

ESCALA HUMANIZAR BREVE (EH-b)

Este cuestionario es anónimo y confidencial, sólo le tomará unos minutos, no hay respuestas correctas o incorrectas, el objetivo es valorar el sentido que puede tener para Ud. el sufrimiento. A continuación encontrará afirmaciones en las que deberá puntuar del 1 al 5 dependiendo de su grado de acuerdo y teniendo en cuenta la clave:

1 = Totalmente en desacuerdo	2 = En desacuerdo	3 = Indiferente	4 = De acuerdo	5 = Totalmente de acuerdo
------------------------------	-------------------	-----------------	----------------	---------------------------

Marque con una X según su nivel de acuerdo...	1	2	3	4	5
1. Sufrir puede ser algo trascendental puede llevar a una vida nueva	1	2	3	4	5
2. El ser humano debe pagar por sus actos irresponsables, por eso sufre	1	2	3	4	5
3. El sufrimiento es consecuencia de las acciones malas que se han cometido en la vida	1	2	3	4	5
4. El sufrimiento es necesario para aprender	1	2	3	4	5
5. El sufrimiento es un obstáculo a vencer y así lograr la paz interior	1	2	3	4	5
6. El origen del sufrimiento es el deseo, el egoísmo	1	2	3	4	5
7. El sufrimiento es una señal de que uno debería cambiar algo	1	2	3	4	5
8. El sufrimiento está íntimamente ligado al amor	1	2	3	4	5
9. El sufrimiento llega debido a la oposición o alejamiento de lo Divino	1	2	3	4	5
10. El sufrimiento se debe a la no aceptación del dolor, a la lucha interna	1	2	3	4	5
11. La experiencia de sufrimiento sirve para cambiar la manera de ver la vida	1	2	3	4	5
12. Lo provocan los ancestros que ofendidos por los delitos cometidos o faltas morales	1	2	3	4	5
13. El sufrimiento es una fuente de energía para buscar lo que te falta	1	2	3	4	5
14. Ya que existe una cantidad de sufrimiento, si yo cojo mi parte al resto le queda menos	1	2	3	4	5

Puntuación obtenida:

Sentido del sufrimiento como Cambio: ítems 1, 4, 5, 7, 8, 10, 11, 13. Cuanto mayor es la suma de las puntuaciones obtenida en estos ítems, más sentido o utilidad se le otorga al sufrimiento como palanca o motor de cambio positivo. Puede ser como experiencia de trascendencia o como energía necesaria que moviliza una búsqueda personal y que lleve a un crecimiento interior o a una vida nueva.

Sentido del sufrimiento como Carga: ítems 2, 3, 6, 9, 12, 14. Cuanto mayor es la suma de las puntuaciones obtenida en estos ítems más sentido se le dota a sobrellevar la carga que supone el sufrimiento. La utilidad estaría en la aceptación de la carga como sacrificio o esfuerzo, dado el reconocimiento que se hace que el sufrimiento es consecuencia de los actos irresponsables, malas acciones cometidas, faltas morales, deseo, egoísmo o alejamiento de lo Divino. También recoge un sentido solidario de aceptación de una carga compartida con el mundo “si yo cojo mi parte al resto le queda menos”.

Villacieros, M., Bermejo, J.C., Hassoun, H. (2019). Validación psicométrica de la Escala Humanizar breve (EH-breve) sobre el sentido del sufrimiento. *Journal of healthcare quality reseach*, 34(2):86-92

Bermejo, J.C., Lozano, B., Villacieros, M., y Carabias, R.. (2013). Desarrollo y validación de una escala sobre el sentido del sufrimiento: Escala Humanizar. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 36(1), 35-45.