

Η μετάφραση-στάθμιση της κλίμακας «αίσθηση συνεκτικότητας» (sense of coherence) στην Ελλάδα και η χρήση της στην πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας

Ι. Καράλης,¹
Α. Langius,²
Μ. Τσιρογιάννη,¹
Τ. Faresjö,³
Ρ. Nettelbladt,⁴
Χ. Λιονής¹

ΣΚΟΠΟΣ Η θεωρία της «αίσθησης συνεκτικότητας» (sense of coherence, SOC), του Aaron Antonovsky, προσπαθεί να εξηγήσει γιατί μερικά άτομα διαχειρίζονται με επιτυχία το stress και παραμένουν υγιή, ενώ άλλα καταρρέουν. Σύμφωνα με τον Antonovsky, η ισχυρή SOC βοηθάει το άτομο να δει τον κόσμο ως δομημένο και προβλέψιμο (comprehensible), τα προβλήματα ως αντιμετωπίσιμα (manageable) και τις απαιτήσεις της ζωής ως ενδιαφέρουσες προκλήσεις (meaningful). Το άρθρο αυτό διαπραγματεύεται τη διαδικασία μετάφρασης και στάθμισης της κλίμακας στην ελληνική γλώσσα. **ΥΛΙΚΟ-ΜΕΘΟΔΟΣ** Η κλίμακα απαρτίζεται από 29 ερωτήματα, καθένα από τα οποία βαθμολογείται από το 1 ως το 7. Όσο υψηλότερη η συνολική βαθμολογία, τόσο πιο ισχυρή θεωρείται η SOC του εξεταζόμενου. Για τη μεταφορά της κλίμακας στην ελληνική γλώσσα ακολουθήθηκε η προτεινόμενη μεθοδολογία της Trust Scientific Advisory Committee. Τη δίγλωσση μετάφραση (forward-backward) ακολούθησε προσεκτική επανεκτίμηση του κειμένου για εντοπισμό πιθανών λαθών ή ασαφειών και η πιλοτική συμπλήρωση της κλίμακας από 6 εθελοντές. Το τελικό στάδιο της όλης διαδικασίας αποτέλεσε η στάθμιση της μεταφρασμένης κλίμακας και ο έλεγχος της επαναληψιμότητας των αποτελεσμάτων της σε ένα τυχαίο δείγμα 22 ατόμων (13 γυναίκες και 9 άνδρες). **ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ** Περιγράφεται η διαδικασία μετάφρασης της κλίμακας από το πρωτότυπο και παρουσιάζεται η τελική μορφή της κλίμακας, όπως προέκυψε από την παραπάνω διαδικασία. Ο κατά Spearman συντελεστής συσχέτισης των τιμών της SOC, που έδωσε η συμπλήρωσή της από 22 άτομα σε διάστημα 6 εβδομάδων από την πρώτη φορά (test-retest reliability), βρέθηκε υψηλός ($r=0,859$). **ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ** Η ευρεία χρήση της κλίμακας αυτής αναμένεται να συμβάλει στην ανάπτυξη της έρευνας στην πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας και στη δημόσια υγεία.

¹Κλινική Κοινωνικής και Οικογενειακής Ιατρικής, Τμήμα Ιατρικής, Πανεπιστήμιο Κρήτης

²Τμήμα Νοσηλευτικής, Πανεπιστήμιο Karolinska, Σουηδία

³Τομέας Ιατρικής και Φροντίδας, Τμήμα Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας και Γενικής Ιατρικής, Σχολή Επιστημών Υγείας, Πανεπιστήμιο Linköping, Σουηδία

⁴Τομέας Ψυχιατρικής, Ιατρική Σχολή, Πανεπιστήμιο Lund, Σουηδία

The translation-validation of the sense of coherence scale into Greek and its use in primary health care

Abstract at the end of the article

Λέξεις ευρετηρίου

Κλίμακα
Πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας
Sense of Coherence
Στάθμιση

Υποβλήθηκε 28.11.2002
Εγκρίθηκε 24.10.2003

Για πολλά χρόνια, το επιστημονικό ενδιαφέρον ήταν στραμμένο στην αναγνώριση παραγόντων που θεωρούνταν ότι σχετίζονται αιτιολογικά με την εμφάνιση νόσου ή έχουν αρνητική επίδραση στη φυσική πορεία της. Επίσης, ένα μεγάλο μέρος της σύγχρονης βιβλιογραφίας είναι σήμερα αφιερωμένο στον τρόπο με τον οποίο κάποιιο παράγοντες κινδύνου καθώς και το stress της καθημερινότητας επιδρούν αρνητικά στην ποιότητα της υγείας.

Την τελευταία δεκαετία, ωστόσο, πέρα από την αναζήτηση των αιτιολογικά συσχετισμένων με τη νόσο παραγόντων, το ενδιαφέρον στράφηκε και στην ύπαρξη

καταστάσεων που μπορούν να δράσουν προστατευτικά για το άτομο και να εμποδίσουν την εμφάνιση νόσου. Σημαντική προς αυτή την κατεύθυνση ήταν η συνεισφορά του Aaron Antonovsky, που διατύπωσε τη θεωρία περί «προαγωγής της υγείας» (salutogenesis) και περιέγραψε αυτό που εκείνος ονόμασε «αίσθηση συνεκτικότητας» (sense of coherence, SOC).¹⁻³ Η «αίσθηση συνεκτικότητας» (SOC) είναι ένα θεωρητικό μοντέλο, που προσπαθεί να εξηγήσει γιατί μερικά άτομα αρρωσταίνουν κατά την αντιμετώπιση στρεσογόνων καταστάσεων, ενώ άλλα όχι. Όντας δυσαρεστημένος από την έρευνα που επικεντρώνεται μόνο στη δυνητικά βλαπτική επίδραση καταστάσεων της ζωής, ο Antonovsky ξεκίνησε

τη μελέτη του με παρατηρήσεις πάνω σε επιζώντες στρατοπέδων συγκέντρωσης που παρέμεναν καλά παρά τις τραγικές τους εμπειρίες και επικέντρωσε το ενδιαφέρον του στους μηχανισμούς ανοχής που τα συγκεκριμένα άτομα αναπτύσσουν.² Αυτό τον οδήγησε στη διατύπωση της έννοιας της SOC ως «μια σφαιρική θεώρηση, που εκφράζει το βαθμό στον οποίο κάποιος έχει ένα συνεχές, έντονο και δυναμικό αίσθημα αυτοπεποίθησης ότι (α) τα ερεθίσματα που λαμβάνει από το εσωτερικό και εξωτερικό του περιβάλλον στην πορεία της ζωής του είναι δομημένα, προβλέψιμα και εξηγήσιμα (comprehensibility), (β) υπάρχει η δυνατότητα να αντιμετωπίσει τις απαιτήσεις που προκύπτουν από τα συγκεκριμένα ερεθίσματα (manageability) και (γ) οι απαιτήσεις αυτές αποτελούν προκλήσεις, που αξίζουν να ασχοληθεί κάποιος και να επενδύσει πάνω τους (meaningfulness)». Η SOC θεωρείται ότι εκφράζει μια σταθερή διάθεση της προσωπικότητας, που καθορίζει συγκεκριμένη στάση απέναντι στο περιβάλλον και χρησιμεύει ως μείζων μηχανισμός άμυνας για τη διατήρηση της υγείας. Η υπόθεση του Antonovsky είναι:

Ισχυρή SOC → Δυνατότητα επιτυχούς αντιμετώπισης στρεσογόνων παραγόντων του περιβάλλοντος → Διατήρηση της υγείας.

Η SOC αναπτύσσεται πλήρως στα πρώτα έτη της ενήλικης ζωής και, σύμφωνα με τη θεωρία, είναι ισχυρότερη όταν στο περιβάλλον του ατόμου υπάρχουν 3 βασικά στοιχεία: σταθερότητα (consistency), ισόρροπη συναισθηματική φόρτιση (emotional load balance) και αίσθηση ομαδικότητας (sense of belonging). Παραμένει σχεδόν εντελώς σταθερή μετά την ηλικία των 30 ετών, χωρίς αξιολογές μεταβολές, εκτός αν προκύψουν τέτοιες συνθήκες, που επιφέρουν μείζονες τροποποιήσεις στους στόχους και τους προσανατολισμούς του ατόμου.

Για τον προσδιορισμό της SOC διαμορφώθηκε ένα ερωτηματολόγιο –μια κλίμακα– που μπορεί να συμπληρωθεί είτε από το ίδιο το άτομο είτε μέσω συνέντευξης. Η κλίμακα αποτελείται από 29 ερωτήματα· κάτω από κάθε ερώτημα υπάρχει μια επταβάθμια κλίμακα, στα άκρα της οποίας (1 και 7) αντιστοιχούν δύο ακραίες, αντίθετες μεταξύ τους απαντήσεις. Ο ερωτώμενος καλείται να κινηθεί σε αυτή την επταβάθμια κλίμακα και να επιλέξει το βαθμό που ανταποκρίνεται περισσότερο στις σκέψεις του. Τα ερωτήματα είναι διαμορφωμένα κατά τέτοιο τρόπο, ώστε να μετρούν και τα τρία βασικά στοιχεία της SOC: 11 ερωτήματα αφορούν στην «κατανόηση των ερεθισμάτων του περιβάλλοντος» (comprehensibility), 10 αφορούν στην «πεποίθηση ότι το άτομο θα ανταποκριθεί επιτυχημένα στις απαιτήσεις» (manageability) και 8

αφορούν στην «αίσθηση ότι η προσπάθεια αξίζει τον κόπο» (meaningfulness). Δεκατρία από τα ερωτήματα εμπιρεύουν άρνηση και η βαθμολογία τους θα πρέπει να αναστραφεί στον τελικό υπολογισμό του αθροίσματος. Αυτό το συνολικό άθροισμα από τη βαθμολογία και των 29 ερωτημάτων είναι εκείνο που εκφράζει ποσοτικά τη SOC και όσο μεγαλύτερο είναι, τόσο ισχυρότερη θεωρείται η τελευταία.

Η κλίμακα έχει σταθμιστεί στο εξωτερικό και έχει επιδείξει υψηλούς βαθμούς αξιοπιστίας (reliability) και εγκυρότητας (validity).⁴⁻⁷ Έχει χρησιμοποιηθεί ευρύτατα στην έρευνα στην πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας και στη Γενική Ιατρική, ιδιαίτερα στις Σκανδιναβικές χώρες. Η απουσία ενός αντίστοιχου εργαλείου από την ελληνική πραγματικότητα αποτέλεσε το κίνητρο για τη μετάφραση και στάθμιση της κλίμακας στην ελληνική γλώσσα. Σκοπός της εργασίας αυτής είναι να παρουσιάσει την ελληνική έκδοση της SOC και να αναφέρει τα αποτελέσματα από τη στάθμισή της.

ΥΛΙΚΟ ΚΑΙ ΜΕΘΟΔΟΣ

Μετάφραση

Αρχικά, εξασφαλίστηκε η άδεια και η βοήθεια, για τη μεταφορά της κλίμακας στην ελληνική γλώσσα, ερευνητών-συνεργατών του Aaron Antonovsky (καθώς ο ίδιος έχει αποβιώσει). Για τη μετάφραση στα ελληνικά ακολουθήθηκε η διαδικασία που προτείνει η Επιτροπή SAC (Trust's Scientific Advisory Committee).⁸ Η επιτροπή αυτή δημοσίευσε τον Απρίλιο του 1997 τα κριτήρια που θα πρέπει να πληρούνται κατά τη μετάφραση και διαπολιτισμική (cross-cultural) προσαρμογή ενός ερωτηματολογίου για χρήση σε μια άλλη γλώσσα και χώρα από την πρωτότυπη, για την οποία δημιουργήθηκε αρχικά. Δίγλωσσα άτομα έκαναν δύο ανεξάρτητες μεταφράσεις της κλίμακας, αρχικά από το πρωτότυπο (αγγλικό) κείμενο στα ελληνικά (forward translation) και ακολούθως, αντίστροφα (backward translation). Ακολούθησε η αξιολόγηση του αποτελέσματος από μια ομάδα ατόμων, επίσης δίγλωσσων και εξοικειωμένων με τη φύση της κλίμακας. Αυτή η εκδοχή της κλίμακας δοκιμάστηκε πιλοτικά σε 6 άτομα σε μια προσπάθεια να διευκρινιστεί αν τα ερωτήματα γίνονται καλώς αντιληπτά από τους εξεταζόμενους και αν οι ερωτήσεις γίνονται αντιληπτές στα ελληνικά με τον ίδιο τρόπο που γίνονται και στα αγγλικά. Η εκδοχή αυτή της κλίμακας στάλθηκε στη Σουηδία (Πανεπιστήμιο Karolinska) και μετά από προσαρμογές προέκυψε η τελική μορφή της.

Προσαρμογή

Ακολούθησε η προσαρμογή (στάθμιση) της μεταφρασμένης κλίμακας.⁹ Στα πλαίσια αυτά ελέγχθηκε η επαναληψιμότητα των αποτελεσμάτων που δίνει (reproducibility or test-retest

reliability), δεδομένου ότι το μετρούμενο μέγεθος (η SOC), σύμφωνα με τη θεωρία, παραμένει σταθερό μετά την ενηλικίωση. Το ερωτηματολόγιο διανεμήθηκε σε 22 άτομα (13 γυναίκες και 9 άνδρες), ηλικίας 27–50 ετών (μέση ηλικία 35,18±6,95 έτη), ποικίλου μορφωτικού επιπέδου. Έξι περίπου εβδομάδες αργότερα, διάστημα ικανό ώστε να μην υπάρχει η ανάμνηση των προηγούμενων απαντήσεων, αλλά και αρκετά μικρό ώστε να μην έχει επέλθει κάποια μείζων μεταβολή στη γενική τους κατάσταση, τα ίδια άτομα κλήθηκαν να συμπληρώσουν εκ νέου το ερωτηματολόγιο. Οι απαντήσεις του κάθε ατόμου καθώς και η συνολική βαθμολογία της SOC, πριν και μετά, καταγράφηκαν σε μια βάση δεδομένων. Υπολογίστηκαν (α) ο κατά Spearman συντελεστής συσχέτισης της συνολικής βαθμολογίας της SOC των 22 ατόμων μεταξύ της πρώτης και της δεύτερης φοράς και (β) ο κατά Spearman συντελεστής συσχέτισης (non parametric correlation coefficient) των απαντήσεων που έδωσε κάθε άτομο, πριν και μετά, στα 29 ερωτήματα.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Μετάφραση

Κατά τη μετάφραση του ερωτηματολογίου στα ελληνικά παρατηρήθηκαν μικρές διαφοροποιήσεις σε σχέση με το αρχικό κείμενο. Οι περισσότερες αποδόθηκαν στην αδυναμία απόλυτης μεταφοράς συγκεκριμένων εκφράσεων από το αγγλικό κείμενο στην ελληνική γλώσσα, ενώ εκεί όπου θεωρήθηκαν ότι αλλοιώνουν, έστω και ελάχιστα, το ύφος και το νόημα των ερωτήσεων, έγιναν οι κατάλληλες τροποποιήσεις και επαναλήφθηκε η διαδικασία του forward και backward translation. Για παράδειγμα, στην ερώτηση 4, το αγγλικό κείμενο «do you have the feeling that you don't really care about what goes on around you?» είχε αρχικά αποδοθεί ως «έχετε την αίσθηση ότι δεν ενδιαφέρεστε πραγματικά για ό,τι συμβαίνει γύρω σας». Ωστόσο, το ρήμα «care» θεωρείται ότι εμπεριέχει περισσότερο το συναισθηματικό στοιχείο σε σχέση με το «ενδιαφέρομαι», που είχε χρησιμοποιηθεί. Έτσι, αποφασίστηκε η αντικατάστασή του από το ρήμα νοιάζομαι, ώστε το ερώτημα να πάρει τελικά τη μορφή: «έχετε την αίσθηση ότι δεν νοιάζεστε πραγματικά για ό,τι συμβαίνει γύρω σας». Επίσης, στο ερώτημα 28, το πρωτότυπο «how often do you have the feeling that there's little meaning in the things you do in your daily life» είχε μεταφραστεί «πόσο συχνά έχετε την αίσθηση ότι τα πράγματα που κάνετε στην καθημερινή σας ζωή δεν έχουν πολύ νόημα». Η άρνηση που ενσωματώθηκε στην ελληνική μετάφραση θεωρήθηκε ότι πιθανόν να αλλοίωνε το ύφος της ερώτησης και να μείωνε την πιστότητά της σε σχέση με το πρωτότυπο, με αποτέλεσμα να τροποποιηθεί σε «πόσο συχνά έχετε την αίσθη-

ση ότι έχουν λίγο νόημα τα πράγματα που κάνετε στην καθημερινή σας ζωή».

Ενδιαφέρουσα ήταν και η διαδικασία της πιλοτικής δοκιμασίας της κλίμακας, σε ένα μικρό αριθμό ατόμων, στα πλαίσια της διαπολιτισμικής προσαρμογής της (cultural adaptation). Ως επί το πλείστον δεν αναφέρθηκαν σημαντικές δυσκολίες στην κατανόηση των ερωτημάτων και οι παρατηρήσεις επικεντρώθηκαν κυρίως στην τροποποίηση της διατύπωσης συγκεκριμένων ερωτημάτων, προκειμένου να γίνει σαφέστερο το νόημά τους. Αξιοποιώντας την πολύτιμη βοήθεια ερευνητών που έχουν εργαστεί για πολλά χρόνια με την πρωτότυπη (αγγλική) κλίμακα (AL), προχωρήσαμε στις αλλαγές εκείνες που δεν επηρέαζαν ουσιαστικά το πνεύμα της ερώτησης, ενώ απορρίφθηκαν άλλες. Για παράδειγμα, η πρώτη ερώτηση, που αναφέρει «όταν μιλάτε με τους ανθρώπους, έχετε την αίσθηση ότι δεν σας καταλαβαίνουν», προτάθηκε να τροποποιηθεί στο απλούστερο «όταν μιλάτε με τους άλλους, αισθάνεστε ότι σας καταλαβαίνουν». Η πρόταση αυτή όμως απορρίφθηκε, γιατί θεωρήθηκε ότι η απαλοιφή της άρνησης που εμπεριέχεται στην πρωτότυπη ερώτηση μπορεί να δημιουργήσει προβλήματα στο μέλλον, όταν η ελληνική εκδοχή της κλίμακας θα πρέπει ίσως να συγκριθεί με άλλες.

Η τελική μορφή της κλίμακας, όπως αυτή προέκυψε μέσα από την προαναφερόμενη διαδικασία, παρατίθεται ολόκληρη στο παράρτημα 1, που ακολουθεί.

Προσαρμογή

Στον πίνακα 1 φαίνεται η συνολική βαθμολογία της SOC για καθένα από τα 22 άτομα στην 1η και στη 2η φάση συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου. Ο κατά Spearman συντελεστής συσχέτισης των τιμών των δύο αυτών ομάδων (test-retest) υπολογίστηκε σε $r=0,859$ ($P<0,01$).

Επιπλέον, για καθέναν από τους συμμετέχοντες υπολογίστηκε ο συντελεστής συσχέτισης των απαντήσεων που έδωσαν σε καθεμιά από τις 29 ερωτήσεις στην 1η και στη 2η φάση συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου και τα αποτελέσματα φαίνονται στον πίνακα 2. Διαπιστώνεται ότι οι συντελεστές συσχέτισης είναι πολύ υψηλοί σχεδόν στο σύνολο των εξεταζομένων (19 από τους 22) και μάλιστα με $P<0,01$ σε 18 από τα 19 άτομα.

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Όπως αναφέρθηκε και στην εισαγωγή, η κλίμακα SOC έχει χρησιμοποιηθεί ευρύτατα στο εξωτερικό, σε

Πίνακας 1. Βαθμολογία κλίμακας SOC στην 1η και στη 2η φάση της στάθμισης της κλίμακας.

Άτομα	Βαθμολογία SOC 1ης φάσης (test)	Βαθμολογία SOC 2ης φάσης (retest)
1ο	120	120
2ο	166	175
3ο	162	147
4ο	146	131
5ο	149	152
6ο	121	144
7ο	116	117
8ο	158	146
9ο	149	161
10ο	124	127
11ο	105	111
12ο	109	134
13ο	121	133
14ο	190	190
15ο	111	127
16ο	119	133
17ο	179	190
18ο	135	136
19ο	193	181
20ο	123	138
21ο	159	155
22ο	139	171

Πίνακας 2. Συντελεστής συσχέτισης των απαντήσεων, για κάθε ερώτηση της SOC.

Άτομα	Συντελεστής συσχέτισης r	P
1ο	0,872	<0,01
2ο	0,927	<0,01
3ο	0,792	<0,01
4ο	0,460	<0,05
5ο	0,847	<0,01
6ο	0,233	NS
7ο	0,292	NS
8ο	0,893	<0,01
9ο	0,853	<0,01
10ο	0,576	<0,01
11ο	-0,031	NS
12ο	0,497	<0,01
13ο	0,639	<0,01
14ο	0,984	<0,01
15ο	0,840	<0,01
16ο	0,794	<0,01
17ο	0,921	<0,01
18ο	0,932	<0,01
19ο	0,901	<0,01
20ο	0,501	<0,01
21ο	0,573	<0,01
22ο	0,838	<0,01

NS: Στατιστικά μη σημαντικό

επίπεδο πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας, ιδιαίτερα στις Σκανδιναβικές χώρες. Παρά το σκεπτικισμό που έχει εκφραστεί κατά καιρούς σχετικά με την έννοια της SOC (κατά πόσο επηρεάζει τη διαμόρφωσή της, για παράδειγμα, η κοινωνικοοικονομική κατάσταση του εξεταζόμενου, πόσο σταθερή παραμένει στην πραγματικότητα στο πέρασμα του χρόνου, σε τι διαφέρει από άλλα εργαλεία που μετρούν πιο «προσιτές» έννοιες, όπως η κατάθλιψη και το άγχος), είναι γεγονός ότι από μια σειρά βιβλιογραφικών αναφορών προκύπτουν υψηλοί συντελεστές συσχέτισης (θετικοί και αρνητικοί, αντίστοιχα) με κλίμακες που προσδιορίζουν την υποκειμενική αντίληψη του ατόμου σχετικά με την υγεία ή την ασθένεια αντίστοιχα, καθώς και με την ικανότητα προσαρμογής του ατόμου σε στρεσογόνα ερεθίσματα.^{5,10} Αναλυτικότερα, μια σειρά μελετών επισημαίνουν:

- Τη θετική συσχέτιση της ισχυρής «αίσθησης συνεκτικότητας» και του υψηλού κοινωνικοοικονομικού δείκτη με την καλύτερη ψυχοκοινωνική προσαρμογή ατόμων που πάσχουν από χρόνια παθολογικά ή άλλα

σοβαρά ορθοπαιδικά ή νευρολογικά προβλήματα¹¹

- Τη σημασία της ισχυρής SOC στην αντιμετώπιση ιδιαίτερα στρεσογόνων καταστάσεων στη ζωή του ατόμου, όπως το πέρασμα στη συνταξιοδότηση¹²
- Το γεγονός ότι σε σοβαρά χρόνια παθολογικά προβλήματα, όπως στον ινσουλινοεξαρτώμενο σακχαρώδη διαβήτη, η SOC φαίνεται να αποτελεί σημαντικό παράγοντα που συμβάλλει στην επιτυχή συναισθηματική αντιμετώπιση των απαιτήσεων της νόσου. Δεδομένου ότι το υποκειμενικό αίσθημα υγείας είναι ένας από τους σημαντικούς στόχους στη φροντίδα ατόμων με ινσουλινοεξαρτώμενο διαβήτη, το μοντέλο «περί προαγωγής της υγείας» (salutogenic model) εμφανίζει δυνητική χρησιμότητα¹³
- Τη συσχέτιση με την υιοθέτηση ενός πιο υγιεινού τρόπου ζωής και με χαμηλότερα επίπεδα αλκοολισμού¹⁴
- Τη θετική επίδραση μιας ισχυρής SOC στην ομαλή επανένταξη ατόμων που έχουν υποστεί οξύ καρδιακό επεισόδιο, καθώς και το καλύτερο τελικό αποτέλεσμα

σε στεφανιαίους ασθενείς που υποβάλλονται σε αορτοστεφανιαία παράκαμψη¹⁵⁻¹⁷

- Υπάρχουν ακόμα μελέτες που διστακτικά υποστηρίζουν τη συσχέτιση μιας ισχυρής SOC με χαμηλότερη επίπτωση στεφανιαίων επεισοδίων και προκάρδιων ενοχλημάτων γενικότερα.^{18,19}

Είναι προφανές ότι το πεδίο εφαρμογής της θεωρίας του Antonovsky και της κλίμακας του είναι ευρύτατο, ιδίως στην πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας και στη Γενική Ιατρική. Η έγκυρη μεταφορά ενός τέτοιου εργαλείου στη γλώσσα μας μπορεί να αποτελέσει ικανή συνθήκη για τη διεξαγωγή αντίστοιχων μελετών και έρευνας στην ελληνική πραγματικότητα.

Την περίοδο αυτή βρίσκεται σε εξέλιξη μια επιδημιολογική μελέτη στην περιοχή του Σπυλίου Ρεθύμνης. Η «μελέτη του Σπυλίου» (Spili project) εξετάζει την επί-

πτωση των καρδιαγγειακών νοσημάτων σε έναν αγροτικό πληθυσμό μιας ορεινής περιοχής της Κρήτης. Το έργο, που υποστηρίζεται από το Κέντρο Υγείας Σπυλίου και τον τομέα Κοινωνικής Ιατρικής του Τμήματος Ιατρικής του Πανεπιστημίου Κρήτης, στην πραγματικότητα αποτελεί το δεύτερο σκέλος μιας μελέτης που είχε ξεκινήσει 15 χρόνια πριν. Πρόκειται για την επανεξέταση (follow-up) ενός πληθυσμού 320 ατόμων, που καταρχήν είχαν παρουσιάσει χαμηλά ποσοστά νοσηρότητας και θνησιμότητας από στεφανιαία νόσο.²⁰ Ο προστατευτικός ρόλος του κοινωνικού δικτύου σε μια μικρή αγροτική κοινωνία είχε, μεταξύ άλλων υποθέσεων, συζητηθεί και για τη διερεύνησή του αποφασίστηκε η χρήση της κλίμακας SOC. Τα αποτελέσματα από τη συσχέτιση του επιπέδου υγείας του πληθυσμού με τη βαθμολογία από την κλίμακα SOC αναμένονται με ενδιαφέρον.

ABSTRACT

The translation-validation of the sense of coherence scale into Greek and its use in primary health care

I. KARALIS,¹ A. LANGIUS,² M. TSIROGIANNI,¹ T. FARESJÖ,³ P. NETTELBLADT,⁴ C. LIONIS¹

¹*Clinic of Social and Family Medicine, School of Medicine, University of Crete, Greece,* ²*Nursing School, University of Karolinska, Sweden,* ³*Department of Medicine and Care, Section Primary Care and General Practice, School of Health Sciences, University of Linköping, Sweden,* ⁴*Department of Psychiatry, University of Lund, Sweden*

Archives of Hellenic Medicine 2004, 21(2):195-203

OBJECTIVE Aaron Antonovsky's Sense of Coherence (SOC) theory tries to explain why some people manage stress and stay well while others break down. According to Antonovsky, a strong SOC helps a person see the world as consistent and predictable (comprehensible), problems as manageable and the challenges of life as worth making commitments for (meaningful). This article discusses the procedure of translation and cultural adaptation of the scale into the Greek language. **METHOD** The SOC scale consists of 29 items; respondents are asked to select a response, on a seven-point semantic differential scale with two anchoring phrases. The higher the total score, the stronger SOC it represents for the respondent. The translation and adaptation of the scale for the Greek language was made according to the Minimal Translation Criteria approved by the board of Trust's Scientific Advisory Committee. The bilingual translation (forward-backward) of the scale was followed by pilot testing in 6 volunteers. In its final form, the test-retest reliability (reproducibility) of the translated scale was tested in a group of 22 people (13 women, 9 men). **RESULTS** The procedure of translation, validation and cultural adaptation of the questionnaire into the Greek language and the findings of the validation process of the Greek version are described. The final form of the questionnaire, as this resulted from the described process is presented. The Spearman correlation of the scores that 22 subjects provided when invited to complete the SOC twice with an interval of 6 weeks (test-retest reliability) was high ($r=0.859$). **CONCLUSIONS** It is anticipated that the wider use of SOC might contribute to the further development of research in the field of primary care and public health.

Key words: Cross cultural adaptation and validation, Primary health care, Sense of coherence scale

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1

Sense of Coherence

Κωδικός αριθμός ατόμου:

Ημερομηνία:

Ηλικία: Φύλο:

Εδώ βρίσκεται μια σειρά ερωτήσεων που σχετίζονται με αρκετές πτυχές της ζωής μας. Κάθε ερώτηση έχει 7 πιθανές απαντήσεις. Παρακαλώ, σημειώστε τον αριθμό που εκφράζει την απάντησή σας, με τα νούμερα 1 και 7 να δηλώνουν τις ακραίες απαντήσεις. Αν οι λέξεις κάτω από το 1 είναι σωστές για εσάς, κυκλώστε το 1, αν οι λέξεις κάτω από το 7 είναι σωστές για εσάς, κυκλώστε το 7. Αν αισθάνεστε διαφορετικά, κυκλώστε τον αριθμό που εκφράζει καλύτερα τα συναισθήματά σας. Παρακαλώ, δώστε μόνο μία απάντηση σε κάθε ερώτηση.

R 1. Όταν μιλάτε με τους ανθρώπους, έχετε την αίσθηση ότι δεν σας καταλαβαίνουν;

1	2	3	4	5	6	7
Ποτέ δεν έχω αυτή την αίσθηση						Πάντα έχω αυτή την αίσθηση

2. Στο παρελθόν, όταν έπρεπε να συνεργαστείτε με άλλους για κάτι, είχατε την αίσθηση ότι:

1	2	3	4	5	6	7
Σίγουρα δεν θα γινόταν						Σίγουρα θα γινόταν

3. Σκεφτείτε τους ανθρώπους με τους οποίους έρχεστε καθημερινά σε επαφή, εκτός από αυτούς που αισθάνεστε περισσότερο κοντά σας. Πόσο καλά γνωρίζετε τους περισσότερους από αυτούς;

1	2	3	4	5	6	7
Αισθάνεστε ότι είναι ξένοι						Τους γνωρίζετε πολύ καλά

R 4. Έχετε την αίσθηση ότι δεν νοιάζεστε πραγματικά για ό,τι συμβαίνει γύρω σας;

1	2	3	4	5	6	7
Πολύ σπάνια ή ποτέ						Πολύ συχνά

R 5. Συνέβη στο παρελθόν να εκπλαγείτε από τη συμπεριφορά ατόμων που νομίζατε ότι γνωρίζατε καλά;

1	2	3	4	5	6	7
Ποτέ δεν συνέβη						Πάντα συνέβαινε

R 6. Έχει συμβεί ποτέ να σας απογοητεύσουν οι άνθρωποι, στους οποίους βασισόσασταν;

1	2	3	4	5	6	7
Ποτέ δεν συνέβη						Πάντα συνέβαινε

R 7. Η ζωή είναι:

1	2	3	4	5	6	7
Γεμάτη ενδιαφέρον						Τελείως ρουτίνα

8. Μέχρι τώρα η ζωή σας είχε:

1	2	3	4	5	6	7
Κανέναν απολύτως σαφή στόχο ή σκοπό						Πολύ σαφείς στόχους και σκοπό

9. Έχετε την αίσθηση ότι σας συμπεριφέρονται άδιστα;

1	2	3	4	5	6	7
Πολύ συχνά						Πολύ σπάνια ή ποτέ

10. Τα τελευταία δέκα χρόνια η ζωή σας ήταν:

1	2	3	4	5	6	7
Γεμάτη αλλαγές, χωρίς εσείς να γνωρίζετε τι θα συμβεί στη συνέχεια						Απόλυτα σταθερή και σαφής

R 11. Τα περισσότερα από τα πράγματα που θα κάνετε στο μέλλον πιθανόν θα είναι:

1	2	3	4	5	6	7
Απόλυτα συναρπαστικά						Θανάσιμα βαρετά

12. Έχετε την αίσθηση ότι βρίσκεστε σε μια περίεργη κατάσταση και δεν ξέρετε τι να κάνετε;

1	2	3	4	5	6	7
Πολύ συχνά						Πολύ σπάνια ή ποτέ

R 13. Τι περιγράφει καλύτερα το πώς βλέπετε τη ζωή;

1	2	3	4	5	6	7
Κάποιος μπορεί πάντα να βρει μια λύση για τα οδυνηρά πράγματα στη ζωή						Δεν υπάρχει καμιά λύση για τα οδυνηρά πράγματα στη ζωή

R 14. Όταν σκέφτεστε τη ζωή σας, πολύ συχνά:

1	2	3	4	5	6	7
Αισθάνεστε πόσο καλό είναι το να ζείτε						Αναρωτιέστε γιατί υπάρχετε καθόλου

15. Όταν αντιμετωπίζετε ένα δύσκολο πρόβλημα, η επιλογή της λύσης είναι:

1	2	3	4	5	6	7
Πάντα μπερδεμένη και δύσκολο να βρεθεί						Πάντα απόλυτα σαφής

R 16. Το να κάνετε τα πράγματα που κάνετε κάθε μέρα είναι:

1	2	3	4	5	6	7
Μια πηγή βαθιάς ευχαρίστησης και ικανοποίησης						Μια πηγή πόνου και πλήξης

17. Περιμένετε τη ζωή σας στο μέλλον να είναι:

1	2	3	4	5	6	7
Γεμάτη απρόβλεπτες αλλαγές						Απόλυτα σταθερή και προβλέψιμη

18. Όταν κάτι δυσάρεστο συνέβη στο παρελθόν, η τάση σας ήταν:

1	2	3	4	5	6	7
Υποφέρατε έντονα κλεισμένος στον εαυτό σας						Να πείτε «εντάξει, αυτά συμβαίνουν, πρέπει να συνεχίσω τη ζωή μου»

19. Έχετε πολύ μπερδεμένα συναισθήματα και ιδέες;

1	2	3	4	5	6	7
Πολύ συχνά						Πολύ σπάνια ή ποτέ

R 20. Όταν κάνετε κάτι που σας κάνει να αισθάνεστε καλά:

1	2	3	4	5	6	7
Είναι βέβαιο ότι θα συνεχίσετε να αισθάνεστε καλά						Είναι βέβαιο ότι κάτι θα συμβεί και θα σας καλάσει το συναίσθημα

21. Σας συμβαίνει να έχετε συναισθήματα που θα προτιμούσατε να μην είχατε;

1	2	3	4	5	6	7
Πολύ συχνά						Πολύ σπάνια ή ποτέ

22. Περιμένετε την προσωπική σας ζωή στο μέλλον να είναι:

1	2	3	4	5	6	7
Χωρίς νόημα ή σκοπό						Γεμάτη νόημα και σκοπό

R 23. Νομίζετε ότι πάντα θα υπάρχουν άνθρωποι, στους οποίους θα μπορείτε να βασίζεστε στο μέλλον;

1	2	3	4	5	6	7
Είστε βέβαιος ότι θα υπάρχουν						Αμφιβάλλετε αν θα υπάρχουν

24. Σας συμβαίνει να έχετε το αίσθημα ότι δεν γνωρίζετε ακριβώς το τι πρόκειται να συμβεί;

1	2	3	4	5	6	7
Πολύ συχνά						Πολύ σπάνια ή ποτέ

R 25. Πολλοί άνθρωποι –ακόμα και εκείνοι με δυνατό χαρακτήρα– μερικές φορές αισθάνονται ως αποτυχημένοι σε κάποιες καταστάσεις. Πόσο συχνά έχετε αισθανθεί κατ' αυτόν τον τρόπο στο παρελθόν;

1	2	3	4	5	6	7
Ποτέ						Πολύ συχνά

26. Όταν συνέβαινε κάτι, ανακαλύπτατε γενικά ότι:

1	2	3	4	5	6	7
Υπερεκτιμήσατε ή υποτιμήσατε τη σημασία του						Είδατε τα πράγματα στις σωστές τους αναλογίες

R 27. Όταν σκέφτεστε τις δυσκολίες που πρόκειται πιθανά να αντιμετωπίσετε σε σημαντικούς τομείς της ζωής σας, έχετε την αίσθηση ότι:

1	2	3	4	5	6	7
Πάντα θα πετυχαίνετε να ξεπερνάτε τις δυσκολίες						Δεν θα πετύχετε να ξεπεράσετε τις δυσκολίες

28. Πόσο συχνά έχετε την αίσθηση ότι έχουν λίγο νόημα τα πράγματα που κάνετε στην καθημερινή σας ζωή;

1	2	3	4	5	6	7
Πολύ συχνά						Πολύ σπάνια ή ποτέ

29. Πόσο συχνά έχετε συναισθήματα που δεν είστε σίγουροι ότι μπορείτε να κρατήσετε υπό έλεγχο;

1	2	3	4	5	6	7
Πολύ συχνά						Πολύ σπάνια ή ποτέ

Βιβλιογραφία

1. ANTONOVSKY A. The structure and properties of the sense of coherence scale. *Soc Sci Med* 1993, 36:725–733
2. SAGY S, ANTONOVSKY H. Structural sources of the sense of coherence. *Isr J Med Sci* 1996, 32:200–205
3. GEYER S. Some conceptual considerations on the sense of coherence. *Soc Sci Med* 1997, 44:1771–1779
4. CARMEL S, BERNSTEIN J. Trait anxiety, sense of coherence and medical school stressors: observations at three stages. *Anxiety Res* 1990, 3:51–60
5. COE RM, ROMEIS JC, TANG B, WOLINSKY FD. Correlates of a measure of coping in older veterans: a preliminary report. *J Community Health* 1990, 15:287–296
6. FIORENTINO LM. Stress: the high cost to industry. *Occup Health Nurs* 1986, 34:217–220
7. RADMACHER SA, SHERIDAN CL. The global inventory of stress: a comprehensive approach to stress assessment. *Med Psychother* 1989, 2:183–188
8. MEDICAL OUTCOMES TRUST. Trust introduces new translation criteria. Medical Outcomes Trust. *Bulletin* 1997, 5:1–4
9. PATRICK DL, WILD DJ, JOHNSON ES, WAGNER TH, MARTIN MA. Cross-cultural validation of quality of life measures. In: Orley J, Kuyken W (eds) *Quality of life assessment: International perspectives*. Springer-Verlag, Berlin, Heidelberg, 1994:19–32
10. LANGIUS A, BJORVELL H, ANTONOVSKY A. The sense of coherence concept and its relation to personality traits in Swedish samples. *Scand J Caring Sci* 1992, 6:165–171
11. DANGOOR N, FLORIAN V. Women with chronic physical disabilities: correlates of their long-term psychosocial adaptation. *Int J Rehabil Res* 1994, 17:159–168
12. ANTONOVSKY A, SAGY S, ADLER I, VISEL R. Attitudes toward retirement in an Israeli cohort. *Int J Aging Hum Dev* 1990, 31:57–77
13. LUNDMAN B, NORBERG A. The significance of sense of coherence for subjective health in persons with insulin-dependent diabetes. *J Adv Nurs* 1993, 18:381–386
14. MIDANIK L, SOGHKIAN K, RANSOM LJ, POLEN MR. Alcohol problems and sense of coherence among older adults. *Soc Sci Med* 1992, 34:43–48
15. BREUER B, ETIENNE AM. Sense of coherence and commitment to a cardiac rehabilitation program after a myocardial infarction: preliminary results. *Rev Med Liege* 2001, 56:703–708
16. KARLSSON I, BERGLIN E, PETTERSSON G, LARSSON PA. Predictors of chest pain after coronary artery bypass grafting. *Scand Cardiovasc J* 1999, 33:289–294
17. DRORY Y, KRAVETZ S, FLORIAN V. Psychosocial adjustment in patients after a first acute myocardial infarction: the contribution of salutogenic and pathogenic variables. Israel Study Group on First Acute Myocardial Infarction. *Arch Phys Med Rehabil* 1999, 80:811–818
18. TUOMI K, SEITSAMO J, HUUHTANEN P. Stress management, aging, and disease. *Exp Aging Res* 1999, 25:353–358
19. POPPIUS E, TENKANEN L, KALIMO R, HEINSIMI P. The sense of coherence, occupation and the risk of coronary heart disease in the Helsinki Heart Study. *Soc Sci Med* 1999, 49:109–120
20. LINDHOLM LH, KOUTIS AD, LIONIS CD, VLACHINIKOLIS IG, ISACSSON Å, FIORETOS M. Risk factors for ischaemic heart disease in a Greek population. A cross-sectional study of men and women living in the village of Spili in Crete. *Eur Heart J* 1992, 13:291–298

Corresponding author:

C. Lionis, Clinic of Social and Family Medicine, School of Medicine, University of Crete, Crete, Greece
e-mail: lionis@med.uoc.gr