|  |
| --- |
| Aşağıda bazı ifadeler yer almaktadır. Her sorunun karşısında bulunan; (**1) Asla (2) Nadiren (3) Bazen (4) Sıksık ve (5) Her zaman anlamına** gelmektedir. Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız. Sizi tanımlayan en uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederim. |
| 1 | Bedenime saygı duyarım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | Bedenimle ilgili olumlu hislere sahibim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3 | Bedensel olarak en azından birkaç olumlu özelliğe sahibim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 | Bedenimle ilgili olumlu tutumlara sahibim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5 | Bedensel ihtiyaçlarıma karşı duyarlıyımdır. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | Bedenimi seviyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7 | Bedenimin farklı ve benzersiz özelliklerini beğenirim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8 | Davranışlarım vücuduma yönelik olumlu tutumlarımı yansıtır, örneğin başımı dik tutarım ve güler yüzlüyümdür. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9 | Bedenim bana huzur verir. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10 | Medyatik (modeller, artistler) insanlardan farklı olsam da kendimi güzel hissediyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

BEDENİ BEĞENME ÖLÇEĞİ