

ΤΜΗΜΑ ΜΟΥΣΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΙΟΝΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ

«ΜΟΥΣΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ»



**Η ΜΟΥΣΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ ΩΣ ΕΡΓΑΛΕΙΟ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗΣ
ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ ΓΙΑ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΟΡΙΣΜΕΝΟ ΑΚΡΟΑΤΗΡΙΟ**

Στεφανία Μαρία Λακωνίτη

M2017026

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια: Ιωάννα Ετμεκτσόγλου

Διπλωματική Εργασία υποβληθείσα στο Τμήμα Μουσικών Σπουδών του Ιονίου Πανεπιστημίου, ως μέρος των απαιτήσεων για την ολοκλήρωση του προπτυχιακού κύκλου σπουδών με Κατεύθυνση Μουσικής Παιδαγωγικής και Ψυχολογίας της Μουσικής

Κέρκυρα, Ιούνιος 2022

ΤΜΗΜΑ ΜΟΥΣΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΙΟΝΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ

«ΜΟΥΣΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ»



**Η ΜΟΥΣΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ ΩΣ ΕΡΓΑΛΕΙΟ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗΣ
ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ ΓΙΑ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΟΡΙΣΜΕΝΟ ΑΚΡΟΑΤΗΡΙΟ**

Στεφάνια Μαρία Λακωνίτη

M2017026

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια: Ιωάννα Ετμεκτσόγλου

Επιτροπή αξιολόγησης: Δήμητρα Τρυπάνη

Ιωάννα Ετμεκτσόγλου

Χριστίνα Καλλιαρίδου

Κέρκυρα, Ιούνιος 2022

Τίτλος: Η μουσική παράσταση ως εργαλείο προσέγγισης του πένθους για φοιτητές μουσικής και ορισμένο ακροατήριο

© 2022 Στεφανία Μαρία Λακωνίτη

ALL RIGHTS RESERVED

.

Απαγορεύεται η δημοσίευση και η ολική ή μερική ή περιληπτική αναπαραγωγή ή αναδημοσίευση κατά παράφραση ή διασκευή του υλικού αυτής της έκδοσης και η με οποιοδήποτε τρόπο αναπαραγωγή (φωτοτυπία, ηλεκτρονική ή μηχανική αναπαραγωγή, καταγραφή σε ηλεκτρονικό σύστημα ή με οποιοδήποτε άλλο τρόπο), σύμφωνα με το νόμο 2121/93 και τους λοιπούς κανόνες Δικαίου περί Πνευματικής ιδιοκτησίας, χωρίς την έγγραφη άδεια του/της συγγραφέα.

Η έγκριση της διπλωματικής εργασίας από το Τμήμα Μουσικών Σπουδών του Ιονίου Πανεπιστημίου δεν υποδηλώνει απαραίτητως και αποδοχή των απόψεων του/της συγγραφέα εκ μέρους του Τμήματος (Ν.5343/32 αρ.202 παρ.2).

ΠΡΟΛΟΓΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

Ολοκληρώνοντας την παρούσα διπλωματική εργασία κλείνει και ο κύκλος των Προπτυχιακών σπουδών μου. Μέσα από την κατεύθυνση της «Μουσικής Παιδαγωγικής και Ψυχολογίας της Μουσικής» έλαβα εφόδια τα οποία θα με ακολουθούν στο υπόλοιπο της ζωής αλλά και της καριέρας μου βοηθώντας με να γίνομαι κάθε μέρα και καλύτερη.

Σε αυτό το σημείο θα ήθελα να ευχαριστήσω την επιβλέπουσα καθηγήτρια της διπλωματικής μου κ. Ιωάννα Ετμεκτσόγλου, για τις συμβουλές καθώς και την καθοδήγηση που μου παρείχε μέσα στο εξάμηνο, όπως και την τριμελής επιτροπή αξιολόγησης κ. Δήμητρα Τρυπάνη, κ. Χριστίνα Καλλιαρίδου και κ. Ιωάννα Ετμεκτσόγλου για τις πολύτιμες διορθώσεις τους.

Ακόμα οφείλω να ευχαριστήσω τους συμφοιτητές μου, οι οποίοι έδειξαν συνέπεια και επαγγελματισμό κατά την διάρκεια της συμμετοχής τους στην μουσική παράσταση της διπλωματικής μου εργασίας, αλλά και τις γυναίκες που με τίμησαν με την παρουσία τους στην έρευνά μου. Τέλος, θέλω να ευχαριστήσω την οικογένεια αλλά και τους φίλους μου για την στήριξη που μου δίνουν όλα αυτά τα χρόνια.

Η ΜΟΥΣΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ ΩΣ ΕΡΓΑΛΕΙΟ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗΣ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ ΓΙΑ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΚΑΙ ΟΡΙΣΜΕΝΟ ΑΚΡΟΑΤΗΡΙΟ

Περίληψη

Οι άνθρωποι κατά τη διάρκεια της ζωής τους δημιουργούν σχέσεις με άλλους ανθρώπους, πρώτα με την οικογένειά τους και μετά με φίλους ή κάποιο σύντροφο (Alaimo & Cascio, 2015· Simpson & Lane, 2022). Τι συμβαίνει όμως όταν έρχεται η ώρα να αποχωριστούν κάποιο δικό τους άτομο; Πολλοί άνθρωποι, αντιμετωπίζοντας μια απώλεια αγαπημένου προσώπου, τείνουν να κλείνονται στον εαυτό τους και να εσωτερικεύουν τα αρνητικά τους συναισθήματα σχετικά με την απώλεια ως γεγονός, με αποτέλεσμα να εμφανίζουν ψυχοσωματικά προβλήματα (Shoeps et al., 2021· Van Loo et al., 2021· Panjwani et al., 2016). Ανάλογα με την κουλτούρα στην οποία μεγάλωσαν, μέσα από κοινωνικές τελετουργίες αλλά και ατομικές προσπάθειες, τα άτομα τα οποία θρηνούν προσπαθούν να διαχειριστούν τον πόνο της απώλειας κρατώντας τον δεσμό τους με τον νεκρό ενεργό και μετά θάνατον (Sekowski, 2021). Η παρούσα έρευνα έχει σκοπό να παρουσιάσει τόσο τους τρόπους με τους οποίους ο άνθρωπος προσεγγίζει το πένθος, όσο και το πώς μπορεί να βοηθήσει η μουσική σε αυτή την διαδικασία. Επίσης, η έρευνα εξετάζει α) τους τρόπους με τους οποίους μια μουσική παράσταση ενδεχομένως να μπορεί να λειτουργήσει ως μία άτυπη τελετουργία προσέγγισης του πένθους και β) την εμπειρία του ορισμένου ακροατηρίου, αλλά και φοιτητών μουσικής οι οποίοι παρακολούθησαν, και έπαιζαν αντίστοιχα, σε μια μουσική παράσταση με θέμα την απώλεια και τον φόβο μιας επικείμενης απώλειας.

Λέξεις κλειδιά: μουσική παράσταση, προσεγγίσεις πένθους, συναισθηματική ρύθμιση, πολιτισμικές τελετουργίες

THE MUSICAL PLAY AS A TOOL FOR APPROACHING GRIEF FOR MUSIC STUDENTS AND A TARGETED AUDIENCE

Abstract

During their life, people create bonds whether they will be with their parents or later in life with either their friends or a partner (Alaimo & Cascio, 2015; Simpson & Lane, 2022). What happens though when it is time to let a person go? Many people, tend to close themselves emotionally while dealing with a loss of a loved one, which may lead to creating psychological as well as physiological problems to themselves (Shoepe et al. 2021; Van Loo et al. 2021; Panjwani et al. 2016). Depending on the culture in which they grew up, people who experience grief, are constantly trying to manage the pain accumulated by the loss of a loved one through social rituals and individual efforts to keep their continuing bonds with the deceased strong (Sekowski, 2021). This research, focuses on presenting ways in which people approach grief in connection to personal loss. Moreover, the research examines a) ways in which a musical play could potentially be used as an atypical ritual for approaching grief and b) the whole experience of the audience and the music students- performers who participated in a musical play centered around loss and the fear of losing someone.

Key words: musical play, music and mourning, emotional regulation, cultural rituals

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	5
1. Προσεγγίσεις της διεργασίας του πένθους.....	5
1.1 Η συναισθηματική διάσταση του πένθους.....	9
1.2 Θεωρίες του πένθους.....	12
1.2.1 Τα πέντε στάδια του πένθους.....	12
1.2.2 Η θεωρία των «Συνεχιζόμενων Δεσμών».....	13
1.2.3 Το «Μοντέλο Διπλής Διεργασίας».....	15
1.3 Η θεωρία της «Προσκόλλησης» και η σχέση της με το πένθος.....	16
2. Η μουσική ως εργαλείο ρύθμισης συναισθημάτων.....	18
2.1 Η συμβολή της μουσικής στην διαχείριση του ανθρώπινου φόβου για θάνατο.....	18
2.2 Η μουσική ως μέσο εξωτερίκευσης των ανθρώπινων συναισθημάτων.....	19
2.3 Η παρηγορητική πτυχή της μουσικής.....	19
3. Η μουσική παράσταση ως άτυπη τελετουργία.....	21
3.1 Η χρήση της μουσικής στις τέχνες της παράστασης.....	22
3.2 Η ενεργοποίηση της επεισοδιακής μνήμης κατά την παρακολούθηση μιας μουσικής παράστασης.....	23
3.2.1 Γνώριμα ακροάματα και η επίδρασή τους στην επεισοδιακή μνήμη.....	24
3.2.2 Γνώριμες καταστάσεις και η ταύτιση του κοινού με αυτές.....	25
3.3 Η ενεργοποίηση συναισθημάτων κατά την παρακολούθηση μιας μουσικής παράστασης.....	26
3.3.1 Η εκτέλεση ενός μουσικού οργάνου και η ενεργοποίηση των συναισθημάτων....	26
3.3.2 Η ενεργοποίηση των συναισθημάτων σχετικά με τα μουσικά είδη.....	27
4. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ.....	28
4.1 Ερευνητική προσέγγιση.....	29
4.2 Δειγματοληψία.....	29
4.3 Ηθική και προσέγγιση.....	30
4.4 Τρόποι συλλογής δεδομένων.....	30
4.4.1 Ομάδα εστίασης.....	31
4.4.2 Ημι-δομημένες συνεντεύξεις.....	32

4.4.3 Παρατήρηση στο πεδίο και στις βιντεοσκοπήσεις.....	32
4.5 Τρόποι ανάλυσης δεδομένων.....	32
4.6 Έντυπα συναίνεσης για την συμμετοχή.....	34
4.7 Περιορισμοί έρευνας.....	34
5. ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ.....	34
5.1 Νοηματοδοτήσεις της απώλειας από το κοινό και τους μουσικούς.....	35
5.2 Η μουσική ως τρόπος διατήρησης του νεκρού στην ζωή των επιζώντων.....	37
5.3 Η συνολική εμπειρία της μουσικής παράστασης από το κοινό και τους μουσικούς.....	39
5.4 Από τις πρόβες στην μουσική παράσταση: Το εξελισσόμενο βίωμα των μουσικών.....	42
5.5 Ο ρόλος της μουσικής και του κειμένου στην συνολική μουσική εμπειρία.....	44
5.6 Ψυχολογικές ταυτίσεις κατά την μουσική παράσταση.....	46
6. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ- ΣΥΖΗΤΗΣΗ- ΠΡΟΟΠΤΙΚΕΣ	47
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	52
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ.....	58
(Παράρτημα Α).....	
(Παράρτημα Β).....	

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η μουσική, σε όποια μορφή της, αποτελεί έναν τρόπο έκφρασης για πολλούς ανθρώπους. Παρέχει τη δυνατότητα να κατανοήσουν και να εξωτερικεύσουν όσα συχνά δεν μπορούν να εκφράσουν λεκτικά (Sakka & Juslin, 2018· Ter Bogt et al., 2017). Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να δρα ευεργετικά, ειδικά ως μέσο αποφυγής εμφάνισης ψυχοσωματικών προβλημάτων που μπορεί να απορρέουν από την εσωτερίκευση των αρνητικά φορτισμένων συναισθημάτων (Shoeps et al., 2021· Van Loo et al., 2021· Panjwani et al., 2016). Μια από τις πιο αρνητικά φορτισμένες περιόδους ενός ανθρώπου συνήθως είναι όταν χάνει ένα από τα κοντινά ή αγαπημένα του πρόσωπα. Ο άνθρωπος ξεκινά, ήδη από την γέννησή του ακόμα, να δημιουργεί σχέσεις με άλλους ανθρώπους, πρώτα με την οικογένειά του και μετά με φίλους ή κάποιο σύντροφο (Alaimo & Cascio, 2015· Simpson & Lane, 2022). Μαθαίνει να βασίζεται σε αυτούς, να συνδέεται συναισθηματικά (Ratcliffe & Byrne, 2021) και να δημιουργεί μια καθημερινότητα μαζί τους. Έτσι όταν αυτά τα άτομα φεύγουν ο άνθρωπος μένει κατά κάποιο τρόπο μετέωρος, αναγκασμένος να μάθει ξανά από την αρχή κάποια πράγματα χωρίς «το στήριγμά του», γεγονός που πολλές φορές τον οδηγεί να κλείνεται στον εαυτό του χωρίς να εξωτερικεύει τον πόνο και το παράπονο που νιώθει (Ratcliffe & Byrne, 2021· Simpson & Lane, 2022). Τότε είναι που η μουσική παίρνει έναν χαρακτήρα παρηγορητικό βοηθώντας με το άκουσμά της τον άνθρωπο, ο οποίος θρηνεί, να βγάλει από μέσα του αυτό το βάρος αλλά και πολλές φορές να θυμάται τις ευχάριστες στιγμές με το άτομο το οποίο έχασε, αφού σύμφωνα με ερευνητές, η μουσική έχει την δυνατότητα να ανασύρει αναμνήσεις αλλά και να μεταβάλλει τα συναισθήματα κάποιου (Sakka & Juslin, 2018· Colombetti & Krueger, 2015· Dissanayake, 2009· Ratcliffe & Byrne, 2021· Sekowski, 2021). Σε αυτή την παρηγορητική, αλλά και συνάμα κοινωνική, πτυχή της μουσικής εστίασε η παρούσα έρευνα, επιχειρώντας να παρουσιάσει κάποιες από τις θεωρίες που έχουν προταθεί σχετικά με το πώς ένας άνθρωπος αντιμετωπίζει το πένθος τόσο ατομικά όσο και συλλογικά, αλλά και ταυτόχρονα να αναδείξει την σχέση του ανθρώπου με την μουσική και τον τρόπο με τον οποίο την χρησιμοποιεί στις δύσκολες συναισθηματικές στιγμές του για να αντεπεξέλθει. Τέλος, η παρακάτω έρευνα θα εξετάσει κατά πόσον μια μουσική παράσταση, με θέμα της την απώλεια αλλά και τον φόβο του να χάσει κάποιος έναν δικό του άνθρωπο, θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί ως εργαλείο προσέγγισης του πένθους. Δηλαδή, να αποτελεί μια άτυπη τελετουργία για ένα ορισμένο

ακροατήριο αλλά και για τους ίδιους τους φοιτητές μουσικούς οι οποίοι την απαρτίζουν. Μέσα από την διαδικασία της μουσικής αυτής παράστασης ίσως να καταφέρουν και οι μεν και οι δε να συμφιλιωθούν με την απώλεια ως γεγονός όπως και να εξωτερικεύσουν τα συναισθήματά τους, ή απλά να νιώσουν ότι υπάρχουν κι άλλα άτομα που βιώνουν παρόμοιες απώλειες και συναισθήματα με εκείνους. Η παρούσα λοιπόν έρευνα έχει ως σκοπό να εξετάσει την πιθανότητα του να χρησιμοποιηθεί μια μουσική παράσταση ως εργαλείο ευαισθητοποίησης και προσέγγισης της απώλειας καθώς και να εξετάσει την συνολική εμπειρία των μουσικών που έπαιζαν σε αυτή αλλά και του κοινού που παρακολουθούσε. Και οι δύο ομάδες συμμετεχόντων έδειξαν να βιώνουν αλλαγές στο συναίσθημα και στις σωματικές τους αντιδράσεις. Ανέσυραν μνήμες με άτομα που έχουν χάσει, πολλοί από τους μουσικούς άλλαξαν οπτική ματιά σχετικά με την απώλεια και ήταν για όλους τους συμμετέχοντες, όπως οι ίδιοι το χαρακτηρίζουν, μια όμορφη εμπειρία.

1. Προσεγγίσεις της διεργασίας του πένθους

Στη ζωή των ανθρώπων αναπόφευκτα έρχονται στιγμές μέσα από τις οποίες δοκιμάζονται η υπομονή και η συναισθηματική τους υγεία. Μια από αυτές τις στιγμές είναι όταν καλούνται να αποχαιρετήσουν ένα κοντινό αγαπημένο τους πρόσωπο, γεγονός το οποίο μπορεί να τους φορτίσει ψυχικά, συναισθηματικά αλλά και να τους επιβαρύνει σωματικά. Ένας τρόπος αποδοχής των συναισθημάτων του θρήνου και του πένθους είναι η προσπάθεια διατήρησης του δεσμού με τον νεκρό και η «παρουσία» του στην καθημερινή ζωή του πενθούντα. Σύμφωνα με την Valentine (2010) κάθε κοινωνία έχει τους δικούς της θεσμούς, τη δική της κουλτούρα και τις δικές της τελετουργίες. Όλα αυτά, συμβάλουν στην εκπλήρωση των προαναφερθέντων αναγκών, με σκοπό την ομαλή ένταξη των νεκρών στην κοινωνία μετά θάνατον, αλλά και την υγιή συνέχιση της ζωής όσων μένουν πίσω.

Μια από τις κουλτούρες, οι οποίες εντάσσουν τους νεκρούς ενεργά στην καθημερινότητά τους, είναι εκείνη της Κίνας όπου οι πολίτες κρατούν την θύμηση του αποθανόντα ζωντανή συμπεριλαμβάνοντάς τον στις τελετουργίες της καθημερινής τους ζωής σαν να μην έφυγε ποτέ. Συνεχίζουν να του μιλούν και να του κρατούν ένα ζεστό πιάτο με φαγητό κάθε πρωί και απόγευμα ώστε να μην νιώθει μόνος οπουδήποτε κι αν βρίσκεται, και

ταυτόχρονα αυτοί να ικανοποιούν την ανάγκη τους για την διατήρηση μιας επαφής μαζί του. Αντίστοιχα και στην Ιαπωνία, αιώνες κουλτούρας και ιδεολογίας έχουν βασιστεί πάνω στην μεγάλη σημασία που κατέχουν οι πρόγονοι στην ζωή των ανθρώπων (Valentine, 2010· Klass, 2015· Naito & Washizu, 2021). Στις δύο αυτές χώρες η «επιθυμία» του νεκρού και η συνέχιση του τρόπου ζωής του (όπως τα «θέλω» και τα «πιστεύω» του) εκλαμβάνονται ως στοιχεία της προσωπικότητας των νεκρών αλλά και συνήθειές τους τα οποία οι απόγονοί τους μιμούνται ή διατηρούν (στην περίπτωση των αξιών) με σκοπό να έχουν την ευλογία των προγόνων τους, καλοτυχία αλλά και μια καλή ηθικά ζωή (Klass, 2015· Naito & Washizu, 2021). Στο σπίτι κάθε οικογένειας υπάρχει ένα μικρό εικονοστάσι στο κεντρικό χολ με την φωτογραφία του νεκρού. Σε εκείνο το σημείο, τα μέλη της οικογένειας κάθε μέρα (πρωί και απόγευμα) ανάβουν ένα αρωματικό ξυλάκι (incense)¹, προσφέρουν το φαγητό της ημέρας στον εκλιπόντα και «προσεύχονται»² ενώνοντας τα χέρια μπροστά στο στήθος τους. Πραγματοποιώντας τις προαναφερθείσες τελετουργίες, όσοι μένουν πίσω επιδιώκουν να έχουν μια πιο υγιή ψυχικά ζωή μετά την απώλεια, αλλά με αυτό τον τρόπο και οι νεκροί συνεχίζουν να υπάρχουν μέσα στην κοινωνία (Maddrell, 2013· Naito & Washizu, 2021).

Σε αντίθεση με τις τελετουργίες των προαναφερθέντων ανατολικών χωρών, στις χώρες του Νότου και πιο συγκεκριμένα στις Αφρικανικές φυλές, όπως στη φυλή Dogon (Βόρεια-κεντρική Αφρική) και στους Abanyole (Δυτική Κένυα), οι επιζώντες επικεντρώνονται περισσότερο στο γεγονός της απώλειας και στη διαδικασία της ταφής των αγαπημένων τους προσώπων, παρά στο μετά. Η ταφή είναι στενά συνδεδεμένη με την μουσική και τον χορό (Phyfferoen, 2005· Park, 2020) κάνοντας την ημέρα εκείνη μια χαρμόσυνη στιγμή παρά την θλίψη της απώλειας. Αυτό βοηθά ώστε να ξεκινήσει ο νεκρός χαρούμενος το ταξίδι προς την νέα του ζωή χωρίς στεναχώριες και έγνοιες, γνωρίζοντας πως οι δικοί του άνθρωποι θα συνεχίσουν να ζουν υγιείς και χαρούμενοι ακόμα και χωρίς αυτόν (Alembi, 2008). Ένα παρόμοιο τελετουργικό υπήρχε και στην αρχαία Αίγυπτο, εστιασμένο όμως αυτή την φορά στον ίδιο τον νεκρό και το ταξίδι του, χωρίς να μεριμνούν οι ζωντανοί για όσους μένουν πίσω. Στην Αίγυπτο, όταν μουμιοποιούσαν τους νεκρούς τους, θέλοντας να

1 Στον Βουδισμό και τον Ταοϊσμό, τα αρωματικά ξυλάκια, χρησιμοποιούνται για να ποικίλουν λόγους, κάποιοι από αυτούς είναι: οι προσευχές, το καθάρισμα και εξάγνισμα του χώρου, καλή τύχη ή και το κάλεσμα θεοτήτων (Auboyer, 2015).

2 Η προσευχή τους, σε αντίθεση με το δυτικό πολιτισμό, γίνεται στη σιωπή και είναι κάποιες στιγμές ησυχίας όπου νιώθουν ο ένας την παρουσία του άλλου (Maddrell, 2013).

διατηρήσουν το σώμα και τα όργανά τους, έβαζαν στους τάφους τα αγαπημένα τους αντικείμενα, αρώματα καθώς και πλούτη (φαίνεται εντονότερα στους Φαραώ) με σκοπό να τα έχουν μαζί τους και στην επόμενη ζωή (West, 2019· Dorman & Baines, 2022).

Άλλοι πολιτισμοί όπως αυτός της κεντρικής Αμερικής (το Μεξικό) παρόλο που έχουν στο σπίτι τους ένα σημείο αφιερωμένο στους νεκρούς της οικογένειας με λουλούδια και κεριά αναμμένα, δίνουν εξίσου σημασία στην ημέρα επιστροφής των αγαπημένων τους προσώπων στη Γη η οποία γιορτάζεται μια φορά τον χρόνο για δύο μέρες (1 και 2 Νοεμβρίου). Η μέρα αυτή είναι γνωστή και ως «Día de los Muertos» (Ημέρα των νεκρών). Τη μέρα αυτή οι οικογένειες κάνουν προσφορές στον τάφο του νεκρού (offrentas). Στις προσφορές αυτές συμπεριλαμβάνονται φαγητά, ποτά και αγαπημένα πράγματα του αποθανόντα από όταν αυτός βρισκόταν στη ζωή. Ένα ακόμα έθιμο το οποίο τελείται τις 2 εκείνες ημέρες (1 και 2 Νοεμβρίου) είναι και οι οικογενειακές συγκεντρώσεις με τραγούδια, χορούς και φορεσιές κατά τις οποίες τα μέλη της οικογένειας λένε ιστορίες για τους απόντες αγαπημένους τους, θέλοντας να κρατήσουν την ανάμνησή τους ζωντανή αφού σύμφωνα με την κουλτούρα τους, κάποιος πεθαίνει πραγματικά μόνο όταν σταματούν να τον θυμούνται οι ζωντανοί (Soria-Escalante & Fuente-Herrera, 2021· Britannica, 2022).

Αντίστοιχα νεκρικά έθιμα και συνήθειες υπάρχουν στην Ελλάδα και την Κύπρο. Οι ζωντανοί εξυμνούν και μνημονεύουν τους νεκρούς τους, συνθέτουν τραγούδια για εκείνα τα πρόσωπα με σκοπό να μοιραστούν τον πόνο τους (μοιρολόγια) (Alexiou, 2002) με την κοινότητα, και σε κάποια μέρη της Ελλάδας τους συνοδεύουν στην τελευταία τους κατοικία με μουσική (όπως στην Ελλάδα με τις φιλαρμονικές και τις μπάντες στρατού). Σύμφωνα με την Ψυχογιού (2008), το μοιρολόι είχε έναν κοινωνικό χαρακτήρα. Σε μια κλειστή κοινωνία όπως αυτή ενός χωριού όπου οι κάτοικοι μοιράζονταν διάφορες δουλειές, ο θάνατος αποτελούσε ένα γεγονός το οποίο επηρέαζε όλη την κοινότητα. Όλο το χωριό, θέλοντας να μοιραστεί τον πόνο της οικογένειας του νεκρού, αλλά και να αποχαιρετήσει τον θανόντα όπως «άρμοζε», έδινε χώρο στις γυναίκες του χωριού να τον/την μοιρολογήσουν και να ξεκινήσει έτσι ο αποθανόντας το ταξίδι του (Ψυχογιού, 2008). Η ταφή γίνεται σε κοιμητήρια και αρκετές φορές σε οικογενειακούς τάφους, πράγμα το οποίο προσδίδει μια ασφάλεια στους ζωντανούς, οι οποίοι σκέφτονται πως οι αγαπημένοι τους έχουν μαζί τους οικογένεια και φίλους που έχουν ήδη φύγει για την επόμενη ζωή. Το κοιμητήριο ενισχύει το αίσθημα του

«ανήκειν» αφού μοιάζει με μια μικρή κοινωνία όπου νεκροί και ζωντανοί συνυπάρχουν αρμονικά βιώνοντας ο ένας τον πόνο του άλλου (Klass, 2015).

Πολλές είναι οι θεωρίες και οι απόψεις για το τι συμβαίνει μετά θάνατον και οι άνθρωποι βομβαρδίζονται από μικρή ακόμα ηλικία με πληροφορίες και εικόνες σε μια προσπάθεια να κατανοήσουν αλλά και να προετοιμαστούν για το γεγονός αυτό (Cox et al., 2005· Graham et al., 2018). Παιδικές ταινίες όπως η «Moana» (μετεμψύχωση της γιαγιάς σε σαλάχι προστάτη της εγγονής), ο «Ηρακλής» (Τάρταρα και Άδης) και το «Soul» (κόσμος πνευμάτων) της Ντίσνεϊ, αλλά και το «Spirited away» (κόσμος των πνευμάτων) ή το «Grave of the fireflies» (θάνατος μικρού κοριτσιού) του Studio Ghibli, δίνουν στο κοινό μια ιδέα από τους διάφορους αυτούς τρόπους με τους οποίους απεικονίζεται ο θάνατος (Colman et al., 2014) αλλά και οι σχέσεις των ανθρώπων μεταξύ τους σε πληθώρα πολιτισμών, είτε οι σχέσεις αυτές είναι μεταξύ ζωντανών είτε μεταξύ ζωντανών και νεκρών, θέλοντας με αυτόν τον τρόπο να βοηθήσουν τους ανθρώπους να προσεγγίσουν το πένθος μέσω της μουσικής και των έντονων χρωμάτων (Jain et al., 2021· Atherton & Cross, 2021).

Παρακάτω γίνεται αναφορά σε κάποιες θεωρητικές προσεγγίσεις του πένθους καθώς και στο πώς αυτές έχουν αλλάξει με το πέρασμα των χρόνων. Το πένθος είναι μια κατάσταση κατά την οποία ο οργανισμός του ανθρώπου φορτίζεται συναισθηματικά αλλά και σωματικά (Pearce, 2019). Η εσωτερίκευση έντονων συναισθημάτων, σε καταστάσεις οι οποίες προξενούν πόνο και θλίψη, είναι πιθανό να οδηγήσει στην εμφάνιση ψυχοσωματικών προβλημάτων στον άνθρωπο που θρηνεί αφού ο ίδιος μπορεί να μην έχει καταφέρει να εξωτερικεύσει τα συναισθήματα που συνοδεύουν την απώλειά του. Έτσι επιστήμονες όπως ο Brinkmann (2018) μίλησαν για το πώς μπορεί κάποιος να προσεγγίσει το πένθος ώστε να καταφέρει να ζει μια πιο υγιή ζωή, καθώς και να μπορεί να διαχειρίζεται τα έντονα συναισθήματα αλλά και τις νέες συνθήκες που ακολουθούν μία απώλεια (Saarikallio & Erkkila, 2007· Ter Bogt et al., 2017).

1.1 Η συναισθηματική διάσταση του πένθους

Για να παρουσιαστούν παρακάτω οι προσεγγίσεις αλλά και οι θεωρίες οι οποίες ερμηνεύουν τη σχέση του ανθρώπου με τον θάνατο, είναι καλό να προσδιοριστεί η συναισθηματική διάσταση του πένθους. Άνθρωποι σε όλες τις κοινωνίες βιώνουν παρόμοια συναισθήματα μετά

από απώλεια αγαπημένου τους προσώπου εκφράζοντας τον θρήνο τους (Brinkmann, 2018). Τα βασικά συναισθήματα, τα οποία αναγνωρίζονται από κουλτούρα σε κουλτούρα στους ανθρώπους, φαίνεται να διαφέρουν σε κάποιο βαθμό αναλόγως με τον επιστήμονα που τα εξετάζει. Για παράδειγμα στον κατάλογο τον οποίο παρουσιάζει ο Plutchik (2001) εμπεριέχονται συναισθήματα όπως: η αποδοχή (acceptance), η ευτυχία (joy), ο φόβος (fear) και η λύπη (sadness). Από την άλλη πλευρά, τα συναισθήματα που θεωρούνται βασικά από τους Ekman, Friesen και Ellswood (1992) είναι ο φόβος (fear), η απέχθεια (disgust), ο θυμός (anger), η ευτυχία (joy), η λύπη (sadness) αλλά και η έκπληξη (surprise). Ένας εναλλακτικός κατάλογος, είναι και αυτός του James ο οποίος, παρόλο που είναι πιο παλιός σε σχέση με τους παραπάνω, φαίνεται να είναι πιο στενά συνδεδεμένος με το πένθος αφού τα κύρια συναισθήματα τα οποία συμπεριλαμβάνονται στον κατάλόγό του είναι πιο αντιπροσωπευτικά για το ίδιο το πένθος και τα όσα νιώθει κάποιος ο οποίος θρηνεί. Τα συναισθήματα τα οποία παρουσίασε είναι: ο φόβος (fear), η αγάπη (love), η οργή (rage) αλλά και ο θρήνος (grief) (στο Myers, 1969). Οι άνθρωποι αγαπούν το πρόσωπο που χάνουν και ως αποτέλεσμα νιώθουν θυμό και λύπη για ό,τι έγινε αλλά και φόβο για το τι θα έρθει, ενώ ταυτόχρονα θρηνούν για τον άνθρωπο που έφυγε.

Τα συναισθήματα που συνοδεύουν το πένθος, όπως η λύπη, η οργή, ο θυμός και η θλίψη, αν δεν εκδηλωθούν την περίοδο της απώλειας, ενδέχεται το άτομο το οποίο θρηνεί να εμφανίσει ψυχοσωματικά προβλήματα όπως για παράδειγμα, αυξημένα επίπεδα άγχους, κατάθλιψη, ψυχολογική και σωματική κόπωση και άλλα (Van Loo et al., 2021· Shoeps et al., 2021). Αυτή η εσωτερίκευση συναισθημάτων φαίνεται να είναι κοινό γνώρισμα και στα δυο φύλα, και δείχνει να ξεκινά κυρίως από την εφηβική ηλικία, γεγονός το οποίο ανησυχεί τόσο τους ερευνητές όσο και τους γονείς ή τους εκπαιδευτικούς των παιδιών, αφού είναι πιθανό να εμφανίσουν «διαταραχές εσωτερίκευσης» (internalization disorders) όπως το γενικευμένο άγχος ή και η κατάθλιψη (Shoeps et al., 2021· Van Loo et al., 2021· Panjwani et al., 2016). Σε μελέτες βρέθηκε πως, παρόλο που το φύλο δεν παίζει ρόλο στην έκφραση συναισθημάτων (Shoeps et al., 2021· Panjwani et al., 2016), οι γυναίκες και οι νεαρές κοπέλες από 18 ετών και πάνω φαίνεται να καταλαβαίνουν, να συναισθάνονται καθώς και να εισπράττουν περισσότερα συναισθηματικά ερεθίσματα από τους άντρες (Shoeps et al., 2021), αλλά ταυτόχρονα εμφανίζουν και περισσότερες διαταραχές από αυτούς (Van Loo et al., 2021). Οι δεύτεροι

φαίνεται ότι έχουν υψηλότερα ποσοστά αυτοεκτίμησης και συναισθηματικής ισορροπίας από τις γυναίκες (Shoeps et al., 2021) δύο χαρακτηριστικά τα οποία, σύμφωνα με έρευνες, θεωρούνται απαραίτητα για την αποτροπή εμφάνισης διαταραχών εσωτερίκευσης (Shoeps et al., 2021· Van Loo et al., 2021· Panjwani et al., 2016).

Το πένθος καθώς φαίνεται να δημιουργεί έντονη συναισθηματική φόρτιση στον άνθρωπο (Pearce, 2019) ίσως να είναι αρκετό για να ενισχύσει την τάση για δημιουργία διαταραχών εσωτερίκευσης, αφού οι άνθρωποι τείνουν πολλές φορές να μην εξωτερικεύουν τα συναισθήματά τους σχετικά με τον χαμό ενός αγαπημένου τους προσώπου (Black et al. 2021). Όπως φαίνεται στην έρευνα των Van Loo και Beijers (2021) αυτές οι διαταραχές αυξάνονται από τις ηλικίες των 18 έως 30 ετών, σταθεροποιούνται από τα 30-50 και φαίνεται να μειώνονται από την ηλικία των 50 και άνω. Κατά την περίοδο του πένθους, ο άνθρωπος έχοντας χάσει ένα δικό του κοντινό πρόσωπο στο οποίο μπορεί μέχρι τότε να εμπιστευόταν τα προσωπικά του συναισθήματα και φοβίες, μένει μετέωρος (Ratcliffe & Byrne, 2021). Αυτό μπορεί να δημιουργήσει μία σύγχυση στο άτομο το οποίο θρηνεί, αφού πρέπει να μάθει να ζει σε μια νέα καθημερινότητα χωρίς το άτομο εκείνο, καθώς και να βρει ένα νέο «στήριγμα» στο πρόσωπο ενός άλλου ανθρώπου (Ratcliffe & Byrne, 2021· Brinkmann, 2020). Αυτή η απότομη αλλαγή, η οποία έρχεται με μια απώλεια στην ζωή των ανθρώπων, είναι που δίνει στο πένθος αλλά και τον θρήνο μια κοινωνική ταυτότητα, διότι σύμφωνα και με την θεωρία των «συνεχιζόμενων δεσμών» (θα αναφερθεί παρακάτω) αλλά και τους Ratcliffe και Byrne (2021) μαζί με την απώλεια αλλάζουν και μικρές καθημερινές δραστηριότητες για πολλούς ανθρώπους και όχι μόνο για έναν.

Σύμφωνα με τους Colombetti και Krueger (2015) αλλά και τον Brinkmann (2020) η θλίψη (grief) αποτελεί ένα κοινωνικό φαινόμενο κατά το οποίο ο άνθρωπος χρησιμοποιεί την ρύθμιση συναισθημάτων μέσω της περιβαλλοντικής «σκαλωσιάς» (scaffolding). Αυτή η περιβαλλοντική υποβοήθηση συμβαίνει μέσα από τελετουργικές λειτουργίες όπως το να ακούει ένα συγκεκριμένο τραγούδι, να ντύνεται με έναν συγκεκριμένο τρόπο ή να πίνει καφέ με τους ανθρώπους που αγαπάει, με σκοπό να ρυθμίσει τόσο θετικά όσο και αρνητικά συναισθήματα τα οποία μπορεί να νιώθει. Στο πένθος αυτό φαίνεται από την ανάγκη των ανθρώπων να συμμετέχουν σε κοινωνικές τελετουργίες (Colombetti & Krueger, 2015· Dissanayake, 2009) όπως η ταφή και το μοιρολόι (Ψυχογιού, 2008· Alexiou, 2002· Klass,

2015), είτε να κρατούν έναν δυνατό δεσμό με το άτομο ακόμα και μετά την απώλεια, μιλώντας του, κοιτάζοντας φωτογραφίες αλλά και υιοθετώντας κάποια χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς του (Ratcliffe & Byrne, 2021· Colombetti & Krueger, 2015· Brinkmann, 2020· Sekowski, 2021).

1.2 Θεωρίες του πένθους

Η θλίψη για μια απώλεια (grief), αποτελεί για αρκετούς ερευνητές ένα διευρυμένο συναίσθημα (Brinkmann & Kofod, 2018) και κάποιες φορές χαρακτηρίζεται ως ένα από τα θεμελιώδη ανθρώπινα συναισθήματα (Mayers, 1969). Μολονότι οι απόψεις για το αν θα έπρεπε να καταταχθούν τελικά η θλίψη αλλά και το πένθος στα ανθρώπινα συναισθήματα δίστανται, οι θεωρίες για την καλύτερη κατανόηση αλλά και προσέγγισή τους φαίνονται να εξελίσσονται με τα χρόνια και να προστίθενται σε αυτές και επιμέρους τρόποι σκέψης και απόψεις, όπως η συσχέτιση του πένθους με την θεωρία της προσκόλλησης (attachment theory) (Black et al. 2021· Sekowski, 2021· Simpson & Lane, 2022).

1.2.1 Τα πέντε στάδια του πένθους

Μια πολύ γνωστή θεωρία, σχετικά με το πένθος αλλά και την απώλεια, είναι αυτή της Kübler-Ross η οποία δημοσιεύτηκε πρώτη φορά το 1969 στο πρώτο βιβλίο της ερευνήτριας. «Το μοντέλο των 5 σταδίων για τον θάνατο» (Five stage model for dying) (Cambell et al., 2022· Corr, 2018), το οποίο όπως αναφέρει η συγγραφέας, είχε ξεκινήσει ως θεωρία βασισμένη σε ασθενείς οι οποίοι ήταν σε τελικό στάδιο (terminally ill) και αναφέρονταν στα συναισθήματα τα οποία ένιωθαν οι ίδιοι, αλλά και στο πώς αυτά άλλαζαν καθώς μετέβαιναν οι ασθενείς από το ένα στάδιο στο άλλο μέχρι να φτάσουν στο πέμπτο, την αποδοχή (acceptance) (Holland, 2014· Kübler- Ross, 1969· Cambell et al., 2022). Μολονότι η θεωρία αυτή αναφέρονταν μόνο σε ασθενείς, αργότερα η ερευνήτρια διεύρυνε τα άτομα τα οποία αφορούσε η θεωρία υποστηρίζοντας πως όποιος περνά μια σημαντική απώλεια στη ζωή του περνάει από εκείνα τα στάδια πένθους, είτε η απώλεια αυτή αναφέρεται σε θάνατο είτε σε ένα έντονο αρνητικά συμβάν, όπως για παράδειγμα ένα διαζύγιο (Holland, 2014· Kübler- Ross, 1969· Cambell et al., 2022· Corr, 2018). Όπως αναφέρει και ο Corr (2018), η μετάβαση ανάμεσα στα στάδια

αυτά ήταν ελεύθερη, οι ασθενείς μπορεί να περνούσαν από το ένα στάδιο στο άλλο και να γύριζαν ξανά πίσω στο πρώτο.

Τα στάδια στα οποία αναφέρονταν η ερευνήτρια ήταν 5 και όταν η θεωρία συμπεριέλαβε και τα άτομα τα οποία θρηνούσαν, όπως φαίνεται στο βιβλίο της συγγραφέως με τίτλο «On Death and Dying» (Kübler- Ross , 1969), έλαβε το όνομα «θεωρία των σταδίων» (stage theory) ή αλλιώς «Τα πέντε στάδια του πένθους» (the five stages of grief) (Stroebe, Schut & Boerner, 2017· Corr, 2018· Cambell et al., 2022). Τα πέντε στάδια του πένθους της Kübler- Ross είναι: η άρνηση, ο θυμός, το «παζάρεμα» (bargaining), η κατάθλιψη και η αποδοχή (Corr, 2018· Cambell et al., 2022· Kübler- Ross, 1969· Ang, 2022). Τα παραπάνω στάδια είναι διαδοχικά, χωρίς αυτό να σημαίνει απαραίτητα ότι ένας άνθρωπος ο οποίος θρηνεί δεν μπορεί να μεταπηδά από το ένα στάδιο σε ένα άλλο με μια διαφορετική σειρά (Stroebe, Schut & Boerner, 2017· Corr, 2018· Holland, 2014).

Ο τρόπος με τον οποίο γράφτηκε στα βιβλία της Kübler- Ross η παραπάνω διαδικασία ήταν ασαφής, κάνοντας έτσι τους ανθρώπους και τους ερευνητές να πιστεύουν πως πρέπει να ακολουθείται πιστά το κάθε στάδιο, γεγονός το οποίο έφερε σκληρή κριτική στην θεωρία της συγγραφέως (Stroebe, Schut & Boerner, 2017· Corr, 2018· Holland, 2014). Η ίδια όμως υποστήριξε στο δεύτερο βιβλίο της, με τίτλο «On Grief and Grieving» το οποίο έγραψε μαζί με τον Kessler, ότι η θεωρία της παρεξηγήθηκε και πως η σειρά των σταδίων είναι ενδεικτική, αφού «το πένθος είναι τόσο μοναδικό όσο και η ζωή του κάθε ανθρώπου» (2005: 7). Ύστερα από αυτή την αντιπαράθεση, σχετικά με την θεωρία της, νέες θεωρίες άρχισαν να βγαίνουν στην επιφάνεια, όπως η θεωρία των «Συνεχιζόμενων Δεσμών» (Continuing bonds theory) ή εκείνη των Stroebe και Schut με τίτλο «Μοντέλο Διπλής Διεργασίας» (The dual process model) (Holland, 2014) αλλά και η θεωρία της ανθρώπινης «προσκόλλησης» τα οποία θα παρουσιασθούν παρακάτω.

1.2.2 Η θεωρία των «Συνεχιζόμενων Δεσμών»

Οι Klass, Silverman και Nickman (1996: 7) μιλώντας για την θεωρία του Freud, αναφορικά με το πένθος, στην οποία ο ίδιος μιλάει για τον «κοινωνικό εαυτό» (social self) και υποστηρίζει ότι οι άνθρωποι χωρίζονται ο ένας από τον άλλο όταν κάποιος πεθαίνει, υποστηρίζουν πως οι δεσμοί των ανθρώπων δεν διακόπτονται μετά την απώλεια αλλά συνεχίζουν να υπάρχουν και

μετά από αυτή. Αυτό συμβαίνει γιατί οι άνθρωποι έχουν την ανάγκη να κρατούν τους νεκρούς «ενεργά» στην ζωή τους. Τότε πρωτοεμφανίστηκε η θεωρία των «Συνεχιζόμενων Δεσμών» (Continuing Bonds), η οποία σύμφωνα με τον Klass (2015) έχει διαφορές από πολιτισμό σε πολιτισμό ως προς τον τρόπο διατήρησης των δεσμών αυτών μέσα από τελετουργίες, αλλά έχει και πολλές ομοιότητες στον τρόπο διατήρησής τους στην καθημερινότητα των ζωντανών.

Με την εξέλιξη της θεωρίας εμφανίστηκαν και εργαλεία μέτρησης των δεσμών αυτών όπως το «Continuing Bonds Scale», το οποίο είναι μια σταθμισμένη αξιόπιστη κλίμακα μέτρησης δύο διαστάσεων των «Συνεχιζόμενων Δεσμών» (Sekowski, 2021). Το είδος των δεσμών αυτών είναι χωρισμένο σε δύο κατηγορίες, στους «Εξωτερικευμένους Συνεχιζόμενους Δεσμούς» (Externalized Continuing Bonds) και στους «Εσωτερικευμένους Συνεχιζόμενους Δεσμούς» (Internalized Continuing Bonds) (Sekowski, 2021· Black et al., 2022). Ο τρόπος με τον οποίο ξεχωρίζουν τις κατηγορίες φαίνεται να είναι στενά συνδεδεμένος με την σχέση που είχε ο ζωντανός με το άτομο το οποίο έχασε (Sekowski, 2021). Οι «Εξωτερικευμένοι Συνεχιζόμενοι Δεσμοί» φαίνεται να έχουν αρνητικό συνήθως χαρακτήρα, αφού τα συμπτώματα, τα οποία εμφανίζονται στη ψυχοσωματική σύνθεση του ανθρώπου που μένει πίσω, συχνά συνδέονται είτε με μια παραγμένη σχέση του ζωντανού με τον νεκρό, όσο εκείνος ήταν στη ζωή, είτε με τον ζωντανό και τη «μη» προσαρμογή του στα νέα δεδομένα της απώλειας (Sekowski, 2021· Black et al., 2022). Κάποια από αυτά τα συμπτώματα είναι οι παραισθήσεις, οι ψευδαισθήσεις καθώς και η διαταραχή του ύπνου, όπου ο άνθρωπος ο οποίος θρηνεί βλέπει εφιάλτες με το άτομο το οποίο έχασε ως αποτέλεσμα των τύψεων ή και του φόβου που μπορεί να νιώθει εσωτερικά για το πρόσωπο το οποίο δεν βρίσκεται πια στη ζωή του (Sekowski, 2021· Black et al., 2021· Simpson & Lane, 2022). Από την άλλη μεριά, οι «Εσωτερικευμένοι Συνεχιζόμενοι Δεσμοί» τείνουν να συνδέονται με τις υγιείς σχέσεις ανάμεσα στους δύο, ζωντανούς και νεκρούς, με τους πρώτους να χρησιμοποιούν κοινωνικές τελετουργίες όπως η διαδικασία της ταφής (Pearce, 2019· Phyfferoen, 2005· Park, 2020), το μοιρολόι (Ψυχογιού, 2008· Alexίου, 2002) και η ταφή σε κοιμητήρια (Klass, 2015), αλλά και ατομικές προσωπικές τελετουργίες, όπως για παράδειγμα το να κρατούν πράγματα του νεκρού, φωτογραφίες καθώς και να υιοθετούν στοιχεία του χαρακτήρα του (Klass, 2015· Sekowski, 2021· Colombetti & Krueger, 2015· Brinkmann, 2020· Ratcliffe & Byrne, 2021).

Σχετικά με τις προαναφερθείσες κατηγορίες των «Συνεχιζόμενων Δεσμών», στην έρευνα του Sekowski (2021) διακρίνονται δυο διαφορετικές διαστάσεις, αυτή του «συμπαγή δεσμού» (concrete bond) αλλά και εκείνη του «συμβολικού δεσμού» (symbolic bond). Ο «συμπαγής δεσμός», συσχετίζεται πάντα με τους «Εξωτερικευμένους Συνεχιζόμενους Δεσμούς» όπου υπάρχουν πολλές συμπεριφορές αλλά και εμπειρίες, όπως οράματα του νεκρού, η γενική αίσθηση της παρουσίας του αλλά και η ανάγκη για την εκπλήρωση των επιθυμιών του νεκρού. Τα γεγονότα αυτά μπορεί να κρατήσουν για μήνες μετά την απώλεια και ο ζωντανός προσπαθεί να αντεπεξέλθει στην αλλαγή που φέρνει η απώλεια αυτή στη ζωή του (Sekowski, 2021). Σε αυτή την εναλλακτική προσέγγιση στην θεωρία των «Συνεχιζόμενων Δεσμών», ο «συμβολικός δεσμός» μπορεί να υπάρξει και στις δύο προαναφερθείσες κατηγορίες και το άτομο το οποίο θρηνεί σε εκείνη την διάσταση μπορεί να κατανοήσει την κατάσταση καλύτερα καθώς και να αποστασιοποιηθεί από την σχέση του με τον νεκρό, έχοντας ως αποτέλεσμα το να μπορέσει να αντεπεξέλθει με καλύτερο τρόπο στο γεγονός το οποίο βιώνει (Sekowski, 2021). Εναλλακτικές θεωρίες, σαν και εκείνη των «Συνεχιζόμενων Δεσμών» η οποία θεωρήθηκε Μεταμοντέρνα, ήταν και αυτή των Stroebe και Schut (1999) με τίτλο «Μοντέλο Διπλής Διεργασίας» το οποίο θα παρουσιαστεί παρακάτω.

1.2.3 Το «Μοντέλο Διπλής Διεργασίας»

Σύμφωνα με τους Stroebe και Schut (1999) το μοντέλο της Kübler-Ross (1969) για τα «Πέντε στάδια του πένθους» δεν είναι σωστά διατυπωμένο, αφού οι ίδιοι υποστηρίζουν πως δεν υπάρχει μια σταθερή πορεία την οποία θα έπρεπε να ακολουθούν όσοι θρηνούν για να φτάσουν στο τελευταίο στάδιο, αλλά αντίθετα πιστεύουν ότι ο κάθε άνθρωπος είναι διαφορετικός και μπορεί να πηγαиноέρχεται από το ένα στάδιο στο άλλο, επικεντρώνοντας την προσοχή του τότε στον νεκρό και τότε στο να αποφεύγει το γεγονός ή και αποσπώντας την προσοχή του από αυτό (avoidance και distraction) (Stroebe & Schut, 1999· Stroebe et al., 2017). Έτσι, οι Stroebe και Schut δημιούργησαν το «Μοντέλο Διπλής Διεργασίας» με σκοπό να περιγράψουν πώς ξεπερνά μια απώλεια το κάθε άτομο ξεχωριστά, αλλά και για να κατανοήσουν τις διαφορές στον τρόπο με τον οποίο αντεπεξέρχεται ο άνθρωπος που θρηνεί στην απώλεια (Holland, 2014· Stroebe & Schut, 1999· Stroebe et al., 2017· McManus et al., 2018). Το μοντέλο αυτό χωρίζεται σε δύο προσανατολισμούς, τον «προσανατολισμό της

απώλειας» (loss orientation), κατά τον οποίο το άτομο που θρηνεί επικεντρώνει την προσοχή του στην ίδια την απώλεια ως γεγονός, καθώς και τον «προσανατολισμό της αποκατάστασης» (restoration orientation), ο οποίος αναφέρεται κυρίως σε δευτερεύοντες παράγοντες που προκαλούν στρες. Οι παράγοντες αυτοί προέρχονται από την απώλεια και επιβαρύνουν τον άνθρωπο που προσπαθεί να συνηθίσει στη νέα του ζωή χωρίς το άτομο το οποίο έχασε (McManus et al., 2018· Carr, 2010· Bennett et al., 2010).

Όπως αναφέρθηκε και παραπάνω, όταν κάποιος χάνει ένα κοντινό του άτομο από τη ζωή καλείται να μάθει να ζει χωρίς αυτό, μαθαίνοντας νέους τρόπους να κάνει πράγματα αλλά και αναγκάζοντας εν μέρει τον εαυτό του να δημιουργήσει νέες σχέσεις φιλίας αλλά και συναισθηματικής στήριξης (Ratcliffe & Byrne, 2021), αφού όπως υποστηρίζει ο Brinkmann (2018) ο θανών είναι αναντικατάστατος και οι νέες σχέσεις εξακολουθούν να είναι νέες. Ο άνθρωπος ο οποίος θρηνεί, πρέπει να κατανοήσει τι διαταράσσει την καθημερινότητά του (Ratcliffe & Byrne, 2021) και να βρει νέους τρόπους να συμμετέχει σε δραστηριότητες ατομικές (όπως το να ακούει μουσική ή να πίνει ένα συγκεκριμένο καφέ) και κοινωνικές, ώστε να καταφέρει να αντεπεξέλθει στην καινούρια του ζωή (Brinkmann, 2018· Colombetti & Krueger, 2015· Brinkmann, 2020· McManus et al., 2018). Αναφερόμενοι σε καθημερινά προβλήματα λοιπόν, τα οποία μπορεί να δημιουργούνται λόγω μιας απώλειας, οι Stroebe και Schut (2015) έκαναν το μοντέλο τους πιο ευρύ, αναφερόμενοι έτσι στα προβλήματα και τις ιδιαιτερότητες των ατόμων μιας οικογένειας, καθώς και τους ξεχωριστούς τρόπους με τους οποίους αντεπεξέρχονται τα μέλη της οικογένειας σε μια απώλεια. Αργότερα, διεύρυναν το μοντέλο και ως προς τα προβλήματα σε κοινωνικό επίπεδο αντίστοιχα (Stroebe και Schut, 2015· McManus et al., 2018). Κάτι το οποίο μπορεί να μπει εμπόδιο στην παραπάνω διαδικασία είναι η ανθρώπινη «Προσκόλληση» (Attachment), στην θεωρία της οποίας θα γίνει αναφορά παρακάτω.

1.3 Η θεωρία της «Προσκόλλησης» και η σχέση της με το πένθος

Οι άνθρωποι, από τους πρώτους 6 μήνες της ζωής τους, αποζητούν να δημιουργήσουν συναισθηματικούς δεσμούς με άτομα τα οποία νοιάζονται για αυτούς και τους προσέχουν (Simpson & Lane, 2022). Σύμφωνα με τους Alaimo και Cascio (2015) οι Bowlby και Ainsworth μίλησαν για την θεωρία της «Προσκόλλησης». Στην παιδική ηλικία οι δεσμοί που

δημιουργούνται με την μητέρα ή γενικά τον γονέα παίζει σημαντικό ρόλο στην συναισθηματική προστασία του παιδιού από καταστάσεις οι οποίες μπορεί να το πληγώσουν αλλά και για την συναισθηματική του σταθερότητα (Simpson & Lane, 2022). Ο Davies (2020), αναφέρει πως ο δεσμός αυτός με τους γονείς είναι ένας από τους βασικούς παράγοντες διαμόρφωσης του χαρακτήρα και της ταυτότητας των ατόμων. Καθώς μεγαλώνουν οι άνθρωποι «συνδέονται» με φίλους αλλά και τους συζύγους τους, εναποθέτοντας τα συναισθήματα και την καθημερινότητά τους σε αυτά τα πρόσωπα (Ratcliffe & Byrne, 2021). Όταν λοιπόν έρχεται η στιγμή στην οποία εκείνοι οι άνθρωποι φεύγουν από την ζωή, αφήνουν πίσω τους ένα κενό και τότε οι άνθρωποι που θρηνούν μένουν μπερδεμένοι με μία αίσθηση αβεβαιότητας για το πώς πρέπει να συνεχίσουν (Ratcliffe & Byrne, 2021). Ταυτόχρονα τα άτομα που μένουν πίσω νιώθουν «μοναξιά» όντας προσκολλημένοι για καιρό στο άτομο το οποίο έχασαν, όμως αυτή η κοινωνική μα και συναισθηματική μοναξιά τους ωθεί στο να έρθουν πιο κοντά και να ενισχύσουν τους δεσμούς τους με άτομα τα οποία βρίσκονται ακόμα στην ζωή τους (Vedder et al., 2022). Η μοναξιά σε νεότερες ηλικίες μπορεί να προκαλέσει ψυχικές και σωματικές διαταραχές όπως κατάθλιψη (Salo et al., 2019) αλλά ταυτόχρονα μπορεί να βοηθήσει στο να αποκτήσουν τον δικό τους χαρακτήρα και την δική τους προσωπικότητα ανεξάρτητα από την επιρροή που μπορεί να έχουν από τους γονείς τους (Coplan et al., 2021). Στην κατάσταση του πένθους ο άνθρωπος που θρηνεί πρέπει να προσπαθήσει να ξεπεράσει την προσκόλλησή του, σε εκείνο το άτομο, αφού συχνά επηρεάζεται αρνητικά από την προσκόλληση αυτή βλέποντας εφιάλτες αλλά και εμφανίζοντας ψυχοσωματικά συμπτώματα (Black et al., 2022, Black et al., 2021). Θέλοντας λοιπόν εκείνος που θρηνεί να διαχειριστεί τόσο τα συναισθήματα όσο και την γενικότερη κατάσταση στην οποία μπαίνει μετά από μια απώλεια, συχνά καταφεύγει στην μουσική για να καταφέρει να ρυθμίσει τα έντονα συναισθήματά του, καθώς και για να διαχειριστεί την απώλεια εκείνη. Έτσι όπως θα παρουσιαστεί παρακάτω, η μουσική λαμβάνει έναν χαρακτήρα παρηγορητικό (Colombetti & Krueger, 2015· Dissanayake, 2009· Ratcliffe & Byrne, 2021).

2. Η μουσική ως εργαλείο ρύθμισης συναισθημάτων

Συχνά, από μικρή ακόμα ηλικία, οι άνθρωποι ακούν μουσική θέλοντας να εμβαθύνουν στα συναισθήματα τα οποία νιώθουν, αλλά και για να παίρνουν δύναμη ώστε να καταφέρνουν να

ξεπερνούν δύσκολες καταστάσεις (Ter Bogt et al., 2017). Στον τομέα της μουσικής αναφορικά με το συναίσθημα έγιναν πολλές έρευνες κατά την δεκαετία 2003-2013. Πλέον οι ερευνητές χρησιμοποιούν μεγαλύτερο εύρος ακροαμάτων, και όχι μόνο κλασσικής μουσικής, με σκοπό να εξετάσουν τις επιδράσεις που ασκούν στα συναισθήματα (Eerola & Vuoskoski, 2013). Οι άνθρωποι κυρίως από την εφηβεία και μετά διαμορφώνουν την προσωπική τους μουσική ταυτότητα και διαλέγουν ακροάματα τα οποία τους εκφράζουν ώστε να καταφέρουν να εκφράσουν τα συναισθήματα τα οποία νιώθουν (Sakka & Juslin, 2018). Τέτοιου είδους αλλαγές στο συναίσθημα όπως και η χρήση της μουσικής σε τελετουργίες αλλά και στην καθημερινή ζωή του ανθρώπου ο οποίος θρηνεί, θα αναφερθούν παρακάτω.

2.1 Η συμβολή της μουσικής στην διαχείριση του ανθρώπινου φόβου για τον θάνατο

Η ανθρώπινη φύση περιλαμβάνει συναισθήματα όπως ο φόβος. Ένας από τους φόβους, ίσως ο μεγαλύτερος, είναι αυτός του θανάτου (Cardany, 2017). Η θεωρία «Διαχείρισης Τρόμου» (Terror Management Theory), βασίζεται στις ιδέες του ανθρωπολόγου Becker και υποστηρίζει πως η ανθρώπινη συμπεριφορά ενθαρρύνεται από τον φόβο του θανάτου, είτε εκείνος είναι συνειδητός είτε είναι υποσυνείδητος (Cardany, 2017· Pyszczynski et al., 2021). Ο Cardany (2017) εξέτασε τον ρόλο της μουσικής στην διαχείριση αυτού του φόβου. Αυτά που παρατήρησε ο Cardany (2017) ήταν ότι: η μουσική δίνει ένα ασφαλές πλαίσιο μέσα στο οποίο είναι πιο εύκολο να ερευνηθεί ο θάνατος. Ακόμα παρατήρησε ότι η μουσική, όταν δημιουργείται για την κοινότητα, έχει μεγαλύτερη επιρροή στην μείωση του άγχους το οποίο προέρχεται από το φόβο για το θάνατο, σε σχέση με τα τραγούδια τα οποία φτιάχνονται για ατομικά οφέλη. Τέλος, παρατήρησε πως με βάση τις προσωπικές προτιμήσεις, την κουλτούρα αλλά και την άποψη διάσημων προσώπων ως προς το τι κομμάτι είναι θλιβερό ή χαρούμενο, επηρεάζονται και τα δομικά χαρακτηριστικά των τραγουδιών που μειώνουν το άγχος για τον θάνατο. Σύμφωνα με τον Dissayake (2009), η μουσική αλλά και η επικοινωνία μέσω της μουσικότητας χρησιμοποιούνταν για να μεταφέρουν συναισθήματα αγάπης και σεβασμού, κάνοντας ταυτόχρονα χρήση τελετουργιών, ώστε οι άνθρωποι να μπορούν να βιώνουν μια «άγνωστη» κατάσταση ως κοινότητα και όχι μόνος του ο καθένας ξεχωριστά, και να αλλάζει ο καταληκτικός χαρακτήρας του θανάτου (Barenboim, 2009· Greenberg & Arndt, 2012).

2.2 Η μουσική ως μέσο εξωτερίκευσης των συναισθημάτων

Μέσω της μουσικής ο άνθρωπος επιχειρεί να επικοινωνήσει τα συναισθήματά του είτε αυτά είναι θετικά είτε είναι αρνητικά (Sakka & Juslin, 2018). Ήδη από την ανάπτυξη του τομέα της μουσικής ψυχολογίας, μέχρι σήμερα γίνεται φανερό πως διαφορετικά μουσικά ακροάματα ενεργοποιούν διαφορετικά μέρη του ανθρώπινου εγκεφάλου αλλά και των συναισθημάτων (Theorell, 2014). Σε γενικό επίπεδο η rock n' roll μουσική συνδέεται συχνά με την εξωτερίκευση του στρες αλλά και της απογοήτευσης (Ter Bogt et al. 2017). Αντίστοιχα, η ποπ μουσική φαίνεται ότι μπορεί να εκφράσει χαρά ενώ οι μπαλάντες μελαγχολία. Ο άνθρωπος, από την εφηβεία ακόμα, όταν ξεκινά να ανακαλύπτει την προσωπικότητα και να δημιουργεί τις σχέσεις του με το φιλικό του περιβάλλον, διαλέγει ποια μουσική θα ακούει για να εξωτερικεύει αυτά που νιώθει μέσα από τα διάφορα είδη της (Cook et al., 2019). Μέσα από τη μουσική, ο άνθρωπος ικανοποιεί την ανάγκη του να νιώθει ότι ανήκει κάπου, μιας και σύμφωνα με τους Ziv και Hollander-Shabtai (2021) η ακρόαση μουσικής κάνει τους ανθρώπους να νιώθουν πιο κοντά ο ένας στον άλλον. Μια ακόμα κατάσταση στην οποία η μουσική φαίνεται να φέρνει τους ανθρώπους πιο κοντά είναι αυτή της απώλειας αλλά και εκείνη του θρήνου, όπου η εσωτερίκευση συναισθημάτων γίνεται πιο επικίνδυνη, μιας και τα συναισθήματα είναι πιο έντονα και σε εκείνη την περίοδο ο άνθρωπος που θρηνεί χρειάζεται κάποιον τρόπο να εκφραστεί.

2.3 Η παρηγορητική πτυχή της μουσικής

Η μουσική έχει την δύναμη να ρυθμίζει τα ανθρώπινα συναισθήματα (Cook et al., 2019). Όταν ένας άνθρωπος ακούει μουσική μπορεί να ελέγξει καλύτερα την αναπνοή του, να κατεβάσει τους παλμούς του αλλά και να φέρει στο εαυτό του ένα αίσθημα ευφορίας και χαλάρωσης (Cook et al., 2019). Μια από τις καταστάσεις στις οποίες ο άνθρωπος χρειάζεται περισσότερο την μουσική είναι όταν περνάει μια απώλεια. Σε εκείνη την περίοδο, η μουσική συνεχίζει να ρυθμίζει τα συναισθήματα αλλά ταυτόχρονα αναλαμβάνει και έναν χαρακτήρα παρηγορητικό (Ter Bogt et al., 2017). Διάφοροι συνθέτες αλλά και μουσικοί, οι οποίοι γνώριζαν την δυνατότητα της μουσικής αναφορικά με την βελτίωση της διάθεσης, την χρησιμοποιούσαν για να βοηθήσουν το ακροατήριο να αντεπεξέλθει στο πένθος του (Ter Bogt

et al., 2017). Η μουσική παρηγορεί τους ανθρώπους (Gallagher, 2021) οι οποίοι πενθούν, και τους δίνει μια αίσθηση κατανόησης από τον άλλον μέχρι εκείνοι να νιώσουν καλύτερα σωματικά και ψυχικά (Ter Bogt et al., 2017· Viper et al., 2020).

Όταν ένας άνθρωπος προσπαθεί να χρησιμοποιήσει την μουσική με σκοπό να μειώσει τα έντονα συναισθήματα της απώλειας, τότε εκείνη ξεκινά να έχει τόσο χαρακτήρα ατομικό όσο και κοινωνικό (Cardany, 2017). Ο ατομικός χαρακτήρας αλλά και τα οφέλη τα οποία κερδίζει ο άνθρωπος μέσα από το να ακούει μουσική όπως αναφέρεται παραπάνω, επικεντρώνονται κυρίως στην μείωση του στρες καθώς και την εξωτερίκευση συναισθημάτων (Ter Bogt et al. 2017· Viper et al., 2020) αφού η εσωτερίκευση συναισθημάτων, ειδικά σε περιόδους με τόσο έντονα συναισθήματα όσο κατά το πένθος, μπορεί να οδηγήσει σε πολλά ψυχοσωματικά προβλήματα όπως η κόπωση, η κατάθλιψη και ο σωματικός πόνος (Shoeps et al., 2021· Van Loo et al., 2021· Panjwani et al., 2016). Από την άλλη μεριά, κοινωνικά η μουσική ξεκινάει να υπάρχει με ρόλο παρηγορητικό ήδη από την ταφή του νεκρού, όπου η μουσική χρησιμοποιείται στην τελετή ώστε να φέρνει ευχάριστες αναμνήσεις από τον εκλιπόντα στην οικογένεια του νεκρού, μια ελπίδα για το ότι θα συνεχίσουν καλά την ζωή τους μετά από αυτή την απώλεια, αλλά και να τους φέρει πιο κοντά μεταξύ τους (Viper et al., 2020). Στις τελετές ταφής στη Σουηδία, τα συναισθήματα είναι στο επίκεντρο και μέσω της μουσικής η οικογένεια μπορεί να δημιουργήσει συμβολισμούς και να αντιμετωπίσει την δύσκολη αυτή κατάσταση (Viper et al., 2020). Αντίστοιχα στην Ελλάδα το μοιρολόι δείχνει τον κοινωνικό χαρακτήρα της μουσικής μέσω των γυναικών οι οποίες μαζεύονται για να κλάψουν και να μοιρολογήσουν τον νεκρό, μοιράζοντας έτσι τον πόνο της οικογένειας σε όλη την κοινότητα, κάνοντας τον πόνο λίγο πιο ελαφρύ (Ψυχογιού, 2008· Alexiou, 2002).

Σύμφωνα με την Bruin- Mollehorst (2020), η χρήση της μουσικής στην ταφή μπορεί να δημιουργήσει αλλαγή συναισθημάτων καθώς και να ενεργοποιήσει την επαναφορά αναμνήσεων μέσω της επεισοδιακής μνήμης. Ακόμα, η μουσική δίνει στην ταφή έναν κοινωνικό χαρακτήρα βοηθώντας όσους θρηνούν να αλληλεπιδράσουν με τους γύρω τους και να περάσουν εκείνη την δύσκολη στιγμή ως σύνολο και όχι ως μονάδα (collective activity), ενώ μπορεί και να οδηγήσει τελικά στο αίσθημα της κάθαρσης. Αργότερα, μέσα από την μουσική μπορεί ο άνθρωπος ο οποίος θρηνεί να καταφέρει να διατηρήσει έναν συνεχιζόμενο δεσμό με το άτομο το οποίο έχασε, ακούγοντας τραγούδια τα οποία έχει συνδυάσει με εκείνο

το πρόσωπο ή και μουσική η οποία του ξυπνάει αναμνήσεις (Colombetti & Krueger, 2015). Σύμφωνα με τους Viper κ.α (2020), η ζωντανή μουσική μπορεί καλύτερα από την ηχογραφημένη μουσική να δώσει, ακόμα και μετά την τελετή, την δύναμη την οποία θα χρειαστεί η οικογένεια αλλά και οι γνωστοί του αποθανόντα ώστε να συνεχίσουν τη ζωή τους μετά από αυτόν. Αυτό γίνεται γιατί η μουσική όπως προαναφέρθηκε έχει την δυνατότητα να επηρεάζει τα ανθρώπινα συναισθήματα (Cook et al., 2019) και φέρνει τους ανθρώπους κοντά μέσω του κοινωνικού της χαρακτήρα (Bruin- Mollehorst, 2020· Ziv & Hollander-Shabtai, 2021). Παρακάτω θα παρουσιαστεί το πώς μια μουσική παράσταση μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως άτυπη τελετουργία βασιζόμενη στις θετικές επιδράσεις που έχει η μουσική στον άνθρωπο.

3. Η μουσική παράσταση ως άτυπη τελετουργία

Κατά την περίοδο του πένθους ένας άνθρωπος βιώνει έντονα συναισθήματα και φορτίζεται τόσο συναισθηματικά όσο και σωματικά (Holland, 2014· Kübler- Ross, 1969· Cambell et al., 2022· Corr, 2018). Η μουσική είναι διαθέσιμη για τέτοιες καταστάσεις, ώστε να μπορέσει ο άνθρωπος ο οποίος θρηνεί να την χρησιμοποιήσει με σκοπό να κατανοήσει τα όσα νιώθει καθώς και να αντεπεξέλθει στην απώλεια ενός αγαπημένου του κοντινού προσώπου (Ter Bogt et al., 2017· Viper et al., 2020) εξωτερικεύοντας τα συναισθήματα και τον πόνο που νιώθει. Παρατηρώντας κανείς τον τρόπο με τον οποίο η μουσική δρα στον ανθρώπινο οργανισμό (Cook et al., 2019), θα διαπιστώσει πως οι ιδιότητές της (π.χ. ρυθμός και μελωδία) μπορούν να καθοδηγήσουν τα συναισθήματα του ακροατή (Swarbrick et al., 2019· Larwood & Dingle, 2021· Völker, 2022) αλλά και να τον κάνουν να νιώσει «ασφαλής», μέσω της ίδιας της μουσικής καθώς και του γενικότερου πλαισίου- χώρου στο οποίο εκείνος βρίσκεται (Cardany, 2017). Έτσι παρακάτω θα παρουσιαστεί ο τρόπος με τον οποίο μια μουσική παράσταση, ως άτυπη τελετουργία, ίσως να βοηθήσει άτομα τα οποία έχουν βιώσει μια απώλεια να καταφέρουν να συμφιλιωθούν όσο περισσότερο γίνεται με το γεγονός αυτό, καθώς και να νιώσουν ότι υπάρχουν και άλλα άτομα που βιώνουν ή έχουν βιώσει μια σημαντική για αυτούς απώλεια, ενισχύοντας έτσι το αίσθημα του «ανήκειν» και βοηθώντας τους με αυτόν τον τρόπο να μοιραστούν ενδεχομένως λίγο από τον πόνο τους. Το ίδιο ισχύει και για άτομα τα οποία φοβούνται να χάσουν κάποιο αγαπημένο τους πρόσωπο (Cardany, 2017).

3.1 Η χρήση της μουσικής στις τέχνες της παράστασης

Για να μπορέσει κανείς να διερευνήσει τη λειτουργία της μουσικής παράστασης ως μια άτυπη τελετουργία ίσως θα πρέπει πρώτα να εξετάσει την χρήση της μουσικής στις τέχνες της παράστασης και πιο συγκεκριμένα στο θέατρο και τον κινηματογράφο. Από την εποχή του βωβού κινηματογράφου είχε αρχίσει να αξιοποιείται η μουσική στις τέχνες της παράστασης (Goodwin, 2022). Η μουσική τότε χρησιμοποιούνταν παράλληλα με την ταινία, (σε πρώτη φάση με ζωντανή ορχήστρα και αργότερα με γραμμόφωνο) προσδίδοντας στην εικόνα στοιχεία που της έλλειπαν, όπως το συναίσθημα το οποίο δεν μπορούσαν να εκφράσουν (λόγω έλλειψης της φωνής), αλλά και για πρακτικούς λόγους όπως το να μην υπάρχει απόλυτη ησυχία κατά την διάρκεια της ταινίας αλλά να υπάρχει ένα μουσικό υπόβαθρο ώστε να μην βαριέται το κοινό (Goodwin, 2021· Pomeroy, 2017). Εν συνεχεία, όταν πλέον ο κινηματογράφος απέκτησε «φωνή», ο ρόλος της μουσικής έγινε πιο συγκεκριμένος. Η μουσική στον κινηματογράφο μα και στο θέατρο θεωρήθηκε ότι έχει 7 βασικές χρήσεις (Hoffmanm 2022· Cohen, 1990).

Η πρώτη λειτουργία της είναι ο «σχολιασμός» (commentating). Αναφορικά με αυτή της την λειτουργία η μουσική, τόσο στο σινεμά όσο και στο θέατρο, ουσιαστικά σχολιάζει-επενδύει την σκηνή ενώ βοηθάει και στο πέρασμα από την μια σκηνή στην άλλη (Hoffmanm 2022· Cohen, 1990). Δεύτερη, έρχεται η «επένδυση κινήσεων» (illustrating movement). Στο πλαίσιο αυτό, η μουσική χρησιμοποιείται σε ταινίες κινουμένων σχεδίων, κωμωδίες καθώς και σε μία παράσταση, συνήθως για να δημιουργήσει μια υπερβολή ή/και αντίθεση σε θετικές ή αρνητικά φορτισμένες κατά τα άλλα κινήσεις, όπως για παράδειγμα όταν κάποιος πέφτει, θέλοντας να διακωμωδήσει την κατάσταση και να κάνει το κοινό να γελάσει (Hoffmanm 2022· Cohen, 1990· Cohen, 2005). Οι επόμενες τρεις επηρεάζουν πιο άμεσα το κοινό, αφού «δημιουργούν σχέσεις με την πλοκή» (creating plot relationship) συνδέοντας κάποια πρόσωπα με συγκεκριμένα μουσικά μοτίβα, δημιουργούν μια «ατμόσφαιρα» (creating atmosphere) για το κοινό ή ακόμα το οδηγούν στο να «νιώθει ό,τι και ο χαρακτήρας της ταινίας ή της παράστασης» (portray emotions) (Hoffmanm 2022· Cohen, 1990· Cohen, 2005). Τέλος μέσω της μουσικής, μπορεί ο ακροατής να καταλάβει σε ποιο χώρο βρίσκεται ο χαρακτήρας αλλά και το «τι πρόκειται να συμβεί» (foreshadowing) (Hoffmanm 2022· Cohen, 1990· Cohen, 2005). Χρησιμοποιώντας όλες αυτές τις λειτουργίες της μουσικής στο σινεμά και στο θέατρο,

μπορεί το ακροατήριο να νιώσει τα συναισθήματα του χαρακτήρα καθώς και πολλές φορές να ταυτιστεί μαζί του, τόσο λόγω της προσωπικότητάς του όσο και των όσων περνάει καθώς εκτυλίσσεται η πλοκή (Cohen, 2005). Όπως αναφέρθηκε και προηγουμένως, συνδυαστικά με τις ιδιότητες της μουσικής καθώς και την επιρροή την οποία μπορεί η ίδια να ασκήσει στα συναισθήματα του κοινού (Cohen, 2005· Sakka & Juslin, 2018), η παρακολούθηση μιας μουσικής παράστασης ίσως να μπορέσει να οδηγήσει το κοινό να ταυτιστεί με τον ήρωα της ιστορίας καθώς και να ενεργοποιήσει την επεισοδιακή του μνήμη (Viper et al., 2020). Το πώς είναι πιθανό να γίνει η ενεργοποίηση της επεισοδιακής μνήμης κατά την παρακολούθηση μιας μουσικής παράστασης, καθώς και το γιατί η μνήμη παίζει ρόλο στον χαρακτηρισμό της παράστασης αυτής ως άτυπης τελετουργίας θα αναφερθούμε στη συνέχεια.

3.2 Η ενεργοποίηση της επεισοδιακής μνήμης κατά την παρακολούθηση μιας μουσικής παράστασης

Ο όρος «μνήμη» αναφέρεται στην ικανότητα του ανθρώπινου νου να κωδικοποιεί, να αποθηκεύει αλλά και να ανασύρει πληροφορίες από γεγονότα του παρελθόντος, τα οποία είτε ο άνθρωπος έχει βιώσει ο ίδιος είτε απλά τα γνωρίζει επειδή τα διάβασε κάπου (Britannica, 2022· Βοσνιάδου, 2018). Η ανάσυρση αναμνήσεων και συναισθημάτων ακούγοντας μουσική ή παρακολουθώντας μια παράσταση δημιουργεί το αίσθημα οικειότητας και ωθεί τόσο τους ακροατές όσο και τα άτομα τα οποία παίζουν στην παράσταση να ταυτιστούν με την υπόθεση και τους ρόλους μιας και βλέπουν ένα κομμάτι από τον εαυτό τους μέσα σε αυτά και αντιλαμβάνονται ομοιότητες με καταστάσεις και συναισθήματα τα οποία έχουν βιώσει (Cohen, 2005· Sakka & Juslin, 2018· Viper et al., 2020). Για να κατανοήσει κανείς το πώς λειτουργεί η διαδικασία της ανάσυρσης και ταύτισης των αναμνήσεων με στοιχεία μιας μουσικής παράστασης, ενδεχομένως να είναι χρήσιμη η γνώση για τα είδη και τις ιδιότητες της ανθρώπινης μνήμης.

Η μνήμη χωρίζεται σε τρεις επιμέρους κατηγορίες την αισθητηριακή μνήμη, στην βραχύχρονη μνήμη και στην μακρόχρονη μνήμη. Η τελευταία είναι υπεύθυνη για τις πληροφορίες οι οποίες δεν αποδυναμώνονται εύκολα με τον χρόνο όπως οι έντονα φορτισμένες αναμνήσεις. Η μακρόχρονη μνήμη με τη σειρά της χωρίζεται σε δυο τύπους, την ρητή και την άρρητη μνήμη (Britannica, 2022· Βοσνιάδου, 2018· Palombo et al., 2021). Η

ανάκληση των αναμνήσεων και στις δύο αυτές υποκατηγορίες είναι συνειδητή με την διαφορά ότι η ρητή μνήμη αναφέρεται σε γεγονότα με σημασία και σε προσωπικά βιώματα ενώ η άρρητη μνήμη αναφέρεται κυρίως σε δεξιότητες και ικανότητες του ανθρώπινου σώματος (Britannica, 2022· Βοσνιάδου, 2018· Palombo et al., 2021). Η επεισοδιακή μνήμη εντάσσεται στην μακρόχρονη ρητή μνήμη και σε αυτήν αποθηκεύονται τα βιώματα του κάθε ανθρώπου (Britannica, 2022· Βοσνιάδου, 2018). Οι παράγοντες οι οποίοι συμβάλουν στην επαναφορά αναμνήσεων είναι τα εξωτερικά ερεθίσματα τα οποία δρουν ως δείκτες ανάσυρσης (Britannica, 2022· Βοσνιάδου, 2018·). Ο άνθρωπος βλέπει κάτι που του θυμίζει ένα προσωπικό του βίωμα και ο εγκέφαλός του μέσω του ιππόκαμπου, ανασύρει την μνήμη εκείνη (Βοσνιάδου, 2018). Το ίδιο συμβαίνει και με την μουσική. Στην προκειμένη περίπτωση ο άνθρωπος ακούει ένα είδος μουσικής ή ένα συγκεκριμένο τραγούδι τα οποία τον κάνουν να νιώθει όπως ένιωθε ενδεχομένως σε κάποια άλλη περίοδο της ζωής του (Britannica, 2022· Βοσνιάδου, 2018· Palombo et al., 2021). Σύμφωνα με τους Larwood και Dingle (2022) πολλοί άνθρωποι που ακούνε λυπητερή μουσική για να ρυθμίσουν τα συναισθήματά τους, τείνουν να δείχνουν σημάδια ευχαρίστησης ακόμα και ως αντίδραση σε λυπητερή μουσική παρόλο το θλιβερό του χαρακτήρα της. Σε μια μουσική λοιπόν παράσταση με επίκεντρο την απώλεια, τόσο το κοινό όσο και οι συμμετέχοντες μουσικοί ίσως να καταφέρουν να ταυτίσουν τα συναισθήματα και τα βιώματά τους με τη μουσική ή/και με την ιστορία ή/και με τους χαρακτήρες της παράστασης ώστε να δημιουργηθεί μια άτυπη τελετουργία και να νιώσουν λίγο πιο οικεία με την απώλεια ως γεγονός. Κάποιοι δείκτες ανάσυρσης οι οποίοι πιθανώς να βοηθήσουν στην ταύτιση αυτή κατά την διάρκεια της παράστασης θα παρουσιαστούν παρακάτω.

3.2.1 Γνώριμα ακροάματα και η επίδρασή τους στην επεισοδιακή μνήμη

Παρατηρώντας λοιπόν κανείς την μουσική επίδραση στην επεισοδιακή μνήμη, στο πλαίσιο μιας μουσικής παράστασης, θα διαπιστώσει πως ένα γνώριμο είδος μουσικής (όπως για παράδειγμα η παραδοσιακή μουσική), ίσως και κάποιο γνώριμο τραγούδι το οποίο μπορεί να έχουν συνδέσει μέσα τους οι ακροατές ή/και οι συμμετέχοντες μουσικοί με το άτομο το οποίο έχουν χάσει, είναι δυνατόν να τους βοηθήσει να επαναφέρουν μνήμες του ατόμου εκείνου,. Ακόμα ίσως νιώσουν και την παρουσία του, μέσω της ενεργοποίησης της επεισοδιακής

μνήμης και της επαναφοράς (αναλόγως με την πλοκή της ιστορίας-παράστασης) καλών ή κακών στιγμών με το πρόσωπο της απώλειας (Viper et al., 2020· Cook et al., 2019) δημιουργώντας έτσι το πλαίσιο μιας άτυπης τελετουργίας. Μέσα σε αυτό το πλαίσιο, κοινό και συμμετέχοντες μουσικοί ενδεχομένως να έρθουν «πιο κοντά» με τα συναισθήματα τα οποία ένιωσαν κατά την απώλεια ή με τον φόβο της απώλειας κάποιου προσώπου καθώς και να καταφέρουν πιθανώς να μοιραστούν λίγο από τον πόνο και το παράπονο που μπορεί να νιώθουν μέσα τους όπως συμβαίνει και στο μοιρολόι με τον κοινωνικό και παρηγορητικό χαρακτήρα της μουσικής (Ψυχογιού, 2008· Alexiou, 2002). Στη συνέχεια θα συζητηθεί το πώς μια γνώριμη συνθήκη ή ένα γνώριμο μουσικό άκουσμα, όπως προαναφέρεται, ίσως να προσφέρει μια παρηγοριά σε όσους βιώνουν μια μουσική παράσταση με θέμα της την απώλεια αλλά και το πώς πιθανώς οι συμμετέχοντες είναι δυνατόν να ταυτιστούν με τα όσα ακούν και βλέπουν.

3.2.2 Γνώριμες συνθήκες και η ταύτιση του κοινού με αυτές

Ένας τρόπος μέσα από τον οποίο οι συμμετέχοντες μουσικοί και το κοινό πιθανώς να καταφέρουν να ανασύρουν μνήμες, είναι και η χρήση γνώριμων συνθηκών, όπως ένα παιχνιδιотράγουδο ή μια αφήγηση για τα παιδικά ξέγνοιαστα χρόνια, τα οποία ίσως να βοηθήσουν το κοινό (συνδυαστικά πάντα με τη μουσική) να ταυτιστεί με την παράσταση και να επαναφέρει μνήμες με το άτομο το οποίο έχασε. Όπως προαναφέρεται και στην θεωρία των «Συνεχιζόμενων Δεσμών», το άτομο το οποίο θρηγνεί τείνει να κρατάει τον νεκρό στη ζωή του μέσα από αναμνήσεις, μουσική, μυρωδιές μα και συνήθειες που ίσως να είχαν μαζί ή στοιχεία της προσωπικότητάς του τα οποία μπορεί να έχει υιοθετήσει (Colombetti & Krueger, 2015· Dissanayake, 2009· Ratcliffe & Byrne, 2021· Brinkmann, 2020· Sekowski, 2021). Αυτό σε μια μουσική παράσταση με επίκεντρο το πένθος, μπορεί να είναι σημαντικό αφού όπως αναφέρουν η Palombo και οι συνεργάτες της (2021) καθώς και οι Larwood και Dingle (2022) ένας άνθρωπος όταν βρίσκεται μπροστά σε μια γνώριμη για αυτόν συνθήκη ή ακούει ένα είδος μουσικής το οποίο έχει συνδέσει με ένα προσωπικό του βίωμα, δείχνει να συνδέεται περισσότερο με αυτό που βλέπει ή ακούει και δείχνει ενσυναίσθηση. Αισθάνεται ότι τον συνδέουν κάποια παρόμοια πράγματα με τον ήρωα της παράστασης και την μουσική η οποία πιθανώς να του θυμίζει προσωπικές του στιγμές και συναισθήματα, ανασύροντας έτσι μνήμες

και συναισθήματά του στην επιφάνεια, αφού οι αναμνήσεις αναδύονται μέσω συνειρμών που κάνει ο άνθρωπος και ένα παρόμοιο εξωτερικό ερέθισμα μπορεί να του ανασύρει παλαιότερα βιώματα (Britannica, 2022· Βοσνιάδου, 2018· Palombo et al., 2021· Larwood & Dingle, 2022).

3.3 Η ενεργοποίηση συναισθημάτων κατά την παρακολούθηση μιας μουσικής παράστασης

Αφού δημιουργηθεί ένα ασφαλές πλαίσιο, υπό τις συνθήκες μιας μουσικής παράστασης και ο ακροατής νιώσει πως ταυτίζεται με τον χαρακτήρα, το επόμενο βήμα για να γίνει εκείνη η παράσταση μια άτυπη τελετουργία είναι να ενεργοποιηθούν τα συναισθήματα του ακροατή μέσω του κειμένου αλλά και μέσω της μουσικής αφού όπως αναφέρθηκε παραπάνω, η μουσική (Colombetti & Krueger, 2015· Viper et al., 2020· Ter Bogt et al., 2017) μπορεί να επηρεάσει κάποιον που την ακούει και να τον βοηθήσει να ξεπεράσει τις δύσκολες καταστάσεις όπως μια απώλεια, νιώθοντας ότι κάποιος άλλος περνάει ό,τι κι αυτός, ακόμα και μέσω ταύτισης με τα λόγια ενός τραγουδιού (Barradas & Sakka, 2021) είτε μέσω του να εξωτερικεύσει τα συναισθήματα τα οποία θα μπορούσαν αργότερα να του δημιουργήσουν κάποια ψυχοσωματικά προβλήματα (Holland, 2014· Kübler-Ross, 1969· Cambell et al., 2022· Corr, 2018). Σύμφωνα με την Völker (2022) η μουσική μπορεί να ενεργοποιήσει ένα μεγάλο εύρος συναισθημάτων καθώς και διάφορες περιοχές του εγκεφάλου. Από την χαρά μέχρι τη λύπη ή και τον θυμό, οι άνθρωποι εκφράζουν τα συναισθήματα αυτά με την μουσική που ακούν, είτε αυτή είναι «χαρούμενη» είτε είναι «λυπημένη». Έτσι λοιπόν και σε μια μουσική παράσταση το κοινό και οι μουσικοί μπαίνουν σε μια μεταξύ τους επικοινωνία στην οποία οι μουσικοί εκφράζουν τα συναισθήματα που ταιριάζουν στην παράσταση μέσω της εκτέλεσής τους και τα «μεταφέρουν» στο κοινό το οποίο νιώθει όλα εκείνα τα ερεθίσματα και τα συνδέει με δικές του εμπειρίες (Colombetti & Krueger, 2015· Viper et al., 2020· Ter Bogt et al., 2017· Völker, 2022) (Tan et al., 2013· Cohen, 2002· Koelsch, 2018). Αυτή η επικοινωνία ανάμεσα σε μουσικούς και κοινό θα παρουσιαστεί παρακάτω.

3.3.1 Η εκτέλεση ενός μουσικού οργάνου και η ενεργοποίηση των συναισθημάτων

Τόσο στην ακρόαση μουσικής όσο και στην εκτέλεση ενός οργάνου, τα συναισθήματα παίζουν ενεργό ρόλο στην δημιουργία της καλύτερης δυνατής εμπειρίας για το κοινό μα και για τους ίδιους τους μουσικούς. Όπως αναφέρεται και πιο πάνω, τα συναισθήματα μπορούν να ρυθμιστούν, όπως και να αλλάξουν τελείως, μέσω της μουσικής (Cook et al., 2019). Σε μια μουσική παράσταση λοιπόν το κοινό επηρεάζεται από αυτά που ακούει και τα συναισθήματά του διαμορφώνονται καθώς εξελίσσεται η παράσταση μέχρι και το τέλος της (Tan et al., 2013· Cohen, 2002· Cook et al., 2019· Viper et al., 2020). Οι μουσικοί βιώνουν τα ίδια συναισθήματα με το κοινό αφού οι ίδιοι παίζουν και ταυτόχρονα ακούν την μουσική εκείνη. Τα συναισθήματα βρίσκονται στο επίκεντρο τόσο στις πρόβες όσο και στην τελική παράσταση οι μουσικοί μέσα από την εκτέλεσή τους περνούν τα συναισθήματά τους στο κοινό και επικοινωνούν μαζί τους (Tan et al., 2013· Cohen, 2002· Koelsch, 2018). Συχνά οι μουσικοί σύμφωνα με τους Meyer κ.α (2020) έχουν καλύτερες γνωστικές δεξιότητες, από τους μη μουσικούς, όπως η μνήμη και η προσοχή. Χρησιμοποιώντας όλες αυτές τις δεξιότητες, όπως το να μπορούν να αντεπεξέλθουν σε κάποιο πρόβλημα επί σκηνής γρήγορα, οι μουσικοί καταφέρνουν να ενισχύσουν συναισθηματικά και δεξιολογικά την εκτέλεσή τους, βοηθώντας έτσι και το κοινό να «βυθιστεί» στην μουσική αλλά και την παράσταση επικεντρώνοντας την προσοχή του εκεί (Tan et al., 2013· Cohen, 2002· Koelsch, 2018· Meyer et al., 2020· Larwood & Dingle, 2021).

3.3.2 Η ενεργοποίηση των συναισθημάτων σχετικά με τα μουσικά είδη

Σε μια μουσική παράσταση η οποία χρησιμοποιείται ως άτυπη τελετουργία, για άτομα που θρηνούν, η μουσική συνοδεύοντας ό,τι γίνεται στην παράσταση (έχοντας πάντα έντονο ρόλο) χρησιμοποιείται για να δημιουργήσει ένα ασφαλές περιβάλλον για τον ακροατή αλλά και για τον μουσικό, έτσι ώστε να νιώσουν την άνεση να εκφραστούν όπως αυτοί επιθυμούν (π.χ κλάμα). Η μουσική κατά κάποιον τρόπο καθοδηγεί τον ακροατή μέσω της χρήσης συγκεκριμένων στοιχείων της όπως συγκεκριμένες συγχορδίες, εναλλαγές στην ένταση και στον ρυθμό αλλά και στις κλίμακες (Argstatter, 2015). Σε ένα γενικό επίπεδο, κάθε είδος μουσικής ενδέχεται να τείνει να ενεργοποιεί διαφορετικά συναισθήματα, ανάλογα με τα ιδιαίτερα στοιχεία που το χαρακτηρίζουν. Για παράδειγμα η ποπ μουσική η οποία συνήθως έχει μείζονες κλίμακες με πιο γρήγορο (upbeat) ρυθμό τείνει να προκαλεί χαρά, ενώ η τζαζ

μουσική τείνει να προξενεί ηρεμία με τις κλίμακες και τα απαλά φωνητικά σχήματα (Sakka & Juslin, 2018· Cohen, 2005· Cook, et al., 2019· Swarbrick et al., 2019). Μέσα από την ποικιλία σχημάτων και ιδιοτήτων της μουσικής, ο συνθέτης διαλέγει να χρησιμοποιήσει ό,τι τον εκφράζει καλύτερα ώστε να καταφέρει να ενεργοποιήσει τα συναισθήματα του κοινού μα και των μουσικών του (Lahdema & Eerola, 2016). Μαζί με την ενεργοποίηση της επεισοδιακής μνήμης καθώς και την προσύλωση που δείχνει το κοινό στους στίχους ενός κομματιού (Barradas & Sakka, 2021) βοηθείται να αντεπεξέλθει στην δύσκολη κατάσταση της απώλειας μέσω της μουσικής παράστασης αφού όπως αναφέρεται και παραπάνω οι άνθρωποι ακόμα χρησιμοποιούν και θλιβερή μουσική για να μπορέσουν να ρυθμίσουν τα συναισθήματά τους τείνοντας έτσι να είναι θετικά προδιατεθειμένοι για κάτι οικείο (Larwood & Dingle, 2021· Völker, 2022· Meyer et al., 2020). Με βάση την παραπάνω βιβλιογραφία των θεωριών και προσεγγίσεων του πένθους αλλά και των τρόπων με τους οποίους επηρεάζεται ο άνθρωπος από την μουσική αναλύθηκαν τα δεδομένα τα οποία συλλέχθηκαν από τις συνεντεύξεις του κοινού καθώς και των συμμετεχόντων μουσικών. Παρακάτω θα παρουσιαστεί η μεθοδολογία την οποία ακολούθησε η ερευνήτρια.

4. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Η παρούσα ποιοτική έρευνα επιχειρεί να διερευνήσει το πώς μία μουσική παράσταση δομημένη με θέμα το πένθος μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως εργαλείο ευαισθητοποίησης σχετικά με την απώλεια τόσο για τους συμμετέχοντες μουσικούς όσο και για το κοινό. Τα τρία ερευνητικά ερωτήματα θα εξετάσουν τον βαθμό και τους τρόπους με τους οποίους θα μπορούσε η μουσική παράσταση να λειτουργήσει ως εργαλείο προσέγγισης του πένθους αλλά και την συνολική εμπειρία την οποία βίωσαν όλοι οι συμμετέχοντες. Πιο συγκεκριμένα τα ερευνητικά ερωτήματα είναι:

(α) «Με ποιους τρόπους φάνηκε η μουσική παράσταση να λειτουργεί ως εργαλείο για την προσέγγιση του πένθους;»,

(β) «Πώς αποτυπώθηκε η εμπειρία των φοιτητών μουσικής που συμμετείχαν σε μια μουσική παράσταση εστιασμένη στο πένθος;», και

(γ) «Πώς αποτυπώθηκε η εμπειρία ενός ορισμένου ακροατηρίου που παρακολούθησε τη μουσική παράσταση;»

4.1. Ερευνητική προσέγγιση

Για την διερεύνηση των παραπάνω ερωτημάτων ακολουθήθηκε ποιοτικός σχεδιασμός, καθώς σύμφωνα με τους Ίσαρη και Πούρκο (2015) βοηθάει τον ερευνητή να αναπτύξει μια πιο λεπτομερή ανάλυση αλλά και κατανόηση για τα όσα προκύπτουν μέσα από τα προσωπικά βιώματα των ατόμων που συμμετέχουν στην μελέτη. Μέσα από τις περιγραφές των δικών τους εμπειριών, ο ερευνητής δύναται να δώσει νόημα στα φαινόμενα τα οποία μελετάει. Όπως αναφέρουν οι Denzin και Lincoln (2005: 3) «οι ποιοτικοί ερευνητές μελετούν τα πράγματα στο φυσικό τους πλαίσιο, επιχειρώντας να δώσουν νόημα ή να ερμηνεύσουν τα φαινόμενα σύμφωνα με την νοηματοδότηση όρων που οι ίδιοι οι εμπλεκόμενοι άνθρωποι δίνουν σε αυτά».

Η παρούσα μελέτη ακολούθησε την ερευνητική μεθοδολογία βασισμένη στις τέχνες (arts-based research). Όπως αναφέρουν οι Wang κ.α (2017), η έρευνα βασισμένη στις τέχνες είναι μια ερευνητική μέθοδος η οποία χρησιμοποιεί διάφορες καλλιτεχνικές μορφές και μορφές έκφρασης, όπως η μουσική, ο χορός και το θέατρο για να κατανοήσει, να ερευνήσει, να εκπροσωπήσει ή ακόμα και να προκαλέσει τα ανθρώπινα βιώματα. Ο στόχος της παρούσας μελέτης είναι να εξετασθεί η πιθανότητα μια μουσική παράσταση να σταθεί ως μια άτυπη τελετουργία για άτομα τα οποία έχουν βιώσει μια σημαντική απώλεια στη ζωή τους.

4.2 Δειγματοληψία

Για την εύρεση των μουσικών, ακολουθήθηκε δειγματοληψία σκοπιμότητας, κριτηρίου και ευκολίας για τις ανάγκες της μελέτης, καθώς οι μουσικοί που συμμετείχαν ήταν συμφοιτητές της ερευνήτριας (Ιωσηφίδη, 2015· Ίσαρη & Πούρκος, 2015, 82). Αντίστοιχα για το προκαθορισμένο ακροατήριο, χρησιμοποιήθηκε ένας συνδυασμός δειγματοληψίας κριτηρίου, και δειγματοληψίας χιονοστιβάδας καθώς η ερευνήτρια επέλεξε κάποια άτομα-κλειδιά τα οποία είχαν τα χαρακτηριστικά εκείνα που ήταν αναγκαία για τη μελέτη. Κατόπιν, τα άτομα

αυτά αποτέλεσαν πηγή πληροφόρησης για άλλα άτομα που πληρούσαν τα αντίστοιχα κριτήρια (Ισαρη & Πούρκος, 2015, 82).

Συγκεκριμένα, το δείγμα των μουσικών αποτελούνταν συνολικά από 15 φοιτητές μουσικής (2 άντρες και 13 γυναίκες) του Τμήματος Μουσικών Σπουδών του Ιονίου Πανεπιστημίου. Οι φοιτητές και φοιτήτριες είχαν καταγωγή από διαφορετικά μέρη της Ελλάδας και της Κύπρου. Τα κριτήρια για τη συμμετοχή τους ήταν εκείνοι οι οποίοι έπαιζαν κάποιο μουσικό όργανο, τραγουδούσαν (και αφηγούνταν) ή/ και διηύθυναν μουσικά σύνολα, να το κάνουν σε τέτοιο βαθμό ώστε να αντεπεξέλθουν στις απαιτήσεις των προβών και της προετοιμασίας της παράστασης σε μικρό χρονικό διάστημα. Αναφορικά με το δείγμα του προκαθορισμένου ακροατηρίου, απαρτιζόνταν από 10 γυναίκες ηλικιών από 23 έως 60 χρόνων από την Ελλάδα αλλά και την Κύπρο οι οποίες είχαν βιώσει κάποια σημαντική απώλεια (συγγενικού προσώπου, συντρόφου, φίλου) ή τον φόβο να χάσουν κάποιο δικό τους άνθρωπο.

4.3. Ηθική και δεοντολογία

Για να διασφαλιστούν οι αρχές της ηθικής και δεοντολογίας της έρευνας, οι συμμετέχοντες και συμμετέχουσες ενημερώθηκαν προφορικά και εγγράφως για τις λεπτομέρειες και τις απαιτήσεις της συμμετοχής τους στη μελέτη. Κατόπιν, υπέγραψαν έγγραφο πληροφορημένης συγκατάθεσης (βλ. Παράρτημα Α και Β) και ενημερώθηκαν ότι έχουν την δυνατότητα να διακόψουν την συμμετοχή τους χωρίς αιτιολόγηση όταν και εάν το επιθυμούσαν. Κατά τη συναίνεσή τους ενημερώθηκαν και έδωσαν άδεια για τη βιντεοσκόπηση των παραστάσεων με σκοπό την παράλληλη αλλά και μετέπειτα ανάλυση των σωματικών τους αντιδράσεων κατά την μουσική παράσταση την οποία παρακολούθησαν. Έγινε ψευδωνυμοποίηση και στην ανάλυση του υλικού τα ονόματα των συμμετεχόντων έχουν αλλάξει με σκοπό την προστασία των προσωπικών τους δεδομένων (Ισαρη & Πουρκός, 2015:130) καθώς και της ταυτότητάς τους με βάση τον κώδικα ηθικής και δεοντολογίας της έρευνας του Ιονίου Πανεπιστημίου.

4.4 Τρόποι συλλογής δεδομένων

Για την συλλογή των δεδομένων της ποιοτικής έρευνας με τους πιο κατάλληλους για την συγκεκριμένη περίπτωση τρόπους, αλλά και τη δυνατότητα διασταύρωσης και τριγωνοποίησης των δεδομένων, χρησιμοποιήθηκαν η ομάδα εστίασης, οι ημι-δομημένες

συνεντεύξεις οι σημειώσεις της ερευνήτριας και οι βιντεοσκοπημένες παραστάσεις. Αναλυτικά το κάθε εργαλείο περιγράφεται παρακάτω:

4.4.1 Ομάδα εστίασης

Η ομάδα εστίασης (focus groups), είναι ένα ερευνητικό εργαλείο που μπορεί να χρησιμοποιηθεί είτε μόνο του είτε, όπως στην παρούσα μελέτη, σε συνδυασμό με άλλες μεθόδους της ποιοτικής έρευνας και συγκεκριμένα τις ημι-δομημένες ατομικές συνεντεύξεις (Ισαρη & Πουρκός, 2015: 104).

Το ερευνητικό αυτό εργαλείο χρησιμοποιείται με σκοπό να δημιουργήσει μια συζήτηση ανάμεσα στα άτομα τα οποία την απαρτίζουν ώστε να ανταλλάξουν απόψεις και να μιλήσουν για τα βιώματά τους σε μια ομάδα την οποία παροτρύνεται η συμμετοχή όλων παρέχοντας συνήθως παραγωγικά για τον ερευνητή- συντονιστή δεδομένα. Η οργάνωση και ο συντονισμός μιας ομάδας εστίασης συχνά είναι δύσκολη και χρονοβόρα διαδικασία με πολλές επικοινωνιακές απαιτήσεις από τον συντονιστή, ο οποίος καλείται να βοηθήσει τους συμμετέχοντες να νιώσουν άνετα στην ομάδα, να τους ενθαρρύνει να εκφραστούν αλλά και να κρατάει μια ροή και τάξη στην συζήτηση (Ισαρη & Πουρκός, 2015, 104).

Η ομάδα εστίασης η οποία δημιουργήθηκε για τις ανάγκες της παρούσας έρευνας απαρτιζόνταν από φοιτητές μουσικής του Τμήματος Μουσικών Σπουδών του Ιονίου Πανεπιστημίου, οι περισσότεροι των οποίων γνωρίζονταν μεταξύ τους από πριν ή ανέπτυξαν μια πρώτη σχέση όλοι μαζί ως ομάδα ήδη από την περίοδο διεξαγωγής των προβών. Αυτό οδήγησε σε μια ομοιογενή ομάδα εστίασης η οποία, κατάφερε να δημιουργήσει ένα αρκετά άνετο και οικείο περιβάλλον για την έκφραση και την ανταλλαγή απόψεων ανάμεσα στους συμμετέχοντες (Ισαρη & Πουρκός, 2015, 104). Το υπό διερεύνηση θέμα, αυτό του πένθους και της απώλειας, αποτελεί ένα «δύσκολο» αντικείμενο συζήτησης, αλλά η ομάδα εστίασης επέτρεψε τον διάλογο μέσα σε ένα ελεγχόμενο από την συντονίστρια περιβάλλον. Οι ερωτήσεις οι οποίες χρησιμοποιήθηκαν για την ομάδα εστίασης στοιχειοθετήθηκαν έχοντας ως βάση τα ερευνητικά ερωτήματα. Απώτερος στόχος ήταν να διερευνηθεί, η συνολική εμπειρία της συμμετοχής των μουσικών σε αυτή την μουσική παράσταση.

4.4.2 Ημι-δομημένες συνεντεύξεις

Ως εργαλείο συλλογής δεδομένων από την ομάδα των συμμετεχόντων στο ακροατήριο, χρησιμοποιήθηκε η ημι-δομημένη συνέντευξη. Η ημι-δομημένη συνέντευξη, σύμφωνα με τους Ίσαρη και Πουρκό, «αποτελείται από ένα σύνολο προκαθορισμένων, κατά κάποιον τρόπο, ερωτήσεων και χρησιμοποιείται συχνά από νέους ποιοτικούς μελετητές ώστε να έχουν έναν οδηγό για τα θέματα που θεωρούν ότι είναι σημαντικά να καλύψουν στο πλαίσιο της συνέντευξης» (2015: 97). Οι ερωτήσεις που δημιουργήθηκαν για τις ανάγκες της παρούσας μελέτης, βασίστηκαν στα ερευνητικά ερωτήματα και εστίασαν στην εμπειρία των συμμετεχόντων (συγκεκριμένο κοινό) κατά την μουσική παράσταση την οποία παρακολούθησαν. Η συνέντευξη ήταν διαμορφωμένη με ανοιχτού τύπου ερωτήσεις οι οποίες βοήθησαν στην διατήρηση ενός ρευστού, και εύκολου στο να αλλάξει, χαρακτήρα κατά τη συνέντευξη. Με αυτόν τον τρόπο, οι συνεντευξιζόμενοι είχαν την δυνατότητα να αφηγηθούν αυτά που βίωσαν στην παράσταση καθώς και να τα «μπλέξουν» με προσωπικές τους εμπειρίες.

4.4.3 Παρατήρηση στο πεδίο και στις βιντεοσκοπήσεις

Ένα επιπλέον εργαλείο που χρησιμοποιήθηκε για την διασταύρωση των ευρημάτων ήταν αυτό της παρατήρησης. Πιο συγκεκριμένα η ερευνήτρια ανέλαβε τον ρόλο του συμμετοχικού παρατηρητή (Ίσαρη & Πουρκός, 2015, 109) τόσο για τους μουσικούς (στις πρόβες και την μέρα της παράστασης) όσο και για το κοινό του οποίου τις σωματικές αντιδράσεις παρατήρησε κατά την διάρκεια της μουσικής παράστασης καθώς και ετεροχρονισμένα μέσω της βιντεοσκόπησής τους. Αξίζει να σημειωθεί ότι στην περίπτωση των μουσικών η ερευνήτρια είχε και ρόλο συμβουλευτικό (διαχωρισμένο όμως από τον ρόλο της ως παρατηρήτριας) μιας και ήταν εκείνη η οποία προετοίμασε, οργάνωσε καθώς και επέβλεπε όλη την διαδικασία των προβών αλλά και της παράστασης, έχοντας τους ρόλους συντονίστριας, συγγραφέα και παραγωγού.

4.5 Τρόποι ανάλυσης δεδομένων

Τα βήματα τα οποία ακολούθησε είναι βασισμένα στο πρότυπο της μεθόδου που προτείνουν οι Braun και Clarke (2013, όπως αναφέρεται στο Ίσαρη & Πουρκό, 2015). Συγκεκριμένα,

πρώτα γίνεται μεταγραφή όλου του υλικού, ακολουθεί η εξοικείωση με αυτό, κατόπιν ορίζονται κωδικοί για να βγουν οι πρώτες θεματικές και αφού γίνει η κατηγοριοποίηση σε ευρύτερες θεματικές, ακολουθεί η συγγραφή των αποτελεσμάτων. Για την μεταγραφή η ερευνήτρια χρησιμοποίησε τα σύμβολα που προτείνει ο Jefferson (2022) για την πιο πιστή απεικόνιση του τρόπου με τον οποίο εκφράστηκαν κατά τις συνεντεύξεις οι συμμετέχοντες. Παράδειγμα των συμβόλων που χρησιμοποιήθηκαν στην παρούσα έρευνα φαίνεται στον πίνακα 1 παρακάτω.

ΣΥΜΒΟΛΑ	ΕΞΗΓΗΣΗ
< >	Τα λόγια που περικλείονται επιταχύνουν
> <	Τα λόγια που περικλείονται επιβαρύνουν
::	Οι λέξεις ακούγονται παρατεταμένα
ΚΕΦΑΛΑΙΑ	Κάτι που ειπώθηκε φωναχτά
↑	Η ένταση της φωνής δυναμώνει
↓	Η ένταση της φωνής χαμηλώνει
→	Κάτι είναι πολύ σημαντικό
[γέλιο]	Γέλιο
(0.3)	Παύση κάποιον δευτερολέπτων

Πίνακας 1 Σύμβολα Μεταγραφών

Στη συνέχεια η ερευνήτρια διάβασε αρκετές φορές τα κείμενα που προέκυψαν σημειώνοντας ό,τι θεωρούσε ότι μπορεί να βοηθήσει την μελέτη του θέματος της έρευνάς της κωδικοποιώντας τις λέξεις-φράσεις τις οποίες αξιολογούσε ως σχετικές με το θέμα το οποίο ερευνά. Ύστερα αφού τελείωσε την κωδικοποίηση, από αυτούς τους κωδικούς δημιούργησε κάποιες ευρύτερες θεματικές ενότητες οι οποίες προέκυψαν από το υπό ανάλυση υλικό. Οι κωδικοί, οι θεματικές ενότητες καθώς και κάποια από τα αυτολεξεί λόγια των

συνεντευξιαζόμενων καταγράφονται και οργανώνονται από την ερευνήτρια σε ένα αρχείο Word με την χρήση πινάκων απόσπασμα των οποίων παραθέτεται στον πίνακα 2.

v1.	K161. Αποστασιοποίηση	4. Από τις πρόβες στην μουσική παράσταση: Το εξελισσόμενο βίωμα των μουσικών	Εγώ :προσπάθησα: να αποστασιοποιηθώ λίγο γιατί <αν έμπαινα πολύ δεν θα γινόταν η παράσταση>
-----	-----------------------	--	---

Πίνακας 2 Απόσπασμα από την ανάλυση δεδομένων

Οι θεματικές που προέκυψαν από την ανάλυση όλων των δεδομένων αναλύονται παρακάτω, με απώτερο σκοπό την απάντηση των ερευνητικών ερωτημάτων αλλά και την βαθύτερη κατανόηση του φαινομένου προς έρευνα καθώς και την εξαγωγή πιθανών συμπερασμάτων.

4.6 Έντυπα συναίνεσης για συμμετοχή

Για να μπορέσει το κοινό αλλά και οι μουσικοί να συμμετέχουν στην έρευνα (συνεντεύξεις και βιντεοσκόπηση) και στην παρακολούθηση της παράστασης υπέγραψαν ένα έντυπο συναίνεσης (βλ. Παράρτημα Α και Β).

4.7 Περιορισμοί έρευνας

Η έρευνα είχε και κάποιους περιορισμούς. Αυτοί ήταν α) ο λίγος χρόνος για την δημιουργία της παράστασης γεγονός που άσκησε πίεση στους συμμετέχοντες μουσικούς β) η σύσταση του κοινού λόγω των συνθηκών μόνο από γυναίκες, με συνέπεια να αναδύεται στα αποτελέσματα μόνο η γυναικεία προοπτική και γ) η υλοποίηση της παράστασης μόνο μία φορά για προκαθορισμένο κοινό. Ίσως με μεγαλύτερο δείγμα να υπήρχαν και διαφορετικά αποτελέσματα.

5 ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ

Έπειτα από την διαδικασία της συλλογής, μεταγραφής αλλά και της ανάλυσης των συνεντεύξεων του κοινού και συμμετεχόντων μουσικών, η ερευνήτρια κατέγραψε κάποιους

κωδικούς ($N=287$). Τα αποτελέσματα αυτά βοήθησαν να δημιουργηθούν οι θεματικές της παρούσας μελέτης. Οι θεματικές που προέκυψαν, τόσο από την ομάδα εστίασης των μουσικών όσο και από τις ημι-δομημένες συνεντεύξεις των γυναικών του ακροατηρίου, αναφέρονται :

- α) Στην προσπάθεια του κοινού και των μουσικών να νοηματοδοτήσουν την απώλεια.
- β) Στους τρόπους με τους οποίους οι συμμετέχοντες να κρατούν τους αποθανόντες στην καθημερινή τους ζωή και
- γ) Στην συνολική εμπειρία του κοινού (κατά την διάρκεια της μουσικής παράστασης) καθώς και των φοιτητών μουσικής (στις πρόβες αλλά και την μέρα της παράστασης)
 - Όσον αφορά την δημιουργία συναισθημάτων
 - Όσον αφορά την ανάσυρση αναμνήσεων με το αγαπημένο τους πρόσωπο
 - Όσον αφορά τις σωματικές αντιδράσεις κοινού και συμμετεχόντων μουσικών

5.1 Νοηματοδοτήσεις της απώλειας από το κοινό και τους μουσικούς

Όπως φάνηκε από την ανάλυση, τόσο το κοινό όσο και οι μουσικοί εξέφρασαν πολλές σκέψεις και προβληματισμούς ως προς το τι τελικά είναι η ίδια η απώλεια και πώς την νοηματοδοτούν. Εκφράστηκε ότι η απώλεια είναι ένα γεγονός το οποίο βιώνουν όλοι χωρίς να έχουν την δυνατότητα να το ελέγξουν. Κάποιοι αισθάνονται ότι καλούνται μετά την απώλεια του αγαπημένου τους να αποκτήσουν διαφορετικές συνήθειες για να καλύψουν αυτό το κενό. Όπως είπε και η Ε.:

[απώλεια σημαίνει] → >αναθεώρηση όλης της ζωής< αναδιάταξη των επιθυμιών μου (.) :ε: κάτι πρωτόγνωρο, οδυνηρό (0.3) και κάτι που με → φοβίζει σε αυτό είναι ότι δεν περνάει από το χέρι μου να κάνω κάτι. [...] πρέπει να, ή να μάθεις να ζεις με αυτό, ↑ [...] και να κοιτάς πώς μπορείς να το χρησιμοποιείς σαν μάθημα για :να: πορευτείς καλύτερα>. (Συνέντευξη 5, Ε., 0:43-1:35)

Πολλοί από τους συμμετέχοντες, όπως εμφανίζεται στην ανάλυση, θεωρούν ότι μετά από την απώλεια θα αλλάξουν τόσο οι ίδιοι όσο και ο περίγυρός τους. Ακόμα, προσπαθώντας να νοηματοδοτήσουν την απώλεια, το κοινό αλλά και οι μουσικοί μίλησαν για τα συναισθήματα που φορτίζουν αρνητικά κάποιον που περνάει μια απώλεια. Οι συμμετέχοντες

μιλώντας για το φαινόμενο αυτό είπαν πως είναι ένα «κακό» (Γυναίκα Ζ.) και «μουντό και μαύρο γεγονός» (Γυναίκα Ζ.· Μουσικός Λ.). Κάτι «οδυνηρό» (Γυναίκα Ε.), το οποίο προκαλεί «πόνον» (Μουσικός Κ.· Γυναίκα Ζ.), «θλίψη» (Γυναίκες Α. και Δ.), «άγχος» (Γυναίκα Ι.) και «φόβο» (Γυναίκες Ε., Α., και Ι.). Η γυναίκα Β. νοηματοδότησε την απώλεια ως μια «σκληρή δοκιμασία» αλλά και ως μια «διαδικασία ωρίμανσης και αυτοπαρατήρησης» (Γυναίκες Ι., Ε., και Ζ.). Οι γυναίκες Δ., Ε., Ι., Ζ. και Γ. καθώς και οι μουσικοί Α., Ι., Ε. και Ζ. μιλώντας για την απώλεια είπαν πως βίωσαν ένα «χωρισμό», ένιωσαν ένα «κενό». Είπαν ακόμα πως η απώλεια είναι «κάτι που αφήνεις πίσω σου», κάτι που «δεν συνηθίζεται» αλλά και «κάτι που πρέπει να συνηθήσεις». Όλοι όμως φαίνεται να μοιράζονται την ίδια άποψη λέγοντας πως είναι ένα γεγονός που «δεν ξεπερνιέται εύκολα» κάτι «ανεξέλεγκτο». Η Γυναίκα Κ., που βίωσε την απώλεια παραπάνω από μια φορές, είπε πως τα συναισθήματα που συνόδευαν την απώλειά της διαφοροποιούνταν ανάλογα με την σχέση που είχε με το άτομο που έχανε.

Λοιπόν (.):εχ: η απώλεια ως γεγονός τι σημαίνει, πολλά σημαίνει και αναλόγως το άτομο και διαφορετικά πράγματα [...] όταν έχασα τη γιαγιά μου :ε: είχα ακριβώς τα συναισθήματα που περιέγραψες.:αργότερα.: η δεύτερη απώλεια ήτανε του μπαμπά μου [...] την ένιωσα ως λύτρωση. (Συνέντευξη 10, Κ., 1:08-1:48)

Ταυτόχρονα μέσα από την ανάλυση εμφανίζεται ότι και οι υπόλοιποι συμμετέχοντες μουσικοί πιστεύουν πως τα συναισθήματα εκείνα αλλάζουν από άνθρωπο σε άνθρωπο. Σύμφωνα με την Κ. αλλά και την Μουσικό Κ.:

Για κάποιους δεν είναι τίποτα παρά κάτι που πρέπει να συνηθίσουν. (Ομάδα εστίασης μουσικών, Μουσικός Κ., 1:02)

Τέλος, η Γυναίκα Ζ. ανέφερε πως στην απώλεια, παρατήρησε «αλλαγές τόσο στον εαυτό της» όσο και «στους γύρω της», πράγμα το οποίο συνέβη στις Γυναίκες Ε. και Η. αλλά και στους μουσικούς Θ. και Α.

5.2 Η μουσική ως τρόπος διατήρησης του νεκρού στην ζωή των επιζώντων

Οι άνθρωποι οι οποίοι θρηνούν, βρίσκουν τρόπους να διατηρούν την θύμηση του νεκρού ζωντανή στην καθημερινότητά τους. Όπως φαίνεται και από την ανάλυση, οι συμμετέχοντες μουσικοί καθώς και το κοινό κατορθώνουν μέσα από «φωτογραφίες» (Μουσικός Α. Γυναίκες Ι., Δ. και Ε.), «βίντεο» (Γυναίκες Α. και Δ.) και «ηχογραφήσεις» (Μουσικός Ν.) να θυμούνται την όψη και την φωνή του αγαπημένου τους προσώπου. Πολλοί από αυτούς (Γυναίκες Δ., Γ., Α. και Η. είπαν ότι θυμούνται εκείνα τα άτομα και μέσα από τις ιστορίες που διηγούνται με τις οικογένειές τους, τις αναμνήσεις που είχαν ζήσει μαζί τους. Οι «αισθήσεις» τους είναι ένα ακόμα πράγμα το οποίο τους θυμίζει τον άνθρωπο που έχουν χάσει, αφού οι «μυρωδιές» (Γυναίκες Δ., Ζ. και Η. Μουσικοί Ι. και Η.) αλλά ακόμα κι ένας χώρος μπορεί να τους τον/την θυμίσει. Για παράδειγμα η Δ αναφέρει ότι θυμάται τον/την θανόντα:

Από φωτογραφίες, >από κάποια → βίντεο που υπήρχανε, :από →οικογενειακές ιστορίες που διηγούμαστε μεταξύ :μας:, ίσως από → κάποια ταινία που να μου θυμίζει καταστάσεις που ζούσα, που έχω ζήσει, με αυτό τον άνθρωπο< → κάποια θεατρική παράσταση, κάποια ταινία [τρεμοπαίξιμο φωνής από δάκρυα]. (Συνέντευξη 4, Δ., 2:28-2:49)

Οι συμμετέχοντες είπαν ότι συχνά τους βοηθάει να θυμούνται ένα αγαπημένο τους άτομο το οποίο έχουν χάσει αναπολώντας συμβουλές που έδινε το άτομο εκείνο, ατάκες ή ακόμα και ποιήματα. Μια από τις γυναίκες του κοινού (Γυναίκα Ε.) είπε επίσης ότι όταν έχασε ένα κοντινό της άτομο αποφάσισε, για να τον θυμάται, να διατηρήσει τις φιλίες της με άτομα τα οποία γνώρισε εξαιτίας του, ενώ η μουσικός Γ. καθώς και κάποιες από τις γυναίκες (Δ., Γ., Β., Ζ. και Κ.) ανέφεραν ότι μετά τον θάνατο κάποιων κοντινών προσώπων τους, υιοθέτησαν τις συνήθειες εκείνων των ανθρώπων. Σύμφωνα με τα λόγια της Ε:

[...] τρόπους για να το τιμώ και να το :θυμάμαι:< έχω πολλούς ναι, <έχω πολλούς> με το :να: μιμούμαι πράξεις που έκανε εκείνος :ε: να κρατώ τις φιλίες :που: απέκτησα εξαιτίας του :εμ: να κρατώ πράγματά του :εμ: ↑ <βασικά δεν χρειάζεται να κάνω και πολλά πράγματα για να μη τον ξεχάσω είναι συνέχεια στο μυαλό μου >[...] (Συνέντευξη 5, Ε., 2:08- 2:25)

Σύμφωνα με τους συμμετέχοντες όλοι (εκτός από τις Θ., και Ι.) είχαν κάποια μουσική ή τραγούδι συνδεδεμένα μέσα τους με το άτομο το οποίο έχουν χάσει. Οι συνεντευξιαζόμενοι περιέγραψαν στιγμές, με τα αγαπημένα τους πρόσωπα, οι οποίες ήταν συνδεδεμένες και με κάποια μουσική. Η γυναίκα Γ. είπε πως « [...] υπάρχουν όμως τραγούδια που είναι συνδεδεμένα με τα συγκεκριμένα πρόσωπα επειδή άρεσαν σε αυτά.» (2:17- 2:25), δηλαδή για εκείνη έπαιζε ρόλο ότι τα τραγούδια αυτά άρεσαν σε αυτά τα άτομα.

:Εγώ: όλα τα δημοτικά τραγούδια. [...] και θυμάμαι τον παππού μου να μου λέει Ε. Τι σου χω σήμερα; τι μου χεις σήμερα; σου χω μια καινούρια κασέτα, σκέψου κασέτες είχαμε ακόμα τότε, του λέω τι κασέτα έλα φτιάξε με, έτσι ωραία μιλάγαμε με τον παππού, τώρα τι τραγούδια είχε δεν θυμάμαι αλλά παιδιά ανοίξαμε τα παράθυρα [...] και ξεκινήσαμε και τραγουδούσαμε, δεν μπορώ να σου πω ότι με ενθουσίαζαν τότε τα δημοτικά αλλά με το πέρασμα του χρόνου προφανώς έγιναν αγάπη τελείωσε η ιστορία. (Ομάδα εστίασης Μουσικών, Μουσικός Α., 16:20- 17:30)

Όπως λένε και οι ίδιοι (Γυναίκα Γ., Κ. και Δ.,) η μουσική τους θυμίζει ένα άτομο, τους κάνει να κλαίνει και να εκφράζουν το παράπονο για την απώλεια που πέρασαν, αλλά ταυτόχρονα η μουσική φάνηκε μέσα από την ανάλυση να τους θυμίζει και ευχάριστες στιγμές τις οποίες βίωσαν μαζί τους. Η Γυναίκα Θ. αλλά και οι Γυναίκες Β. και Ε. θέλοντας να κρατήσουν μια επαφή με τον αποθανόντα χρησιμοποίησαν την ομιλία μαζί του ως μέσο διατήρησης της επαφής αυτής. Έναν διαφορετικό τρόπο, θύμησης του νεκρού, υιοθέτησε και η μουσικός Γ. Η οποία, χρησιμοποίησε την συγγραφή ενός μουσικού τραγουδιού ως τρόπο εξωτερίκευσης των συναισθημάτων της:

Εγώ δεν θυμάμαι πιο κομμάτι είναι. Εγώ έχασα τον θείο μου πριν 2 μήνες ήτανε κάτι που του τραγούδησα, κάτι αγγλικό ήταν, δεν έχει να κάνει πολύ με τον θάνατο το τραγούδι :απλά: ήταν ένα κομμάτι όπου με άκουσε να τραγουδάω και ανατριχιάζω που το λέω [...] μετά πριν πολλά χρόνια, τύπου 6, είχα γράψει :εμ: ένα στίχο για τον παππού μου όταν έφυγε και είχε και κάποια μουσική, ήταν κάτι δικό μου ας πούμε, τώρα πως πήγαινε δεν θυμάμαι έλεγε [...] (Ομάδα εστίασης Μουσικών, Μουσικός Γ., 15:11- 16:15)

5.3 Η συνολική εμπειρία της μουσικής παράστασης από το κοινό και τους μουσικούς.

Τόσο το κοινό όσο και οι μουσικοί φάνηκε να επηρεάζονται από την μουσική παράσταση σε τρεις βασικούς τομείς. Στην δημιουργία συναισθημάτων, στην ανάσυρση αναμνήσεων με το άτομο το οποίο έχουν χάσει, όπως και στις σωματικές αντιδράσεις τις οποίες βίωσαν σε όλη την διαδικασία της παράστασης και των προβών. Πιο συγκεκριμένα όσον αφορά το κοινό, αρκετές από τις συμμετέχουσες (Γυναίκες Α., Γ., Β., Ε., Ζ. και Ι.) στην αρχή, λόγω του θέματος, ήρθαν προδιατεθειμένες για την παράσταση, πιστεύοντας ότι θα τους προκαλούσε μόνον αρνητικά συναισθήματα. Ωστόσο οι ίδιες, μέσα από τις αναλύσεις, φάνηκε ότι τελικά ένιωσαν καλά που παρακολούθησαν την παράσταση και ότι ένιωσαν όμορφα που εκφράστηκαν. Όπως λέει χαρακτηριστικά η Ε.:

Η παράστασή σου συνδέθηκε με την τελευταία μου απώλεια και :μάλιστα: δεν αισθάνθηκα κι άσχημα που εκφράστηκα τελικά :εμ: :γιατί: <αυτό είναι κάτι χρήσιμο, εμένα με βοηθάει, δεν κρύβω τα συναισθήματα μου και ειδικά όταν πρόκειται για συναισθήματα που έχουν προκύψει από φυσιολογικές καταστάσεις τις ζωής, αυτό (0.5).[...] στην αρχή θύμωσα και έλεγα γιατί είμαι εδώ; Γιατί να είμαι εδώ; Γιατί να πρέπει να παρακολουθήσω μια παράσταση που να σχετίζεται με αυτό; Αλλά στο τέλος κατέληξα :να: όταν έκλεισε να αποδεχτώ ότι είναι μια κατάσταση είναι ένας κύκλος της ζωής έχει αρχή, μέση και τέλος, όπως έχει η παράσταση έτσι έχει και η ζωή, αυτό. [...] (Συνέντευξη 5, Ε., 8:50-9:20, 10:30-10:55

Οι γυναίκες φαίνεται ότι ένιωσαν «νοσταλγία» (όλες εκτός της Θ.) και «αγάπη» (Η., Δ. και Κ.) για τις στιγμές που θυμήθηκαν μέσα από την παράσταση, ενώ ταυτόχρονα θύμωσαν για την απώλειά τους (Δ. και Ε.) και ένιωσαν «θλίψη και φόβο για μία επικείμενη απώλεια» (Δ., Ι. και Θ.) ομοίως κι όλοι οι συμμετέχοντες μουσικοί. Παρόλα αυτά η παράσταση τους άφησε μία αίσθηση ανάλαφρη αλλά και ένα αίσθημα «λύτρωσης» αλλά και «κάθαρσης» (Γυναίκες Γ., Ζ., Ε., Δ., Β., Α., Ζ. και Η.), οι γυναίκες Γ. Και Κ. ένιωσαν χαρά αλλά και αισιοδοξία.

Λοιπόν, ένιωσα, τα κύρια συναισθήματα (.) Ήτανε → θλίψη, παράπονο :ε: (0.4) πολύ έντονη συναισθηματική φόρτιση (.) :ε: και , πώς το λένε, ταυτόχρονα ένιωσα και ρε παιδί :μου: → χαρά, τώρα περίεργο αλλά εγώ το 'νιωσα, κάποια στιγμή ας πούμε με τη μουσική που ήταν λίγο πιο έντονη μου 'βγαζε και μία → αισιοδοξία [...] (Συνέντευξη 3, Γ., 5:53- 6:36).

Όλες οι συμμετέχουσες, φαίνεται από την ανάλυση ότι πέρασαν μέσα από μια πληθώρα θετικών και αρνητικών συναισθημάτων και θεώρησαν πως ωφελήθηκαν μέσα από την όλη διαδικασία:

[...] υπήρχε διαβάθμιση να σου πω των συναισθημάτων μου, >ήτανε νοσταλγία, ήτανε :ε: ένα συναίσθημα έτσι, αργότερα< <όταν έμπαινε στα πιο βαθιά>, θλίψης, ↑ αλλά αυτό που μου 'μεινε, :ε: → είναι μια αισιοδοξία! Δεν ξέρω, έτσι ένα γλυκό πράγμα καθώς έκλεισε το κομμάτι :ε: <που σου λέω, ήταν όλα τα συναισθήματα> την κλίμακα ένιωσα, και αυτό >που μου έκανε εντύπωση< → είναι που τα λόγια περιέγραφαν μια κατάσταση δύσκολη και δυσάρεστη αλλά το συναίσθημα δεν ήταν βαρύ, αυτό μου έκανε εντύπωση [...] (Συνέντευξη 3, Γ)

Το κοινό, φάνηκε ότι αναβίωσε μέσα από την παράσταση αναμνήσεις με το αγαπημένο τους άτομο. Αναλύοντας τα δεδομένα η ερευνήτρια αντιλήφθηκε πως οι αναμνήσεις εκείνες ήταν έντονες, νοσταλγικές, μελαγχολικές και γεμάτες αγάπη.

:Μ: ε ναι, πώς θα τις περιέγραφα; (.) :εμ: Θα περιέγραφα κάποιες πολύ → ευχάριστες στιγμές που είχα ζήσει μαζί του αλλά <και :κάποιες: :ε: → πολύ με λύπη, γιατί δεν θα μπορούσα να τις ξαναζήσω μαζί με εκείνον το πρόσωπο [ρούφηγμα μύτης] (.) μάλιστα (.) (Συνέντευξη 1, Α., 8:15- 8:40)

Παρόλα αυτά υπήρχαν και κάποια άτομα (Γυναίκες Ι., και Θ.) τα οποία δεν κατάφεραν να αναβιώσουν αναμνήσεις με κάποιο άτομο το οποίο έχασαν.

Καμιά από τις γυναίκες δεν εξέφρασε ότι επηρεάστηκε από τα υπόλοιπα μέλη του κοινού αρνητικά, εκτός λίγο στην αρχή της διαδικασίας, αντίθετα ήταν επικεντρωμένες στην παράσταση αλλά και στα δικά τους συναισθήματα. Στο τέλος της παράστασης έδειξαν να νιώθουν μια αίσθηση ομαδικότητας και είπαν πως οι υπόλοιπες γυναίκες βίωναν τα ίδια συναισθήματα με εκείνες. Όπως είπε η Γυναίκα Δ, «[Εννιωσα] Αγαλλίαση. Μπορούσαμε να

κλαίμε → όλοι μαζί για την απώλειά μας, για τις μνήμες μας και τη νοσταλγία μας». Και η Γυναίκα Ζ ανέφερε χαρακτηριστικά:

Οριακά στο τέλος ένιωθα ότι μπορούσα να τους πάρω όλους αγκαλιά και :να: κλάψουμε όλοι μαζί [...] ντάξει δεν πιάσαμε χέρια αγκαλιαστήκαμε και κλαίγαμε :αλλά: ήτανε σαν να μοιραζόμαστε την ίδια εμπειρία εκείνη την στιγμή, βασικά μέσω εκείνης της εμπειρίας να μοιραζόμαστε κοινά συναισθήματα :και : το ότι μπορεί να μας άγγιζε :μια: κοινή κουβέντα ή το οτιδήποτε σε κάνει να νιώθεις ότι ξέρεις δεν έχεις υπάρξει μόνος σου σε αυτό, που αλλιώς είναι να το λες εσύ κι αλλιώς το να μην χρειάζεται να μιλήσετε μεταξύ σας και να το νιώσετε μέσω ενός τρίτου πράγματος [...] δηλαδή ήτανε πιο εγκεφαλικό ήτανε πιο πνευματικό ταυτόχρονα κι ήτανε πολύ διαφορετικό από αυτό που έχω συνηθίσει σαν αίσθηση, ήτανε πολύ ωραία εμπειρία! (Συνέντευξη 6, Γυναίκα Ζ, 13:55- 15:40)

Αναφορικά με τους συμμετέχοντες μουσικούς, είπαν πως βίωσαν συναισθήματα και αναμνήσεις παρόμοια με αυτά του κοινού κατά την διάρκεια της παράστασης. Συγκεκριμένα μέσα από την ανάλυση φαίνεται να ένιωσαν νοσταλγία αλλά και θλίψη και να βίωσαν γλυκιές έντονες αναμνήσεις τις οποίες επανέφεραν με αφορμή την μουσική παράσταση (όλοι οι συμμετέχοντες μουσικοί). Ακόμα μίλησαν για αστείες στιγμές (Μουσικοί Α., Η. και Λ.), για μια πολύ ευχάριστη εμπειρία παρόλο που πιάστηκαν από την όλη διαδικασία (όλοι οι συμμετέχοντες μουσικοί). Αξίζει να σημειωθεί πως η Μουσικός Α. ένιωσε πως έπρεπε να αποστασιοποιηθεί από τα συναισθήματα τα οποία πιθανώς να ένιωσε θέλοντας να καταφέρει να βγάλει την δουλειά που έπρεπε να βγει. Επιπλέον, τόσο οι μουσικοί όσο το κοινό βίωσαν σωματικές αντιδράσεις κατά την διάρκεια της παράστασης. Το κοινό, μίλησε για τρέμολο, σφίξιμο λόγω της προσπάθειας να μην κλάψουν αλλά και πολύ κλάμα (όλες οι συμμετέχουσες· Βιντεοσκόπηση κοινού: 5:00, 14:00, 21:00 και 31:00). Το ίδιο ανέφεραν και όλοι οι συμμετέχοντες μουσικοί, με την διαφορά ότι ήταν εμφανής η προσπάθεια να διαχειριστούν τα συναισθήματά τους ώστε να συνεχίσει η ροή της παράστασης. Σημαντική είναι και η αναφορά του κοινού για σωματικές / ψυχολογικές επιδράσεις και μετά την παράσταση. Συγκεκριμένα η Γυναίκα Ζ. μετά την παράσταση αντιμετώπισε μια δυσκολία στο να κοιμηθεί, ενώ η Γυναίκα Ε. ηχογράφησε την παράσταση αφού ένιωθε ότι θα της χρειαστεί ως βοήθεια όταν εκείνη θα νιώθει ευαίσθητη.

5.4 Από τις πρόβες στην μουσική παράσταση: Το εξελισσόμενο βίωμα των μουσικών

Οι μουσικοί όπως φαίνεται και από την δήλωση της Μουσικού Α. σχετικά με την αποστασιοποίηση, στις πρόβες δεν έδειξαν πολλά συναισθήματα. Πίστευαν ότι ο χρόνος για πρόβες δεν ήταν πάρα πολύς, θέτοντας μια αόρατη πίεση όπως υποστηρίζει και η Μουσικός Η., η οποία συνεχίζει λέγοντας ότι παρ' όλη την πίεση στο τέλος δικαιώθηκαν αφού η παράσταση τα πήγε καλά. Η Μουσικός Α. λέει:

Εγώ θέλω να πω ότι στις πρόβες ήμασταν λίγο ό,τι να ναι [γέλια] αλλά όταν μπαίνουμε στην διαδικασία της συναυλίας τότε νομίζω καταλαβαίνεις πιο πολύ και το κείμενο και σε :τι: τι θέλεις ακριβώς να εκφράσεις και ναι η συναυλία ήταν κάτι πολύ διαφορετικό από τις πρόβες [Συμφωνούν και οι υπόλοιποι]. (Ομάδα Εστίασης Μουσικών, Μουσικός Α., 10:13- 10:32)

Στις πρόβες διαβάστηκε το κείμενο στους μουσικούς και στην συνέχεια ξεκίνησαν να το «δένουν» με την μουσική. Το κλίμα ήταν χαλαρό αλλά και επαγγελματικό ταυτόχρονα και δεν επέτρεψε στους μουσικούς να εστιάσουν ιδιαίτερα στο συναίσθημα. Όμως όπως εξηγεί και παραπάνω η Μουσικός Α., κατά τη διάρκεια των τελευταίων προβών με την χρήση των ορθών φωτισμών και την σοβαρότητα του κλίματος, και ακόμα πιο πολύ την ημέρα της παράστασης, οι μουσικοί έκαναν ό,τι καλύτερο μπορούσαν για να βγει ένα καλό αποτέλεσμα. Κατανόησαν καλύτερα το κείμενο και η μουσική δημιούργησε πολλά συναισθήματα κατά την διάρκεια της παράστασης. Ο Μουσικός Ζ. ανέφερε:

Εγώ θα ήθελα να πω επειδή το έχω ακούσει πάρα πολλές φορές το κείμενο γενικά [γέλια] :και : όταν ας πούμε, παρόλο που δεν είχα μεγάλο μουσικό ρόλο ας πούμε σε όλα τα κομμάτια [γέλια] :ε: αυτό μου έδωσε την ευκαιρία και να συμμετέχω και να είμαι και ακροατής σε κάποια σημεία της παράστασης θεωρώ τα οποία κλικάρανε μπορώ να πω καλύτερα από ό,τι στις πρόβες, εννοώ δεν έχω νιώσει κάποιο λυγμό και κάποια στεναχώρια στις πρόβες ούτε όσες φορές διάβασα το κείμενο ή άκουσα την μουσική :ε: σήμερα ήταν πάρα πολύ έντονο, δηλαδή έπρεπε συνειδητά να κρατηθώ :ε: να μείνω στο :ε: ψύχραιμος και να βγάλω την δουλειά που έπρεπε να γίνει [γέλια και σύμφωνες γνώμες]. (Ομάδα εστίασης μουσικών, Μουσικός Ζ., 10:36- 11:39)

Όπως υποστήριξαν τόσο οι μουσικοί όσο και το κοινό, οι εκτελέσεις των μουσικών και της αφηγήτριας δημιούργησαν και στους μεν και στους δε πολλά συναισθήματα. Οι μουσικοί ανέφεραν, όπως φαίνεται και παραπάνω, κάποιες σωματικές αντιδράσεις όπως βαριές ανάσες, κόμπο στο λαιμό καθώς και κλάμα, τα οποία προσπάθησαν να τα συγκρατήσουν θέλοντας να μην επηρεάσουν την εκτέλεσή τους, συγκεκριμένα η Μουσικός Κ. λέει:

*:Ε: εγώ το μόνο που ήθελα να προσθέσω από όλα αυτά είναι ότι παίζει ρόλο η αφήγηση και ο τρόπος και η άρθρωση που κάνουν έναν άνθρωπο να μεταφέρει αυτά τα λόγια γιατί αν ήταν άλλος θα τα έλεγε αλλιώς και για να μην κλάψω γιατί και εγώ έκλαιγα πάνω είπα κάποιες φορές δεν θα ακούω την αφήγηση γιατί είπα ότι αν την άκουγα κάποια στιγμή πραγματικά το δοξάρι θα έφευγε [γέλια] αυτό.
(Ομάδα εστίασης Μουσικών, Μουσικός Κ., 9:45- 10:10)*

Στην συζήτηση που έγινε μετά την συναυλία, οι μουσικοί ανακάλεσαν όμορφες αναμνήσεις με άτομα τα οποία έχουν χάσει καθώς και για την εμπειρία τους σχετικά με την όλη διαδικασία της μουσικής παράστασης στην οποία έπαιζαν. Οι ίδιοι είπαν ότι δεν έχουν ξανά συμμετάσχει σε παράσταση με θέμα την απώλεια και πρόσθεσαν ότι στην αρχή όπως λέει και η Μουσικός Ε. ένιωσαν λίγο άβολα, φοβούμενοι ότι το κοινό λόγω του θέματος δεν θα μπορεί να έρθει να δει την παράσταση. Όμως όλοι είπαν ότι ήταν μια ξεχωριστή και όμορφη διαδικασία για αυτούς, και ότι δεν βαρέθηκαν στις πρόβες.

:Εμ: μου άρεσε πολύ γιατί είναι από τις παραστάσεις που δεν ακούω συχνά γενικά και ούτε νομίζω θα ξανα-ακουστεί κάπου, μου άρεσε που ήμουν μέρος σε αυτό :ε: ήτανε <όλη η διάρκεια πάρα πολύ συγκινητική και των προβών και :των: και της συναυλίας :εμ: τι άλλο; Λίγο στην αρχή μπορώ να πω ότι ένιωσα λίγο άβολα και με το θέμα με την άποψη για το κοινό μήπως θα ναι πολύ δύσκολο να έρθει κάποιος να μας ακούσει γιατί είναι πολύ βαρύ το θέμα :και : εν τέλει εγώ μέσα μου το ένιωσα πάρα πολύ ωραία δεν μου έβγαине μόνο κάτι βαρύ. (Ομάδα εστίασης μουσικών, Μουσικός Ε., 5:58- 6:25)

Όταν ερωτήθηκαν αν άλλαξε η άποψή τους για την απώλεια ως γεγονός, εκείνοι πάνω στην συζήτηση είπαν ότι περισσότερο φοβήθηκαν μην χάσουν κάποιο δικό τους άτομο (Μουσικοί Δ., Ζ. και Ν.) και εκτίμησαν τους ανθρώπους που είναι ακόμα μαζί τους (Μουσικοί Ν., Δ. και Γ.). Η Μουσικός Κ., είπε ότι δεν άλλαξε κάτι στην ίδια, αλλά θυμήθηκε ότι δεν πρέπει να

καταπιέζει τα συναισθήματά της και η Μουσικός Θ. είπε ότι «γύρισε στον εαυτό του συναισθηματισμού», επιτρέποντας στον εαυτό της να πενθήσει και να στεναχωρηθεί.

Λόγω του :ότι: στην οικογένειά μου έχουμε ζήσει την απώλεια αρκετές φορές επί χρόνια :είχα: κάτσει με τον εαυτό μου να πω ότι θα κλείσω ένα μέρος του εαυτού μου συναισθηματικό για να μην με παίρνει από κάτω πάντα, θα τα σκέφτομαι :όσο: πιο επιστημονικά όσο πιο ιατρικά το όλο πλαίσιο αυτές οι πρόβες και με τα γεγονότα που εγώ ζούσα τις προηγούμενες μέρες τέλος πάντων, με ξαναέφεραν σε έναν εαυτό που είχα ξεχάσει, τον συναισθηματισμό :και : το να μπω ξανά σε αυτή την διαδικασία το να πενήσω το να στεναχωρηθώ γιατί αυτό. (Ομάδα εστίασης μουσικών, Μουσικός Θ., 35:40- 35: 48)

Ο Μουσικός Ζ., υποστήριξε ότι η παράσταση ενίσχυσε την άποψή του ως προς την απώλεια, λέγοντας πως είναι προσωπική υπόθεση το πώς θα βιώσει κάποιος την απώλεια και ο τρόπος με τον οποίο θα θρηνήσει. Τέλος η Μουσικός Α. παραδέχθηκε ότι μέσα από την διαδικασία της παράστασης άρχισε να συγχωρεί τον εαυτό της με τον οποίο ήταν θυμωμένη πιστεύοντας πως δημιουργούσε δικαιολογίες για να μην επισκεφτεί την γιαγιά της.

:Ε: εγώ νομίζω ότι μέσα από αυτό :ε: άρχισα λίγο να με συγχωρώ :γιατί: είναι λίγο ούτως ή άλλως πολύ εγωιστικό το να σκεφτείς αλλά ναι αλλά εγώ πώς θα μπορέσω τώρα να ζήσω χωρίς εσένα; ↑ναι αλλά ρε φίλε έτσι είναι όμως δηλαδή, έτσι είναι όλο αυτό που ζούμε [...] (Ομάδα εστίασης μουσικών, Μουσικός Α, 35:50-36:05)

Συμπερασματικά η εμπειρία για όλους τους μουσικούς ήταν θετική και βοήθησε κάποιους από αυτούς να προσεγγίσουν την απώλεια καθώς και τα όσα ένιωθαν μέχρι τότε.

5.5 Ο ρόλος της μουσικής και του κειμένου στην συνολική μουσική εμπειρία

Μουσικοί και κοινό συμφώνησαν πως η μουσική αλλά και το κείμενο, ταίριαζαν πολύ το ένα με το άλλο και πως και τα δύο μαζί είχαν πολύ σημαντικό ρόλο. Σύμφωνα με τους συμμετέχοντες, η μουσική και το κείμενο δημιουργούσαν στο κοινό αλλά και στους μουσικούς συναισθήματα και εικόνες. Το κοινό ανέφερε πως η μουσική του δημιούργησε συναισθήματα χωρίς όμως απαραίτητα να ταυτιστούν όλοι με ένα συγκεκριμένο μουσικό όργανο. Είπαν πως το κάθε μουσικό όργανο ήταν σαν να είχε αναλάβει τον ρόλο ενός

συναισθήματος. Αυτοί που όντως βίωσαν κάποια μεγαλύτερη σύνδεση με ένα συγκεκριμένο όργανο μίλησαν για το πιάνο, το βιολί και το τσέλο (Γυναίκες Κ., Β., Ε. και Ζ.) Γενικά, το κοινό είπε ότι ακόμα και τα τραγούδια, όπως το παιχνιδοτράγουδο και το νανούρισμα, (Γυναίκες Δ., Ζ., Ι. και Ε.) τους βοήθησαν να αναβιώσουν αναμνήσεις δημιουργώντας τους μεγάλη συγκίνηση. Όπως είπαν οι συνεντευξιαζόμενοι:

[...] ειδικά για το νανούρισμα μου φερε στην μνήμη μου όσο τον άκουγα που το τραγουδούσε για να πάρει ο ύπνος την κόρη μου, ναι, που μάθαινε στην κόρη μου τραγούδια παιδικά, που της τραγουδούσε συνέχεια, το παπάκι [...] (η μουσική) έδενε απόλυτα με την αφήγηση, ίσια πάνω που → ξεκίναγε η αφήγηση να σου δημιουργεί αυτά τα συναισθήματα → ερχότανε και η μουσική μετά και στα αποκορύφωνα. (Συνέντευξη 4, Γυναίκα Δ., 9:10- 10:25)

Τόσο οι συμμετέχοντες μουσικοί (όλοι) όσο και οι γυναίκες του ακροατηρίου (όλες) φάνηκαν να είχαν σύμφωνη γνώμη για τον ρόλο της μουσικής και του κειμένου στην συνολική τους εμπειρία. Ένιωσαν ότι η μουσική δρούσε μαζί με το κείμενο και βρίσκονταν και τα δύο στο επίκεντρο της μουσικής παράστασης. Όπως είπε και ο Μουσικός Ζ.:

Αν κατάλαβα καλά την ερώτηση αυτό που κατάλαβα είναι ότι, θεωρώ ότι σε μια τέτοια παράσταση τα 2 πιο σημαντικά :ε: μέρη είναι πρώτα το κείμενο που είναι ο πρωταγωνιστής από όλα, αυτός που θα το πει και η μουσική που :θα: συνοδεύει τα εφέ κι όλα αυτά πιστεύω :ότι: :ήτανε: όλα ακριβώς όπως έπρεπε με βάση τον χαρακτήρα και το :τι: έπρεπε να βγει προς τα έξω [...]. :είναι: τα 2 καλύτερα μουσική και το κείμενο δηλαδή μαζί που ανεβάσανε το συναισθηματικό φορτίο. (Ομάδα εστίασης Μουσικών, Μουσικός Ζ., 28:10- 29:10)

Το κοινό φάνηκε να ένιωσε ότι η συγγραφέας αλλά και όλα τα άτομα που έπαιζαν στην παράσταση σεβάστηκαν κάθε μια από τις απώλειες που έχουν περάσει. Σύμφωνα με τα λεγόμενά των Γυναικών Ζ., Ε., Β. και Δ. στο κείμενο αναφέρονταν συναισθήματα τα οποία βίωσαν κι εκείνες περνώντας από την απώλεια, γεγονός που όπως θα παρουσιαστεί και μετά τις έκανε να ταυτιστούν με το κείμενο και την αφήγηση. Η Μουσικός Θ., υποστήριξε πως ο ρόλος της μουσικής και του κειμένου σε μια τέτοιου είδους παράσταση, είναι να φέρουν στον

ακροατή το θέμα της απώλειας με το μαλακό και με έναν σεβασμό προς τα όσα έχει περάσει. Ανέφερε συγκεκριμένα:

Για εμένα είναι η μουσική. Αυτό που είπε ο προλαλίσαντας, πολύς κόσμος παλιά όπως και εγώ θεωρούσε/ θεωρεί ότι το κείμενο και η μουσική δεν είναι 2 αλληλένδετα μέρη της παράστασης :όμως: αν το κείμενο είναι πολύ καλό και η μουσική δεν είναι αρκετά καλή για να το ντύσει τότε βγαίνει ένα μέτριο αποτέλεσμα, άρα όπως είπε ο προλαλίσαντας, στην ουσία πρέπει να πάνε μαζί σε μία ευθεία και να υπάρχει καλή συνεννόηση του συγγραφέα, του συνθέτη και του αφηγητή. (Ομάδα εστίασης Μουσικών, Μουσικός Θ., 29:10- 30:18)

Έτσι λοιπόν, κατέληξαν πως η μουσική και το κείμενο, δημιουργούν συναισθήματα και εικόνες, δημιουργούν ατμόσφαιρα και βοηθούν τους μουσικούς και τους ακροατές να ταυτιστούν με την ιστορία της παράστασης αλλά και την αφηγήτρια.

5.6 Ψυχολογικές ταυτίσεις κατά την μουσική παράσταση

Μέσα από την ανάλυση φαίνεται πως τόσο το κοινό (Α., Δ., Ε., Β. και Ζ.) όσο και οι συμμετέχοντες μουσικοί (Α., Β., Γ., Ε., Ι., Κ. και Λ.) ένιωσαν να ταυτίζονται με την αφηγήτρια, με εικόνες τις οποίες δημιουργούσε η παράσταση καθώς και με την πλοκή της. Το κοινό ένιωσε να ταυτίζεται με τα συναισθήματα που αναφέρονται στην παράσταση, όπως ο φόβος και ο θυμός. Συγκινήθηκε σε σημεία όπου είδε κάποια χαρακτηριστικά που του φάνηκαν παρόμοια με την δική του ζωή.

Ναι ναι στο κείμενο αυτό όταν έλεγε, διάβαζε ένα σημείο του κειμένου κι έλεγα Α αυτό μου έχει συμβεί κι εμένα! Α κι εγώ έτσι αισθάνθηκα! Δηλαδή απόλυτη ταύτιση με το κείμενό σου [...]υπήρχαν κοινά σημεία ναι πάρα πολλά κοινά σημεία. (Συνέντευξη 5, Ε., 12:07- 12:17)

Κάποιοι ανέφεραν τις αναμνήσεις των παιδικών τους χρόνων, καθώς και τα όνειρα που περιγράφονται μέσα στην παράσταση. Μια από τις συμμετέχουσες μουσικούς ένιωσε να ταυτίζεται με μια εικόνα που περιγράφεται στο κείμενο

Κυρίως εκεί στις αναμνήσεις γιατί εγώ την γιαγιά μου την έχασα και είναι :πολύ: κι εκεί που πέφτει το σκοτάδι και το σπίτι εμφανίζεται όταν σκοτεινιάζει αυτό ήταν γενικά πολύ στοχευμένο :ήτανε: πολύ ταυτίστηκα με αυτό. (Ομάδα εστίασης Μουσικών, Μουσικός, Ε., 3:15- 3:27)

Άλλος ταυτίστηκε όπως λέει και ο ίδιος με την δομή του κειμένου και την διαδρομή που ακολουθεί η αφηγήτρια μέχρι το τέλος της παράστασης.

Εγώ δεν ταυτίστηκα με την ιστορία αλλά με τον τρόπο που είναι δομημένη, με τον ποιητικό λόγο που με έκανε να νιώσω πράγματα, με έκανε να φοβάμαι μην χάσω κάποιον κάπως έτσι. (Ομάδα εστίασης Μουσικών, Μουσικός Γ., 2:40- 2:48)

Άλλοι ένιωσαν να συνδέονται με την μουσική. Η Μουσικός Α. θεώρησε ότι τα γνώριμα ακροάματα θα βοηθούσαν το κοινό να ταυτιστεί με την παράσταση και πιο συγκεκριμένα είπε: «Εγώ θεωρώ ότι ήταν εύστοχο να χρησιμοποιήσετε γνώριμα τραγούδια γιατί θα μπορεί και το κοινό :να: ταυτιστεί με αυτό [γέλια]». Όπως φαίνεται και από την ανάλυση, όλοι όσοι ταυτίστηκαν με κάποια πτυχή της παράστασης είχαν ένα κοινό χαρακτηριστικό, ότι βίωσαν δηλαδή σε κάποιο σημείο της παράστασης κάποια γνώριμη μελωδία ή κάποια γνώριμα συναισθήματα από τα οποία έχουν περάσει και οι ίδιοι είτε ακόμα και μια γνώριμη εικόνα, όπως τα παιδιά που παίζουν, οι αναμνήσεις από οικογενειακά τραπέζια και η σχέση τους με κάποιο άτομο. Όπως λέει και η Μουσικός Δ.:

Εγώ :ε: ταυτίστηκα με αυτό το :λόγο: [γέλιο] :ε: ταυτίστηκα με την πρωταγωνίστρια τέλος πάντων γιατί κι εγώ έχω και τις 2 μου τις γιαγιάδες ↓ δεν τις έχω χάσει και φοβάμαι πάρα πολύ όταν θα 'ρθει. (Ομάδα εστίασης Μουσικών, Μουσικός Δ.)

6. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ- ΣΥΣΗΤΗΣΗ- ΠΡΟΟΠΤΙΚΕΣ

Ύστερα από εκτενή ανάλυση των δεδομένων, η ερευνήτρια προσπάθησε να δώσει την προσωπική της ερμηνεία ώστε να καταφέρει να κατανοήσει καλύτερα το φαινόμενο το οποίο διερευνήθηκε. Η απώλεια καθώς και ο φόβος για τον θάνατο είναι κάτι που, όπως λένε και οι συμμετέχοντες της μελέτης, το βιώνουν ή θα το βιώσουν όλοι στην ζωή τους. Από τα λόγια τους συμπεραίνεται ότι η απώλεια αλλά και ο φόβος του να χάσουν κάποιο δικό τους κοντινό

πρόσωπο ήταν κάτι όπου τους φόρτιζε με αρνητικά συναισθήματα. Όπως υποστηρίζει και ο Klass (2017), τα εσωτερικευμένα συναισθήματα που συνοδεύουν το πένθος μπορεί να οδηγήσουν σε ψυχοσωματικά προβλήματα, γεγονός το οποίο φάνηκε και από την Γυναίκα Ζ. η οποία μετά την παράσταση είχε πρόβλημα με τον ύπνο αλλά και κατά την διάρκεια της παράστασης που δεν εκφράστηκε εξ αρχής (κλαίγοντας) η ίδια ένιωσε ένα σφίξιμο.

Ερχόμενοι στην μουσική παράσταση, οι συμμετέχοντες στο κοινό, αρχικά παραδέχτηκαν πως ήταν προδιατεθειμένοι ως προς τα συναισθήματα τα οποία θα ένιωθαν, με αποτέλεσμα στην αρχή να νιώθουν όπως λένε και οι ίδιοι, άβολα και ανασφάλεια. Όμως συνεχίζοντας, ένιωσαν αρκετά άνετα ώστε να καταφέρουν να εκφράσουν τα όσα ένιωσαν κατά την διάρκεια της παράστασης, υποστηρίζοντας πως τελικά ένιωσαν καλά και ήταν για αυτούς μια όμορφη εμπειρία. Οι ίδιοι κατάφεραν να ανασύρουν αναμνήσεις με το άτομο το οποίο είχαν χάσει, ένιωσαν πολλά συναισθήματα τα οποία κατά τους ίδιους τους ήταν γνώριμα και ένιωσαν τόσο ότι ταυτίστηκαν με την αφηγήτρια όσο και ότι ανέπτυξαν μεταξύ τους μια αίσθηση ομαδικότητας, το αίσθημα του «ανήκειν». Όπως υποστηρίζει και η Γυναίκα Α., ένιωσε ότι όλο το κοινό βίωσε το ίδιο με εκείνη και πως αυτό το καταλάβαινε χωρίς να της το πει κάποιος. Όλες οι γυναίκες συμμετέχουσες στο κοινό μίλησαν για αυτή την επιρροή των υπολοίπων ατόμων επάνω τους. Κάποιες δεν επηρεάστηκαν καθόλου από αυτό καθώς ήταν τελείως προσηλωμένες στην παράσταση αλλά και στα προσωπικά τους συναισθήματα. Κάποιες άλλες όμως ένιωσαν ότι μπορούσαν να μοιραστούν τον πόνο της απώλειάς τους με τα υπόλοιπα άτομα του κοινού.

Όλοι οι συμμετέχοντες του κοινού, κατά την διάρκεια της παράστασης ένιωσαν φόβο, θυμό, νοσταλγία και έντονη συναισθηματική φόρτιση. Κάποιες μίλησαν και γι μια αίσθηση αισιοδοξίας, χαράς, λύτρωσης και αγάπης. Αναφορικά με τις αναμνήσεις τις οποίες ανέσυραν, χαρακτηρίστηκαν κάποιες θετικές και κάποιες αρνητικές, όλες παρόλα αυτά ήταν γεμάτες συγκίνηση, κάποιες ήταν αναμνήσεις έντονες και γλυκιές και άλλες ήταν νοσταλγικές και μελαγχολικές. Παρακολουθώντας κανείς την συνολική εμπειρία του κοινού κατά την διάρκεια της παράστασης θα παρατηρήσει πως όλη η διαδικασία ήταν για το κοινό, όπως λέει και η Γυναίκα Α. «ένας εσωτερικός διάλογος» με τον εαυτό τους, ο οποίος τους βοήθησε όχι μόνο να δουν σε ποιο σημείο βρίσκονται τα προσωπικά τους συναισθήματα για την απώλεια αλλά και να καταφέρουν να εξωτερικεύσουν όλα αυτά τα συναισθήματα τα οποία νιώθουν, είτε

μέσα από το κλάμα είτε μέσα από τον αναστεναγμό. Ακόμα όπως υποστηρίζουν και οι ίδιες οι συμμετέχουσες, κατάφεραν να προσεγγίσουν όλα αυτά που νιώθουν και να καταλάβουν ότι η απώλεια συμβαίνει σε όλους, μοιράστηκαν λίγο από τον πόνο τους και ένιωσαν ότι τα υπόλοιπα μέλη του κοινού τους καταλαβαίνουν, κάνοντας έτσι τον εαυτό τους να νιώθει λιγότερο μόνος.

Τόσο το ίδιο το κοινό, όσο και οι συμμετέχοντες μουσικοί, υποστήριξαν πως τον μεγαλύτερο ρόλο στην συνολική εμπειρία της μουσικής παράστασης την οποία παρακολούθησαν έπαιξε η μουσική αλλά και το κείμενο. Αυτό γίνεται εμφανές και μέσα από την ανάλυση των δεδομένων που συνέλλεξε η ερευνήτρια από τις συνεντεύξεις αλλά και την ομάδα εστίασης. Όπως υποστηρίζει και ο Cardany (2017) μέσω της μουσικής μπορεί να δημιουργηθεί ένα ασφαλές πλαίσιο στο οποίο μπορεί να ερευνηθεί ο θάνατος καθώς και οτιδήποτε τον συνοδεύει, ψυχικό είτε σωματικό. Μέσα από την μουσική η οποία φτιάχνεται για την κοινότητα, όπως η παρούσα μουσική παράσταση, οι συμμετέχοντες έχουν την ευκαιρία να μειώσουν τον φόβο ή το άγχος που μπορεί να έχουν για κάποια επικείμενη απώλεια (Cardany, 2017). Επίσης μέσα από μια μουσική παράσταση με κεντρικό θέμα την απώλεια, όπως αυτήν της παρούσας μελέτης, το κοινό μπορεί να λάβει μέσω της μουσικής καθώς και της εκτέλεσης των μουσικών, συναισθήματα αγάπης και σεβασμού για τα δύσκολα πράγματα που έχει περάσει μέσα από την απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου, ώστε το κάθε άτομο να νιώσει ότι δεν είναι μόνο του σε όλο αυτό και ότι κάποιος περνάει ό,τι και αυτό (Dissayake, 2009). Σκεπτόμενοι τα παραπάνω καθώς και τα ευρήματα μέσα από την ανάλυση δεδομένων της παρούσας μελέτης, θα μπορούσε κανείς να πει πως αναφορικά με το κοινό, μια μουσική παράσταση πιθανώς θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί ως μια άτυπη τελετουργία για να μπορέσει το κοινό να προσεγγίσει και ίσως να συμφιλιωθεί με το γεγονός της απώλειας αλλά και με τον φόβο για το θάνατο.

Αναφορικά με την συνολική εμπειρία των συμμετεχόντων μουσικών η οποία εξετάζεται στην παρούσα έρευνα, βρέθηκε πως οι μουσικοί βίωσαν κάποια όμοια με το κοινό, συναισθήματα κατά την διάρκεια της παράστασης όπως θλίψη, φόβο για μια επικείμενη απώλεια και μελαγχολία αλλά και οι ίδιοι στο τέλος της παράστασης ένιωσαν καλά μέσα τους. Όπως το κοινό έτσι και οι μουσικοί στην αρχή ένιωσαν άβολα, με την διαφορά ότι στην δική τους περίπτωση ένιωσαν άβολα, για το αν το κοινό θα μπορέσει να παρακολουθήσει την

παράσταση, μιας και η απώλεια είναι ένα «παρεξηγημένο θέμα» όπως είπε και η μουσικός Θ. Η ίδια συνέχισε υποστηρίζοντας ότι ένα τέτοιο θέμα πρέπει να αντιμετωπίζεται με σεβασμό και να δίνεται μέσω της μουσικής και του κειμένου, με τρόπο τέτοιο που να μην προσβάλει ή να υπερβάλει τα βιώματα κανενός. Με την άποψη αυτή συμφώνησαν και οι υπόλοιποι μουσικοί.

Κατά την διάρκεια της μουσικής παράστασης, τόσο το κοινό όσο και οι μουσικοί βίωσαν σωματικές αντιδράσεις όπως το κλάμα, βαριές ανάσες, τρέμολο και κόμπο στο στομάχι και τον λαιμό. Το κοινό αφέθηκε στις αντιδράσεις αυτές σε αντίθεση με τους μουσικούς οι οποίοι όπως λέει και η μουσικός Α., «προσπάθησαν να αποστασιοποιηθούν» από τις σωματικές αντιδράσεις και τα συναισθήματα όσο περισσότερο μπορούσαν (στις πρόβες μα περισσότερο στην παράσταση) ώστε να μην αλλοιωθεί το αποτέλεσμα της παράστασης, αφού όπως υποστηρίζουν και οι Tan κ.α (2013), Cohen (2002) και Koelsch (2018), η δημιουργία συναισθημάτων στο κοινό βασίζεται πολύ στην ικανότητα των εκτελεστών μουσικών να μεταδώσουν αυτά που παίζουν και να επικοινωνήσουν με το κοινό μέσα από το παίξιμό τους.

Οι συμμετέχοντες μουσικοί βίωσαν και εκείνοι μια ταύτιση όπως και το κοινό αφού όπως λένε και οι Larwood και Dingle (2021), Völker (2022) και Meyer κ.α (2020) οι άνθρωποι τείνουν να συνδέονται καθώς και να εκφράζονται πιο εύκολα με πράγματα τα οποία τους φαίνονται οικεία είτε αυτό είναι κάποιο άκουσμα είτε κάποια, παρόμοια με δικό τους βίωμα, κατάσταση.

Με αφορμή την μουσική παράσταση στην οποία συμμετείχαν, οι μουσικοί ανέσυραν αναμνήσεις με άτομα τα οποία έχουν χάσει καθώς και με άτομα τα οποία φοβούνται ότι θα χάσουν κάποια στιγμή. Μέσα από την ανάλυση βρέθηκε πως κάνοντας χρήση της μουσικής με τον κοινωνικό αλλά και παρηγορητικό της χαρακτήρα σε συνδυασμό με το κείμενο, οι μουσικοί κατάφεραν να έρθουν πιο κοντά στο θέμα της απώλειας. Πιο συγκεκριμένα, μουσικοί όπως η Α. και η Θ., είπαν ότι μέσω της όλης διαδικασίας άρχισε να συγχωρεί τον εαυτό της η πρώτη και η δεύτερη κατάφερε να ξανα-εκφράσει ελεύθερα την θλίψη και το πένθος της μετά από καιρό, γυρνώντας όπως λέει και η ίδια σε έναν εαυτό συναισθηματισμού. Άλλοι όπως ο μουσικός Ζ. είπαν ότι ενισχύθηκαν κάποιες απόψεις τις οποίες ήδη είχαν, όπως το ότι ο τρόπος που διαλέγει κάποιος να πενήθει θα έπρεπε να είναι προσωπική του υπόθεση, ή ότι μέσα από κάτι δυσάρεστο όπως το πένθος μπορεί να βγει κάτι όμορφο. Ακόμα σχετικά

με την αλλαγή στάσης τους απέναντι στην απώλεια, πολλοί μίλησαν για το ότι νιώθουν πιο κοντά στα άτομα τα οποία έχουν ακόμα εν ζωή, θέλοντας να αδράξουν περισσότερες στιγμές μαζί τους, και άλλοι μουσικοί είπαν για το ότι πρέπει να εξωτερικεύουν όσα νιώθουν.

Έτσι αναφορικά με την μουσική παράσταση ως άτυπη τελετουργία, θα έλεγε κανείς ότι θα μπορούσε να αποτελέσει ένα ωφέλιμο εργαλείο και για τους μουσικούς αλλά και για το κοινό που την παρακολουθεί. Μέσω του κειμένου και της μουσικής, οι συμμετέχοντες στην διαδικασία φάνηκε να ήρθαν πιο κοντά στο θέμα της απώλειας και να κατάλαβαν λίγο καλύτερα το πού βρίσκονται οι ίδιοι αναφορικά με αυτό. Σε μελλοντική χρήση της, ως εργαλείο προσέγγισης της απώλειας καθώς και του φόβου για τον θάνατο, ενδεχομένως⁴⁵ να μπορέσει να μειώσει την προκατάληψη που υπάρχει γύρω από το θέμα αυτό. Θεωρείται πως καλό θα ήταν να υπάρξει περαιτέρω έρευνα πάνω στο παρόν θέμα, καθώς μια μουσική παράσταση έχει τον κοινωνικό χαρακτήρα που θα μπορούσε να βοηθήσει στην πιο εύκολη κατανόηση και προσέγγιση του φαινομένου. Κατά την διεξαγωγή της παρούσας μελέτης διαπιστώθηκε ότι δεν υπάρχουν πολλές βιβλιογραφικές πηγές σχετικά με το πώς επηρεάζονται οι ίδιοι οι μουσικοί από την συμμετοχή τους σε μια μουσική παράσταση που αναφέρεται στο πένθος και την απώλεια. Δεδομένου αυτού του κενού, εκτιμάται ότι χρήζει να υπάρξει και άλλη σχετική βιβλιογραφία με ιδιαίτερη εστίαση στους μουσικούς και την εμπειρία τους από τέτοιες παραστάσεις.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Alaimo, S. M., & Cascio, M.I. (2015). Adult Attachment, Emotional *Dysregulation and Metacognitive Functions* in Patients with Personality Disorders. *Psychology*, 6(14), 1940-1950. <http://dx.doi.org/10.4236/psych.2015.614191>
- Alembi, E. (2008). The Abanyole Dirge: “Escorting” the Dead with Song and Dance. *Folklore: Electronic Journal of Folklore*, 38, 7–22. <https://doi.org/10.7592/fej2008.38.alembi>
- Alexiou, M., Yatromanolakis, D., & Roilos, P. (2002). *The ritual lament in Greek tradition*. Rowman & Littlefield.
- Ang, C. S. (2022). Life Will Never be the Same: Experiences of Grief and Loss among Older Adults. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02595-6>
- Argstatter, H. (2016). Perception of basic emotions in music: Culture-specific or multicultural? *Psychology of Music*, 44(4), 674–690. <https://doi.org/10.1177/0305735615589214>
- Atherton, G., & Cross, L. (2021). Reading the mind in cartoon eyes: Comparing human versus cartoon emotion recognition in those with high and low levels of autistic traits. *Psychological Reports*. <https://doi.org/10.1177/0033294120988135>
- Auboyer, J. (2015). Ceremonial object. *Encyclopedia Britannica*, προσπελάσθηκε 19 Γενάρη 2022. <https://www.britannica.com/topic/ceremonial-object#ref66425>
- Βοσνιάδου, Σ. (Επιμ.)(2018). Μνήμη. *ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ*, Αθήνα: Gutenberg, 246-267.
- Barenboim, D., & Cheah, E. (2009). *Music quickens time*. Verso Books.
- Barradas, G. T., & Sakka, L. S. (2021). When words matter: A cross-cultural perspective on lyrics and their relationship to musical emotions. *Psychology of Music*, 50(2), 650–669. <https://doi.org/10.1177/03057356211013390>
- Bennett, K. M., Gibbons, K., & Mackenzie- Smith, S. (2010). Loss and Restoration in Later Life: An Examination of Dual Process Model of Coping with Bereavement. *OMEGA- Journal of Death and Dying*, 61(4), 315-332. <http://doi.org/10.2190/OM.61.4.d>.
- Black, J., Belicki, K., Emberley-Ralph, J., & McCann, A. (2022). Internalized versus externalized continuing bonds: Relations to grief, trauma, attachment, openness to experience, and posttraumatic growth, *Death Studies*, 46(2), 399-414. <https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1737274>
- Black, J., Belicki, K., Piro, R., & Hughes, H. (2021). Comforting Versus Distressing Dreams of the Deceased: Relations to Grief, Trauma, Attachment, Continuing Bonds, and Post-Dream Reactions. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 84(2), 525–550. <https://doi.org/10.1177/0030222820903850>
- Braun V & Clarke, V. (2012). Thematic analysis. Στο H. Cooper (επιμ.), *APA Handbook of Research Methods in Psychology* (51-77). Washington: American Psychological Association
- Brinkmann, S. (2018). The grieving animal: Grief as a foundational emotion. *Theory & Psychology*, 28(2), 193-207.

- Brinkmann, S., & Kofod, E. H. (2018). Grief as an extended emotion. *Culture & Psychology*, 24(2), 160–173. <https://doi.org/10.1177/1354067X17723328>
- Brinkmann, S. (2020). Learning to grieve: A preliminary analysis. *Culture & Psychology*, 26(3), 469–483. <https://doi.org/10.1177/1354067X19877918>
- Britannica, T. Editors of Encyclopaedia. *Day of the Dead*. *Encyclopedia Britannica*. Προσπελάσθηκε 19 Γενάρη 2022 από <https://www.britannica.com/topic/Day-of-the-Dead>
- Britannica, T. Editors of Encyclopaedia. *memory*. *Encyclopedia Britannica*. Προσπελάσθηκε 28 Απριλίου 2022 από <https://www.britannica.com/science/memory-psychology>⁴⁷
- Bruin-Mollenhorst, J. (2020). The Musical Eulogy and Other Functions of Funeral Music. *OMEGA- Journal of Death and Dying*, 82(1), 25–41. <https://doi.org/10.1177/0030222818799939>
- Campbell, S., Moola, F. J., Gibson, J. L., Petch, J., & Denburg, A. (2022). The Unspeakable Nature of Death & Dying During Childhood: A Silenced Phenomenon in Pediatric Care. *OMEGA- Journal of Death and Dying*. <https://doi.org/10.1177/00302228211067034>
- Carr, D. (2010). New Perspectives on the Dual Process Model (Dpm): What Have We Learned? What Questions Remain? *OMEGA- Journal of Death and Dying*, 61(4), 371–380. <http://doi.org/10.2190/OM.61.4.g>
- Cohen, A. J. (2013). Film music and the unfolding narrative. Language, music and the brain. *Strüngmann Forum Reports*, 10, 173–201, Cambridge, MA: MIT Press. 978-0-262-01810-4..
- Cohen, A. J. (2002). Music cognition and the cognitive psychology of film structure. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*. 43(4). 215-232. <http://doi.org/10.1037/h0086918>
- Cohen, A. J. (1990). Understanding Musical Soundtracks. *Empirical Studies of the Arts*, 8(2), 111–124. <https://doi.org/10.2190/8Y6G-KTM8-VDX4-UHRW>
- Colman, I., Kingsbury, M., Weeks, M., Ataullahjan, A., Bélair, M.-A., Dykxhoorn, J., Hynes, K., Loro, A., Martin, M. S., Naicker, K., Pollock, N., Rusu, C., & Kirkbride, J. B. (2014). CARTOONS KILL: casualties in animated recreational theater in an objective observational new study of kids' introduction to loss of life. *BMJ*, 349. <https://doi.org/10.1136/bmj.g7184>
- Colombetti, G., & Krueger, J. (2015). Scaffoldings of the affective mind. *Philosophical Psychologist*, 28(8), 1157–1176.
- Cook, T., Roy, A. R. K., & Welker, K. M. (2019). Music as an emotion regulation strategy: An examination of genres of music and their roles in emotion regulation. *Psychology of Music*, 47(1), 144–154. <http://doi.org/10.1177/0305735617734627>
- Coplan, R. J., Hipson, W. E., & Bowker, J. C. (2021). Social Withdrawal and Loneliness in Adolescence: Examining the Implications of Too Much and Not Enough Solitude. *Journal of Youth and Adolescence*, 50, 1219–1233. <https://doi.org/10.1007/s10964-020-01365-0>
- Corr, C. A. (2020). Elisabeth Kübler-Ross and the “Five Stages” Model in a Sampling of Recent American Textbooks. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 82(2), 294–322. <https://doi.org/10.1177/0030222818809766>

- Cox, M., Garrett, E., & Graham, J. A. (2005). Death in Disney Films: Implications for Children's Understanding of Death. *OMEGA- Journal of Death and Dying*, 50(4), 267–280. <https://doi.org/10.2190/q5v1-klf7-060f-w69v>
- Davies, D. J. (2020). Dividual identity in grief theories, palliative and bereavement care. *Palliative Care & Social Practice*, 14, 1-12. <https://doi.org/10.1177/2632352420921867>
- Dissanayake, E. (2009). Root, leaf, blossom, or bole: Concerning the origin and adaptive function of music. *Communicative musicality*, 17–30, New York, NY: Oxford University Press.
- Dorman, P. F., & Baines, J. R.. Ancient Egyptian religion. *Encyclopedia Britannica*, προσπελάσθηκε 19 Γενάρη 2022. <https://www.britannica.com/topic/ancient-Egyptian-religion>
- Ekman, P. (1992). Facial Expressions of Emotion: New Findings, New Questions. *Psychological science*, 3(1), 34-38. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1992.tb00253.x>
- Gallagher, A. (2021). Reflections on 2020: Trustworthiness and the Consolation of Culture. *Nursing Ethics*, 28(1), 3–5. <https://doi.org/10.1177/0969733021990954>
- Graham, J. A., Yuhas, H., & Roman, J. L. (2018). Death and Coping Mechanisms in Animated Disney Movies: A Content Analysis of Disney Films (1937–2003) and Disney/Pixar Films (2003–2016). *Social Sciences*, 7(10), 199. <https://doi.org/10.3390/socsci7100199>
- Greenberg, J., & Arndt, J. (2012). Terror management theory. In P. A. Van Lange A. W. Kruglanski, & E. T. Higgins *Handbook of theories of social psychology*, 1, 398-415. SAGE Publications Ltd. <https://dx.doi.org/10.4135/9781446249215.n20>
- Hoffmann, R. (2022). What is the function of film music? Προσπελάσθηκε 9-02-2022. <https://www.robin-hoffmann.com/tutorials/what-is-the-function-of-film-music/>
- Holland, J. M. (2014). Elisabeth Kübler-Ross. *The A-Z of death and dying: Social, medical, and cultural aspects*, ABC-CLIO. <http://doi.org/10.13140/RG.2.1.3863.2401>
- Ίσαρη, Φ. & Πουρκός, Μ. (2015) Ποιοτική Μεθοδολογία Έρευνας [ηλεκτρ. Βιβλ.] Αθήνα: Σύνδεσμος Ελληνικών Ακαδημαϊκών Βιβλιοθηκών. Διαθέσιμο στο: <http://hdl.handle.net/11419/5826>
- Ιωσηφίδης, Θ. (2017). Ποιοτικές Μέθοδοι Έρευνας και Επιστημολογία των Κοινωνικών Επιστημών. Τζιόλας
- Jain, N., Gupta, V., Shubham, S., Madan, A., Chaudhary, A., & Santosh, K. C. (2021). Understanding cartoon emotion using integrated deep neural network on large dataset. *Neural Computing and Applications*. <https://doi.org/10.1007/s00521-021-06003-9>
- Klass, D. (2015). Continuing Bonds, Society, and human experience: Family dead, hostile dead, Political dead. *OMEGA Journal of Death and Dying*, 70(1), 99-117. <https://doi.org/10.2190/OM.70.1.i>
- Klass, D., Silverman, P. R, & Nickman, S. (1996). *Continuing bonds: New understandings of grief*. Taylor and Francis. <https://doi.org/10.4324/9781315800790>
- Lahdelma, I., & Eerola, T. (2016). Single chords convey distinct emotional qualities to both naïve and expert listeners. *Psychology of Music*, 44(1), 37–54. <https://doi.org/10.1177/0305735614552006>

- Larwood, J. L., & Dingle, G. A. (2022). The effects of emotionally congruent sad music listening in young adults high in rumination. *Psychology of Music*, 50(1), 218–229. <https://doi.org/10.1177/0305735620988793>
- Maddrell, A. (2013). Living with the deceased: absence, presence and absence-presence. *Cultural geographies*, 20(4), 501–522. <http://doi.org/10.1177/1474474013482806>
- McManus, R., Walter, T., & Claridge, L. (2018). Restoration and loss after disaster: Applying the dual- process model of coping in bereavement. *Death Studies*, 42(7), 405–414. <http://doi.org/10.1080/07481187.2017.1366599>
- Meyer, J., Oguz, P. G., & Moore, K. S. (2020). Superior fluid cognition in trained musicians. *Psychology of Music*, 48(3), 434–447. <https://doi.org/10.1177/0305735618808089>
- Myers, G. E. (1969). William James’s Theory of Emotion. *Transactions of the Charles S. Peirce Society*, 5(2), 67–89.
- Naito, T., & Washizu, N. (2021). Gratitude to family and ancestors as the source for wellbeing in Japanese elderly people. *Academia Letters*. <https://doi.org/10.20935/al2436>
- Palombo, D. J., Te, A. A., Checknita, K. J., & Madan, C. R. (2021). Exploring the facets of emotional episodic memory: Remembering “what,” “when,” and “which.” *Psychological Science*, 32(7), 1104–1114. <https://doi.org/10.1177/0956797621991548>
- Park, C., (2020). Traditional funeral and burial rituals and Ebola outbreaks in West Africa: A narrative review of causes and strategy interventions NARRATIVE REVIEW IN PUBLIC HEALTH AND INFECTIOUS DISEASES. *Journal of Health and Social Sciences*, 5, 73–090. <http://doi.org/10.19204/2020/trdt8>
- Pearce C. (2019) Emotions, Bodies, Practices. *The Public and Private Management of Grief*, Palgrave Macmillan, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-17662-4_5
- Phyfferoen, D. (2005). An introduction to the traditional idioms of music making among the Kassena of Northern Ghana. © RMCA/Dominik PHYFFEROEN. <http://Music.africamuseum.be>
- Plutchik, R. (2001). The Nature of Emotions: Human emotions have deep evolutionary roots, a fact that may explain their complexity and provide tools for clinical practice. *American Scientist*, 89(4), 344–350. <http://www.jstor.org/stable/27857503>
- Pomeroy, A. J. (2017). Pantelis Michelakis and Maria Wyke, The Ancient World in Silent Cinema. *Nineteenth Century Theatre and Film*, 44(1), 120–125. <https://doi.org/10.1177/1748372717732170>
- Pyszczyński, T., Lockett, M., Greenberg, J., & Solomon, S. (2021). Terror Management Theory and the COVID-19 Pandemic. *Journal of Humanistic Psychology*, 61(2), 173–189. <https://doi.org/10.1177/0022167820959488>
- Ratcliffe, M., & Byrne, E. A. (2021). Grief, self and narrative. *Philosophical Explorations*, 25(3), 319–337. <https://doi.org/10.1080/13869795.2022.2070241>
- Salo, A. E., Junttila, N., & Vauras, M. (2020). Social and Emotional Loneliness: Longitudinal Stability, Interdependence, and Intergenerational Transmission Among Boys and Girls. *Family Relations Interdisciplinary Journal of Applied Family Science*, 69(1), 151–165. <https://doi.org/10.1111/fare.12398>

- Sekowski, M. (2021). Concrete and symbolic continuing bonds with a deceased person: The psychometric properties of the continuing bonds scale in bereaved surviving family members. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(5), 1655–1670. <https://doi.org/10.1177/02654075211001574>
- Shoeps, K., Tamarit, A. Zegarra, P. S., & Montoya- Castilla, I. (2021). The long-term effects of emotional competencies and self-esteem in adolescents' internalizing symptoms. *Revista de Psychodidáctica (English ed.)*, 26(2), 113-122.
- Simpson, J. A., & Lane, B. (2022). Attachment theory. *Encyclopedia Britannica*, προσπελάστηκε 19 Γενάρη 2022. <https://www.britannica.com/science/attachment-theory>
- Soria- Escalante, H., & Fuente- Herrera, J. J. (2021). Culture of death in Mexico: Psychoanalytic Inquiry about mourning rites and the symbolic function of society. *Culture & Psychology*, 27(2), 270-285. <https://doi.org/10.1177/1354067X20976505>
- Stroebe, M., & Schut, H. (2010). The Dual Process Model of Coping with Bereavement: A Decade on. *OMEGA- Journal of Death and Dying*, 61(4), 273-289. <https://doi.org/10.2190/OM.61.4.b>
- Stroebe, M., & Schut, H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: Rationale and description. *Death Studies*, 23(3), 197–224. <https://doi.org/10.1080/074811899201046>
- Stroebe, M., Schut, H., & Boerner, K. (2017). Cautioning Health-Care Professionals: Bereaved Persons Are Misguided Through the Stages of Grief. *OMEGA- Journal of Death and Dying*, 74(4), 455– 473. <https://doi.org/10.1177/0030222817691870>
- Swarbrick, D., Bosnyak, D., Livingstone, S. R., Bansal, J., Marsh-Rollo, S., Woolhouse, M. H., & Trainor, L. J. (2019). How live music moves us: Head movement differences in audiences to live versus recorded music. *Frontiers in Psychology*, 9, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02682>
- Tan, S. L., Cohen, A. J., Lipscomb, S. D., & Kendall, R. A. (2013). *The Psychology of Music in Multimedia*. Oxford University Press.
- Ter Bogt, T. F. M., Vieno, A., Doomwaard, S. M., Pastore, M., & Van den Eijnden, R. J. J. M. (2017). “You’re not alone”: Music as a source of consolation among adolescents and young adults. *Psychology of Music*, 45(2), 155-171. <https://doi.org/10.1177/03057356166500296>
- Theorell T. (2014) Music for Body and Soul: Physiological Effects of Listening to Music. *Psychological Health Effects of Musical Experiences*, 33-47 SpringerBriefs in Psychology. Springer, Dordrecht. https://doi.org/10.1007/978-94-017-8920-2_5
- University transcription (2022). Jefferson Transcription System – A guide to the symbols. Προσπελάστηκε 28 Μαΐου 2022 από: <https://www.universitytranscriptions.co.uk/jefferson-transcription-system-a-guide-to-the-symbols/>
- Ψυχογιού, Ε. (2008). «Μαυρηγή» και Ελένη: Τελετουργίες θανάτου και αναγέννησης. Ακαδημία Αθήνα: Αθηνών. Κέντρο Ερεύνης της Ελληνικής Λαογραφίας.
- Valentine, C. (2010). Continuing bonds after bereavement: a cross-cultural perspective. *Bereavement Care*, 28(2). <https://doi.org/10.1080/02682620902995972>

- Van Loo, H. M., Beijers, L., Wieling, M., De Jong, T. R., Shoeners, R. A., & Kendler, K. S. (2021). Prevalence of internalizing Disorders, symptoms and traits across age using advanced nonlinear models. *Psychological Medicine*, 1-10. <https://doi.org/10.1017/S0033291721001148>
- Vedder, A., Boerner, K., Stokes, J. E., Schut, H. A. W., Boelen, P. A., & Stroebe, M. S. (2022). A systematic review of loneliness in bereavement: Current research and future directions. *Current Opinion in Psychology*, 43, 48-64. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.06.003>
- Viper, M., Thyren, D., & Horwitz, E. B. (2020). Music as Consolation—The Importance of Music at Farewells and Mourning. *OMEGA- Journal of Death and Dying*. <https://doi.org/10.1177/0030222820942391>
- Völker, J. (2022). Measuring emotional music experience: Spreading activation and Breivema Mechanisms. *Psychology of Music*, 50(2), 631–649. <https://doi.org/10.1177/03057356211010224>
- Wang, Q., Coemans, S., Siegesmund, R., & Hannes, K. (2017). Arts-based Methods in Socially Engaged Research Practice: A Classification Framework. *Art/Research International: A Transdisciplinary Journal*, 2(2), 5. <https://doi.org/10.18432/r26g8p>
- West, G. (2019). *The Tekenu and ancient Egyptian funerary ritual*. Archaeopress.
- Ziv, N., & Hollander- Shabtai, R. (2021). Music and COVID- 19: Changes in uses and emotional reaction to music under stay-at-home restrictions. *Psychology of Music*, 1-17. <http://doi.org/10.1177/03057356211003326>

ΠΑΡΑΤΗΜΑΤΑ

Παράρτημα Α: Έντυπο συναίνεσης κοινού



ΙΟΝΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΤΜΗΜΑ ΜΟΥΣΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΜΟΥΣΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ

Έντυπο συναίνεσης για συμμετοχή σε ερευνητική εργασία

Τίτλος Ερευνητικής Εργασίας: Η μουσική παράσταση ως εργαλείο προσέγγισης του πένθους για φοιτητές μουσικής και ορισμένο ακροατήριο.

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια: Ιωάννα Ετμεκτσόγλου

Ερευνήτρια: Στεφάνια Μαρία Λακωνίτη (email: m17lako@ionio.gr, τηλ. 6975892884)

1. Σκοπός της ερευνητικής εργασίας

Σκοπός της μελέτης είναι να διερευνηθεί η δυνατότητα μιας μουσικής παράστασης να χρησιμοποιηθεί ως εργαλείο για την προσέγγιση του πένθους, καθώς και η εμπειρία των συμμετεχόντων μουσικών και του ακροατηρίου.

2. Διαδικασία

Οι συμμετέχοντες θα λάβουν μέρος, έπειτα από δική τους συναίνεση, στην παρακολούθηση μιας μουσικής παράστασης περίπου 40 λεπτών (στην Ιόνιο Ακαδημία, Παρασκευή 4 Φεβρουαρίου στις 19:00μ.μ). Η παράσταση και το κοινό θα βιντεοσκοπηθούν. Ακόμα θα λάβουν μέρος σε μία συνέντευξη, μισής έως μιας ώρας περίπου (στις επόμενες 1-3 μέρες μετά από την διεξαγωγή της παράστασης). Η συνέντευξη θα ηχογραφηθεί και το ψηφιακό αρχείο ήχου θα βρίσκεται στην κατοχή της ερευνήτριας. Τμήματα των συνομιλιών πιθανόν να χρησιμοποιηθούν στην παρουσίαση της ερευνητικής εργασίας στο πλαίσιο του μαθήματος καθώς και στην διπλωματική εργασία που θα παραδοθεί.

3. Κίνδυνοι και ενοχλήσεις

Δεν υπάρχει κανένας κίνδυνος που να συνοδεύει τη συμμετοχή σας στην έρευνα αλλά και την συλλογή δεδομένων.

4. Προσδοκώμενες ωφέλειες

Με την συμμετοχή σας θα βοηθήσετε στην περαιτέρω κατανόηση του φαινομένου υπό μελέτη, έτσι ώστε να γίνει καλύτερα κατανοητή η λειτουργία της μουσικής παράστασης ως μέσον διαχείρισης των συναισθημάτων που απορρέουν από σοβαρές απώλειες που βιώνουν οι άνθρωποι στη ζωή τους.

5. Δημοσίευση δεδομένων – αποτελεσμάτων

Η συμμετοχή σας στην έρευνα συνεπάγεται ότι συμφωνείτε με την μελλοντική δημοσίευση των αποτελεσμάτων της, με την προϋπόθεση ότι οι πληροφορίες θα είναι ανώνυμες και δε θα αποκαλυφθούν τα ονόματα των συμμετεχόντων. Τα δεδομένα που θα συγκεντρωθούν θα κωδικοποιηθούν με ψευδώνυμο, ώστε το όνομα σας δε θα φαίνεται πουθενά.

1

6. Πληροφορίες

Μη διστάσετε να κάνετε ερωτήσεις γύρω από το σκοπό ή την διαδικασία της εργασίας. Αν έχετε οποιαδήποτε αμφιβολία ή ερώτηση ζητήστε διευκρινίσεις.

7. Ελευθερία συναίνεσης

Η συμμετοχή σας στην έρευνα είναι εθελοντική. Είστε ελεύθερος-η να μην συναινέσετε ή να διακόψετε τη συμμετοχή σας όποτε το επιθυμείτε.

8. Συναίνεση για ηχογράφηση και βιντεοσκόπηση

Ζητείται η συναίνεσή σας για την ηχογράφηση των συνεντεύξεων καθώς και για την βιντεοσκόπηση σας κατά την διάρκεια της παράστασης.

9. Δήλωση συναίνεσης

Διάβασα το έντυπο αυτό και κατανώ τις διαδικασίες που θα ακολουθήσω. Με την υπογραφή μου, συναινώ να συμμετάσχω στην ερευνητική εργασία.

Ημερομηνία: __/__/__

Ονοματεπώνυμο και υπογραφή
συμμετέχοντος/ουσας

Ονοματεπώνυμο και υπογραφή
ερευνήτη/τριας

Παράρτημα Β: Έντυπο συναίνεσης μουσικών



ΙΟΝΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΤΜΗΜΑ ΜΟΥΣΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΜΟΥΣΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ

Έντυπο συναίνεσης για συμμετοχή σε ερευνητική εργασία

Τίτλος Ερευνητικής Εργασίας: Η μουσική παράσταση ως εργαλείο προσέγγισης του πόνθους για φοιτητές μουσικής και ορισμένο ακροατήριο.

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια: Ιωάννα Ετμκτοόγλου

Ερευνήτρια: Στεφανία Μαρία Λακωνίτη (email: m17lak@ionio.gr, τηλ. 6975892884)

1. Σκοπός της ερευνητικής εργασίας

Σκοπός της μελέτης είναι να διερευνηθεί η δυνατότητα μιας μουσικής παράστασης να χρησιμοποιηθεί ως εργαλείο για την προσέγγιση του πόνθους, καθώς και η εμπειρία των συμμετεχόντων μουσικών και του ακροατηρίου.

2. Διαδικασία

Οι συμμετέχοντες μουσικοί θα λάβουν μέρος, έπειτα από δική τους συναίνεση, σε μια μουσική παράσταση περίπου 40 λεπτών (στην Ιόνιο Ακαδημία, Παρασκευή 4 Φεβρουαρίου στις 19:00 μ.μ.). Η παράσταση θα βιντεοσκοπηθεί και οι μουσικοί θα λάβουν μέρος σε 1 ομάδα εστίασης, μισής έως μιας ώρας περίπου (μετά από την διεξαγωγή της παράστασης). Η ομάδα εστίασης θα ηχογραφηθεί και το ψηφιακό αρχείο ήχου θα βρίσκεται στην κατοχή της ερευνήτριας. Τμήματα των συνομιλιών πιθανόν να χρησιμοποιηθούν στην παρουσίαση της ερευνητικής εργασίας στο πλαίσιο του μαθήματος καθώς και στην διπλωματική εργασία που θα παραδοθεί.

3. Κίνδυνοι και ενοχλήσεις

Δεν υπάρχει κανένας κίνδυνος που να συνοδεύει τη συμμετοχή σας στην έρευνα αλλά και την συλλογή δεδομένων.

4. Προσδοκώμενες ωφέλειες

Με την συμμετοχή σας θα βοηθήσετε στην περαιτέρω κατανόηση του φαινομένου υπό μελέτη, έτσι ώστε να γίνει καλύτερα κατανοητή η λειτουργία της μουσικής παράστασης ως μέσον διαχείρισης των συναισθημάτων που απορρέουν από σοβαρές απώλειες που βιώνουν οι άνθρωποι στη ζωή τους.

5. Δημοσίευση δεδομένων – αποτελεσμάτων

Η συμμετοχή σας στην έρευνα συνεπάγεται ότι συμφωνείτε με την μελλοντική δημοσίευση των αποτελεσμάτων της, με την προϋπόθεση ότι οι πληροφορίες θα είναι ανώνυμες και δε θα αποκαλυφθούν τα ονόματα των συμμετεχόντων. Τα δεδομένα που θα συγκεντρωθούν θα κωδικοποιηθούν με ψευδώνυμο, ώστε το όνομα σας δε θα φαίνεται πουθενά.

1

6. Πληροφορίες

Μη διστάσετε να κάνετε ερωτήσεις γύρω από το σκοπό ή την διαδικασία της εργασίας. Αν έχετε οποιαδήποτε αμφιβολία ή ερώτηση ζητήστε διευκρινίσεις.

7. Ελευθερία συναίνεσης

Η συμμετοχή σας στην έρευνα είναι εθελοντική. Είστε ελεύθερος-η να μην συναινέσετε ή να διακόψετε τη συμμετοχή σας όποτε το επιθυμείτε.

8. Συναίνεση για ηχογράφηση και βιντεοσκόπηση

Ζητείται η συναίνεσή σας για την ηχογράφηση της ομάδας εστίασης, καθώς και για την βιντεοσκόπηση σας κατά την διάρκεια της παράστασης.

9. Δήλωση συναίνεσης

Διάβασα το έντυπο αυτό και κατανοώ τις διαδικασίες που θα ακολουθήσω. Με την υπογραφή μου, συναινών να συμμετάσχω στην ερευνητική εργασία.

Ημερομηνία: __/__/__

Ονοματεπώνυμο και υπογραφή
συμμετέχοντος/ουσας

Ονοματεπώνυμο και υπογραφή
ερευνητή/τριας