BI-AAQ

Kwestionariusz akceptacji i działania w odniesieniu do obrazu ciała (BI-AAQ)

BI-AAQ to kwestionariusz samoopisowy służący do oceny akceptacji obrazu ciała w powiązaniu z elastycznością psychologiczną. Mierzy zdolność osoby do akceptowania myśli i emocji związanych z wyglądem fizycznym oraz do działania zgodnie z własnymi wartościami pomimo obaw dotyczących ciała. Stosuje się go zwłaszcza w kontekście zaburzeń odżywiania oraz terapii akceptacji i zaangażowania (ACT).

Liczba pytań	12 pytań
Szacowany czas	5 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Body Image Acceptance and Action Questionnaire
Grupa docelowa	Dorośli
Autorzy	Emily K. Sandoz, Kelly G. Wilson, Rhonda M. Merwin, Karen Kate Kellum (2013)
Kategoria	Obraz ciała

Podgląd 12 pytań

Martwienie się o wagę utrudnia mi życie zgodne z tym, co jest dla mnie ważne.

Nigdy nieprawdziwe | Bardzo rzadko prawdziwe | Rzadko prawdziwe | Czasami prawdziwe | Często prawdziwe | Prawie zawsze prawdziwe | Zawsze prawdziwe

Za bardzo przejmuję się swoją wagą i kształtem ciała.

Nigdy nieprawdziwe | Bardzo rzadko prawdziwe | Rzadko prawdziwe | Czasami prawdziwe | Często prawdziwe | Prawie zawsze prawdziwe | Zawsze prawdziwe

Zamykam się w sobie, kiedy źle się czuję z powodu kształtu ciała lub wagi.

Nigdy nieprawdziwe | Bardzo rzadko prawdziwe | Rzadko prawdziwe | Czasami prawdziwe | Często prawdziwe | Prawie zawsze prawdziwe | Zawsze prawdziwe

Moje myśli i uczucia dotyczące wagi i kształtu ciała muszą się zmienić, zanim będę w stanie podjąć ważne kroki w życiu.

Nigdy nieprawdziwe | Bardzo rzadko prawdziwe | Rzadko prawdziwe | Czasami prawdziwe | Często prawdziwe | Prawie zawsze prawdziwe | Zawsze prawdziwe

Martwienie się o ciało zajmuje mi zbyt dużo czasu.

Nigdy nieprawdziwe | Bardzo rzadko prawdziwe | Rzadko prawdziwe | Czasami prawdziwe | Często prawdziwe | Prawie zawsze prawdziwe | Zawsze prawdziwe

Przeprowadzaj swoje kwestionariusze online

Wyślij pacjentowi link: odpowiada na telefonie lub komputerze, a ty otrzymujesz obliczone wyniki e-mailem.

Zobacz kwestionariusz na mentaal.org ›

Obliczanie wyników i interpretacja

Każdą pozycję ocenia się na 7-stopniowej skali Likerta (od 1 = „nigdy nieprawdziwe” do 7 = „zawsze prawdziwe”). Niektóre pozycje punktuje się odwrotnie, tak aby wysoki wynik całkowity wskazywał na niską akceptację i niską elastyczność psychologiczną w odniesieniu do obrazu ciała. Wysoki wynik należy interpretować jako oznakę większych trudności z akceptacją obrazu własnego ciała.

Jesteś psychologiem?

Mentaal dostarcza ci wartościowych informacji, które pomagają wspierać twoich pacjentów.

- Standaryzowane testy
- Automatyczne obliczanie wyników
- Wyniki przesyłane e-mailem

Wypróbuj za darmo | Zobacz wszystkie kwestionariusze

★★★★★

“Korzystam teraz z platformy na co dzień, bo jest kompleksowa, rzetelna i wyjątkowo prosta w obsłudze.”

Julie V. - Psycholog online