

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

(ASRS-vI.I)

שם הפציינט:			תאריך היום:		
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.	אף פעם לא	לעיתים רחוקות	לפעמים	לעיתים תכופות	לעיתים תכופות מאוד
חלק א'					
1.	באיזו תכיפות את/ה מתקשה להשלים את הפרטים הקטנים של פרויקט, מהרגע בו החלקים המאתגרים הסתיימו?				
2.	באיזו תכיפות את/ה מתקשה ליצור סדר בדברים, כאשר את/ה מבצע/ת משימה המצריכה ארגון?				
3.	באיזו תכיפות את/ה מתקשה בזכירת פגישות או התחייבויות?				
4.	כאשר מוטלת עלייך משימה המצריכה חשיבה מרובה, באיזו תכיפות את/ה נמנע/ת או דוחה את התחלתה?				
5.	באיזו תכיפות את/ה מתפתל/ת או מניע/ת בקוצר-רוח את ידייך או רגלייך, כאשר עליך לשבת במקומך למשך זמן ארוך?				
6.	באיזו תכיפות את/ה מרגישה פעילה יותר על המידה או מרגישה צורך לעשות דברים, כאילו את/ה פועלת על-ידי מנוע?				
חלק ב'					
7.	באיזו תכיפות את/ה מבצע שגיאות הנובעות מרשלנות, כאשר עלייך לעבוד על פרויקט משעמם או קשה?				
8.	באיזו תכיפות את/ה מתקשה בשמירה על ריכוז, כאשר את/ה מבצע/ת עבודה משעממת או עבודה החוזרת על עצמה?				
9.	באיזו תכיפות את/ה מתקשה להתרכז במה שאנשים אומרים לך, אפילו כאשר הם מדברים אלייך באופן ישיר?				
10.	באיזו תכיפות את/ה מאבד/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?

