

باسمه تعالی

پرسش‌نامه‌ی وسواس سنج «مادسلی»

(MOCI)

جایگاه هر سؤال را در ارتباط با خود، مشخص نمایید. در این مجموعه، پاسخ درست یا غلط مطرح نیست و هیچ‌گونه سؤال انحرافی در بین جملات وجود ندارد. به سرعت پاسخ دهید و درباره‌ی معنای جملات زیاد فکر نکنید.



۱. از تلفن‌ها (و وسایل) عمومی به علت این که ممکن است آلوده باشند استفاده

نمی‌کنم.

بله

خیر

۲. غالباً گرفتار فکرهای زشتی می‌شوم که نمی‌توانم به آسانی خود را از آن‌ها خلاص

کنم.

بله

خیر

۳. بیشتر از اکثر مردم نگرانِ راستی و درستی هستم.

^۱- به نظر می‌رسد یک فرد مقید و متدین، می‌باید بیشتر از عموم مردم به راستی و درستی (صداقت در کلام و عمل) بها دهد؛ و این لزوماً نشانه‌ی وسواس نیست. اما در افراد وسواسی درگیری ذهنی و اشتغال ذهنی غیرقابل کنترل به این موضوع، آن‌ها را دچار چاله‌هایی در زندگی جاری می‌کند. (اضافه شده توسط سیدمحمد خردمند)

بله

خیر

۴. غالباً تأخیر می‌کنم، چون نمی‌توانم کارها را به موقع و سر وقت انجام دهم.

بله

خیر

۵. از دست زدن به حیوان‌ها، نگران آلوده شدن نمی‌شوم.

بله

خیر

۶. غالباً باید چیزهایی را بارها و ارسی کنم (مثلاً شیر گاز، شیر آب، درها و غیره)

بله

خیر

۷. فردی به شدت وجدانی و مقید هستم.^۲

بله

خیر

۸. متوجه شده‌ام که همیشه گرفتار هجوم فکرهای ناخوشایند و ناخواسته هستم.

بله

خیر

^۲ این گزاره هم توضیحی مانند گزاره ی سوم دارد. تکرار افکار مزاحم و اجباری که فرد در انجام برخی رفتارهای خنثی ساز دچار می شود با تقیدهای طبیعی و مناسب نسبت به گفتار و رفتار یک فرد دین مدار متفاوت است؛ حتی اگر عده ای از روی نا آگاهی چنین افرادی را وسواسی بنامند! (اضافه شده توسط سیدمحمد خردمند)

۹. اگر به طور تصادفی به شخصی تنه بزنم، ناراحت نمی‌شوم.

بله

خیر

۱۰. برای انجام دادن ساده‌ترین کارها هم، به سختی به شک و تردید می‌افتم.

بله

خیر

۱۱. هیچ یک از والدینم در دوران کودکی من سخت‌گیر نبوده‌اند.

بله

خیر

۱۲. چون کارها را ناخواسته و مرتباً تکرار می‌کنم در امور روزمره مرتباً عقب هستم.

بله

خیر

۱۳. از صابون و شوینده‌ها زیاد استفاده نمی‌کنم.

بله

خیر

۱۴. بعضی عددها واقعاً بدشانسی می‌آورند.

بله

خیر

۱۵. پیش از پست کردن نامه‌ها یا ارسال نوشته‌هایم، آن‌ها را باز نمی‌کنم که بخوانم.

بله

خیر

۱۶. صبح‌ها وقت زیادی صرف لباس پوشیدن نمی‌کنم.

بله

خیر

۱۷. بیش از اندازه به فکر پاکیزگی نیستم.

بله

خیر

۱۸. یکی از مشکلات بزرگم این است که وقت زیادی را صرف جزئیات می‌کنم.

بله

خیر

۱۹. بدون هیچ تردیدی، از توالت‌های تمیز استفاده می‌کنم.

بله

خیر

۲۰. مشکل بزرگ من این است که بارها چیزهایی را وارسی می‌کنم.

بله

خیر

۲۱. بیش از اندازه به فکر میکروب یا بیماری نیستم.

بله

○ خیر

۲۲. بیش از یک بار چیزی را واریسی نمی‌کنم.

○ بله

○ خیر

۲۳. برای انجام کارهای عادی چندان پایبند نظم و ترتیب نیستم.

○ بله

○ خیر

۲۴. وقتی به پول دست می‌زنم احساس نمی‌کنم دست‌هایم آلوده شده است.

○ بله

○ خیر

۲۵. معمولاً موقع کارهای روزمره در ذهنم عددشماری نمی‌کنم.

○ بله

○ خیر

۲۶. صبح‌ها تقریباً وقت زیادی صرف نظافت و پاکیزگی می‌کنم.

○ بله

○ خیر

۲۷. معمولاً از مواد ضدعفونی‌کننده خیلی استفاده نمی‌کنم.

○ بله

○ خیر

۲۸. هر روز وقت زیادی صرف واری های تکراری می‌کنم.

بله ○

خیر ○

۲۹. شب‌ها برای مرتب کردن و آویزان کردن لباس‌هایم وقت زیادی صرف نمی‌کنم.

بله ○

خیر ○

۳۰. حتی اگر کاری را از روی کمال دقت انجام بدهم باز هم خاطر جمع نمی‌شوم که

آن را درست انجام داده‌ام.

بله ○

خیر^۳ ○

^۳ - تایپ مجدد این سوالات در دبیرستان احسان (منطقه ۴ تهران) انجام گرفته است.

تنظیم و ارسال از: سیدمحمد خردمند.