

Aşırı kilolu musun? (Adopositas)?

Evet ise

Hayır ise

Geçen hafta boyunca...	hiçbir zaman	nadiren	bazen	sıklıkla	her zaman
1. Kendimi şişman ve hareketsiz hissediyordum	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ... Çok çabuk nefesim tıkanıyordu ve nefes alamıyordum	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ... Kilolarım yüzünden mutsuzdum ve cesaretimi kaybetmişim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ... Çok sayıda kilo verme denemesi nedeniyle sinirliydim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ... Fazla kilolarımdan utanıyordum	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ... Fazla kilolarım nedeniyle kendimle barışık değildim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. ... Fazla kilolarım nedeniyle ailem beni sürekli eleştiriyordu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. ... Evde yemek yerken kiloma dikkat etmeliydim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. ... Fazla kilolarım nedeniyle başkaları tarafından kızdırılıyordum	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. ... Başkaları birlikte bir şeyler yapmak istediğinde fazla kilolarım nedeniyle kendimi dışarıda bırakıyordum	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. ... Yemekleri düşünmem nedeniyle derste konsantrasyonum bozuluyordu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. ... Ağırlığıma rağmen spor dersine katılabiliyordum	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

13. Fazla kiloların (Adipositas) nedeniyle geçen hafta kaç kez şikâyet ettin?

hiçbir zaman nadiren bazen sıklıkla her zaman

14. Fazla kilolarına yönelik şikâyetlerin geçen hafta ne derece yüksekti?

hiç yok biraz ortalama nispeten çok fazla

15. Fazla kiloların geçen hafta seni ne derece rahatsız etti?

hiç biraz ortalama nispeten çok