**A强迫思维部分：**

**1、每天强迫思维的时间或频率**

0=完全无强迫思维（选择此项，则第2、3、4、5、题也会选0，可直接作答第6题）

1=轻微（少于1小时），或偶尔有（不超过8次/天）

2=中度（1—3小时），或常常有（超过8次/天，但每天大部分时间没有强迫思维）

3=重度（3—8小时），或频率非常高（超过8次/天，且一天大部分时间有强迫思维）

4=极重（8小时以上），或几乎无时无刻都有

**2、强迫思维对学业、工作、社交或日常活动任意一项的妨碍（请考虑因为强迫思维而不去做或减少做的事情）**

0=不受妨碍

1=轻微（稍微妨碍，但整体表现并无大碍）

2=中度（确实妨碍，但仍可应付）

3=重度（上述某一项或多项功能严重受损）

4=极度（上述某一项或多项功能丧失）

**3、强迫思维带来的苦恼或困扰**

0=没有

1=轻微

2=中度（尚可应付）

3=重度

4=极重（持续地感觉如同废人）

**4、与强迫思维的抗衡**

0=无需抗衡

1=基本能与之抗衡

2=有时能与之抗衡

3=经常屈服

4=完全屈服

**5、对强迫思维的掌控**

0=完全能控制

1=大多能控制

2=中等程度控制

3=很少能控制

4=完全无法控制

**B强迫行为部分：**

**6、每天强迫行为的时间或频率**

0=完全无强迫行为（选择此项，则第7、8、9、10题也会选0）

1=轻微（少于1小时），或偶尔有（不超过8次/天）

2=中度（1—3小时），或常常有（超过8次/天，但一天大部分时间没有强迫行为）

3=重度（3—8小时），或频率非常高（超过8次/天，且一天大部分时间有强迫行为）

4=极重（大于8小时），或几乎无时无刻都有

**7、强迫行为对学业、工作、社交或日常活动任意一项的妨碍（请考虑因为强迫行为而不去做或减少做的事情）**

0=不受妨碍

1=轻微（稍微妨碍，但整体表现并无大碍）

2=中度（确实妨碍，但仍可应付）

3=重度（上述某一项或多项功能严重受损）

4=极度（上述某一项或多项功能丧失）

**8、强迫行为被制止时的焦虑程度**

0=没有焦虑

1=轻微

2=中度（仍可以应付）

3=严重

4=极度

9、与抗强迫行为的抗衡

0=无需对抗

1=基本能与之抗衡

2=有时能与之抗衡

3=经常屈服

4=完全屈服

**10、对强迫行为的掌控（回想那些控制强迫行为的情境，以便回答此题）**

0=完全控制

1=大多能控制（只要稍加注意即能停止强迫行为）

2=中等程度控制（注意虽能控制但有困难）

3=控制力弱（只能忍耐短暂的时间，但最终还是必须完成强迫行为）

4=完全无法控制（连忍耐短暂时间的能力都没有）

**分数计算：**

A强迫思维部分总分：

B强迫行为部分总分：

C强迫思维和强迫行为两部分总分：