



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

پرسشنامه WEL:

نام مطمئن ۰	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹ كاملا مطمئن	سوالات
										۱ وقتی مضطرب هستم می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.
										۲ در مسافرت، پیک نیک و تعطیلات می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.
										۳ حتی وقتی "نه" گفتنم رابطه ام را با دیگران بهم بزند، می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.
										۴ وقتی احساس میکنم از نظر جسمی خیلی خسته ام، می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.
										۵ وقتی تلویزیون تماشا میکنم، می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.
										۶ وقتی افسرده و دلنگم، می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.
										۷ وقتی غذاهای مختلفی هم در دسترس است، می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.
										۸ حتی وقتی احساس میکنم رد کردن تعارف میزبان برای چندمین بار نوعی بی ادبی است، می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.
										۹ حتی وقتی سرم درد میکند، می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.
										۱۰ وقتی مطالعه میکنم، می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.
										۱۱ وقتی عصبانی و تحریک پذیرم، می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.
										۱۲ حتی وقتی در میهمانی هستم، می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.
										۱۳ حتی وقتی دیگران برای خوردن به من اصرار میکنند، می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.
										۱۴ وقتی درد دارم و بیمارم، می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.
										۱۵ وقتی احساس اجبار به خرید تنقلات، شیرینی جات، نوشابه های گازدار و شیرین یا غذاهایی مانند پیتزا و ساندویچ دارم، می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.

										۱۶	وقتی احساس شکست و ناکامی، می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.
										۱۷	حتی وقتی غذاهای پرکالری (چرب و چیلی و شیرین) هم در دسترس باشد،
										۱۸	حتی وقتی فکر کنم که دیگران از نخوردن من ناراحت می شوند، می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.
										۱۹	وقتی احساس ناراحتی میکنم، می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.
										۲۰	وقتی خوشحالم، می توانم جلوی خوردنم را بگیرم.