



پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

پیوست و
مقیاس خودسنجی ADHD بزرگسالان (ASRS)

نام و نام خانوادگی: سن: بند: تاریخ تکمیل پرسشنامه:

مددجوی محترم: در زیر فهرستی از عبارات وجود دارد که رفتار شما را توصیف می کند. هر عبارت را به دقت مطالعه نموده و با گذاشتن علامت (✓) در پاسخنامه مشخص کنید که در مجموع رفتار شما در حال حاضر یا در طول شش ماه گذشته با کدامیک از گزینه ها مطابقت دارد.

عبارات	گزینه ها	هرگز	به ندرت	بعضی اوقات	اغلب	همیشه
۱- زمانی که مجبور به انجام کار مشکل یا خسته کننده ای هستید چقدر ممکن است به دلیل بی دقتی اشتباه کنید؟						
۲- زمانی که در حال انجام یک کار تکراری یا خسته کننده هستید چقدر ممکن است در حفظ تمرکز خود مشکل داشته باشید؟						
۳- زمانی که کسی به طور مستقیم در حال صحبت با شما است، چقدر پیش آمده که حواستان پرت شده و حرف های او را متوجه نشوید؟						
۴- وقتی یکبار کاری را با تمام جزئیات بررسی کردید، چقدر احتمال دارد که نتوانید آن کار را در مرحله اول تمام کنید؟						
۵- زمانی که مجبور به انجام کاری هستید که نیازمند نظم و ترتیب خاصی است، چقدر در فهم درست جزئیات آن کار مشکل دارید؟						
۶- زمانی که کاری دارید که انجام آن نیازمند تفکر زیاد است، چقدر پیش آمده که شروع آن را به تاخیر انداخته یا از شروع آن اجتناب کنید؟						
۷- چقدر پیش می آید که وسایلتان را در جای درست خود نگذارید و در پیدا کردن آنها مشکل داشته باشید؟						

همیشه	اغلب	بعضی اوقات	به ندرت	هرگز	
					۸- چقدر پیش آمده که حواس شما با فعالیت ها یا صداهای اطراف شما پرت شود؟
					۹- چقدر پیش آمده که قرار ملاقات ها یا تعهدات خود را فراموش کنید؟
					۱۰- زمانی که مجبور باشید به مدت طولانی در یکجا بنشینید، چقدر دستها یا پاهایتان وول می خورند؟
					۱۱- چقدر پیش آمده که در یک مجلس یا موقعیت های دیگری که انتظار می رود آرام نشسته باشید، صندلی خود را ترک کنید؟
					۱۲- چقدر احساس بی قراری یا نا آرامی می کنید؟
					۱۳- زمانی که برای استراحت کردن زمان کافی دارید، چقدر پیش آمده که نتوانید آرام گرفته و استراحت کنید؟
					۱۴- چقدر احساس می کنید که بیش از حد فعال بوده و مجبور به انجام کارها هستید، شبیه اینکه نیرویی در درونتان وجود دارد که شما را به حرکت در می آورد؟
					۱۵- چقدر پیش آمده است که در یک موقعیت اجتماعی به مدت طولانی صحبت کنید؟
					۱۶- چقدر پیش آمده است که در زمان یک مکالمه صحبت دیگران را به خاطر صحبت خود قطع کنید قبل از اینکه آنها صحبت خود را تمام کنند؟
					۱۷- چقدر پیش آمده که برای ورود به یک موقعیت زمانی که نیازمند صبر کردن است، نتوانید منتظر بمانید؟
					۱۸- وقتی دیگران مشغول کارند چقدر وسط کار آنها می پرید؟

لطفاً در جدول زیر علامت نگذارید.

زیر ریخت C	زیر ریخت H/I	زیر ریخت I