

Inventář životních událostí

Úmrtí partnera.....	100
Rozvod.....	73
Rozvrat manželství.....	65
Uvěznění	63
Úmrtí blízkého člena rodiny.....	63
Úraz nebo vážné onemocnění.....	53
Sňatek.....	50
Ztráta zaměstnání	47
Usmíření nebo přebudování manželství...	45
Odchod do důchodu.....	45
Změna zdravotního stavu člena rodiny...	44
Těhotenství.....	40
Sexuální potíže.....	39
Přírůstek nového člena rodiny	39
Změna zaměstnání	39
Změna finančního stavu	38
Úmrtí blízkého přítele.....	37
Přeřazení na jinou práci.....	36
Závažné neshody s partnerem.....	35
Půjčka vyšší než průměrný roční plat...	31
Splatnost půjčky.....	30
Změna odpovědnosti v zaměstnání.....	29
Syn nebo dcera opouští domov.....	29
Konflikty s tchánem/tchyní/zetěm/snachou	29
Mimořádný osobní čin nebo výkon.....	28
Manžel/ka nastupuje či končí zaměstnání.	26
Vstup do školy nebo její ukončení.....	26
Změna životních podmínek.....	25
Změna životních zvyklostí.....	24
Problémy a konflikty se šéfem.....	23
Změna pracovní doby nebo podmínek.....	20
Změna bydliště.....	20
Změna školy.....	20
Změna církve nebo politické strany.....	19
Změna sociálních aktivit	18
Půjčka menší než průměrný roční plat....	17
Změna spánkových zvyklostí a režimu.....	16
Změny v širší rodině (sňatky, úmrtí)....	15
Změna stravovacích zvyklostí.....	15
Dovolená.....	13
Vánoce.....	12
Přestupek a jeho projednání.....	11

Je pochopitelné, že bodová hodnota není univerzálně platná, a že osobnostní vlastnosti a sociální okolnosti mají vliv na dopad zátěžové situace. Na druhé straně poslední výzkumy ukazují, že hodnoty inventáře ŽU korelují s některými patofyziologickými parametry těsněji, než subjektivní výpověď od prožívaném distresu pacientů.

┌───┐