

Κλίμακα προσαρμοστικότητας και ικανότητας διαχείρισης για τις διαταραχές πρόσληψης τροφής (AESED)

Οι παρακάτω προτάσεις περιέχουν έναν αριθμό από δηλώσεις που συνήθως αφορούν τα μέλη της οικογένειας που μένουν μαζί με συγγενείς ή φίλους που πάσχουν από διαταραχές πρόσληψης τροφής. Θα θέλαμε να διαβάσετε την κάθε μία δήλωση και να αποφασίσετε για το πόσο συχνά αυτό συνέβη στα μέλη της οικογένειά σας **κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα**. Σημειώνεται ότι δεν υπάρχουν σωστές ή λανθασμένες απαντήσεις. Συνήθως η καλύτερη απάντηση δύνεται αυθόρμητα.

Κατά τη διάρκεια του τελευταίου μήνα πόσο συχνά σκεφτήκατε:

- 0 = ποτέ
- 1 = σπάνια
- 2 = μερικές φορές
- 3 = συχνά
- 4 = κάθε μέρα

Ο συγγενής σας με διαταραχή πρόσληψης τροφής ρυθμίζει:

ΠΑΡΑΚΑΛΩ
ΚΥΚΛΩΣΤΕ

1. Το είδος των τροφίμων που αγοράζετε;	0	1	2	3	4
2. Τί κάνουν τα άλλα μέλη της οικογένειας και πόσο χρόνο ξοδεύουν στην κουζίνα;	0	1	2	3	4
3. Τον τρόπο μαγειρέματος και τα υλικά που χρησιμοποιείτε;	0	1	2	3	4
4. Τι τρώνε τα άλλα μέλη της οικογένειας;	0	1	2	3	4

Ο συγγενής σας με διαταραχή πρόσληψης τροφής επιδιώκει να συζητά επανειλημμένα με άλλα μέλη της οικογένειας :

5. Αναζητώντας επιβεβαίωση αν αυτή/ος θα παχύνει;	0	1	2	3	4
6. Αν είναι ασφαλές ή αποδεκτό να τρώει κάποια συγκεκριμένη τροφή;	0	1	2	3	4
7. Αναζητώντας επιβεβαίωση αν αυτή/ος φαίνεται χοντρή/ος με κάποια συγκεκριμένα ρούχα ;	0	1	2	3	4
8. Για τα συστατικά και την ποσότητα των τροφών ή πιθανά υποκατάστατά τους;	0	1	2	3	4
9. Για αρνητικές σκέψεις και συναισθήματα;	0	1	2	3	4
10. Για να κάνει κακό στον εαυτό του;	0	1	2	3	4

Μήπως κάποια μέλη της οικογένειας να πρέπει να προσαρμοστούν στα ακόλουθα;

11. Τα πιάτα που χρησιμοποιούνται;	0	1	2	3	4
12. Πώς πλένονται τα πιάτα;	0	1	2	3	4
13. Ποια είναι η ώρα του γεύματος;	0	1	2	3	4
14. Σε πιο μέρος λαμβάνετε το γεύμα;	0	1	2	3	4
15. Πώς καθαρίζετε η κουζίνα;	0	1	2	3	4
16. Πώς φυλάγετε το φαγητό;	0	1	2	3	4

17.	Με την καθημερινή εξάσκηση του συγγενή με διαταραχή πρόσληψης τροφής;	0	1	2	3	4
18.	Με τον έλεγχο της σιλουέτας ή του βάρους;	0	1	2	3	4
19.	Με το πώς καθαρίζετε και τακτοποιείται το σπίτι;	0	1	2	3	4

Επιλέγεις να παραβλέπεις συμπεριφορές του συγγενή με διαταραχή πρόσληψης τροφής που επιδρούν αρνητικά στην οικογενειακή ζωή προκειμένου να συμφιλιωθείτε και να κάνετε ανεκτή τη διαταραχή όπως:

20.	Να εξαφανίζεται φαγητό;	0	1	2	3	4			
21.	Να λείπουν χρήματα;	0	1	2	3	4			
22.	Να βρίσκεται σε ακαταστασία η κουζίνα;	0	1	2	3	4			
23.	Να βρίσκεται σε ακαταστασία το μπάνιο;	0	1	2	3	4			
24.	Γενικά σε ποιο βαθμό λες ότι ο συγγενής σου με διαταραχή πρόσληψης τροφής ελέγχει την οικογενειακή ζωή και τις δραστηριότητές της								
ΚΑΘΟΛΟΥ			ΑΠΟΛΥΤΑ						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Για να συνεχίσετε να απαντάτε το ερωτηματολόγιο παρακαλώ έχετε υπόψη τα κάτωθι:

Αν δε συνέβη ποτέ θα ΚΥΚΛΩΣΤΕ 0, αν συνέβη 1-3 φορές το μήνα ΚΥΚΛΩΣΤΕ 1, αν συνέβη 1-2 φορές την εβδομάδα ΚΥΚΛΩΣΤΕ 2, αν συνέβη 3-6 φορές την εβδομάδα ΚΥΚΛΩΣΤΕ 3, αν γίνεται καθημερινά ΚΥΚΛΩΣΤΕ 4. Κατά τη διάρκεια **του τελευταίου μήνα:**

0 = ποτέ 1 = 1-3 φορές το μήνα 2 = 1-2 φορές την εβδομάδα 3 = 3-6 φορές την εβδομάδα 4 = κάθε μέρα
--

25.	Πόσο συχνά συμμετείχες σε καταναγκαστικές συμπεριφορές του συγγενή σου;	0	1	2	3	4
26.	Πόσο συχνά τον βοηθούσες να αποφεύγει πράγματα που θα του προκαλούσαν περισσότερο άγχος;	0	1	2	3	4

Αν η απάντησή σας είναι **ΌΧΙ** ΚΥΚΛΩΣΤΕ 0, αν η απάντηση είναι **ΉΠΙΑ** ΚΥΚΛΩΣΤΕ 1, αν η απάντηση είναι **ΜΕΤΡΙΑ** ΚΥΚΛΩΣΤΕ 2, αν η απάντηση είναι **ΣΟΒΑΡΗ** ΚΥΚΛΩΣΤΕ 3, αν η απάντηση είναι **ΥΠΕΡΒΟΛΙΚΗ** ΚΥΚΛΩΣΤΕ 4. Κατά τη διάρκεια **του τελευταίου μήνα:**

0 = όχι 1 = ήπια 2 = μέτρια 3 = σοβαρή 4 = υπερβολική

27.	Απέφυγες να ασχοληθείς με άλλα πράγματα, να επισκεφτείς τόπους ή να είσαι με άλλους ανθρώπους εξαιτίας της διαταραχής του συγγενή σου;	0	1	2	3	4
28.	Άλλαξες τις οικογενειακές σου συνήθειες εξαιτίας των συμπτωμάτων του συγγενή σου;	0	1	2	3	4
29.	Τροποποίησες το πρόγραμμα εργασίας σου εξαιτίας των αναγκών του συγγενή σου;	0	1	2	3	4
30.	Τροποποίησες τις δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου σου εξαιτίας των αναγκών του συγγενή σου;	0	1	2	3	4
31.	Σου προκάλεσε απόγνωση η παροχή βοήθειας στο συγγενή σου με τους τρόπους που προαναφέρθηκαν;	0	1	2	3	4
32.	Προκάλεσε απόγνωση η μη παροχή δικής σου βοήθειας στο συγγενή σου με διαταραχή πρόσληψης τροφής	0	1	2	3	4
33.	Ο συγγενής σου με διαταραχή πρόσληψης τροφής θύμωνε ή γινόταν επιθετικός όταν δεν του πρόσφερε βοήθεια;	0	1	2	3	4
