

Appendix 3

Short version of the SRIS in the Slovak language (full version is available online)

Inštrukcia: Prečítajte si prosím nasledujúce vyjadrenia a označte odpoveď, ktorá vyjadruje mieru Vášho súhlasu alebo nesúhlasu s každým z tvrdení. Snažte sa byť presní, ale pracujte pomerne rýchlo. Netrávte priveľa času nad žiadnym z vyjadrení. Neexistujú žiadne „nesprávne“ alebo „správne“ odpovede – iba váš osobný pohľad. Nezabudnite odpovedať na každú otázku – označte len jednu odpoveď pri každom tvrdení.

Škála: 6-bodová škála súhlasu, pričom: 1) rozhodne nesúhlasím; 2) nesúhlasím; 3) mierne nesúhlasím; 4) mierne súhlasím; 5) súhlasím; 6) rozhodne súhlasím

Položky (R – reverzné skórovanie; I – vhlád/„Insight“; SR – sebareflexia/„Self-reflection“):

Často som zmätený/á v tom, čo skutočne cítim. (I; R)

Je pre mňa dôležité zhodnotiť veci, ktoré robím. (SR)

Veľmi ma zaujíma skúmanie toho, o čom premýšľam. (SR)

Často si uvedomujem, že mám nejaký pocit, ale neviem celkom presne, čo to je. (I; R)

Často skúmam moje pocity. (SR)

Moje správanie ma často mätie. (I; R)

Je pre mňa dôležité snažiť sa pochopiť, čo moje pocity znamenajú. (SR)

Premýšľanie o mojich myšlienkach ma viac mätie. (I; R)

Častokrát si nájdem čas na uvažovanie o mojich myšlienkach. (SR)

Často je pre mňa náročné vyznať sa v tom, čo cítim. (I; R)

Často premýšľam o tom, ako sa cítim. (SR)

Zvyčajne viem, prečo sa cítim tak, ako sa cítim. (I)