

Yetişkinler için DEHB Öz-Bildirim Ölçe'si (ASRS v1.1)

Lütfen aşağıdaki soruları, her bir madde için saat tarafta verilen ölçüyi kullanarak cevaplayınız. Son 6 ay içinde kendinizi nasıl hissettiiniz ve davranışlarınızınız en iyi tanımlayan seçenekleri işaretleyiniz. Bu form tanı koymak için de size yardımcı olmak içindir.

1. Zor kısımlar tamamlandıktan sonra bir projenin son ayrıntılarını bitirmekte ne sıklıkla zorlanırsınız?
2. Organizasyon gerektiren bir işiniz olduunda işi düzenlemekte ne sıklıkla zorlanırsınız?
3. Randevuları veya sorumlulukları hatırlamakta ne sıklıkla zorlanırsınız?
4. Yoğun duygum me gerektiren bir işe başlamayı ne sıklıkla ertelet veya kaçınırınız?
5. Uzun süre oturmanız gerektiğiinde ne sıklıkla kırıdanır veya el ayak hareketleri yaparsınız?
6. Sanki bir motor tarafından sürülüğorm gibi artırılmış hareketli hissettiiniz ne sıklıkla olur?
7. Sıkıcı veya zor bir proje üzerinde çalışırken ne sıklıkla dikkatsiz hatalar yaparsınız?
8. Sıkıcı veya tekrarlayan işlerde dikkatinizi sürdürmekte ne sıklıkla zorlanırsınız?
9. Size doğrudan hitap edildiğinde bile söylenenlere odaklanmakta ne sıklıkla zorlanırsınız?
10. Evde ya da işte eğlencesini kaybettiniz veya bulmakta zorlandınız ne sıklıkla olur?
11. Çevrenizdeki sesler veya aktiviteler tarafından ne sıklıkla dikkatiniz dağılır?
12. Toplantılarda veya oturmanız beklenen durumlarda yerinizden kalktıınız ne sıklıkla olur?
13. Kendinizi huzursuz veya kırık kırık hissettiiniz ne sıklıkla olur?
14. Kendinize ayırdığınız zamanda rahatlamakta ne sıklıkla zorlanırsınız?
15. Sosyal ortamlarda gerekinden fazla konutunuñuz ne sıklıkla olur?
16. Sohbet sırasında karşı taraf cümlesini bitirmeden önce sözünü kestiiniz ne sıklıkla olur?
17. Sıranızı beklemekte ne sıklıkla zorlanırsınız?
18. Başarıları çalışırken ya da meşgulken sözlerini kestiiniz ne sıklıkla olur?

© 2003 Dünya Sağlık Örgütü (WHO) – Türkçe çeviri yalnızca eğitim amaçlıdır.