

OBOQ-20

Il questionario seguente elenca una lista di opinioni o atteggiamenti che le persone possono avere. La preghiamo di leggere attentamente ciascuna affermazione e di segnare se lei è d'accordo o meno con l'affermazione stessa.

In pratica, per ciascuna affermazione presentata, faccia un segno sul numero che meglio corrisponde al suo modo di pensare, in base alla scala seguente:

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---------------------|--------------------------|----------------------|-------------------------------|------------------|----------------------|-----------------|
| Molto in disaccordo | Abbastanza in disaccordo | Un po' in disaccordo | Né d'accordo né in disaccordo | Un po' d'accordo | Abbastanza d'accordo | Molto d'accordo |

Tenga presente che ogni persona è diversa dall'altra per cui non ci sono risposte giuste o sbagliate. Cerchi semplicemente di ricordare come lei è (o come pensa) la maggior parte delle volte.

Cerchi di usare il meno possibile l'espressione (corrispondente al numero 4) "né d'accordo né in disaccordo"

| | | | | | | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. Se non sono assolutamente sicuro di qualcosa, sono destinato a commettere un errore. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. Per poter essere degno di stima devo raggiungere la perfezione in ogni cosa che faccio. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. Dovrei cercare di prevenire ad ogni costo anche i danni più improbabili. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. Secondo me, avere l'impulso a compiere una cattiva azione è tanto brutto quanto compierla veramente. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5. Se non faccio qualcosa quando prevedo un pericolo, merito di essere incolpato per le sue conseguenze. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6. In ogni tipo di situazione quotidiana, fallire nel prevenire è brutto quanto causarlo di proposito. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7. Secondo me, non prevenire dei danni equivale a commetterli. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8. Dovrei essere sconvolto se commettessi un errore. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 9. Secondo me, le cose non vanno bene se non sono perfette. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 10. Se ho cattivi pensieri vuol dire che sono una persona orribile. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 11. Se non prendo più precauzioni del dovuto, ho più probabilità degli altri di arrecare o subire gravi danni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 12. Ho più probabilità delle altre persone di causare accidentalmente un danno a me stesso o ad altri. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 13. Il fatto che abbia cattivi pensieri significa che sono anormale o molto strano. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 14. Anche quando sto attento, penso spesso che possano accadere cose brutte. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 15. Il fatto che abbia pensieri contro la mia volontà significa che non ho il controllo di me stesso. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 16. Se non starò molto attento, accadranno eventi dannosi. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 17. Devo lavorare a un compito finché non l'ho svolto alla perfezione. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 18. Per me, fallire nel prevenire una disgrazia è brutto quanto causarla. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 19. Avere un cattivo pensiero non è moralmente differente dal compiere una cattiva azione. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 20. Qualsiasi cosa faccia non sarà mai abbastanza ben fatta. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

Obsessive Beliefs Questionnaire – 20 item – sgrigliatura

L'OBQ-20 misura le credenze cognitive potenzialmente associate al disturbo ossessivo-compulsivo su 4 dimensioni:

Sovrastima minaccia = somma degli item: 1+11+12+14+16

Responsabilità per danno = somma degli item: 3+5+6+7+18

Importanza/controllo pensieri = somma degli item: 4+10+13+15+19

Perfezionismo/Intolleranza incertezza = somma degli item: 2+8+9+17+20

Seguono medie e deviazioni standard del campione normativo tratto dalla popolazione generale (604 soggetti)

| | Media | Deviazione std. |
|----------------------------|-------|-----------------|
| OBQ_sovrastima minaccia | 15,21 | 5,513 |
| OBQ_responsab. x danno | 17,86 | 6,391 |
| OBQ_imp/contr pensieri | 13,47 | 5,335 |
| OBQ_perfezionismo/int inc. | 16,43 | 6,368 |

Riferimento bibliografico

Melli G., Bottesi G., & Sica C. (2014). *Struttura fattoriale e ulteriori evidenze delle proprietà psicometriche dell'Obsessive Beliefs Questionnaire-20 (OBQ-20) in campioni clinici e non clinici*. Relazione presentata in simposio al XVI congresso nazionale AIP. Pisa, 19-21 settembre 2014.