

РАЗВОЈ УПИТНИКА ЗА МЕРЕЊЕ СТРАХА ОД ГОЈАЗНОСТИ

Даница Стоиљковић

Факултет медицинских наука, Универзитет у Крагујевцу

DEVELOPMENT OF THE SCALE FOR MEASURING FEAR FROM OBESITY

Danica Stoiljković

Faculty of Medical Sciences, University of Kragujevac

Примљен/Received: 27.12.2015.

Прихваћен/Accepted: 9.2.2016.

САЖЕТАК

Увод: Гојазност представља нагомилавање масног ткива у тој мери да умањује физичку активност и психо-социјално благостање, док је вредност индекса телесне масе (БМИ) 30 или више. Код мушкараца гојазност представља повећање изнад 20% удела масног ткива, а код жена повећање изнад 25% удела масног ткива у односу на укупну телесну масу. По последњем истраживању више од половине одраслог становништва Србије (54 %) има проблем прекомерне ухрањености (предгојазност и гојазност).

Циљ рада: Формирање упитника који на поуздан и прецизан начин мери страх од гојазности.

Материјал и метод: У студији су учествовали студенти свих студијских година Факултета медицинских наука, Интегрисаних академских студија медицине и фармације. Студенти су требали да изразе свој степен слагања са понуђеним тврдњама из упитника (укупно 21) коришћењем Ликертове скале која се састојала из седам понуђених одговора. После прикупљања свих података урађена је статистичка обрада коришћењем програма *IBM SPSS Statistics 18*.

Резултати: У оквиру анализе поузданости прво је урађен корелациони матрикс, који је послужио за процену питања која треба елиминисати. За одређивање поузданости ко-

ришћен је Кронбахов коефицијент, чија вредност је 0,871. Након извршене експлоративне факторске анализе добијено је 5 фактора: **страх, утицај околине, избегавање оброка, навике у исхране и дијета.**

Закључак: Креирани упитник за мерење страха од гојазности има задовољавајућу поузданост, али је пре његове клиничке употребе потребно спровести додатно испитивање пуноважности.

Кључне речи: гојазност, страх, студенти, развој, валидација, упитник

ABSTRACT

Introduction: Obesity represents cumulation of adipose tissue to the extent that it decreases physical activity and psychosocial well-being, and Body Mass Index is > 30 . In obese males adipose tissue makes 20% or more of the total body weight, while this percentage in females is 25%. According to epidemiological data more than half of the adult population of Serbia (54%) has a problem with obesity or pre-obesity.

Objective: The aim of this study was creation of a questionnaire which will measure fear of obesity reliably and accurately.

Materials and Methods: The study involved the students of medicine and pharmacy from all years at the Faculty of Medical Sciences,

University of Kragujevac. They were offered to express their level of agreement with the statements from the survey (21 in total) using a Likert scale, which provided seven answers. After collecting the data, a statistical analysis was performed using IBM SPSS Statistics 18.

Results: Within the first reliability analysis, a correlation matrix was constructed, which was used to assess whether any of the questions should be eliminated. The value of Cronbach's alpha was 0.871. After the exploratory factor analysis, five factors were revealed: fear, social effects, avoiding meals, eating habits and diet.

Conclusion: The questionnaire created in this study measures fear from obesity with satisfactory reliability, but further studies are necessary to test its validity.

Key words: obesity, fear, students, development, validation, questionnaire

УВОД

Гојазност представља нагомилавање масног ткива у тој мери да умањује физичку активност и психо-социјално благостање¹, док је вредност индекса телесне масе (БМИ) 30 или више². Код мушкараца гојазност представља повећање више од 20% удела телесне масти, а код жена повећање више од 25% удела телесне масти у односу на укупну телесну масу³. Прекомерна тежина и гојазност представљају све већу опасност по здравље становништва у све већем броју земаља⁴. По последњим истраживањима које је објавио Институт за јавно здравље Србије „Др Милан Јовановић Батут” епидемиолошки подаци за нашу земљу су следећи: више од половине одраслог становништва Србије (54%) има проблем прекомерне ухрањености (предгојазност и гојазност), при чему је 36,7% одраслих предгојазно, док је 17,3% гојазно, а највећу укупну преваленцу има Војводина (58,5%)². Гојазност прати низ болести као што су коронарна болест срца, хипертензија, мождани удар, одређене врсте канцера, инсулин зависни дијабетес, обољење жучне кесе, дислипидемија, остеоартритис, гихт, плућне болести укључујући диспнеју при спавању и друго⁴. Епидемија гојазности позитивно корелира са учесталошћу хроничне болести бубрега и хипертензијом. Резултати неколико студија су показале да и оштећење бубрега може бити последица гојазности⁵. У последњих неколико деценија, гојазност је постала значајан здравствени проблем код деце и

адолесцената¹. Код жена се може јавити гојазност иако је БМИ у нормалном опсегу. Запажено је да ове жене имају већи проценат масног ткива, него гојазне жене и да ова појава доводи до повећања фактора ризика за развој кардиоваскуларних болести⁶. До сада је створен упитник који мери ставове по питању гојазности (The anti-fat attitudes)⁷. Добре стране овог упитника су што постоји и један домен који мери страх од гојазности и што су студенти били просечне старости (23 година) као и наши испитаници. Осим овог упитника, у литератури се могу наћи следећи упитници који се баве појединим аспектима односа људи према проблему гојазности:

The Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire⁸, The Dutch Eating Behaviour Questionnaire⁸, The Body Shape Questionnaire¹⁰ и Three factor eating questionnaire-R18^{11,12}. Међутим, ниједан од наведених упитника се не бави свим аспектима страха од гојазности.

Циљ овог рада је да се формира упитник који на поуздан и прецизан начин мери страх од гојазности.

МАТЕРИЈАЛ И МЕТОД

Студијска популација. У овом истраживању су учествовали студенти свих студијских година Факултета медицинских наука, Интегрисаних академских студија медицине и фармације. Укупан број студената који су попунили упитник је био 556. Просечна старост студената женског пола износила је 21,29 година, док је просечна старост мушкараца износила 21,40 година.

Дизајн упитника. За потребе овог истраживања у првој фази је осмишљен скуп од 42 питања, подељених на неколико типова питања која се баве испитивањем феномена везаних за исхрану, лични изглед, физичку активност и утицај околине/медија на перцепцију људског тела. Ова питања су омогућила да на индиректан начин измеримо да ли код испитаника постоји страх од гојазности. У одабиру питања је учествовала трочлана комисија коју су чинили студенти IV године фармације и која је оцењивала (оценом од 1 до 5) колико је свако питање релевантно за феномен који се мери, процењивала јасноћу и сажетост сваког питања, одређивала да ли постоје нека додатна питања која би се могла укључити у упитник и на тај начин обухватили сви аспекти феномена који се мери. Након консултације са комисијом укључено

је 24 питања за даље испитивање, док је 18 питања из првобитног скупа питања елиминисано.

У изради упитника је коришћена Ликертова скала са распоном одговора од 1-7 и следећим рангирањем: 1 - сасвим се не слажем; 2 - умерено се не слажем; 3 – делимично се не слажем; 4 - нити се слажем, нити се не слажем; 5 - делимично се слажем; 6 – умерено се слажем; 7 - сасвим се слажем. Студенти су попуњавали упитник у периоду од 23.03. – 27.03.2015. године, у штампаној верзији или електронској форми путем *online* линка, преко *Google drive-a*. Сакупљено је укупно 556 упитника (487 у штампаној верзији и 69 у електронској форми). Мањи број попуњених упитника није узет у обзир зато што испитаници нису одговорили на поједина питања или зато што су на сва питања одговорили потпуно исто. У коначну анализу након селекције, укључено је 517 попуњених упитника, а 39 упитника је било елиминисано због непотпуних или идентичних одговора.

Статистички тестови. За обраду података прикупљених упитником коришћен је SPSS 18 програмски пакет¹³. У оквиру анализе поузданости је формиран корелациони матрикс, а потом су одређене варијанса и средња вредност за свако питање и целокупни упитник. Као главни параметар за одређивање поузданости коришћен је Кронбахов коефицијент (*Cronbach's alfa*). После испитивања поузданости спроведена је **факторска анализа** са ортогоналном ротацијом уз коришћење методе *Varimax*, где је издвојено 5 фактора, а потом и подела питања по факторима и именовања фактора.

Етички одбор Факултета медицинских наука у Крагујевцу је одобрио ово истраживање у складу са поднетим протоколом студије број: 01-13548 од 21. 12. 2015. године.

РЕЗУЛТАТИ

У анкетању је учествовало 59,4% студентата фармације и 40,6% студената медицине. У наведеној табели су приказани остали подаци:

На основу добијених података израчунати су просечни индекси телесне масе за женски (21,24) и мушки пол (23,94).

Табела 1. Подаци о испитаницима

	процент	просечна тежина	просечна висина
жене	72,3%	59,25 kg	1,67 m
мушкарци	27,2%	77,63 kg	1,80 m

АНАЛИЗА ПОУЗДАНОСТИ

Анализирањем вредности из корелационог матрикса (табела 2) увидело се да код неких питања (3,5,18) постоји негативна корелација са већином осталих питања, због чега су она елиминисана. Вредност Кронбаховог коефицијента (*Cronbach's Alpha*) пре елиминације ових питања је износила 0,838, а после елиминације питања хомогеност упитника је испитана методом *Split – half*. Кронбахов коефицијент за једну половину упитника је износио 0,788; а за другу 0,770.

ФАКТОРСКА АНАЛИЗА

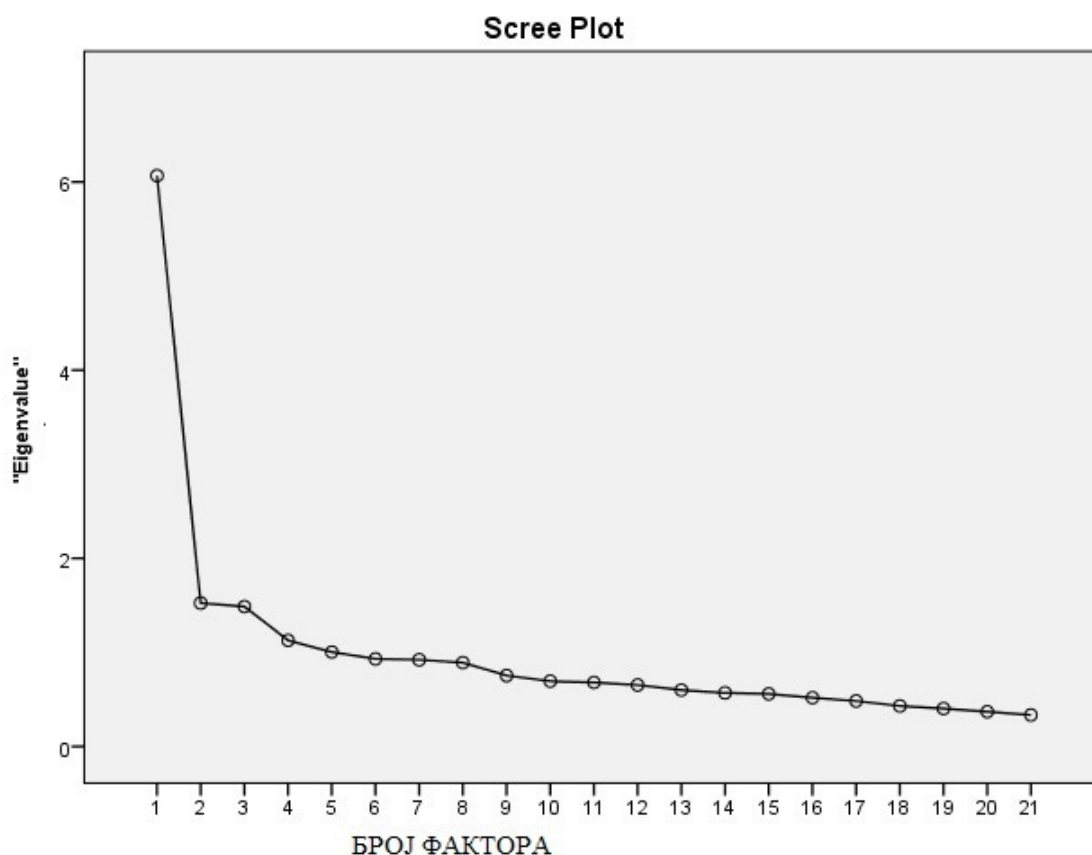
Факторска анализа је могла бити спроведена пошто је Кајзер-Мајер-Олкинов тест имао високу вредност од 0.883, а Бартлетов тест сферичности био статистички значајан ($p < 0.001$). Факторска анализа је издвојила пет фактора. Издвојених пет фактора (утицај околине, страх од гојазности, избегавање оброка, дијета, навике у исхрани) објашњавају 11,43%, 11,20 %, 10,73%, 10,63% и 9,39% варијансе.

Табела 2. Корелациони матрик

	n1	n2	n4	n6	n7	n8	n9	n10	n11	n12	n13	n14	n15	n16	n17	n19	n20	n21	n22	n23	n24
П1	1.000	.310	.085	.075	.236	.158	.231	.150	.131	.171	.184	.156	.068	.118	.155	.156	.151	.032	.164	.190	.111
П2	.310	1.000	.131	.104	.273	.225	.282	.346	.226	.138	.216	.217	.103	.070	.209	.176	.302	.094	.245	.183	.139
П4	.085	.131	1.000	.353	.225	.364	.424	.216	.188	.158	.198	.281	.196	.192	.238	.232	.252	.313	.136	.280	.130
П6	.075	.104	.353	1.000	.248	.280	.351	.208	.194	.206	.206	.225	.212	.218	.250	.202	.211	.243	.207	.216	.153
П7	.236	.273	.225	.248	1.000	.442	.439	.536	.223	.191	.352	.293	.202	.198	.234	.208	.260	.201	.188	.193	.093
П8	.158	.225	.364	.280	.442	1.000	.429	.346	.215	.225	.299	.312	.304	.255	.231	.213	.216	.354	.132	.233	.109
П9	.231	.282	.424	.351	.439	.429	1.000	.339	.223	.286	.411	.307	.245	.197	.316	.236	.299	.256	.253	.270	.174
n10	.150	.346	.216	.208	.536	.346	.339	1.000	.334	.276	.330	.371	.251	.161	.290	.248	.288	.200	.266	.313	.129
n11	.131	.226	.188	.194	.223	.215	.223	.334	1.000	.225	.295	.380	.222	.179	.330	.230	.144	.168	.189	.201	.087
n12	.171	.138	.158	.206	.191	.225	.286	.276	.225	1.000	.477	.313	.215	.208	.275	.258	.308	.136	.269	.312	.181
n13	.184	.216	.198	.206	.352	.299	.411	.330	.295	.477	1.000	.396	.257	.298	.336	.285	.364	.208	.340	.287	.192
n14	.156	.217	.281	.225	.293	.312	.307	.371	.380	.313	.396	1.000	.343	.315	.387	.269	.229	.290	.292	.302	.206
n15	.068	.103	.196	.212	.202	.304	.245	.251	.222	.215	.257	.343	1.000	.372	.251	.213	.205	.504	.120	.286	.171
n16	.118	.070	.192	.218	.198	.255	.197	.161	.179	.208	.298	.315	.372	1.000	.317	.257	.170	.410	.167	.235	.263
n17	.155	.209	.238	.250	.234	.231	.316	.290	.330	.275	.336	.387	.251	.317	1.000	.284	.321	.352	.348	.402	.215
n19	.156	.176	.232	.202	.208	.213	.236	.248	.230	.258	.285	.269	.213	.257	.284	1.000	.269	.284	.253	.350	.204
n20	.151	.302	.252	.211	.260	.216	.299	.288	.144	.308	.364	.229	.205	.170	.321	.269	1.000	.259	.366	.487	.283
n21	.032	.094	.313	.243	.201	.354	.256	.200	.168	.136	.208	.290	.504	.410	.352	.284	.259	1.000	.242	.354	.213
n22	.164	.245	.136	.207	.188	.132	.253	.266	.189	.269	.340	.292	.120	.167	.348	.253	.366	.242	1.000	.304	.543
n23	.190	.183	.280	.216	.193	.233	.270	.313	.201	.312	.287	.302	.286	.235	.402	.350	.487	.354	.304	1.000	.285
n24	.111	.139	.130	.153	.093	.109	.174	.129	.087	.181	.192	.206	.171	.263	.215	.204	.283	.213	.285	.285	1.000

Табела 3: Резултат факторске анализе

ФАКТОР	ВРЕДНОСТИ ПРЕ РОТАЦИЈЕ			ВРЕДНОСТИ НАКОН РОТАЦИЈЕ		
	КОЛИЧИНА ИНФОРМАЦИЈА	% ВАРИЈАНСЕ	ЗБИРНИ %	КОЛИЧИНА ИНФОРМАЦИЈА	% ВАРИЈАНСЕ	ЗБИРНИ %
1	6.067	28.88	28.88	2.401	11.434	11.434
2	1.524	7.25	36.14	2.353	11.204	22.639
3	1.488	7.08	43.23	2.252	10.725	33.364
4	1.128	5.37	48.60	2.232	10.629	43.993
5	1.004	4.78	53.38	1.971	9.387	53.381

График 1. Приказ фактора у зависности од вредности параметра *Eigenvalue*

Анализом добијених резултата након ротације, издвојено је пет фактора. Расподела питања по факторима је приказана у табели 4.

Називи добијених фактора, питања која их сачињавају и вредности Кронбаховог коефицијента за сваки од фактора су приказани у тексту који следи.

- ФАКТОР 1 питања 11, 12, 13, 14, 17
СТРАХ ОД ГОЈАЗНОСТИ
(Кронбахов коефицијент износи 0,722)
- ФАКТОР 2 питања 19, 20, 22, 23, 24
УТИЦАЈ ОКОЛИНЕ
(Кронбахов коефицијент износи 0,716)
- ФАКТОР 3 питања 4, 6, 8, 9
ИЗБЕГАВАЊЕ ОБРОКА
(Кронбахов коефицијент износи 0,693)
- ФАКТОР 4 питања 15, 16, 21
ДИЈЕТА
(Кронбахов коефицијент износи 0,690)
- ФАКТОР 5 питање 1, 2, 7, 10
НАВИКЕ У ИСХРАНИ
(Кронбахов коефицијент износи 0,644)

Табела 4: Подела питања по факторима

	ФАКТОРИ				
	1	2	3	4	5
p1	.044	.189	-.036	.008	.625
p2	.076	.219	.037	.001	.731
p4	.045	.133	.737	.169	.011
p6	.154	.168	.651	.105	-.068
p7	.245	-.048	.407	.124	.582
p8	.135	-.059	.552	.335	.347
p9	.241	.153	.639	.063	.317
p10	.412	.049	.235	.144	.524
p11	.612	-.045	.018	.221	.210
p12	.693	.275	.167	-.036	-.037
p13	.671	.240	.208	.075	.144
p14	.558	.117	.125	.374	.182
p15	.179	.041	.125	.736	.070
p16	.192	.170	.060	.668	.009
p17	.410	.344	.137	.334	.111
p19	.285	.328	.157	.265	.104
p20	.186	.589	.278	.037	.200
p21	-.013	.225	.268	.754	.016
p22	.209	.739	.040	.040	.165
p23	.219	.529	.220	.267	.105
p24	-.022	.749	-.002	.181	.052

ДИСКУСИЈА

Вредност Кронбаховог коефицијента (*Cronbach's Alpha*) за цео упитник износи 0,871, питања показују задовољавајућу међусобну корелацију и имају добру вредност варијансе, што значи да се упитник може сматрати поузданим. Упитник се налази у прилогу на крају текста.

Студија аутора O'Brien KS. et al.⁷ је користила упитник **Anti-fat attitudes** који оцењује став студената према гојазности, и има 3 фактора: **ненаклоност према гојазности, страх, воља за мршављењем**. У студији су учествовали студенти са различитих факултета, од који 20% чине студенти медицине. За фактор под називом **страх** вредност Кронбаховог коефицијента износи 0,80. У нашем упитнику се издвојио истоимени фактор (вредност Кронбаховог коефицијента износи 0,722). Када се упореде ови фактори запажа се да је мање поузданији фактор из нашег упитника.

У студији аутора Woud ML. et al.⁸ на индиректан начин је измерен страх од гојазности код 108 жена коришћењем фотографија али и следећих упитника: **The Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire** и **The Dutch Eating Behaviour Questionnaire**. Упитник **The Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire** садржи фактор под називом **мршавост као идеал** (Кронбахов коефицијент износи 0,92)

који када се упореде са фактором нашег упитника **утицај околине** (Кронбахов коефицијент износи 0,716) је знатно поузданији. У односу на наш упитник Ликертова скала од пет понуђених одговора је мање прецизна. Фактор **мршавост као идеал** може да се упореде са фактором **утицај околине**, јер садржи слична питања нпр. „*Желела бих да имам исту телесну тежину као глумице*“. Други упитник који су истраживачи користили **The Dutch Eating Behaviour Questionnaire**, састоји од 3 фактора: **преједање, повећана исхрана током стреса и прескакање оброка**. Фактор **прескакање оброка** одговара фактору **избегавање оброка** у нашем упитнику. Недостатак фактора избегавање оброка је тај што Кронбахов коефицијент износи 0,693, тако да овај фактор има ниску поузданост (>0,7), нижу од фактора из наведене студије (Кронбахов коефицијент је износио 0,92.). Ово може значити да испитаници или нису добро разумели питање или не избегавају оброке, тачније имају нормалне оброке.

У студији аутора Robinson EL. et al.⁹ је учествовало 280 здравих и 167 болесних студената студија из области здравства, који су попуњавали електронске упитнике, међу којима је био и **Anti-fat attitudes questionnaire**. Упитник је сасвим комплетирало 14 здравих студената фармације и 25 здравих студената медицине, што представља веома мали узорак. **Anti-fat attitudes questionnaire** се састоји из 3 домена: **ненаклоност према гојазности, страх, воља за мршављењем**, који могу да се упореде са истоименим факторима из наше студије.

Студија аутора Wilson RE et al.¹⁰ мери БМИ и незадовољство изгледом као показатеље физичког и менталног здравља који се доводе у везу са квалитетом живота и психосоцијалним стањем. Студија је испитивала више фактора (**незадовољство изгледом, квалитет живота, депресију и самопоштовање**), па се сваки фактор мерио посебном скалом. Фактор **незадовољство изгледом** се мерио помоћу **The Body Shape Questionnaire** који се састоји од 34 питања. У том упитнику се може видети да постоје питања која се односе на дијету, што се донекле поклапа са фактором из нашег упитника „**дијета**“.

Најзад, студија аутора Anglé S. et al.¹¹ је користила упитник Three factor eating questionnaire-R18 који има три домена: **свесно суздржавање од хране, неконтролисана исхрана и емоционално преједање**. На осно-

ву питања за фактор „свесно суздржавање од хране“ (Не једем неке намирнице, јер су масне) може се видети поклапање са фактором нашег упитника „навике у исхрани“ (Да се не бих угојио/ла из употребе сам избацио/ла слаткише и грицкалице; Из оброка сам избацио/ла хлеб јер увећава телесну тежину). Ова студија је имала велику статистичку снагу, јер је испитивану популацију чинило 2997 жена, старости 17 - 20 година.

Главни недостатак наше студије представљају ниже вредности ($> 0,7$) Кронбаховог коефицијента за поједине факторе: Избегавање оброка, Дијета и Навике у исхрани. Овакви резултати показују да популација студената која је анкетирана или није разумела питања из ових фактора или се не слаже са појединим одговорима. Такође треба напоменути да у упитнику постоје два слична фактора која се односе на исхрану, и која би требало спојити у једну целину.

ЗАКЉУЧАК

Упитник за мерење страха од гојазности показује задовољавајућу поузданост као целина, али неки од фактора носе сувише мало информација. Потребно је спровести нову студију у којој би се кроз елиминацију сувишних питања или евентуално додавање нових постигла боља факторска структура и испитала пуноважност упитника.

ЛИТЕРАТУРА

1. Caprio S, Weiss R. The metabolic consequences of childhood obesity. *Best practice and Research Clinical Endocrinol Metab* 2005; 19(3): 405-19.
2. James PT. Obesity: the worldwide epidemic. *Clin Dermatol* 2004; 22: 276-80.
3. Драган Пантелић. Гојазност. Национални водич за лекаре у примарној здравственој заштити. Београд: Медицински факултет, Центар за издавачку, библиотечку и информациону делатност; 2011.
4. Ивковић Т. Гојазност. Београд: Медицинска књига, 1992.
5. World Health Organization. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of WHO consultation. *WHO Tech Rep Ser* 2000; 894: 1-253.
6. Ding W, Cheung WW, Mak RH. Impact of obesity on kidney function and blood pressure in children. *World J Nephrol* 2015; 4(2): 223-9.
7. Marques-Vidal P, Pécoud A, Hayoz D, et al. Normal weight obesity: relationship with lipids, glycaemic status, liver enzymes and inflammation. *Nutr Metab Cardiovasc Dis* 2010; 20(9): 669-75.
8. O'Brien KS, Danfëlsdóttir S, Ólafsson RP, et al. The relationship between physical appearance concerns, disgust, and anti-fat prejudice. *Body Image*. 2013; 10(4): 619-23.

9. Woud ML, Anschutz DJ, Van Strien T, Becker ES. Measuring thinpiration and fear of fat indirectly. A matter of approach and avoidance. *Appetite*. 2011; 56(2): 451-5.
10. Robinson EL, Ball LE, Leveritt MD. Obesity bias among health and non-health students attending an Australian university and their perceived obesity education. *J Nutr Educ Behav* 2014; 46(5): 390-5.
11. Wilson RE, Latner JD, Hayashi K. More than just body weight: the role of body image in psychological and physical functioning. *Body Image* 2013; 10(4): 644-7.
12. Anglé S, Engblom J, Eriksson T, et al. Three factor eating questionnaire-R18 as a measure of cognitive restraint, uncontrolled eating and emotional eating in a sample of young Finnish females. *Int J Behav Nutr Phys Act* 2009; 6: 41.
13. Jáuregui-Lobera I, García-Cruz P, Carbonero-Carreño R, Magallares A, Ruiz-Prieto I. Psychometric properties of Spanish version of the Three-Factor Eating Questionnaire-R18 (Tfeq-Sp) and its relationship with some eating- and body image-related variables. *Nutrients* 2014; 6(12): 5619-35.
14. SPSS Inc. Released 2009. PASW Statistics for Windows, Version 18.0. Chicago: SPSS Inc.

ДОДАТАК - УПИТНИК ЗА МЕРЕЊЕ СТРАХА ОД ГОЈАЗНОСТИ

1. Када сам под стресом, једем више него обично.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

2. После преједања, осећам се лоше.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

3. Једем једном дневно, како бих брже смршао/ла.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

4. Уместо оброка конзумирам кафу или цигарете и тако смањујем потребу за уносом хране.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

5. Из оброка сам избацио/ла хлеб јер увећава телесну тежину.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

6. За доручак једем само салату од воћа или поврћа, како се не бих угојио/ла.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

7. У стању сам да свесно прескачем оброке како не бих повећао/ла телесну тежину.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

8. Да се не бих угојио/ла из употребе сам избацио/ла слаткише и грицкалице.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

9. Морам да мерим своју телесну тежину бар једном недељном.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем

- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

10. Ако бих се хранила вегетеријанским начином исхране, страх од гојазности био би мањи.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

11. Држање дијете ми умањује страх од гојазности.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

12. Исцрпљујем се вежбајући како бих дијета имала ефекта.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

13. Избегавам друштвена окупљања како не бих угрозио/ла дијету.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

14. Узимање препарата за мршављење ми умањује страх од гојазности.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

15. Опседнут/а сам својом телесном тежином.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем

- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

16. Чланови моје породице имају повишену телесну тежину, па зато имам страх од гојазности.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

17. Када гледам часописе и рекламе мислим да имам вишак килограма у односу на те моделе.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

18. Имам кошмарне снове у којима себе видим као гојазну особу.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем

- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

19. Када бих се угојио/ла, осећао/ла бих се непожељно.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

20. Сматрам себе гојазном особом.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем

21. Бојим се да бих био/ла исмејан/а од стране друштва када бих имао/ла повишену телесну тежину.

- а) сасвим се не слажем
- б) умерено се не слажем
- в) делимично се не слажем
- г) нити се слажем, нити се не слажем
- д) делимично се слажем
- ђ) умерено се слажем
- е) сасвим се слажем