



نام و نام خانوادگی:

سن:

تحصیلات:

جنسیت:

تاریخ اجرا:

باسلام

لطفاً هر یک از عبارات را به دقت خوانده و به ما بگویید در ماه گذشته تا چه حد برایتان روی داده است. اگر اصلاً برایتان اتفاق نیفتاده، دور هرگز را دایره بکشید، اگر بعضی اوقات برایتان اتفاق افتاده، دور کلمه گاهی اوقات دایره بکشید و در صورتی که همیشه برایتان اتفاق افتاده، دور کلمه همیشه دایره بکشید. توجه داشته باشید که پاسخ درست یا غلط در آن وجود ندارد.

مثال:	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
من زیاد در مورد سگها فکر می کنم.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۱. نمی توانم به چیزهای بد فکر نکنم.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۲. احساس می کنم مدام پشت سر هم باید بشورم و تمیز کنم.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۳. آنقدر وسیله جمع می کنم که مزاحم می شود.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۴. خیلی چیزها را پشت سر هم دوباره و دوباره چک می کنم.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۵. بعد از اینکه کارها را انجام می دهم شک می کنم که واقعاً انجامشان دادم یا نه.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۶. وقتی کار می کنم باید کارهایم را بشمرم.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۷. چیزهایی جمع می کنم که واقعاً به آنها نیاز ندارم.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۸. اگر وسایلم سر جای خودش نباشد آشفته می شوم.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۹. از کارهای مدرسه ام عقب می مانم چون کارها را چندین و چند بار تکرار می کنم.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۱۰. خیلی نگران تمیز بودن وسایل هستم.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۱۱. فکرهای بد آشفته ام کرده است.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۱۲. باید بعضی از اعداد را دوباره و دوباره بگویم.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۱۳. حتی وقتی کاری را تمام می کنم باز هم نگرانم که مبادا تمامش نکرده باشم.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۱۴. فکرهای بدی که بدون اینکه خودم بخواهم به فکرم خطور می کند مرا آشفته کرده.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۱۵. مدام چندین بار درها، پنجره ها و کشوها را چک می کنم.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۱۶. من چیزی را دور نمی اندازم چون می ترسم مبادا بعداً به آن نیاز پیدا کنم.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۱۷. اگر کسی ترتیب وسایلم را به هم بزند آشفته می شوم.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۱۸. اگر فکر بدی به ذهنم برسد باید چیز خاصی را پشت سر هم تکرار کنم.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۱۹. برای من باید همه چیز سر جایش و مرتب باشد.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۲۰. حتی وقتی کاری را با دقت انجام می دهم فکر نمی کنم درست انجامش داده باشم.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه
۲۱. من دست هایم را بیشتر از بقیه بچه ها می شویم.	هرگز	گاهی اوقات	همیشه