



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

پیوست ۵

مقیاس وسواسی - اجباری ییل - براون

ارزیاب محترم

لطفاً برای هر سؤال ، دور شماره ای که به بهترین وجه بیمار را مشخص می سازد ،
دایره بکشید.

زمان صرف شده برای افکار وسواسی

چقدر از زمان بیمار توسط افکار وسواسی گرفته می شود ؟ چند بار افکار وسواسی
روی می دهند؟

هیچ

۱ خفیف ، یعنی کمتر از ۱ ساعت در روز یا اتفاقی ، یعنی مزاحمت

بیش از ۸ بار در روز پیش نمی آید.

۲ متوسط ، یعنی ۱ تا ۳ ساعت در روز یا زیاد ، یعنی مزاحمت بیش از

۸ بار در روز است ولی اکثر ساعات فارغ از افکار وسواسی است.

۳ شدید ، یعنی ۳ تا ۸ ساعت در روز یا خیلی زیاد ، یعنی مزاحمت بیش

از ۸ بار و در طی اکثر ساعات روز روی می دهد.

۴ فوق العاده شدید ، یعنی بیشتر از ۸ ساعت در روز یا تقریباً مزاحمت

همیشگی ، یعنی آن قدر زیاد است که نمی توان شمرد ، به ندرت یک

ساعت بدون افکار وسواسی می گذرد.

تداخل مربوط به افکار وسواسی

چقدر افکار وسواسی بیمار با کارکرد اجتماعی یا شغلی او تداخل می نماید ؟ آیا کاری

هست که به خاطر افکار وسواسی انجام نمی شوند ؟

- هیچ ۰
- ۱ خفیف ، یعنی تداخل کم با فعالیت های اجتماعی و شغلی ولی کل عملکرد صدمه نمی بیند.
- ۲ متوسط ، یعنی تداخل مشخص با عملکرد اجتماعی و یا شغلی دارد ولی هنوز قابل کنترل است.
- ۳ شدید ، یعنی باعث آسیب قابل توجه به عملکرد اجتماعی یا شغلی می گردد.
- ۴ فوق العاده شدید ، یعنی ناتوان کننده است.

ناراحتی ناشی از افکار وسواسی

چقدر افکار وسواسی بیمار را دچار ناراحتی و فشار روانی می کند ؟

- هیچ ۰
- ۱ خفیف یعنی خیلی کم
- ۲ متوسط یعنی ناراحت کننده است ولی هنوز قابل کنترل است.
- ۳ شدید یعنی خیلی زیاد
- ۴ فوق العاده شدید یعنی تقریباً ناراحتی همیشگی و ناتوان کننده.

مقاومت در برابر افکار وسواسی

چقدر بیمار تلاش می کند در برابر افکار وسواسی مقاومت نماید ؟ چقدر تلاش می کند که وقتی این افکار وارد ذهنش می شود به آنها توجه نکند یا توجهش را منحرف سازد ؟

- ۰ تلاش برای مقاومت همیشگی است یا نشانه ها آن قدر خفیف است که نیازی به مقاومت فعالانه ندارد.
- ۱ اکثر مواقع سعی می کند مقاومت نماید.
- ۲ تا حدی مقاومت می کند.
- ۳ در برابر همه افکار وسواسی تسلیم می شود ، بدون این که برای کنترل آنها تلاشی بکند ولی این تسلیم همراه با اکره است.
- ۴ کاملاً و با اراده در برابر همه افکار وسواسی تسلیم می شود.

میزان کنترل بر افکار وسواسی

چقدر بیمار روی افکار وسواسی خود کنترل دارد؟ در متوقف ساختن یا منحرف ساختن افکار وسواسی خود چقدر موفق است؟

- ۰ کنترل کامل
- ۱ کنترل زیاد است و معمولاً قادر است که وسواس‌ها را با کوشش و تمرکز متوقف یا منحرف سازد.
- ۲ کنترل متوسط، یعنی گاهی قادر به متوقف یا منحرف کردن افکار وسواسی می‌گردد.
- ۳ کنترل کم، یعنی به ندرت در متوقف ساختن افکار وسواسی موفق است.
- ۴ اصلاً کنترل ندارد، یعنی افکار وسواسی به طور کاملاً غیرارادی تجربه می‌گردند و به ندرت قادر است حتی چند لحظه افکار وسواسی را منحرف نماید.

زمان صرف شده برای عمل به اجبارها

چقدر بیمار برای اجبارهایش زمان صرف می‌کند؟ اجبارها چند بار انجام می‌شوند؟

- ۰ هیچ
- ۱ خفیف، یعنی کمتر از ۱ ساعت در روز یا اتفاقی، یعنی بیش از ۸ بار در روز نمی‌باشد.
- ۲ متوسط، یعنی ۱ تا ۳ ساعت در روز یا زیاد، یعنی بیشتر از ۸ بار در روز است ولی اکثر ساعات فارغ از اجبارهاست.
- ۳ شدید، یعنی ۳ تا ۸ ساعت در روز یا خیلی زیاد، یعنی بیشتر از ۸ بار و در طی اکثر ساعات روز.
- ۴ فوق العاده شدید، یعنی بیشتر از ۸ ساعت در روز یا تقریباً همیشگی.

شدت تداخل مربوط به اجبارها

چقدر اجبارها با کارکرد اجتماعی و شغلی بیمار تداخل دارد؟ آیا کارهایی هست که به دلیل اجبارها انجام نمی‌شوند؟

- هیچ ۰
- ۱ خفیف ، یعنی تداخل کم با فعالیت های اجتماعی و شغلی ولی کل عملکرد صدمه نمی بیند.
- ۲ متوسط ، یعنی تداخل مشخص با عملکرد اجتماعی و یا شغلی دارد ولی هنوز قابل کنترل است.
- ۳ شدید ، یعنی باعث آسیب قابل توجه به عملکرد اجتماعی یا شغلی می گردد.
- ۴ فوق العاده شدید ، یعنی ناتوان کننده است.

ناراحتی ناشی از اجبارها

اگر جلوی اجبارها گرفته شود ، بیمار چه احساسی پیدا می کند ؟ هنگام انجام اجبارها چقدر مضطرب می شود که اجبار را به طور کامل انجام داده است ؟

- هیچ ۰
- ۱ خفیف ، یعنی تنها کمی مضطرب می شود.
- ۲ متوسط ، یعنی اضطراب قابل توجه است ولی قابل کنترل می باشد.
- ۳ شدید ، یعنی افزایش بارز و ناراحت کننده اضطراب.
- ۴ فوق العاده شدید ، یعنی اضطراب ناتوان کننده.

میزان مقاومت در برابر اجبارها

چقدر بیمار تلاش می کند در برابر اجبارها مقاومت نماید ؟

- ۰ تلاش برای مقاومت همیشگی است یا نشانه ها آن قدر خفیف است که نیازی به مقاومت فعالانه ندارد.
- ۱ اکثر مواقع سعی می کند مقاومت نماید.
- ۲ تا حدی مقاومت می کند.
- ۳ در برابر همه اجبارها تسلیم می شود ، ولی این تسلیم همراه با اکراه است.
- ۴ کاملاً و با اراده در برابر همه اجبارها تسلیم می شود.

میزان کنترل بر اجبارها

چقدر بیمار روی اجبارهای خود کنترل دارد؟ در متوقف ساختن آنها چقدر موفق است؟

- ۰ کنترل کامل
- ۱ کنترل زیاد ، یعنی فشار برای عمل کردن به اجبار را تجربه می کند ولی معمولاً قادر به اعمال ارادی کنترل بر آن می باشد.
- ۲ کنترل متوسط ، یعنی فشار قوی برای انجام اجبار با سختی زیاد قابل کنترل است.
- ۳ کنترل کم ، یعنی سائق خیلی قوی برای انجام اجبار وجود دارد و به سختی فقط می تواند انجام آن را به تأخیر بیندازد.
- ۴ عدم کنترل یعنی سائق برای انجام رفتار کاملاً غیر ارادی تجربه می گردد.