BI-AAQ

Questionário de aceitação e ação relativo à imagem corporal (BI-AAQ)

O BI-AAQ é um questionário de autorresposta concebido para avaliar a aceitação da imagem corporal à luz da flexibilidade psicológica. Mede a capacidade da pessoa para aceitar os seus pensamentos e emoções relacionados com a aparência física e para agir de acordo com os seus valores apesar das preocupações corporais. É utilizado em particular no contexto das perturbações do comportamento alimentar e da terapia de aceitação e compromisso (ACT).

Número de perguntas	12 perguntas
Duração estimada	5 minutos
Idioma	Português
Nome original	Body Image Acceptance and Action Questionnaire
Público-alvo	Adultos
Autores	Emily K. Sandoz, Kelly G. Wilson, Rhonda M. Merwin, Karen Kate Kellum (2013)
Categoria	Imagem corporal

Pré-visualização das 12 perguntas

Preocupar-me com o meu peso torna-me difícil viver uma vida que valorizo.

Nunca verdadeiro | Muito raramente verdadeiro | Raramente verdadeiro | Às vezes verdadeiro | Frequentemente verdadeiro | Quase sempre verdadeiro | Sempre verdadeiro

Preocupo-me demasiado com o meu peso e com a forma do meu corpo.

Nunca verdadeiro | Muito raramente verdadeiro | Raramente verdadeiro | Às vezes verdadeiro | Frequentemente verdadeiro | Quase sempre verdadeiro | Sempre verdadeiro

Fecho-me quando me sinto mal com a forma do meu corpo ou com o meu peso.

Nunca verdadeiro | Muito raramente verdadeiro | Raramente verdadeiro | Às vezes verdadeiro | Frequentemente verdadeiro | Quase sempre verdadeiro | Sempre verdadeiro

Os meus pensamentos e sentimentos acerca do meu peso e da forma do meu corpo têm de mudar antes de eu poder dar passos importantes na minha vida.

Nunca verdadeiro | Muito raramente verdadeiro | Raramente verdadeiro | Às vezes verdadeiro | Frequentemente verdadeiro | Quase sempre verdadeiro | Sempre verdadeiro

Preocupar-me com o meu corpo ocupa demasiado do meu tempo.

Nunca verdadeiro | Muito raramente verdadeiro | Raramente verdadeiro | Às vezes verdadeiro | Frequentemente verdadeiro | Quase sempre verdadeiro | Sempre verdadeiro

Aplique os seus questionários online

Envie um link ao seu paciente: responde no telemóvel ou no computador, e recebe os resultados cotados por email.

Ver o questionário em mentaal.org ›

Cotação e interpretação

Cada item é cotado numa escala de Likert de 7 pontos (de 1 = «nunca é verdade» a 7 = «sempre é verdade»). As pontuações de alguns itens são invertidas, de modo que uma pontuação total elevada indique uma baixa aceitação e uma baixa flexibilidade psicológica em relação à imagem corporal. Interprete uma pontuação elevada como indicadora de uma maior dificuldade em aceitar a própria imagem corporal.

É psicólogo?

Com o Mentaal, obtenha informações relevantes para acompanhar os seus pacientes.

- Testes padronizados
- Cotação automática
- Resultados recebidos por email

Experimentar gratuitamente | Ver todos os questionários

★★★★★

“Avaliações fiáveis e pertinentes para compreender melhor o estado psicológico dos meus pacientes”

Tiago S. - Psicólogo do trabalho