

## Ερωτηματολόγιο Padua Inventory-WSUR/ Greek

Μετάφραση: Γρηγόρης Σίμος & Μιχάλης Σαΐτης

Όνομα: \_\_\_\_\_ Ημερομηνία: \_\_\_\_\_

Οδηγίες: Οι παρακάτω προτάσεις αναφέρονται σε σκέψεις και συμπεριφορές που μπορεί να συμβαίνουν στον καθένα στην καθημερινή του ζωή. Για κάθε πρόταση διάλεξε την απάντηση που φαίνεται να ταιριάζει καλύτερα σε σένα και στο βαθμό της ενόχλησης που μπορεί να δημιουργούν τέτοιες σκέψεις ή συμπεριφορές, βάζοντας τον ανάλογο αριθμό (από 0 έως 4) μπροστά από κάθε πρόταση.

- 0 - καθόλου
- 1 - λίγο
- 2 - αρκετά
- 3 - πολύ
- 4 - πάρα πολύ

- \_\_\_\_\_ 1. Νιώθω τα χέρια μου να είναι βρώμικα, όταν αγγίζω χρήματα
- \_\_\_\_\_ 2. Σκέφτομαι ότι και η παραμικρή επαφή με έκκριση του σώματος (ιδρώτας, σάλιο, ούρα κλπ.) μπορεί να μολύνει τα ρούχα μου ή να με βλάψει με κάποιο τρόπο
- \_\_\_\_\_ 3. Δυσκολεύομαι να αγγίξω ένα αντικείμενο, όταν ξέρω ότι το έχουν αγγίξει άγνωστοι ή κάποιοι συγκεκριμένοι άνθρωποι
- \_\_\_\_\_ 4. Δυσκολεύομαι να αγγίξω σκουπίδια ή βρώμικα πράγματα
- \_\_\_\_\_ 5. Αποφεύγω να χρησιμοποιώ δημόσιες τουαλέτες, επειδή φοβάμαι την αρρώστια ή τη μόλυνση
- \_\_\_\_\_ 6. Αποφεύγω να χρησιμοποιώ δημόσια τηλέφωνα, επειδή φοβάμαι τη μόλυνση και την αρρώστια
- \_\_\_\_\_ 7. Πλένω τα χέρια μου πιο συχνά και για περισσότερο χρόνο απ' ότι είναι απαραίτητο
- \_\_\_\_\_ 8. Κάποιες φορές πρέπει να πλυθώ ή να καθαρισθώ απλά επειδή σκέφτομαι ότι μπορεί να είμαι βρώμικος ή «μολυσμένος»
- \_\_\_\_\_ 9. Αν αγγίξω κάτι που νομίζω ότι είναι «μολυσμένο» πρέπει αμέσως να πλυθώ ή να καθαριστώ
- \_\_\_\_\_ 10. Αν με αγγίξει ένα ζώο, νιώθω βρώμικος/η και αμέσως πρέπει να πλυθώ ή ν' αλλάξω τα ρούχα μου
- \_\_\_\_\_ 11. Νιώθω υποχρεωμένος/η να ακολουθώ μια συγκεκριμένη σειρά όταν ντύνομαι, ξεντύνομαι και πλένομαι
- \_\_\_\_\_ 12. Πριν πάω για ύπνο πρέπει να κάνω συγκεκριμένα πράγματα με συγκεκριμένη σειρά
- \_\_\_\_\_ 13. Πριν πάω για ύπνο πρέπει να κρεμάσω ή να διπλώσω τα ρούχα μου με έναν ειδικό τρόπο
- \_\_\_\_\_ 14. Πρέπει να κάνω τα πράγματα αρκετές φορές, προτού θεωρήσω ότι έχουν γίνει σωστά
- \_\_\_\_\_ 15. Έχω την τάση να επιμένω να ελέγχω τα πράγματα περισσότερο συχνά απ' ότι είναι αναγκαίο
- \_\_\_\_\_ 16. Ελέγχω και ξαναελέγχω τους διακόπτες του υγραερίου και των φώτων, καθώς και τις βρύσες μετά το κλείσιμό τους
- \_\_\_\_\_ 17. Ξαναγυρίζω σπίτι να ελέγξω πόρτες, παράθυρα, συρτάρια κλπ, ώστε να σιγουρευτώ ότι είναι κλεισμένα σωστά
- \_\_\_\_\_ 18. Επιμένω να ελέγχω έντυπα, έγγραφα, λογαριασμούς κλπ, για να σιγουρευτώ ότι τα έχω συμπληρώσει σωστά
- \_\_\_\_\_ 19. Επιμένω να ξαναγυρίζω πίσω, για να δω αν είναι καλά σβησμένα σπέρτα, τσιγάρα, κλπ.

- 0 - καθόλου
- 1 - λίγο
- 2 - αρκετά
- 3 - πολύ
- 4 - πάρα πολύ

- \_\_\_ 20. Όταν έχω να κάνω με χρήματα, τα μετρώ και τα ξαναμετρώ πολλές φορές
- \_\_\_ 21. Ελέγχω τις επιστολές προσεχτικά πολλές φορές, πριν τις ταχυδρομήσω
- \_\_\_ 22. Κάποιες φορές δεν είμαι σίγουρος/η ότι έχω κάνει τις δουλειές τις οποίες στην πραγματικότητα ξέρω ότι τις έχω κάνει
- \_\_\_ 23. Όταν διαβάζω, έχω την εντύπωση ότι έχω παραλείψει κάτι σημαντικό και πρέπει να γυρίσω πίσω και να το ξαναδιαβάσω δυο ή τρεις φορές
- \_\_\_ 24. Φαντάζομαι καταστροφικές συνέπειες σαν αποτέλεσμα της αφηρημάδας ή ασήμαντων λαθών που κάνω
- \_\_\_ 25. Σκέφτομαι ή ανησυχώ για πολλή ώρα ότι έχω κάνει κακό σε κάποιον χωρίς να το ξέρω
- \_\_\_ 26. Όταν ακούω για μια καταστροφή, φαντάζομαι ότι με κάποιον τρόπο φταίω εγώ για αυτό
- \_\_\_ 27. Κάποιες φορές ανησυχώ για πολλή ώρα χωρίς λόγο ότι έχω κάνει κακό στον εαυτό μου ή ότι έχω κάποια αρρώστια
- \_\_\_ 28. Αναστατώνομαι και ανησυχώ με το που βλέπω μαχαίρια, στιλέτα και άλλα αιχμηρά αντικείμενα
- \_\_\_ 29. Όταν ακούω για μια αυτοκτονία ή ένα έγκλημα, αναστατώνομαι για πολύ ώρα και δυσκολεύομαι να σταματήσω να το σκέφτομαι
- \_\_\_ 30. Πλάθω ανώφελες ανησυχίες γύρω από μικρόβια και αρρώστιες
- \_\_\_ 31. Όταν κοιτάζω προς τα κάτω από μια γέφυρα ή από ένα πολύ ψηλό παράθυρο, νιώθω την παρόρμηση να πέσω στο κενό
- \_\_\_ 32. Όταν βλέπω ένα τρένο να πλησιάζει, κάποιες φορές σκέφτομαι ότι θα μπορούσα να πέσω κάτω από τις ρόδες του
- \_\_\_ 33. Κάποιες φορές μπαίνω στον πειρασμό να σχίσω τα ρούχα μου δημόσια
- \_\_\_ 34. Καθώς οδηγώ, νιώθω μερικές φορές την παρόρμηση να ρίξω το αυτοκίνητο πάνω σε κάποιον ή σε κάτι
- \_\_\_ 35. Το να βλέπω όπλα με αναστατώνει και με κάνει να έχω βίαιες σκέψεις
- \_\_\_ 36. Κάποιες φορές νιώθω την ανάγκη να σπάσω ή να καταστρέψω πράγματα χωρίς λόγο
- \_\_\_ 37. Κάποιες φορές νιώθω την παρόρμηση να κλέψω πράγματα άλλων ανθρώπων, ακόμη κι αν αυτά είναι άχρηστα σε μένα
- \_\_\_ 38. Κάποιες φορές νιώθω σχεδόν ακατανίκητο τον πειρασμό να κλέψω κάτι από το σούπερ-μάρκετ
- \_\_\_ 39. Κάποιες φορές έχω την παρόρμηση να κάνω κακό σε ανυπεράσιστα παιδιά ή ζώα
- \_\_\_ Σύνολο