές σχέσεις χρησιμοποιήθηκε το Ερωτηματολόγιο Σχέσεων (Relationships Questionnaire - Bartholomew & Horowitz, 1991) το οποίο περιλαμβάνει τέσσερις γενικές αυτοπεριγραφές τύπων δεσμού (ασφαλής, αγχώδης, απορριπτικός, φοβικός) στις οποίες οι συμμετέχοντες καλούνται να απαντήσουν με δυο τρόπους : 1) παράλληλα, δηλώνοντας τον βαθμό κατά τον οποίο η κάθε μία από τις περιγραφές εκφράζει τον συμμετέχοντα, 2) αποκλειστικά, σημειώνοντας την περιγραφή η οποία τους εκφράζει περισσότερο. Οι απαντήσεις στις αυτοπεριγραφές δίνονται με την χρήση πεντάβαθμης κλίμακας Likert (1 = «δεν μου ταιριάζει καθόλου» ,5 = «μου ταιριάζει πάρα πολύ») (βλ. Παράρτημα).

Η προσαρμογή του ερωτηματολογίου στα Ελληνικά πραγματοποιήθηκε από τον Καφέτσιο (2005) και βασίστηκε σε μία μελέτη με 232 συμμετέχοντες, ηλικίας 18-67 ετών, από αστικές και ημιαστικές περιοχές της Βορείου Ελλάδος, εκ των οποίων το 77% είχε μόνιμη εργασία και υψηλό εκπαιδευτικό επίπεδο (Σταλίκας, Τριλίβα & Ρούσση, 2012). Η αξιοπιστία της κλίμακας εξετάστηκε με την μέθοδο του επανελέγχου (test – retest) σε περίοδο 1-8 εβδομάδων με την τιμή να κυμαίνεται στο 0,60 (Καφέτσιος, 2005).

Διαδικασία

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε με την συμπλήρωση των τριών ερωτηματολογίων που αναλύθηκαν παραπάνω καθώς και ενός ερωτηματολογίου δημογραφικών πληροφοριών. Η συνολική διάρκεια ενασχόλησης των συμμετεχόντων με την έρευνα ήταν 10-15 λεπτά. Τα ερωτηματολόγια δόθηκαν σε γραπτή μορφή σε όλους τους συμμετέχοντες και η συμπλήρωσή τους ήταν ανώνυμη και εθελοντική.

Αφού δόθηκε ενημερωτικό έγγραφο για τους σκοπούς και την διαδικασία της έρευνας και συμπληρώθηκαν τα δημογραφικά δεδομένα ζητήθηκε από τους συμμετέχοντες να συμπληρώσουν τα τρία ερωτηματολόγια της έρευνας με τυχαία σειρά. Η συλλογή του

δείγματος διήρκησε περίπου ένα δίμηνο (Ιανουάριος - Φεβρουάριος 2023). Η έρευνα έγινε σύμφωνα με τους κανόνες ηθικής και δεοντολογίας της έρευνας και έλαβε έγκριση από την επιτροπή Δεοντολογίας και Ηθικής της Έρευνας του Πανεπιστημίου Δυτικής Μακεδονίας (αριθμ. πρωτοκόλλου:153/2023).

Στατιστική ανάλυση

Η στατιστική ανάλυση των δεδομένων έγινε με τη χρήση του στατιστικού πακέτου IBM SPSS v.27. Για την περιγραφή των πεποιθήσεων αλλά και των τύπων δεσμού ενηλίκων δημιουργήθηκαν πίνακες συχνοτήτων, ενώ για τις κλίμακες τύπου Likert που αφορούσαν την αξιολόγηση του υπαρξιακού άγχους η παρουσίαση γίνεται με τον υπολογισμό μέσου όρου και τυπικής απόκλισης.

Για την διερεύνηση της πιθανής σχέσης μεταξύ των πεποιθήσεων με τα δημογραφικά στοιχεία των συμμετεχόντων πραγματοποιήθηκε έλεγχος ανεξαρτησίας χ^2 . Για τον εντοπισμό πιθανής σχέσης μεταξύ του υπαρξιακού άγχους με την ηλικιακή ομάδα των συμμετεχόντων πραγματοποιήθηκε ανάλυση διακύμανσης OneWay Anova.

Τέλος, για την διερεύνηση της κατεύθυνσης των πεποιθήσεων, του υπαρξιακού άγχους, του τύπου δεσμού και των δημογραφικών πραγματοποιήθηκε έλεγχος συσχέτισης Pearson μεταξύ των πεποιθήσεων (χρήση της κλίμακας Likert του ερωτηματολογίου), του δεσμού (χρήση της κλίμακας Likert του ερωτηματολογίου) και του ερωτηματολογίου για το υπαρξιακό άγχος.

Αποτελέσματα

Περιγραφική Στατιστική

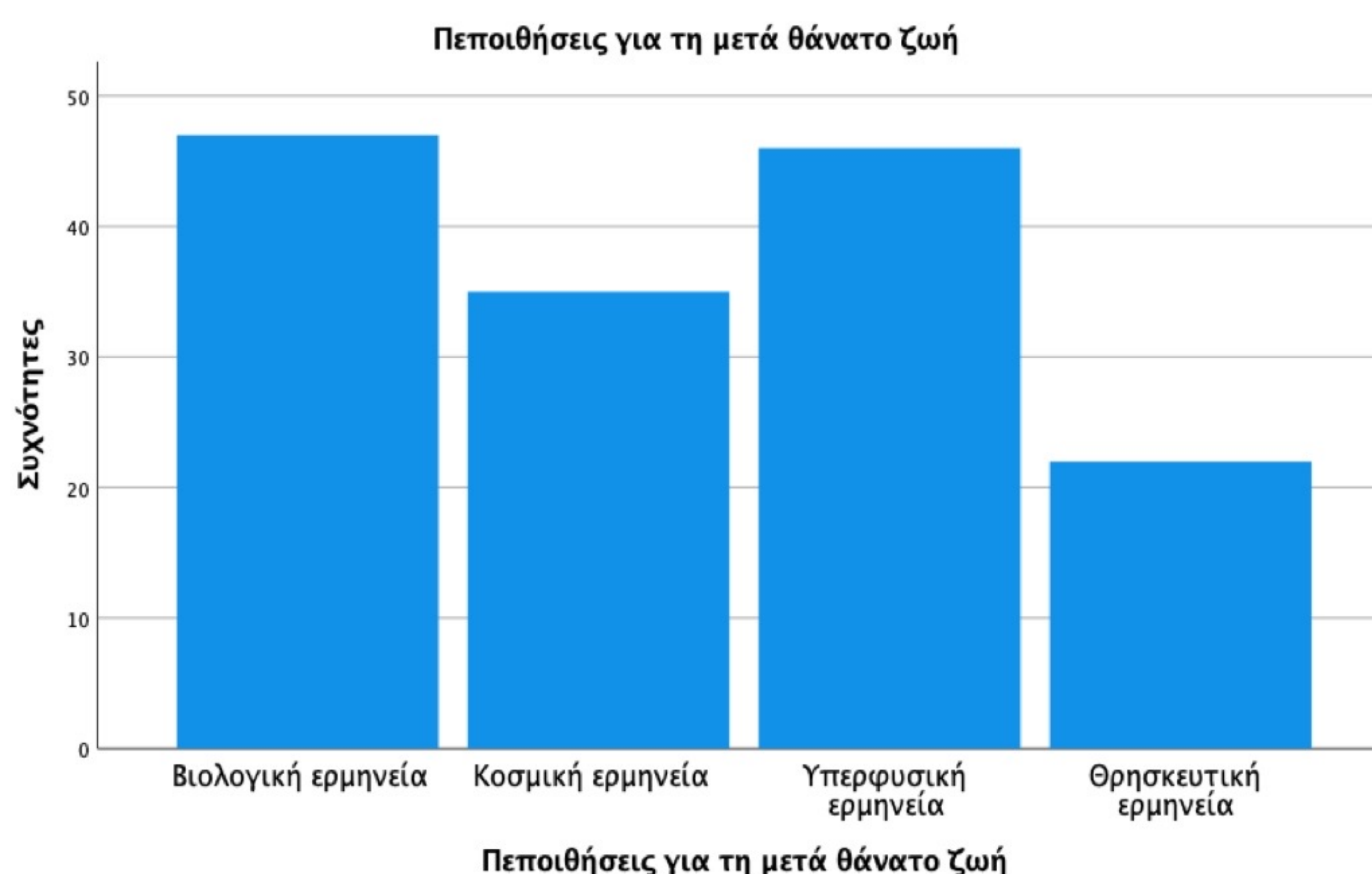
Πεποιθήσεις για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο: Κατανομή δείγματος

Στο γράφημα 1 παρουσιάζεται η κατανομή του δείγματος στις 4 κατηγορίες - τύπους πεποιθήσεων για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο. Το 31,3% των συμμετεχόντων (47 άτομα) θεωρούν ότι ο βιολογικός θάνατος αποτελεί το τέλος της ζωής και της ύπαρξης του ανθρώπου. Ακόμη, το 30,7% (46 άτομα) προσεγγίζουν την έννοια του θανάτου λαμβάνοντας υπόψη υπερφυσικά κριτήρια υποστηρίζοντας πως μετά τον θάνατο ενώ οι βιολογικές λειτουργίες του ατόμου παύουν, ορισμένες γνωστικές και ψυχολογικές λειτουργίες συνεχίζουν να υπάρχουν. Ένα αξιόλογο ποσοστό των συμμετεχόντων (23,3%, 35 άτομα) υποστηρίζει πως ενώ η ζωή παύει μετά τον θάνατο κάποια μορφή ύπαρξης συνεχίζει να υφίσταται. Τέλος υπάρχει και ένα 14,7% (22 άτομα) των συμμετεχόντων που προσεγγίζουν την έννοια του θανάτου και της μετά θάνατον ζωής με θρησκευτικά κριτήρια υποστηρίζοντας πως μετά τον θάνατο η ψυχή μεταβαίνει στον Θεό μέχρι την Δευτέρα Παρουσία.

Επιμέρους, όπως φαίνεται στον πίνακα 1 στην αξιολόγηση της βιολογικής ερμηνείας του θανάτου φαίνεται πως ο μέσος όρος των απαντήσεων βρίσκεται στο 2,89 με τυπική απόκλιση 1,64, στην αξιολόγηση της πεποίθησης ότι ο θάνατος είναι το τέλος της ζωής, όχι όμως της ανθρώπινης ύπαρξης, ο μέσος όρος βρίσκεται στο 3,16 με τυπική απόκλιση 1,43, στην αξιολόγηση της υπερφυσικής ερμηνείας ο μέσος όρος βρίσκεται στο 3,11 με τυπική απόκλιση 1,46 και τέλος στην αξιολόγηση της θρησκευτικής ερμηνείας του θανάτου ο μέσος όρος βρίσκεται στο 2,60 με τυπική απόκλιση 1,51.

Γράφημα 1

Κατανομή των πεποιθήσεων για την μετά θάνατον ζωή



Πίνακας 1

Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις των πεποιθήσεων για την ζωή μετά τον θάνατο

Πεποιθήσεις για την ζωή μετά τον θάνατο	Μέσος Όρος	Τυπική Απόκλιση
Βιολογική Ερμηνεία	2,89	1,64
Κοσμική Ερμηνεία	3,16	1,43
Υπερφυσική Ερμηνεία	3,11	1,46
Θρησκευτική Ερμηνεία	2,60	1,51

Υπαρξιακό άγχος: Κατανομή δείγματος

Για την αξιολόγηση του υπαρξιακού άγχους υπολογίστηκαν οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις των 4 υποκατηγοριών (το άγχος σχετικά με τον προσωπικό θάνατο, το άγχος σχετικά με την προσωπική πορεία προς τον θάνατο, το άγχος σχετικά με τον θάνατο των άλλων, το άγχος σχετικά με την πορεία των άλλων προς τον θάνατο). Όπως παρουσιάζεται στον παρακάτω πίνακα 2 για την υποκλίμακα του άγχους για τον προσωπικό θάνατο ο μέσος όρος εντοπίστηκε στο 21,54 και η τυπική απόκλιση στο 7,75, για την υποκλίμακα του άγχους για την πορεία προς τον προσωπικό θάνατο ο μέσος όρος βρέθηκε στο 28,32 και η τυπική απόκλιση στο 6,92, για την υποκλίμακα του άγχους για τον θάνατο των άλλων ο μέσος όρος βρέθηκε στο 27,51 και η τυπική απόκλιση στο 6,13 και τέλος για την υποκλίμακα του άγχους για την πορεία των άλλων προς τον θάνατο ο μέσος όρος εντοπίστηκε στο 30,97 και η τυπική απόκλιση στο 6,49.

Πίνακας 2

Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις του υπαρξιακού άγχους

Υπαρξιακό άγχος	Μέσος Όρος	Τυπική Απόκλιση
Προσωπική θνητότητα	21.54	7.75
Πορεία προς την προσωπική θνητότητα	28.32	6.92
Θνητότητα άλλων	27.51	6.13
Πορεία άλλων προς την θνητότητα	30.97	6.49

Τύποι δεσμών ενηλίκων: Κατανομή δείγματος

Στο πίνακα 3 φαίνεται η κατανομή του δείγματος στις 4 κατηγορίες - τύπους δεσμού ενηλίκων. Συγκεκριμένα, το 47,3% (71 άτομα) του δείγματος εντάσσονται στην κατηγορία του ασφαλή τύπου ενώ ακολουθεί ο φοβικός δεσμός με ποσοστό 28% (42 άτομα), ο απορριπτικός - αποφευκτικός δεσμός με ποσοστό 14% (21 άτομα) και τέλος ο αγχώδης ή αμφιθυμικός δεσμός με ποσοστό 10,7% (16 άτομα).

Επιμέρους όπως φαίνεται στον πίνακα 4 στις 4 αυτοπεριγραφές του δεσμού η μέση τιμή των μεταβλητών η οποία προέκυψε από τις απαντήσεις σε πεντάβαθμη κλίμακα Likert διαμορφώθηκε ως εξής: στην αξιολόγηση του ασφαλούς δεσμού ο μέσος όρος των απαντήσεων είναι 3,43 με τυπική απόκλιση 1,05, στην αξιολόγηση του αγχώδους δεσμού ο μέσος όρος είναι 2,49 με τυπική απόκλιση 1,12, στην αξιολόγηση του απορριπτικού δεσμού ο μέσος όρος είναι 2,69 με τυπική απόκλιση 1,21 και τέλος στην αξιολόγηση του φοβικού δεσμού ο μέσος όρος είναι 2,69 με τυπική απόκλιση 1,31.

Πίνακας 3

Συχνότητες των τύπων δεσμού στις ενήλικες ερωτικές σχέσεις

<i>Τύπος Δεσμού Ενηλίκων</i>	N-Συχνότητα	Συχνότητα%
Ασφαλής	71	47,3%
Αγχώδης	16	10,7%
Απορριπτικός	21	14,0%
Φοβικός	42	28,0%

Πίνακας 4

Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις του τύπου δεσμού των ενηλίκων

<i>Τύπος Δεσμού Ενηλίκων</i>	Μέσος Όρος	Τυπική Απόκλιση
Ασφαλής	3,43	1,05
Αγχώδης	2,49	1,12
Αμφιθυμικός	2,69	1,21
Φοβικός	2,69	1,31

Επαγωγική Στατιστική

Ηλικιακές διαφορές στην επιλογή ερμηνευτικού πλαισίου για την ζωή μετά τον θάνατο

Βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά ανάμεσα στην επιλογή ερμηνευτικού πλαισίου για τον θάνατο ανάμεσα στις τρεις ηλικιακές ομάδες που συμμετείχαν στην έρευνα, $\chi^2(6)= 14,508$, $p<0,05$. Συγκεκριμένα, φαίνεται ότι οι 25χρονοι (20 άτομα) και οι 45χρονοι (16 άτομα) επιλέγουν συχνότερα την υπερφυσική ερμηνεία του θανάτου σε σύγκριση με τους 65χρονους (10 άτομα) που επιλέγουν την βιολογική ερμηνεία του θανάτου (βλ. Πίνακα 5).

Πίνακας 5

Κατανομή συχνοτήτων πεποιθήσεων για την μετά θάνατον ζωή ως προς την ηλικία

Πεποιθήσεις για την ζωή μετά τον θάνατο	Ηλικιακή Ομάδα			Σύνολο
	25	45	65	
Βιολογική Ερμηνεία	12	12	23	47
Κοσμική Ερμηνεία	15	11	9	35
Υπερφυσική Ερμηνεία	20	16	10	46
Θρησκευτική Ερμηνεία	3	11	8	22
Σύνολο	50	50	50	150

Η σχέση του φύλου με τις πεποιθήσεις για την ζωή μετά τον θάνατο

Βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά ανάμεσα στις ερμηνευτικές προσεγγίσεις ερμηνείες του θανάτου και το φύλο, $\chi^2(3) 8,481$, $p= 0,037 < 0,05$. Ακόμη, στον πίνακα διασταύρωσης (Πίνακας 6) φαίνεται πως οι άντρες εκφράζονται σε μεγαλύτερα ποσοστά από την βιολογική αλλά και την θρησκευτική ερμηνεία του θανάτου ενώ οι γυναίκες από την κοσμική και την υπερφυσική ερμηνεία του θανάτου.

Πίνακας 6

Κατανομή συχνοτήτων πεποιθήσεων για την μετά θάνατον ζωή ως προς το φύλο

Πεποιθήσεις για την ζωή μετά τον θάνατο	Φύλο		Σύνολο
	γυναίκα	άντρας	
Βιολογική Ερμηνεία	22	25	47
Κοσμική Ερμηνεία	20	15	35
Υπερφυσική Ερμηνεία	29	17	46
Θρησκευτική Ερμηνεία	6	16	22
Σύνολο	77	73	150

Ανάλυση διακύμανσης OneWay Ανονα για την διερεύνηση πιθανής σχέσης του υπαρξιακού άγχους με την ηλικία

Υπολογίστηκαν οι μέσοι όροι και οι τυπικές αποκλίσεις των υποκατηγοριών του υπαρξιακού άγχους ανά ηλικιακή ομάδα. Όπως παρουσιάζεται στον παρακάτω πίνακα 7 οι συμμετέχοντες όλων των ηλικιακών ομάδων εκφράζουν λιγότερο άγχος σχετικά με τον προσωπικό τους θάνατο από ότι με τον θάνατο που αφορά τους άλλους. Συγκεκριμένα, στην ηλικιακή ομάδα των 25 ετών ο μέσος όρος στην υποκλίμακα για τον προσωπικό θάνατο εντοπίζεται στο 21,72 και η τυπική απόκλιση στο 7,96 ενώ στην υποκλίμακα για την πορεία των άλλων προς τον θάνατο ο μέσος όρος εντοπίζεται στο 29,08 και η τυπική απόκλιση στο 6,56. Στην ηλικιακή ομάδα των 45 ετών στην υποκλίμακα για την πορεία προς τον προσωπικό θάνατο ο μέσος όρος εντοπίζεται στο 30,30 και η τυπική απόκλιση στο 6,55 ενώ στην υποκλίμακα σχετικά με την πορεία των άλλων προς τον θάνατο ο μέσος όρος βρίσκεται στο 32,62 και η τυπική απόκλιση στο 5,88. Τέλος, στην ηλικιακή ομάδα των 65 ετών στην υποκλίμακα για την πορεία προς τον προσωπικό θάνατο ο μέσος όρος εντοπίζεται στο 28,16 και η τυπική απόκλιση στο 6,9 ενώ στην υποκλίμακα σχετικά με την πορεία των άλλων προς τον θάνατο ο μέσος όρος βρίσκεται στο 31,2 και η τυπική απόκλιση στο 6,63. Ακόμη, στην ηλικιακή ομάδα των 45 ετών εντοπίζονται υψηλότεροι μέσοι όροι και στις 4 υποκλίμακες του υπαρξιακού άγχους συγκριτικά με τις άλλες δύο ηλικιακές ομάδες.

Από την ανάλυση διακύμανσης OneWay Ανονα για την διερεύνηση πιθανής σχέσης του υπαρξιακού άγχους με την ηλικία εντοπίστηκαν τα εξής στοιχεία. Παρουσιάστηκε στατιστικά σημαντική σχέση μεταξύ της ηλικίας και του άγχους για την πορεία προς τον προσωπικό θάνατο, $F(2, 147) = 3,939$, $p = 0,022$. Συγκεκριμένη, σύμφωνα με τον έλεγχο post hoc Scheffe, βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά ανάμεσα στην ηλικιακή ομάδα των 25 ετών (M.O.=26,5, T.A.=6,89) και στην ηλικιακή ομάδα των 45 ετών (M.O.=30,3, T.A.=6,55). Ακόμη, εντοπίστηκε στατιστικά σημαντική σχέση μεταξύ της ηλικίας και του άγχους για τον θάνατο των άλλων $F(2, 147) = 5,107$, $p = 0,007$ όπου ο έλεγχος post hoc έδειξε επίσης διαφορά ανάμεσα στην ηλικιακή ομάδα των 65 (M.O.=26,32, T.A.=6,69)ετών τόσο με την ηλικιακή ομάδα των 25 (M.O.=28,44, T.A.=6,30) όσο και με των 45 ετών (M.O.=28,78, T.A.=4,71). Τέλος, εντοπίστηκε στατιστικά σημαντική σχέση ανάμεσα στην ηλικία και το άγχος για την πορεία των άλλων προς τον θάνατο $F(2, 147) = 3,910$, $p = 0,022$. Ο έλεγχος post hoc έδειξε σημαντική διαφορά στους μέσους όρους της ηλικιακής ομάδας των 25 (M.O.=29,08, T.A.=6,56) ετών με την ηλικιακή ομάδα των 45 ετών (M.O.=32,62, T.A.=5,88).

Πίνακας 7

Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις του υπαρξιακού άγχους ανά ηλικιακή ομάδα

Φόβος του θανάτου	25χρονοι		45χρονοι		65χρονοι	
	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.
Προσωπική θνητότητα	21,72	7,96	21,84	7,46	21,06	7,94
Πορεία προς την προσωπική θνητότητα	26,50	6,89	30,30	6,55	28,16	6,90
Θνητότητα άλλων	28,44	6,30	28,78	4,71	25,32	6,69
Πορεία άλλων προς την θνητότητα	29,08	6,56	32,62	5,88	31,20	6,63

Έλεγχος ανεξαρτησίας χ^2 για την διερεύνηση της σχέσης του τύπου δεσμού με την ηλικιακή ομάδα και το φύλο

Για τον έλεγχο της ύπαρξης σχέσης ανάμεσα στους δεσμούς των ενηλίκων και στην ηλικιακή ομάδα πραγματοποιήθηκε έλεγχος ανεξαρτησίας χ^2 με τα αποτελέσματα να υποδεικνύουν πως δεν υπάρχει κάποια στατιστικά σημαντική σχέση μεταξύ των δυο μεταβλητών αφού βρέθηκε $\chi^2(6) = 10,669$, $p = 0,099 > 0,05$. Με την ίδια διαδικασία ελέγχθηκε η πιθανή συσχέτιση μεταξύ του δεσμού και του φύλου όπου και πάλι δεν βρέθηκε σημαντική συσχέτιση, $\chi^2(3) = 6,886$, $p = 0,076 > 0,05$.

Έλεγχος συσχέτισης Pearson

Έλεγχος συσχέτισης πεποιθήσεων για την μετά θάνατον ζωή με τα επίπεδα υπαρξιακού άγχους

Όσον αφορά την συσχέτιση των πεποιθήσεων με το υπαρξιακό άγχος η ανάλυση Pearson υπέδειξε στατιστικά σημαντικά αποτελέσματα. Πιο συγκεκριμένα, η βιολογική ερμηνεία του θανάτου παρουσίασε ασθενή αρνητική συσχέτιση με το άγχος σχετικά με τον προσωπικό θάνατο, $r = -0,17$, $p = 0,04$. Αντίθετα, η κοσμική ερμηνεία του θανάτου δεν παρουσίασε σημαντική συσχέτιση με καμία κατηγορία του υπαρξιακού άγχους. Όσον αφορά, την υπερφυσική ερμηνεία του θανάτου εντοπίστηκε ασθενής θετική συσχέτιση με το άγχος σχετικά

με τον προσωπικό θάνατο $r = 0,26, p = 0,002$ και το άγχος σχετικά με την προσωπική πορεία προς τον θάνατο $r = 0,20, p = 0,02$ μέτρια θετική συσχέτιση με το άγχος σχετικά με τον θάνατο των άλλων $r = 0,32, p < 0,001$ και ασθενή θετική συσχέτιση με το άγχος σχετικά με την πορεία των άλλων προς τον θάνατο $r = 0,18, p = 0,02$. Τέλος, η θρησκευτική ερμηνεία του θανάτου παρουσίασε ασθενή θετική συσχέτιση με το άγχος σχετικά με τον προσωπικό θάνατο $r = 0,19, p = 0,02$ το άγχος σχετικά με τον θάνατο των άλλων $r = 0,29, p < 0,001$ και με το άγχος σχετικά με την πορεία των άλλων προς τον θάνατο $r = 0,21, p = 0,01$.

Έλεγχος συσχέτισης πεποιθήσεων για την μετά θάνατον ζωή με τους τύπους δεσμού

Αναφορικά με την συσχέτιση των πεποιθήσεων και του τύπου δεσμού των ενηλίκων η ανάλυση Pearson υπέδειξε τα ακόλουθα αποτελέσματα. Ο απορριπτικός τύπος δεσμού στους ενήλικες παρουσίασε ασθενή θετική συσχέτιση τόσο με την υπερφυσική ερμηνεία του θανάτου $r = 0,17, p = 0,04$ όσο και με την θρησκευτική ερμηνεία του θανάτου $r = 0,23, p = 0,005$. Κανένας άλλος τύπος δεσμού δεν φάνηκε να παρουσιάζει γραμμική συσχέτιση με καμία από τις 4 κατηγορίες πεποιθήσεων.

Έλεγχος συσχέτισης τύπου δεσμών ενηλίκων με τα επίπεδα υπαρξιακού άγχους

Από την ανάλυση Pearson προέκυψαν επίσης ενδιαφέροντα αποτελέσματα σχετικά με την συσχέτιση των τύπων δεσμών με τις υποκατηγορίες του υπαρξιακού άγχους. Πιο συγκεκριμένα, ο αγχώδης τύπος δεσμού στους ενήλικες παρουσίασε μέτρια θετική συσχέτιση με το άγχος σχετικά με τον προσωπικό θάνατο $r = 0,30, p < 0,001$ και ασθενή αρνητική συσχέτιση τόσο με το άγχος για την πορεία προς τον προσωπικό θάνατο $r = 0,19, p = 0,02$ όσο και με το άγχος για την πορεία των άλλων προς τον θάνατο $r = 0,18, p = 0,03$. Επιπλέον, ο απορριπτικός τύπος δεσμού παρουσίασε ασθενή θετική συσχέτιση με όλες τις κατηγορίες του υπαρξιακού άγχους (άγχος για τον προσωπικό θάνατο, άγχος για την προσωπική πορεία προς τον θάνατο, άγχος σχετικά με τον θάνατο των άλλων και άγχος σχετικά με την πορεία των άλλων προς τον θάνατο) με τιμές $r = 0,24, p = 0,003, r = 0,20, p = 0,01, r = 0,19, p = 0,02$ και $r = 0,25, p = 0,002$ αντίστοιχα.

Συζήτηση

Η παρούσα έρευνα εστίασε στις πεποιθήσεις για τον θάνατο και την συνέχεια της ύπαρξης μετά τον θάνατο διατυπώνοντας τρία ερευνητικά ερωτήματα. Αρχικά, επιχειρήθηκε να εξεταστεί το περιεχόμενο των πεποιθήσεων για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο στον ενήλικο πληθυσμό καθώς και η πιθανή μεταβολή που μπορεί να υπάρξει κατά την διάρκεια της ζωής. Σε ό,τι αφορά το συγκεκριμένο ερώτημα, στην παρούσα μελέτη χρησιμοποιήθηκαν τέσσερις αναπαραστάσεις του θανάτου οι οποίες αντλήθηκαν από προηγούμενη έρευνα: η βιολογική ερμηνεία όπου ο θάνατος ερμηνεύεται ως τέλος της ζωής και της ύπαρξης, η κοσμική θεώρηση όπου ο θάνατος θεωρείται τέλος της ζωής αλλά όχι της ύπαρξης, η υπερφυσική ερμηνεία όπου ενώ οι βιολογικές λειτουργίες παύουν, ορισμένες γνωστικές και συναισθηματικές παραμένουν και τέλος η θρησκευτική ερμηνεία του θανάτου όπου η ψυχή συνεχίζει μετά τον θάνατο να υπάρχει κοντά στον Θεό (Georgiadou & Pnevmatikos, 2019). Σχετικά με το περιεχόμενο των πεποιθήσεων βρέθηκε πως η βιολογική ερμηνεία του θανάτου κυριαρχεί (31,3%) με ελάχιστη διαφορά από την υπερφυσική ερμηνεία η οποία ακολουθεί με σημαντικό ποσοστό (30,7%) γεγονός που συμφωνεί με τα ευρήματα του Bering (2002) αλλά και με των Astuti και Harris (2008) οι οποίοι εντόπισαν αφενός ξεκάθαρο διαχωρισμό στον θάνατο του σώματος και στην συνέχεια της ύπαρξης και αφετέρου σημαντικό ποσοστό των συμμετεχόντων οι οποίοι να υιοθετούν την υπερφυσική ερμηνεία του θανάτου (Bering, 2002· Astuti & Harris, 2008).

Σε ό,τι αφορά την σχέση ανάμεσα στην ηλικία και τις πεποιθήσεις για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο, η βιβλιογραφία υποστηρίζει πως οι ενήλικες όπως και τα παιδιά δύναται ενώ έχουν κατανοήσει την βιολογική υπόσταση του θανάτου, να διατηρούν παράλληλα υπερφυσικά μοντέλα ερμηνείας (Astuti & Harris, 2008· Lane και συν., 2016). Οι Giménez και Harris (2005) υποστηρίζουν πως με την αύξηση της ηλικίας οι υπερφυσικές ερμηνείες του θανάτου αυξάνονται ενώ αντίθετα οι Bering και Bjorklund (2004) υποστηρίζουν πως η σχέση αυτή είναι αντίστροφη καθώς με την πάροδο της ηλικίας οι ενήλικες καταλήγουν τελικά σε μία καθαρά βιολογική ερμηνεία του θανάτου όπου ο θάνατος αποτελεί το τέλος της ζωής και της ύπαρξης. Τα ευρήματα της συγκεκριμένης μελέτης υποδεικνύουν μια στατιστικά σημαντική σχέση της ηλικίας με τις πεποιθήσεις για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο. Πιο συγκεκριμένα, τα ευρήματα συμφωνούν περισσότερο με την άποψη των Bering και Bjorklund (2004) καθώς πράγματι η υιοθέτηση της βιολογικής ερμηνείας του θανάτου αυξάνεται με την πάροδο της ηλικίας καθώς ενώ στην ηλικιακή ομάδα των 25 και των 45 ετών

12 συμμετέχοντες από την κάθε ομάδα δήλωσαν πως η βιολογική ερμηνεία του θανάτου εκφράζει πληρέστερα τις πεποιθήσεις τους, ο αριθμός αυτός διπλασιάστηκε φτάνοντας στα 23 άτομα στην ηλικιακή ομάδα των 65 ετών. Όσον αφορά την κοσμική και την υπερφυσική ερμηνεία του θανάτου παρατηρείται μεγαλύτερη συχνότητα στην υιοθέτηση των συγκεκριμένων πεποιθήσεων με την αύξηση της ηλικίας. Επιπλέον, ενδιαφέρον εύρημα αφορά την θρησκευτική ερμηνεία του θανάτου καθώς εμφανίζεται συχνότερα στην ηλικιακή ομάδα των 25 και των 65 ετών αλλά σπανιότερα στην ηλικιακή ομάδα των 45 ετών.

Εξετάστηκε επίσης η σχέση των πεποιθήσεων για την μετά θάνατο ζωή με το φύλο και βρέθηκε πως, σε μεγαλύτερο βαθμό και με μεγάλη διαφορά από τους άνδρες, οι γυναίκες εκφράζονται από την κοσμική και την υπερφυσική ερμηνεία του θανάτου ενώ οι άντρες επιλέγουν την βιολογική και την θρησκευτική ερμηνεία. Τα ευρήματα αυτά έρχονται σε αντίθεση με τα ευρήματα της έρευνας των Georgiadou και Pnevmatikos (2019) στην οποία βρέθηκε πως οι άνδρες εκφράζονται σε μεγαλύτερο βαθμό από την βιολογική και την κοσμική ερμηνεία του θανάτου ενώ αντίθετα οι γυναίκες επιλέγουν συχνότερα την υπερφυσική και την θρησκευτική ερμηνεία.

Αναφορικά με το υπαρξιακό άγχος εξετάστηκε επίσης η πιθανή σχέση με την ηλικιακή ομάδα των συμμετεχόντων. Τα αποτελέσματα όπως παρουσιάστηκαν παραπάνω υποδεικνύουν πως και οι τρεις ηλικιακές ομάδες (25χρονοι, 45χρονοι, 65χρονοι) εκδηλώνουν λιγότερο άγχους για τον προσωπικό θάνατο και υψηλότερο άγχος για τον θάνατο των άλλων. Επόμενων, ο φόβος για τον θάνατο των άλλων φαίνεται να είναι ισχυρότερος σε σύγκριση με τον φόβο για την προσωπική θνητότητα. Αυτό ίσως θα μπορούσε να υποστηρίξει εμμέσως την υπόθεση του Hodge και του Harris πως το άγχος για τον θάνατο των άλλων και η διακοπή των δεσμών με τους αποθανόντες ωθεί στην υιοθέτηση πεποιθήσεων για την ζωή μετά τον θάνατο (Harris, 2018· Hodge, 2011, 2016).

Ακόμη, εξετάστηκε η πιθανή σχέση μεταξύ των τύπων του δεσμού και της ηλικίας όπως και του κοινωνικού φύλου, όπου δεν βρέθηκε καμία στατιστικά σημαντική σχέση. Το γεγονός πως δεν φαίνεται να υπάρχει κάποια τάση συχνότερης εμφάνισης συγκεκριμένων τύπων δεσμού στις ηλικιακές ομάδες που εξετάστηκαν συμφωνεί με την θεωρία του Bowlby η οποία υποστηρίζει πως ο συναισθηματικός δεσμός που αναπτύσσουμε κατά την βρεφική και παιδική ηλικία μας ακολουθεί μέχρι τον θάνατο επηρεάζοντας παράλληλα τις ενήλικες ερωτικές μας σχέσεις (Bowlby, 1988).

Τέλος, βασικός στόχος της μελέτης ήταν να διερευνηθεί ο προσανατολισμός των πεποιθήσεων εάν δηλαδή οι πεποιθήσεις που υιοθετούνται οφείλονται σε αλλοκεντρικούς ή εγωκεντρικούς παράγοντες. Η υπάρχουσα βιβλιογραφία στρέφεται σε δυο κατευθύνσεις όσον αφορά τους παράγοντες που είναι πιθανό να επηρεάζουν την διαμόρφωση των πεποιθήσεων για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο. Από την μια πλευρά, ο εγωκεντρικός προσανατολισμός βασίζεται στην ιδέα πως οι πεποιθήσεις λειτουργούν κατευναστικά απέναντι στον αναπόφευκτο φόβο που συνοδεύει την ανθρώπινη θνητότητα και το πεπερασμένο της ύπαρξης (Vail και συν., 2009) με τις έρευνες να έχουν εντοπίσει τόσο θετική όσο και αρνητική συσχέτιση μεταξύ των μεταβλητών. Από την άλλη πλευρά, ο αλλοκεντρικός προσανατολισμός υποστηρίζει πως οι πεποιθήσεις που υιοθετούνται δεν αποτελούν επακόλουθο της φοβίας του ατόμου για τον προσωπικό του θανάτου αλλά οφείλονται στην δυσκολία της διακοπής των δεσμών με τον αποθανόντα (Hodge, 2011, 2016). Η παρούσα έρευνα επιχείρησε να εξετάσει ποια από τις δυο προσεγγίσεις σχετίζεται περισσότερο με τις πεποιθήσεις για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο. Όσον αφορά το υπαρξιακό άγχος εντοπίστηκε αρνητική συσχέτιση της βιολογικής ερμηνείας του θανάτου με το άγχος για τον προσωπικό θάνατο αλλά θετική συσχέτιση της υπερφυσικής και της θρησκευτικής ερμηνείας του θανάτου με όλες τις κατηγορίες υπαρξιακού άγχους. Αναφορικά, με την συσχέτιση των πεποιθήσεων με τους τύπους του δεσμού εντοπίστηκε θετική συσχέτιση μόνο μεταξύ της υπερφυσικής και της θρησκευτικής ερμηνείας με τον απορριπτικό τύπο δεσμού. Τα παραπάνω στοιχεία οδηγούν στο συμπέρασμα ότι είναι δύσκολο να εντοπιστεί ένας ξεκάθαρος προσανατολισμός των πεποιθήσεων με μία από τις δυο μεταβλητές. Τα ευρήματα σαφώς επιβεβαιώνουν την υπόθεση του Hodge για τον αλλοκεντρικό προσανατολισμό των πεποιθήσεων αφού αφενός βρέθηκε συσχέτιση μεταξύ των ενήλικων δεσμών και των πεποιθήσεων και αφετέρου εντοπίστηκαν μεμονωμένα υψηλές τιμές στην παράμετρο του υπαρξιακού άγχους που σχετίζεται με τον θάνατο των άλλων. Πιθανώς, τόσο το υπαρξιακό άγχος όσο και ο τύπος δεσμού να αλληλοεπηρεάζονται και παράλληλα να ωθούν στην υιοθέτηση ερμηνευτικών μοντέλων του θανάτου. Αυτό υποδεικνύεται και από την συσχέτιση που εντοπίστηκε ανάμεσα στο υπαρξιακό άγχος και στους τύπους δεσμού όπου ο αγχώδης και ο απορριπτικός τύπος συσχετίζονται θετικά με όλες τις κατηγορίες του υπαρξιακού άγχους. Επομένως, πιθανώς να μπορούσαμε να υποθέσουμε ότι ο τύπος του δεσμού σχετίζεται με το υπαρξιακό άγχος και αυτό με την σειρά του με τις πεποιθήσεις που υιοθετούνται στην ενήλικη ζωή.

Συμπερασματικά, όσον αφορά το 1ο ερευνητικό ερωτήματα φάνηκε πως η βιολογική και η υπερφυσική ερμηνεία του θανάτου κυριαρχούν. Ακόμη, το βιολογικό μοντέλο ερμηνείας φαίνεται να εμφανίζεται συχνότερα με την πάροδο της ηλικίας ενώ αντίθετα το κοσμικό και το υπερφυσικό σπανιότερα. Αναφορικά με το 2ο ερευνητικό ερώτημα, φάνηκε πως το φύλο σχετίζεται με τις πεποιθήσεις για την μετά θάνατο ζωή με τις γυναίκες να επιλέγουν συχνότερα την κοσμική και την υπερφυσική ερμηνεία. Ενώ αρχικός στόχος της μελέτης ήταν να διερευνηθεί και η πιθανή συσχέτιση των πεποιθήσεων για τον θάνατο και την ζωή μετά τον θάνατο με το εκπαιδευτικό επίπεδο, η μη κανονική κατανομή του δείγματος για την συγκεκριμένη μεταβλητή εμπόδισε οποιαδήποτε ανάλυση. Τέλος, σχετικά με το 3ο ερευνητικό ερώτημα, τα ευρήματα θα μπορούσαν να υποδεικνύουν συνύπαρξη του εγωκεντρικού και του αλλοκεντρικού προσανατολισμού των πεποιθήσεων τα οποία φαίνεται να σχετίζονται και μεταξύ τους.

Περιορισμοί της παρούσας μελέτης και προτάσεις για μελλοντικές έρευνες

Η συγκεκριμένη έρευνα παρουσιάζει και ορισμένους περιορισμούς. Αρχικά, το δείγμα προέρχεται από συγκεκριμένες αστικές περιοχές της Β. Ελλάδος γεγονός που εγείρει προβληματισμούς σχετικά με την δυνατότητα γενίκευσης των αποτελεσμάτων σε όλο τον ελληνικό πληθυσμό. Μια μελλοντική έρευνα, θα μπορούσε να αφορά περισσότερες περιοχές της Ελλάδας περιλαμβάνοντας επίσης αγροτικές περιοχές ώστε να εξεταστούν τα συγκεκριμένα ζητήματα σε μεγαλύτερο και πιο διευρυμένο δείγμα.

Ακόμη, ενώ αρχικός στόχος της έρευνας ήταν να εξεταστεί η σχέση των μεταβλητών (πεποιθήσεις για την μετά θάνατο ζωή, υπαρξιακό άγχος, τύπος δεσμού) και με το εκπαιδευτικό επίπεδο, η κατανομή του δείγματος στο συγκεκριμένο δημογραφικό στοιχείο δεν ήταν κανονική, γεγονός που εμπόδισε την οποιαδήποτε ανάλυση της συγκεκριμένης μεταβλητής. Έτσι, μια μελλοντική έρευνα θα μπορούσε να εξασφαλίσει από την αρχή συμμετέχοντες όλων των εκπαιδευτικών επιπέδων.

Τέλος, δεδομένου ότι εντοπίστηκε σχέση των πεποιθήσεων για την ζωή μετά τον θάνατο με παράγοντες που έχουν και εγωκεντρικό και αλλοκεντρικό προσανατολισμό, μια μελλοντική έρευνα θα μπορούσε να εστιάσει στην σχέση μεταξύ αυτών των δυο παραγόντων και αν διαφορετικοί συνδυασμοί των δυο αυτών παραγόντων επηρεάζουν το ερμηνευτικό πλαίσιο για τον θάνατο που επιλέγει κανείς.

Βιβλιογραφία

Ελληνόγλωσση

Γιουνγκ, Κ. Γκ. (2000). *Ψυχολογία και Απόκρυφο*. Ιάμβλιχος.

Θεοδωρίδης, Χ. (1999). *Επίκουρος. Η αληθινή όψη του αρχαίου κόσμου*. Βιβλιοπωλείο της Εστίας.

Καφέτσιο, Κ. (2005). *Δεσμός, Συναίσθημα και Διαπροσωπικές Σχέσεις*. Τυπωθήτω - Γιώργος Δαρδανός.

Λιμνιωτάκη, Δ. (2010). *Ζήτημα Ζωής και Θανάτου*. Ίτανος.

Σταλίκας, Α., Τριλίβα, Σ., & Ρούσση, Π. (2012). *Τα ψυχομετρικά εργαλεία στην Ελλάδα*. Πεδίο.

Χουντουμιάδη, Α., & Πατεράκη, Λ. (1997). *Σύντομο ερμηνευτικό λεξικό ψυχολογικών όρων*. Εκδόσεις Δωδώνη.

Ξενόγλωσση

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (2014). Patterns of Attachment: a psychological study of the strange situation.

APA Dictionary of Psychology. (n.d.). [Dictionary.apa.org](https://dictionary.apa.org/belief). <https://dictionary.apa.org/belief>

Astuti, R., & Harris, P. L. (2008). Understanding Mortality and the Life of the Ancestors in Rural Madagascar. *Cognitive Science*, 32(4), 713–740. <https://doi.org/10.1080/03640210802066907>

Bassett, J. F., & Bussard, M. L. (2018). Examining the complex relation among religion, morality, and death anxiety: Religion can be a source of comfort and concern regarding fears of death. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 82(3), 003022281881934. <https://doi.org/10.1177/0030222818819343>

Bering, J. (2002). Intuitive Conceptions of Dead Agents' Minds: The Natural Foundations of Afterlife Beliefs as Phenomenological Boundary. *Journal of Cognition and Culture*, 2(4), 263–308. <https://doi.org/10.1163/15685370260441008>

Bering, J. M., & Bjorklund, D. F. (2004). The Natural Emergence of Reasoning About the Afterlife as a Developmental Regularity. *Developmental Psychology*, 40(2), 217–233. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.40.2.217>

Bering, J. M., Blasi, C. H., & Bjorklund, D. F. (2005). The development of afterlife beliefs in religiously and secularly schooled children. *British Journal of Developmental Psychology*, 23(4), 587–607. <https://doi.org/10.1348/026151005x36498>

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. Routledge.

Bowlby, J. (1981). *Attachment and loss, sadness and depression*. Harmondsworth,

Middlesex. Penguin Books.

Chopik, W. J. (2016). Death across the lifespan: Age differences in death-related thoughts and anxiety. *Death Studies*, 41(2), 69–77. <https://doi.org/10.1080/07481187.2016.1206997>

Cicirelli, V. G. (2001). Personal meanings of death in older adults and young adults in relation to their fears of death. *Death Studies*, 25(8), 663–683. <https://doi.org/10.1080/713769896>

Dechesne, M., Pyszczynski, T., Arndt, J., Ransom, S., Sheldon, K. M., van Knippenberg, A., & Janssen, J. (2003). Literal and symbolic immortality: The effect of evidence of literal immortality on self-esteem striving in response to mortality salience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 722–737. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.4.722>

Feldman, S. R. (2019). *Αναπτυξιακή Ψυχολογία. Διά βίου προσέγγιση*. Εκδόσεις Gutenberg.

Field, N. P., & Filanosky, C. (2010). Continuing bonds, risk factors for complicated grief, and adjustment to bereavement. *Death Studies*, 34(1), 1–29.

Flannelly, K. J. (2017). Religion and Death Anxiety. *Religious Beliefs, Evolutionary Psychiatry, and Mental Health in America*, 1, 153–164. https://doi.org/10.1007/978-3-319-52488-7_16

Freud, S. (1917). *Mourning and melancholia*. Hogarth.

Georgiadou, T. & Pnevmatikos, D. (2019). An exploration of afterlife beliefs in religiously and secularly - oriented adults. *Journal of Beliefs & Values*, 40(2), 159-171. <https://doi.org/10.1080/13617672.2019.1583921>

Giménez, M., & Harris, P. (2005). Children's Acceptance of Conflicting Testimony: The Case of Death. *Journal of Cognition and Culture*, 5(1-2), 143-164. <https://doi.org/10.1163/1568537054068606>

Hall, C. (2014). Bereavement theory: recent developments in our understanding of grief and bereavement. *Bereavement Care*, 33(1), 7-12. <https://doi.org/10.1080/02682621.2014.902610>

Harding, S. R., Flannelly, K. J., Weaver, A. J., & Costa, K. G. (2005). The influence of religion on death anxiety and death acceptance. *Mental Health, Religion & Culture*, 8(4), 253–261. <https://doi.org/10.1080/13674670412331304311>

Harris, P. L. (2018). Children's understanding of death: from biology to religion. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 373(1754), 20170266. <https://doi.org/10.1098/rstb.2017.0266>

Heflick, N. A., & Goldenberg, J. L. (2011). No atheists in foxholes: Arguments for (but not against) afterlife belief buffers mortality salience effects for atheists. *British Journal of Social Psychology*, 51(2), 385–392. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8309.2011.02058.x>

Hodge, K. M. (2011). On Imagining the Afterlife. *Journal of Cognition and Culture*, 11(3-4), 367–389. <https://doi.org/10.1163/156853711x591305>

Hodge, K. M. (2016). The Death We Fear is Not Our Own: Revisiting and Reframing the Folk Psychology of Souls. *Advances in Religion, Cognitive Science, and Experimental Philosophy*. https://www.academia.edu/11755027/The_Death_We_Fear_is_Not_Our_Own_Revisiting_and_Reframing_the_Folk_Psychology_of_Souls

Jong, J. (2020). Death anxiety and religion. *Current Opinion in Psychology*, 40, 40-44. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.08.004>

Klass, D., Silverman, P.R. & Nickman, S.L. (1996). *Continuing bonds: new understandings of grief*. Taylor and Francis.

Kübler Ross, E. (1969). *Πλησιάζοντας τον θάνατο. Τα πέντε στάδια του πένθους*. Εκδόσεις Ίκαρος

Lane, J. D., Zhu, L., Evans, E. M., & Wellman, H. M. (2016). Developing Concepts of the Mind, Body, and Afterlife: Exploring the Roles of Narrative Context and Culture. *Journal of Cognition and Culture*, 16(1-2), 50–82. <https://doi.org/10.1163/15685373-12342168>

Lester, D. (1990). The Collett-Lester Fear of Death Scale: The Original and a Revision. *Death Studies*, 14, 451-468. https://www.researchgate.net/publication/322488392_The_Collett-Lester_fear_of_death_scale_the_original_and_a_revision

Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention*, 1, 121-160.

Mikulincer, M., & Shaver, P.R. (2007). *Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change*. Guilford Press.

Mikulincer, M., & Florian, V. (2000). Exploring individual differences in reactions to mortality salience: Does attachment style regulate terror management mechanisms? *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(2), 260–273. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.2.260>

Mikulincer, M., Florian, V., & Tolmacz, R. (1990). Attachment styles and fear of personal death: A case study of affect regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 273–280. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.2.273>

Nelson, L. D. (1974). Functions and Dimensions of Religion. *Sociological Analysis*, 35(4), 263. <https://doi.org/10.2307/3710610>

Obegi, J. H., & Berant, E. (2010). *Attachment Theory and Research in Clinical Work with Adults*. Guilford Press.

Pervin, L.A. & John, O.P. (2001). *Θεωρίες Προσωπικότητας: Έρευνα και Εφαρμογές*. Εκδόσεις Τυποθύτω.

Robah, K., & Van Bruggen, V. (2017). *Determinants of existential Death Anxiety A cross-sectional survey study on the effect of age, gender and religious affiliation on Death Anxiety*. http://essay.utwente.nl/72696/1/Robah_BA_%20BMS.pdf

Rose, B. M., & O'Sullivan, M. J. (2002). Afterlife Beliefs and Death Anxiety: An Exploration of the Relationship between Afterlife Expectations and Fear of Death in an Undergraduate Population. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 45(3), 229–243. <https://doi.org/10.2190/rv40-6nbr-66gf-ujmu>

Rosengren, K. S., Gutiérrez, I. T., & Schein, S. S. (2014). IV. COGNITIVE DIMENSIONS OF DEATH IN CONTEXT. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 79(1), 62–82. <https://doi.org/10.1111/mono.12079>

Root, B. L., & Exline, J. J. (2013). The Role of Continuing Bonds in Coping With Grief: Overview and Future Directions. *Death Studies*, 38(1), 1–8. <https://doi.org/10.1080/07481187.2012.712608>

Speece, M. W., & Brent, S. B. (1992). The acquisition of a mature understanding of three components of the concept of death. *Death Studies*, 16(3), 211–229. <https://doi.org/10.1080/07481189208252571>

Stroebe, M., Schut, H., & Boerner, K. (2010). Continuing bonds in adaptation to bereavement: Toward theoretical integration. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 259–268. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.007>

Stroebe, M., & Schut, H. (2005). To continue or relinquish bonds: A review of consequences for the bereaved. *Death Studies*, 29(6), 477–494. <https://doi.org/10.1080/07481180590962659>

Tomer, A. (2018). *Death Attitudes and the Older Adult: Theories Concepts and Applications*. Routledge.

Vail, K. E., Rothschild, Z. K., Weise, D. R., Solomon, S., Pyszczynski, T., & Greenberg, J. (2009). A Terror Management Analysis of the Psychological Functions of Religion. *Personality and Social Psychology Review*, 14(1), 84–94. <https://doi.org/10.1177/1088868309351165>

Van Bruggen, V., Vos, J., Westerhof, G., Bohlmeijer, E., & Glas, G. (2014). Systematic Review of Existential Anxiety Instruments. *Journal of Humanistic Psychology*, 55(2), 173–201. <https://doi.org/10.1177/0022167814542048>

Wink, P., & Scott, J. (2005). Does Religiousness Buffer Against the Fear of Death and Dying in Late Adulthood? Findings From a Longitudinal Study. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 60(4), 207–214. <https://doi.org/10.1093/geronb/60.4.p207>

Yalom, I. (1980). *Υπαρξιακή Ψυχοθεραπεία*. Εκδόσεις Άγρα.

Παράρτημα

Δημογραφικά Στοιχεία

Κωδικός Συμμετέχοντος:

Ηλικιακή Ομάδα: 25₁ 45₂ 65₃

Φύλο: Γυναίκα₁ Άντρας₂

Εκπαίδευση: Δημοτικό₁ Γυμνάσιο₂ Λύκειο₃ Πανεπιστήμιο₄ ΜΤΠΧ₅

Επάγγελμα:

	<i>Έτος</i>	<i>Μήνας</i>	<i>Ημέρα</i>	
Ημερομηνία Εξέτασης:				Ηλικία σε μήνες:
Ημερομηνία Γέννησης:				Ηλικία σε χρόνια:
Ηλικία:				

Το Ερωτηματολόγιο Σχέσεων

(Relationships Questionnaire - Bartholomew & Horowitz, 1991)

Διάβασε προσεκτικά τις τέσσερις παραγράφους που ακολουθούν και κύκλωσε τον αριθμό που περιγράφει καλύτερα τον βαθμό που σου ταιριάζει κάθε περιγραφή.

Στις σχέσεις γενικά....

A. Είναι εύκολο για μένα να συνδέομαι συναισθηματικά με άλλους ανθρώπους. Νιώθω άνετα να εξαρτώμαι από αυτούς και εκείνοι να εξαρτώνται από εμένα. Δεν ανησυχώ μήπως μείνω μόνος/η ή μήπως δεν με αποδεχτούν οι άλλοι.

Δεν	μου						Μου
ταιριάζει	1	2	3	4	5	ταιριάζει	
καθόλου						πάρα πολύ	

B. Νιώθω άβολα να πλησιάζω τους άλλους. Θέλω συναισθηματικά στενές σχέσεις, αλλά μου είναι δύσκολο να εμπιστευτώ εντελώς τους άλλους ή να εξαρτηθώ από αυτούς. Ανησυχώ μήπως πληγωθώ εάν αφήσω τον εαυτό μου να συνδεθεί πολύ στενά με τους άλλους.

Δεν	μου						Μου
ταιριάζει	1	2	3	4	5	ταιριάζει	
καθόλου						πάρα πολύ	

Γ. Συναισθηματικά, θέλω να συνδέομαι ολοκληρωτικά με τους άλλους, αλλά συχνά διαπιστώνω πως οι άλλοι διστάζουν να με πλησιάσουν όσο θα ήθελα. Δεν νιώθω άνετα χωρίς κοντινές σχέσεις, αλλά μερικές φορές ανησυχώ μήπως οι άλλοι δεν εκτιμούν την αξία μου όσο εκτιμώ εγώ τη δική τους.

Δεν	μου						Μου
ταιριάζει	1	2	3	4	5	ταιριάζει	
καθόλου						πάρα πολύ	

Δ. Νιώθω άνετα χωρίς στενές συναισθηματικές σχέσεις. Είναι πολύ σημαντικό για μένα να νιώθω ανεξάρτητος/η και προτιμώ να μην εξαρτώμαι από τους άλλους ή οι άλλοι να εξαρτώνται από μένα.

Δεν	μου						Μου
ταιριάζει		1	2	3	4	5	ταιριάζει
καθόλου							πάρα πολύ

Τώρα που διάβασες όλες τις περιγραφές αναλυτικά, αν θα έπρεπε να διαλέξεις μόνο μια περιγραφή για να περιγράψεις τον εαυτό μου, θα διάλεγες:

1. Την Α
2. Την Β
3. Την Γ
4. Την Δ

Ο Θάνατος και η Ζωή Μετά τον Θάνατο

Διάβασε προσεκτικά τις τέσσερις παραγράφους που ακολουθούν και κύκλωσε τον αριθμό που περιγράφει καλύτερα τον βαθμό που σου ταιριάζει κάθε περιγραφή.

Α. Δεν πιστεύω ότι υπάρχει ζωή μετά τον θάνατο. Πιστεύω ότι ο θάνατος σηματοδοτεί το τέλος της ύπαρξης ενός ανθρώπου. Μόλις σταματήσει να λειτουργεί η καρδιά και ο εγκέφαλος, σταματά κανείς να σκέφτεται και να αισθάνεται. Δεν πιστεύω ότι συνεχίζει να υπάρχει κάτι μετά τον θάνατο.

Δεν μου							Μου
ταιριάζει	1	2	3	4	5	ταιριάζει	
καθόλου						πάρα πολύ	

Β. Πιστεύω ότι ο θάνατος είναι το τέλος της ζωής, όχι όμως και το τέλος της ανθρώπινης ύπαρξης. Ο θάνατος αφορά στο σώμα, στο βιολογικό κομμάτι του ανθρώπου. Εκτός από το σώμα όμως υπάρχει και η ψυχή. Η ψυχή δεν εξαρτάται από το ανθρώπινο σώμα, ούτε έχει βιολογικές ανάγκες. Μετά τον θάνατο επιστρέφει στο σύμπαν με την μορφή ενέργειας.

Δεν μου							Μου
ταιριάζει	1	2	3	4	5	ταιριάζει	
καθόλου						πάρα πολύ	

Γ. Πιστεύω ότι ο θάνατος αφορά στο ανθρώπινο σώμα. Η ψυχή δεν μπορεί να πεθάνει. Συνεχίζει να υπάρχει απαλλαγμένη από τις ανάγκες του σώματος. Ένας άνθρωπος που έχει πεθάνει μπορεί να μην έχει καμία σωματική ανάγκη (για παράδειγμα να φάει ή να πιεί νερό), δεν χάνει όμως τον εαυτό του. Μας βλέπει από ψηλά, χαίρεται με τις επιτυχίες μας, επιθυμεί το καλό μας. Μερικές φορές μας μιλάει από ψηλά. Συνεχίζει να νιώθει περήφανος για όσα έχει καταφέρει. Πιο σημαντική όμως, είναι η αγάπη που συνεχίζει να νιώθει για μας. Η αγάπη δεν χάνεται ποτέ!

Δεν μου							Μου
ταιριάζει	1	2	3	4	5	ταιριάζει	
καθόλου						πάρα πολύ	

Δ. Δεν πιστεύω ότι ο θάνατος είναι το τέλος της ζωής. Πιστεύω ότι ο θάνατος είναι το τέλος της ζωής όπως την ξέραμε. Μετά τον θάνατο, η ψυχή διαχωρίζεται από το φθαρτό

σώμα και μεταβαίνει στον Θεό. Εκεί, συνεχίζει κανείς να ζει, μέσα στο φως, απαλλαγμένος/ή από τα βάσανα της ζωής, τον πόνο και την δυστυχία, μέχρι την Δευτέρα Παρουσία.

Δεν	μου						Μου
ταιριάζει	1	2	3	4	5	ταιριάζει	
καθόλου						πάρα πολύ	

Τώρα που διάβασες προσεκτικά όλες τις περιγραφές, αν θα έπρεπε να διαλέξεις μόνο μια περιγραφή για να περιγράψεις τον εαυτό σου, θα διάλεγες:

1. Την Α
2. Την Β
3. Την Γ
4. Την Δ

Η Αναθεωρημένη Κλίμακα Collett-Lester

(The Revised Collett-Lester Scale, Lester, 1990)

Πόσο αναστατωμένος ή αγχωμένος αισθάνεσαι όταν σκέφτεσαι το τέλος της ζωής και τον θάνατο; Διάβασε τις προτάσεις που ακολουθούν και απάντησε όσο πιο γρήγορα μπορείς. Προσπάθησε να μην σκέφτεσαι τις απαντήσεις σου. Μας ενδιαφέρει η απάντησή σου να είναι αυθόρμητη και να αποτυπώνει τα συναισθήματά σου την συγκεκριμένη στιγμή. Κύκλωσε τον αριθμό που περιγράφει καλύτερα τα συναισθήματά σου για την κάθε πρόταση που ακολουθεί.

Πόσο αναστατωμένος ή αγχωμένος αισθάνεσαι όταν σκέφτεσαι ...

	Πολύ	Σε βαθμό	κάποιο	Καθόλου	
<i>Σχετικά με τον δικό σου θάνατο</i>					
1. Την απόλυτη μοναξιά του θανάτου	5	4	3	2	1
2. Το πόσο σύντομη είναι η ζωή	5	4	3	2	1
3. Το πόσα πράγματα θα χάσεις μετά τον θάνατό σου	5	4	3	2	1
4. Το να πεθάνεις νέος/ νέα	5	4	3	2	1
5. Το αίσθημα του να είσαι νεκρός	5	4	3	2	1
6. Το να μην μπορείς να σκεφτείς ή να νιώσεις οτιδήποτε ξανά	5	4	3	2	1
7. Την πιθανότητα τιμωρίας και πόνου στην μετά θάνατο ζωή	5	4	3	2	1
8. Την αποσύνθεση του σώματός σου μετά τον θάνατο	5	4	3	2	1
<i>Σχετικά με την πορεία προς τον θάνατο σου</i>					
1. Την φθορά του σώματος όσο πλησιάζει το τέλος της ζωής	5	4	3	2	1
2. Τον πόνο που μπορεί να νιώθεις	5	4	3	2	1
3. Την φθορά του μυαλού στα γεράματα	5	4	3	2	1
4. Την ανημπόρια όσο πλησιάζει το τέλος της ζωής	5	4	3	2	1
5. Την αβεβαιότητα για το πόσο γενναίος/ γενναία θα σταθείς μπροστά στον θάνατο	5	4	3	2	1
6. Την έλλειψη ελέγχου στην διαδικασία του θανάτου	5	4	3	2	1
7. Την πιθανότητα να πεθάνεις σε ένα νοσοκομείο μακριά από φίλους και οικογένεια	5	4	3	2	1
8. Τον πόνο που θα προκαλέσει ο θάνατός σου στους άλλους	5	4	3	2	1
<i>Σχετικά με τον θάνατο άλλων</i>					
1. Την απώλεια ενός κοντινού σου προσώπου	5	4	3	2	1
2. Το να πρέπει να δεις το νεκρό τους σώμα	5	4	3	2	1

3.	Το να μην μπορέσεις να επικοινωνήσεις μαζί τους ξανά	5	4	3	2	1
4.	Το να μετανιώνεις για τον τρόπο που τους συμπεριφέρθηκες όσο ήταν ζωντανοί	5	4	3	2	1
5.	Το να μεγαλώνεις μόνος, χωρίς αυτούς	5	4	3	2	1
6.	Το να αισθάνεσαι τύψεις γιατί αισθάνθηκες ανακούφιση όταν πέθαναν	5	4	3	2	1
7.	Το να νιώθεις μοναξιά μακριά τους	5	4	3	2	1
8.	Το να νιώθεις φθόνο που αυτοί πέθαναν	5	4	3	2	1

Σχετικά με την πορεία των άλλων προς τον θάνατο

1.	Το να βρίσκεσαι με κάποιον που είναι έτοιμος να φύγει από την ζωή	5	4	3	2	1
2.	Το να θέλουν να συζητούν μαζί σου για τον θάνατο	5	4	3	2	1
3.	Το να τους βλέπεις να υποφέρουν από τον πόνο	5	4	3	2	1
4.	Το να πρέπει να είσαι εσύ αυτός/ αυτή που θα τους ανακοινώσει ότι πρόκειται να πεθάνουν	5	4	3	2	1
5.	το να βλέπεις το σώμα τους καταπονημένο και αδύναμο	5	4	3	2	1
6.	Το να μην ξέρεις πώς να διαχειριστείς τον πόνο που τους χάνεις, όταν είσαι μαζί τους	5	4	3	2	1
7.	Το να βλέπεις τις νοητικές τους ικανότητες να εξασθενούν	5	4	3	2	1
8.	Το να σκέφτεσαι ότι μια μέρα πιθανώς να βιώσεις παρόμοιες καταστάσεις	5	4	3	2	1