

Önelfogadás alkalom kérdőíve

Testi Törődés Kérdőív testre vonatkozó érzelmek és attitűdök alskálája (Orbach & Mikulincer, 1998)

Az alábbiakban állításokat olvashat. Kérjük azt a számot jelölje be, mely JELEN PILLANATBAN a leginkább jellemzi Önt! Nincs jó vagy rossz válasz, csak legyen őszinte.

A kutatásvezető Dr. Gáspár Mihály (professor emeritus) elérhetősége: gaspar.mihaly@ppk.elte.hu

	Egyetértek				Nem értek egyet
1. Utálom a testem.	1	2	3	4	5
2. Elégedett vagyok a megjelenésemmel.	1	2	3	4	5
3. Jól érzem magam a testemben.	1	2	3	4	5
4. Frusztrál a külsőm.	1	2	3	4	5
5. Haragot érzek a testem iránt.	1	2	3	4	5
6. Szeretem a megjelenésemet a tökéletlenségei ellenére.	1	2	3	4	5