

Obsesión	Compulsión y Conductas de evitación
Contaminación	<ul style="list-style-type: none"> • Lavarse o ducharse de manera exagerada. • Desinfectarse. • Limpiar cosas. • Evitar tocar objetos considerados contaminados. • Coger las cosas con guantes. • Abrir las puertas con los codos. • Pedir a otras personas que cojan o utilicen los objetos considerados como contaminados.
Daño accidental	<ul style="list-style-type: none"> • Comprobación de manera repetida de la llave del gas, puerta, aparatos eléctricos, etc. (Puede ser una comprobación mental). • Telefonar a hospitales o policía. • Comprobar golpes o marcas en el coche. • Leer los periódicos al día siguiente. • Observarse detenidamente para comprobar si se está herido. • Comprobar repetidamente lo escrito. • Caminar de determinada manera o tocar ciertos objetos. • Revisar la comida. <p><i>*Si no realizan estas compulsiones creen que ocurrirá una desgracia por su culpa.</i></p>
Violencia física hacia sí mismo u otros por parte de uno mismo u otros:	<ul style="list-style-type: none"> • Pensamientos de “No quiero morir”. • Comprobar que no se ha causado ningún daño. • Crear contraimágenes que sustituyan las imágenes de la obsesión. • Conductas de evitación: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Evitar las vías del tren mientras éste esté en movimiento. ▪ Evitar quedarse solo con las personas que creen que pueden dañar. ▪ Ocultar objetos o utensilios que puedan dañar (cuchillos, bolsas de plástico, etc.). ▪ Cambiar objetos que dañen por otros menos peligrosos (cuchillos por cuchillos de plástico).
Conducta socialmente inaceptable	<ul style="list-style-type: none"> • Controlar la conducta. • Preguntar a otros sobre su comportamiento en esa situación. • Confesar conductas inaceptables que no se han hecho. • Conducta de evitación: no acudir a situaciones sociales.
Sexo	<ul style="list-style-type: none"> • Querer eliminar de su mente pensamientos sexuales. • Obsesión de homosexualidad: recuerdo experiencias heterosexuales. • Compulsiones mentales (p.ej., contar de 1 a 10 y de 10 a 1 cien veces). • Conductas de evitación: no quedarse solo con personas del sexo preferido.
Religión:	<ul style="list-style-type: none"> • Rezar. • Buscar ayuda religiosa o confesarse. • Hacer penitencia.
Orden, simetría, exactitud:	<ul style="list-style-type: none"> • Ordenar los objetos de una manera determinada. • Comprobar mirándose o midiendo que las partes del cuerpo son simétricas. • Leer con lentitud o volver a leer lo ya leído. • Repasar y reescribir lo escrito.
Muerte	<ul style="list-style-type: none"> • Imágenes de las mismas personas vivas. • Conductas de evitación: Negativa ante todo lo que tenga que ver con la muerte, ya sean películas donde muera gente, libros, lugares, etc.
Tema somático:	<ul style="list-style-type: none"> • Pedir a otras personas que le miren y le aseguren que no se tiene la enfermedad. • Autoobservarse
Otros	<ul style="list-style-type: none"> • Contar (contar numéricamente objetos o veces que realiza una acción) • Tocar (tocar superficies rugosas o calientes, rozar a otras personas y/o tocarlas suavemente)