

רשימת הסימפטומים על פי סולם דיווח-עצמי של ADHD אצל מבוגרים

(ASRS-vI.I)

שם הפציינט:			תאריך היום:		
לעיתים תכופות מאוד	לעיתים תכופות	לפעמים	לעיתים רחוקות	אף פעם לא	ענה על השאלות שלמטה ודרג את עצמך בכל אחד מהקריטריונים המוצגים, על-ידי שימוש בסולם המופיע בצד השמאלי של דף זה. כאשר אתה עונה על כל שאלה, סמן את התא המתאר בצורה הטובה ביותר את האופן בו הרגשת וניהלת את עצמך בששת החודשים האחרונים. העבר בבקשה את השאלון המלא לרופא/מאבחן שלך, על-מנת שתדונו בכך במהלך הפגישה היום.
חלק א'					
					1. באיזו תכיפות אתה מתקשה להשלים את הפרטים הקטנים של פרויקט, מהרגע בו החלקים המאתגרים הסתיימו?
					2. באיזו תכיפות אתה מתקשה ליצור סדר בדברים, כאשר אתה מבצע/ת משימה המצריכה ארגון?
					3. באיזו תכיפות אתה מתקשה בזכירת פגישות או התחייבויות?
					4. כאשר מוטלת עליך משימה המצריכה חשיבה מרובה, באיזו תכיפות אתה נמנע/ת או דוחה את התחלתה?
					5. באיזו תכיפות אתה מתפתלת/ת או מניעה בקוצר-רוח את ידיך או רגליך, כאשר עליך לשבת במקומך למשך זמן ארוך?
					6. באיזו תכיפות אתה מרגישה פעילה יותר על המידה או מרגישה צורך לעשות דברים, כאילו אתה פועלת על-ידי מנוע?
חלק ב'					
					7. באיזו תכיפות אתה מבצע שגיאות הנובעות מרשלנות, כאשר עליך לעבוד על פרויקט משעמם או קשה?
					8. באיזו תכיפות אתה מתקשה בשמירה על ריכוז, כאשר אתה מבצע/ת עבודה משעממת או עבודה החוזרת על עצמה?
					9. באיזו תכיפות אתה מתקשה להתרכז במה שאנשים אומרים לך, אפילו כאשר הם מדברים אליך באופן ישיר?
					10. באיזו תכיפות אתה מאבדת/ת חפצים או מתקשה במציאתם, בעבודה או בבית?
					11. באיזו תכיפות דעתך מוסחת על-ידי פעילות או רעש בסביבתך?



					12. באיזו תכיפות את/ה קס/ה ממושבך במהלך פגישה או בכל סיטואציה אחרת, בה מצופה ממך להישאר במקומך?
					13. באיזו תכיפות את/ה מרגיש/ה חסר/ת-מנוחה או קצר/ת-רוח?
					14. באיזו תכיפות את/ה מתקשה להירגע ולהשתחרר כאשר יש לך זמן לעצמך?
					15. באיזו תכיפות את/ה מוצא/ת את עצמך מדבר/ת יותר מידי כאשר את/ה בסיטואציה חברתית?
					16. כאשר את/ה במהלך שיחה, באיזו תכיפות את/ה מוצא/ת את עצמך מסיים/ת משפטים של האנשים עימם את/ה מדבר/ת, לפני שהם מסיימים אותם בעצמם?
					17. באיזו תכיפות את/ה מתקשה לחכות לתורך בסיטואציות בהן את/ה נדרש/ת לכך?
					18. באיזו תכיפות את/ה מפריע/ה לאחרים כאשר הם עסוקים?

