

Saving Inventory Revised – Svensk version
(Var god ringa in det alternativ som stämmer in bäst på dig)

- 1. I vilken utsträckning har du svårt att slänga saker?**
 - 0 = Inte alls
 - 1 = I liten utsträckning
 - 2 = I måttlig utsträckning
 - 3 = I betydande utsträckning
 - 4 = Våldigt mycket

- 2. Hur upprörande tycker du att det är att slänga saker?**
 - 0 = Inte upprörande
 - 1 = Lite upprörande
 - 2 = Måttligt upprörande
 - 3 = Mycket upprörande
 - 4 = Extremt upprörande

- 3. I vilken utsträckning har du så mycket saker att dina rum (ditt rum) blir stökiga och överhopade?**
 - 0 = Inte alls
 - 1 = I liten utsträckning
 - 2 = I måttlig utsträckning
 - 3 = I betydande utsträckning
 - 4 = Våldigt mycket

- 4. Hur ofta undviker du att försöka slänga saker därför att det är för stressande eller för tidskrävande?**
 - 0 = Undviker aldrig, slänger saker enkelt
 - 1 = Undviker sällan, kan slänga med viss svårighet
 - 2 = Undviker ibland
 - 3 = Undviker ofta, slänger saker ibland
 - 4 = Undviker nästan alltid, slänger sällan saker

- 5. Hur stressad eller obekväm skulle du känna dig om du inte kunde skaffa något som du skulle vilja ha?**
 - 0 = Inte alls
 - 1 = Lite, bara något orolig
 - 2 = Måttligt, obehaget skulle stiga men förbli hanterligt
 - 3 = Svårt, tydlig och mycket störande nivå av obehag
 - 4 = Extremt, obehag som fullständigt hindrar försök till att motstå

- 6. Hur stor del av ditt hem är belamrat med saker?(Ta hänsyn till mängden saker i ditt kök, vardagsrum, matsal, korridorer och hallar, sovrum, badrum eller andra rum).**
 - 0 = Ingen del av hemmet är stökigt och överhopat
 - 1 = Lite av hemmet är stökigt och överhopat
 - 2 = Mycket av hemmet är stökigt och överhopat
 - 3 = Det mesta av hemmet är stökigt och överhopat
 - 4 = Hela eller nästan hela hemmet är stökigt och överhopat

- 7. Hur mycket hindras du socialt, i arbetslivet/skolan eller i ditt vardagsfungerande p.g.a. att ditt hem är stökigt och överhopat? Tänk på saker du inte gör p.g.a. detta.**
- 0 = Inte alls
 - 1 = Lite, ringa hinder men övergripande funktion är inte påverkad
 - 2 = Måttligt, tydligt hinder men fortfarande hanterbart
 - 3 = Svårt, medför avsevärt hinder
 - 4 = Extremt, fullständigt hindrande
- 8. Hur ofta känner du dig tvungen att skaffa något du ser (t.ex. när du shoppar eller erbjuds gratis saker)?**
- 0 = Aldrig tvungen
 - 1 = Sällan tvungen
 - 2 = Ibland tvungen
 - 3 = Ofta tvungen
 - 4 = Nästan alltid tvungen
- 9. Hur starkt är ditt behov av att köpa eller skaffa gratis saker som du inte har omedelbar användning för?**
- 0 = Begäret är inte alls starkt
 - 1 = Litet begär
 - 2 = Måttligt begär
 - 3 = Starkt begär
 - 4 = Mycket starkt begär
- 10. Hur mycket kontroll har du över ditt behov av att skaffa saker?**
- 0 = Fullständig kontroll
 - 1 = Mycket kontroll, vanligtvis förmögen till att kontrollera begäret
 - 2 = Viss kontroll, kan med svårigheter kontrollera svårigheter att anskaffa
 - 3 = Lite kontroll, kan endast med svårigheter fördröja lust att anskaffa
 - 4 = Ingen kontroll, kan inte stå emot begäret att anskaffa saker
- 11. Hur ofta beslutar du dig för att behålla saker som du inte behöver och har för lite utrymme till?**
- 0 = Behåller aldrig sådana saker
 - 1 = Sällan
 - 2 = Ibland
 - 3 = Ofta
 - 4 = Behåller nästan alltid sådana saker
- 12. I vilken utsträckning hindras du från att använda delar av ditt hem p.g.a. att det är stökigt och överhopat?**
- 0 = Alla delar av hemmet kan användas
 - 1 = Ett fåtal delar av hemmet kan inte användas
 - 2 = Flera delar av hemmet kan inte användas
 - 3 = Många delar av hemmet kan inte användas
 - 4 = Nästan alla delar av hemmet kan inte användas
- 13. I vilken utsträckning lider du p.g.a. att ditt hem är stökigt och överhopat?**
- 0 = Inget lidande eller obehag
 - 1 = Lite lidande eller obehag
 - 2 = Måttligt lidande eller obehag
 - 3 = Svårt lidande eller obehag
 - 4 = Extremt lidande eller obehag

- 14. Hur ofta hindras du att bjuda in gäster till ditt hem p.g.a. att det är stökigt och överhopat?**
- 0 = Inte alls
 - 1 = Sällan
 - 2 = Ibland
 - 3 = Ofta
 - 4 = Våldigt ofta eller nästan alltid
- 15. Hur ofta köper du (eller skaffar gratis) saker som du inte har uppenbar användning för eller behov av?**
- 0 = Aldrig
 - 1 = Sällan
 - 2 = Ibland
 - 3 = Ofta
 - 4 = Nästan alltid
- 16. Hur stark är ditt begär att spara något som du vet att du förmodligen aldrig kommer att använda?**
- 0 = Inte alls starkt
 - 1 = Litet begär
 - 2 = Måttligt begär
 - 3 = Starkt begär
 - 4 = Mycket starkt begär
- 17. Hur mycket kontroll har du över ditt begär att spara på tillhörigheter?**
- 0 = Fullständig kontroll
 - 1 = Mycket kontroll, vanligtvis kapabel till att kontrollera begär att spara
 - 2 = Viss kontroll, kan endast med svårigheter kontrollera begär att spara
 - 3 = Lite kontroll, kan endast med stora svårigheter stoppa begär att spara
 - 4 = Ingen kontroll, oförmögen till att begäret att spara
- 18. Hur stor del av ditt hem är svårt att gå genom p.g.a. att det är stökigt och överhopat?**
- 0 = Ingen del är svår att gå genom
 - 1 = Vissa delar är svåra att gå genom
 - 2 = Många delar är svåra att gå genom
 - 3 = De flesta delar är svåra att gå genom
 - 4 = Alla eller nästan alla delar är svåra att gå genom
- 19. Hur upprörd eller stressad känner du dig av din vana att skaffa saker?**
- 0 = Inte alls upprörd
 - 1 = Lite upprörd
 - 2 = Måttligt upprörd
 - 3 = Mycket upprörd
 - 4 = Extremt generad
- 20. I vilken utsträckning hindras du från att använda delar av ditt hem för sådant de är avsedda till p.g.a. att det är stökigt och överhopat? Till exempel matlagning, användning av möbler, diskning, städning, etc.?**
- 0 = Aldrig
 - 1 = Sällan
 - 2 = Ibland
 - 3 = Ofta
 - 4 = Mycket ofta eller nästan alltid

21. I vilken utsträckning känner du dig oförmögen till att kontrollera röran i ditt hem?

- 0 = Inte alls
- 1 = I liten utsträckning
- 2 = I måttlig utsträckning
- 3 = I betydande utsträckning
- 4 = Våldigt mycket

22. I vilken utsträckning har ditt sparande eller tvångsmässiga köpande resulterat i ekonomiska svårigheter för dig?

- 0 = Inte alls
- 1 = Små finansiella svårigheter
- 2 = Vissa finansiella svårigheter
- 3 = Stora finansiella svårigheter
- 4 = Extrema finansiella svårigheter

23. Hur ofta är du oförmögen till att slänga saker du skulle vilja göra dig av med?

- 0 = Har aldrig problem med att göra mig av med tillhörigheter
- 1 = Sällan
- 2 = Ibland
- 3 = Ofta
- 4 = Nästan alltid oförmögen till att göra mig av med tillhörigheter

24. Hur ofta har ditt stökiga och överhopade hem varit föremål för diskussion eller gräl med andra människor (t.ex. familj, vänner, hyresvärd, grannar etc.)?

- 0 = Aldrig
- 1 = Sällan
- 2 = Ibland
- 3 = Ofta
- 4 = Nästan hela tiden

25. Har du undvikit aktiviteter som skulle kunna fresta dig till att skaffa fler saker?

- 0 = Nej, inget undvikande
- 1 = Lindrigt, minimalt undvikande
- 2 = Måttligt, visst undvikande
- 3 = Svårt, mycket undvikande
- 4 = Extremt, mycket omfattande undvikande; jag gör nästan allt jag kan för att undvika denna typ av situationer

26. I genomsnitt, hur mycket av din tid slösar du bort p.g.a. ditt sparande (t.ex. att du köper om saker eller letar efter borttappade saker)?

- 0 = Ingen
- 1 = Mindre än 1 timme per dag
- 2 = 1 till 3 timmar per dag
- 3 = Mer än 3 timmar och upp till 8 timmar per dag
- 4 = Mer än 8 timmar per dag