TFEQ-51

Trójczynnikowy kwestionariusz zachowań żywieniowych (TFEQ-51)

TFEQ-51 to kwestionariusz samoopisowy złożony z 51 pozycji, przeznaczony do badania trzech głównych wymiarów zachowań żywieniowych: poznawczego ograniczania jedzenia, rozhamowania i podatności na głód. Jest szeroko stosowany w psychologii odżywiania, w poradniach leczenia otyłości i w badaniach naukowych, aby lepiej zrozumieć kontrolę jedzenia, epizody utraty kontroli oraz reaktywność na wewnętrzne lub zewnętrzne sygnały głodu. Narzędzie pomaga obiektywnie określić profile zachowań żywieniowych przydatne w ocenie psychologicznej, w prowadzeniu terapii i w programach kontroli masy ciała, choć samo nie jest narzędziem do diagnozowania zaburzeń odżywiania.

Liczba pytań	51 pytań
Szacowany czas	15 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Three-Factor Eating Questionnaire
Grupa docelowa	Dorośli
Autorzy	Albert J. Stunkard, Samuel Messick (1985)
Kategoria	Zaburzenia odżywiania

Podgląd 51 pytań

Kiedy czuję zapach skwierczącego steku albo widzę soczysty kawałek mięsa, bardzo trudno mi powstrzymać się od jedzenia, nawet jeśli właśnie skończyłem(-am) posiłek.

Prawda Fałsz

Zwykle jem za dużo podczas spotkań towarzyskich, takich jak przyjęcia i pikniki.

Prawda Fałsz

Zwykle jestem tak głodny(-a), że jem częściej niż trzy razy dziennie.

Prawda Fałsz

Kiedy zjem już zaplanowaną dla siebie liczbę kalorii, zwykle udaje mi się nie jeść nic więcej.

Prawda Fałsz

Odchudzanie jest dla mnie bardzo trudne, bo po prostu robię się zbyt głodny(-a).

Prawda Fałsz

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

Wyniki oblicza się zgodnie z oficjalnym kluczem kwestionariusza. Odpowiedzi koduje się pozycja po pozycji zgodnie z oczekiwanym kierunkiem klinicznym, a następnie sumuje w trzy odrębne wyniki: poznawcze ograniczanie jedzenia (21 pozycji), rozhamowanie (16 pozycji) oraz głód/podatność na głód (14 pozycji). Wyższe wyniki oznaczają odpowiednio silniejszą poznawczą kontrolę jedzenia, większą skłonność do jedzenia w odpowiedzi na wyzwalacze emocjonalne lub sytuacyjne oraz silniejszą subiektywną podatność na głód. Interpretacja opiera się na profilu wymiarów z uwzględnieniem kontekstu klinicznego; nie ma uniwersalnego diagnostycznego punktu odcięcia.

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

★★★★★

“Mentaal stał się dla mnie niezastąpionym sprzymierzeńcem, który pomaga uporządkować proces oceny i pogłębić kliniczne rozumienie moich pacjentów.”

Joanna P. - Psycholog CBT