



**Karolinska
Institutet**

Institutionen för neurobiologi, vårdvetenskap och samhälle

Masterprogrammet i klinisk medicinsk vetenskap

Huvudämnet klinisk medicinsk vetenskap

Examensarbete, 15 högskolepoäng

Höstterminen 2012

Body Awareness Questionnaire (BAQ) Översättning och Kulturell Anpassning till Svenska.

Body Awareness Questionnaire (BAQ) Translation and Cultural Adaptation into Swedish.

Författare: Ingela Pontvik Löwenthal

E-post: ingela.pontvik-lowenthal@karolinska.se

Handledare: Elsa Lena Ryding,

Kvinnors och Barns Hälsa, Karolinska Institutet

Examinator: Björn Äng, NVS

Institutionen för neurobiologi, vårdvetenskap och samhälle
Masterprogrammet i klinisk medicinsk vetenskap
Huvudämnet klinisk medicinsk vetenskap
Examensarbete, 15 högskolepoäng
Höstterminen 2012

Body Awareness Questionnaire (BAQ) Översättning och Kulturell Anpassning till Svenska.

Sammanfattning:

Det saknas ett reliabelt och validerat instrument på svenska för att mäta självskattad kroppsmedvetenhet. Efter en genomgång av tillgängliga instrument visade sig Body Awareness Questionnaire (BAQ) vara ett av få självskattningsformulär som nådde tillräckligt god reliabilitet och validitet. Instrumentet fokuserar på känslighet för normala, icke-känsloladdade kroppsliga processer med krav på självreflekterande förmåga och utan samvariation med symtom på sjukdom eller med att vara tillagsinställd. Syftet med denna studie var att översätta BAQ från engelska till svenska. Riktlinjer för översättning av frågeformulär följde Principles of Good Practice (PGP) for the Translation and Cultural Adaptation Process for Patient-Reported Outcomes Measures. Den rekommenderade processen i 10 steg ledde till en svensk version, BAQ-sv, användbar i kliniska sammanhang och forskning. BAQ-sv behöver fortsatt testas psykometriskt.

Nyckelord: BAQ, instrument, kroppsmedvetenhet, validitet, översättning.

Institutionen för neurobiologi, vårdvetenskap och samhälle
Masterprogrammet i klinisk medicinsk vetenskap
Huvudämnet klinisk medicinsk vetenskap
Examensarbete, 15 högskolepoäng
Höstterminen 2012

Body Awareness Questionnaire (BAQ) Translation and Cultural Adaptation into Swedish.

Abstract

There are no reliable and validated instruments in Swedish for measuring self-rated body awareness. After a review of available instruments, Body Awareness Questionnaire (BAQ) proved to be one of the few self-assessment questionnaires that reached sufficient reliability and validity. The instrument focuses on the sensitivity of normal, non-emotive bodily processes, requiring self-reflective ability and no correlation with symptoms or to be over concerned with social desirability. The purpose of this study was to translate BAQ from English to Swedish. Guidelines for translation of instruments followed the Principles of Good Practice (PGP) for the Translation and Cultural Adaptation Process for Patient-Reported Outcomes Measures. The recommended process in 10 steps has produced a Swedish version, BAQ-sv, useful for clinical purpose and for research. BAQ-sv needs further psychometric testing.

Keyword: BAQ, body awareness, instrument, translation, validity.

Ur boken *Moder Jord och andra mödrar* av Kerstin Kuoljok, (etnolog):

...jukagirer kallar dem, som kan se mer än andra, för ”människor med öppen kropp”...det är ingen väsenskillnad mellan dem med ”öppen kropp” och vanligt folk. Skillnaden är att de med ”öppen kropp” upplever omgivningen intensivare och mer skärpt. Många jägare kan urskilja den minsta förändring i omgivningen, hur den förändras av påverkan utifrån och små förändringar i andras sinnesstämning....

Uttrycket ”människor med öppen kropp” är konstig. Det är en ordagrann översättning från ryska *ljudi s otkrytym telom*. Så jag har sökt efter en förklaring. Något jukagiriskt ord för själ eller sinnen har jag inte hittat. Men korjakernas uttryck för det ryska ordet för själ har att göra med ordet för kropp, inälvor, mage. Det är ett bra exempel på hur fel det kan bli vid översättningar och att man också måste ta hänsyn till en annan tankevärld. Kropp och själ uppfattades inte som två olika storheter. ...Kanske vore det bättre att översätta *ljudi s otkrytym telom* med ”människor med öppet sinne”.

(Jukagirer och Korjaker är folkgrupper i nordöstra och östra Sibirien som även med Samerna i vårt land har en del gemensamma föreställningar om verkligheten. Egen anm.)

Tack Elsa Lena för roligt samarbete och för din följsamma och uppmuntrande inställning!

Tack Elsa och alla testpersoner för er tveklösa och engagerade medverkan!

Tack Eva, Maria och Monica för era professionella synpunkter!

INNEHÅLLSFÖRTECKNING:	Sida
INLEDNING	5
BAKGRUND	5
-Att mäta kroppsmedvetenhet	7
-Översättningsmetoder	8
PROBLEMFÖRMULERING	10
SYFTE	10
METOD	10
-Studiens design	10
-Genomförande	10
-Urval	12
RESULTAT	13
-BAQ Ö12 översättning (steg 2-3 enl. PGP)	13
-BAQ RÖ re-översättning (steg 4-5 enl. PGP)	13
-BAQ Ö12 revideras (steg 6-8 enl. PGP)	13
-BAQ-sv (steg 9-10 enl. PGP)	14
ETIK	16
DISKUSSION	16
KONKLUSION	19
REFERENSER	20
BILAGA 1: BAQ original	23
BILAGA 2: BAQ-sv	24

INLEDNING:

I ett tidigare arbete utvärderade jag effekterna av gruppbehandling med kroppskännedomsövningar kombinerat med samtal för kvinnor med olika sexuella problem (Pontvik, 2007). Det framkom tydligt i samtal och i formulär som mätte sexuell funktion att de som deltog förbättrades. De deltagande uppfattade förbättringen ha samband med ökad kroppsmedvetenhet. Deltagarnas kroppsmedvetenhet före behandlingen hade inte bedömts eller mätts vilket delvis hängde samman med att inget smidigt sätt att göra det på fanns tillgängligt. De sjukgymnastiska metoder som fanns att tillgå för att mäta kroppsmedvetenhet var alltför tidskrävande eller inte validerade. Metoderna innebar alltså att jag som behandlare skulle undersöka och bedöma kroppsmedvetenheten hos varje enskild patient tillsammans med denne eller läsa upp frågor för patienten, ibland med svarsalternativ, medan patienten låg ner och kände efter i sin kropp vad svaret skulle bli. Inget av detta kändes tillfredställande att använda i gruppssammanhang då tiden det skulle ta att genomföra för varje patient skulle bli alltför omfattande. Det var inte heller kroppsmedvetenheten som var i fokus för start av behandlingen utan kvinnornas upplevelse av bristande sexuell funktion. Däremot hade jag hypotesen att den bristande sexuella funktionen på något sätt hängde samman med kvinnornas kroppsmedvetande och självbild som skulle kunna behandlas via kroppsmedvetande interventioner. Den hypotesen utgick från den helhetssyn som min kombinerade yrkesbakgrund lett fram till. Jag är psykosomatiskt inriktad sjukgymnast (med vidareutbildning även inom kroppspsykoterapi och sexologi) och legitimerad psykoterapeut med psykodynamisk inriktning. Psykodynamisk teori utgår från utvecklingspsykologin där känslolivet och den kroppsliga utvecklingen följs åt (Havnesköld & Mothander, 2002) och där psykosomatiska reaktioner inbegriper emotionellt innehåll (Sivik & Theorell, 1995). Och om kroppsmedvetenhet skulle kunna mätas på ett enklare och tillförlitligt sätt med ett patientinriktat frågeformulär skulle det, förutom att kunna utvärdera behandlingar, öka möjligheten i förlängningen till att bidra till ökad evidens för psykosomatiskt inriktad sjukgymnastik. Det skulle också kunna öppna upp för att mäta kroppsmedvetenhet i andra, nya behandlingssammanhang. Det var så sökandet efter ett validerat och reliabelt instrument på svenska för att mäta *självskattad* kroppsmedvetenhet började.

BAKGRUND:

Inom skandinavisk fysioterapi finns en tradition att arbeta med kroppsmedvetenheten hos patienter. Det sker i rörelser med uppmärksammandet av kroppsliga reaktioner och motoriska uttryck i kombination med samtal där patientens upplevelser och känslor är i fokus. Framförallt har den behandlingen vänt sig till psykiatriska och psykosomatiska patientgrupper där kroppsliga hinder får psykologiskt handikappande konsekvenser. Syftet med behandlingen har varit att främja hälsa genom att stärka egna resurser hos patienten till att mer adekvat uppfatta sin kropp, dess signaler, reaktioner och begränsningar d v s bejaka en sund medvetenhet om sin kropp (Roxendal, 1987). Forskning visar hur medvetenheten om kroppen är en oskiljaktig del av identitetsupplevelsen och därför påverkar hälsan (Gyllensten, Skar, Miller, & Gard, 2010). En av de främsta behandlingsmetoderna för det inom svensk sjukgymnastik är Basal kroppskännedom ad modum Roxendal (Mattsson, 1998 ; Roxendal, 1985). Idag har den utvecklats vidare till en evidensbaserad fysioterapi kallad Basic Body Awareness Therapy förkortas BBAT (Lundvik Gyllensten, Ekdahl, & Hansson, 2009). Roxendal definierade tidigt kroppsmedvetenhet som den kroppsliga aspekten på en persons totala medvetenhet om sig självt d v s ett överordnat begrepp där mentala, fysiologiska och emotionella element ingår. I kroppsmedvetandet ingår förutom en persons inställning till rörelser, aktivitet och till sin fysiska förmåga även inställningen till andra människor och världen runtomkring (Roxendal 1985). Redan Freud (1986, 1923) menade att jaget ursprungligen är ett kroppsligt jag härlett från sensationer från kroppens yta. Kroppsjaget enligt Freud definieras som en mental

projektion av kroppens yta. Senare utvecklade Roxendal begreppet *kroppsjag* som definieras som den kroppsliga aspekten av vår identitetsupplevelse, som vi kallar "jag är". Hon konkretiserar hur man kan öva det i kroppsjagsfunktioner som består av relation till underlag och mittlinje, centrering, andning, flöde och medveten närvaro (Roxendal, 2002). Roxendal inspirerades i sin teori och praktik bl a av den franske rörelsepedagogen Jacques Dropsy och utvecklade tankar om kroppsmedvetenhet utifrån de fyra existensnivåerna (Dropsy, 1975, 1988):

1. Fysiska nivån: med skelett, vävnader, muskler.
2. Fysiologiska nivån: med inre processer som andning, cirkulation, matsmältning.
3. Psykologiska nivån: med känslor, tankar och handlingar.
4. Existentiella nivån: metanivå med reflektionsförmåga bl.a över existentiella dimensioner.

Fenomenologisk filosofi enligt Merleau-Ponty (1999, 1945) har inspirerat dagens psykosomatiska och psykoterapeutiska sjukgymnastik i Sverige. Merleau-Ponty menar att det är i perceptionen, varseblivandet som mening i mänsklig tillvaro skapas och att det alltid sker via kroppen. Det är "den levda kroppen" som är förutsättningen för all erfarenhet innan reflektion och vetenskapliga beskrivningar tar vid (Merleau-Ponty, 1999, 1945). Vi blir först medvetna om kroppen när den tränger sig på som "icke-mig", i disharmoni mellan världen och människan t ex i sjukdomssymtom. Människan är alltid kropp och själ som en pendling på ett kropp-själ kontinuum. Psykosomatiska symtom ses som ett sammanbrott i meningsskapandet där kroppen "talar" istället för jaget. Med detta synsätt kan en människa vara vid god hälsa trots kronisk sjukdom och en annan vid mycket dålig hälsa trots att inget medicinskt patologiskt finns att finna i kroppen. (Bullington, 2007, 2012).

I Norge har en annan sjukgymnastisk metod kallad psykomotorisk behandling utvecklats utifrån en helhetssyn där känslornas nära sammanhang med kroppen tas i beaktande (Thornquist & Bunkan, 1990). Den går idag under namnet Norsk Psykomotorisk Fysioterapi, Norwegian Psychomotor Physiotherapy s.k. NPMP. Inom NPMP har dock kroppsmedvetenhet inte definierats teoretiskt som begrepp (Dragesund, Raheim, & Strand, 2012).

I en aktuell internationell genomgång av begreppet kroppsmedvetenhet *eng.* body awareness gjord av en amerikansk forskargrupp (Mehling, Gopisetty, Daubenmier, Price, Hecht, & Stewart, 2009) i syfte att bedöma psykometrisk kvalitet hos självskattningsinstrument för body awareness säger författarna att under senare år, har intresset ökat inom vetenskaplig forskning för begreppet men tydlig definition av *body awareness* saknas. Det ökade intresset har bl a sin förklaring i mer nyanserade forskningsrön på senare tid som visar det *adaptiva* värdet av att *neutralt* kunna uppfatta subtila inre sensationer från inre organ. Tidigare har den negativa aspekten av förhöjd kroppsmedvetenhet dominerat eftersom den förknippats med hypokondri och somatisering. Nu utmanar potentialen som kan finnas i interoceptiv medvetenhet detta och gör det mer komplicerat inom psykosomatisk forskning och behandling. Forskargruppen (Mehling et al., 2009) föreslår därför en definition utifrån ett försök att integrera perspektiv från flera olika teoretiska modeller, kunskapsfält och vårdgrenar bl a primärhälsovård, beteendevetenskap, hälsopsykologi, kognitiv neurologi, fysioterapi, kroppsorienterad psykoterapi, yoga, Feldenkreis mm och kommer fram till följande:

"Body awareness is the perception of bodily states, processes and actions that is presumed to originate from sensory, proprioceptive and interoceptive afferents and that an individual has the capacity to be aware of.

Body awareness includes the perception of specific physical sensations (e.g., awareness of heart activity; proprioception of limb position) as well as complex syndromes (e.g., pain; sense of relaxation; 'somatic markers' of emotions).

Body awareness is hypothesized as the product of an interactive and dynamic, emergent process that

- a) reflects complex afferent, efferent, forward and back-projecting neural activities,*
- b) includes cognitive appraisal and unconscious gating, and*
- c) is shaped by the person's attitudes, beliefs, experience and learning in a social and cultural context." (s.4).*

Att mäta kroppsmedvetenhet:

Det saknas psykometriskt testade instrument där patientens kroppsmedvetenhet mer enkelt och direkt kan mätas för att sedan jämföras över tid t ex före och efter en behandling eller för att användas i forskningssammanhang. De instrument som används och har använts är bedömningar av patienten gjord av observatör vanligen behandlaren t ex Body awareness scale (BAS) (Roxendal, 1985), Body awareness rating scale (BARS) (Friis, Skattebo, Hope, & Vaglum, 1989), BAS-hälsa (BAS-H) och Intervjuskala för kroppsjetaget (ISK), (Roxendal & Nordwall, 1997).

Författarna (Mehling et al., 2009) har gjort en gedigen genomgång av 1825 abstract från fem större sökmotorer bl. a PubMed och PsychInfo och fått fram 39 instrument som mätte body awareness. De var ute efter instrument som var lätt att administrera för att använda i klinik och forskning. De fann 12 som höll måttet för att undersökas närmare. Bland de skattningsinstrumenten som utslöts fanns BAS och BAS-H som används inom Basal Kroppskänedom ad modum Roxendal. De utslöts just för att de är bedömningar av observatör och inte självskattningsinstrument. (Det gäller även ISK Intervjuskala för kroppsjetaget som dock inte nämns i denna studie). Bara två självskattningsinstrument bedömdes ha tillräckligt hög kvalitet i reliabilitet och fyra i validitet för att statistiskt kunna mäta kroppsmedvetenheten. Författarna påpekar dock att inget instrument egentligen på ett fullvärdigt sätt täcker alla dimensioner av begreppet body awareness såsom det är önskvärt utan de föreslår det som nästa steg att utveckla i framtida forskning. Efter denna genomgång 2009 har ett nytt självskattningsinstrument utvecklats i Norge med syftet att fånga upp kroppsmedvetenhet utifrån NPMPs behandlingsprinciper (Dragesund, Ljunggren, Kvåle, & Strand, 2010). Instrumentet heter Body Awareness Rating Questionnaire (BARQ). Den består av fyra subskalor: function, mood, feelings och awareness med totalt 24 frågor. Forskarna har gått vidare med att testa instrumentets mätegenskaper och publicerade i början av innevarande år arbetet som visar på god reliabilitet men inte tillräcklig validitet för alla de fyra subskalorna (Dragesund et al., 2012). Instrumentet är publicerat på engelska.

Det instrument som får högst betyg i studien av Mehling et al. (2009) är Body Awareness Questionnaire. Ett instrument som utarbetats utifrån frågan vilka koncept som styr vår syn på kroppen och därmed självsystemet och hur den informationen används när vi interagerar med andra (Shields & Simon, 1989). Instrumentet fokuserar alltså på känslighet för normala, icke känsloladdade kroppsliga processer, speciellt känsligheten för kroppsliga cykler, rytmer och förmåga att förutse kroppsliga reaktioner. Alltså medvetenhet av kroppsliga processer som inte är associerade med

känslor och somatiska klagomål. Utifrån detta sätt att definiera body awareness skulle det gå att mäta en mer bestående kroppsmedvetenhet i betydelse kroppslig närvaro i sig själv (jmf definitionen av *kroppsjag*) som är mer stabil över tid och oberoende av emotionellt tillstånd i stunden. Instrumentet har utvecklats utifrån tre aspekter. Den första att det inte ska samvariera med symtom på sjukdom eller kroppsliga klagomål vilket redan nämnts utan istället samvariera med en positiv kroppsbild. Den andra aspekten är att det krävs disposition för självreflektion och introspektion gentemot sig själv och till sist den tredje är att instrumentet inte ska korrelera med tendens att vara tillagsinställd. Dessa aspekter stämmer väl ihop med tankar, som finns inom svensk psykiatrisk och psykosomatisk sjukgymnastik och kroppspsykoterapi, om hur ökad kroppsmedvetenhet stärker självkänslan genom att tydliggöra det egna självet i relation till kroppen. Body Awareness Questionnaire som förkortas BAQ (Shields & Simon, 1989) är ett instrument som fångar upp förmågan att uppmärksamma, varsebli processer som strävar efter kroppslig harmoni (jmf den levda kroppen).

De 18 påståendena ska värderas mellan 1-7 där 1 = ”not at all true of me” och 7 = ”very true of me”. Instrumentet innehåller 18 frågor inom fyra subdomäner:

- 1) Medveten om svar och förändringar i kroppsliga processer
- 2) Att kunna förutsäga kroppsliga reaktioner
- 3) Medvetenhet om sömn/vakenhetscykel
- 4) Att kunna förutsäga vad som framkallar sjukdom.

Två av ursprungsförfattarna har senare studerat om en generell icke känslostyrad medvetenhet om kroppsliga processer även skulle kunna vara relaterad till medvetenhet om känslors kroppsliga respons. De kom dock fram till att en disposition för att uppmärksamma känslors kroppsliga förändring inte bör betraktas som en enkel manifestation för en mer generell kontakt med sådan icke känslostyrad kroppslig respons även om en positiv korrelation förelåg (Shields & Simon, 1991). De jämförde BAQ dels med ett instrument som mätte perception av ilska och övergående ångest (vilket visade signifikant låg positiv korrelation) och dels med ett instrument som mätte symtom på förälskelse (vilket inte korrelerade alls) med BAQ. Möjligen gör förälskelsen i sig att den egna kontakten med neutrala processer kommer i skymundan och fokus blir på någon annan (egen kommentar). Det finns ett flertal studier i olika länder som använt BAQ. Instrumentet är på engelska. I Danmark har BAQ översatts och använts i en ännu ej publicerad större studie. Den danska versionens rådata visar god reliabilitet enligt forskaren och sjukgymnasten Mia Skytte O’Toole (personligt meddelande). BAQ är det instrument som hittills funnits mest intressant utifrån behovet att på ett smidigt sätt och även fristående från behandlaren kunna mäta en mer bestående kroppsmedvetenhet i kliniska sammanhang såväl som i forskningssammanhang. Inget mätinstrument med de egenskaperna har hittats på svenska. Därför beslöts att översätta BAQ (se bilaga 1) till svenska.

Översättningsmetoder

Det pågår en internationell debatt om hur självskattningsinstrument på bästa sätt ska översättas. Behovet av att använda instrument över gränserna växer med det ökade antalet forskningsprojekt i världen och man betonar betydelsen av översättningens kvalitet för att garantera validitet i resultaten som följer av att använda instrument i en ny kontext (Beaton, Bombardier, Guillemin, & Ferraz, 2000 ; Geisinger, Caplehorn, & Clausen, 1994 ; Guillemin, Bombardier, & Beaton, 1993).

Diskussionen utgår från att frågorna i ett självskattningsinstrument inte bara språkligt ska översättas med kvalitet utan även måste anpassas kulturellt s.k. "culture adaptation" alternativt "cross-culture adaptation" för att bibehålla innehållsvaliditeten i begreppen i en ny kultur. Inför översättningen av BAQ gjordes eftersökningar inom ämnet på Pubmed och Psychinfo. Många nämner arbetet av Beaton et al. (2000). Därför togs det som första utgångspunkt. Deras riktlinjer för den tvärkulturella översättningen utarbetades utifrån att få en grundlig anpassningsprocess formad med målet att uppnå så hög likvärdighet som möjligt med avseende på språkets olika aspekter mellan originalversionen och den översatta versionen. Riktlinjerna baserades på en genomgång av medicinsk, sociologisk och psykologisk litteratur i ämnet och var en förbättring från arbetet författarna gjort några år tidigare (Guillemin et al. 1993). De bestod av fem steg och en rekommenderad eftergranskning av fackfolk som ett sjätte steg. Stegen innehåller "forward translation" (översättning från originalspråk till målgruppens språk), "back translation" (re-översättning till originalspråket), "expert committee review" (grupp med fackfolk inom olika relevanta områden såsom t ex sjukvård och språk) och "pretesting" (företest med 30-40 deltagare). Författarna betonar att ytterligare psykometriska tester krävs efter översättningens slutförande för att kunna säkerställa instrumentets validitet och reliabilitet (Beaton et al., 2000).

I en granskning och bedömning av instruments översättningsmetoder inom tvärkulturell omvårdnadsforskning fann författarna otillräckligt beskrivna underlag i processen och brist på standardiserade riktlinjer som ledde till mycket varierad kvalitet på arbeten som publicerades (Maneesriwongul, & Dixon, 2004). Problem kan också uppstå när en omfattande översättnings- och anpassningsprocess görs på ett instrument som från början har svagheter i konstruktionen (Olt, Jirwe, Gustavsson, & Emami, 2010).

Principles of Good Practice (PGP) utarbetades i ett försök att råda bot på den aktuella bristen på konsekvens i metod och terminologi för självskattningsinstrument (Wild et al., 2005). PGP består av tio steg som en arbetsgrupp kallad "Translation and Cultural Adaptation group" (TCA group) inom International Society for Pharmacoeconomics and Outcomes Research (ISPOR) arbetade fram. ISPOR är en ideell, internationell, utbildning och vetenskaplig organisation som vill främja kvaliteten inom forskning och sprida resultaten inom hälso- och sjukvården. Arbetsgruppen TCA bildades 1999 för att samordna, utifrån ett holistiskt perspektiv, riktlinjer och normer för översättningsprocesser som då riskerade ske godtyckligt på olika håll och hota validitetsnivån på forskningsdata (Wild et al., 2005). Det är en bred granskning som innefattar rådande praktik, litterär genomgång av befintliga riktlinjer och övervägande av frågor som gäller läkemedelsindustri, myndigheter och ett brett forskningsfält. Riktlinjerna identifierar en serie steg som vanligen rekommenderas men får kritik för att de saknar empiriskt stöd (Lenderking, 2005) och för att de trots det, för fram "back translation" i sina riktlinjer (McKenna & Doward, 2005). Det framhålls att arbetet är välgjort och användbart för forskare särskilt oerfarna som annars famlar fritt. Det är en överskådlig genomgång där varje steg tydligt beskrivs med sina fördelar men även de fallgropar som hotar om steget inte tas i beaktande (Lenderking, 2005). Riktlinjerna låter sig vinn om att skrivas på ett "användarvänligt" och praktiskt sätt för att passa olika intressegrupper såväl inom industrin, som inom akademiska fältet och inom uppdragsforskning. När det t ex gällde rekommenderade antalet personer som skulle ingå i testen föreslog de endast 5-8 stycken jämfört med 30-40 stycken hos Beaton et al. (2000). De förklarade det med att de inte ville ställa krav som blev för svåra att genomföra i verkligheten utan att de hellre ville försäkra sig om att steget blev genomfört överhuvudtaget för att höja kvalitet i översättningen av instrument (Wild et al., 2005).

De flesta är överens om att det begreppsmässiga innehållet är väsentligt i översättningen av självskattningsinstrument inte bara det bokstavliga språket. Däremot tvistas det om på vilket sätt det

ska gå till. Att använda sig av ”back translation” anses av många vara ”golden standard”. Men alla är inte överens om det utan förordar andra alternativ t ex ”dual translation panels” med en professionell och en lekmanna panel (Swaine-Verdier et al., 2004) eller en tvåspråkig professionell kommitté som granskar översättningen med efterföljande diskussioner i fokusgrupper samt kognitiva intervjuer (Cortés et al., 2007). Det saknas evidens att förorda egentligen någon specifik metod ännu (Acquadro et al., 2008). Även om man i en jämförande svensk studie mellan översättningsmetoderna ”forward-backward” och ”dual-panels” fann fördelar med den senare därför att målgruppen och lekmännen föredrog formuleringarna på de frågorna, fanns inga psykometriska skillnader i resultatet mellan dem (Hagell et al., 2010).

PROBLEMFÖRMULERING:

För att mäta kroppsmedvetenhet saknas idag ett enkelt självskattningsinstrument på svenska, som är reliabilitet och validitet testat.

SYFTE:

Syftet var att översätta Body Awareness Questionnaire (BAQ), ett självskattningsinstrument för kroppsmedvetenhet på engelska, till svenska enligt rekommendationer utarbetade för översättning och kulturell anpassning.

METOD:

Studiens design:

Studien hade en kvalitativ processinriktad ansats där först översättningen och re-översättning gjordes. Därefter bearbetades översättningsarbetet i omgångar genom test på lekmän/kvinnor och genom dialog med nyckelpersoner inom området. Detta för att undersöka språkliga och begreppsmässiga svårigheter i översättningen och anpassa språket i frågorna även med hänsyn till kulturell kontext.

Genomförande:

Översättningsarbetet följde stegen i Principles of Good Practice (PGP) for the Translation and Cultural Adaption Process for Patient-Reported Outcomes (PRO) Measures (Wild et al., 2005). De tio stegen är:

1. Förberedelse
2. Översättning
3. Sammanjämkning/Syntes
4. Tillbakaöversättning
5. Granskning av tillbakaöversättning
6. Anpassning
7. Kognitiv bearbetning genom test
8. Granskning av kognitiv bearbetningens resultat och slutförande
9. Korrekturläsning
10. Slutrapport

Varje steg strukturerades utifrån 1. Identifiering av steget d v s uppgiften ringas in 2. Syftet d v s den kritiska komponenten med steget. 3. Anledningen att genomföra det 4. Vem som lämpligen bör göra det 5. Riskerna med att inte göra det (Wild et al., 2005).

1. Förberedelse:

Kontakt togs med Stephanie Shields som utvecklat BAQ för godkännande av översättningsstudien och för att fråga om revideringar i originalenkäten gjorts sedan 1989 vilket det inte hade.

2. Översättning:

Originalen på amerikansk engelska översattes till svenska av två personer oberoende av varandra. Den ena är författaren själv som är sjukgymnast och psykoterapeut med svenska som modersmål. Den andra översättaren är en yngre kvinna född -89 med svenska som modersmål och en engelskspråkig förälder. Hon har gått i treårigt engelskspråkigt gymnasium och därefter studerat humanvetenskap på svenskt universitet/högskola med engelskspråkig undervisning. Hon har ingen professionell erfarenhet eller kännedom om området vilket rekommenderas (Beaton et al., 2000).

3. Sammanjämkning/Syntes:

De två översättarna och handledaren för uppsatsen gick tillsammans igenom bägge översättarnas version Ö1 och Ö2 av BAQ och rapporterna med var och ens kommentarer skrivna i anslutning till översättningen. Varje fråga samt instruktionen som inleder Body Awareness Questionnaire gick igenom ordagrant och diskuterades utifrån Ö1's mer bokstavliga översatta version och jämfördes med Ö2's mer språkligt friare förslag på översättning. En gemensam version arbetades fram Ö12. Kompromisser gjordes för att göra språket följsamt och lätt att förstå på svenska utan att på det här steget fråga originalets ordval på engelska.

4. Re-översättning:

Ö12 re-översattes till amerikansk engelska (utan språkliga slanguttryck) av oberoende översättare utan professionell anknytning till området. Re-översättaren var en manlig musiker med amerikansk engelska som modersmål. Han är bosatt i Sverige officiellt sedan 1995.

5. Granskning av re-översättning:

Jämförelse mellan re-översättningen (RÖ) och originalet av BAQ gjordes vilket är en nyckelfunktion i översättningsprocessens strävan efter validitet (Wild et al., 2005). Re-översättningen (RÖ) åskådliggjorde inte bara rent språkligt utan även begreppsmässigt hur väl innehållet i översättningen till svenska hade lyckats. Därför var det viktigt att noggrant studera de skillnader som fanns.

6. Anpassning:

För att harmonisera översättningsarbetet enligt sjätte steget i Principles of Good Practise, PGP (Wild et al., 2005) kontaktades en av de främsta sjukgymnasterna i landet inom basal kroppskännedom som både är Medicine doktor och lärare i ämnet. Hon ombads granska översättningsarbetet och komma med kommentarer. Därefter anordnades ett mindre seminarium för att diskutera den reviderade översättningen till svenska av BAQ (som även testpersonerna fyllde i, se nedan under steg 7) och

olika definitioner av kroppsmedvetenhet. Där deltog författaren, handledaren och två sjukgymnastkollegor med bred erfarenhet och kompetens inom psykosomatisk sjukgymnastik.

7. Kognitiv bearbetning genom test:

Den reviderade version som arbetats fram efter granskningen av re-översättningen enligt femte steget testades på lekmän/kvinnor som var ett alternativ till specifik patientgrupp enligt PGP (Wild et al., 2005). Se vidare under urval nedan och tabell I. Det sjätte och sjunde steget pågick delvis parallellt.

8. Granskning av kognitiv bearbetningens resultat och slutförande:

Kommentarerna från testpersonerna sammanställdes och ”bollades” med nyckelpersonerna i anpassningsprocessen (se sjätte steget). Det slutgiltiga beslutet hur frågorna på svenska skulle formuleras togs till sist av författaren. Det skedde successivt genom en tolkningsprocess. Författaren tog hjälp av testpersonernas och nyckelpersonernas kommentarer och använde sin egen intuitiva kunskap och erfarenhet inom yrkesområdena psykosomatisk sjukgymnastik och psykoterapi i kombination med erfarenheten att leva med modersmålet svenska i kontext för att ”veta” när en formulering, ett uttryck eller ett ord ”stämde” på svenska. Det gjordes en form av kvalitativ meningstolkande där det latent innehåll togs i beaktande (Kvale & Brinkman, 2009). Det betydde att originalets frågor återigen jämfördes med kommentarerna testpersonerna hade gjort på den svenska testversionens frågor, för att på så vis uppnå en kulturellt tillförlitlig syntes. Så skapades successivt den slutgiltiga versionen av BAQ’s översättning till svenska s.k. BAQ-sv (se bilaga 2).

9. Korrekturläsning:

BAQ-sv skickas ut till nyckelpersonerna i anpassningsprocessen för korrekturläsning.

10. Slutrapport:

I det här fallet är slutrapporten en magisteruppsats. I den redovisas enl. PGP (Wild et al., 2005) en utförlig beskrivning av metoden samt en representation av varje frågas översättningsbeslut under processen.

Urval:

Testpersonerna för sjunde stegets test valdes ut bland frivilliga privatpersoner utan anknytning till författaren som behandlare. De skulle ha svenska som modersmål och bestå av båda könen i olika åldrar och med varierad utbildningsnivå. Åtta personer valdes ut från början men för att nå spridning i ålder tillkom ytterligare fem. Det var nio kvinnor och fyra män mellan 14 till 74 år (se Tabell I). De fick fylla i BAQ och därefter kommentera frågorna med avseende på språklig och begreppsmässig förståelse. De fyra kvinnorna födda på 90-talet fyllde i BAQ samtidigt och diskuterade tillsammans med författaren frågornas innehåll och begriplighet.

TABELL I:

Testpersonernas födelsedecennium, kön och utbildningsbakgrund

Född på	Kvinna (n) / Utbildning	Man (n) /Utbildning	Totalt (n)
90-talet	4 / gick i gymnasium.	1 / gick i högstadium.	5
80-talet	2 /med högskoleutbildn.	1 / var universitetstuderande.	3
70-talet	1 / med högskoleutbildn.		1
60-talet		1 / med studentexamen.	1
50-talet	1 /med högskoleutbildn.		1
40-talet	1 / pensionär med studentexamen.		1
30-talet		1 / pensionär med universtitetsutbildn.	1
Totalt (n)	9	4	13

RESULTAT:

BAQ Ö12 översättning (steg 2-3 enl. PGP):

Följande uppmärksammades gällande instruktionen: Att bokstavligt översätta *not at all true of me* till *inte alls sant för mig* skulle visserligen fungera men lät klumpigt. Istället valdes *stämmer inte alls för mig* som blev smidigare på svenska. Samma sak för *very true of me* som blev *stämmer precis för mig* (istället för *mycket sant för mig*).

Ords betydelser som uppmärksammades i översättningen av själva frågorna till svenska var skillnaden mellan *alltid* och *direkt* i fråga 2. Det tolkades ligga mer av kroppslighet i *jag känner direkt* än i den bokstavliga översättningen *jag kan alltid säga* som fick en mer kognitiv innebörd. *Always* fanns även i fråga 3 och 4 där den kognitiva aspekten fungerade bättre. Fråga 16's formulering "*very accurately*" funderades det över. Det tycktes åtminstone på svenska ställa till problem eftersom frågorna/påståendena som skulle värderas redan i formuleringen innehöll en ytterlighet (se Tabell II).

BAQ RÖ re-översättning (steg 4-5 enl. PGP):

Re-översättarens arbete resulterade i versionen RÖ. Översättarens kommentar var att han inte fann några oklarheter med avseende på intentionen i meningarna. I RÖ fångades en felöversättning upp gällande fråga 17 där *go to sleep* översattes till att *gå och lägga mig* (trots att alternativet *somna eller gå och lägga mig* fanns med redan i ena översättarens förslag). Det blev *go to bed* i RÖ vilket ledde till korrigerings (se Tabell II).

BAQ Ö12 revideras (steg 6-8 enl. PGP):

Om vedertaget talspråk *ta tempen* skulle användas i ett självskattningsformulär eller inte blev frågan i fråga 6. Eftersom ingen av testpersonerna kommenterade den eller verkade tveka behölls *ta temperaturen* till att börja med i den reviderade översättningen av Ö12 men i slutversionen

anpassades den till ett mer vedertaget svenskt ord i detta sammanhang. Fråga 8 blev snävare i tid vid bokstavlig översättning till *vilken tid* på svenska jämfört med *what time* i originalet därför valdes istället *när* på svenska. Fråga 9 var den fråga som verkade mest problematisk både bland testpersoner och kollegor. Ordet *cykel* uppfattades svårt att förstå innebörden av särskilt bland de yngre testpersonerna. Det kom olika förslag under anpassnings- och granskningsprocessen att byta ut det mot t ex *rytm* eller *kroppslig rytm* men frågan förblev krånglig. Till sist stod det klart att det var ordet *aktivitetsnivå* som var kärnan i frågan som helhet och lösningen blev i sista steget att släppa ordet *cykel* helt och hållet i denna fråga. Dock återkom ordet *cykel* även i nästa fråga 10 där det behölls eftersom det där föregicks av *årstidsbundna rytmer* och sammanhanget gjorde det begripligare. Däremot var fråga 10 förvirrande på grund av negationen i originalets formulering som den frågan var ensam om och det funderades på att formulera om den frågan utan negation vilket till sist gjordes i slutversionen. Ett vanligt ord som trötthet har flera motsvarigheter på engelska vilket ställde till det i fråga 13 där originalet hade använt ett låneord från latinska språk nämligen *fatigue*. Det används inom medicinsk terminologi för utmattade tillstånd i samband med sjukdom. I BAQ fanns ingen sådan koppling till sjukdom. Tvärtom BAQ handlade om normala icke-känslostyrda kroppsliga processer. *Tiredness* hade använts i fråga 7 för trötthet och här tolkades *fatigue* som mer än vanlig trötthet. Vid re-översättningen visade sig att *utmattad* blev till *exhausted* vilket blev för starkt. Därför valdes *uttröttad* som var ”mittemellan” i betydelse. Fråga 15 innehöll också (jämför fråga 8 ovan) en tidsbegränsning vid bokstavlig översättning av *wake up* till *vakna upp* och istället anpassades översättningen till *vakna* på svenska. Det motsatta gällde för fråga 11 där första översättningen av *wake up* till *vakna* blev för vid i tid och därför svårtolkad och den ändrades till *vakna upp* i BAQ-sv. Några frågor såsom 12 och 18 vann på omvänd ordföljd i översättningen. *Utsvulten* diskuterades som alternativ i fråga 18 men betonade mer tiden utan mat medan originalets *overhungry* betonade upplevelsen av hunger. Det var därför vrålhungrig valdes (se Tabell II).

BAQ-sv (steg 9-10 enl. PGP):

Begreppsvaliditeten kunde antas hålla god nivå i den svenska översättningen eftersom BAQ i original har samlat på sig evidens för det genom ett antal studier (Mehling et al., 2009) och översättningen till svenska hade hållit sig till vedertagna riktlinjer för att behålla den standarden. Face validitet som är en ytlig bedömning av ovan d v s om BAQ översatt till svenska vid första anblicken verkade handla om kroppsmedvetenhet tolkades som god utifrån de professionella personer som bedömde innehållet i frågorna under arbetets gång. Även testpersonernas motivation och intresse att fylla i och sedan diskutera och kommentera frågorna inom ämnet tydde på det.

TABELL II: Översättningsprocessen av 18 frågor i Body Awareness Questionnaire.

BAQ original (steg 1)	BAQ Ö12 (Översättning steg 2-3)	BAQ RÖ (Re-översättning steg 4-5)	BAQ Ö12 rev (Anpassning, Test, Granskning steg 6-8)	BAQ-sv (Korrektur, Slutrapport steg 9-10)
1. I notice differences in the way my body reacts to various foods.	1. Jag märker skillnad på hur min kropp reagerar på olika sorters mat.	1. I notice adifferences in how my body reacts to different foods.	1. Uppfattas gälla över tid (jmf fr 4). <i>Olika sorters mat</i> får betydelse måltid livsmedel, näringsinnehåll.	1. Jag märker skillnad på hur min kropp reagerar på olika sorters mat.
2. I can always tell when I bump myself whether or not it will become a bruise.	2. Jag känner <i>direkt</i> när jag stöter emot något om det kommer att bli ett blåmärke eller inte.	2. I know <i>immediately</i> when I bump into anything if it will be result in a bruise or not.	2. Skillnaden i betydelse mellan <i>alltid</i> och <i>direkt</i> på svenska gjorde att direkt valdes.	2. Jag känner direkt när jag stöter emot något om det kommer att bli ett blåmärke eller inte.
3. I always know when I've exerted myself to the point where I'll be sore the next day.	3. Jag vet alltid när jag ansträngt mig fysiskt <i>till den punkt</i> där jag kommer att få ont nästa dag.	3. I always know when I have strained myself physically <i>to the point</i> where I will be sore the next day.	3. <i>to the point</i> = <i>till den grad</i> . Ont tolkas som träningsvärk	3. Jag vet alltid när jag ansträngt mig fysiskt <i>till den grad</i> där jag kommer att få ont nästa dag.
4. I am always aware of changes in my energy level when I eat certain foods.	4. Jag är alltid medveten om förändringar i min energinivå när jag äter viss mat.	4. I am always aware of changes in my energy when I eat certain foods.	4. Uppfattades som en snabb förändring i stunden. Energinivå associerades med träning. Smidigare svenska valdes i slutversionen.	4. <i>När jag äter viss mat</i> är jag medveten om hur min energinivå påverkas.
5. I know in advance when I'm getting the flu.	5. Jag vet i förväg när jag håller på att få influensa.	5. I know in advance when I'm about to get the flu.	5. Influensa i talspråk på svenska även maginfluensa alt kraftig förkylning.	5. Jag vet i förväg när jag håller på att få influensa.
6. I know I'm running a fever without taking my temperature.	6. Jag vet att jag har feber utan att <i>ta temperaturen</i> .	6. I know I have a fever without taking my temperature.	6. Vedertaget talspråk på svenska <i>ta tempen</i> .	6. Jag vet att jag har feber utan att <i>ta tempen</i> .
7. I can distinguish between tiredness because of hunger and tiredness because of lack of sleep.	7. Jag kan skilja mellan trötthet som beror på hunger och trötthet som beror på sömnbrist.	7. I can distinguish between <i>fatigue</i> caused by hunger and <i>fatigue</i> resulting from lack of sleep.	7. <i>Tiredness</i> re-översätts med <i>fatigue</i> –ett obs! se vidare fråga 13 nedan.	7. Jag kan skilja mellan trötthet som beror på hunger och trötthet som beror på sömnbrist.
8. I can accurately predict what time of day lack of sleep will catch up with me.	8. Jag kan exakt förutse vid <i>vilken tid</i> på dagen bristen på sömn hinner ikapp mig.	8. I can predict exactly <i>at what time</i> of day the lack of sleep catches up with me.	8. <i>Vilken tid</i> kommenterades med att det kunde vara flera "dippar". <i>När</i> valdes på svenska.	8. Jag kan exakt förutse <i>när</i> på dagen bristen på sömn hinner ikapp mig.
9. I am aware of a cycle in my activity level throughout the day.	9. Jag är medveten om <i>en cykel i min aktivitetsnivå</i> under dagens lopp.	9. I am aware of a <i>cycle</i> in my <i>activity level</i> throughout the day.	9. Ordet <i>cykel</i> svårt, gammeldags. Bättre med kroppslig rytm? Uteslöt. Istället fokus på <i>aktivitetsnivå!</i>	9. Jag är medveten om <i>hur min fysiska aktivitetsnivå varierar</i> under dagens lopp.
10.* I don't notice seasonal rhythms and cycles in the way my body functions.	10.* Jag märker <i>inte</i> årstidsbundna rytmer el cykler i min kropps sätt att fungera.	10.* I do not notice seasonal rhythms or cycles in my body's way of functioning.	10. Cykel (se ovan). Kommenterades att <i>negation</i> blev ett konstigt undantag.	10. Jag märker årstidsbundna rytmer och cykler i min kropps sätt att fungera.
11. As soon as I wake up in the morning, I know how much energy I'll have during the day.	11. Så snart jag <i>vaknar</i> på morgonen, vet jag hur mkt energi jag kommer ha u dagen.	11. As soon as I <i>wake</i> in the morning, I know how much energy I will have during the day.	11. <i>Så snart jag vaknar</i> , hur länge sträcker detsig i tid?	11. <i>Så snart jag vaknar upp</i> på morgonen, vet jag hur mycket energi jag kommer ha under dagen.
12. I can tell when I go to bed how well I will sleep that night.	12. Jag kan förutse när jag går och lägger mig hur bra jag kommer att sova den natten.	12. <i>When I go to bed</i> , I can predict how well I will sleep that night.	12. Även på svenska blev det bättre flyt vid ändrad ordföljd.	12. <i>När jag går och lägger mig</i> kan jag förutse hur bra jag kommer att sova den natten.
13. I notice distinct body reactions when I am fatigue.	13. Jag märker tydliga kroppsliga reaktioner när jag är <i>utmattad</i> .	13. I notice distinct body reactions when I'm <i>exhausted</i> .	13. <i>Fatigue</i> =mer än <i>trött</i> men mindre än <i>utmattad</i> (=exhausted). <i>Uttröttad</i> valdes.	13. Jag märker tydliga kroppsliga reaktioner när jag är <i>uttröttad</i> .

14. I notice specific body responses to changes in the weather.	14. Jag lägger märke till specifika <i>kroppsliga svar</i> på väderomslag.	14. I notice specific <i>bodily responses</i> to changes in the weather.	14. body responses= <i>kroppsliga reaktioner</i> betoning på kropp framhävs så.	14. Jag lägger märke till specifika <i>kroppsliga reaktioner</i> på väderomslag.
15. I can predict how much sleep I will need at night in order to wake up refreshed.	15. Jag kan förutsäga hur mycket sömn jag behöver u. natten för att <i>vakna upp</i> utvilad.	15. I can predict how much sleep I need at night so that I wake up refreshed.	15. För bokstavlig översättning blir begränsande på svenska.	15. Jag kan förutsäga hur mycket sömn jag behöver under natten för att <i>vakna utvilad</i> .
16. When my exercise habits change, I can predict very accurately how that will affect my energy level.	16. När mina träningsvanor ändras, kan jag <i>mycket exakt</i> förutsäga hur det kommer påverka min <i>energinivå</i> .	16. When my routine is changed, I can <i>very accurately</i> predict how it will affect my energy level.	16. <i>mycket exakt</i> tautologi av ytterlighet. Frågan uppfattades onödigt krånglig	16. När mina träningsvanor ändras, kan jag <i>exakt</i> förutsäga hur det kommer påverka min energinivå.
17. There seems to be a "best" time for me to go to sleep at night.	17. Det verkar finnas en "bästa" tid för mig att <i>gå och lägga mig</i> på kvällen.	17. There seems to be a "best" time for me to <i>go to bed</i> at night.	17. <i>go to sleep=somna</i> . Diskrepans i språket framkom i RÖ och justerades.	17. Det verkar finnas en "bästa" tid för mig att <i>somna</i> på kvällen.
18. I notice specific bodily reactions to being overhungry.	18. Jag märker specifika kroppsliga reaktioner på att vara <i>vrålhungrig</i> .	18. I notice specific bodily reactions when I am <i>hungry</i> .	18. Mer lättbegripligt på svenska vid ändrad ordföljd. Vrålhungrig slang? Utsvulten betonar tiden ej upplevelsen.	18. <i>När jag är vrålhungrig</i> märker jag specifika kroppsliga reaktioner.

Note:* indicates a reversed scored item.(original)/ denotes reverse score for the question.(RÖ) OBS:* markerar omvänd värdering av frågan.(Ö12).

ETIK:

Det fanns inget behov av etisk prövning då formuläret testades på lekmän/kvinnor som frivilligt ställde upp på att fylla i ett frågeformulär. De flesta reagerade positivt på deltagandet och tyckte frågorna var intressanta att fundera över. Möjligen finns det en risk att testpersonerna även blev oroade av frågorna som medvetandegjorde deras relation till sin kropp och skulle behöva ett forum att ventilera det efteråt.

DISKUSSION:

Betydelsen i översättningsarbetet av begreppsinnehållet och den kulturella anpassningen blev allt tydligare under processens gång och den mer bokstavliga översättningen genom re-översättning, blev ett steg på vägen men räckte inte. Översättningsarbetet behövde nå längre. Utan att förlora kärnbetydelsen i frågorna behövdes språket anpassas ytterligare för att bli smidig begriplig svenska.

Översättningen av Body Awareness Questionnaire genomfördes enligt stegen i Principles of Good Practice (PGP) vilket visade sig vara riktlinjer som var tydliga och gick bra att följa som första-gångs-översättare. Detta var också ett av målen för gruppen som utformade dem (Wild et al., 2005). Riktlinjerna blev en hjälp att strukturera processen och förstå vad som behövde betonas och varför. Metoden som användes innefattar översättning, re-översättning och kulturell anpassning genom återkommande sammanjämkning och granskning av begrepp, språk och tolkning av dessa under hela processen. Detta har skett i dialog mellan författaren och översättarna, handledaren, testpersonerna, kollegor inom psykosomatisk sjukgymnastik samt en ansedd nyckelperson inom området. Betoningen och begränsningen har varit översättningsprocessen i sig och psykometrisk test av instrumentet på svenska har inte fallit inom ramen för detta arbetes omfattning. I tidigare riktlinjer finns motsvarande steg (Beaton et al., 2000). Skillnaden är att sammanjämkningen och anpassningen betonas mer i PGP och att omfattningen av processen kräver mindre resurser, t ex utfördes test på 5-8 personer enl. PGP medan tidigare riktlinjer (Beaton et al., 2000) föreslog test på 30-40 personer. Det föreslogs dessutom i den testen att inkludera möjligheten till psykometrisk utvärdering av instrumentet samtidigt som den språkliga översättningen testas vilket försvagar resultatet av den psykometriska testen om instrumentet sedan förändras språkligt (egen kommentar). Att göra re-

översättning s.k. back-translation, av instrumentet tillbaka till originalspråk är ofta praxis och ansett som "golden standard" trots brist på empirisk evidens för denna metod (Lenderking, 2005 ; McKenna & Doward, 2005). Däremot kan risken med att inte alls göra en re-översättning vara att det språkliga innehållet har skillnader som påverkar det översatta formuläret psykometriskt jämfört med originalet (Wild et al., 2005). Värdet av information som fås fram genom re-översättning har ifrågasatts eftersom det är en kvalitetskontroll som görs i efterskott. Istället har metoden "Dual Panel Translation" lyfts fram där kvaliteten genom hela översättningsprocessen betonas (Swaine-Verdier et al., 2004) och där de språkliga formuleringarna framtagna på detta sätt föredrogs av försökspersonerna framför dem framtagna genom re-översättning (Hagell et al., 2010). PGP rekommenderar en bokstavligen inriktad re-översättning i första hand men uppmärksammar behovet av att fortsätta diskutera även begreppsinnehalten. De erfarenheter av översättningsprocessen som författaren fick i denna studie gjorde gällande att PGP's riktlinjer främst håller sig till en manifest nivå av språklig översättning men att kvalitativa innehållsanalyser där den latenta nivån i meningstolkandet skulle kunna utvecklas i dessa sammanhang och uttryckas mer explicit i riktlinjerna för den kulturella anpassningen och begreppsmässiga översättningen. Andra metoder att översätta och anpassa instrument är inne på detta mer kvalitativt inriktade spår men blir också mycket resurskrävande såsom "Think aloud" (Olt et al., 2010) och kombinationer med professionella kommittéer, fokusgrupper, kognitiva intervjuer (Cortés et al., 2007). Metoden "Dual Panel Translation" (Swaine-Verdier et al., 2004) där en professionell grupp diskuterar fram en översättning från originalet och sedan testas den på en panel av lekmän/kvinnor skulle kunna vara ett intressant alternativ i denna studie (se vidare i resultatdiskussionen).

För att koncentrera fokus på test av *språket* i översättningen, dvs hur de svenska ord och meningar som valts, uppfattades och tolkades ville författaren i testsituationen nå människor utanför hälso- och sjukvården som inte i testsituationen definierade sig som patienter. Att vara patient skulle kunna betyda en upptagenhet av kroppen på ett mindre neutralt sätt vilket skulle kunna påverka uppfattningen och tolkningen av frågorna som handlar om kroppsmedvetenhet. Därför valdes lekmän/kvinnor i olika åldrar och med olika utbildningsnivå som testpersoner. Testpersonerna fick ingen fråga om deras vanor gällande fysisk aktivitet dvs deras kroppskulturella kontext som möjligen skulle kunna vara på plats eftersom det skulle kunna påverka hur begreppen i formuläret uppfattades. Att fråga allmänt om hälsa hos testpersonerna har däremot ingen relevans eftersom det är översättning till svenska av formuläret som ska testas och inte formuläret i sig.

Trots att re-översättningen visade mycket gott resultat var flera frågor fortfarande "klumpiga" i sitt språk och blev uppfattade av testpersonerna som "oklara", "krångliga", "onaturliga", "för långa" och därför svåra att förstå innebörden av. Språket behövde bearbetas ytterligare. Det gjordes i omgångar under sjätte, sjunde och åttonde steget enligt PGP som pågick delvis parallellt. Fråga 16 var ett exempel det. Redan i översättningen funderades det på tautologin i originalspråkets formulering. Hur något kan vara mer än exakt gick inte att förstå och i slutversionen togs *mycket* bort framför *exakt* (se tabell II). Fråga 10 kan tänkas ha mer relevans i Sverige än i USA på grund av större skillnader t ex i ljus och mörker mellan årstiderna och formulerades därför positivt i slutversionen. Att fyra testpersoner satt tillsammans med författaren och diskuterade frågorna liknade det upplägg med lekmanpanel som beskrivs i "Dual Panel Translation" (Swaine-Verdier et al., 2004). Det visade sig att gruppsamtalet gynnade ett kreativt resonerande kring frågornas innebörd och tolkningen av dem såsom att *ont* tolkas som *träningsvärk* i fråga 3 och att det uppfattades en skillnad i tolkningen av tidsaspekten mellan fråga 1 och 4 (se vidare tabell II). Genom att en ansedd nyckelperson oberoende av testpersonerna och seminariedeltagarna granskade översättningarna och re-översättningen och kom med förslag på språkliga justeringar på samma version som testpersonerna svarade på och som seminariedeltagarna diskuterade pågick en parallell granskning av BAQ på svenska där man efter

vart arbetade sig fram till en språkligt smidig version. På så sätt ger PGP alltså möjligheten att göra både en re-översättning och fortsatt kulturell anpassning av instrumentet i översättningsprocessen.

De kommentarer som går att göra gällande validiteten hos BAQ-sv är subjektiva omdömen. När det gäller innehållsvaliditeten i BAQ är den i original utvecklad för att fånga en normal icke-känslostyrd kroppsmedvetenhet som är stabil över tid. Under seminariet (se sjätte steget Anpassning) diskuterades innehållet i BAQ på svenska jämfört med kroppsjetgets definition enligt Roxendal och de två första existensnivåerna, den fysiska och den fysiologiska nivån (Roxendal, 2002). De utgår från den, så att säga, somatiska kroppen och det är den BAQ på svenska riktar sig mot. Det finns ytterligare dimensioner av kroppsjetget enligt Roxendal som inbegriper mer subjektiva aspekter såsom känslor, tankar och reflektion vilka inte täcks in av BAQ-sv. Däremot sammanfaller beskrivningen av ”den levda kroppen” enligt Merleau-Ponty med vad BAQ-sv handlar om nämligen en strävan efter harmoni i varandet som är kroppsligt. När det är kroppslig balans ger det människan möjlighet att rikta sig mot världen på ett öppet, flexibelt sätt utifrån det kontinuum mellan kropp och själ som vi ständigt pendlar i, enligt kroppens fenomenologi (Bullington, 2007, 2012; Merleau-Ponty, 1999, 1945). På så vis skulle en hög kroppsmedvetenhet mätt med BAQ-sv kunna betyda en god förutsättning för att vara närvarande i sina känslor, tankar och reflektioner samt en låg kroppsmedvetenhet mätt med BAQ-sv kunna vara förknippat med disharmoni i kroppsligt varandet t ex vid ångestsymtom. I förlängningen betyder det att BAQ-sv antas liksom originalet inte korrelera med sjukdomssymtom i sig, utan snarare med perceptionen av dem och i vilken grad det ”stör” som ”icke-mig” kontakten med ”den levda kroppen”. Intern validitet d v s om tillvägagångssättet i översättningsprocessen är tillräckligt giltigt utifrån uppgiften diskuterades och verkade rimlig (se steg åtta under metod). Extern validitet d v s om det går att generalisera utifrån denna studies process som tydligt beskrivits i arbetet verkade likaså rimlig. BAQ-sv måste testas vidare psykometriskt på en större population med avseende på reliabiliteten genom test-retest, den interna konsistensen genom Cronbachs alfa och den samtidiga validiteten (korrelation med annat instrument för kroppsmedvetenhet mätt vid samma tidpunkt) samt diskriminativ validitet (i hur grad BAQ-sv mäter ett eget område jämfört med ett eller flera instrument t ex sjukdomssymtom, ångest eller andra känslor). I en faktoranalys skulle BAQ-sv´s inre struktur fortsatt kunna analyseras med avseende på subdomäner och jämföras med originalets fyra (se bakgrund s 4). Det skulle också behövas normvärden baserat på en normalpopulation.

Hur kan BAQ-sv användas? Det skulle kunna fylla en funktion i utvärdering av behandlingar i kroppsmedvetenhet genom att jämföra den enskildes skattning före och efter när arbetet utgått från att få ökad kontakt med sitt kroppsjetget utifrån existensnivåerna alternativt ökad balans/harmoni utifrån ”den levda kroppen”. Den skulle också kunna användas i forskning om olika psykosomatiska tillstånd, och jämförelser mellan grupper.

Forskargruppen Mehling et al. (2009) konstaterar att inget av de 39 instrument som de fick fram i sin studie på ett fullvärdigt sätt täcker alla dimensioner av begreppet body awareness. Deras föreslagna definition (se bakgrund s.6) inbegriper inte bara den somatiska kroppen, den kognitivt medvetna och subjektiva kroppen utan även den omedvetet anpassade kroppen och dess påverkan utifrån social och kulturell kontext. Det betyder att BAQ-sv skulle behöva kompletteras för att kunna fånga ytterligare någon aspekt av kroppsmedvetenhetens hela komplexitet.

Att översätta ett instrument som BAQ kan väcka frågor. Är det ett relevant instrument för svensk psykosomatisk sjukgymnastik idag? Föreställningen att kroppen är utgångspunkten för hur vi ser på oss själva och att det sedan i sin tur påverkar hur vi interagerar med andra är inte mindre aktuellt nu än tidigare. Det var utifrån det författarna som utvecklade BAQ utgick. Snarare verkar betydelsen av

hur vi människor upplever oss förankrade i våra kroppar ha ökad relevans för att förstå ohälsa där bot inte nås med enbart medicinsk behandling.

KONKLUSION:

Sammanfattningsvis finns nu BAQ i en svensk översättning BAQ-sv som gjorts enligt Principles of Good Practice (PGP) for the Translation and Cultural Adaptation Process for Patient-Reported Outcomes (PRO) Measures. Det innebar re-översättning enligt vedertagen praxis och därefter fortsatt kulturell anpassning i flera steg där både lekmän/kvinnor och experter granskat språket med avseende på bokstavlig och begreppsmässig tolkning. Det finns goda förutsättningar för att börja använda BAQ-sv kliniskt och samtidigt fortsätta forska psykometrisk på BAQ-sv.

REFERENSER:

- Acquadro, C., Conway, K., Hareendran, A., & Aaronson, N. (ERIQA) Group (2008). Literature Review of Methods to Translate Health-Related Quality of Life Questionnaire for Use in Multinational Clinic trials. *Value in health*, 11(3), 509-521.
- Beaton, D., Bombardier, C., Guillemin, F., & Ferraz, M. B. (2000). Guidelines for the process of cross-cultural adaptation of self-report measures. *Spine*, 25 (24,) 3186-3191.
- Bullington, J. (2012). Psykosomatik och meningsskapande: en tillämpning av Maurice Merleau-Pontys fenomenologi, Biguet, G et al. *Att förstå kroppens budskap - sjukgymnastiska perspektiv*, (63-77) Lund: Studentlitteratur.
- Bullington, J. (2007). *Psykosomatik Om kropp, själ och meningsskapande*. Lund: Studentlitteratur.
- Cortés, D.E., Gerena, M., Canino, G., Aguilar-Gaxiola, S., Febo, V., Magana, C., Soto, J., & Eisen, S.V. (2007). Translation and Cultural adaptation of a mental health outcome measure: the basis-R(c). *Culture, Medicine and Psychiatry*, 31, 25-49.
- Dragesund, T., Ljunggren, A.E., Kvåle, A., & Strand, L. I. (2010). Body Awareness Rating Questionnaire – Development of a self-administered questionnaire for patients with long-lasting musculoskeletal and psychosomatic disorders. *Advances in Physiotherapy*, 12, 87-94.
- Dragesund, T., Raheim, M., & Strand, L.I. (2012). Body Awareness Rating Questionnaire: Measurement properties. *Physiotherapy Theory and Practice*, 28 (7), 515-28. doi: 10.3109/09593985.2011.642068. Epub 2012 Jan 30.
- Dropsy, J. (1975). *Leva i sin kropp*. Lund: Aldus.
- Dropsy, J. (1988). *Den harmoniska kroppen*. Borås: Natur och Kultur.
- Freud, S. (1986, 1923). *Jaget och detet*. Lund: Natur och Kultur.
- Friis, S., Skattebo, U.E., Hope, M.K., & Vaglum, P. (1989). Body awareness group therapy for patients with personality disorders. 2. Evaluation of the Body Awareness Rating Scale. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 51, 18-24.
- Geisinger, K., Caplehorn, J., RM., & Clausen, T. (1994). Cross-cultural normative assessment: Translation and adaptation issues influencing the normative interpretation of assessment instruments. *Psychological Assessment*, 6(4), 304-312.
- Guillemin, F., Bombardier, C., & Beaton, D.(1993). Cross-cultural adaptation of health-related quality of life measures: literature review and proposed guidelines. *Journal of Clinical Epidemiology* 46, 1417-1432.
- Gyllensten, A. L., Skar, L., Miller, M., & Gard, G. (2010). Embodied identity--a deeper understanding of body awareness. *Physiotherapy Theory and Practice*, 26(7), 439-446.

- Hagell, P., Hedin, P.-J., Meads, D.M., Nyberg, L., & McKenna, S.P. (2010). Effects of Method of Translation of Patient-Reported Health outcome Questionnaires: A Randomized Study of the Translation of the Rheumatoid Arthritis Quality of Life (RAQoL) Instrument of Sweden. *Value in Health, 13*(4), 424-430.
- Havnesköld, L., & Risholm Mothander, P. (2002). Utvecklingspsykologi psykodynamisk teori i nya perspektiv. Stockholm: Liber.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). Den kvalitativa forskningsintervjun. Lund: Studentlitteratur.
- Lenderking, W.R. (2005). Comments on the ISPOR Task Force Report on Translation and Adaptation of Outcomes Measures: Guidelines and the Need for Moore Research. *Value in health, 8*(2), 92-93.
- Lundvik Gyllensten, A., Ekdahl, C., & Hansson, L. (2009). Long-term effectiveness of Basic Body Awareness Therapy in Psychiatric Out-patient Care. A randomised controlled study. *Advances in Physiotherapy, 11*, 2-12.
- Maneesriwongul, W., & Dixon, J.K. (2004). Instrument translation process: a method review. *Journal of Advanced Nursing, 48* (2), 175-186.
- Mattsson, M. (1998). *Body awareness applications in physiotherapy*. (Thesis). Umeå University, Department of Psychiatry and Family Medicine.
- McKenna, S.P., & Doward, L.C. (2005). The Translation and Cultural Adaptation of Patient-Reported Outcome Measures. *Value in health, 8* (2), 89-91.
- Mehling, W. E., Gopisetty, V., Daubenmier, J., Price, C. J., Hecht, F. M., & Stewart, A. (2009). Body awareness: construct and self-report measures. *PLoS One, 4* (5), e5614.
- Merleau-Ponty, M. (1999, 1945). *Kroppens fenomenologi*. Uddevalla: Daidalos.
- Olt, H., Jirwe, M., Gustavsson, P., & Emami, A. (2010). Psychometric evaluation of the Swedish Adaptation of Inventory for Assessing the Process of Cultural Competence Among Healthcare Professionals-Revised (IAPCC-R). *Journal of Transcultural Nursing, 21* (1), 55-64.
- Pontvik, I. (2007). Kombinerad kroppskännedom- och samtalsgrupp för kvinnor med sexuell problem. *Sexologinytt, 1/07/*. Tillgänglig via www.sexologinytt.se/1_07/5.htm
- Roxendal, G. (1985). *Body awareness therapy and the body awareness scale, treatment and evaluation in psychiatric psychotherapy*. (Dissertation). Göteborgs universitet.
- Roxendal, G. (1987). Ett helhetsperspektiv – sjukgymnastik inför framtiden. Lund: Studentlitteratur.
- Roxendal, G., & Nordwall, V. (1997). *Tre BAS-skalar*. Lund: Studentlitteratur.
- Roxendal, G., & Winberg, A. (2002). *Levande människa*. Falköping: Natur & Kultur.

Shields, S. A., Mallory, M.E., & Simon, A. (1989). The Body Awareness Questionnaire: Reliability and Validity. *Journal of Personality Assessment* 53(4), 802-815.

Shields, S. A., & Simon, A. (1991). Is awareness of Bodily change in Emotion related to Awareness of Other Bodily Process? *Journal of Personality Assessment* 57(1), 96-109.

Sivik, T., & Theorell, T. (1995). Psykosomatisk medicin. Lund: Studentlitteratur.

Swaine-Verdier, A., Doward, L.C., Hagell, P., Thorsen, H., & McKenna, S.P. (2004). Adapting Quality of Life Instruments. *Value in health*, 7(S1), S27-S30.

Thornquist, E. & Bunkan B.H. (1990). *Vad är psykomotorisk behandling?* Värnamo: Natur och Kultur.

Wild, D., Alyson, G., Martin, M., Eremenco, S., McElroy, S., Verjee-Lorenz, A., & Erikson, P. (2005). Principles of Good Practice for the Translation and Cultural Adaption Process for Patient-Reported Outcomes (PRO) Measures: Report of the ISPOR Task Force for Translation and Cultural Adaption. *Value in health*, 8(2), 94-104.

BILAGA 1: Body Awareness Questionnaire (Shields, 1989)

Instructions:

Listed below are a number of statements regarding your sensitivity to normal, nonemotive body processes. For each statement, select a number from 1 to 7 that best describes how the statement describes you and place the number in the box to the right of the statement.

	Not at all true of me							Very true of me	
	1	2	3	4	5	6	7		
1.									<input type="checkbox"/>
2.									<input type="checkbox"/>
3.									<input type="checkbox"/>
4.									<input type="checkbox"/>
5.									<input type="checkbox"/>
6.									<input type="checkbox"/>
7.									<input type="checkbox"/>
8.									<input type="checkbox"/>
9.									<input type="checkbox"/>
10.*									<input type="checkbox"/>
11.									<input type="checkbox"/>
12.									<input type="checkbox"/>
13.									<input type="checkbox"/>
14.									<input type="checkbox"/>
15.									<input type="checkbox"/>
16.									<input type="checkbox"/>
17.									<input type="checkbox"/>
18.									<input type="checkbox"/>

Note: * indicates a reversed scored item

BILAGA 2: Body Awareness Questionnaire (Shields, 1989) svensk version

BAQ-sv

Instruktioner:

Nedan finns ett antal påstående listade angående din känslighet för normala, icke känslstyrda kroppsliga processer. Välj ett nummer mellan 1 till 7 som bäst beskriver hur varje påstående passar in på dig och placera numret till höger om påståendet.

**Stämmer inte
alls för mig**

1

2

3

4

5

6

**Stämmer
precis för mig**

7

1. Jag märker skillnad på hur min kropp reagerar på olika sorters mat.
2. Jag känner direkt när jag stöter emot något om det kommer att bli ett blåmärke eller inte.
3. Jag vet alltid när jag ansträngt mig fysiskt till den grad där jag kommer att få ont nästa dag.
4. När jag äter viss mat är jag medveten om hur min energinivå påverkas.
5. Jag vet i förväg när jag håller på att få influensa.
6. Jag vet att jag har feber utan att ta tempen.
7. Jag kan skilja mellan trötthet som beror på hunger och trötthet som beror på sömnbrist.
8. Jag kan exakt förutse när på dagen bristen på sömn hinner ikapp mig.
9. Jag är medveten om hur min fysiska aktivitetsnivå varierar under dagens lopp.
10. Jag märker årstidsbundna rytmer och cykler i min kropps sätt att fungera.
11. Så snart jag vaknar upp på morgonen, vet jag hur mycket energi jag kommer ha under dagen.
12. När jag går och lägger mig kan jag förutse hur bra jag kommer att sova den natten.
13. Jag märker tydliga kroppsliga reaktioner när jag är uttröttad.
14. Jag lägger märke till specifika kroppsliga reaktioner på väderomslag.
15. Jag kan förutsäga hur mycket sömn jag behöver under natten för att vakna utvilad.
16. När mina träningsvanor ändras, kan jag exakt förutsäga hur det kommer påverka min energinivå.
17. Det verkar finnas en ”bästa” tid för mig att somna på kvällen.
18. När jag är vrålhungrig märker jag specifika kroppsliga reaktioner.