

Obsessive Compulsive Inventory- Revised (OCI-R)*

(Μετάφραση και προσαρμογή: Γρηγόρης Σίμος & Αναστασία Μανώλα)

Οι παρακάτω δηλώσεις αναφέρονται σε εμπειρίες που έχουν πολλοί άνθρωποι στην καθημερινή τους ζωή. Κυκλώστε τον αριθμό που περιγράφει με τον καλύτερο τρόπο το **ΠΟΣΟ ΠΟΛΥ** σας έχει **ΑΝΗΣΥΧΗΣΕΙ** ή **ΕΝΟΧΛΗΣΕΙ** αυτή η εμπειρία **στη διάρκεια του ΤΕΛΕΥΤΑΙΟΥ ΜΗΝΑ**. Οι αριθμοί αναφέρονται στα παρακάτω:

	0= Καθόλου	1= Λίγο	2= Μέτρια	3= Πολύ	4= Ιδιαίτερα πολύ
1	Έχω φυλάξει τόσα πολλά πράγματα που με εμποδίζουν				0 1 2 3 4
2	Ελέγχω πράγματα πιο συχνά από ότι είναι απαραίτητο				0 1 2 3 4
3	Αναστατώνομαι αν τα πράγματα δεν είναι τακτοποιημένα σωστά				0 1 2 3 4
4	Νιώθω αναγκασμένος/η να μετρήσω ενώ κάνω πράγματα				0 1 2 3 4
5	Το βρίσκω δύσκολο να αγγίξω ένα αντικείμενο όταν ξέρω ότι το έχουν αγγίξει άγνωστοι ή συγκεκριμένα άτομα				0 1 2 3 4
6	Το βρίσκω δύσκολο να ελέγξω τις σκέψεις μου				0 1 2 3 4
7	Μαζεύω πράγματα που δεν χρειάζομαι				0 1 2 3 4
8	Ελέγχω επανειλημμένα πόρτες, παράθυρα, συρτάρια κλπ				0 1 2 3 4
9	Αναστατώνομαι αν οι άλλοι αλλάξουν τον τρόπο που έχω τακτοποιήσει πράγματα				0 1 2 3 4
10	Νιώθω ότι πρέπει να επαναλαμβάνω συγκεκριμένους αριθμούς				0 1 2 3 4
11	Μερικές φορές πρέπει να πλυθώ ή να καθαριστώ επειδή απλά αισθάνομαι μολυσμένος/η				0 1 2 3 4
12	Αναστατώνομαι από δυσάρεστες σκέψεις που έρχονται στο μυαλό μου παρά τη θέληση μου				0 1 2 3 4
13	Αποφεύγω να πετάξω πράγματα επειδή φοβάμαι ότι θα μπορούσα να τα χρειασθώ αργότερα				0 1 2 3 4
14	Ελέγχω επανειλημμένα τους διακόπτες του αερίου και του νερού και τους διακόπτες των φώτων αφού τους κλείσω				0 1 2 3 4
15	Έχω την ανάγκη να είναι τακτοποιημένα τα πράγματα με μια ιδιαίτερη τάξη				0 1 2 3 4
16	Νιώθω ότι υπάρχουν καλοί και κακοί αριθμοί				0 1 2 3 4
17	Πλένω τα χέρια μου πιο συχνά και για περισσότερο χρόνο από ότι είναι απαραίτητο				0 1 2 3 4
18	Έχω συχνά αισχρές σκέψεις και μου είναι δύσκολο να απαλλαγώ από αυτές				0 1 2 3 4

*Simos, G., Zikopoulou, O., Nisyraiou, A., & Zafiroopoulos, K. (2019). Psychometric properties of the Greek version of the Obsessive-Compulsive Inventory-Revised in a non-clinical young adult sample. *Psychology, 10*(16), 2247. DOI: 10.4236/psych.2019.1016142