

自我測驗：你有美麗病嗎？

班級：_____ 姓名：_____ 座號：_____

什麼是美麗病？你有美麗病嗎？

美麗病就是對外在過度在意的狀態，

透過這個簡單的測驗看看你對外表在意的程度！

※看完每道描述後請從0～4評分自己的程度

※ 0為完全不會，2為中間值，4為完全符合

※分數若達12分以上，那可能就需要注意一下囉！

____ 總是覺得自己不好看

____ 總是有透過化妝或醫美提升外表的想法

____ 當別人看著自己時，會覺得焦慮恐懼、感到自卑

____ 拒絕看到自己的照片、影片、甚至不想照鏡子

____ 無法與人社交，拒絕與人面對面互動

____ 對節食或整形的執著已到搞壞自己身體的地步

總分：_____