

Index duchovního sebehodnocení (pro seniory)

Zdroj: Stranahan, S. (2008). Spiritual self-assessment index for older adults. *Journal of Religion and Health* 47:491-503.

Prosím označte míru svého souhlasu u každého z následujících tvrzení

- naprosto nesouhlasím (1)
- nesouhlasím (2)
- nejsem si jistý (3)
- souhlasím (4)
- naprosto souhlasím (5)

1. *Mám svůj vnitřní zdroj síly a pohody*
2. *Když přemýšlím o budoucnosti, nemám obavy*.....
3. *I když čelím těžkostem, nedám se jimi srazit na kolena*.....
4. *Životní zkoušky mě spíše posilují*.....
5. *Mám někoho, na něhož se můžu obrátit, když mám problémy*.....
6. *Můj vztah k Bohu mi pomáhá čelit životním výzvám*.....
7. *Být s druhými je pro mě hodnotné*.....
8. *Bůh je součástí všech oblastí mého života*.....
9. *Pomáhat druhým mi přináší velkou radost*.....
10. *Jsem usmířená s každým v mém životě*.....
11. *Jsou ještě nějaké věci, které bych chtěl v životě stihnout*.....
12. *Každý den se mám na co těšit*.....
13. *Celkem vzato, jsem spokojen s tím, jak jsem prožil život*.....
14. *Obvykle jsem vytrvalý navzdory překážkám*.....
15. *Věnuji čas obdivu krásy v umění, přírodě, hudbě atd.*.....
16. *Má víra je mi oporou*.....
17. *Osobní modlitba je důležitou součástí mého života*.....
18. *Četba posvátných textů je pro mě významná*.....
19. *Náboženskou praxi pokládám za důležitou (svátosti, poutě atd.)*.....
20. *Cítím se posilněn, když se účastním bohoslužeb*.....

Součet:

- Otázky 1-5 celkový součet pro *oblast vnitřní síly naděje a zvládnání*
- Otázky 6-10 *oblast transcendence*
- 11-15 *oblast smyslu a účelu*
- 16-20 *oblast náboženská praxe*

V každé doméně je průměr 15 bodů.

Pod 15 bodů indikují spirituální distres. Čím nižší skóre, tím riziko větší.