



שאלון OCI-R

האמירות הבאות מתייחסות לחוויות שיש לאנשים רבים בחייהם היומיומיים. לגבי כל אחת מהאמירות הבאות, ציין עד כמה כל אחת מהחוויות הללו גרמה לך סבל או הטרידה אותך במשך החודש האחרון.

לשם כך השתמש בסולם הבא:

לשם כך השתמש בסולם הבא:	0	1	2	3	4
	בכלל לא	במידה מועטה	במידה מה	במידה רבה	באופן קיצוני

פריט	בכלל לא	במידה מעטה	במידה מה	במידה רבה	באופן קיצוני
1	0	1	2	3	4
אגרתי כל כך הרבה דברים שהם מפריעים לי	0	1	2	3	4
2	0	1	2	3	4
לעיתים קרובות אני בודק דברים יותר ממה שנחוץ	0	1	2	3	4
3	0	1	2	3	4
אני נעשה מוטרד או מתרגז כאשר דברים אינם מסודרים כיאות	0	1	2	3	4
4	0	1	2	3	4
אני חש צורך לספור כאשר אני עושה דברים מסוימים	0	1	2	3	4
5	0	1	2	3	4
קשה לי לגעת במשהו כאשר אני יודע שנגעו בו זרים או אנשים מסוימים	0	1	2	3	4
6	0	1	2	3	4
אני מתקשה לשלוט במחשבות שלי	0	1	2	3	4
7	0	1	2	3	4
אני אוסף דברים שאין לי צורך בהם	0	1	2	3	4
8	0	1	2	3	4
אני בודק שוב ושוב דלתות, חלונות, מגירות וכו'	0	1	2	3	4
9	0	1	2	3	4
אני נהיה מוטרד או עצבני אם משנים את הצורה בה סידרתי דברים	0	1	2	3	4
10	0	1	2	3	4
אני חש צורך לחזור על מספרים מסוימים	0	1	2	3	4
11	0	1	2	3	4
לפעמים אני חייב לשטוף או לנקות את עצמי רק בגלל שאני חש מזוהם	0	1	2	3	4

**National Chief Psychologist's Office
Ministry of Health**

5 Harabi Mebachrach St. Tel Aviv-Jaffa 66849
call.habriut@moh.health.gov.il
Tel: *5400 Fax: 02-5655918



**משרד הפסיכולוג הארצי
משרד הבריאות**

רח' הרבי מבכרך 5, תל אביב-יפו 66849
call.habriut@moh.health.gov.il
טל: *5400 פקס: 02-5655918



**משרד
הבריאות**
לחיים בריאים יותר

חטיבת הרפואה
יחידת הפסיכולוגיה הארצית | הפסיכולוג הארצי
National Psychology Unit – Chief Psychologist

4	3	2	1	0	12	אני מוטרד על ידי מחשבות בלתי נעימות שבאות בניגוד לרצוני
4	3	2	1	0	13	אני נמנע מלזרוק דברים כיוון שאני חושש שאזדקק להם בהמשך
4	3	2	1	0	14	אני בודק ברזי גז ומים שוב ושוב ומדליק אורות לאחר שכיביתי אותם
4	3	2	1	0	15	אני צריך שדברים יהיו מסודרים בסדר מסוים
4	3	2	1	0	16	אני מרגיש שישנם מספרים טובים ומספרים רעים
4	3	2	1	0	17	אני שוטף את ידי לעיתים תכופות ובאופן ממושך יותר מהנחוץ
4	3	2	1	0	18	אני חווה לעיתים קרובות מחשבות בלתי נעימות ויש לי קושי להיפטר מהן

**National Chief Psychologist's Office
Ministry of Health**

5 Harabi Mebachrach St. Tel Aviv-Jaffa 66849
call.habriut@moh.health.gov.il
Tel: *5400 **Fax:** 02-5655918



**משרד הפסיכולוג הארצי
משרד הבריאות**

רח' הרבי מבכרך 5, תל אביב-יפו 66849
call.habriut@moh.health.gov.il
טל: *5400 **פקס:** 02-5655918