

Lijngedrag onder Nederlandse meisjes: toepassing van de “Theory of planned behaviour”.

Cross-sectionele studie naar de samenhang tussen de cognitieve determinanten van de ‘ Theory of planned behaviour’ en lijngedrag en naar de relatie tussen tijdschriftgebruik en de cognitieve determinanten van lijngedrag en lijngedrag.

Martijn Oude Voshaar

Juni 2008

In dit artikel werd onderzocht of de TPB een adequate verklaring kan geven van de variantie in gezond, ongezond en extreem lijngedrag van Nederlandse meisjes en of tijdschriftgebruik van verklarende waarde is bij lijngedrag. Uit deze studie is naar voren gekomen dat de TPB een geschikt model is om de verschillende vormen van lijngedrag te voorspellen, maar dat verbetering van de vragenlijsten voor de constructen sociale norm en zelfeffectiviteit het vermogen van deze vragenlijst om lijngedrag te verklaren wellicht zou kunnen vergroten en het mogelijk maakt meer licht te werpen op de rol van deze determinanten bij lijngedrag. Verder is naar voren gekomen dat de totale (jaar)prevalentie van lijngedrag in de doelgroep niet is toegenomen ten opzichte van 2004, maar dat er wel een verschuiving heeft plaatsgevonden naar meer ongezonde vormen van lijngedrag. Ten slotte bleek tijdschriftgebruik geen voorspellende waarde te hebben voor lijngedrag in deze studie.

Universiteit Twente

Faculteit: Gedragswetenschappen Psychologie

1. Begeleider: Dr. C. H. C. Stans Drossaert

2. Begeleider: Dr. M. E. Pieterse

1. Inleiding	
1.1. Achtergrond.....	3
1.2. Gevaren van lijnen.....	4
1.3. Rol van cognities.....	4
1.4. Rol van de media.....	5
1.5. Modellen ter voorspelling en verklaring van gezondheidsgedrag.....	6
1.6. Theory of planned behaviour.....	7
1.7. Onderzoeksvragen.....	8
2. Methoden	
2.1.Respondenten.....	8
2.2. Meetinstrument.....	8
2.2.1 Risicovol lijngedrag.....	9
2.2.2 Attitude.....	9
2.2.3 Zelfeffectiviteit.....	10
2.2.4 Sociale invloed.....	10
2.2.5 Tijdschriftgebruik.....	11
2.2.6 Achtergrondgegevens.....	11
2.3.Procedure.....	12
2.4.Statistische Analyse.....	12
3. Resultaten	
3.1. Demografische gegevens.....	12
3.2. Prevalentie van lijngedrag.....	13
3.3. Relatie tussen lijngedrag en tijdschriftgebruik.....	14
3.4. Relatie tussen cognitieve determinanten en lijngedrag.....	15
3.5. Voorspellen van lijngedrag met de TPB.....	16
3.5.1 Gezond lijnen.....	17
3.5.2 Ongezond lijnen.....	18
3.5.3 Extreem lijnen.....	19
4. Discussie	
4.1. Prevalentie van lijngedrag.....	20
4.2. Determinanten van lijngedrag.....	20
4.3. Tijdschriftgebruik.....	22
4.4. Conclusie.....	23
5. Referenties	24
6. Bijlagen	
6.1 vragenlijst.....	26

Inleiding

1.1 Achtergrond

Door een toenemende nadruk in de media en in de publieke opinie op het belang van een mooi lichaam ligt het voor de hand dat mensen meer de moeite gaan nemen om aan dat ideaalbeeld te voldoen. Steeds meer jongens, bijvoorbeeld, beginnen met krachttraining om een gespierder uiterlijk te verkrijgen. De website blik op nieuws (2008) meldt dat in januari van dit jaar de marktleider in de Benelux op het gebied van fitnesscentra, HealthCity, 11.601 nieuwe aanmeldingen te verwerken kreeg. "Een absoluut record na een aantal jaren van flinke stijging".

Een gedeelte van deze nieuwe aanmelders zal zich, zoals gezegd, ten doel gesteld hebben meer spiermassa op te bouwen. Maar een ander gedeelte van de nieuwe sporters zal zich hebben aangemeld met het goede voornemen om dit nieuwe jaar een stuk slanker op het strand te verschijnen in de vakantie. Want voor, vooral, vrouwen is het zo dat een slank lichaam als ideaal wordt gezien. Vooral meisjes blijken de indruk te krijgen dat een perfect lichaam nodig is voor geluk, aantrekkelijkheid en succes. (Stice, 1994; Striegel-Moore, Silberstein, & Rodin, 1986). Daarom willen zij hun lichaam veranderen en beginnen te lijnen. Brugman et al. (1997).

Niet alleen wordt het beeld geschetst dat het mooi is om er slank dan wel gespierd uit te zien, ook wordt de boodschap in de media voluit verkondigd dat het bereiken van deze doelen onder de controle van de persoon zelf ligt. Harrison en Cantor (1997) spreken in dit verband van *thinnes depicting* en *thinnes promoting* in de media.

Dat mensen het heft in eigen handen nemen waar het het eigen uiterlijk aangaat is natuurlijk geen nieuw verschijnsel. Al in 1996 toonde een groep Amerikaanse onderzoekers in een onderzoek naar de effecten van het volgen van een dieet op het BMI aan dat er sprake was van een toenemende trend in de prevalentie van lijngedrag bij vrouwen (Field et al., 2003). Deze studie toonde verder aan dat in 1996 25% van de meisjes in de studie infrequent lijnde en dat 4.5% van de meisjes frequent lijnde. In een latere longitudinale studie uit 1999 (Neumark-Sztainer, Wall, Eisenberg, Story & Hannan (2006) werd het onderscheid gemaakt tussen gezonde, ongezonde en extreme vormen van lijnen. De auteurs vonden de genoemde verschijningsvormen van lijngedrag allemaal terug bij vrouwen. Opvallend was dat er een toename waargenomen werd voor ongezonde en extreme vormen van gewichtsbeheersing naarmate de twee door de auteurs bestudeerde cohorten door hun adolescentie periode bewogen, maar niet voor gezonde vormen van lijngedrag.

Ook in Nederland werd al onderzoek gedaan naar lijngedrag. In 1997 werd door Brugman, Meulmeester, Spee-Van der Wekke, Beuker, Zaadstra, Radder, en Verloove-Vanhorick (1997) vastgesteld dat 13.5% van de meisjes en 5% in de leeftijdsgroep 13 tot 15 jaar aan de lijn deed op het moment van onderzoek. Verder bleek uit deze studie dat slechts 50% van deze personen daadwerkelijk aan overgewicht leed.

In 2004 lanceerde het TNO een landelijke studie naar lijngedrag onder jongeren (Crone, Harland, Paulussen, Bruil & Öry, 2004). Zij namen een vragenlijst af onder 1188 meisjes uit de leeftijdscategorie 12 tot 19 jaar. Zij vonden dat een meerderheid van 80% wel eens aan de lijn heeft gedaan. Ongeveer een derde van deze groep gebruikt alleen gezonde vormen van lijnen en een kwart gebruikt ook ongezonde

lijnvormen. Extreme vormen van lijnen komen ook in een kwart van alle gevallen voor. Hier valt op dat oudere meisjes meer lijken te lijnen dan jongere. Slechts 13% van de meisjes van 17 jaar en ouder lijnt niet tegen bijvoorbeeld 33% van vijftien jaar.

Op basis van het voorgaand kunnen een aantal conclusies worden getrokken. Ten eerste dat de prevalentie van lijngedrag onder jongeren hoog is. Verder is het zo dat oudere meisjes overwegend meer geneigd zijn te lijnen en dat oudere meisjes ook meer geneigd zijn ongezonde en extreme lijnmethoden te gebruiken dan jongere meisjes. Ten slotte misschien nog wel het belangrijkste dat een groot gedeelte van de jongeren dat aan de lijn doet niet lijdt aan overgewicht.

1.2 gevaren van lijnen.

Inherent aan het beheersen van het lichaamsgewicht door minder voedingsstoffen te nemen is het gevolg dat er tekorten kunnen ontstaan aan belangrijke voedingsstoffen. Dit kan weer verschillende gezondheidsconsequenties tot gevolg hebben. Zo toonden Green, Rogers, Elliman & Gatenby (1997) aan dat respondenten die aan de lijn doen en als gevolg daarvan slechts 70% van hun benodigde energie hoeveelheid binnenkregen slechter presteren op een geheugentaak en op een oplettendheid taak dan een controlegroep. Dit impliceert dat stelselmatige onthouding van voedingsstoffen verlaagde cognitieve functie als gevolg kan hebben. Verder toonde Fujiwara (2007) aan dat lijnen tijdens de adolescentie periode bij vrouwen een negatief effect kan hebben op de reproductieve functie.

Overbekend is ten slotte dat lijnen kan doorslaan in levensbedreigende condities zoals anorexia nervosa en bulimia nervosa. Ondanks dat de prevalentie relatief laag is (anorexia komt bij 1% van de doelgroep voor en Bulimia .3%) zijn eetstoornissen toch een ernstig probleem voor de volksgezondheid omdat ze van alle psychische stoornissen de dodelijkste zijn (VanderEycken 2000). Het blijkt dat vooral jongere adolescenten gevoelig zijn voor anorexia. Deze stoornis heeft de neiging om aan te vangen tijdens het begin van de puberteit terwijl oudere adolescenten gevoeliger zijn voor bulmia. (Gonzalez, Kohn, & Clarke, , 2007) Uit het onderzoek van het TNO (Crone et al, 2004) komt naar voren dat excessief aan de lijn doen voorspellend kan zijn voor het ontwikkelen van een eetstoornis.

1.3 rol van cognities.

Het wordt algemeen aangenomen dat de etiologie van eetstoornissen een combinatie is van genetische, psychologische en sociaal culturele factoren. Verklaringen van eetstoornissen worden dus in termen van het biopsychosociale model gezocht. Dit onderzoek benaderd lijngedrag vanuit een psychologisch denkkader. Er wordt bijgevolg verondersteld dat lijngedrag tot stand komt door de invloed van cognities op gedrag.

Voor een belangrijk gedeelte wordt lijngedrag veroorzaakt door tevredenheid met het eigen lichaam, (bv. Markey & Markey, 2005) zo vonden Geller et al. (2001) dat de mate waarin zelfvertrouwen gebaseerd is op lichaamsgewicht, voorspellend kan zijn voor eetstoornissen en Kirsh, McVey, Tweed & Katzman, D. (2007) dat vrouwen met een eetstoornis onderscheiden konden worden van een controle groep door de nadruk die ze legden op fysiek voorkomen, en door zelfgeoriënteerd perfectionisme. In deze voorbeelden gaat het er steeds om dat lijngedrag tot stand komt door hoe vrouwen hun eigen

lichaam interpreteren en het belang dat zij aan die interpretatie hechten, niet aan de omvang van het lichaam zelf.

Over het algemeen blijkt het verder zo te zijn dat vrouwen minder tevreden zijn over hun lichaam naarmate hun BMI (lichaamsgewicht in relatie tot lichaamslengte) meer duidt op overgewicht en dat de neiging om op een gezonde manier te lijnen toeneemt als functie van lichaamsgewicht. Opvallend is echter dat in de groep vrouwen die er ongezonde lijnstrategieën op na houdt er géén relatie gevonden werd met BMI (Markey & Markey, 2005). De auteurs stellen voor dat in dit geval sprake kan zijn van verstoorde cognities betreffende het eigen lichaamsbeeld. Blijkbaar is lichaamsgewicht geen goede voorspeller voor ongezonde vormen van lijngedrag. Er moeten dus andere factoren verantwoordelijk zijn voor deze extreme vormen van lijngedrag.

In een andere studie die een mogelijk antwoord voor dit vreemde fenomeen biedt en die de naam *I see what you see* draagt (Jansen, Smeets, Martijn & Nederkoorn, 2006), werd onderzoek gedaan naar de relatie tussen eigen opvatting van aantrekkelijkheid bij vrouwen met een eetstoornis en vrouwen zonder eetstoornis in relatie tot beoordeling door een panel. Uit deze studie bleek dat de aantrekkelijkheid van de beoordeelde vrouwen zowel door zichzelf als door het panel ongerelateerd was aan BMI, en dat vrouwen met een eetstoornis zowel door zichzelf als door het panel als minder aantrekkelijk werden beoordeeld. Dit lijkt er op te wijzen dat vrouwen die zichzelf onaantrekkelijk vinden en die waarschijnlijk vanuit de sociale omgeving merken dat ze onaantrekkelijk gevonden worden, de neiging hebben dit te wijten aan overgewicht, onafhankelijk van het werkelijke gewicht. Dit spoort deze groep er blijkbaar toe aan ongezonde lijnstrategieën te gaan toepassen. Zelfbeeld speelt dus een cruciale rol bij lijngedrag, maar BMI is niet altijd de bepalende factor bij het tot stand komen van een negatief zelfbeeld dat aanleiding geeft om ongezonde lijnstrategieën te gaan toepassen. Uit het voorgaande is duidelijk geworden dat bij, vooral de meer ongezonde vormen van, lijngedrag niet alleen BMI een bepalende factor is, maar dat cognities ook een belangrijke rol spelen.

1.4 Rol van de media.

Dit onderzoek beschouwt ondermeer de relatie tussen mediagebruik en lijngedrag. In dit onderzoek is de impliciete veronderstelling dat media invloed heeft op het zelfbeeld op twee manieren, namelijk ten eerste door de nadruk op het prototypische schoonheidsideaal en ten tweede door het aanreiken en promoten van mogelijkheden om af te slanken. Volgens Peterson et. al. (2007), bijvoorbeeld, is de media een belangrijk fenomeen bij het verklaren van lijngedrag omdat in de media expliciet en impliciet de boodschap wordt verkondigd dat lijnen een normale en positieve manier is om het gewicht te beïnvloeden en omdat in de media voorkomende mensen voor het grootste gedeelte slanke mensen zijn. Ook Vaughan & Fouts (2003) merken op dat de media invloed heeft op lijngedrag door de prominente rol van mensen met een te (sic) laag gewicht en het presenteren van manieren en producten om te verslanken. Harrison & Cantor (1997) spreken van *thinnes depicting* en *thinnes promoting* media materiaal.

Ook wordt veel gesproken over de normstellende en waardescheppende uitwerking van de media in relatie tot lijngedrag (bv. Harrison & Cantor, 1997).

De relatieve invloed van verschillende vormen van deze beïnvloedende factoren in de media is onderwerp geweest van veel onderzoek. Zo vond Harrison (2000) dat meer gebruik van media waarin het schoonheidsideaal een rol speelt voorspellend is voor anorexia en bulimia in Amerika en dat dit verband toeneemt met leeftijd vanaf het begin van de adolescentie tot aan de vroege volwassenheid (ongeveer 18 jaar in dit geval).

Over de invloed van media is vooral onderzoek gedaan naar beïnvloeding door televisie en tijdschriften. Veel onderzoek wijst in de richting dat vooral het lezen van tijdschriften een sterke invloed uitoefent op lijngedrag. Zo vonden Harrison & Cantor (1997) dat het gebruiken van media waarin dunne mensen figureren voorspellend is voor anorexia gedrag en dat de effecten sterker zijn voor tijdschriften lezen dan voor televisie kijken. Vaughan & Fouts (2003) vonden in hun longitudinale studie dat een toename van het lezen van modetijdschriften toename in anorexia symptomen voorspelde en dat afname van het lezen van deze tijdschriften voorspellend is voor afnemende symptomen, terwijl minder kijken naar televisieprogramma's alleen voorspellend was voor afname van symptomen. Utter et. al. (2002) vonden in een studie met bijna 5000 subjecten dat het lezen van tijdschriften lijngedrag voorspeld, zelfs als gecorrigeerd werd voor zelfvertrouwen, depressiviteit en lichaamsbeeld. Dit wijst er volgens de auteurs op dat het lezen van tijdschriften een apart, onafhankelijk correlaat is ten opzichte van lijngedrag. Omdat media gebruik en in het bijzonder tijdschriftgebruik een prominente rol lijkt te spelen bij het tot stand komen van lijngedrag wordt tijdschriftgebruik in deze studie meegenomen. Als mocht blijken dat tijdschriftgebruik samenhangt met lijngedrag dan wordt er verondersteld dat de invloed van deze factor via cognitieve gedragsdeterminanten lijngedrag beïnvloedt.

1.5 modellen ter voorspelling en verklaring van gezondheidsgedrag.

In de sociaal cognitieve benadering van gezondheid is de centrale aanname dat gezondheidsgedrag het beste te begrijpen is als functie van de waargenomen werkelijkheid en niet als functie van de werkelijkheid op zich. Er is de afgelopen 25 jaar veel onderzoek gedaan naar die cognities die in veel gevallen voorspellende waarde hebben voor gezondheidsgedrag. Onderzoek naar dit soort cognities wordt onderzoek naar de zelf regulerende vaardigheden van mensen genoemd. Binnen dit paradigma worden mensen opgevat als steeds betrokken in pogingen om disfunctionele gedrag- en gedachtenpatronen te elimineren en functionele patronen te behouden. Modellen van cognitieve determinanten zijn een belangrijk uitvloeisel van deze manier van denken.

Vaak worden in dit soort modellen twee fasen onderscheiden: de motivationele fase en de volitionele fase. In de eerste fase worden incentieven en verwachtingen overwogen die bij verschillende gedragalternatieven horen. In de tweede fase worden handelingen gepland en verricht om het gekozen doel te bereiken. De meeste modellen, waaronder de TPB, richten zich op de eerste fase.

Cognitieve modellen kunnen verder worden opgedeeld in attributie modellen (waar hier verder niet op wordt ingegaan) en modellen die gezondheidsgedrag proberen te voorspellen door zekere cognities uit te lichten waarvan wordt verondersteld dat ze voorspellende waarde hebben voor gezondheidsgedrag.

De meeste van deze modellen nemen aan dat gedrag gebaseerd is op een subjectieve en uitgebreide kosten en baten analyse van de mogelijke uitkomsten van de alternatieve

gedragsmogelijkheden. Als zodanig kunnen deze modellen beschouwd worden als geworteld in Expectancy Value theory. (Conner & Norman, 2005)

1.6 Theory of planned behavior.

Prominent onder de hiervoor uitgelichte modellen is de theory of planned behaviour. De TPB is een beproefd model dat talloze malen met succes is toegepast in studies naar gezondheidsgedrag. De TPB is ook geschikt gebleken als voorspeller van lijngedrag Bagozi & kimmel (1995) bv. Vonden dat attitudes, een centraal construct in de TPB, gedragsintentie in lijngedrag voorspellen. Nejad, Wertheim & Greenwood, (2004) deden een studie naar lijngedrag en vonden dat met de TPB 77% van variantie in intentie kon worden verklaard en 49% van de variantie in daadwerkelijk lijngedrag. Armitage & Conner (1999) ten slotte, vonden bewijs voor de stelling dat PBC een ander construct is dan self efficacy door TPB toe te passen op het voorspellen van het zich houden aan een laag vetpercentage bevattend dieet.

De TPB is een uitbreiding van de Theory of reasoned action. In dit model is de centrale assumptie dat mensen op een doelgerichte manier handelen en dat de implicaties van de verschillende mogelijke gedragsalternatieven op een rationele manier afgewogen worden. Gedragsintentie is in dit model de meest proximale determinant van gedrag. Gedragsintentie komt tot stand door de subjectieve norm ten opzichte van het gedrag in combinatie met de houding ten opzichte van het gedrag. Het construct houding bestaat uit alle uitkomstverwachtingen van het gedrag vermenigvuldigd met de waarde die aan iedere uitkomst wordt gehecht. Deze waarden kunnen negatief en positief zijn. Het construct Subjectieve norm bestaat uit de som van alle normatieve geloofsovertuigingen die op een bepaald moment geactiveerd zijn in een individu vermenigvuldigd met de motivatie om gehoor te bieden aan deze normatieve opvattingen.

Om het vermogen van het model om niet bewust gewild gedrag te verklaren en voorspellen te vergroten werd waargenomen gedragscontrole aan dit model toegevoegd, waarmee het model bekend kwam te staan als de TPB. Het construct is te definiëren als de mate van controle die een persoon acht te hebben in een given omstandigheid bij gegeven barrières. Dit construct is opgebouwd uit waargenomen interne en externe controle factoren. De auteurs van het model claimen dat het model een volledige verklaring van gedragsintentie biedt in die gevallen waarin waargenomen gedragscontrole overeenkomt met de werkelijke controle over het gedrag (Norman & Conner, 2005).

Alle andere factoren die de gedragsintentie beïnvloeden doen dat via deze constructen. In het geval van tijdschriftgebruik bij lijngedrag claimt de TPB dus dat tijdschriftgebruik lijngedrag alleen kan beïnvloeden door zelf de constructen uit het model te beïnvloeden. Deze constructen beïnvloeden dan intentie. Vandaar dat alle overige constructen bij de TPB distale variabelen worden genoemd. Er is in deze studie voor de TPB gekozen om twee redenen. Ten eerste bied de TPB een geschikt theoretisch kader om de invloed van cognities op lijngedrag te onderzoeken, ten tweede geeft dit model gelegenheid om ook de invloed van niet cognitieve determinanten van gedrag mee te nemen in de analyse. OP die manier

1.7 Onderzoeksvragen.

Dit onderzoek beoogd licht te werpen op lijngedrag bij meisjes in de leeftijdsgroep 12-18 jaar. In overeenstemming met eerder onderzoek wordt daarbij een onderscheid aangebracht tussen gezonde, ongezonde en extreme vormen van lijnen. Onderwerp van studie is de prevalentie van lijngedrag in de doelgroep en de rol van cognitieve determinanten bij het tot stand komen van lijngedrag. Ten slotte wordt ook de invloed die het lezen van tijdschriften heeft op lijngedrag en op de meer proximale cognitieve gedragsdeterminanten van lijngedrag meegenomen in de studie. Deze motieven leidden tot de volgende onderzoeksvragen:

- Wat is de prevalentie van lijngedrag en hoe vergelijkt deze met de prevalentie in 2004 in de studie van het TNO?
- in hoeverre hangen lijngedrag en tijdschriftgebruik en de gedragsdeterminanten van de TPB en lijngedrag samen?
- is de TPB een geschikt model om lijngedrag te voorspellen bij Nederlandse meisjes en kan tijdschriftgebruik bijdragen aan de verklarende waarde van de TPB?
- Welke implicaties hebben de resultaten van de studie voor het bestrijden van ongezonde vormen van lijnen?

Methoden

2.1 respondenten.

Dit onderzoek werd gehouden onder een groep Nederlandse meisjes in de leeftijd van 12 tot 18 jaar. Om deze groep te bereiken werden middelbare scholen telefonisch benaderd. Er zijn vijftien willekeurige middelbare scholen en ROC's in de regio Twente benaderd waarvan vier besloten om mee te doen. In totaal is de vragenlijst ingevuld door 738 jongeren. Van deze werden alleen die door meisjes zijn ingevuld in de analyses meegenomen. Dat waren er 387. Van alle vragenlijsten die door meisjes zijn ingevuld waren drie onbruikbaar doordat de leeftijd buiten de leeftijdsbegrenzungen viel.

2.2 meetinstrument.

Er is door de Crone et al. (2004) een vragenlijst gemaakt over lijngedrag. Deze vragenlijst meet zowel een aantal constructen van de TPB als algemene lijngegevens en enige achtergrondgegevens. Deze vragenlijst is voor dit onderzoek grotendeels overgenomen, aangevuld met een vragenlijst om tijdschriftgebruik te meten. Voor al deze vragenlijsten is als maat voor interne consistentie Cronbach's alfa genomen. Bij iedere vragenlijst wordt gekeken of de betrouwbaarheid tegemoet komt aan de richtlijnen van de COTAN (2004). Volgens deze richtlijnen moet voor onderzoek op groepsniveau de betrouwbaarheid volgens Cronbach's alfa ten minste .6 zijn. Tenzij anders vermeld wordt steeds de somscore van alle items van een schaal meegenomen in de analyses. De vragenlijst werd online ingevuld door de deelnemers. Naast de vragen behorende bij de constructen werd ook gevraagd naar diverse achtergrondgegevens van de respondenten.

2.2.1 risicovol lijngedrag.

Zoals gezegd werd lijngedrag gemeten met een door Crone et al. aangepaste versie van de Adolescent Dieting Scale (ADS; Patton, Carlin, Shao, Hibbert, Rosier, Selzer, & Bowes, 1997). Deze gevalideerde schaal bestaat uit acht vragen. Crone et al. heeft aan deze schaal twaalf vragen toegevoegd om het vermogen van de schaal om ook excessieve en extreme vormen van lijnen te kunnen meten te vergroten (Crone et al., 2004) De vragen werd gescoord op een 4-punts Likert schaal.

Er waren zes vragen voor het meten van gezond lijngedrag (vermijden van dikmakende voeding, caloriearm voedsel eten, minder dan een bepaald aantal calorieën eten, minder eten na een dag teveel gegeten te hebben, tussendoortjes vermijden en te veel bewegen). De schaal bleek op bevredigende manier te functioneren in dit onderzoek ($\alpha=.721$)

Er waren 10 vragen voor het meten van ongezond lijngedrag (eten laten staan tijdens maaltijden, kleine porties eten, ontbijt overslaan, andere maaltijden overslaan, in plaats van een maaltijd droge crackers eten, dieetdranken gebruiken, bepaalde voedingsgroepen weglaten, kleine beetjes eten of alleen drinken, afslankkuren gebruiken en dieetpillen nemen). In dit onderzoek was Cronbach's alfa hoog ($\alpha=.784$).

Tenslotte waren er vier vragen voor het meten van extreem lijngedrag (een dag of langer niet eten, zelfopgewekt braken, plaspillen gebruiken en laxemiddelen gebruiken). Bij deze schaal bleek de interne consistentie onder de richtlijn van Het COTAN te zitten ($\alpha=.556$). Dit is overigens zonder item 19, het gebruik van plaspillen dat door geen van de respondenten werd toegepast. Hier zijn dus maar drie vragen gebruikt om extreem lijnen te meten. Omdat de vragen inhoudelijk echter relevant zijn en omdat de lage Cronbach's alfa waarschijnlijk mede wordt veroorzaakt door het kleine aantal vragen is toch besloten om in ieder geval bij de hieronder besproken indeling geen achtting te slaan op dit feit. Andere analyses waarbij extreem lijnen als schaal wordt opgevat moeten dus met een zeker wantrouwen worden beschouwd.

2.2.2 Attitude.

Het domein attitude werd gemeten met vier vragenlijsten die verschillende facetten van dit construct beogen te meten.

Uitkomstverwachtingen van slanker zijn.

Deze subschaal van attitude bestaat in het TNO onderzoek uit 4 schalen, allemaal met een behoorlijk betrouwbaarheid. Crone et al., 2004 claimen dat principale componenten analyse heeft laten zien dat twee factoren ten grondslag liggen aan deze vragenlijst en zij hebben daarom de schaal opgedeeld in twee stukken. Factor analyse van de resultaten in deze studie heeft laten zien dat er drie factoren zijn met een eigenwaarde hoger dan 1, waarbij de eerste factor, met een eigenwaarde van bijna 11, veruit het grootste gedeelte van de variatie (52.8%) verklaard. De andere twee factoren (gezamenlijk in staat 14% van de variantie te verklaren) bleken onduidelijk. Vandaar dat er hier is gekozen om de schaal niet op te splitsen. De schaal heeft in dit onderzoek een zeer hoge betrouwbaarheid ($\alpha=.945$). De schaal bestaat uit 19 items en bevat vragen die sociale voordelen van slank zijn meten (bijvoorbeeld: als

ik slanker ben krijg ik eerder een baan) en vragen die affectieve voordelen van slanker zijn meten (bijvoorbeeld: als ik slanker ben, ben ik gelukkiger).

Uitkomstverwachtingen van aan de lijn doen.

Dit gedeelte van de attituden schaal bestaat volgens de auteurs uit drie componenten. Deze zijn voordelen van lijnen ($\alpha=.81$), gemeten door drie vragen, nadelen van lijnen ($\alpha=.72$), gemeten door twee vragen en lange termijn nadelen van lijnen ($\alpha=.72$), eveneens gemeten door twee vragen. Deze structuur werd ook hier teruggevonden, zij het dat de subschaal nadelen van lijnen een te lage interne consistentie had om mee te kunnen nemen in de analyses ($\alpha=.278$). De andere twee schalen voldeden wel ruim aan de minimumvereisten voor interne consistentie ($\alpha=.834$ voor voordelen en $\alpha=.789$ voor lange termijn nadelen) en zijn daarom meegenomen in de analyses. Hoge scores op deze schalen duiden op lage mate van zien van respectievelijk voordelen en lange termijn nadelen van lijnen.

Drang om te lijnen.

Drang om te lijnen werd door de TNO gemeten met vijf vragen op een vijfpunt likert schaal. ($\alpha=.913$.) Drang om te lijnen is de interne druk die meisjes voelen om te gaan lijnen. Een voorbeeld van een vraag uit deze schaal is: als ik het niet volhoud om te lijnen ben ik teleurgesteld.

Drang om dun te zijn.

Het construct drang om dun te zijn komt uit de Eating Disorders Inventory (EDI) en bestaat uit 7 vragen op een zespunt schaal. Een voorbeeld van een item is 'de wensdunner te worden houdt mij erg bezig'.t. De betrouwbaarheid van deze schaal is hoog ($\alpha=.933$).

2.2.3 zelf effectiviteit.

Het construct Zelfeffectiviteit werd gemeten met maar een vragenlijst. Bij de zelfeffectiviteit schaal wordt eerst gevraagd of de respondent in een gegeven situatie aandrang voelt te gaan lijnen. Daarna wordt gevraagd hoe groot de persoon de kans inschat weerstand te kunnen bieden aan deze aandrang. De score op deze twee vragen worden dan vermenigvuldigd en er wordt een somscore gemaakt van alle itemparen. De hoogste Scores op deze schaal treden dus op in gevallen waarin iemand sterke aandrang voelt te lijnen en toch een hoge mate van controle over het lijngedrag denkt te hebben. Mensen met hoge scores op deze schaal schatten dus in dat zij veel controle zouden kunnen uitoefenen op de aandrang om te lijnen. De op deze manier ontstane schaal heeft een hoge betrouwbaarheid ($\alpha=.945$).

2.2.4 Sociale invloed.

Modeling.

Bij modeling gaat het om het leren door het observeren van andermans gedrag; gaan lijnen omdat 'belangrijke anderen' lijnen. Modeling is gevraagd aan de hand van 6vragen op een vijfpunt Likertschaal lopend van nooit tot bijna altijd. Gevraagd is ofmoeder, vader, zus(sen), broer(s), verkering en/of beste vrienden aan de lijn doen. Uitde factoranalyse komen drie factoren: Factor analyse van de resultaten in deze studie toonden aan dat deze vragenlijst uit drie componenten bestaat. Dat zijn Vader en moeder,

broer en ten slotte verkering (hierop laadt ook in mindere mate zussen). Deze factoren zijn anders dan die welke Crone et al. vonden (vriendje en broer, vader en moeder en zus en beste vriendin). De gevonden factoren worden afzonderlijk meegenomen in de analyses.

Sociale druk.

Dit gedeelte werd gemeten met de vraag: Zeggen de volgende mensen wel eens dat jij aan de lijn zou moeten doen? Deze vragen worden opgevat als één schaal die pretendeert de mate van waargenomen sociale druk te meten. De betrouwbaarheid van deze vragenlijst is laag ($\alpha=.581$).

Subjectieve norm.

Geheel in lijn met de theorie van de TPB wordt bij dit construct de waargenomen subjectieve norm vermenigvuldigd met de motivation to comply. Daartoe zijn 6 itemparen opgesteld. Een van deze meet het ingeschatte belang dat een gegeven belangrijk persoon hecht aan lijnen en het ander meet de motivatie van de respondent om daar gehoor aan te geven. De score op vraag A van ieder itempaar werd vermenigvuldigd met vraag B van dat itempaar. Vervolgens werden de zo gekregen scores gesomd. De zo ontstane schaal heeft een lage betrouwbaarheid. ($\alpha=.565$).

2.2.5 Tijdschriftgebruik.

Er is voorafgaand aan het opstellen van de vragenlijst vooronderzoek gedaan naar tijdschriftgebruik door de doelgroep. Daarvoor zijn 21 meisjes benaderd om een vragenlijst in te vullen. Hun leeftijd varieerde van 12 tot 17. De gemiddelde leeftijd was 14.69. In deze vragenlijst werd gevraagd minimaal 1 en maximaal 4 tijdschriften te noemen die wel eens gelezen werden. Verder werd aan hen gevraagd over welk onderwerp dat tijdschrift volgens hen ging. Vervolgens werden de tien meest gelezen tijdschriften opgenomen in de vragenlijst. Er is voor de beperking van tien tijdschriften gekozen in verband met de lengte van de vragenlijst.

de tijdschriften zijn onderverdeeld naar onderwerp volgens de respondenten van het vooronderzoek. Er zijn zo vier categorieën ontstaan. Ten eerste de categorie Glossy en mode, bestaande uit de tijdschriften: Fancy, Girlz, Cosmo girl en glossy. Ten tweede de categorie Strip, bestaande uit de Donald Duck. Ten derde de categorie roddel bestaande uit de privé. Ten vierde de categorie muziek bestaande uit de hitkrant.

2.2.6 Achtergrondgegevens.

Naast de vragen behorende bij de theoretische constructen uit figuur 3 werd er ook naar diverse achtergrondgegevens van de respondenten gevraagd (geslacht, leeftijd, geboorteland, geboorteland van de vader, geboorteland van de moeder, lengte, gewicht, schoolniveau en klas.

2.3. Procedure.

Er zijn vijftien scholen benaderd waarvan uiteindelijk vier besloten mee te doen. Dit waren het Twents Carmellyceum Oldenzaal, Het ROC Hengelsestraat Enschede, de wissel in Enschede en het Stedelijk Lyceum locatie zuid in Enschede. De scholen werden telefonisch benaderd, waarna vervolgesprekken werden afgesproken. Voorafgaand aan de afname van de vragenlijst zijn ouders van kinderen die meededen aan het onderzoek in kennis gesteld van dit feit door middel van een brief.

De vragenlijsten werden afgenomen in klassikaal verband tijdens mentoruren. Hiervoor werd op twee scholen een computerlokaal gebruikt (Twents Carmellyceum en Stedelijk lyceum locatie zuid). De vragenlijst werd afgenomen via een webapplicatie. De andere twee scholen (de Wissel en het ROC) hadden normale klaslokalen beschikbaar gesteld. Hier werd de vragenlijst handmatig afgelegd.

Voorafgaand aan het invullen van de vragenlijst werd een korte presentatie gehouden waarin het doel van de studie enigszins belicht werd en waarin werd benadrukt dat de gegevens anoniem verzameld werden, dat er geen goede of foute vragen waren en dat bij onduidelijkheid een van de proefleiders er bij geroepen kon worden.

2.4. statistische analyse.

om de samenhang tussen tijdschriftgebruik, lijnschalen en TPB constructen te bepalen, is gebruik gemaakt van pearson correlaties, met uitzondering van de correlaties met de tijdschriftschalen. Deze zijn opgesteld door Spearman's rangcorrelatie te gebruiken. Vervolgens is regressie analyse uitgevoerd. Om de prevalentie gegevens te kunnen vergelijken met die uit het TNO onderzoek van Crone et al. (2004) is de volgende indeling overgenomen: Respondenten zijn toegewezen aan de lijnt niet groep als ze geen enkele vraag in de scoringsrichting beantwoord hebben op alle drie de schalen. Respondenten die alleen items in de scoringsrichting beantwoord hebben op de gezond schaal zijn aan de groep lijnt gezond toegewezen. Personen die ten minste een punt hebben op de ongezond lijnen schaal, maar nul punten op de extreem lijnen schaal zijn aan de lijnt ongezond groep toegewezen. Alle personen die punten hebben gescoord op de extreem lijnen schaal zijn aan de lijnt extreem groep toegewezen.

3 resultaten

3.1 demografische gegevens.

Van de in totaal 684 mensen die deelnamen aan het onderzoek waren er 384 meisjes. In dit onderzoek worden alleen de meisjes meegenomen. De gemiddelde leeftijd van de meisjes was 14.27 (SD=1.506). Opvallend is dat veel respondenten (22.4%) de mogelijkheid anders hebben opgegeven bij schoolkeuze. Het is niet duidelijk welke opleiding deze mensen volgen, aangezien de vragenlijst alleen op havo, vwo havo/vwo, vmbo en mbo is afgenomen. De demografische gegevens van de proefpersonen zijn samengevat in tabel 1.

Tabel 1

Demografische gegevens

	%	(n=384)
Leeftijd		
12	8.1%	(31)
13	25.5%	(98)
14	31.3%	(120)
15	16.1%	(62)
16	8.9%	(34)
17	5.5%	(21)
18	4.7%	(18)
Etniciteit		
Autochtoon	82.0%	(316)
Allochtoon	18.0%	(68)
Onderwijs		
Anders	22.4%	(86)
VMBO	36.2%	(139)
HAVO	17.7%	(68)
HAVO/VWO	11.7%	(45)
VWO	3.6%	(14)
MBO	8.3%	(32)
Klas		
1	19%	(73)
2	44,5%	(171)
3	14.8%	(57)
4	13.3%	(51)
Mbo klas 1	32%	(32)

3.2 prevalentie van lijngedrag

In tabel 2 zijn de prevalenties van de verschillende vormen van lijnen volgens de gezond lijnen, extreem lijnen en ongezond lijnen vragenlijsten samengevat. Opvallend is dat maar liefst 60% van de respondenten op een ongezonde manier lijnt. Verder is opvallend dat van de personen met overgewicht (op basis van Leeftijdsspecifieke BMI) iedereen lijnt en 33.33% op een extreme manier lijnt. Ook opvallend is dat in de groep meisjes met ondergewicht nog steeds 30% ongezond lijnt en 10% extreem lijnt. Opgemerkt moet hier echter wel worden dat er maar 20 personen in de ondergewicht groep zitten.

Tabel 2 de lijngedragingen uitgesplitst naar BMI

BMI				
	Ondergewicht	normaal gewicht	overgewicht	Totaal
	20	331	27	378
Lijnt niet	40%	18.1%	0%	18%
Lijnt gezond	20%	23.3%	16.7%	22%
Lijnt ongezond	30%	41.7%	50%	42%
Lijnt extreem	10%	16.9%	33.3%	18%

3.3 relatie tussen lijngedrag en tijdschriftgebruik.

In tabel drie zijn de correlaties tussen de tijdschriftschalen en de lijnschalen en de correlaties tussen de tijdschriftschalen samengevat. Hieruit is op te maken dat er geen belangrijke correlaties zijn tussen de score op de lijnschalen en de tijdschrift subschalen. Wel is uit de tabel op te maken dat er een negatieve samenhang bestaat tussen het lezen van strips en lijnen, terwijl er een positieve samenhang lijkt te bestaan tussen het lezen van glossy/mode bladen en de lijnschalen. Omdat niet kon worden aangetoond dat er sprake is van een duidelijke samenhang tussen lijngedrag en tijdschriftgebruik werd tijdschriftgebruik niet meegenomen als distale variabele in de TPB regressieanalyse.

Tabel 3. correlatiematrix tijdschriftgebruik

	<u>Glossy/mode</u>	<u>roddel</u>	<u>strip</u>	<u>muziek</u>
Lijngedrag				
Gezond lijnen	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.
Ongezonder lijnen	n.s.	n.s.	-.134**	n.s.
Extreem lijnen	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.
Attitude				
Drang om dun te zijn	n.s.	n.s.	-.140**	n.s.
Drang om te lijnen	.134**	n.s.	-.196**	n.s.
Uw slanker zijn	n.s.	n.s.	n.s.	.107*
Voordelen van slank zijn	n.s.	n.s.	-.115*	n.s.
Nadelen van slank zijn	n.s.	n.s.	n.s.	.130**
Subjectieve norm				
Sociale druk	-.153**	n.s.	n.s.	n.s.
Modeling ouders	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.
Modeling broer	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.
Modeling verkerer	-.119*	n.s.	.123*	n.s.
Subjectieve norm	-.161**	n.s.	n.s.	n.s.
Gedragcontrole				
Zelfeffectiviteit	.142**	n.s.	n.s.	n.s.

* correlatie significant op het .05 niveau (tweezijdig)

** correlatie is significant op het .01 niveau (tweezijdig)

3.4. relatie tussen cognitieve determinanten en lijngedrag.

De samenhang tussen de TPB constructen en de lijnschalen zijn, met uitzondering van de modeling schalen, allemaal significant bij iedere subschaal.

Vooraf drang om te lijnen en drang om dun te zijn hangen erg sterk samen met de lijnschalen. De correlatie tussen deze constructen en de lijnschalen is volgens de typering van Cohen (1998) aanzienlijk voor gezond lijnen en ongezond lijnen en gematigd voor extreem lijnen. Ook is er een behoorlijke correlatie tussen de andere attitude subschalen en de lijnschalen. Uitkomstverwachtingen van slanker zijn heeft een aanzienlijke samenhang met gezond en ongezond lijnen en een gematigde samenhang met extreem lijnen. Alleen de correlatie tussen lange termijn nadelen en gezond lijnen is niet significant.

Zelf effectiviteit lijkt ook sterk samen te hangen met de lijnschalen. De correlaties tussen zelf effectiviteit en de lijnschalen zijn allemaal van een gematigde grootte.

Subjectieve norm is de zwakste voorspeller gebleken van lijngedrag. Alleen modeling ouders is een significante voorspeller van lijngedrag bij alle drie de subschalen. Modeling broer is bij geen enkele vorm van lijnen een significante voorspeller. De modeling verkering subschaal hangt negatief significant samen met alleen gezond lijngedrag. De sociale druk en de subjectieve norm schaal hangen significant samen met gezond en extreem lijngedrag. Alle correlaties in het sociale invloed domein zijn van kleine of onbelangrijke orde.

Tabel 4: correlatiematrix lijnschalen

	Gezond lijnen	ongezond lijnen	extreem lijnen
Attitude			
Drang om dun te zijn	.721**	.666**	.424**
Drang om te lijnen	.538**	.523**	.342**
Uv slanker zijn	.504**	.500**	.341**
Voordelen van slank zijn	.222**	.300**	.261**
Nadelen van slank zijn	n.s.	.126*	.214**
Subjectieve norm			
Sociale druk	.119*	.133**	n.s.
Modeling ouders	.161**	.187**	.156**
Modeling broer	n.s.	n.s.	n.s.
Modeling verkering	n.s.	-.117*	n.s.
Subjectieve norm	.128*	.141**	n.s.
Gedragcontrole			
Zelfeffectiviteit	.454**	.407**	.291**

* correlatie significant op het .05 niveau (tweezijdig)

** correlatie is significant op het .01 niveau (tweezijdig)

3.5 Voorspellen van lijngedrag met de TPB.

om te kijken in hoeverre de cognitieve determinanten van de TPB de variantie in lijngedrag kunnen verklaren zijn voor elk van de drie lijnschalen regressieanalyses gedaan. Uit deze analyses is naar voren gekomen dat gezond lijnen het best te voorspellen is met de TPB ($R^2=.53$), gevolgd door ongezond lijnen ($R^2=.476$) en extreem lijnen ($R^2=.25$). Voor alle drie lijnmanieren bleek attitude de belangrijkste voorspeller. Het ging daarbij vooral om drang om te dun te zijn en drang om te lijnen.

3.5.1 gezond lijnen

De regressie analyse op gezond lijnen toonde aan dat de TPB constructen 53% van de variantie in scores op de gezond lijnen schaal konden verklaren. De beste voorspeller van gezond lijngedrag was veruit drang om dun te zijn ($\beta = .636$) gevolgd door voordelige uitkomstverwachtingen van lijnen ($\beta = .094$), uitkomstverwachtingen van slanker zijn ($\beta = .086$) en zelfeffectiviteit ($\beta = .082$). de resultaten zijn samengevat in tabel 5.

Tabel 5 regressieanalyse van de cognitieve determinanten op gezond lijnen

Construct	β	p
<i>Attitude lijnen</i>		
Voordelen	-.094	.033
Nadelen lange termijn	.033	.406
Drang te lijnen	.049	.460
Drang dun te zijn	.636	.000
Uw slanker zijn	.086	.103
<i>Zelfredzaamheid</i>		
Zelfeffectiviteit	.082	.084
<i>Sociale invloed</i>		
Modeling ouders	-.050	.243
Modeling broer	.034	.411
Modeling verkering	.036	.397
Sociale druk	-.035	.534
Sociale norm	-.030	.590
R	.728	
R ²	.530	

3.5.2 ongezond lijnen

De regressie analyse van ongezond lijnen op de TPB constructen verklaart 47.6% van de variantie van scores op de ongezond lijnen schaal. De belangrijkste voorspellers van ongezond lijngedrag lijken wederom drang om dun te zijn ($\beta=.601$) lange termijn nadelen ($\beta=.138$) en uitkomstverwachtingen van slanker zijn te zijn ($\beta=.153$). Opvallend was dat ook modeling verkering ($\beta=-.100$) een goede voorspeller van ongezond lijngedrag bleek te zijn. Modeling verkering bij ongezond lijnen is de enige voorspeller die niet uit de attitude groep komt die een significante bijdrage aan de regressievergelijking levert.

Tabel 6: Ongezond lijnen

Tabel 6: regressievergelijking voor ongezond lijnen

Construct	β	p
<i>Attitude lijnen</i>		
Voordelen	.035	.441
Nadelen lange termijn	.138	.001
Drang te lijnen	-.105	.136
Drang dun te zijn	.601	.000
Uv slanker zijn	.153	.006
<i>Zelfredzaamheid</i>		
SE	.017	.734
<i>Sociale invloed</i>		
Modeling ouders	.003	.946
Modeling broer	-.034	.429
Modeling verkering	-.100	.028
Sociale druk	.014	.810
Sociale norm	.055	.347
I		
R	.690	
R ²	.476	

3.5.3 extreem lijnen

Uit de multiële regressie analyse van extreem lijnen op de TPB constructen kwam naar voren dat slechts 25% van de variantie in scores op de extreem lijnen schaal verklaard kan worden door de regressiecoëfficiënten. Ook hier leverde alleen het attitude domein significante bijdragen aan de regressievergelijking met drang om dun te zijn ($\beta=.314$), lange termijnnadelen van lijnen ($\beta=.234$) en uitkomstverwachtingen van slanker zijn ($\beta=.180$).

Tabel 7: regressievergelijking voor extreem lijnen

Construct	β	p
<i>Attitude lijnen</i>		
Voordelen	.077	.165
Lange termijn nadelen	.234	.000
Drang te lijnen	-.119	.156
Drang dun te zijn	.314	.000
Uv slanker zijn	.180	.007
<i>Zelfredzaamheid</i>		
Zelf effectiviteit	.038	.526
<i>Sociale invloed</i>		
Modeling ouders	.066	.218
Modeling broer	-.017	.746
Modeling verkering	-.041	.448
Sociale druk	.017	.812
Sociale norm	-.002	.973
<i>Model 1</i>		
R	.500	
R ²	.250	

4. Discussie

4.1. prevalentie van lijngedrag.

Het bleek dat 80% van de meisjes die aan deze studie hebben meegedaan aan de lijn doet. Dat betekent dat de prevalentie van lijngedrag in het algemeen ten opzichte van vier jaar geleden niet is toegenomen. In het onderzoek van het TNO deed 81% van alle meisjes aan de lijn.

Een vergelijking van de resultaten in dit onderzoek met het onderzoek door het TNO laat echter wel zien dat ten opzichte van vier jaar geleden meer meisjes ongezond zijn gaan lijnen, dit percentage is gestegen van 24% naar 44%. Het totaal percentage gezond lijnende meisjes blijkt te zijn afgenomen van 35% naar 22% zoals in tabel 2 is af te lezen. Het lijkt er dus op dat meisjes steeds meer ongezonde lijngedragingen gaan gebruiken. Als de totaalpercentages worden uitgepartialiseerd naar gewicht (ondergewicht, normaal gewicht en overgewicht) zien we een opvallend verschil ten opzichte van het TNO onderzoek, namelijk dat hoewel het bij het TNO onderzoek het zo is dat meisjes met ondergewicht opvallend vaak niet lijnen of gezond lijnen (45 en 34%) en bijna niet ongezond en extreem lijnen (10 en 11%), terwijl het in dit onderzoek is gebleken dat meisjes met ondergewicht vaker ongezond lijnen dan gezond lijnen (30% en 20%). Ook bij meisjes met normaal gewicht vindt er een verschuiving plaats van meer gezonde lijnvormen naar ongezonde lijnvormen. In de studie van het TNO lijnt 37% van de meisjes met normaal gewicht gezond, terwijl dat in deze studie nog maar 23.3 is, en het percentage ongezond lijnende meisjes met normaal gewicht gestegen is van 24% naar 41.7%. Meest opvallend is misschien wel in de groep de meisjes met overgewicht het lijngedrag nog het minst verandert is. In deze studie lijnt 0% van deze meisjes niet tegen 4% bij het TNO, 22% gezond tegen 23% bij het TNO, 42% ongezond tegen 42% bij het TNO en 18% extreem tegen 31% bij het TNO.

4.2. determinanten van lijngedrag

uit dit onderzoek is naar voren gekomen dat de TPB een geschikt theoretisch kader biedt voor de verklaring van lijngedrag. Er kwam vooral naar voren dat attitude een belangrijke voorspeller van lijngedrag is. Zowel voor gezond als ongezond lijnen lijkt de drang om dun te zijn, op de voet gevolgd door drang om te lijnen de meeste bepalende factor om aan de lijn te doen. Opvallend is dat de samenhang tussen extreme lijnvormen en drang om dun te zijn iets kleiner is. Aan de andere kant is de samenhang tussen lange termijnnadelen en extreem lijnen iets verhoogd ten opzichte van de andere schalen. Bij het interpreteren van de extreem lijnen schaal moet overigens wel bedacht worden dat de correlaties onderschat kunnen worden door de lage interne consistentie van de schaal. Het is daarom wenselijk om bij vervolgonderzoek te proberen om een extreem lijnen schaal te creëren die een hogere mate van interne consistentie geniet, bijvoorbeeld door meer items toe te voegen.

Zelf effectiviteit bleek ook een goede voorspeller van lijn gedrag te zijn. Maar de interpretatie van deze bevinding brengt een aantal moeilijkheden met zich mee. Bij de zelfeffectiviteit schaal wordt eerst gevraagd of de respondent in een gegeven situatie aandrang voelt te gaan lijnen. Daarna wordt gevraagd hoe groot de persoon de kans inschat weerstand te kunnen bieden aan deze aandrang. De score op deze twee vragen worden dan vermenigvuldigd en er wordt een somscore gemaakt van alle itemparen. De

hoogste Scores op deze schaal treden dus op in gevallen waarin iemand sterke aandrang voelt te lijnen en toch een hoge mate van controle over het lijngedrag denkt te hebben. Mensen met hoge scores op deze schaal schatten dus in dat zij veel controle zouden kunnen uitoefenen op de aandrang om te lijnen. Vanuit dat licht bezien is het vreemd dat hoge scores op deze schaal samengaan met hogere scores op de lijnschalen. We zouden namelijk verwachten dat mensen met veel controle over de drang om te gaan lijnen juist minder lijngedrag vertonen. Misschien wordt de score op deze schaal wel omhoog gedrukt door het eerste gedeelte van de vraag dat eigenlijk nog een keer de drang om te gaan lijnen meet.

Een andere reden waarom deze schaal niet optimaal functioneert is dat veel mensen de vraag verkeerd bleken te begrijpen. Vooral jongere proefpersonen bleken moeite te hebben met de ingewikkelde formulering en sommigen wisten niet dat het tweede gedeelte van de vraag betrekking had op het eerste. Bij vervolgonderzoek zou hiermee rekening gehouden kunnen worden door de vraag anders te formuleren en beter te benadrukken dat deze twee vragen bij elkaar horen. De Vragen zouden dan als volgt geformuleerd kunnen worden: Als mijn kleren strakker zouden gaan zitten heb ik het gevoel dat ik zou moeten gaan lijnen. Vraag B zou als volgt geformuleerd kunnen worden: Als dat het geval is dan denk ik dat het me zou lukken om die verleiding te weerstaan.

De sociale invloed schalen bleken niet in behoorlijke mate samen te hangen met de lijnschalen. Dat is vreemd, want volgens Conner en Norman (2005) publiceerden McEachan en zijn collega's in 2005 een meta analyse van interventies op basis van de TPB in relatie tot dieetgedrag waarin zij claimen dat subjectieve norm bij dieet gedrag na attitude de sterkste voorspeller van lijngedrag was. Van deze schalen deed modeling ouders het bij alle vormen van lijnen het beste. Blijkbaar is de rolmodel invloed van ouders van belang bij het lijngedrag van de doelgroep. Hier valt verder nog op dat sociale druk geen rol blijkt te spelen bij extreem lijnende jongeren in tegenstelling tot bij gezond en ongezond lijnende jongeren. Dat zou er op kunnen wijzen dat mensen die extreem lijnen gemotiveerd zouden kunnen worden om aan de lijn te doen op basis van andere overwegingen dan hun lichaamsgewicht in relatie tot lichaamslengte, omdat het voor de hand ligt dat sociale druk op iemand meer wordt uitgeoefend naarmate een persoon meer overgewicht heeft. Mede met het oog op de voorgenoemde meta analyse moet hier nog opgemerkt worden dat door de combinatie van onbetrouwbaarheid van de subjectieve norm en sociale druk schalen en het meten van de modeling constructen met maar weinig items, de werkelijke correlaties tussen sociale invloed en lijngedrag versluierd zou kunnen zijn door de invloed van meetfouten.

Ondanks een aantal methodologische tekortkomingen van dit onderzoek kan toch een aantal belangrijke implicaties van deze resultaten worden aangemerkt. Het blijkt, net als in het TNO onderzoek vier jaar geleden, dat vooral attitude een belangrijke voorspeller van lijngedrag is. Het blijkt uit de regressieanalyses die zijn uitgevoerd in deze studie dat een groot gedeelte van de variantie in scores op de lijnschalen verklaard kan worden door vooral drang om dun te zijn en lange termijn nadelen van lijnen bij de ongezond lijnen en de extreem lijnen schaal en drang om dun te zijn en voordelen van lijnen bij gezond lijnen. We kunnen hieruit afleiden dat aan de lijn doen vaak samengaat met een verhoogde mate waarin meisjes zich zorgen maken over toename van het eigen gewicht en het belang dat zij hechten aan hun gewicht. (Crone et al., 2004). Interventies om lijngedrag in het algemeen te beperken zouden hierop dus kunnen inhaken door te proberen om deze drang weg te nemen.

Interventies die er op gericht zijn om alleen ongezond en extreem lijnen te doen verminderen zouden er wellicht door gediend zijn zich te richten op lange termijn nadelen van lijnen. Omdat een hoge score op deze schaal duidt op een lage mate van zien van lange termijn nadelen van lijnen, betekent de positieve samenhang tussen lijngedrag en de score op deze schaal dat lijngedrag samengaat met het zien van minder lange termijn nadelen van dun zijn. Blijkbaar is bij ongezond en extreem lijnende meisjes dus niet sterk het besef aanwezig dat aan de lijn doen schadelijke effecten op de lange termijn met zich meebrengt. Interventies zouden daar op kunnen inspelen door deze negatieve consequenties nadrukkelijk onder de aandacht te brengen. Aan de andere kant is het blijkbaar zo dat meisjes die gezond lijnen weinig voordelen zien van lijnen. Dit betekent dat zij niet (in sterke mate) gemotiveerd worden om te gaan lijnen omwille van de voordelen die het lijnen op zich met zich meebrengt. Dat wil bijvoorbeeld zeggen dat deze groep niet lijnt omdat ze zo aan zichzelf kunnen bewijzen dat ze ergens goed in zijn.

Verder bleek uit eerdere analyses al dat de andere attitudeschalen ook in sterke mate samenhangen met lijngedrag. De hoge intercorrelatie tussen de attitude schalen zorgt er waarschijnlijk voor dat de invloed van deze schalen op de score op de lijnschalen minder goed zichtbaar is in de regressieanalyse. Daarom zou wellicht ook kunnen worden overwogen om interventies te baseren op de andere facetten van attitude die in deze studie sterk samenhangen met lijngedrag.

4.3. Tijdschriftgebruik

Het bleek in deze studie niet zo te zijn dat een hogere mate van het lezen van tijdschriften waarin het dunne schoonheidsideaal voorkomt samengaat met meer extreme lijnvormen. Dit is in strijd met resultaten van eerdere Amerikaanse studies zoals die van Harrison & Cantor (1997) en van Vaughan & Fouts (2003). Daarvoor kunnen meerdere verklaringen gevonden worden.

Ten eerste zou de verklaring gezocht kunnen worden in methodologische beperkingen. Voor alle tijdschriftschalen, met uitzondering van de glossy/mode schaal was er maar een tijdschrift opgenomen. Dit was te wijten aan het feit dat er in het vooronderzoek niet meer tijdschriften uit deze categorieën naar voren waren gekomen. Verder bleek het ook moeilijk te zijn om tijdschriften überhaupt in categorieën in te delen omdat de meeste meisjestijdschriften een breed en gelijk scala aan onderwerpen behandelen en (bijgevolg) omdat respondenten in het vooronderzoek beslist geen eenduidige opvatting bleken te hebben over tot welke categorie welk tijdschrift behoort. Er is toen voor gekozen, volgens het motto meeste stemmen gelden, om tijdschriften toe te wijzen aan de categorie waar dat tijdschrift volgens de meeste respondenten toe behoort. Door deze strategie toe te passen is ook de categorie glossy mode ontstaan. Het was namelijk bij bijna alle tijdschriften in deze categorie zo dat het aantal stemmen voor mode gelijk was aan het aantal stemmen voor glossy. Wellicht is het daarom een goed idee om een analyse te maken van de inhoud van tijdschriften als vooronderzoek door meerdere beoordelaars de onderwerpen van de artikelen in ieder tijdschrift te laten turven en zo voor ieder tijdschrift een indexscore op te stellen voor elk van de categorieën glossy, mode enzovoort. Dan kan door dezelfde vragenlijst (of liever met nog een aantal tijdschriften uitgebreid) af te nemen voor iedere respondent met behulp van een simpele formule een score voor iedere categorie worden berekend. Een ander idee is om in vervolgstudies geen categorieën te maken op basis van inhoud, maar bijvoorbeeld een vragenlijst te ontwerpen die

tijdschriftgebruik in het algemeen probeert te meten. Verder zou het nuttig kunnen zijn de vragenlijst op te stellen op basis van meer items.

Een andere verklaring voor het ontbreken van significante samenhang tussen tijdschriftgebruik en lijngedrag zou kunnen zijn dat die samenhang er in de bestudeerde groep niet is. Het is bijvoorbeeld een feit dat de oplage van veel tijdschriften dalende is. Zo is uit de cijfers van stichting HOI op te maken dat het tijdschrift Yes in het eerste kwartaal van 2001 nog een oplage van 151.000 had terwijl dat in het eerste kwartaal van 2006 nog maar 50.000 was. Het is denkbaar dat de invloed vanuit de media tegenwoordig niet zozeer via tijdschriften maar via bijvoorbeeld internet loopt. Deze verklaring wint aan geloofwaardigheid doordat een van de onderzoeken die aantonen dat tijdschriftgebruik voorspellend is voor verstoord lijngedrag, Harrison & Cantor (1997), stamt uit een tijd dat internet gebruik nog ieder jaar met meer dan honderd procent toenam (Coffman & Odlyzko, 1998), terwijl de andere grote studie van Utter et al. (2002) die aantoonde dat lijngedrag voorspelt kan worden door tijdschriftgebruik zich beroept op gegevens die afkomstig zijn van project EAT-1. Dit was een landelijke survey onder schoolgaande jongeren in Amerika die liep van 1998-1999. Meisjes die geïnteresseerd zijn in onderwerpen die in tijdschriften worden behandeld kunnen met een klik van de muis op het eigen beeldscherm te voorschijn worden gehaald.

4.5 conclusie.

Uit deze studie is naar voren gekomen dat de TPB een geschikt model is om de verschillende vormen van lijngedrag te voorspellen, maar dat verbetering van de vragenlijsten voor de constructen sociale norm en zelfeffectiviteit het vermogen van deze vragenlijst om lijngedrag te verklaren wellicht zou kunnen vergroten en het mogelijk maakt meer licht te werpen op de rol van deze determinanten bij lijngedrag. Verder is naar voren gekomen dat de totale (jaar)prevalentie van lijngedrag in de doelgroep niet is toegenomen ten opzichte van 2004, maar dat er een verschuiving heeft plaatsgevonden naar meer extreme vormen van lijngedrag. Ten slotte bleek tijdschriftgebruik geen voorspellende waarde te hebben voor lijngedrag.

Referenties

- Armitage, C. J., Sheeran, P., Conner, M., & Arden, M. A. (2004). Stages of Change or Changes of Stage? Predicting Transitions in Transtheoretical Model Stages in Relation to Healthy Food Choice. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 72, 491-499.
- Bagozzi, R. P., & Kimmel, S. K. (1995). A comparison of leading theories for the prediction of goal-directed behaviours. *British Journal of Social Psychology*, 34, 437-461.
- Brugman, E. Meulmeester, J. Spee-van der Wekke, A. Beuker, R. Zaadstra, B. Radder J & Verloove-Vanhorick, S. (1997). Dieting, weight and health in adolescents in The Netherlands. *International Journal of obesity* January 1997, Volume 21, Number 1, Pages 54-60.
- Coffman, K. & Odlyzko, A. (1998). "The size and growth rate of the Internet". . AT&T Labs. op 25 juni 2008 Ontleend aan Wikipedia.org
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Commissie Testaangelegenheden Nederland beoordelingssysteem voor tests versie 2004. op 22 mei 2007 ontleend aan: www.psynip.nl/default.asp?URL2=subpage.asp&topmenuID=2&submenuID=11.
- Conner, M & Norman, P. (2005). *Predicting health behaviour*. Birkshire: Open university Press.
- Crone, R. Harland, P. Paulussen, T. Bruil, J & Öry, F. (2004) Risicofactoren van excessief lijnen door meisjes. TNO-rapportPG\Jeugd\2004.269.
- Field, A., Austin, S. Taylor, C. Malspeis, S. Rosner, B. Rockett, H. Gillman, M, Colditz, G (2003). Relation between dieting and weight change among preadolescents and adolescents. *Pediatrics* Volume 112, Issue 4, October 2003, Pages 900-906.
- Fujiwara, T. (2007). Diet during adolescence is a trigger for subsequent development of dysmenorrhea in young women. *International Journal of Food Sciences and Nutrition* 58 (6), pp. 437-444.
- Geller, J. Zaitsoff, S & Srikameswaran, S. (2001). Beyond shape and weigh: exploring the nonbody determinants of self esteem and eating disorder symptoms in adolescent girls. Published online in *Wiley interscience* (www.interscience.wiley.com) DOL:10.1002/ eat.10083.
- Green, M. Rogers, P. Elliman, N & Gatenby, S. (1994). Impairment of cognitive performance associated with dieting and high levels of dietary restraint. *Physiology and Behavior* 55 (3), pp. 447-452.

Gonzalez, A., Kohn, M. & Clarke, S. (2007). Eating disorders in adolescents. *Australian family physician* 36 (8), pp. 614-619.

Harrison, K & Cantor, J. (1997). The relationship between media consumption and eating disorders. *Journal of Communication* 47(1), 0021-9916/97.

Jansen, K. Smeets, T. Martijn, C & Nederkoorn C. (2006). I see what you see: The lack of a self-serving body-image bias in eating disorders. *British Journal of Clinical Psychology* (2006), 45, 123–135.

Kirsh, G., McVey, G. Tweed, S. & Katzman, D. (2007). Psychosocial Profiles of Young Adolescent Females Seeking Treatment for an Eating Disorder. *Journal of Adolescent Health* 40 (4), pp. 351-356

Markey, C & Markey, P. (2005) Relations Between Body Image and Dieting Behaviors: An Examination of Gender Differences. *Sex Roles*, Vol. 53, Nos. 7/8, October 2005 (C_ 2005)
DOI: 10.1007/s11199-005-7139-3.

Nejad, L. M., Wertheim, E. H., & Greenwood, K. M. (2004). Predicting dieting behavior by using, modifying, and extending the theory of planned behavior. *Journal of Applied Social Psychology*, 34, 2099-2131.

Neumark-Sztainer, D., Wall, M., Eisenberg, M. E., Story, M., & Hannan, P. J. (2006). Overweight status and weight control behaviors in adolescents: longitudinal and secular trends from 1999 to 2004. *Preventive Medicine*, 43, 52-59.

Peterson, K. & Paulson, S. & William, K. (2007). Relations of Eating Disorder Symptomology with Perceptions of Pressures from Mother, Peers, and Media in Adolescent Girls and Boys. *Springer Science + Business Media*, LLC 2007.

Santonastaso, P., Mondini, S., & Favaro, A. (2002). Are fashion models a group at risk for eating disorders and substance abuse? *Psychotherapy and Psychosomatics*, 71, 168–172. CrossRef, Medline, ISI.

Utter, J. Neumark-Sztainer, D. Wall, M & Story, M (2002). Reading magazine articles about dieting and associated weight control behaviors among adolescents. *Journal of Adolescent Health* 32 (1), pp. 78-82.

Vandereycken, W. Hoogduin, C & Emmelkamp, P. (2000). *Handboek psychopathologie, Deel 1 basisbegrippen*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.

Vaughan, K. & Fouts, G. (2003). Changes in Television and Magazine Exposure and Eating Disorder Symptomatology. *Sex Roles*, Vol. 49, Nos. 7/8, October 2003.

Bijlage.

Lees voor je begint deze bladzijde.

De vragenlijst.

De vragenlijst die hier voor je ligt gaat over lijnen. Het is de bedoeling dat je alle vragen invult. Er zijn geen goede of foute antwoorden, het gaat er steeds om jouw mening en ervaring. Als je iets wilt weten of als er iets niet helemaal duidelijk is dan kun je een van ons erbij roepen.

Wat is lijnen?

Iemand die aan de lijn doet probeert gewicht kwijt te raken. Onder lijnen verstaan we: anders eten, opletten bij wat je eet, minder gaan eten of het volgen van een dieet. Onder lijnen verstaan we niet: anders of minder gaan eten om een andere reden, zoals niet ontbijten omdat je dat niet lekker vindt of omdat je ziek bent.

De vragen

De meeste vragen kun je beantwoorden door een kruisje te zetten tussen de haakjes bij het antwoord dat het beste bij jou past. Zet maar een kruisje per vraag, tenzij in de vraag staat dat het anders moet. Als je een kruisje op de verkeerde plek hebt gezet, kruis dan het juiste antwoord aan en zet een pijltje naast het juiste antwoord.

Wat je nog moet weten

Je hoeft je naam nergens in te vullen en het onderzoek is volledig anoniem. Dat betekent dat wij niet weten welke vragenlijst door jou is ingevuld. Probeer dus de vragen zo eerlijk mogelijk in te vullen. Als jij een vraag niet invult dan is voor ons een deel van de vragenlijst niet meer bruikbaar.

.

Succes met het invullen van de vragenlijst!

Vul in of kruis aan wat van toepassing is.

1. Wat is je geboortedatum? dag____ maand ____ jaar____
2. Ik ben een jongen____ meisje____
3. Wat is je lengte? _____ meter
4. Wat is je gewicht als je alleen ondergoed draagt
(als je het niet weet: geef je beste schatting) _____ kg
5. Rook jij? Nee____ Ja ongeveer ____ sigaretten per dag
6. Drink je wel eens alcohol? Nee____ Ja ongeveer ____ glazen per week
7. In welke klas zit je? _____
8. Welk soort onderwijs volg je? VMBO____ HAVO____ VWO____
Anders, namelijk_____
9. In welk land is je moeder geboren? _____
10. In welk land is je vader geboren? _____
11. In welk land ben jij geboren? _____
12. Welke nationaliteit heb je? _____
13. Hoeveel zou je willen wegen (als je alleen ondergoed draagt)? _____ kg

- | | zelden of
nooit | soms | vaak | bijna
altijd |
|--|--------------------|-------|-------|-----------------|
| 14. Probeer je dikmakende voeding of voeding met suiker te vermijden? | [] | [] | [] | [] |
| 15. Eet je met opzet voedsel met weinig calorieën om slanker te worden? | [] | [] | [] | [] |
| 16. Probeer je, om je gewicht te beheersen, minder te eten dan een bepaald aantal calorieën? | [] | [] | [] | [] |
| 17. Probeer je eten te laten staan tijdens maaltijden om te voorkomen dat je zwaarder wordt? | [] | [] | [] | [] |

	zelden of nooit	soms	vaak	bijna altijd
--	--------------------	------	------	-----------------

18. Als je teveel gegeten hebt, eet je dan op de dagen daarna minder dan gewoonlijk? ☐ ☐ ☐ ☐
19. Neem je met opzet kleine porties tijdens maaltijden om je gewicht te beheersen? ☐ ☐ ☐ ☐
20. Sla je het ontbijt over om te voorkomen dat je in gewicht aankomt? ☐ ☐ ☐ ☐
21. Sla je andere maaltijden over omdat je op je gewicht let? ☐ ☐ ☐ ☐
22. Vermijd je tussendoortjes tussen de maaltijden omdat je op je gewicht let? ☐ ☐ ☐ ☐
23. Heb je in het afgelopen jaar in plaats van een maaltijd wel eens droge crackers, toastjes, of rijstwafels gegeten om af te vallen?
- ☐ Nooit
 - ☐ 1 keer
 - ☐ 2 tot 5 keer
 - ☐ vaker dan 5 keer maar niet vaker dan 10 keer
 - ☐ ongeveer 1 keer per maand
 - ☐ 2 tot 4 keer per maand
 - ☐ meerdere keren per week
 - ☐ bijna elke dag
24. Heb je in het afgelopen jaar in plaats van een maaltijd wel eens dieetdrink, dieetpoeder of dieetbouillon gebruikt om af te vallen?
- ☐ Nooit
 - ☐ 1 keer
 - ☐ 2 tot 5 keer
 - ☐ vaker dan 5 keer maar niet vaker dan 10 keer
 - ☐ ongeveer 1 keer per maand
 - ☐ 2 tot 4 keer per maand
 - ☐ meerdere keren per week
 - ☐ bijna elke dag
25. Heb je in het afgelopen jaar een voedingsmiddel (b.v. melkproducten, graanproducten, vlees enzovoort) weggelaten zonder daarvoor iets in de plaats te eten om af te vallen?
- ☐ Nooit
 - ☐ 1 keer
 - ☐ 2 tot 5 keer
 - ☐ vaker dan 5 keer maar niet vaker dan 10 keer
 - ☐ ongeveer 1 keer per maand

- ☐ 2 tot 4 keer per maand
- ☐ meerdere keren per week
- ☐ bijna elke dag

26. Heb je in het afgelopen jaar een dag of langer niets gegeten om af te vallen?

- ☐ Nooit
- ☐ 1 keer
- ☐ 2 tot 5 keer
- ☐ vaker dan 5 keer maar niet vaker dan 10 keer
- ☐ ongeveer 1 keer per maand
- ☐ 2 tot 4 keer per maand
- ☐ meerdere keren per week
- ☐ bijna elke dag

27. Heb je in het afgelopen jaar overdreven veel aan lichaamsbeweging gedaan om af te vallen?

- ☐ Nooit
- ☐ 1 keer
- ☐ 2 tot 5 keer
- ☐ vaker dan 5 keer maar niet vaker dan 10 keer
- ☐ ongeveer 1 keer per maand
- ☐ 2 tot 4 keer per maand
- ☐ meerdere keren per week
- ☐ bijna elke dag

28. Heb je in het afgelopen jaar een dieet gevolgd waarbij je alleen zeer kleine beetjes gegeten of alleen gedronken hebt om af te vallen?

- ☐ Nooit
- ☐ 1 keer
- ☐ 2 tot 5 keer
- ☐ vaker dan 5 keer maar niet vaker dan 10 keer
- ☐ ongeveer 1 keer per maand
- ☐ 2 tot 4 keer per maand
- ☐ meerdere keren per week
- ☐ bijna elke dag

29. Heb je in het afgelopen jaar je vinger in je keel gestoken om je eten kwijt te raken?

- ☐ Nooit
- ☐ 1 keer
- ☐ 2 tot 5 keer
- ☐ vaker dan 5 keer maar niet vaker dan 10 keer
- ☐ ongeveer 1 keer per maand
- ☐ 2 tot 4 keer per maand
- ☐ meerdere keren per week
- ☐ bijna elke dag

30. Heb je in het afgelopen jaar een afslankkuur gebruikt (zoals slim-fast of modifast, montignac, bruinbrooddieet, sapkuur of andere afslankkuur) om af te vallen?

- ☐ Nooit

- ☐ 1 keer
- ☐ 2 tot 5 keer
- ☐ vaker dan 5 keer maar niet vaker dan 10 keer
- ☐ ongeveer 1 keer per maand
- ☐ 2 tot 4 keer per maand
- ☐ meerdere keren per week
- ☐ bijna elke dag

31. Heb je in het afgelopen jaar dieetpillen of capsules (die b.v. Eetlust remmen of hongergevoel tegengaan) gebruikt om af te vallen?

- ☐ Nooit
- ☐ 1 keer
- ☐ 2 tot 5 keer
- ☐ vaker dan 5 keer maar niet vaker dan 10 keer
- ☐ ongeveer 1 keer per maand
- ☐ 2 tot 4 keer per maand
- ☐ meerdere keren per week
- ☐ bijna elke dag

32. Heb je in het afgelopen jaar plaspillen gebruikt om af te vallen?

- ☐ Nooit
- ☐ 1 keer
- ☐ 2 tot 5 keer
- ☐ vaker dan 5 keer maar niet vaker dan 10 keer
- ☐ ongeveer 1 keer per maand
- ☐ 2 tot 4 keer per maand
- ☐ meerdere keren per week
- ☐ bijna elke dag

33. Heb je in het afgelopen jaar laxeermiddelen gebruikt om af te vallen? (b.v. pillen, drankjes of laxeerthee waardoor je sneller of vaker moet poepen)

- ☐ Nooit
- ☐ 1 keer
- ☐ 2 tot 5 keer
- ☐ vaker dan 5 keer maar niet vaker dan 10 keer
- ☐ ongeveer 1 keer per maand
- ☐ 2 tot 4 keer per maand
- ☐ meerdere keren per week
- ☐ bijna elke dag

34. Wat is het grootste aantal kilo's dat je in het afgelopen jaar door te lijnen binnen een maand bent afgevallen? _____ kg

Onder lijnen verstaan we elke verandering in je eetgewoontes met de speciale bedoeling om af te vallen.

35. Kruis de uitspraak aan die het best bij je past.

- ☐ ik heb nooit gelijnd om gewicht te verliezen
- ☐ ik kan het best omschreven worden als iemand die wel eens probeert te lijnen, want ik ben wel eens begonnen, maar ben nooit echt ver gekomen
- ☐ ik zie mezelf als een 'ex-lijner'. Ik heb regelmatig aan de lijn gedaan, maar doe dat nu niet meer
- ☐ ik doe soms aan de lijn om gewicht te verliezen, maar niet regelmatig
- ☐ ik doe vaak aan de lijn om gewicht te verliezen
- ☐ ik doe altijd aan de lijn om gewicht te verliezen

Wat denk je: hoe groot is de kans dat jij het komende jaar gaat lijnen om gewicht te verliezen? Hieronder staan een paar uitspraken daarover.

36. Kruis de uitspraak aan die het best bij je past.

- ☐ ik ben er absoluut zeker van dat ik in het komende jaar niet zal lijnen om gewicht te verliezen
- ☐ ik zal waarschijnlijk niet in het komende jaar lijnen om gewicht te verliezen
- ☐ ik zou in het komende jaar best wel eens kunnen gaan lijnen om gewicht te verliezen
- ☐ ik zal in het komende jaar waarschijnlijk wel gaan lijnen om gewicht te verliezen
- ☐ ik ben er absoluut zeker van dat ik in het komende jaar wel zal gaan lijnen om gewicht te verliezen
- ☐ ik zal altijd aan het lijnen zijn om gewicht te verliezen

37. Als ik slanker ben dan nu, dan zal ik vergeleken met nu

- ☐ veel gelukkiger zijn
- ☐ gelukkiger zijn
- ☐ niet gelukkig en niet ongelukkiger zijn
- ☐ ongelukkiger zijn
- ☐ veel ongelukkiger zijn

38. Als ik slanker ben dan nu, dan zal ik vergeleken met nu

- ☐ later veel gemakkelijker een baan krijgen
- ☐ later gemakkelijker een baan krijgen
- ☐ later niet gemakkelijker en niet moeilijker een baan krijgen
- ☐ later moeilijker een baan krijgen
- ☐ later veel moeilijker een baan krijgen

39. Als ik slanker ben dan nu, dan zal ik vergeleken met nu

- ☐ veel gezonder zijn
- ☐ gezonder zijn
- ☐ niet gezonder en niet ongezonder zijn
- ☐ ongezonder zijn
- ☐ veel ongezonder zijn

40. Als ik slanker ben dan nu, dan zal ik vergeleken met nu

- ☐ veel lekkerder in mijn vel zitten
- ☐ lekkerder in mijn vel zitten
- ☐ niet lekkerder en niet minder lekker in mijn vel zitten
- ☐ minder lekker in mijn vel zitten
- ☐ veel minder lekker in mijn vel zitten

41. Als ik slanker ben dan nu, dan zal ik vergeleken met nu

- ☐ veel meer succes hebben
- ☐ meer succes hebben
- ☐ niet meer en niet minder succes hebben
- ☐ minder succes hebben
- ☐ veel minder succes hebben

42. Als ik slanker ben dan nu, dan zal ik vergeleken met nu

- ☐ veel gemakkelijker krijgen wat ik wil
- ☐ gemakkelijker krijgen wat ik wil
- ☐ niet gemakkelijker en niet minder gemakkelijk krijgen wat ik wil
- ☐ minder gemakkelijk krijgen wat ik wil
- ☐ veel minder gemakkelijk krijgen wat ik wil

43. Als ik slanker ben dan nu, dan zal ik vergeleken met nu

- ☐ veel beter met problemen kunnen omgaan
- ☐ beter met problemen kunnen omgaan
- ☐ niet beter en niet slechter met problemen kunnen omgaan
- ☐ slechter met problemen kunnen omgaan
- ☐ Veel slechter met problemen kunnen omgaan

44. Als ik slanker ben dan nu, dan zal ik vergeleken met nu

- ☐ veel mooier zijn
- ☐ mooier zijn
- ☐ niet mooier of lelijker zijn
- ☐ lelijker zijn
- ☐ veel lelijker zijn

45. Als ik slanker ben dan nu, dan zal ik vergeleken met nu

- ☐ veel meer complimentjes over mijn uiterlijk krijgen
- ☐ meer complimentjes over mijn uiterlijk krijgen
- ☐ niet meer en niet minder complimentjes over mijn uiterlijk krijgen
- ☐ minder complimentjes over mijn uiterlijk krijgen
- ☐ veel minder complimentjes over mijn uiterlijk krijgen

46. Als ik slanker ben dan nu, dan zal ik vergeleken met nu

- ☐ veel intelligenter uitzien
- ☐ intelligenter uitzien
- ☐ niet intelligenter en niet minder intelligent uitzien
- ☐ minder intelligent uitzien

☐ veel minder intelligent uitzien

47. Als ik slanker ben dan nu, dan zal ik vergeleken met nu

- ☐ veel meer vrienden hebben
- ☐ meer vrienden hebben
- ☐ niet meer en niet minder vrienden hebben
- ☐ minder vrienden hebben
- ☐ veel minder vrienden hebben

48. Als ik slanker ben dan nu, dan zal ik vergeleken met nu

- ☐ veel aardiger gevonden worden
- ☐ aardiger gevonden worden
- ☐ niet aardiger en niet minder aardig gevonden worden
- ☐ aardig gevonden worden
- ☐ veel aardig gevonden worden

49. Als ik slanker ben dan nu, dan zal ik vergeleken met nu

- ☐ veel minder gepest worden
- ☐ minder gepest worden
- ☐ niet minder en niet meer gepest worden
- ☐ meer gepest worden
- ☐ veel meer gepest worden

50. Als ik slanker zou zijn dan nu, dan zouden jongens/meisjes mij vergeleken met nu

- ☐ veel leuker vinden
- ☐ leuker vinden
- ☐ niet leuker en niet minder leuk vinden
- ☐ minder leuk vinden
- ☐ veel minder leuk vinden

51. Als ik slanker ben dan nu, dan zal ik vergeleken met nu

- ☐ veel meer afspraakjes hebben
- ☐ meer afspraakjes hebben
- ☐ niet meer en niet minder afspraakjes hebben
- ☐ minder afspraakjes hebben
- ☐ veel minder afspraakjes hebben

52. Als ik slanker ben dan nu, dan zal ik vergeleken met nu

- ☐ veel meer tevreden over mezelf zijn
- ☐ meer tevreden over mezelf zijn
- ☐ niet meer en niet minder tevreden over mezelf zijn
- ☐ minder tevreden over mezelf zijn
- ☐ veel minder tevreden over mezelf zijn

53. Als ik slanker ben dan nu, dan zal ik vergeleken met nu

- ☐ mezelf veel meer accepteren

- ☐ mezelf meer accepteren
- ☐ mezelf niet meer en niet minder accepteren
- ☐ mezelf minder accepteren
- ☐ mezelf veel minder accepteren

54. Als ik slanker ben dan nu, dan zal ik vergeleken met nu

- ☐ veel meer zelfvertrouwen hebben
- ☐ meer zelfvertrouwen hebben
- ☐ niet meer en niet minder zelfvertrouwen hebben
- ☐ minder zelfvertrouwen hebben
- ☐ veel minder zelfvertrouwen hebben

55. Als ik slanker zou zijn dan nu, dan zou mijn vaste vriend/vriendin (verkering) vergeleken met nu

- ☐ veel meer tevreden zijn over mijn uiterlijk
- ☐ meer tevreden zijn over mijn uiterlijk
- ☐ niet meer en niet minder tevreden zijn over mijn uiterlijk
- ☐ minder tevreden zijn over mijn uiterlijk
- ☐ veel minder tevreden zijn over mijn uiterlijk
- ☐ niet van toepassing, ik heb geen vaste vriend/vriendin (verkering)

Als ik aan de lijn zou doen,dan...

56. ...moet ik veel lekkere dingen laten staan

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

57. ...kan ik daarmee laten zien dat ik ergens goed in ben

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

58. ...steunt me dat als ik problemen heb

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

59. ...kan ik beter met spanning omgaan

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens

- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

60. ...word ik chagrijnig

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

61. ...loop ik de kans dat ik daar niet meer mee kan stoppen

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

62. loop ik de kans om een eetstoornis (anorexia of boulimia) te krijgen

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

Nu volgt een aantal stellingen over je gevoelens over lijnen.

63. Ik heb het gevoel dat ik van mezelf aan de lijn moet doen

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

64. Als ik aan de lijn doe ben ik trots op mezelf

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

65. Als ik aan de lijn doe voel ik me sterk

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

66. Als ik het niet volhoud om te lijnen ben ik teleurgesteld

- ☐ helemaal mee eens

- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

67. Als ik het niet volhoud om te lijnen maakt dat me triest

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

	Altijd	meestal	vaak	soms	zelden	nooit
68. Ik eet zoetigheden en koolhydraten (energierijke voedingsstoffen) zonder mij zenuwachtig te voelen	☐	☐	☐	☐	☐	☐
69. Ik denk erover te gaan lijnen	☐	☐	☐	☐	☐	☐
70. Ik voel me ontzettend schuldig als ik teveel gegeten heb.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
71. Ik ben vreselijk bang om in gewicht aan te komen.	☐	☐	☐	☐	☐	☐
72. Ik hecht zeer veel of overdreven veel belang aan mijn gewicht	☐	☐	☐	☐	☐	☐
73. De wens dunner te worden houdt mij erg bezig	☐	☐	☐	☐	☐	☐
74. Als ik een pond aankom, maak ik me zorgen dat ik zal blijven aankomen	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Voel jij op de volgende momenten de aandrang om te lijnen? En als je dat zou voelen, lukt het je dan om op die momenten niet aan die aandrang toe te geven (dus om niet te gaan lijnen als je dat ook niet wilt)?

75a. Als ik mezelf te zwaar vind voel ik de aandrang om te gaan lijnen

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

75b. Stel dat ik dat dan zou voelen. Dan lukt het me om als ik dat wil, niet aan deze aandrang toe te geven

- ☐ helemaal mee eens

- ☐] mee eens
- ☐] niet mee eens, niet mee oneens
- ☐] mee oneens
- ☐] helemaal mee oneens

76a. Als ik merk dat mijn kleren strakker zitten voel ik de aandrang om te gaan lijnen

- ☐] helemaal mee eens
- ☐] mee eens
- ☐] niet mee eens, niet mee oneens
- ☐] mee oneens
- ☐] helemaal mee oneens

76b. Stel dat ik dat dan zou voelen. Dan lukt het me om als ik dat wil, niet aan deze aandrang toe te geven

- ☐] helemaal mee eens
- ☐] mee eens
- ☐] niet mee eens, niet mee oneens
- ☐] mee oneens
- ☐] helemaal mee oneens

77a. Als ik me rot voel, voel ik de aandrang om te gaan lijnen

- ☐] helemaal mee eens
- ☐] mee eens
- ☐] niet mee eens, niet mee oneens
- ☐] mee oneens
- ☐] helemaal mee oneens

77b. Stel dat ik dat dan zou voelen. Dan lukt het me om als ik dat wil, niet aan deze aandrang toe te geven

- ☐] helemaal mee eens
- ☐] mee eens
- ☐] niet mee eens, niet mee oneens
- ☐] mee oneens
- ☐] helemaal mee oneens

78a. Als ik negatief over mezelf denk, voel ik de aandrang om te gaan lijnen

- ☐] helemaal mee eens
- ☐] mee eens
- ☐] niet mee eens, niet mee oneens
- ☐] mee oneens
- ☐] helemaal mee oneens

78b. Stel dat ik dat dan zou voelen. Dan lukt het me om als ik dat wil, niet aan deze aandrang toe te geven

- ☐] helemaal mee eens
- ☐] mee eens
- ☐] niet mee eens, niet mee oneens
- ☐] mee oneens
- ☐] helemaal mee oneens

79a. Als ik me ergens schuldig over voel, voel ik de aandrang om te gaan lijnen

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

79b. Stel dat ik dat dan zou voelen. Dan lukt het me om als ik dat wil, niet aan deze aandrang toe te geven

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

80a. Als iets dat ik belangrijk vind mislukt is, voel ik de aandrang om te gaan lijnen

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

80b. Stel dat ik dat dan zou voelen. Dan lukt het me om als ik dat wil, niet aan deze aandrang toe te geven

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

81a. Als ik problemen thuis heb, voel ik de aandrang om te gaan lijnen

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

81b. Stel dat ik dat dan zou voelen. Dan lukt het me om als ik dat wil, niet aan deze aandrang toe te geven

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

82a. Als ik problemen op school heb, voel ik de aandrang om te gaan lijnen

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens

- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

82b. Stel dat ik dat dan zou voelen. Dan lukt het me om als ik dat wil, niet aan deze aandrang toe te geven

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

83a. Als ik problemen met mijn beste vriend(in) heb, voel ik de aandrang om te gaan lijnen

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

83b. Stel dat ik dat dan zou voelen. Dan lukt het me om als ik dat wil, niet aan deze aandrang toe te geven

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

84a. Als ik vind dat ik mezelf ergens voor zou moeten straffen, voel ik de aandrang om te gaan lijnen

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

84b. Stel dat ik dat dan zou voelen. Dan lukt het me om als ik dat wil, niet aan deze aandrang toe te geven

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

85a. Als ik problemen met mijn verkering (vaste vriend of vriendin) heb, voel ik de aandrang om te gaan lijnen

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens
- ☐ ik heb geen verkering

85b. Stel dat ik dat dan zou voelen. Dan lukt het me om als ik dat wil, niet aan deze aandrang toe te geven

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens
- ☐ ik heb geen verkering

Vind jij lijnen moeilijk of gemakkelijk?

86. Als ik zou willen zou ik gemakkelijk aan middelen kunnen komen om te lijnen

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

87. Ik vind het moeilijk om aan de lijn te doen

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

88. Ik heb genoeg doorzettingsvermogen om aan de lijn te kunnen doen, als ik dat zou willen

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

89. Doen de volgende mensen aan de lijn?

	nooit	zelden	soms	vaak	bijna altijd	heb ik niet of zie ik nooit
- Je moeder	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Je vader	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Je zus(sen)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Je broer(s)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Je verkering (dat is je vaste vriend/vriendin)	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Je beste vrienden	☐	☐	☐	☐	☐	☐

90. Zeggen de volgende mensen wel eens dat jij aan de lijn zou moeten doen?

	nooit	zelden	soms	vaak	bijna altijd	heb ik niet of zie ik nooit
- Je moeder	[]	[]	[]	[]	[]	[]
- Je vader	[]	[]	[]	[]	[]	[]
- Je zus(sen)	[]	[]	[]	[]	[]	[]
- Je broer(s)	[]	[]	[]	[]	[]	[]
- Je verkering (dat is je vaste vriend/vriendin)	[]	[]	[]	[]	[]	[]
- Je beste vrienden	[]	[]	[]	[]	[]	[]

91. Hoe zullen de volgende mensen reageren als jij ze vertelt dat je aan de lijn doet?

	zeer negatief	negatief	niet negatief en niet positief	positief	zeer positief	heb ik niet of zie ik nooit
- Je moeder	[]	[]	[]	[]	[]	[]
- Je vader	[]	[]	[]	[]	[]	[]
- Je zus(sen)	[]	[]	[]	[]	[]	[]
- Je broer(s)	[]	[]	[]	[]	[]	[]
- Je verkering (dat is je vaste vriend/vriendin)	[]	[]	[]	[]	[]	[]
- Je beste vrienden	[]	[]	[]	[]	[]	[]

92. Hoe belangrijk vind jij de mening van de volgende mensen over of jij wel of niet aan de lijn doet?

	helemaal niet belangrijk	niet belangrijk	een beetje belangrijk	belangrijk	heel belangrijk	heb ik niet of zie ik nooit
- Je moeder	[]	[]	[]	[]	[]	[]
- Je vader	[]	[]	[]	[]	[]	[]
- Je zus(sen)	[]	[]	[]	[]	[]	[]
- Je broer(s)	[]	[]	[]	[]	[]	[]
- Je verkering (dat is je vaste vriend/vriendin)	[]	[]	[]	[]	[]	[]
- Je beste vrienden	[]	[]	[]	[]	[]	[]

De volgende uitspraken gaan over uiterlijk. Wil je aangeven in hoeverre je het met deze uitspraken eens bent?

93. Vrouwen van televisie en films hebben het soort uiterlijk dat ik als mijn ideaal zie

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

94. Ik vind dat kleding bij slanke modellen mooier staat

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

95. Videoclips met slanke vrouwen maken dat ik zou willen dat ik slank was

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

96. Ik wil lijken op de modellen uit tijdschriften

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

97. Ik vergelijk mijn lichaam met mensen in tijdschriften en op televisie

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

98. Foto's van slanke vrouwen maken dat ik zou willen dat ik slank was

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

99. Ik wou dat ik eruit zag als modellen die badkleding showen

- ☐ helemaal mee eens
- ☐ mee eens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ mee oneens
- ☐ helemaal mee oneens

Kloppen de volgende uitspraken voor jou?

100. Het is voor mij moeilijk om nieuwe vrienden te maken

- ☐ dit beschrijft helemaal niet zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft een klein beetje zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft middelmatig zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft redelijk goed zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft precies zoals ik ben

101. Als ik iemand zie die ik zou willen ontmoeten, ga ik naar hem of haar toe en wacht niet totdat hij of zij naar mij toe komt.

- ☐ dit beschrijft helemaal niet zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft een klein beetje zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft middelmatig zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft redelijk goed zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft precies zoals ik ben

102. Stel ik ontmoet een leuk iemand met wie het moeilijk vrienden worden is. Dan zal ik snel stoppen om proberen bevriend te raken.

- ☐ dit beschrijft helemaal niet zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft een klein beetje zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft middelmatig zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft redelijk goed zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft precies zoals ik ben

103. Als ik vrienden probeer te worden met iemand die in het begin ongeïnteresseerd lijkt, geef ik het niet gemakkelijk op.

- ☐ dit beschrijft helemaal niet zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft een klein beetje zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft middelmatig zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft redelijk goed zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft precies zoals ik ben

104. Ik voel me onhandig in groepen

- ☐ dit beschrijft helemaal niet zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft een klein beetje zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft middelmatig zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft redelijk goed zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft precies zoals ik ben

105. Ik heb vrienden gekregen doordat ik gemakkelijk vrienden kan maken.

- ☐ dit beschrijft helemaal niet zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft een klein beetje zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft middelmatig zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft redelijk goed zoals ik ben
- ☐ dit beschrijft precies zoals ik ben

De volgende uitspraken gaan over jouw mening over je lichaam.

	altijd	meestal	vaak	soms	zelden	nooit
106. Ik vind mijn buik te dik	☐	☐	☐	☐	☐	☐

107. Ik vind mijn dijen te dik ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
108. Ik vind dat mijn buik precies de juiste maat heeft ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
109. Ik ben tevreden met de vorm van mijn lichaam ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
110. De vorm van mijn billen bevalt me ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
111. Ik vind mijn heupen te breed ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
112. Ik vind dat mijn dijen precies de juiste omvang hebben ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
113. Ik vind mijn billen te dik ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
114. Ik vind dat mijn heupen precies de juiste maat hebben ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Hoe zou jij jouw manier van lijnen noemen?

115. Ik vind mijn manier van lijnen meestal
☐ Zeer gezond
☐ gezond
☐ niet gezond en niet ongezond
☐ ongezond
☐ zeer ongezond
☐ niet van toepassing, ik heb nooit gelijnd
116. Ik vind mijn manier van lijnen meestal
☐ zeer licht
☐ licht
☐ niet licht en niet streng
☐ streng 5 zeer streng
☐ niet van toepassing, ik heb nooit gelijnd
117. Ik vind mijn manier van lijnen meestal
☐ zeer gewoon
☐ gewoon
☐ niet gewoon en niet gewoon ongewoon
☐ ongewoon
☐ zeer ongewoon
☐ niet van toepassing, ik heb nooit gelijnd
118. Heb jij ooit last gehad van een eetstoornis? Je kunt bij deze vraag meerdere hokjes aankruisen
☐ nee
☐ ja, van anorexia nervosa
☐ ja, van boulimia nervosa
☐ ja, van eetbui-stoornis
☐ ja, van een niet nader omschreven eetstoornis

119. Hoe lang is dat geleden?

- ☐ langer dan 3 jaar geleden
- ☐ tussen 2 en 3 jaar geleden
- ☐ tussen 1 en 2 jaar geleden
- ☐ minder dan 1 jaar geleden maar is nu voorbij
- ☐ ik heb er nu nog last van
- ☐ niet van toepassing, daar heb ik nooit last van gehad

120. Ben je onder behandeling voor een eetstoornis of ben je daarvoor wel eens onder behandeling geweest? Je kunt bij deze vraag meerdere hokjes aankruisen

- ☐ nee
- ☐ ja, voor anorexia nervosa
- ☐ ja, voor boulimia nervosa
- ☐ ja, voor eetbui-stoornis
- ☐ ja, voor een niet nader omschreven eetstoornis

121. Hoe lang is dat geleden?

- ☐ langer dan 3 jaar geleden
- ☐ tussen 2 en 3 jaar geleden
- ☐ tussen 1 en 2 jaar geleden
- ☐ minder dan 1 jaar geleden maar nu niet meer
- ☐ ik ben daar nu nog voor onder behandeling
- ☐ niet van toepassing, ben nooit onder behandeling geweest

In hoeverre ben jij het eens met de volgende stellingen.

122. Ik zou graag onbekende gebieden ontdekken

- ☐ helemaal mee oneens
- ☐ beetje mee oneens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ beetje mee eens
- ☐ helemaal mee eens

123. Ik doe graag dingen die ik eng vind

- ☐ helemaal mee oneens
- ☐ beetje mee oneens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ beetje mee eens
- ☐ helemaal mee eens

124. Ik hou van nieuwe en spannende ervaringen, zelfs als ik regels moet breken

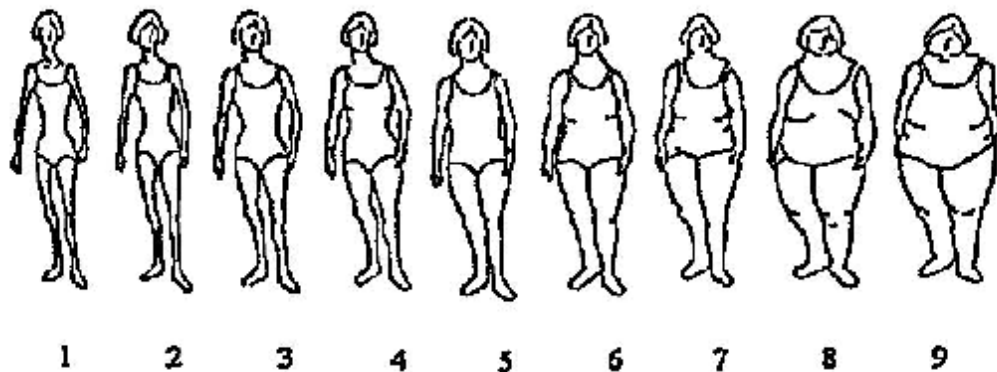
- ☐ helemaal mee oneens
- ☐ beetje mee oneens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens
- ☐ beetje mee eens
- ☐ helemaal mee eens

125. Ik heb liever vrienden die spannend en onvoorspelbaar zijn

- ☐ helemaal mee oneens
- ☐ beetje mee oneens
- ☐ niet mee eens, niet mee oneens

- ☐ beetje mee eens
☐ helemaal mee eens

Schoonheidsbeeld. (jongens hoeven deze vraag niet in te vullen)



Vragen met betrekking op dit plaatje:

126. Op welke van deze vrouwen vind je jezelf het meeste lijken?

- ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9

127. Welke van deze negen vrouwen vind jij het mooiste?

- ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9

128. Welke van deze vrouwen denk jij dat andere jongeren het mooiste vinden?

- ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9

Tijdschrift gebruik.

129. Lees je wel eens het tijdschrift: Fancy?

- ☐ nee
☐ af en toe
☐ regelmatig
☐ vaak
☐ bijna elke uitgave/ ik ben geabboneerd.

130. Lees je wel eens het tijdschrift: Prive?

- ☐ nee
☐ af en toe
☐ regelmatig

- ☐ vaak
☐ bijna elke uitgave/ ik ben geabboneerd.

131. Lees je wel eens het tijdschrift: Girlz?

- ☐ nee
☐ af en toe
☐ regelmatig
☐ vaak
☐ bijna elke uitgave/ ik ben geabboneerd.

132. Lees je wel eens het tijdschrift: Hitkrant?

- ☐ nee
☐ af en toe
☐ regelmatig
☐ vaak
☐ bijna elke uitgave/ ik ben geabboneerd.

133. Lees je wel eens het tijdschrift: Break-out?

- ☐ nee
☐ af en toe
☐ regelmatig
☐ vaak
☐ bijna elke uitgave/ ik ben geabboneerd.

134. Lees je wel eens het tijdschrift: Cosmo girl?

- ☐ nee
☐ af en toe
☐ regelmatig
☐ vaak
☐ bijna elke uitgave/ ik ben geabboneerd.

135. Lees je wel eens het tijdschrift: Glossy?

- ☐ nee
☐ af en toe
☐ regelmatig
☐ vaak
☐ bijna elke uitgave/ ik ben geabboneerd.

136. Lees je wel eens het tijdschrift Donald Duck?

- ☐ nee
☐ af en toe
☐ regelmatig
☐ vaak
☐ bijna elke uitgave/ ik ben geabboneerd.

137. Lees je wel eens een ander tijdschrift? Zo ja, welke.

Je kunt ook meerdere tijdschriften opschrijven :

138. Over welk onderwerp lees je het liefst?

- ☐ Mode

- ☐ Strip
- ☐ Muziek
- ☐ Glossy
- ☐ Lifestyle
- ☐ Roddel

Je bent klaar!

We willen je hartelijk bedanken voor het invullen van deze vragenlijst.

Als je iets kwijt wilt over deze vragenlijst kan je dat op de achterkant van deze pagina schrijven.

Je hoeft nergens je naam op te schrijven en je kunt jouw vragenlijst nu inleveren.