

www.mariakardakova.com

	Всегда	Часто	Иногда	Никогда
1. Когда вы едите, вы обращаете внимание на калорийность блюд?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Когда вы приходите в магазин вы чувствуете себя потерянным – что купить?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. За последние месяца мысли о еде вызывали у вас беспокойство?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Вы связываете Ваш пищевой выбор с вашим беспокойством по поводу вашего здоровья?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Вкус продукта важнее, чем его качество когда вы оцениваете еду?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Вы готовы тратить больше денег, чтобы купить более здоровую еду?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Мысли о еде заставляют вас волноваться больше, чем 3 часа в день в общей сложности?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Вы позволяете себе думать о еде в негативном ключе?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Вам не кажется, что ваше настроение влияет на ваше пищевое поведение?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Кажется ли вам, что убежденность в том, что нужно есть только здоровую еду повышает самооценку?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Кто когда вы едите здоровую еду – это влияет на вашу повседневную жизнь (частота приемов пищи вне дома; друзей итд)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Кажется ли вам, что когда вы едите более здоровую еду – это влияет на ваш образ в глаза других людей?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Вы чувствуете себя виноватым когда не едите так здорово, как хотели?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Вам кажется, что рынках продают нездоровую еду?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. На сегодняшний день вы предпочитаете есть в одиночестве во время приема пищи?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

ОЦЕНКА ОТВЕТОВ НА ТЕСТ ORTO-15

	Всегда	Часто	Иногда	Никогда
2-5-8-9	4	3	2	1
3-4-6-7-10-11-12-14-15	1	2	3	4
1-13	2	4	3	1