

Αντιληπτή Ικανότητα (Διατήρηση υγιεινής διατροφής)

Παρακαλούμε αναφέρετε τον βαθμό στον οποίο κάθε δήλωση είναι αληθινή για εσάς, υποθέτοντας ότι σκοπεύατε είτε να βελτιώσετε μόνιμα τη διατροφή της οικογένειάς σας τώρα είτε να διατηρήσετε μια υγιεινή διατροφή.

Χρησιμοποιήστε την ακόλουθη κλίμακα:

1	2	3	4	5	6	7
Δεν είναι καθόλου αλήθεια			Λίγο αληθινό			Πολύ αληθινό

1. Νιώθω σίγουρος/η για την ικανότητά μου να διατηρήσω μια υγιεινή διατροφή για εμένα και το παιδί/την οικογένειά μου.

1	2	3	4	5	6	7
Δεν είναι καθόλου αλήθεια			Λίγο αληθινό			Πολύ αληθινό

2. Τώρα νιώθω ικανός/η να διατηρήσω μια υγιεινή διατροφή για το παιδί/την οικογένειά μου.

1	2	3	4	5	6	7
Δεν είναι καθόλου αλήθεια			Λίγο αληθινό			Πολύ αληθινό

3. Είμαι σε θέση να διατηρώ μόνιμα μια υγιεινή διατροφή.

1	2	3	4	5	6	7
Δεν είναι καθόλου αλήθεια			Λίγο αληθινό			Πολύ αληθινό

4. Είμαι σε θέση να ανταποκριθώ στην πρόκληση της διατήρησης μιας υγιεινής διατροφής για το παιδί/την οικογένειά μου.

1	2	3	4	5	6	7
Δεν είναι καθόλου αλήθεια			Λίγο αληθινό			Πολύ αληθινό