

氏名:
日付:

以下に、一般的によく見られる強迫性障害の症状が並べられています。それぞれの項目を良く読み、現在これらの症状があれば、現在のところに○をつけてください。現在ある症状で、これが一番の悩みだ、というものがあれば、それには◎をしてください。現在は無いが、以前はあった、という場合には、過去のところに○をつけてください。	現在	過去
攻撃的な強迫観念		
自分を傷つけてしまうかも知れないという恐れ		
他人を傷つけてしまうかも知れないという恐れ		
暴力的あるいは恐ろしい考えや場面などの想像が頭に浮かんで離れない		
卑猥な言葉や相手を侮辱するような言葉を口に出してしまうのではないかとこの恐れ		
その他、何か当惑するようなことをするのではないかとこの恐れ		
意思とは反対の行動を衝動的にするのではないかとこの恐れ(例えば、友人を刺すのではないかなど)		
ものを盗むのではないかとこの恐れ		
不注意から人に危害を加えるのではないかとこの恐れ(例えば、自動車事故でひき逃げをするのではないかなど)		
その他、何か恐ろしいことが起きると自分の責任ではないかと思う恐れ(例えば、火事、強盗など)		
その他		
汚染に関する強迫観念		
体から出る老廃物や排泄物に関する心配や嫌悪(例えば、尿、糞便、唾液など)		
汚れや細菌に関する過剰な心配		
環境汚染に関する過剰な心配(例えば、アスベスト、放射線、有害廃棄物)		
日用品に関する過剰な心配(例えば、洗剤、溶媒など)		
動物に関する過剰な嫌悪(例えば、昆虫など)		
ネバネバするものや、そのこびりついた痕を異常に気にする		
汚染されて病気になるのではないかとこの心配		
汚染されたものをまき散らして他の人を病気にするのではないかとこの心配(攻撃的)		
汚染のもたらす結果よりも汚染そのものから受ける感じのほうを心配する		
その他		
性的な強迫観念		
道徳に反するか、または性的に倒錯した考え、想像、衝動		
小児に対する性的な考えや近親相姦にかかわる考え		
同性愛にかかわる考え		
人を性的に虐待したいという考え(攻撃的)		
その他		
保存と節約に関する強迫観念(金銭的あるいは感傷的な価値のあるものへの関心や興味を区別せよ。)		
宗教的な強迫観念(実直性)		
神を冒瀆するのではないかとこの心配		
善悪や道徳に関する過剰な心配		
その他		
対称性や正確さを求める強迫観念		
魔術的超自然的な考えを伴うもの(例えば、ものが然るべき場所にないと母親が事故にあうという心配)		
同上の考えを伴わないもの		
その他の強迫観念		
何でも知り、かつ覚えておかなければならないという考え		
話したくないことを口に出してしまうのではないかとこの恐れ		
適切な言葉を使っていないのではないかとこの心配		
物をなくすのではないかとこの心配		
頭に浮かび、邪魔をしてくる想像(非暴力的な内容)		
頭に浮かんでくる意味のない音、言葉、音楽		
ある種の音や雑音を異常に気にする		
幸運な数と不吉な数		
特別な意味づけをされた色		
迷信的な恐れ		
その他		

身体に関する強迫観念		
病気に関する過度の心配		
体の一部や外見に関する異常な心配(例えば、醜形恐怖症など)		
その他		
掃除と洗浄に関する強迫行為		
過度なあるいは儀式的に行なう手洗い行為		
過度なあるいは儀式的に行なうシャワー浴び、入浴、歯磨き、身繕い、トイレなどの日常行為		
家具やその他の家庭用品まで執拗にきれいにしようとする行為		
その他汚染物質に触れることを避けたり、できるだけ触れることから遠ざかるようとして取る手段		
その他		
確認に関する強迫行為		
戸締まり、ストーブの栓、電気器具のスイッチなどの確認		
人に危害を加えたか、それとも加えるのではないかを心配し確認する		
自分を傷つけたか、それとも傷つけるのではないかを心配し確認する		
恐ろしいことがなにも起こらなかったか、それとも起こるのでほないかと心配し確認する		
間違いをおかさなかったかの確認		
体に関する強迫観念に関連した確認		
その他		
繰り返される儀式的行為		
必要以上に繰り返される読み書き		
普段していることを何度もやり直したいという欲求(例えば、部屋の出入り、椅子の立ち坐りなど)		
その他		
ものを数えるという強迫行為(例えば、階段を上がるたびに段の数を数えるとか、食堂に入ったときに椅子やテーブルの数を数えるなど)		
整理整頓に関する強迫行為(例えば、テーブルの上に置かれたものを全てきちんと整理し、並べなかつたら気がすまないという行為など)		
物を溜めたり、集めたりする強迫行為(金銭的あるいは感傷的な価値のあるものへの関心や興味を区別せよ。例えば、つまらない配達物を集めて入念に目を通す、古新聞を積み重ねてため込む、ゴミまで仕分けする、無用な物まで集めてため込むなど)		
その他の強迫行為		
精神的に儀式化された行為で、しかもそれをしなければ一日中不安になるような行為(但し、確認したり、数えたりする行為以外のもの)		
過剰なリスト作成		
話したい、聞きたい、告白したいという欲求		
触りたい、叩きたい、擦りたいという欲求		
意味づけられた儀式として瞬きをしたり、見つめたりする行為		
以下のことを予防するために取られる行為(確認ではない)		
自分に対する危害		
人に対する危害		
不幸な結果		
儀式化された摂食行動		
迷信的な行動(例えば、玄関を出るのは右足からなど)		
抜毛癖		
その他の自傷行為		
その他		