

## SWBS – Polish 20-Item Version

W odniesieniu do każdego z podanych niżej stwierdzeń proszę, w oparciu o własne doświadczenie, określić w jakim stopniu zgadza się Pan(i) lub nie zgadza z każdym z nich.

<b>1</b> = Zdecydowanie nie zgadzam się	<b>4</b> = Raczej zgadzam się
<b>2</b> = Nie zgadzam się	<b>5</b> = Zgadzam się
<b>3</b> = Raczej nie zgadzam się	<b>6</b> = Zdecydowanie zgadzam się

1. Osobista modlitwa do Boga nie daje mi wiele satysfakcji.	1	2	3	4	5	6
2. Nie wiem kim jestem, skąd przybyłem, ani dokąd zmierzam.	1	2	3	4	5	6
3. Wierzę, że Bóg mnie kocha i troszczy się o mnie.	1	2	3	4	5	6
4. Życie jest dla mnie pozytywnym doświadczeniem.	1	2	3	4	5	6
5. Uważam, że Bóg jest bezosobowy i nie interesuje się moimi codziennymi sprawami.	1	2	3	4	5	6
6. Moja przyszłość sprawia wrażenie niepewnej.	1	2	3	4	5	6
7. Mam osobistą, głęboką relację z Bogiem.	1	2	3	4	5	6
8. Czuję się spełniony i zadowolony z życia.	1	2	3	4	5	6
9. Bóg nie jest dla mnie znaczącym źródłem osobistej siły i wsparcia.	1	2	3	4	5	6
10. Odczuwam zadowolenie, gdy myślę o kierunku, w jakim podąża moje życie.	1	2	3	4	5	6
11. Wierzę, że Bóg interesuje się moimi problemami.	1	2	3	4	5	6
12. Niewiele w życiu mnie cieszy.	1	2	3	4	5	6
13. Nie odczuwam osobistej satysfakcji z mojej relacji z Bogiem.	1	2	3	4	5	6
14. Jestem spokojny o moją przyszłość.	1	2	3	4	5	6
15. Dzięki mojej relacji z Bogiem nie czuję się osamotniony.	1	2	3	4	5	6
16. Czuję, że życie jest pełne konfliktów i nieszczęść.	1	2	3	4	5	6
17. Czuję się bardzo spełniony, gdy jestem w bliskiej komunii z Bogiem.	1	2	3	4	5	6
18. Życie nie ma większego znaczenia.	1	2	3	4	5	6
19. Moja relacja z Bogiem pomaga mi osiągnąć dobre samopoczucie.	1	2	3	4	5	6
20. Uważam, że moje życie naprawdę ma jakiś cel.	1	2	3	4	5	6

Note: Spiritual Well-Being Scale © 1982 C. W. Ellison & R. F. Paloutzian. Translation into Polish courtesy of Beata Zarzycka. © 2024 R. F. Paloutzian. All rights reserved. The SWBS is available gratis and may be used at no cost for research, teaching, clinical practice, public speaking or other scholarship, so long as (a) standard proper citations and credits are given in any publication or presentation of work done with the SWBS, and (b) this copyright byline (as appropriate to the language of the SWBS in use) appears at the bottom of all copies of the scale, whether paper, electronic, print, slides for visual presentation, or other. Download PDFs at <https://westmont.edu/psychology/raymond-paloutzian-spiritual-wellbeing-scale>