

Eftirfarandi fullyrðingar vísa til hugsana og hegðana sem geta átt sér stað hjá hverjum sem er í daglega lífinu. Fyrir hverja fullyrðingu ertu beðin/n að merkja við það svar sem virðist eiga best við þig, og sem lýsir því best hversu mikilli truflun hugsanir eða hegðanir geta valdið þér.

1.	Mér finnast hendur mínar vera óhreinar þegar ég snerti peninga.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
2.	Ég tel að jafnvel minnsta snerting við líkamsvessa (svita, munnvatn, þvag o.s. frv.) geti óhreinkað fötin mín eða skaðað mig á einhvern hátt.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
3.	Mér finnst erfitt að snerta hlut þegar ég veit að hann hefur verið snertur af ókunnugum eða af ákveðnu fólki.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
4.	Mér finnst erfitt að snerta sorp eða óhreina hluti.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
5.	Ég forðast að nota almenningsskósetta vegna þess að ég óttast sjúkdóma og óhreinindi.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
6.	Ég forðast að nota almenningssíma vegna þess að ég óttast smit og sjúkdóma.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
7.	Ég þvæ hendur mínar oft og lengur en nauðsyn krefur.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
8.	Stundum þarf ég að þvo mér eða þrifa mig einfaldlega vegna þess að ég tel að ég geti verið skítug/ur eða "menguð/mengaður".	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
9.	Ef ég snerti eitthvað sem ég tel vera "mengað" þarf ég samstundis að þvo mér eða þrifa mig.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
10.	Ef dýr snertir mig, finnst mér ég vera óhrein/n og þarf samstundis að þvo mér eða skipta um föt.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
11.	Mér finnst ég skyldug/ur til að fylgja ákveðinni röð þegar ég klæði mig, afklæði mig og þvæ mér.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
12.	Áður en ég fer að sofa, þarf ég að gera ákveðna hluti í ákveðinni röð.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
13.	Áður en ég fer í rúmið, þarf ég að hengja upp eða brjóta saman fötin mín á ákveðinn hátt.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
14.	Ég þarf að gera hlutina nokkrum sinnum áður en mér finnst þeir vera nógu vel gerðir.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
15.	Ég hef tilhneigingu til að halda áfram að ganga úr skugga um hlutina oft en nauðsyn krefur.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
16.	Ég athuga oft en einu sinni vatnskрана eftir að hafa skrúfað fyrir þá, og ljósrofa eftir að hafa slökkt á þeim.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
17.	Ég fer aftur heim til að athuga með dyr, glugga, skúffur o.s.fr.v. til að vera viss um að þeim sé almennilega lokað.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
18.	Ég athuga, endurtekið og nákvæmlega, eyðublöð, skjöl, ávísanir o.s.fr.v. til að vera viss um að ég hafi fyllt þau rétt út.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>
19.	Ég sný endurtekið við til að athuga hvort almennilega sé slokkað á eldspýtum, í sígarettum o.s.fr.v.	<i>Alls ekki</i>	<i>Svolítið</i>	<i>Talsvert</i>	<i>Mikið</i>	<i>Mjög mikið</i>

20.	Þegar ég hef peninga um hönd tel ég þá nokkrum sinnum.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
21.	Ég athuga bréf vandlega mörgum sinnum áður en ég póstlegg þau.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
22.	Stundum er ég ekki viss um að ég hafi gert hluti sem ég í raun vissi að ég hefði gert.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
23.	Þegar ég les hef ég það á tilfinningunni að mér hafi sést yfir eitthvað mikilvægt og verð að fara aftur til baka og lesa klausuna aftur að minnsta kosti tvisvar eða þrisvar sinnum.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
24.	Ég ímynda mér hræðilegar afleiðingar, þess að ég er utan við mig, eða minni háttar mistaka sem ég geri.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
25.	Ég hugsa mikið um það, eða hef langvarandi áhyggjur af því, að hafa skaðað einhvern án þess að vita það.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
26.	Þegar ég heyri um eitthvað hræðilegt, finnst mér það vera á einhvern hátt mér að kenna.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
27.	Ég hef stundum langvarandi áhyggjur af því að ástæðulausu, að ég hafi skaðað mig eða sé haldin/n einhverjum sjúkdómi.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
28.	Ég kemst í uppnám og verð áhyggjufull/ur við það að sjá hnífa, rýtinga og aðra oddhvassa hluti.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
29.	Þegar ég heyri um sjálfsmorð eða glæp, er ég lengi í uppnámi og finnst erfitt að hætta að hugsa um atburðinn.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
30.	Ég finn mér til óþarfa áhyggjuefni um sýkla og sjúkdóma.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
31.	Þegar ég horfi niður af brú eða út um glugga sem er mjög hátt uppi finn ég hjá mér hvöt til að kasta mér út í loftið.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
32.	Þegar ég sé stórt ökutæki nálgast hugsa ég stundum að ég gæti kastað mér fyrir það.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
33.	Á ákveðnum augnablikum freistar það mín að rífa mig úr fötunum á almannafæri.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
34.	Þegar ég er að keyra finn ég stundum hjá mér hvöt til að keyra á eitthvað eða einhvern.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
35.	Það að sjá vopn gerir mig spennanta/n og fær mig til að hugsa ofbeldisfullar hugsanir.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
36.	Stundum finn ég hjá mér þörf fyrir að brjóta eða skemma hluti að ástæðulausu.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
37.	Ég finn stundum hjá mér hvöt til að stela eigum annarra, jafnvel þó þær komi mér ekki að neinum notum.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
38.	Stundum freistar það mín nær ómótstæðilega að stela einhverju úr stórmarkaðinum.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið
39.	Stundum finn ég hjá mér hvöt til að skaða varnarlaus börn eða dýr.	Alls ekki	Svolítið	Talsvert	Mikið	Mjög mikið