

CODE:

Datum:

Screening-Test mit Selbstbeurteilungsskala für Erwachsene (ASRS v.1.1)

Markieren Sie das Kästchen, das am besten beschreibt, wie Sie sich in den letzten 6 Monaten gefühlt und sich benommen haben.	Niemals	Selten	Manchmal	Oft	Sehr oft
1. Wie oft haben Sie Probleme, die letzten Feinheiten einer Arbeit zum Abschluss zu bringen, nachdem Sie die wesentlichen Punkte erledigt haben?	☐	☐	☐	☐	☐
2. Wie oft fällt es Ihnen schwer, Dinge in die Reihe zu bekommen, wenn Sie an einer Aufgabe arbeiten, bei der Organisation gefragt ist?	☐	☐	☐	☐	☐
3. Wie oft haben Sie Probleme, sich an Termine oder Verabredungen zu erinnern?	☐	☐	☐	☐	☐
4. Wie oft vermeiden oder verzögern Sie, eine Aufgabe zu beginnen, bei der sehr viel Denkvermögen gefragt ist?	☐	☐	☐	☐	☐
5. Wie oft sind Ihre Hände bzw. Füße bei langem Sitzen in Bewegung?	☐	☐	☐	☐	☐
6. Wie oft fühlen Sie sich übermäßig aktiv und verspüren den Drang Dinge zu tun, als ob Sie von einem Motor angetrieben würden?	☐	☐	☐	☐	☐

Zählen Sie die Anzahl der Häkchen zusammen, die im dunklen Bereich erscheinen. Mindestens vier Häkchen deuten darauf hin, dass Ihre Symptome der Erwachsenen-ADHS entsprechen.

Wender Utah Rating Scale (WURS-K):

Bitte kreuzen Sie an, wie sehr die folgenden Aussagen auf Sie in der Kindheit zutrafen.

	Diese Aussage ist	gar nicht/ ganz wenig zutreffend	wenig zutreffend	mäßig zutreffend	ziemlich zutreffend	ausge- sprochen zutreffend
<i>Als Kind war ich /hatte ich /habe ich</i>						
1.	Konzentrationsprobleme, leicht ablenkbar	☐	☐	☐	☐	☐
2.	nervös, zappelig	☐	☐	☐	☐	☐
3.	Unaufmerksam/Tagträume	☐	☐	☐	☐	☐
4.	Zornausbrüche, Wutanfälle	☐	☐	☐	☐	☐
5.	Schwierigkeiten, begonnene Dinge zu beenden, am „Ball zu bleiben“	☐	☐	☐	☐	☐
6.	unglücklich, traurig, depressiv	☐	☐	☐	☐	☐
7.	den Eltern gegenüber ungehorsam, aufmüpfig	☐	☐	☐	☐	☐
8.	ein schlechtes Bild von mir selbst	☐	☐	☐	☐	☐
9.	leicht irritierbar	☐	☐	☐	☐	☐
10.	häufige Stimmungswechsel	☐	☐	☐	☐	☐
11.	häufig wütend	☐	☐	☐	☐	☐
12.	tendenziell eher unreif	☐	☐	☐	☐	☐
13.	häufig die Kontrolle über mich verloren	☐	☐	☐	☐	☐
14.	Häufig irrational gehandelt	☐	☐	☐	☐	☐
15.	Bei anderen Kindern wenig beliebt, nur kurzfristige Freundschaften	☐	☐	☐	☐	☐
16.	häufig Angst, die Selbstbeherrschung zu verlieren	☐	☐	☐	☐	☐
17.	oft von zu Hause weggelaufen	☐	☐	☐	☐	☐
18.	oft in tätliche Auseinandersetzungen verwickelt	☐	☐	☐	☐	☐
19.	Schwierigkeiten mit Autoritäten, Schule, Disziplinarstrafen	☐	☐	☐	☐	☐
20.	Schwierigkeiten mit der Polizei, Vorstrafen, Verurteilungen	☐	☐	☐	☐	☐
21.	ein schlechter Schüler, „langsamer Lerner“	☐	☐	☐	☐	☐

Verhaltensmerkmale der ADHS nach DSM-IV-TR

KATE

Name: _____ heutiges Datum: _____

Ausgefüllt von: _____ Ausgefüllt für (Name): _____

Auf den nächsten Seiten finden Sie einige Aussagen über das Verhalten bei Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörungen. Bitte geben Sie durch Ankreuzen an, ob die jeweilige Beobachtung für Sie oder die von Ihnen bezeichnete Person zutrifft.

Bitte kreuzen Sie eine Aussage aber *nur dann* als zutreffend an, wenn

- Sie diese Verhaltensweise schon länger als *drei Monate beständig* beobachten,
- die jeweilige Verhaltensweise in einer deutlich unangemessenen Ausprägung auftritt.

		Stimmt nicht	Stimmt
1.	Ich achte bei Arbeiten oder Verrichtungen häufig nicht auf Einzelheiten und mache dadurch viele Flüchtigkeitsfehler.	☐	☐
2.	Ich habe oft Schwierigkeiten, meine Aufmerksamkeit über längere Zeit aufrechtzuerhalten (bei Aufgaben, beim Lesen oder Zuhören).	☐	☐
3.	Ich höre oft nicht richtig zu, wenn andere mit mir sprechen.	☐	☐
4.	Ich habe Mühe, Anweisungen anderer vollständig zu erfassen und kann deshalb Arbeiten oder Pflichten am Arbeitsplatz nicht zu Ende bringen (nicht auf Grund von Unwilligkeit).	☐	☐
5.	Ich habe häufig Schwierigkeiten, Aufgaben und Aktivitäten sachgerecht zu planen.	☐	☐
6.	Ich beschäftige mich häufig nur widerwillig mit Aufgaben, die länger andauernde geistige Anstrengungen erfordern (Lesen, Diskussion, Arbeitsprojekt).	☐	☐
7.	Ich verliere häufig Gegenstände, die ich für Aufgaben oder Aktivitäten benötige (z. B. Aufzeichnungen, Arbeitsmaterialien, Bücher oder Werkzeug).	☐	☐
8.	Ich lasse mich leicht durch äußere Reize ablenken.	☐	☐
9.	Ich bin bei Alltagstätigkeiten häufig vergesslich.	☐	☐
10.	Ich bin häufig innerlich unruhig.	☐	☐
11.	Ich stehe häufig auf, auch wenn Sitzen bleiben erwartet wird (bei der Arbeit, bei Gesprächen).	☐	☐
12.	Ich spüre immer einen Bewegungsdrang.	☐	☐
13.	Ich habe häufig Schwierigkeiten, mich ruhig zu beschäftigen.	☐	☐
14.	Ich fühle mich oft wie „getrieben“.	☐	☐
15.	Ich rede häufig übermäßig viel.	☐	☐
16.	Ich reagiere oft vorschnell.	☐	☐
17.	Es fällt mir schwer abzuwarten, bis ich an der Reihe bin.	☐	☐
18.	Ich unterbreche andere häufig (platze z. B. in Gespräche oder Aktivitäten anderer hinein).	☐	☐

Fragebogen zum Funktionsniveau

Bereich	Gelingt zu (...%)?
Ordnen	...%
Unübersichtliche Situationen umgestalten (z.B. Schublade, Arbeitsplatz)	
Einteilen	...%
Tagesablauf / Woche in Abschnitte einteilen	
Zuweisung von Mitteln (Zeit, Geld, Energie) für bestimmte Aktivitäten	
Behalten	...%
Neue Abläufe im Repertoire behalten (Handynummer, PIN-Code, Namen)	
Im Gespräch den Faden nicht verlieren (Antworten, Ideen etc. behalten)	
Wichtige Informationen im Blick behalten (Aufgaben, Anleitungen, Pläne)	
Abrufen	...%
Gelerntes bei passender Gelegenheit aus dem Repertoire abrufen	
Namen und Gesichter erinnern	
Gehörtes / Gesehenes zu einem späteren Zeitpunkt wiedergeben	
Priorisieren	...%
Gleichzeitig anfallende Aufgaben in eine Rangordnung bringen	
Wichtiges von unwichtigem unterscheiden	
Vorausplanen	...%
Längerfristig vereinbarte Aktivitäten pünktlich ausführen	
Zeitlich entfernte Ereignisse (Konzertbesuch, Urlaub) präsent halten	
Vorkehrungen für größere Projekte / länger dauernde Arbeiten treffen	
Entscheiden	...%
Vor- und Nachteile von Verhaltensmöglichkeiten abwägen	
Langfristige Konsequenzen einer Handlung bedenken	
Situationen mit ungewissem Ausgang überblicken (z.B. Infos einholen)	
Verpflichten	...%
Unangenehme Aufgaben rechtzeitig angehen	
Durststrecken (Anstrengung, Langeweile) überwinden	
Kurzfristigen Verlockungen widerstehen (z.B. Ablenkungen)	
Konzentrieren	...%
Genaueres Hinsehen /- Hinhören	
Handlungen vor Störreizen abschirmen	
Verstehen und verstanden werden	...%
Aktiv Zuhören (z.B. Rückfragen stellen, Aussagen zusammenfassen)	
Andere teilhaben lassen (Erlebnisse berichten, Meinungen bekunden)	
Auf sich achten	...%
Situationen mit hohem Steuerungsbedarf („Regulation Load“) erkennen	
Selbstaufmerksamkeit in kritischen Situationen (sich selbst beobachten)	
Bei Risikoverhalten / Selbstgefährdung gegensteuern	