ACT NOW – Chestionar educational post-curs

Vă rugăm răspundeți la următoarele întrebări **ÎNANTE / DUPĂ** curs și **peste 3 luni**.

Care este adresa dvs. de e-mail? (vă rugăm să o furnizați **din nou** fiind necesară pentru a conecta chestionarele)

_____

Vă rugăm completați **un cod** format din următoarele informații:
(a) În ce zi a lunii ați fost născut(ă)? (ex: 17 Martie = 17)
(b) Care sunt primele 3 litere ale numelui mamei dvs.? (ex: Maria = MAR)

Codul dvs.				

Cod exemplu				
1	7	M	A	R

Vă rugăm răspundeți la următoarele întrebări folosind o scară de la 1 la 10 (unde 1=deloc sigur și 10=foarte sigur):

1. Înțeleg că a fi nefericit de felul în care arăți poate avea un impact negative asupra calității vieții.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

2. Pot oferi exemple de provocări frecvente ale vieții atunci prezinți o diferență vizibilă.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

3. Pot identifica semne sugestive că pacienții mei sunt îngrijorați de felul în care arată.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

4. Mă simt capabil să încep un dialog legat de aspectul fizic cu pacienții mei.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

5. Le pot descrie altor persoane cum să fie buni ascultători atunci când comunică cu pacienții.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

6. Știu ce să le spun pacienților mei care prezintă îngrijorări legat de felul cum arată.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

7. Știu să explic de ce aspectul fizic **nu este** un predictor bun pentru adaptarea psiho-socială.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

8. Dacă pacienții mei sunt îngrijorați de aspectul lor fizic, știu să îi învăt tehnici practice pentru a-i ajuta să își gestioneze problemele.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

9. Pot explica felul în care tipul de atenție pe care pacienții o acordă lucrurilor și oamenilor din jur le poate afeca calitatea vieții.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

10. Îmi pot ajuta pacienții să își stabilească obiective și să se împlinească în ceea ce este important pentru ei.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Vă rugăm răspundeți la următoarele întrebări folosind o scară de la 1 la 7 (unde 1=absolut neadevărat și 7=absolut adevărat)

11. Sunt de părere că gândurile și sentimentele pacienților referitoare la aspectul fizic trebuie să se îmbunătățească înainte ca aceștia să adopte anumite măsuri din viața lor.

1	2	3	4	5	6	7
○	○	○	○	○	○	○

12. Sunt de părere că pacienții își vor putea controla mai bine viața dacă își schimbă percepția negative asupra felului în care arată.

1	2	3	4	5	6	7
○	○	○	○	○	○	○

13. Sunt de părere că, pentru a-și controla viața, pacienții trebuie să schimbe felul în care arată.

1	2	3	4	5	6	7
○	○	○	○	○	○	○

14. Sunt de părere că – dacă pacienții ar ști ce este important în viață pentru ei – și-ar putea atinge scopurile fără să trebuiască să își schimbe gândurile legate de felul în care arată.

1	2	3	4	5	6	7
○	○	○	○	○	○	○

15. Sunt de părere că este mult mai util pentru pacienți ca aceștia să încerce să își schimbe sentimentele și gândurile legate de aspectul fizic decât să le remarce și să le accepte prezența.

1	2	3	4	5	6	7
○	○	○	○	○	○	○

16. Sunt de părere că ceea *ce gândesc* pacienții despre felul în care arată este mai important decât *cât de mult sunt prinși în gândurile lor*.

1	2	3	4	5	6	7
○	○	○	○	○	○	○