

# OCS

Jak często w trakcie ostatnich 2 tygodni doświadczyłeś/aś poniższych zdarzeń?		Wcale	Rzadko, przez dzień lub dwa	Przez kilka dni	Przez więcej niż 7 dni	Prawie codziennie przez ostatnie 2 tygodnie
1.	Obawiałem/am się, że mogłem/am zostać zakażony/a koronawirusem.	0	1	2	3	4
2.	Obawiałem/am się, że ludzie, których spotkałem/am, są nosicielami koronawirusa.	0	1	2	3	4
3.	Nie mogłem/am przestać myśleć na temat koronawirusa.	0	1	2	3	4
4.	Miałem/am sny na temat koronawirusa.	0	1	2	3	4
Wynik w kolumnie						
Wyjaśnienie: OCS jest udostępniona do bezpłatnego użytku. Powielanie i rozpowszechnianie nie wymaga uzyskania zgody formalnej. Wymagane jest wskazanie źródła (cytowanie).		_____ +	_____ +	_____ +	_____ +	_____ +
						Wynik łączny _____

## Podstawowe informacje

Epidemia COVID-19 wpływa na większość aspektów życia codziennego, przez co może być źródłem zaburzonych wzorców myślenia związanych z COVID-19. Skala Obsesji Na Temat COVID-19 (OCS; the Obsession with COVID-19 Scale) jest narzędziem w formie samoopisu do oceny zdrowia psychicznego w zakresie uporczywych myśli na temat COVID-19. Skala została opracowana w celu wsparcia procesu diagnostycznego przez klinicystów i badaczy.

## Właściwości psychometryczne

Właściwości psychometryczne OCS oceniono na dwóch dużych próbach obejmujących osoby dorosłe zamieszkujące w Stanach Zjednoczonych (n = 775; n = 398). Skala okazała się trafnym oraz rzetelnym narzędziem o charakterze jednoczynnikowym. Wyniki OCS korelowały z lękiem przed koronawirusem, kryzysem duchowym, zażywaniem alkoholu i narkotyków oraz myśleniem samobójczym. Właściwości diagnostyczne OCS (czułość: od 81% do 93%; swoistość: od 73% do 76%) okazały się porównywalne z innymi narzędziami przesiewowymi, takimi jak np. „General Health Questionnaire” (GHQ).

## Ocena i interpretacja

Skala OCS odnosi się do doświadczeń z minionych dwóch tygodni. Każde stwierdzenie oceniane jest na 5-stopniowej skali Likerta, gdzie 0 oznacza „Wcale” a 4 oznacza „Prawie codziennie”. Format skali jest zgodny z przekrojową miarą objawów według DSM-V. Wynik ogólny OCS  $\geq 7$  wskazuje na prawdopodobieństwo występowania uporczywych myśli na temat COVID-19. Wysoki wynik w ramach poszczególnych stwierdzeń jak również wysoki wynik ogólny może uzasadniać konieczność dalszej oceny klinicznej i/lub podjęcia leczenia.

## Wykorzystywanie

Zachęca się do stosowania OCS w ocenie klinicznej i badaniach naukowych. Skala jest udostępniona do bezpłatnego użytku. Powielanie i rozpowszechnianie nie wymaga uzyskania zgody formalnej. Wymagane jest wskazanie źródła (cytowanie):  
 Lee, S. A. (2020). How much “Thinking” about COVID-19 is clinically dysfunctional? *Brain, Behavior, and Immunity*.  
<https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.067>

**Translate by:** Sebastian Skalski, MA, Institute of Psychology, Polish Academy of Science, Warsaw, Poland; Patrycja Uram, MA, Institute of Psychology, Polish Academy of Science, Warsaw, Poland; and Paweł Dobrakowski, PhD/MD, Humanitas University, Sosnowiec, Poland.