Çocuklar İçin Yale-Brown Obsesif Kompulsif Ölçeği
(ÇY-BOKÖ)

Adı, soyadı: Tarih:

Doğum tarihi: Tanı:

ÇY-BOKÖ KOMPULSİYON TARAMA LİSTESİ

Bütün uyanları işaretleyin. (" * " ile işaretlenen maddelerin, OKB' a özgü olup olmadıkları kesin değildir.)

YIKAMA/ TEMİZLEME KOMPULSİYONLARI

Şimdi Geçmişte

_____ _____ **Uzun uzun, sık sık veya belli bir sırayla el yıkama.**

_____ _____ **Uzun uzun, sık sık veya belli bir sırayla duş, banyo, diş fırçalama, kendine çeki düzen verme ve tuvalet temizliği alışkanlıkları.** Örneğin tuvalette, banyoda saatler geçirmek, sırası bozulduğunda tüm işlemi baştan yapmak.

_____ _____ **Kişisel veya önemli eşyalarını çok fazla temizleme.** Örneğin oyuncakların, kıyafetlerin, okul gereçlerinin (kalem, defter gibi) veya lavabo, tuvalet, yer, masa üstü ve mutfak aletlerinin aşırı derecede temizlenmesi.

_____ _____ **Kirlenmeye neden olacak diğer maddelerle teması önlemek için önlem almak veya bu maddeleri ortadan kaldırmak/kaldırtmak.** Örneğin aile üyelerinden böcek ilaçlarını, çöpü, gaz bidonunu, çiğ eti, boyaları, ilaç dolabındaki ilaçları veya evdeki kedinin çöpünü kaldırmalarını istemek. Kaçınamadığı durumlarda eldiven kullanmak.

_____ _____ **Diğer** (tanımlayın)_____

KONTROL ETME KOMPULSİYONLARI

_____ _____ **Kilitleri, oyuncakları, okul kitap ve gereçlerini, elektrikli ev aletlerini kontrol etme.**

_____ _____ **Yıkanma, giyinme veya soyunma ile ilgili kontrol etme.**

_____ _____ **Başkalarına zarar verip vermediğini/vermeyeceğini kontrol etme.** Örneğin farkında olmadan birine zarar verip vermediğini kontrol etmek, emin olmak için başkalarına sormak.

_____ _____ **Kendine zarar verip vermediğini/vermeyeceğini kontrol etme.** Örneğin keskin veya kırılabilecek birşey tuttuğu zaman bir yerinin kesilip kesilmediğini, kanayıp kanamadığını kontrol etmek. Kendine zarar vermediğinden emin olmak için başkalarına sormak.

_____ _____ **Kötü veya korkunç birşey olmadığını/olmayacağını kontrol etme**. Örneğin televizyonda, radyoda veya gazetede kendisinin sebep olduğunu düşündüğü bir felaket haberini aramak. Emin olmak için diğer insanlara sormak.

_____ _____ **Hata yapıp yapmadığını kontrol etme.** Örneğin yazı yazarken, okurken, veya basit hesaplamalar yaparken hata yapıp yapmadığını kontrol etme.

_____ _____ **Somatik obsesyonlara bağlı kontrol.** Ölümcül bir hastalığı veya yarası olmadığından emin olmak için diğer insanlara sorular sormak. Vücut kokusu ve çürüklerini kontrol etmek veya aynaya bakıp, vücudunda çirkin kısımlar aramak.

TEKRARLAYICI TÖRENSEL DAVRANIŞLAR

Şimdi Geçmişte

_____ _____ **Tekrar tekrar okuma, silme veya tekrar tekrar yazma.** Tekrar tekrar okuma döngüsüne girdiğinden dolayı, bir kitaptan birkaç sayfa okumak veya kısa bir mektup yazmanın saatlerce sürmesi. "Mükemmel" kelimeyi veya deyimi aramak veya okuması gereken birşeyi anlamadığından endişe duymak ya da bazı harflerin şekliyle ilgili takıntılarının olması. Yazdıklarını silip tekrar yazmaktan kağıt yıpranabilir.

_____ _____ **Sıradan faaliyetleri tekrar tekrar yapmak zorunda hissetme.** Örneğin elektrik düğmelerini, elektrikli ev aletlerini veya oyuncakları açıp açıp kapama, kapıdan içeri girmek-dışarı çıkmak, sandalyeye oturmak-kalkmak, saç tarama, belli bir yöne bakma gibi hareketleri tekrarlamak. Bunu "doğru" sayıda yapana kadar kendisini "doğru" yapmış hissetmez.

_____ _____ **Diğer** (tanımlayın)_____

SAYMA KOMPULSİYONLARI

_____ _____ **Eşyaları, belirli sayıları, sözcükleri v.b. sayma.** Örneğin oyuncak, kitap pencere, duvardaki çiviler, ve hatta kumsaldaki kum taneciklerini sayma. Yıkanma gibi belli bir hareket yaparken de tekrar tekrar sayıyor olabilir.

_____ _____ **Diğer** (tanımlayın)_____

SIRALAMA/DÜZENLEME KOMPULSİYONLARI

_____ _____ **Simetri veya düzenleme ihtiyacı.** Örneğin eşyaları belirli bir sıraya göre dizmek veya kişisel eşyalarını özel bir şekilde düzenlemek. eşyaları sıranın veya yatağın üzerine, oyuncakları rafa, kitapları kitaplığa dizmek. Eşyaları "düzene" sokmak için saatler harcayabilir ve bu düzen bozulduğunda çok rahatsız olabilir. Raftaki kitap ve oyuncakların, yastıkların simetrik olmasını istemek, simetrik değilse düzeltmek.

_____ _____ **Diğer** (tanımlayın)_____

BİRİKTİRME/TOPLAMA KOMPULSİYONLARI

(Hobi ve maddi veya manevi değeri olan şeylerin toplanması ile karıştırılmamalıdır).

_____ _____ **Eşyaları atarken zorlanmak, ufak tefek şeyleri (küçük kağıt parçaları, ip vb.) sınıflamak, işe yaramaz şeyleri biriktirmek.** Örneğin eski okul ödevleri, notlar, teneke kutu, kağıt havlu, paket kağıdı, boş şişeleri bir gün ihtiyacım olabilir düşüncesiyle atmamak, sokaktan veya çöpten işe yaramaz şeyler toplamak.

_____ _____ **Diğer** (tanımlayın)_____

AŞIRI BÜYÜSEL DÜŞÜNCELER/ BATIL DAVRANIŞLAR

(Yaşa uygun tekrarlayıcı çocuk oyunlarından ayırt edilmesi gerekir.)

Örneğin yerdeki çizgilere basmadan yürümek, kötü şeylerin olmasını önlemek amacıyla bir oyun düzeninde, bir eşyaya veya kendine belirli bir sayıda dokunmak. Uğursuz

olduğuna inandığı, örneğin 13 gibi, numaralı otobüse veya trene binmemek, ayın 13'ünde evden dışarı çıkmamak, tatsız olaylar yaşadığında giymiş olduğu kıyafetleri atmak.

_____ _____ **Diğer** (tanımlayın)_____

DİĞER İNSANLARI İÇEREN TÖRENSEL DAVRANIŞLAR

Şimdi Geçmişte

_____ _____**Törensel davranışlarına diğer insanları, genellikle bir ebeveyni dahil etme ihtiyacı.** Örneğin anne veya babasından aynı sorulara defalarca cevap vermesini, yemek sırasında annesinden, belirli eşyalarla (çatal, bıçak veya tabak gibi) törensel davranışları yerine getirmesini istemek.

Tanımlayın:_____

DİĞER KOMPULSİYONLAR

_____ _____ **Zihinsel törenler (toplama ve sayma dışında).** Örneğin aşırı sıklıkta dua okumak veya kötü bir düşünceyi tersine çevirmek için iyi bir şey düşünmek. Bunlar takıntılı düşüncelerden farklı olarak kaygı azaltmak veya daha iyi hissetmek için düşünülür.

_____ _____ **Söyleme, sorma veya itiraf etme gereksinimi.** Örneğin birşeyden emin olmak için diğerlerine sormak. Hiçbir zaman yapmamış olduğu yanlış davranışları itiraf etmek veya kendisini daha iyi hissetmek için diğerlerine bazı kelimeler söyleme ihtiyacı hissetmek.

_____ _____ **Kendine_____, başkalarına_____ zarar gelmemesi için veya kötü durumlara____ karşı önlem alma (kontrol etme dışında).** Örneğin kırılabilir veya keskin eşyalardan, aletlerden uzak durmak.

_____ _____ **Tören haline gelmiş yemek yeme davranışları*.** Örneğin yemeğe başlamadan önce yiyecek, çatal, kaşık belli bir şekilde düzenlenmelidir. Yemek katı bir kurala göre yenmeli veya zamanı gelmeden yenmemelidir.

_____ _____ **Aşırı uzun liste hazırlama*.**

_____ _____ **Dokunma, vurma veya ovalama gereksinimi*.** Örneğin biri kendisine dokunduğunda vücudunun iki tarafına da aynı şekilde dokunması veya iki ayakta da aynı basınç hissi oluşana kadar ayakkabı bağlarının çözülüp bağlanması.

_____ _____ **"Tam yerinde" olduğunu hissedene dek dokunma veya eşyaları düzenleme ihtiyacı*.**

_____ _____ **Göz kırpma veya gözünü bir noktaya dikmeyi içeren törensel davranışlar***

_____ _____ **Trikotillomani (saç koparma)***

_____ _____ **Diğer kendine zarar verici veya kendini yaralayıcı davranışlar***

_____ _____ **Diğer** (tanımlayın)_____

KOMPULSİYONLAR İÇİN HEDEF BELİRTİ LİSTESİ

KOMPULSİYONLAR (Şiddetine göre sıralayıp, tanımlayınız. Ör: 1. En şiddetli kompulsiyonu tanımlayın; 2. İkinci en şiddetli kompulsiyon...)

1._____
_____

2. _____
_____

3. _____
_____

4._____
_____

KAÇINMA (Kompulsiyonlarla birlikte görülen kaçınma davranışlarını tanımlayın; Çocuğun, saymaya başlamasını önleyebilmek için eşyalarını kaldırmaktan kaçınması gibi.)

_____
_____
_____

KOMPULSİYONLARLA İLGİLİ SORULAR (MADDE 1-5)

"Şimdi sana önüne geçemediğin/durduramadığın bazı alışkanlıklarınla ilgili sorular soracağım." (Soruları sorarken saptadığınız hedef belirtileri hatırlatın.)

1.KOMPULSİF DAVRANIŞLARI YAPARKEN HARCANAN ZAMAN

Bunları yaparken ne kadar zaman harcıyorsun?
Sence günlük aktivitelerini tamamlaman, bu alışkanlıklarından dolayı diğer insanlara göre ne kadar uzun sürüyor?
(Kompulsiyonlar gelip geçici ise, harcanan toplam saat olarak değerlendirmek imkansız olabilir. Bu durumda, ne sıklıkta uygulandığına göre harcanan süreyi tahmin ediniz. Kompulsiyonların günde kaç kez olduğunu ve ne kadar zaman aldığını birlikte değerlendiriniz.)
Bu alışkanlıkları hangi sıklıkla yapıyorsun?
[Pek çok durumda kompulsiyonlar gözlenebilen davranışlardır (el yıkamak gibi), ancak gözlenemeyen örnekler de vardır (içinden kontrol etmek gibi).]

0- HİÇ
1- HAFİF Günde 1 saatten az veya seyrek olarak
2- ORTA Günde 1-3 saat arası veya sık sık kompulsif davranışlar
3- AĞIR Günde 3-8 saat arası veya çok sık kompulsif davranışlar
4- İLERİ DERECEDE Günde 8 saatten fazla veya kompulsif davranışın neredeyse sürekli yapılması (sayılamayacak kadar çok olması)

1B.KOMPULSİYONSUZ GEÇEN SÜRE

Bu davranışları yapmadan ne kadar dayanabilirsin? (Eğer gerekirse sorun: Bu davranışların olmadığı en uzun süre ne kadardır?)

0- BELİRTİ YOK
1- HAFİF Uzun süren belirtisiz dönem, aralıksız 8 saatten fazla
2- ORTA Orta derecede belirtisiz dönem, 3-8 saat süren aralıksız belirtisiz dönem
3- AĞIR Kısa süreli belirtisiz dönem, aralıksız 1-3 saat
4- İLERİ DERECEDE Günde bir saatten az süren belirtisiz dönem

2.KOMPULSİF DAVRANIŞLARIN YAŞAMI ETKİLEMESİ

Bu alışkanlıklar okul yaşantını, arkadaşlarınla birlikte birşeyler yapmanı engelliyor mu? Bunlardan dolayı yapamadığın herhangi birşey var mı?
(Eğer şu anda okulda değilse, hastanın okulda olması durumunda performansını ne kadar etkilenebileceğini belirtiniz.)

0- HİÇ
1- HAFİF Sosyal ya da okul aktiviteleri hafif olarak etkilenmekle birlikte, genel performansta değişiklik yok
2- ORTA Sosyal ya da okul aktiviteleri kesin olarak etkilenmekle birlikte hala başa çıkılabilir durumda.
3- AĞIR Sosyal ya da okul aktiviteleri belirgin düzeyde bozulmuş.
4- İLERİ DERECEDE Günlük faaliyetlerini/ilişkilerini sürdürememekte.

3. KOMPULSİF DAVRANIŞLARA EŞLİK EDEN RAHATSIZLIK

Eğer alışkanlıklarını yapmaktan alıkonursan kendini nasıl hissedersin?
Ne kadar rahatsız olursun?
(Güvence verilmeden, hastanın kompulsiyonlarının birdenbire kesilmesi durumunda, hastanın yaşayabileceği zorlanma/sıkıntı derecesini belirleyiniz. Her zaman olmamakla birlikte çoğunlukla kompulsif davranışın gerçekleştirilmesi huzursuzluğu azaltır.)
Alışkanlıklarını tam olduğuna ikna olana kadar yaparken ne kadar rahatsız oluyorsun?

0- HİÇ
1- HAFİF Kompulsif davranışın engellenmesi halinde veya kompulsif davranış sırasında hafif düzeyde sıkıntı/engellenmişlik hissi.
2- ORTA Kompulsif davranışın engellenmesi halinde veya kompulsif davranış sırasında sıkıntı/engellenmişlik hissi duyduğunu fakat bu durumun baş edilebilir düzeyde olduğunu belirtir.
3- AĞIR Belirgin ve çok rahatsız edici düzeyde sıkıntı/engellenmişlik hissi kompulsif davranışın tamamlanamaması durumunda ve/veya bu davranış sırasında artar.
4- İLERİ DERECEDE Başedilemeyen bir sıkıntı ve engellenmişlik hissi, kompulsif davranışları değiştirmeye yönelik girişimlerde ve/veya kompulsif davranış sırasında ortaya çıkar.

4.KOMPULSİF DAVRANIŞLARA KARŞI DİRENME

Alışkanlıklarına karşı direnmek için ne kadar çaba harcıyorsun?
[Sadece direnme çabalarını değerlendiriniz. Kompulsiyonları kontrol etme başarılarını ya da başarısızlıklarını dikkate almayınız. Hastanın kompulsiyonlarına karşı ne kadar direndiği onları kontrol etme yeteneği ile paralellik gösterebilir veya göstermeyebilir. Bu madde kompulsiyonların şiddetinden çok çocuğun ne kadar sağlıklı olduğunu ölçer (hastanın kompulsiyonlara karşı gösterdiği çaba). Hastanın direnme çabası arttıkça, işlevleri de o derece az etkilenecektir. Kompulsiyonlar çok azsa, hasta onlara direnme gereksinimi duymayabilir. Böyle durumlarda 0 puan verilmelidir.]

0- HİÇ Direnmek için her zaman çaba gösterir ya da belirtiler o kadar azdır ki aktif olarak direnmeye gerek duymaz.
1- HAFİF Çoğu zaman direnmeye çalışır.
2- ORTA Direnmek için bir miktar çabalamaktadır.
3- AĞIR Kontrol etmeye çalışmadan tüm kompulsiyonlara teslim olmuştur, fakat bu durumdan pek hoşnut değildir.
4- İLERİ DERECEDE Kompulsiyonlara tümüyle ve gönüllü olarak teslim olmuştur.

5. KOMPULSİF DAVRANIŞLARI KONTROL ETME DERECESİ

Seni bu alışkanlıklarını yapmaya iten şey ne kadar güçlü?
Onlara karşı durmaya çalıştığında ne olur?
(Daha büyük çocuklar için sorulabilir): Alışkanlıkların üzerinde ne kadar kontrolün var/kontrolün ne düzeyde?
(Bir önceki maddede yer alan direnmenin aksine, hastanın kompulsiyonları kontrol etme yeteneği, hastalığın şiddetini daha iyi yansıtır.)

0- TAM KONTROL
1- YETERLİ KONTROL Gerçekleştirmek için baskı hissediyor fakat genellikle istemli olarak kontrol edebiliyor.
2- ORTA DERECEDE KONTROL Gerçekleştirmek için yoğun baskı hissediyor, güçlükle kontrol edebiliyor.
3- ÇOK AZ KONTROL Gerçekleştirmek için çok büyük baskı hissediyor, tamamlamak zorunda kalıyor, sadece güçlükle geciktirebiliyor.
4- KONTROL YOK

Adı, soyadı: Tarih:

Doğum tarihi: Tanı:

ÇY-BOKÖ OBSESYON TARAMA LİSTESİ

Bütün uyanları işaretleyin. (" * " ile işaretlenen maddelerin, OKB' a özgü olup olmadıkları kesin değildir.)

KİRLENME OBSESYONLARI

Şimdi Geçmişte

_____ _____ **Kir, mikrop ve bazı hastalıklardan kaygılanmak** Örneğin, bazı sandalyelere oturunca, el sıkışınca ya da kapı kollarına dokununca mikrop kapmaktan.

_____ _____ **Vücut atık veya salgılarından iğrenirim veya bunları aklıma takarım.** Örneğin idrar, dışkı, tükrük gibi.

_____ _____ **Çevreyi kirleten maddelerden aşırı kaygı duymak.** Örneğin radyasyon, fabrika atıkları ve benzeri maddelerin çevreyi veya içtiğimiz suyu kirleteceğini düşünmek.

_____ _____ **Evde kullanılan temizlik maddelerinden aşırı derecede kaygılanmak.** Örneğin bulaşıkların tam durulanmayıp, bulaşık deterjanının vücudumuzda birikeceğini düşünmek.

_____ _____ **Hayvanlardan/ böceklerden aşırı derecede kaygılanmak.** Örneğin, bir köpeğe, kediye ya da başka bir hayvana dokunup kirlenmekten korkmak gibi.

_____ _____ **Yapışkan maddeler veya atıklardan aşırı derecede rahatsızlık duymak.** Yağlı maddelerden tiksinmek gibi.

_____ _____ **Hastalık bulaşacak diye korkmak.** Örneğin, mikrop kapıp hastalanmak.

_____ _____ **Birine hastalık bulaştırmaktan korkmak.**

_____ _____ **Hastalık veya mikrop bulaşması halinde olabileceklerden korkmak.**

_____ _____ **Diğer** (tanımlayın)_____

SALDIRGANLIK OBSESYONLARI

_____ _____ **Kendine zarar vereceğinden korkmak.** Örneğin çatal ya da bıçakla yemek yerken onlarla kendine zarar vermekten, keskin eşyaları tutmaktan, cam pencerelerin yanında yürümekten korkmak.

_____ _____ **Başkalarına zarar vereceğinden korkmak.** Örneğin, insanların yemeklerine zehir koymaktan, bebeklere zarar vermekten, birini araba altına itmekten, birini üzmekten, hayal ettiği kötü bir olaydan sorumlu tutulmaktan, yanlış şeyler söyleyerek birine zarar gelmesine neden olmaktan korkmak.

_____ _____ **Kendine zarar geleceğinden korkmak.**

_____ _____ **Yaptığı veya yapmadığı birşeyden dolayı başkalarına zarar geleceğinden korkmak.** Yeterince dikkatli olmaması, mesela iyi bir çocuk olmaması, kurallara uymaması nedeniyle başkalarına kötü birşey olacağından korkmak.

_____ _____ **Aklına vahşi veya korkutucu görüntüler gelmesi.** Örneğin, katiller veya parçalanmış vücutlar, araba kazaları, tiksindirici görüntüler.

_____ _____ **Ayıp sözler söyleme veya küfür etme korkusu.** Örneğin cami okul gibi halka açık yerlerde terbiyesiz sözler söylemekten korkmak.

Şimdi Geçmişte

_____ _____ **Utanılacak birşey yapmaktan korkmak*** . Örneğin gaz çıkarmak, geğirmek gibi.

_____ _____ **Kötü şeyler yapmaktan korkmak.** Örneğin yola fırlamaktan, bir otobüsün önüne atlamaktan, aileden birinin veya bir arkadaşının canını acıtmaktan, sıcak bir şeye dokunmaktan veya cam kırmaktan korkmak gibi.

_____ _____ **Hırsızlık yapmaktan korkmak**. Örneğin, bakkaldan birşey çalmak, kasiyeri dolandırmak, mağazalardan eşya çalmaktan korkmak.

_____ _____ **Yangın, hırsızlık gibi kötü olaylardan kendisinin sorumlu tutulacağından korkmak.** Örneğin, evden çıkarken evi yeterince dikkatli kontrol etmemesi yüzünden yangına ya da soyguna neden olmak.

_____ _____ **Diğer** (tanımlayın)_____

CİNSEL OBSESYONLAR

(Herkesin cinsellikle ilgili düşünceleri, duyguları vardır. Mesela televizyonda öpüşen insanları seyretmek, hoşlandığın biriyle ilgili hayal kurmak, çıplak insan resimlerine bakmak gibi. Seni rahatsız eden veya hoşlanmadığın böyle düşünceler var mı? Eğer evetse:)

_____ _____ **Rahatsız edici ve kabul edilemez cinsel düşünceler, görüntüler ve dürtülerim vardır**. Örneğin yabancılar, ailesi ve arkadaşları hakkında.

_____ _____ **Homoseksüellik ile ilgili ***

_____ _____ **Başkalarına karşı cinsel davranışlar (saldırgan)***

_____ _____ **Diğer** (tanımlayın)_____

BİRİKTİRME/SAKLAMA OBSESYONLARI

_____ _____ **Eşyalarını kaybetme korkusu.** Örneğin, ileride gerekebileceği düşüncesi ile önemsiz şeyleri atmamak, önemsiz ve işe yaramaz şeyleri alıp toplamaya iten dürtüler, incik boncuk ya da bir kağıt parçasını kaybetmekten korkmak.

BÜYÜSEL DÜŞÜNCELER/ BATIL İNANÇ OBSESYONLARI

_____ _____ **Uğurlu veya uğursuz sayılar.** Örneğin şanslı veya şanssız sayıları vardır, 13 gibi herhangi bir sayıyla ilgili kaygılarının olması, bazı hareketleri belli bir sayı kadar yapmak veya bir hareketi sadece günün belli bir saatinde yapmaya başlamak gibi.

_____ _____ **Diğer (Batıl inançlar)** Örneğin siyah ölümle, kırmızı kanla ve yaralanmayla eşleştirme, mezarlığın yanından geçme, merdivenin altından geçme veya ölümü hatırlatan diğer şeylerden korkmak gibi.
(tanımlayın)_____

SOMATİK OBSESYONLAR

Şimdi Geçmişte

_____ _____ **Hastalık veya rahatsızlıklardan aşırı kaygı duymak*.** Örneğin kanser, kalp hastalığı veya AIDS olduğuna dair endişeler.

_____ _____ **Vücudun bir parçası veya görünümü ile ilgili aşırı kaygı duymak*** (Dismorfofobi). Örneğin yüzün, kulağın, burnun, gözlerin veya vücudun bir bölgesinin çok çirkin olduğuna dair endişeler.

DİNİ OBSESYONLAR

_____ _____ **Dini konulara karşı çıkmak veya günah işlemek ile ilgili aşırı kaygı duymak.** Örneğin Allah'a veya dini konulara saygısızlık içeren şeyler düşünmek veya sözler söylemek ve bunun için cezalandırılmak konusunda kaygı duymak. Allah'ın aptalın biri olduğunu düşünmek gibi.

_____ _____ **Doğru/ yanlış kavramları ve ahlak kuralları ile aşırı uğraşmak.** Örneğin her zaman "doğru şeyi" yapmak konusunda kaygılar, yalan söylemiş olmak ya da başka birini kandırmış olmak konusunda kaygı durmak.

_____ _____ **Diğer** (tanımlayın)_____

DİĞER OBSESYONLAR

_____ _____ **Bilme veya hatırlama ihtiyacı**

_____ _____ **Belirli şeyleri söyleme korkusu**

_____ _____ **Tam doğru şeyi söyleyememe korkusu**

_____ _____ **İstenmeyen (şiddet içermeyen), zihni meşgul eden görüntüler**

_____ _____ **Zihni meşgul eden, girici tarzda sesler, kelimeler, sayılar veya müzik duymak**

_____ _____ **Diğer** (tanımlayın)_____

OBSESYONLAR İÇİN HEDEF BELİRTI LİSTESİ

OBSESYONLAR (Şiddetine göre sıralayıp, tanımlayınız. Ör: 1. En şiddetli obsesyonu tanımlayın; 2. Ikinci en şiddetli obsesyon...)

1._____
_____

2. _____
_____

3. _____
_____

4._____
_____

KAÇINMA (Obsesyonlarla birlikte görülen kaçınma davranışlarını tanımlayın; Çocuğun, saymaya başlamasını önleyebilmek için eşyalarını kaldırmaktan kaçınması gibi.)

OBSESYONLARLA İLGİLİ SORULAR (MADDE 6-10)

"Şimdi sana önüne geçemediğin/durduramadığın düşüncelerle ilgili sorular soracağım."

6. OBSESİF DÜŞÜNCELERLE GEÇİRİLEN ZAMAN

Bu düşünceler ne kadar zamanını alıyor?

(Obsesif düşünceler gelip geçici ve kısa süreli ise, harcanan toplam süreyi saat olarak değerlendirmek imkansız olabilir. Bu durumda, oluş sıklığına göre harcanan süreyi tahmin ediniz. Girici tarzda düşüncelerin günde kaç kez olduğunu ve ne kadar zaman aldığını birlikte değerlendiriniz.)

Bu düşünceler hangi sıklıkta aklına geliyor? (Egoyla uyumlu, gerçeğe uygun (ancak abartılı) nitelikteki ruminasyon ve zihinsel meşguliyeti dışlayınız)

0- HİÇ

1- HAFİF Günde 1 saatten az veya seyrek olarak

2- ORTA Günde 1-3 saat arası veya sık sık kompulsif davranışlar

3- AĞIR Günde 3-8 saat arası veya çok sık kompulsif davranışlar

4- İLERİ DERECEDE Günde 8 saatten fazla veya kompulsif davranışın neredeyse sürekli yapılması (sayılamayacak kadar çok olması)

6B. OBSESYONSUZ GEÇEN SÜRE (Toplam puanlamaya katılmaz)

Obsesif düşünceler tarafından rahatsız edilmeden, bir gün içinde geçirdiğin en uzun süre ortalama olarak ne kadardır?

0- BELİRTİ YOK

1- UZUN Aralıksız 8 saatten fazla süren belirtisiz dönem

2- HAFİFÇE UZUN Orta derecede belirtisiz dönem, 3-8 saat süren aralıksız belirtisiz dönem

3- KISA Belirtisiz dönem, 1-3 saat süren aralıksız belirtisiz dönem

4- ÇOK KISA Günde bir saatten az süren belirtisiz dönem

7. OBSESİF DÜŞÜNCELERİN YAŞAMI ETKİLEMESİ

Bu düşünceler okul yaşantını, arkadaşlarınla birlikte birşeyler yapmanı ne kadar engelliyor? Bunlardan dolayı yapamadığın herhangi birşey var mı?
(Eğer şu anda okulda değilse, hastanın okulda olması durumunda performansını ne kadar etkilenebileceğini belirtiniz.)

0- HİÇ
1- HAFİF Sosyal ya da okul aktiviteleri hafif olarak etkilenmekle birlikte, genel performansta değişiklik yok
2- ORTA Sosyal ya da okul aktiviteleri kesin olarak etkilenmekle birlikte hala başa çıkılabilir durumda.
3- AĞIR Sosyal ya da okul aktiviteleri belirgin düzeyde bozulmuş.
4- İLERİ DERECEDE Sosyal ya da okul aktivitelerini sürdüremeyecek durumda.

8. OBSESİF DÜŞÜNCELERE EŞLİK EDEN RAHATSIZLIK

Obsesif düşünceler seni ne kadar rahatsız ediyor ya da keyfini kaçırıyor? (Burada sadece obsesyonlardan kaynaklanan sıkıntı/engellenme duygusunu ele alın. Yaygın bunaltı ve başka belirtilerle ilgili bunaltıyı bu bölümde ele almayın.)

0- HİÇ
1- HAFİF Nadir ve hafif
2- ORTA Sık sık ve rahatsız edici, fakat baş edilebilir düzeyde
3- AĞIR Çok sık ve çok rahatsız edici
4- İLERİ DERECEDE Neredeyse sürekli ve baş edilemeyen düzeyde

9. OBSESİF DÜŞÜNCELERE KARŞI DİRENME

Obsesif düşünceleri durdurmak/aklından çıkarmak için ne kadar çaba harcıyorsun?

[Sadece direnme çabalarını değerlendiriniz. Obsesyonları kontrol etme başarılarını ya da başarısızlıklarını dikkate almayınız. Hastanın obsesyonlarına karşı ne kadar direndiği onları kontrol etme yeteneği ile paralellik gösterebilir veya göstermeyebilir. Bu madde girici tarzda düşüncelerin şiddetinden çok çocuğun ne kadar sağlıklı olduğunu ölçer (hastanın obsesyonlarına karşı gösterdiği çabalar). Hastanın direnme çabaları arttıkça, işlevleri de o derece az etkilenecektir. Obsesyonlar çok azsa, hasta onlara direnme gereksinimi duymayabilir. Böyle durumlarda 0 puan verilmelidir.]

0- HİÇ Direnmek için her zaman çaba gösterir ya da belirtiler o kadar azdır ki aktif olarak direnmeye gerek duymaz.

1- HAFİF Çoğu zaman direnmeye çalışır.

2- ORTA Direnmek için bir miktar çabalamaktadır.

3- AĞIR Kontrol etmeye çalışmadan tüm obsesyonlara teslim olmuştur, fakat bu durumdan pek hoşnut değildir.

4- İLERİ DERECEDE Obsesyonlara tümüyle ve gönüllü olarak teslim olmuştur.

10. OBSESİF DÜŞÜNCELERİ KONTROL ETME DERECESİ

Bu düşüncelere karşı koymaya çalışırsan onları yenebilir misin?
Onları ne kadar kontrol edebilirsin?
(Bir önceki maddede yer alan direnmenin aksine, hastanın obsesyonları kontrol etme yeteneği, hastalığın şiddetini daha iyi yansıtır.)

0- TAM KONTROL

1- YETERLİ KONTROL Genellikle çaba ve dikkatini toplayarak obsesyonları durdurabiliyor veya aklından çıkarabiliyor.

2- ORTA DERECEDE KONTROL bazen obsesyonları durdurabiliyor veya aklından çıkarabiliyor.

3- ÇOK AZ KONTROL Nadiren obsesyonları durdurmakta veya aklından çıkarmakta başarılı oluyor. Dikkatini sadece zorlukla başka konulara yöneltebiliyor.

4- KONTROL YOK Kontrol edemiyor, tamamen isteği dışında oluyor. Bir an bile aklından çıkaramıyor.

11. HASTANIN OBSESYONLARI VE KOMPULSİYONLARI HAKKINDA İÇGÖRÜSÜ

Düşüncelerinin veya davranışlarının mantıklı olduğunu düşünüyor musun? (Duraklayın) Kompulsiyonlarını gerçekleştiremediğin takdirde ne olacağını düşünüyorsun?

Gerçekten birşeyler olacağına inanıyor musun? (Görüşme sırasında izlediğiniz hastanın inançlarına dayanarak hastanın obsesyonları hakkındaki içgörüsünü değerlendiriniz.)

0- MÜKEMMEL içgörü, tümüyle gerçeğe uygun.

1- İYİ bir içgörü. Düşünce ve davranışlarının saçmalığını ve aşırılığını kabul etmekle birlikte bunaltı dışında dikkate alınacak bir şey olmadığı konusunda tatmin olmuş değil. (Uzun süren şüpheleri vardır.)

2- ORTA Orta derecede içgörü. İsteksizce de olsa, düşünce ve davranışlarının saçmalığını veya aşırılığını kabul etmekle birlikte kararsızdır. Gerçekçi olmayan korkuları olabilir, fakat değişmeyen inançları yoktur.

3- ZAYIF içgörü. Düşünce ve davranışlarının mantıksız veya aşırı olmadığına inanmakla birlikte kararsızdır. Gerçekçi olmayan korkuları olabilir, fakat karşı kanıtların geçerliliğini de kabul etmektedir. (Aşırı değer kazanmış fikirler)

4- YOK İçgörüsü kaybolmuş, sanrısal düşünce içeriği. Düşünce ve davranışlarının mantıklı olduğuna tam olarak inanmış durumdadır, karşı kanıtlara karşı tepkisizdir.

12. KAÇINMA

Obsesyonel düşüncelerin nedeniyle veya kompulsif hareketleri yapacağım endişesi ile herhangi birşeyi yapmaktan, bir yere gitmekten veya herhangi biri ile birlikte olmaktan kaçındığın oluyor mu? (Yanıt evet ise şu soruyu sorunuz): Bu kaçınma ne oranda oluyor? (Belirti listesinde nelerden kaçınıldığını not ediniz). Bazen kompülsiyonlar hastanın korktuğu birşeye temastan "kaçınma" şeklinde olabilir. Örneğin, meyve ve sebzelerin mikroplardan arındırılmak üzere çok fazla yıkanması bir kaçınma davranışı değil, kompulsiyon olarak değerlendirilmelidir. Eğer hasta meyve veya sebze yemiyorsa, bu durum kaçınma olarak kabul edilmelidir.

0- HİÇ

1- HAFİF En alt düzeyde kaçınma

2- ORTA Açıkça görülen, saptanabilen düzeyde kaçınma

3- AĞIR Çok fazla ve belirgin düzeyde kaçınma

4- İLERİ DERECEDE Aşırı boyutlarda kaçınma, belirtileri başlatabilecek hemen herşeyi yapmaktan kaçınmaktadır.

13. KARARSIZLIK DERECESİ

Diğer kişilerin bir seferde karar verdikleri küçük şeyler hakkında karar verirken zorlanıyor musun? (Sabahları hangi kıyafetleri giyeceğin hakkında?) Tekrarlayıcı/girici tarzda düşünceyi gösteren karar verme güçlüklerini değerlendirmeyiniz. Rasyonel olarak karar vermenin güç olduğu karmaşık durumları da değerlendirmeyiniz.)

0- HİÇ

1- HAFİF Bazı küçük şeyler hakkında karar verme güçlüğü.

2- ORTA Başkalarının ikinci bir kez düşünmeyecekleri şeyler hakkında karar verirken güçlük çektiğini belirtmektedir.

3- AĞIR Önemli olmayan konularda bile sürekli yarar/zarar değerlendirmesi yapmaktadır.

4- İLERİ DERECEDE Karar verme yetisi kaybolmuş, iş göremez konumdadır / işlerini yürütememektedir.

14. AŞIRI SORUMLULUK HİSSİ

Davranışlarından ve onların sonuçlarından gereğinden fazla sorumluluk duyar mısın?
Kendi kontrolünde olmayan olaylardan dolayı kendini suçlar mısın?
(Normal sorumluluk duygusu, değersizlik duygusu ve patolojik suçluluk duygusundan ayırt ediniz. Suçluluk duyan bir kişi kendini veya yaptıklarını kötü, şeytani olarak değerlendirir.)

0- HİÇ

1- HAFİF Sadece sorulduğunda bahsedilen hafif sorumluluk artışı.

2- ORTA Hastanın kendiliğinden bahsettiği, açıkça görülen düşünceler, kendi kontrol edebileceği olaylar dışında kalanlar için aşırı sorumluluk hissetmektedir.

3- AĞIR Bu tür düşünceler yaygın ve belirgindir. Kesinlikle kendi kontrolü dışında kalan olaylardan bile kendini sorumlu hissetmektedir. Kendini anlamsız ve gerçeğe uygun olmayan bir şekilde suçlamaktadır.

4- İLERİ DERECEDE Sanrısal düzeyde sorumluluk (Kompülsiyonlarını gerçekleştiremediği için, binlerce kilometre ötede olan bir depremden kendini suçlamak gibi).

15. HAREKETLERDE YAYGIN YAVAŞLAMA/DURAĞANLIĞIN GETİRDİĞİ RAHATSIZLIK

İşlerine/ödevlerine başlamakta veya bitirmekte zorluk çeker misin?
Birçok günlük faaliyet olması gerekenden uzun sürüyor mu?
(Depresyona bağlı ikincil psikomotor retardasyondan ayırt ediniz. Özel bir obsesyon saptanmasa bile, olağan işlerin gerçekleştirilmesi için harcanan zaman artışını değerlendiriniz.)

0- HİÇ

1- HAFİF Faaliyetlere başlarken veya bitirirken zaman zaman gecikme

2- ORTA Sıklıkla olağan aktivitelerin uzun sürmesi, ancak tamamlanması. Sıklıkla geç olması.

3- AĞIR Olağan aktivitelere başlanmasında ve bitirilmesinde belirgin ve yaygın zorlanma, genellikle geç olması.

4- İLERİ DERECEDE Işlemin tümünde yardım görmeden, olağan işlevlere başlayamama veya bitirememe.

16. PATOLOJİK KUŞKU

Bir işi tamamladığın zaman onu doğru yaptığınızdan şüpheleniyor musun?
O işi tam olarak yaptığına ilişkin şüphen var mı ?
Olağan işleri yaparken algılarına (Gördüklerine, duyduklarına, dokunma duyuna) güvenmediğin oluyor mu ?

0- HİÇ

1- HAFİF Sadece sorulduğu zaman bahsedilen hafif patolojik kuşku. Verilen örnekler normal sınırlar içinde olabilir.

2- ORTA Hasta bu düşünceleri kendisi belirtir, bazı davranışlarında açık olarak vardır. Hasta, belirgin patolojik kuşkudan rahatsızdır. Performansını bir miktar etkilemekle birlikte başedilebilir boyutlardadır.

3- AĞIR Algıları veya belleği hakkındaki kuşkuları belirgindir, patolojik kuşku sıklıkla performansını etkilemektedir.

4- İLERİ DERECEDE Algıları hakkındaki kuşkuları süreklidir. Patolojik kuşkuları hemen her tür faaliyetini etkilemektedir. Iş göremez durumdadır. (Hasta "Gözümün gördüğüne beynim/aklım inanmıyor" demektedir)

17. GLOBAL CİDDİYET

Hastanın hastalığının ciddiyeti hakkında görüşmecinin edindiği kanı. 0'dan (hastalığın olmaması durumunda), 6'ya (en ciddi hastalık durumu)kadar değerlendirilir.

(Hasta tarafından bildirilen rahatsızlık duyumunu, gözlenen belirtileri ve hastanın belirttiği işlevsel açıdan bozulmayı dikkate alınız. Sizin kanınız hem bu bilgilerin ortalama puanlaması, hem de edinilen bilgilerin doğruluğunun ve güvenirliğinin değerlendirilmesi için gereklidir. Bu kanıya, görüşmeyi yaparken edindiğiniz bilgilerin ışığı altında varmalısınız.)

0- HASTALIK YOK

1- ÇOK AZ Şüpheli,gelip geçici tarzda hastalık,işlevsellikte bozulma yok.

2- HAFİF İşlevsellikte bozulma az.

3- ORTA Çabayla işlevsel olabiliyor.

4- ORTA-CİDDİ İşlevsellik kısıtlanmış.

5- CİDDİ Büyük oranda yardımla işlevsel olabiliyor.

6- İLERİ DÜZEYDE CİDDİ Tamamen iş göremez durumda.

18. GLOBAL DÜZELME

Kendi kanınıza göre ilaç tedavisine bağlı olsun veya olmasın, İLK DEĞERLENDİRMENİN YAPILDIĞI GÜNDEN BUGÜNE kadar meydana gelen iyileşmeyi derecelendiriniz.

0- Çok daha kötü.

1- Daha kötü.

2- Biraz daha kötü.

3- Değişiklik yok.

4- Bir miktar iyileşme var.

5- Daha iyi.

6- Çok daha iyi.

19. GÜVENİRLİK: Derecelendirme puanlarının güvenirliğini değerlendiriniz. Güvenirliği etkileyen faktörler arasında hastanın koperasyonu ve doğal iletişim kurma yeteneği bulunur. Obsesif kompülsif belirtilerin tipi ve ciddiyeti, hastanın düşüncelerini yoğunlaştırmasını, dikkatini ve rahat konuşmasını etkileyebilir. (Bazı obsesyonlar, hastanın kullandığı kelimeleri çok dikkatli seçmesine neden olabilir.)

0- MÜKEMMEL Edinilen bilgilerden şüphelenmek için hiçbir neden yok.

1- İYİ Güvenirliği olumsuz yönde etkileyebilecek faktör (ler) var.

2- ORTA Güvenirliği kesin olarak azaltan faktörler var.

3- ZAYIF Güvenirlik çok az.

ÇOCUKLAR İÇİN YALE-BROWN OBSESYON KOMPULSİYON ÖLÇEĞİ (3/1/ 90)

CY-BOCS TOPLAM PUANI (madde 1-10 toplamı) ☐

Hastanın adı, soyadı: Tarih:

Protokol no: Klinisyen:

	Yok	Hafif	Orta	Ağır	İleri
1. KOMPULSİYONLARLA GEÇEN ZAMAN	0	1	2	3	4

	Semptom yok	Uzun	Hafif uzun	Kısa	Çok kısa
1b. KOMPULSİYONSUZ GEÇEN DÖNEM (Toplam ve alttoplamlara eklemeyiniz.)	0	1	2	3	4

2. KOMPULSİYONLARDAN ETKILENME	0	1	2	3	4
3. KOMPULSİYONLARDAN RAHATSIZ OLMA	0	1	2	3	4
	Sürekli direnme				Tam teslimiyet
4. KOMPULSİYONLARA KARŞI DIRENME	0	1	2	3	4
	Tam kontrol	Yeterli kontrol	Orta kontrol	Az kontrol	Kontrol yok
5. KOMPULSİYONLARIN KONTROLÜ	0	1	2	3	4

KOMPULSIYON ALTTOPLAMI (madde 1-5 toplamı) ☐

	Mükemmel Yok	Hafif	Orta	Ağır	Yok İleri
6. OBSESYONLARLA GEÇEN ZAMAN	0	1	2	3	4

	Semptom yok	Uzun	Hafif uzun	Kısa	Çok kısa
6b. OBSESYONSUZ GEÇEN DÖNEM (Toplam ve alttoplamlara eklemeyiniz.)	0	1	2	3	4

7. OBSESYONLARDAN ETKİLENME	0	1	2	3	4
8. OBSESYONLARDAN RAHATSIZ OLMA	0	1	2	3	4
	Sürekli direnme				Tam teslimiyet
9. OBSESYONLARA KARŞI DİRENME	0	1	2	3	4
	Tam kontrol	Yeterli kontrol	Orta kontrol	Az kontrol	Kontrol yok
10. OBSESYONLARIN KONTROLÜ	0	1	2	3	4

OBSESYON ALTTOPLAMI (Madde 1-5 toplamı) ☐

---

11. OBSESYON VE KOMPULSİYONLARI HAKKINDA HASTANIN İÇGÖRÜSÜ	0	1	2	3	4

	Yok	Hafif	Orta	Ağır	Ileri
12. KAÇINMA	0	1	2	3	4
13. KARARSIZLIK	0	1	2	3	4
14. PATOLOJIK SORUMLULUK	0	1	2	3	4
15. YAVAŞLAMA	0	1	2	3	4
16. PATOLOJİK KUŞKU	0	1	2	3	4

---

17. GENEL AĞIRLIK	0	1	2	3	4	5	6
18. GENEL DÜZELME	0	1	2	3	4	5	6

---

19. GÜVENİRLİK MÜKEMMEL: 0 IYI: 1 ORTA:2 ZAYIF: 3

www.bilisseldavranisci.org