

**BODY DYSMORPHIC DISORDER MODIFICATION  
OF THE Y-BOCS (BDD-YBOCS) FOR ADOLESCENTS©**

ID # \_\_\_\_\_ DATUM: \_\_\_\_\_

För varje item, ringa in den siffra som identifierar den respons som bäst karaktäriserar patienten under **den senaste veckan**

---

**1. TID SOM UPPTAS AV TANKAR OM  
UTSEENDEMÄSSIGA DEFEKTER**

Hur mycket tid spenderar du på att tänka på det här problemet med hur du ser ut?

- 0 = Ingen  
1 = Lindrigt (mindre än 1 timme/dag)  
2 = Måttligt (1 till 3 timmar/dag)  
3 = Svårt (mer än 3 och upp till 8 timmar/dag)  
4 = Extremt (mer än 8 timmar/dag)

---

**2. HINDER TILL FÖLJD AV TANKAR OM  
UTSEENDEMÄSSIGA DEFEKTER**

Hur mycket störs du i skola, arbete eller att göra saker med familj och vänner på grund av de här TANKARNA på hur du ser ut?

*J/N Spendera tid med vänner*

*J/N Gå på date*

*J/N Delta i sociala sammankomster och tillställningar*

*J/N Göra saker med familjen i och utanför hemmet*

*J/N Dagligen gå till skolan/arbetet*

*J/N Komma i tid till eller frånvara från skolan/arbetet*

*J/N Fokusera på skolan/arbetet*

*J/N Produktivitet i skolan/arbetet*

*J/N Göra läxor eller upprätthålla betygen*

*J/N Dagliga aktiviteter*

- 0 = Inget  
1 = Lindrigt, smärre hinder i sociala sammanhang och/eller i yrkeslivet, men prestationen är inte nedsatt överlag  
2 = Måttligt. Tydliga hinder i sociala sammanhang och/eller i yrkeslivet, men fortfarande överkomligt  
3 = Svårt, orsakar betydande hinder i sociala sammanhang och/eller i yrkeslivet  
4 = Extremt, invalidiserande

---

**3. OBEHAG FÖRKNIPPAT MED TANKAR  
OM UTSEENDEMÄSSIGA DEFEKTER**

Hur upprörd eller besvårad blir du av dina TANKAR om hur du ser ut?

- 0 = Inget  
1 = Lindrigt, inte alltför störande  
2 = Måttligt, störande  
3 = Svårt, mycket störande  
4 = Extremt, handikappande obehag

*Skatta "obehagliga" känslor eller ångest som verkar triggas av dessa tankar, inte generell ångest eller ångest som är förknippad med andra symtom.*

#### 4. **MOTSTÅND MOT TANKAR OM UTSEENDEMÄSSIGA DEFEKTER**

Hur mycket försöker du stoppa dessa tankar  
eller ignorera dem?

*Skatta enbart försöket att motstå tankarna,  
INTE huruvida försöket att kontrollera  
tankarna lyckas eller misslyckas. Hur mycket en  
patient står emot sina tankar kan men behöver  
inte korrelera med förmågan att kontrollera dem.*

0 = Anstränger sig alltid att stå emot  
tankarna, eller symtomen är så  
lindriga att det inte behövs något  
aktivt motstånd

1 = Försöker stå emot för det mesta

2 = Försöker ibland att stå emot  
tankarna

3 = Ger upp inför alla sådana tankar  
utan att försöka kontrollera dem, men  
gör det med viss tvekan

4 = Ger fullständigt och villigt upp  
inför alla sådana tankar

#### 5. **GRAD AV KONTROLL ÖVER TANKAR OM UTSEENDEMÄSSIGA DEFEKTER**

När du försöker kämpa emot dina tankar om  
hur du ser ut, kan du vinna över dem?

Hur mycket kontroll har du över dina tankar?

0 = Fullständig kontroll, eller inget  
behov av kontroll för att tankarna är  
så lindriga

1 = Hög kontroll, vanligen kapabel att  
stoppa eller avleda dessa tankar med  
lite ansträngning och koncentration

2 = Måttlig kontroll, ibland kapabel  
att stoppa eller avleda dessa tankar

3 = Låg kontroll, lyckas sällan stoppa  
tankarna, kan bara avleda  
uppmärksamheten med svårighet

4 = Ingen kontroll, upplevs som helt  
ofrivilligt, sällan kapabel att ens för  
en kort stund avleda  
uppmärksamheten

#### 6. **TIDSÅTGÅNG FÖR HANDLINGAR SOM ÄR RELATERADE TILL UTSEENDEMÄSSIGA DEFEKTER**

Nu kommer jag att fråga dig om de handlingar/vanor  
som du gör i relation till ditt problem med utseendet

*Gå igenom listan över handlingar nedan för att avgöra vilka  
som patienter gör.*

0 = Ingen

1 = Lindrigt (tillbringar mindre än 1  
timme/dag)

2 = Måttligt (1 till 3 timmar/dag)

3 = Svårt (tillbringar mer än 3 timmar  
och upp till 8 timmar/dag)

4 = Extremt (tillbringar mer än 8  
timmar/dag åt dessa handlingar)

Hur mycket tid spenderar du på att göra dessa saker?

*Inkludera alla beteenden*

**GÅ IGENOM LISTAN ÖVER HANDLINGAR (kryssa i alla som är aktuella)**

\_\_\_ Titta i speglar/andra reflekterande ytor

\_\_\_ Kroppsvårdande aktiviteter (göra sig fin)

\_\_\_ Sminka sig

\_\_\_ Träna överdrivet mycket (tidsåtgången överstiger 1 timme om dagen)

\_\_\_ Välja/byta kläder eller andra döljande/korrigerande objekt (*skatta tid som ägnas åt att välja/byta  
kläder, inte tiden kläderna bärs*)

\_\_\_ Granska andras utseende (jämförande)

\_\_\_ Fråga andra om/diskutera ditt utseende med andra

\_\_\_ Pilla och klämma på huden

\_\_\_ Annat \_\_\_\_\_

**7. HINDER TILL FÖLJD AV  
HANDLINGAR SOM ÄR RELATERADE  
TILL UTSEENDEMÄSSIGA DEFKTER**

Hur mycket stör dessa handlingar/vanor skola, arbete  
eller att göra saker med familj eller vänner?  
(Finns det någonting som du inte gör på grund av dem?)

0 = Inget  
1 = Lindrigt, smärre hinder i sociala  
sammanhang och/eller i yrkeslivet,  
men prestationen är inte nedsatt  
överlag  
2 = Måttligt. Tydliga hinder i sociala  
sammanhang och/eller i yrkeslivet,  
men fortfarande överkomligt  
3 = Svårt, orsakar betydande hinder i  
sociala sammanhang och/eller i  
yrkeslivet  
4 = Extremt, invalidiserande

---

**8. OBEHAG FÖRKNIPPAT MED  
HANDLINGAR SOM ÄR RELATERADE  
TILL UTSEENDEMÄSSIGA DEFEKTER**

Hur skulle du känna om du förhindrades att utföra  
dessa handlingar/vanor?

Hur upprörd skulle du bli?

*Skatta graden av obehag/frustration som patienten  
skulle uppleva om utförandet av handlingen plötsligt  
skulle avbrytas.*

*Använd en sammansatt skattning för alla beteenden.*

0 = Inget  
1 = Lindrigt. Bara lite ångest/oro om  
handlingar hindrades  
2 = Måttligt, beskriver att ångest  
skulle öka men förbli hanterbar om  
handlingar hindrades  
3 = Svårt, starkt framträdande och  
mycket störande ökning av ångest om  
handlingar hindrades  
4 = Extremt, invalidiserande ångest  
till följd av alla typer av åtgärder som  
syftar till att förändra handlingar

---

**9. MOTSTÅND MOT  
KOMPULSIONER/HANDLINGAR**

Hur mycket försöker du kämpa emot att göra dessa  
handlingar/vanor?

*Skatta enbart graden av ansträngning att stå emot  
handlingarna, INTE huruvida patienten lyckas med detta.  
Hur mycket en patient står emot dessa beteenden kan men  
behöver inte korrelera med hans/hennes förmåga att  
kontrollera dem.*

*Använd en sammansatt skattning för alla beteenden*

0 = Anstränger sig alltid att stå emot,  
eller symtomen är så minimala att det  
inte behövs något aktivt motstånd  
1 = Försöker stå emot för det mesta  
2 = Gör viss ansträngning för att stå  
emot  
3 = Ger upp inför nästan alla dessa  
beteenden utan att försöka kontrollera  
dem, men gör det med viss motvilja  
4 = Ger fullständigt och villigt upp  
inför alla beteenden som är relaterade  
till utseendemässiga defekter

## 10. GRAD AV KONTROLL ÖVER KOMPULSIONER/HANDLINGAR

Hur stark är känslan att du måste göra dessa handlingar/vanor?

När du försöker kämpa emot dem, vad händer?

(För ett moget barn fråga: Hur mycket kontroll har du över dessa handlingar/vanor?)

Använd en sammansatt skattning för alla beteenden

0 = Fullständig kontroll, eller inget behov av kontroll eftersom symtomen är så lindriga

1 = Hög kontroll, upplever tvång att utföra handlingar, men vanligen kapabel att kunna stoppa

handlingarna med viss ansträngning

2 = Måttlig kontroll, starkt tvång att utföra handlingar, kan kontrollera det enbart med svårighet

3 = Låg kontroll, mycket starkt tvång att utföra handlingar, måste utföras helt och hållet, kan bara med svårighet skjuta upp det

4 = Ingen kontroll, tvånget att utföra handlingar upplevs som totalt ofrivilligt

---

## 11. INSIKT

Är det möjligt att din defekt är mindre synlig eller mindre oattraktiv än vad du själv tror?

Hur övertygad är du om att [ange kroppsdel] är så oattraktiv som du själv tycker?

Kan någon övertyga dig om att det inte ser så fult ut?

0 = Utmärkt insikt, helt rationell

1 = God insikt. Kan med lätthet tillstå orimligheten i tankarna (men verkar inte helt övertygad om att det inte finns någonting förutom ångesten att bekymra sig för)

2 = Ganska stor insikt. Medger motvilligt att tankarna verkar skäliga, men vacklar

3 = Dålig insikt. Vidhåller att tankarna inte är oskäliga

4 = Saknar insikt, vanföreställningsmässigt. Definitivt övertygad om att oron är befogad, oemottaglig för motbevis

---

## 12. UNDVIKANDE

Har du undvikit att göra saker, besöka platser eller att vara med någon på grund av dina tankar eller handlingar/vanor som kan relateras till dina problem med hur du ser ut?

Om JA, fråga då: Vad undviker du?

Skatta i vilken utsträckning patienten avsiktligt försöker undvika sådant som rör social interaktion eller skolrelaterade aktiviteter. Inkludera inte undvikande av speglar eller kompulsioner.

0 = Inget avsiktligt undvikande

1 = Lindrigt, minimalt undvikande

2 = Måttligt, visst undvikande föreligger helt klart

3 = Svårt, mycket undvikande; framträdande undvikande

4 = Extremt, mycket omfattande undvikande; patienten undviker nästan alla aktiviteter