Ich fühle mich wertlos.

• A

Ich stimme überhaupt nicht zu

B

Ich stimme eher nicht zu

• C

Ich stimme weder zu noch nicht

• D

Ich stimme eher zu

• F

Ich stimme voll und ganz zu

2

Ich denke häufig über meine Figur nach.

A

Ich stimme überhaupt nicht zu

• B

Ich stimme eher nicht zu

• C

Ich stimme weder zu noch nicht

• D

Ich stimme eher zu

• E

Ich stimme voll und ganz zu

Ich finde mich schön.

• A

Ich stimme überhaupt nicht zu

• B

Ich stimme eher nicht zu

• C

Ich stimme weder zu noch nicht

• D

Ich stimme eher zu

• F

Ich stimme voll und ganz zu

4

Ich kann meinen Körper so akzeptieren, wie er ist.

• A

Ich stimme überhaupt nicht zu

B

Ich stimme eher nicht zu

• C

Ich stimme weder zu noch nicht

• D

Ich stimme eher zu

E
Ich stimme voll und ganz zu
5
Ich mag mich.

A
 Ich stimme überhaupt nicht zu

• в Ich stimme eher nicht zu

c
 Ich stimme weder zu noch nicht

Ich stimme eher zu

Ich stimme voll und ganz zu 6 Ich fühle mich schlank.

• A

Ich stimme überhaupt nicht zu

B
 Ich stimme eher nicht zu

c
 Ich stimme weder zu noch nicht

• D

• E

Ich stimme eher zu

• E

Ich stimme voll und ganz zu

7

Ich schaue mich gerne im Spiegel an.

• A

Ich stimme überhaupt nicht zu

• B

Ich stimme eher nicht zu

• C

Ich stimme weder zu noch nicht

• [

Ich stimme eher zu

• E

Ich stimme voll und ganz zu

8

Es ist mir egal, was andere über meinen Körper denken.

A

Ich stimme überhaupt nicht zu

B

Ich stimme eher nicht zu

• C

Ich stimme weder zu noch nicht

• D

Ich stimme eher zu

• F

Ich stimme voll und ganz zu

9

Ich kann vor anderen Menschen ich selber sein.

A

Ich stimme überhaupt nicht zu

• B

Ich stimme eher nicht zu

• C

Ich stimme weder zu noch nicht

• D

Ich stimme eher zu

• E

Ich stimme voll und ganz zu