

FORDELER OG ULEMPER VED ANOREXIA NERVOSA

(Pros and cons of Anorexia Nervosa, P-can)

Oversatt til norsk av Eirin Winje og Gøril Westborg ved Regional avdeling for spiseforstyrrelser (RASP), Oslo universitetssykehus HF, Ullevål, med tillatelse fra Lucy Serpell. Tilbakeoversatt og godkjent med rettelser av Lucy Serpell og Bryan Lask.

Les hvert utsagn. Kryss av i den kolonnen som best uttrykker hvor enig eller uenig du er med utsagnet.
Det er ingen rette eller gale svar.

	HELT ENIG	LITT ENIG	VERKEN ENIG ELLER IKKE ENIG	LITT UENIG	HELT UENIG
1. Jeg føler meg veltrent på grunn av min anorexia	1	2	3	4	5
2. Anorexia uttrykker min indre smerte/lidelse	1	2	3	4	5
3. Anorexia har gjort det vanskelig for meg å føle	1	2	3	4	5
4. Anorexia hjelper meg igjennom livet	1	2	3	4	5
5. Anorexia har gjort meg deprimert	1	2	3	4	5
6. Jeg føler at jeg er mer attraktiv for andre som et resultat av anorexia	1	2	3	4	5
7. Jeg synes det er synd at min anorexiagjør andre bekymret	1	2	3	4	5
8. Jeg synes at min anorexia er pålitelig og konsistent	1	2	3	4	5
9. Jeg har såret de som står meg nær grunn av min anorexia	1	2	3	4	5
10. Anorexia gir meg struktur i livet mitt	1	2	3	4	5
11. Anorexia gjør jeg føler meg bedre enn andre	1	2	3	4	5
12. Jeg kunne ønske min anorexia forsvant og lot meg være i fred!	1	2	3	4	5
13. Jeg føler at min anorexia beskytter meg	1	2	3	4	5

	HELT ENIG	LITT ENIG	VERKEN ENIG ELLER IKKE ENIG	LITT UENIG	HELT UENIG
14. Anorexia nummer/bedøver følelsene mine	1	2	3	4	5
15. Å ha anorexia betyr at jeg kan bruke de klærne jeg vil	1	2	3	4	5
16. Anorexia gjør at jeg ikke trenger å bli forstyrret av mensen	1	2	3	4	5
17. Anorexia er noe jeg er god til	1	2	3	4	5
18. Jeg føler at jeg ikke kan rømme fra min anorexia	1	2	3	4	5
19. Anorexia viser at jeg i hvert fall kan gjøre en ting bedre enn andre folk	1	2	3	4	5
20. Anorexia er en evne	1	2	3	4	5
21. Jeg hater at foreldrene mine er bekymret for meg på grunn av min anorexia	1	2	3	4	5
22. Jeg bruker anorexia til å kommunisere at jeg er ulykkelig til andre	1	2	3	4	5
23. Min anorexia gjør at jeg føler meg sikker	1	2	3	4	5
24. Jeg er en ekspert i å være anoreksisk	1	2	3	4	5
25. Fordi jeg har anorexia trenger jeg ikke bekymre meg for å bli gravid	1	2	3	4	5
26. Anorexia er mitt rop om hjelp når ting ikke går som det skal	1	2	3	4	5
27. Jeg hater måten anorexia kontrollerer livet mitt på	1	2	3	4	5
28. Min anorexia hjelper meg å holde kontroll	1	2	3	4	5
29. Anorexia hjelper meg å kontrollere følelsene mine	1	2	3	4	5
30. Anorexia tar all tiden min	1	2	3	4	5

	HELT ENIG	LITT ENIG	VERKEN ENIG ELLER IKKE ENIG	LITT UENIG	HELT UENIG
31. Anorexia begrenser hvordan jeg kan uttrykke følelsene mine	1	2	3	4	5
32. Anorexiaen har tatt over min personlighet	1	2	3	4	5
33. Jeg kjemper mot min anorexia	1	2	3	4	5
34. Å ha anorexia hindrer meg i å ha mine månedlige menstruasjonssmerter	1	2	3	4	5
35. Fordi jeg har anorexia kan jeg presse kroppen mer enn jeg kunne tidligere	1	2	3	4	5
36. Jeg har det bedre med utseendet mitt på grunn av anorexia	1	2	3	4	5
37. Anorexia betyr at jeg ikke lenger har PMS	1	2	3	4	5
38. Jeg er så drittlei av å tenke på mat hele tiden	1	2	3	4	5
39. Anorexia gir livet mitt mening	1	2	3	4	5
40. Jeg HATER å ha anorexia	1	2	3	4	5
41. Jeg setter pris på min anorexia fordi den gjør at jeg føler meg sikker/trygg	1	2	3	4	5
42. Jeg kan vise følelsene mine igjennom min anorexia	1	2	3	4	5
43. Jeg er så lei av å være anoreksisk	1	2	3	4	5
44. Jeg liker måten anorexia gjør at jeg ser ut	1	2	3	4	5
45. Å ha anorexia gjør at kroppen min fungerer bedre	1	2	3	4	5
46. Min anorexia hjelper meg å organisere min verden	1	2	3	4	5
47. Jeg føler at anorexia har kvalt mine naturlige følelser	1	2	3	4	5
48. Jeg er i bedre fysisk form på grunn av min anorexia	1	2	3	4	5
49. Jeg føler meg skyldig for den bekymringen min anorexia har gitt til vennene mine	1	2	3	4	5
50. Jeg er lei meg for effekten anorexia har hatt på min familie.	1	2	3	4	5