

Συγκριτική μελέτη μέτρησης άγχους στους πολίτες μεταξύ Ελλάδας και Κύπρου

Νικόλαος Μπακάλης¹, Ηλίας Μώλος², Ιζάουρα Παπά³, Χριστιάνα Παπακυριακού³, Αναστάσιος Τζεναλής⁴

1. Αναπληρωτής Καθηγητής, Τμήμα Νοσηλευτικής Πανεπιστήμιο Πατρών
2. Υποψήφιος Διδάκτορας, Τμήματος Νοσηλευτικής Πανεπιστημίου Πατρών, Υπεύθυνος Νοσηλεύτης, MSc, Καρδιολογικού Τμήματος Γενικού Νοσοκομείου Ασκληπιείου Βούλας
3. Νοσηλεύτρια, Τμήμα Νοσηλευτικής Πανεπιστήμιο Πατρών
4. Επίκουρος Καθηγητής, Τμήμα Νοσηλευτικής Πανεπιστήμιο Πατρών

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Εισαγωγή: Το άγχος είναι μια φυσιολογική αντίδραση του οργανισμού σε καθημερινά στρεσογόνα γεγονότα που συνήθως οδηγεί σε Γενικευμένη Αγχώδη Διαταραχή (ΓΑΔ). Παρότι η Ελλάδα και η Κύπρος χαρακτηρίζονται για κοινά πολιτιστικά στοιχεία, υπάρχουν οικονομικές και κοινωνικές διαφορές που επηρεάζουν την καθημερινότητα των πολιτών.

Σκοπός: Να διαπιστώσει και να συγκρίνει τα επίπεδα άγχους σε πολίτες της Ελλάδας και της Κύπρου προκειμένου να εξακριβωθεί αν και κατά πόσο επηρεάζονται από τις καθημερινές κοινωνικοοικονομικές συγκυρίες των δύο χωρών.

Μεθοδολογία: Χρησιμοποιήθηκε η σταθμισμένη στα Ελληνικά κλίμακα κατά Spielberger (State Trait Anxiety Inventory-STAI). Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 40 διαπιστώσεις, οι οποίες αξιολογούν την συναισθηματική κατάσταση του εξεταζόμενου κατά τη χρονική στιγμή συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου-παροδικό άγχος (20 διαπιστώσεις), καθώς και την συναισθηματική κατάσταση του ατόμου γενικότερα-μόνιμο άγχος (20 διαπιστώσεις). Το δείγμα (n= 450) ήταν πολίτες από Ελλάδα (nE=276) και Κύπρο (nK=174). Για την επεξεργασία των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το Στατιστικό Πακέτο SPSS 25 με επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας $p < 0.05$.

Αποτελέσματα: Στην Ελλάδα και στην Κύπρο οι πολίτες έχουν μέτριο παροδικό άγχος (βαθμολογία 50 και 42 αντίστοιχα). Όσον αφορά το μόνιμο άγχος, οι Έλληνες πολίτες είχαν μέτριο (βαθμολογία 46), ενώ οι Κύπριοι χαμηλό (βαθμολογία 36). Αξιοσημείωτο είναι ότι οι γυναίκες βιώνουν και τα δύο αυτά συναισθήματα σε μικρότερο βαθμό σε σχέση με τους άντρες ($p < 0.05$), οι Έλληνες βιώνουν μόνιμο άγχος σε μεγαλύτερο βαθμό σε σχέση με τους Κύπριους ($p < 0.05$), ενώ οι έγγαμοι βιώνουν πιο έντονα συναισθήματα παροδικού άγχους σε σχέση με τους άγαμους ($p < 0.05$).

Συμπεράσματα: Η παρούσα έρευνα διαπίστωσε ότι οι πληθυσμοί και των δύο χωρών βίωσαν ψυχολογική κατάπτωση. Συγκεκριμένα, παρατηρήθηκε ότι κατά μέσο όρο οι Έλληνες βιώνουν λιγότερο έντονα αισθήματα όπως ανάπαυσης, ασφάλειας και ηρεμίας, δεδομένου το ότι η Ελλάδα βρέθηκε αντιμέτωπη πολύ μεγαλύτερο χρονικό διάστημα με τέτοιες συνθήκες από ότι οι Κύπριοι πολίτες.

Λέξεις Κλειδιά: Άγχος, Ελλάδα, Κύπρος, πολίτες

Υπεύθυνος αλληλογραφίας: Νικόλαος Μπακάλης
e-mail: nikosbakalis@upatras.gr

Ημερομηνία υποβολής: 17/02/2022
Ημερομηνία δημοσίευσης: Μάρτιος 2022

Σημείωμα εκδότη: Η παρούσα δημοσίευση εκφράζει την προσωπική άποψη των συγγραφέων.

Αναφορά του άρθρου ως: Μπακάλης Ν., Μώλος Η., Παπά Ι., Παπακυριακού Χ. & Τζεναλής Α. (2022). Συγκριτική μελέτη μέτρησης άγχους στους πολίτες μεταξύ Ελλάδας και Κύπρου. *Ελληνικό Περιοδικό Νοσηλευτικής Επιστήμης* 15(1): 5-14, doi: <https://doi.org/10.24283/hjns.202211>

ΒΑΣΙΚΑ ΣΗΜΕΙΑ

- Σημεία που διαφοροποιούνται τα δύο τμήματα του ερωτηματολογίου Spielberger (παροδικό και μόνιμο άγχος)
- Χαμηλός έως μέτριος βαθμός ελέγχου άγχους
- Ερωτηματολόγια έγκυρα και αξιόπιστα ως εργαλεία μέτρησης

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η έννοια του άγχους δημιουργεί αρκετές δυσκολίες, καθώς δεν υπάρχει ένα γενικά αποδεκτό θεωρητικό υπόβαθρο από όλους και κάθε ερευνητής εισάγει δικούς του όρους για την κατανόηση του φαινομένου. Το άγχος εμφανίζεται όταν οι απαιτήσεις που τίθενται από το περιβάλλον, όπως τις αντιλαμβάνεται το άτομο, υπερβαίνουν τις δυνατότητες αντιμετώπισής τους από αυτό (Peters και συν 2017). Συχνά εκδηλώνεται με δυσάρεστες σωματικές ή ψυχικές αντιδράσεις λόγω έντασης, θυμού ή απογοήτευσης. Το άγχος συνοδεύει τον άνθρωπο από την αρχή της ζωής, προηγείται και ακολουθεί κάθε ανθρώπινη δραστηριότητα και επανέρχεται στη διάρκεια όλων των φάσεων της ανάπτυξης της προσωπικότητας (Polikandrioti & Koutsopoulou 2014).

Η υποκειμενική αντίληψη του συναισθήματος του άγχους αποδίδεται τόσο από επιστήμονες όσο και από απλούς ανθρώπους με διάφορους όρους όπως φόβος, αγωνία, απειλή και stress. Η συσχέτιση ανάμεσα σε αυτές τις έννοιες και το άγχος οδήγησε πολλούς μελετητές να ασχοληθούν με το χαρακτηρισμό, την ταύτιση, τις ομοιότητες ή τις διαφορές τους (Kurfer 2015). Η βιβλιογραφία αναλύει τις έννοιες του φόβου (Garcia 2017), της αγωνίας (Dylan 2016), της απειλής (Naghizadee και συν 2020), της σύγχυσης (Wrzus & Roberts 2017) και του stress (Lecic-Tosevski 2011), οι οποίοι αποτελούν τα κυριότερα χαρακτηριστικά του άγχους. Οι κυριότεροι παράγοντες άγχους είναι το οικογενειακό περιβάλλον, οι αποτυχίες, η οικονομική κρίση, κάποιο πρόβλημα υγείας, η εργασία, οι διαπροσωπικές σχέσεις και η κακή διατροφή (Γιαννοπούλου 2020).

Η Γενικευμένη Αγχώδης Διαταραχή (ΓΑΔ) είναι η ψυχική διαταραχή που χαρακτηρίζεται από ένα πλήθος ποικίλων οργανικών αντιδράσεων καθώς και από την ύπαρξη γενικευμένης, επίμονης και ακαθόριστης ανησυχίας, η οποία καλύπτει σχεδόν όλες τις δραστηριότητες του ατόμου (James 2017). Σύμφωνα με τους Tough και συν (2017) η διάγνωση της ΓΑΔ ορίζεται ως η ύπαρξη υπερβολικού άγχους και ανησυχίας που εμφανίζονται για περισσότερες από δύο ημέρες σε περίοδο 6 μηνών τουλάχιστον δίχως δυνατότητα ελέγχου τους. Επιπλέον σχετίζονται με τρία ή περισσότερα από τα 6 παρακάτω συμπτώματα, όπως τα περιγράφει ο Dean (2016): 1. κινητική ανησυχία 2. εύκολη κόπωση, 3. δυσκολία στη συγκέντρω-

ση ή το μυαλό αδειάζει λόγω άγχους 4. ευερεθιστότητα, 5. μυϊκή ένταση, 6. ανήσυχος μη ικανοποιητικός ύπνος. Όλα αυτά δημιουργούν μια κλινικά σημαντική δυσκολία ή αδυναμία σε κοινωνικούς, επαγγελματικούς ή άλλους σημαντικούς τομείς. Άξιο αναφοράς είναι ότι η διαταραχή δεν οφείλεται στις άμεσα φυσιολογικές επιδράσεις κάποιας ουσίας ή σε μια γενική παθολογική κατάσταση (North και συν 2016).

Η θεραπεία μπορεί να είναι φαρμακευτική και ψυχοθεραπευτική. Το πλεονέκτημα της φαρμακευτικής θεραπείας είναι ότι επιδρά γρήγορα, αλλά το μειονέκτημα είναι ότι, αν σταματήσει η θεραπεία, το άτομο υποτροπιάζει. Το πλεονέκτημα της ψυχοθεραπείας είναι ότι το άτομο υποτροπιάζει πολύ λιγότερο από ότι με τα φάρμακα, αλλά το μειονέκτημα είναι ότι αργεί να δράσει (Stein και συν 2021).

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Σκοπός της έρευνας ήταν να διαπιστώσουμε και να συγκρίνουμε κατά πόσο οι δυσχέρειες σε καθημερινό κοινωνικό-οικονομικό τομέα είναι ικανές να επηρεάσουν αρνητικά το άγχος σε πολίτες δύο διαφορετικών χωρών συγκεκριμένα της Ελλάδας και της Κύπρου. Χρησιμοποιήθηκε ποσοτική μέθοδος, και συγκεκριμένα το έγκυρο και σταθμισμένο στα Ελληνικά ερωτηματολόγιο του Spielberger (State Trait Anxiety Inventory for adults - STAI), με υψηλό δείκτη αξιοπιστίας σε παγκόσμιο επίπεδο. Αυτό αποδείχτηκε και στην παρούσα έρευνα όπου η αξιοπιστία εσωτερικής συνοχής (Cronbach's α) κυμαινόταν από 0,842 έως 0,879. Το ερωτηματολόγιο έχει χρησιμοποιηθεί στην Ελλάδα και έχει σταθμιστεί από τους Liako & Giannitsi (1984) και πιο πρόσφατα από τους Fountoulakis και συν (2006).

Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από δύο ενότητες, επί συνόλου 40 ερωτήσεων και αντιστοίχως διαβαθμισμένων απαντήσεων (τύπου Likert - 1=καθόλου, 2=σε κάποιο βαθμό, 3=μέτρια, 4=πάρα πολύ). Στην πρώτη υποκλίμακα του παροδικού άγχους - State (20 ερωτήσεων), αξιολογούνται οι καταστάσεις που περιγράφεται η ψυχολογική κατάσταση εκείνης της στιγμής, ενώ στη δεύτερη υποκλίμακα, περιγράφεται το μόνιμο άγχος - Trait (20 ερωτήσεων), περιλαμβάνονται ερωτήσεις που αφορούν την ψυχολογική κατάσταση του ατόμου γενικά. Το συ-

νολικό άγχος, αξιολογείται από το σύνολο των 40 ερωτήσεων, προσδίδοντας αθροιστικά η κάθε υποκλίμακα ξεχωριστά τελική βαθμολογία (εύρους 20 έως 80). Τελική βαθμολογία (20-39) υποδεικνύει χαμηλό άγχος, βαθμολογία (40-59) υποδεικνύει μέτριο άγχος, ενώ η βαθμολογία μεγαλύτερη του 60 υποδεικνύει τη παρουσία υψηλού άγχους (Spielberger 1972).

Το ερωτηματολόγιο περιλάμβανε ενημερωτικό φύλλο στο οποίο παρείχε οδηγίες για την συμπλήρωσή του, ενώ διευκρίνιζε θέματα εμπιστευτικότητας και εθελοντικής συμμετοχής. Τέλος, το ερωτηματολόγιο είχε ερωτήσεις που αφορούσαν δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος όπως ηλικία, φύλο, οικογενειακή κατάσταση, μόρφωση, απασχόληση, και οικογενειακό εισόδημα.

Δείγμα

Στην παρούσα έρευνα χρησιμοποιήθηκε δειγματοληψία μη πιθανότητας και συγκεκριμένα ευκολίας λόγω έλλειψης οικονομικών πόρων. Το δείγμα μας ήταν πολίτες από Ελλάδα (nE= 276) και Κύπρο (nK= 174). Συγκεκριμένα το δείγμα ήταν από δύο πόλεις της Ελλάδας (Αθήνα και Πάτρα) και της Κύπρου (Λευκωσία και Λάρνακα). Επιλέξαμε μεγάλες πόλεις έτσι ώστε να είναι εύκολα προσβάσιμες και ευελπιστώντας σε μεγαλύτερη συμμετοχή πολιτών.

Διαδικασία

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε το τελευταίο τρίμηνο του 2019. Η παρούσα έρευνα έλαβε άδεια από την Επιτροπή Βιοηθικής και Δεοντολογίας του Πανεπιστημίου Πατρών. Αφού καθορίστηκαν τα σημεία στα οποία θα διεξαγόταν η ερευνητική διαδικασία (πολυσύχναστοι δρόμοι, εμπορικά κέντρα, πλατείες), οι ερευνητές προσέγγιζαν τους πολίτες. Γινόταν ενημέρωση για τον σκοπό της έρευνας, την εμπιστευτικότητα των πληροφοριών και την εθελοντική τους συμμετοχή. Μετά την συγκατάθεση τους, συμπλήρωναν το ερωτηματολόγιο. Διευκρινιστικές ερωτήσεις δεν υπήρχαν. Ο μέσος χρόνος συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου κυμάνθηκε στα 10-15 λεπτά.

Στατιστική ανάλυση

Για την επεξεργασία και την στατιστική ανάλυση των δεδομένων της έρευνας χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πρόγραμμα SPSS 25. Ελέγχθηκε η αξιοπιστία εσωτερικής συνοχής του κάθε ερωτηματολογίου (Cronbach's alpha), ενώ εφαρμόστηκε T-test και One way ANOVA έτσι ώστε να πραγματοποιηθούν έλεγχοι υποθέσεων για τους μέσους των παραγόντων, και πιο συγκεκριμένα σε συγκρίσεις των μέσων όρων των συναισθημάτων που νιώθουν τα άτομα ως προς τις κλάσεις/γκρουπ των δημογραφικών.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Δημογραφικά χαρακτηριστικά

Η ηλικία των συμμετεχόντων κυμαινόταν από 31 έως 45 ετών (40.2% στην Ελλάδα και 37.3% στη Κύπρο), ήταν έγγαμοι (47.8% στην Ελλάδα και 55.1% στη Κύπρο), εργάζονταν στον ιδιωτικό τομέα (38% στην Ελλάδα και 40.8% στην Κύπρο) και δεν είχαν μεταπτυχιακό τίτλο σπουδών (69.9% στην Ελλάδα και 69.5% στην Κύπρο). Τέλος, το οικογενειακό τους εισόδημα κυμαινόταν από 5.000-15.000 € (56.5% στην Ελλάδα και 51.6% στην Κύπρο), ενώ το μεγαλύτερο ποσοστό στην Ελλάδα ήταν γυναίκες (58.3%) και στην Κύπρο άνδρες (52.2%).

Παραγοντική ανάλυση

Ο δείκτης αξιοπιστίας Cronbach α για το ερωτηματολόγιο συνολικά και για τις 40 ερωτήσεις, βρέθηκε ίσος με 0.919, ο οποίος θεωρείται υψηλός. Στην υποενότητα που εκτιμάται η στιγμιαία ψυχολογική κατάσταση του ατόμου, ο συντελεστής α βρέθηκε ίσος με 0.879, ενώ στην δεύτερη υποενότητα που εκτιμάται η γενική ψυχολογική κατάσταση του ατόμου ήταν 0.842.

Επιβεβαιωτική Παραγοντική Ανάλυση

Έγινε εκτίμηση των παραγόντων και στις δύο περιπτώσεις (παροδικό ή μόνιμο άγχος) με την μέθοδο των κυρίων συνιστωσών (PCA), ενώ παράλληλα πραγματοποιήθηκε ορθογώνια περιστροφή των αξόνων στο σύνολο των μεταβλητών, σύμφωνα με την οποία ελαχιστοποιείται το πλήθος των μεταβλητών που έχουν υψηλές επιβαρύνσεις για κάθε παράγοντα, έτσι ώστε να έχουμε καλύτερη ερμηνεία των παραγόντων.

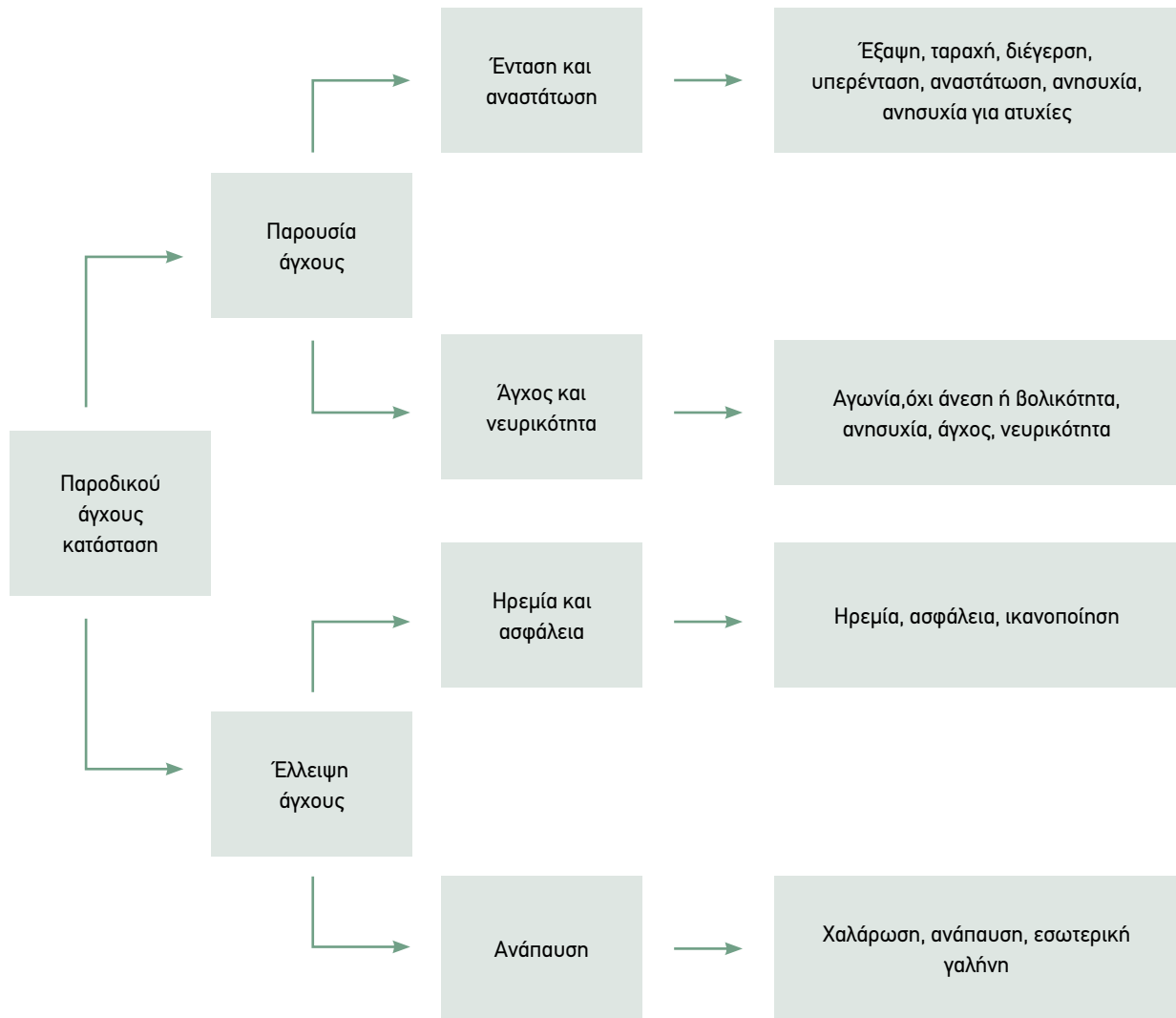
α) State Anxiety Inventory

Χρησιμοποιήθηκε ο δείκτης KMO (0,884) που δείχνει ότι το δείγμα είναι επαρκές για να εφαρμοστεί παραγοντική ανάλυση. Παράλληλα, για να επιβεβαιώσουμε την σημαντικότητα των συσχετίσεων των δεδομένων μας, υπολογίστηκε η μέτρηση Bartlett's Test of Sphericity ($\chi^2=2671.41$, $df=153$, $p<0.05$), η οποία έδειξε ότι υπάρχει στατιστική σημαντικότητα.

Τέλος από την παραγοντική ανάλυση του ερωτηματολογίου, με ορθογώνια περιστροφή των αξόνων Equamax, βρέθηκαν ότι υπάρχουν 4 παράγοντες, οι οποίοι ερμηνεύουν το 55% της συνολικής διακύμανσης. Από αυτούς τους παράγοντες οι δύο σχετίζονται με την παρουσία παροδικού άγχους, ενώ οι άλλοι δύο με την απουσία παροδικού άγχους και άρα την παρουσία θετικών συναισθημάτων.

Στο διάγραμμα 1 που ακολουθεί παρουσιάζονται συγκεκριμένα οι παράγοντες που βρέθηκαν με την ερμηνεία τους.

Διάγραμμα 1.



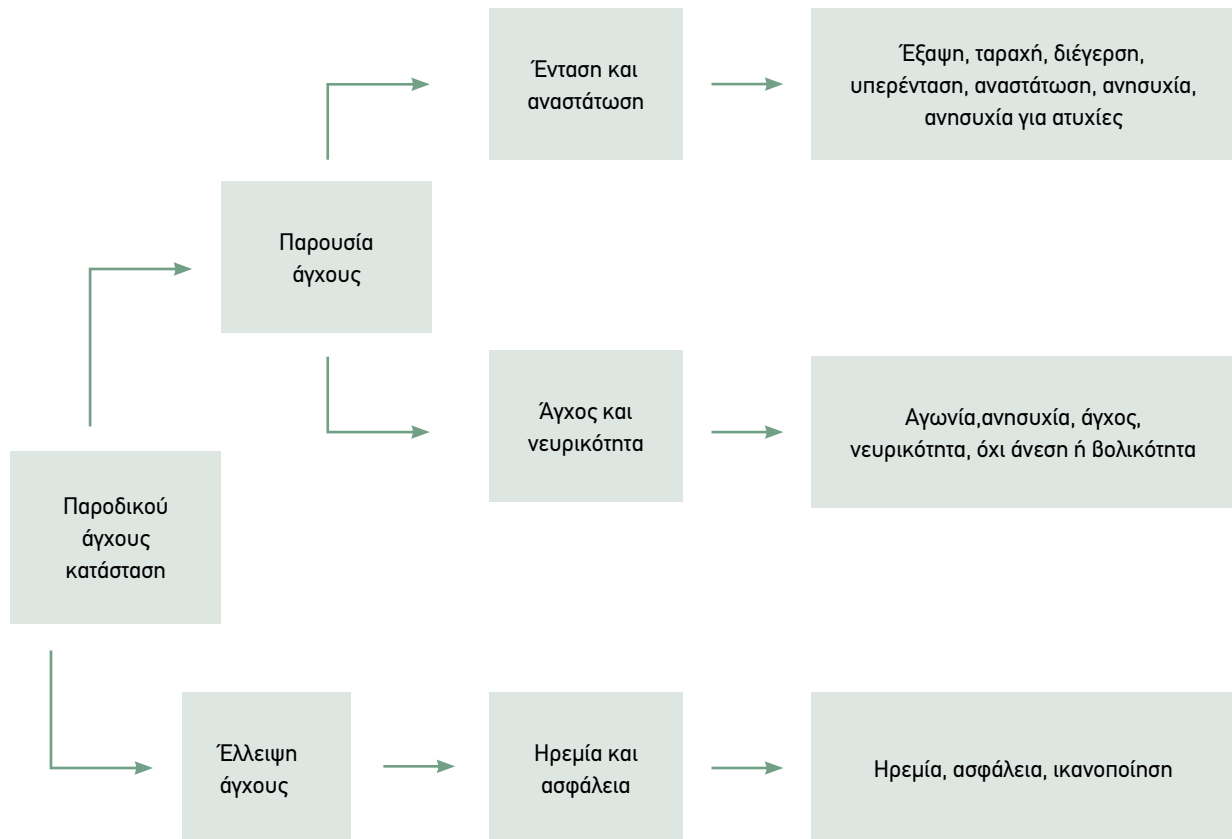
β) Trait Anxiety Inventory

Όσον αφορά την κατάσταση μόνιμου άγχους το δείγμα κρίνεται κατάλληλο για παραγοντική ανάλυση δεδομένου ότι ο δείκτης KMO είναι ίσος με 0.874, ενώ ταυτόχρονα η μέτρηση Bartlett Test of Sphericity ($\chi^2=2018.33$, $df=120$, $p<0.05$), δείχνει στατιστική σημαντικότητα.

Από την παραγοντική ανάλυση της εξεταζόμενης υποκλίμακας του ερωτηματολογίου, με ορθογώνια περιστροφή των αξόνων Varimax, βρέθηκαν ότι υπάρχουν 3

παράγοντες, οι οποίοι ερμηνεύουν το 48.421% της συνολικής διακύμανσης. Από αυτούς τους παράγοντες οι δύο σχετίζονται με την παρουσία άγχους γενικά στη ζωή του ατόμου, ενώ ο άλλος με την απουσία άγχους και την παρουσία θετικών συναισθημάτων.

Στο διάγραμμα 2 που ακολουθεί παρουσιάζονται συγκεντρωτικά οι παράγοντες που βρέθηκαν, από αυτή την υποκλίμακα, με την ερμηνεία τους.

Διάγραμμα 2.


T-Tests & ANOVA

Πίνακας 1: Μέσοι όροι και τιμή t των παραγόντων παροδικής ανάπαυσης και γενικευμένου αισθήματος ανασφάλειας & ταραχής, ανά φύλο

	Φύλο		t (df=448)
	Άνδρες	Γυναίκες	
	M.O.	M.O.	
Ανάπαυση (State)	2,48	2,34	1,95*
Ανασφάλεια & Ταραχή (Trait)	2,57	2,40	2,67**

Σημείωση: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$

Σε ό,τι αφορά το φύλο, διαπιστώθηκε ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά των συναισθημάτων παροδικής ανάπαυσης ($p < 0.05$) και της γενικευμένης ανασφάλειας και ταραχής των πολιτών ($p < 0.01$) ανάμεσα στα δύο

φύλα. Συγκεκριμένα, παρατηρήθηκε ότι κατά μέσο όρο οι γυναίκες βιώνουν και τα δύο αυτά συναισθήματα σε μικρότερο βαθμό σε σχέση με τους άντρες.

Πίνακας 2: Μέσοι όροι και τιμή t των παραγόντων παροδικής ανάπαυσης, παροδικής ασφάλειας & ηρεμίας και γενικευμένου αισθήματος ανασφάλειας & ταραχής, ανά χώρα

	Χώρα		t (df=448)
	Ελλάδα	Κύπρος	
	M.O.	M.O.	
Ανάπαυση (State)	2,33	2,52	-3,006**
Ανασφάλεια & Ταραχή (Trait)	2,39	2,60	-2,637**
Ασφάλεια * Ηρεμία (State)	2,36	2,57	-3,296**

Σημείωση: ** $p < 0,01$

Σε ό,τι αφορά την χώρα από την οποία προέρχονται οι πολίτες, διαπιστώθηκε ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά των συναισθημάτων παροδικής ανάπαυσης ($p < 0.01$), παροδικής ασφάλειας και ηρεμίας ($p < 0.01$) και της γενικευμένης ανασφάλειας και ταραχής των πολιτών

($p < 0.01$), ανάμεσα στις δύο χώρες. Συγκεκριμένα, παρατηρήθηκε ότι κατά μέσο όρο οι Έλληνες βιώνουν και τα τρία αυτά συναισθήματα σε μικρότερο βαθμό σε σχέση με τους Κύπριους.

Πίνακας 3: Μέσοι όροι και τιμή t των παραγόντων παροδικής έντασης & αναστάτωσης και γενικευμένου Συναισθηματικού & Γνωστικού Άγχους, ανάλογα με την ύπαρξη παιδιών

	Παιδιά		t (df=448)
	Ναι	Όχι	
	M.O.	M.O.	
Ένταση & Ανασάτωση (State)	2,45	2,29	2,375**
Συναισθηματικό & Γνωστικό Άγχος (Trait)	2,44	2,30	2,169*

Σημείωση: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$

Σε ό,τι αφορά το αν κάποιος έχει παιδιά, διαπιστώθηκε ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά των συναισθημάτων παροδικής έντασης και αναστάτωσης ($p < 0.01$) και του γενικευμένου συναισθηματικού και γνωστικού

άγχους ($p < 0.05$). Συγκεκριμένα, παρατηρήθηκε ότι κατά μέσο όρο όσοι έχουν παιδιά βιώνουν και τα δύο αυτά συναισθήματα σε μεγαλύτερο βαθμό σε σχέση με όσους δεν έχουν.

Πίνακας 4: Μέσοι όροι και τιμή t των παραγόντων παροδικής έντασης & αναστάτωσης και της παροδικής ασφάλειας & ηρεμίας, ανάλογα με την οικογενειακή κατάσταση

	Οικογενειακή Κατάσταση		t (df=415)
	Άγαμοι	Έγγαμοι	
	M.O.	M.O.	
Ένταση & Ανασάτωση (State)	2,28	2,45	-2,410*
Ασφάλεια & Ηρεμία (State)	2,53	2,36	2,444*

Σημείωση: * $p < 0,05$

Αναφορικά με την οικογενειακή κατάσταση, διαπιστώθηκε ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά των συναισθημάτων παροδικής έντασης και αναστάτωσης ($p < 0.05$) και της παροδικής ασφάλειας και ηρεμίας ($p < 0.05$). Συγκεκριμένα, παρατηρήθηκε ότι κατά μέσο

όρο οι έγγαμοι βιώνουν πιο έντονα συναισθήματα παροδικής έντασης και αναστάτωσης σε σχέση με τους άγαμους, ενώ οι άγαμοι βιώνουν πιο έντονα συναισθήματα παροδικής ασφάλειας και ηρεμίας σε σχέση με τους έγγαμους.

Πίνακας 5: Μέσοι όροι και ANOVA των παραγόντων παροδικής Έντασης & Αναστάτωσης και του παροδικού αισθήματος άγχους & νευρικότητας, ανά επίπεδο εκπαίδευσης

	Εκπαίδευση			F-Test
	Απόφοιτος Γυμνασίου	Απόφοιτος Λυκείου	Απόφοιτος ΑΕΙ	
	M.O.	M.O.	M.O.	
Ένταση & Αναστάτωση (State)	2,70	2,32	2,35	5,707**
Άγχος & Νευρικότητα (State)	2,85	2,45	2,50	6,911**

Σημείωση: ** $p < 0,01$

Διαπιστώθηκε ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά των συναισθημάτων παροδικής έντασης, αναστάτωσης, άγχος και νευρικότητας των συμμετεχόντων ανάμεσα στις τρεις κατηγορίες εκπαιδευτικού επιπέδου

($p < 0,01$). Συγκεκριμένα, οι απόφοιτοι γυμνασίου τείνουν να νιώθουν περισσότερη παροδική ένταση, αναστάτωση, άγχος και νευρικότητα σε σχέση με τους απόφοιτους λυκείου και τους απόφοιτους ΑΕΙ.

Πίνακας 6: Μέσοι όροι και ANOVA των παραγόντων παροδικής Έντασης & Αναστάτωσης και γενικευμένου συναισθηματικού & γνωστικού άγχους, ανάλογα με το επίπεδο οικογενειακού εισοδήματος

	Οικογενειακό Εισόδημα					F-Test
	< 5.000	5.001-10.000	10.001-20.000	20.001-40.000	40.000	
	M.O.	M.O.	M.O.	M.O.	M.O.	
Ένταση & Αναστάτωση (State)	2,50	2,38	2,22	2,34	1,96	4,008**
Συναισθηματικό & Γνωστικό Άγχος (Trait)	2,49	2,35	2,24	2,37	1,97	3,637**

Σημείωση: ** $p < 0,01$

Οι διαφορές στους μέσους όρους τόσο στην περίπτωση των συναισθημάτων παροδικής έντασης και αναστάτωσης όσο και στα συναισθήματα γενικευμένου συναισθηματικού και γνωστικού άγχους εντοπίζονται ανάμεσα στα άτομα με οικογενειακό εισόδημα μικρότερο των 5.000€ και τα άτομα με οικογενειακό εισόδημα 10.001-20.000€ και >40.000€ ($p < 0,01$). Δηλαδή τα άτομα με μικρότερο εισόδημα βιώνουν πιο έντονα συναισθήματα παροδικής έντασης και αναστάτωσης αλλά και γενικευμένου συναισθηματικού και γνωστικού άγχους σε σχέση με τις κατηγορίες ατόμων με οικογενειακό εισόδημα μεγαλύτερο των 40.000€ ή στο εύρος τιμών 10.001€-20.000€.

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Η έρευνα διαπίστωσε ότι οι έγγαμοι είχαν μεγαλύτερο σκορ αναφορικά με τον δείκτη αυτών των ψυχολογικών αρνητικών συναισθημάτων συγκριτικά με τους άγαμους. Αντίστοιχα συμπεράσματα έγραψε ο Kurfer (2015) και επεσήμαναν ότι η φροντίδα της οικογένειας συνιστά φορτίο για τον έγγαμο γονέα.

Επιπλέον, το μηνιαίο εισόδημα επηρέασε τους δείκτες του συναισθηματικού και γνωστικού άγχους, της κατάθλιψης και της απελπισίας στους εργαζομένους. Οι

δείκτες ήταν ιδιαίτερα αυξημένοι στους εργαζόμενους με χαμηλότερο εισόδημα κάτω από 5000 δηλαδή μέχρι 450 ευρώ το μήνα. Η εργασιακή ανασφάλεια και ιδιαίτερα, οι περιορισμένες οικονομικές απολαβές έχουν συσχετιστεί με την εκδήλωση ψυχιατρικών διαταραχών στο εργατικό δυναμικό στη διεθνή βιβλιογραφία και κυρίως όσον αφορά τις χώρες του δυτικού κόσμου (László και συν 2010, Yiengprugsawan και συν 2015).

Ένα άλλο σημαντικό στοιχείο που δεν πρέπει να παραλειφθεί έχει να κάνει με το εκπαιδευτικό επίπεδο. Το εκπαιδευτικό επίπεδο αποτελούσε ανέκαθεν σημαντικό παράγοντα διακύμανσης της έντασης και του άγχους όπως και αυτών της έντασης και της νευρικότητας. Τα εν λόγω ευρήματα αντιστοιχούν και σε άλλες μελέτες που πραγματοποιήθηκαν στην Ελλάδα και το εξωτερικό. Αιτία αυτή της σχέσης αναδεικνύεται η έλλειψη των προσόντων των εν λόγω ατόμων να ανταποκριθούν επαρκώς τόσο στον επαγγελματικό όσο και στον οικογενειακό στίβο (Chen και συν 2012, Economidou και συν 2013).

Αξίζει να αναφερθεί ότι η επίδραση του φύλου φάνηκε ότι ήταν σημαντική στην ψυχολογική διάθεση των ανθρώπων. Δηλαδή, οι γυναίκες παρουσίασαν χαμηλότερα επίπεδα ανάπαυσης και άγχους σε σύγκριση με τους άνδρες. Ο Knorr (2016) αναφέρει ότι οι άνεργοι και

έγγαμοι άνδρες είναι περισσότερο επιρρεπείς στην εκδήλωση του άγχους. Μάλιστα, οι Hauksdottir και συν (2013) εκτίμησαν υψηλά επίπεδα άγχους ιδιαίτερα μεταξύ των ανδρών ανεξαρτήτως εργασιακής κατάστασης μετά την οικονομική κατάρρευση στην Ισλανδία.

Ένα άλλο ενδιαφέρον στοιχείο που ερμηνεύει το γεγονός ότι οι άνδρες βιώνουν σε υψηλότερο ποσοστό άγχος είναι η αύξηση της ανεργίας πρωτίτως στους άνδρες. Είναι αλήθεια ότι ψυχολογικό κόστος και το επακόλουθο στίγμα αυξάνονται, όταν η ανεργία και η οικονομική ανασφάλεια λαμβάνουν προεκτάσεις κοινής παραμέτρου για το μεγαλύτερο μέρος του πληθυσμού (Drydakis 2015)

Περιορισμοί της μελέτης

Ο πρώτος περιορισμός της παρούσας έρευνας ήταν ο μικρός αριθμός του δείγματος. Αν και η έρευνα παρείχε σημαντικές και χρήσιμες πληροφορίες, κρίνεται αναγκαίο στο μέλλον η επίτευξη παρόμοιας έρευνας με μεγαλύτερο δείγμα. Η έλλειψη οικονομικών πόρων καθώς και η δυσκολία στο να βρεθούν άτομα πρόθυμα να συμπληρώσουν τα ερωτηματολόγια ανάγκασε τους ερευνητές να περιορίσουν το δείγμα σε μικρότερο αριθμό.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Από την παρούσα έρευνα προέκυψε ότι οι πληθυσμοί και των δύο χώρων βίωσαν μεγάλη ψυχολογική κατάπτωση από τις πρωτόγνωρες συνθήκες οικονομικής

ανασφάλειας που βίωσαν. Συγκεκριμένα, παρατηρήθηκε ότι κατά μέσο όρο οι Έλληνες βιώνουν λιγότερο έντονα αισθήματα όπως ανάπαυσης, ασφάλειας και ηρεμίας, δεδομένου ότι η χώρα τους βρέθηκε αντιμέτωπη πολύ μεγαλύτερο χρονικό διάστημα με τέτοιες συνθήκες από ότι οι Κύπριοι μέχρι και σήμερα. Καθώς η οικονομική ύφεση συνεχίζεται και το ποσοστό της φτώχειας αυξάνεται, το κοινωνικοοικονομικό χάσμα διευρύνεται μεταξύ των πολιτών στις σύγχρονες κοινωνίες με αποτέλεσμα τη ραγδαία αύξηση του επιπολασμού των κοινών ψυχικών διαταραχών.

Ορισμένες ομάδες του πληθυσμού, παραδείγματος χάριν οι γυναίκες, οι έγγαμοι με παιδιά και οι ανεκπαίδευτοι, είναι ιδιαίτερα ευάλωτοι. Στόχος, λοιπόν, των εθνικών κυβερνήσεων θα πρέπει να είναι η κοινωνική ενσωμάτωση των ευάλωτων ανθρώπων και η κοινωνική συνοχή (Martin και συν 2016). Συνεπώς, η ικανότητα μιας κοινότητας μέσα από τις στοχευμένες προσπάθειες των εκάστοτε υπευθύνων που την διοικούν είναι να κατορθώσει μέσα από ένα συνδυασμό προσωπικών και συλλογικών προσπαθειών των κατοίκων της να ανταποκριθεί αποτελεσματικά σε όλων των ειδών τις ενδεχόμενες αρνητικές αλλαγές που θα προκύψουν. Αυτό οδηγεί ομάδες κατοίκων της κοινότητας που πιθανόν να είχαν περιορισθεί να έχουν ενεργό ρόλο σε αυτήν και να επηρεάζουν την μελλοντική πορεία της (Lahad και συν 2016).

BIBΛIOΓPAΦIA

- Chen L., Li W., He J., Wu L., Yan Z. & Tang W. (2012). Mental health, duration of unemployment, and coping strategy: a cross-sectional study of unemployed migrant workers in eastern China during the economic crisis. *BMC Public Health*. doi:10.1186/1471-2458-12-597.
- Dean E. (2016). *Anxiety*. *Nurs Stand*. 13;30(46):15. doi: 10.7748/ns.30.46.15.s17.
- Drydak N. (2015). The effect of unemployment on self-reported health and mental health in Greece from 2008 to 2013: A longitudinal study before and during the financial crisis. *Social Science & Medicine*, 128, 43-51. DOI: 10.1016/j.socscimed.2014.12.025.
- Dylan E. (2016). *Εισαγωγικό λεξικό της Λακανικής Ψυχάλυσης*, Εκδόσεις Routledge.
- Economou M., Madianos M., Peppou E., Thelertis C., Patelakis A. & Stefanis C. (2013). Suicidal ideation and reported suicide attempts in Greece during the economic crisis. *World Psychiatry*. 12(1), 53-59. doi: 10.1002/wps.20016.
- Fountoulakis KN., Papadopoulou M., Kleanthous S., Papadopoulou A., Bizeli B., Nimatoudis I., Iacovides A. & Kaprinis GS. (2006). Reliability and psychometric properties of the Greek translation of the state-trait anxiety inventory form Y: preliminary data. *Annals of General Psychiatry*, 5(2). doi: 10.1186/1744-859X-5-2.
- Garcia R. (2017). "Neurobiology of fear and specific phobias". *Learn Mem*. 24 (9):462-471 doi:10.1101/lm.044115.116. PMC 5580526. PMID 28814472.
- Giannopoulou I. (2020). The Ten Steps to Better Behavior as a Tool for Preventing Mental Health Problems. *Brain*, 57, 37-43.
- Hauksdóttir A., McClure C., Jonsson S., Ólafsson O. & Valdimarsdóttir U. (2013). Increased stress among women following an economic collapse--a prospective cohort study. *Am J Epidemiol*, May 1;177 (9):979-88. doi: 10.1093/aje/kws347.
- James J. (2017). Update on the Society for Disaster Medicine and Public Health. *Disaster Med Public Health Prep*.11(3):278. doi: 10.1017/dmp.2017.87.
- Knopp K. (2016). Exploring the relationship of emotional intelligence with mental health status in polish unemployed persons - differences between men and women. *Polish Psychological Bulletin*, 47(4), 436-444. DOI:10.1515/ppb-2016-0051.
- Kupfer DJ. (2015). Anxiety and DSM-5. *Dialogues Clin Neurosci*, Sep;17(3):245-6. doi: 10.31887/DCNS.2015.17.3/dkupfer.
- László KD., Pikhart H., Kopp MS., Bobak M., Pajak A. & Malyutina S. (2010). Job insecurity and health: A study of 16 European countries. *Social Science Medicine*, 70(6- 3), 867-874. doi: 10.1016/j.socscimed.2009.11.022.
- Lahad M., Cohen R., Fanaras S. Leykin D. & Apostolopoulou P. (2016). Resiliency and Adjustment in Times of Crisis, the Case of the Greek Economic Crisis from a Psychosocial and Community Perspective. *Social Indicators Research*. doi: 10.1007/s11205-016- 1472-5.
- Lecic-Tosevski D., Vukovic J. & Stepanovic J. (2011). "Stress and personality". *Psychiatriki*; 22(4):290-7. PMID: 22271841.
- Liakos A. & Giannitsi S. (1984). Reliability and validity of the modified Greek scale of Spielberger. *Brain* 21: 71-76.
- Martin-Carrasco M., Evans-Lacko S., Dom G., Christodoulou N., Samochowiec J. & González-Fraile E. (2016). EPA guidance on mental health and economic crises in Europe. *European Archives Psychiatry Clinical Neuroscience*, 266(2), 89-124. DOI: 10.1007/s00406-016-0681-x.
- Naghiaee M., Bahmani B. & Asgari A. (2020). The Psychometric Properties of the Meaning in Life Questionnaire (MLQ) in Patients with Life-Threatening Illnesses. *The Scientific World Journal*, Volume 2020, 1-8. doi.org/10.1155/2020/8361602.
- North CS., Surís AM., Smith RP. & King RV. (2016). The evolution of PTSD criteria across editions of DSM. *Ann Clin Psychiatry*.;28(3):197-208. PMID: 27490836.
- Peters A., McEwen B. & Friston K. (2017). Uncertainty and stress: *Why it causes diseases and how it is mastered by the brain*. *Prog Neurobiol.*, Sep; 156:164-188. doi: 10.1016/j.pneurobio.
- Polykandrioti M. & Koutsopoulou V. (2014). Anxiety in non-psychiatric patients. *BIMA TOU ASKLIPIOU*, (13) 1,62-64.
- Stein DJ., Kazdin AE., Ruscio AM., Chiu WT., Sampson NA., Ziobrowski HN., Aguilar-Gaxiola S., Al-Hamzawi A., Alonso J., Altwajiri Y., Bruffaerts R., Bunting B., de Girolamo G., de Jonge P., Degenhardt L., Gureje O., Haro JM., Harris MG., Karam A., Karam EG., Kovess-Masfety V., Lee S., Medina-Mora ME., Moskalewicz J., Navarro-Mateu F., Nishi D., Posada-Villa J., Scott KM., Viana MC., Vigo DV., Xavier M. & Kessler RC. (2021). Perceived helpfulness of treatment for generalized anxiety disorder: a World Mental Health Surveys report. *BMC Psychiatry*. 2021 Aug 9;21(1):392. doi: 10.1186/s12888-021-03363-3.
- Tough H., Siegrist J. & Fekete C. (2017). Social relationships, mental health and wellbeing in physical disability: a systematic review *BMC Public Health*.8;17(1):414. doi: 10.1186/s12889-017-4308-6.
- Spielberger CD. (1972). Anxiety as an emotional state. In C.D Spielberger (Ed) *Anxiety: Current trends in theory and research*, Vol.1,pp 23-49, New York Academic Press. http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-657401-2.50009-5.
- Wang JL., Smailes E., Sareen J., Fick GH., Schmitz N. & Patten SB. (2010). The prevalence of mental disorders in the working population over the period of global economic crisis. *The Canadian Child and Adolescent Psychiatry Review*, 55(9), 598-605. DOI: 10.1177/070674371005500908.
- Wrzus C. & Roberts BW. (2017). *Processes of Personality Development in Adulthood: The TESSERA Framework*. *Pers Soc Psychol Rev.*;21(3):253-277. doi: 10.1177/1088868316652279.
- Yiengprugsawan V., Lazzarino AL., Steptoe A., Seubsman S. & Sleight AC. (2015). Psychosocial job characteristics, wealth, and culture: differential effects on mental health in the UK and Thailand. *Globalization and Health*, 11(31). doi: 10.1186/s12992-015-0116-x.

Comparative study measuring anxiety in citizens between Greece and Cyprus

Nikolaos Bakalis¹, Ilias Molos², Izaoura Papa³, Christiana Papakyriakou³, Anastasios Genalis⁴

1. Associate Professor, Department of Nursing, University of Patras

2. Doctoral candidate, Department of Nursing, University of Patras, MSc Nurse Manager, Cardiology Department, Asklepieio Voula General Hospital

3. Nurse, Department of Nursing, University of Patras

4. Assistant Professor, Department of Nursing, University of Patras

ABSTRACT

Introduction: Stress is a normal reaction of the body to daily stressful events that usually leads to Generalized Anxiety Disorder (GAD). Although Greece and Cyprus dispose common cultural elements, there are economic and social differences that affect the daily lives of citizens.

Aims: To identify and compare the stress levels in citizens of Greece and Cyprus in order to evaluate whether and to what extent these levels are influenced by the daily socio-economic circumstances of each country.

Methodology: The Spielberger State Trait Anxiety Inventory (STAI) was used which has been used and evaluated in Greek language. The questionnaire composed of 40 statements, which measure the emotional state of the participant at the time of filling in the questionnaire-state anxiety (20 statements), as well as the emotional state of the person in general-trait anxiety (20 statements). The sample (n = 450) were citizens from Greece (nG = 276) and Cyprus (nC = 174). The statistical package SPSS 25 was used to analyze the data with a level of statistical significance $p < 0.05$.

Results: In Greece and Cyprus, citizens have moderate state anxiety (score 50 and 42 respectively). Regarding trait anxiety, Greek citizens had a moderate level (score 46), while Cypriots had a low level (score 36). It is worth noting that women experience both of these emotions to a lesser extent than men ($p < 0.05$), Greeks experience permanent stress to a greater level than Cypriots ($p < 0.05$), while married people experience more state anxiety compared to single ($p < 0.05$).

Conclusions: The present research found that citizens in both countries experienced a psychological depression mood. In particular, it was observed that Greeks experience less intense feelings such as rest, security and calm due to the fact that Greece was faced with such conditions for much longer time than Cypriot's citizens.

Key words: Anxiety, Greece, Cyprus, citizens

Corresponding author: Nikolaos Bakalis
e-mail: nikosbakalis@upatras.gr

Date of submission: 17/02/2022
Publication date: March 2022

Citation: Bakalis N., Molos I., Papa I., Papakyriakou C. & Genalis A. (2022). Comparative study measuring anxiety in citizens between Greece and Cyprus. *Hellenic Journal of Nursing Science* 15(1): 5-14, doi: <https://doi.org/10.24283/hjns.202211>