



OCD-Screening (OCI-R)

Neurodevelopmental Screening Report

52

/ 72

Score

72%

Percentage

Klinisch bedeutsame OCD-Symptome

Result

Ihr Score liegt über dem klinischen Grenzwert (21) des OCI-R. Dieses Ausmaß an Zwangssymptomen ist mit erheblicher Belastung und Beeinträchtigung im Alltag

Category Breakdown

Category	Distribution	Pts
Obsessions	<div style="width: 100%;"></div>	28
Compulsions	<div style="width: 100%;"></div>	24

Your Responses

Each answer contributed to your score.

#	Question	Your answer	Pts
1	Ich habe so viele Dinge gesammelt, dass sie im Weg stehen <input type="text" value="Hoarding"/>	Viel	3
2	Ich kontrolliere Dinge häufiger als nötig <input type="text" value="Checking"/>	Mäßig	2
3	Ich bin verärgert, wenn Gegenstände nicht ordentlich angeordnet sind <input type="text" value="Ordering"/>	Mäßig	2



#	Question	Your answer	Pts
4	Ich fühle mich gezwungen zu zählen, während ich Dinge tue Obsessing	Viel	3
5	Es fällt mir schwer, einen Gegenstand zu berühren, wenn ich weiß, dass er von Fremden oder bestimmten Personen berührt wurde Washing	Mäßig	2
6	Es fällt mir schwer, meine eigenen Gedanken zu kontrollieren Neutralizing	Viel	3
7	Ich sammle Dinge, die ich nicht brauche Hoarding	Viel	3
8	Ich überprüfe wiederholt Türen, Fenster, Schubladen usw. Checking	Viel	3
9	Ich bin verärgert, wenn andere die Art, wie ich Dinge arrangiert habe, ändern Ordering	Mäßig	2
10	Ich habe das Gefühl, dass es gute und schlechte Zahlen gibt Obsessing	Viel	3
11	Ich wasche oder reinige mich häufiger als nötig Washing	Viel	3
12	Ich bin belastet durch unangenehme Gedanken, die gegen meinen Willen in meinen Kopf kommen Neutralizing	Viel	3
13	Ich vermeide es, Dinge wegzuworfen, weil ich Angst habe, sie später zu brauchen Hoarding	Viel	3
14	Ich überprüfe wiederholt Gas- und Wasserhähne sowie Lichtschalter, nachdem ich sie ausgeschaltet habe Checking	Viel	3



#	Question	Your answer	Pts
1 5	Ich brauche Dinge, die in einer bestimmten Reihenfolge angeordnet sind Ordering	Viel	3
1 6	Ich habe unangenehme Gedanken und es fällt mir schwer, sie loszuwerden Obsessing	Viel	3
1 7	Ich wasche mir die Hände häufiger und länger als nötig Washing	Viel	3
1 8	Ich muss bestimmte Handlungen wiederholen, bis ich das Gefühl habe, dass es richtig ist Neutralizing	Mäßig	2



AI Interpretation by Claude (Anthropic)

claude-sonnet-4-20250514

Your results from this screening reflect something that deserves to be acknowledged with genuine care and understanding. Completing this kind of self-assessment takes courage, and the fact that you've taken this step says a great deal about your self-awareness and your commitment to your own wellbeing. Many people quietly carry experiences like these for a long time without ever seeking clarity, so please know that reaching out for understanding — even through a screening tool — is a meaningful act of self-compassion.

This screening suggests that you may be experiencing a notable level of intrusive thoughts and repetitive behaviors that are interfering with your daily life. Your score of 52 out of 72 falls in a range that indicates these experiences may be more than occasional or mild — both the obsessive thought patterns and the compulsive responses appear to be contributing to your overall burden. It's important to understand that this is a screening tool only, not a clinical diagnosis. It cannot tell us the full story of your experience, and only a qualified mental health professional can offer that deeper understanding. What it does tell us is that what you're going through is real, it's significant, and it absolutely warrants compassionate, professional attention.

In the meantime, there are a few gentle practices that may offer some relief. Grounding techniques — such as slow, intentional breathing or the 5-4-3-2-1 sensory exercise — can help interrupt the cycle of anxious thoughts in the moment. Keeping a brief journal of when your symptoms feel most intense can also help you identify



patterns and give a professional valuable insight into your experience. Connecting with trusted communities, whether online or in person, where others share similar experiences can also reduce the isolation that often accompanies these struggles.

Please consider reaching out to a mental health professional who specializes in this area — there are highly effective, evidence-based approaches that have helped countless people reclaim a sense of peace and freedom in their lives. You are not defined by these experiences, and with the right support, meaningful change is absolutely possible. There is real hope here, and you deserve every bit of it.

Recommendations

Zwangsstörungen gehören zu den am besten behandelbaren psychischen Erkrankungen. Evidenzbasierte Behandlungen umfassen Expositions- und Reaktionsverhinderungstherapie (ERV) und SSRIs. Bitte konsultieren Sie einen erfahrenen Psychologen oder Psychiater.

Important Notice

This report is a screening tool only and does not constitute a medical or psychological diagnosis.

This test does not replace a professional evaluation. For a reliable diagnosis, please consult a neuropsychologist, psychiatrist, or qualified healthcare professional.