

طرح‌واره‌های مربوط به ظاهر ASI

لطفاً باورهای خود را درباره‌ی هر یک از جمله‌های زیر با استفاده از مقیاس ۱ تا ۵ مشخص نمایید.

	۱	۲	۳	۴	۵
	کاملاً موافق	غالباً موافق	نه مخالف و نه موافق	غالباً موافق	کاملاً موافق
۱.					قیافه‌ام جزء مهمی از هویت من است.
۲.					نقص ظاهری من یکی از اولین چیزهایی است که افراد به آن توجه می‌کنند.
۳.					ظاهر جسمی بیرونی یک فرد نشانه‌ای از ویژگی‌های درونی اوست.
۴.					اگر قیافه‌ام همان‌طوری بشود که آرزو دارم از زندگی‌ام راضی‌تر خواهم بود.
۵.					اگر مردم بدانند قیافه‌ام واقعاً چطور است، کمتر مرا دوست خواهند داشت.
۶.					من با ایجاد تغییراتی در ظاهرم می‌توانم بسیاری از رویدادهای اجتماعی و احساسی در زندگی‌ام را کنترل نمایم.
۷.					ظاهرم باعث بسیاری از اتفاقاتی است که در زندگی برایم رخ داده‌اند.
۸.					من باید حداکثر سعی‌ام را بکنم که همیشه بهترین وضعیت ظاهری را داشته باشم.
۹.					پا به سن گذاشتن جذابیت مرا کمتر می‌کند.
۱۰.					از نظر زنان: برای زن بودن، یک زن باید تا حد ممکن قشنگ باشد.
۱۱.					از نظر مردان: برای مرد بودن، یک مرد باید تا حد ممکن خوش‌تیپ باشد.
۱۱.					آنچه از طریق رسانه‌های جمعی در جامعه تبلیغ می‌شود، رضایت از ظاهرم را برایم غیرممکن می‌سازد.
۱۲.					تغییر قیافه تنها راهی است که می‌توانم ظاهرم را برای همیشه دوست داشته باشم.
۱۳.					افراد جذاب از همه جهت خوشبخت هستند.
۱۴.					برای افراد بدقیافه خیلی سخت است که به خوشبختی برسند.