Holisztikus természetgyógyászati kérdőív (HCAMQ-H)

Az alábbiakban az egészségével és a természetgyógyászattal kapcsolatos állításokat talál. Kérjük, minden egyes esetben döntse el azt, hogy mennyire ért vagy nem ért egyet az adott állítással és karikázza be a véleményével leginkább megegyező a számot. Nincsenek jó vagy rossz válaszok. Kérjük, ne hagyjon ki egyetlen állítást sem!

1: határozottan egyetértek

2: egyetértek

3: inkább egyetértek

4: inkább nem értek egyet

5: nem értek egyet

6: határozottan nem értek egyet

1. A pozitív gondolkodás segíthet egy kisebb betegség legyőzésében

2. A természetgyógyászati eljárásokat alaposabb tudományos vizsgálatnak kell alávetni ahhoz, hogy az orvosok számára is elfogadhatóvá váljanak

3. Stresszes időszakokban fontos, hogy az ember odafigyeljen az életmódjára (pl. az egészséges étkezésre), mert a szervezetének már amúgy is elég nehézséggel kell megküzdenie

4. A természetgyógyászat veszélyes lehet, mivel gátolhatja azt, hogy az emberek megfelelő kezelést kapjanak.

5. A depresszió súlyosbíthatja egy betegség tüneteit

6. A természetgyógyászatot csak végső lehetőségként kellene használni olyankor, amikor a konvencionális orvoslás már semmit nem tud ajánlani

7. Az egymást követő stresszes életesemények nagy valószínűséggel betegséget okoznak

8. Mielőtt orvoshoz fordulnánk, érdemes kipróbálni a természetgyógyászatot

9. A természetgyógyászatot csak enyhébb panaszok kezelésére kellene használni, súlyosabb betegségek esetében nem

10. Ahhoz, hogy egészségesek maradjunk, fontos, hogy megtaláljuk az egyensúlyt a munka és a pihenés között

11. A természetgyógyászat erősíti a szervezet saját védekezését, ezért állandó kúrának is tekinthető

**Alskálák:**

Természetgyógyászat: 2, 4, 6, 8, 9, 11

Holisztikus egészségszemlélet: 1, 3, 5, 7, 10