**The Adult Developmental Coordination Disorder/ Dyspraxia Checklist (ADC) for Further and Higher Education** (Kirby and Rosenblum, 2008)

Prosimo, da pri izpolnjevanju vprašalnika navedete čimveč informacij.  
Za izpolnjevanje boste potrebovali 10-15 minut.  
Odgovarjate tako, da **X** vstavite v okvirček ob izbranem odgovoru.

**Ali ste kdaj prejeli oceno o prisotnosti naslednjih težav: \_\_\_**  
- Dispraksija, DCD, neroden otrok  
- Disleksija  
- ADHD  
- Aspergerjev sindrom, avtistični spekter motenj  
- Učne težave  
- Drugo: \_\_\_\_  
  
**Kdo je postavil oceno? \_\_\_  
  
Kdaj je bila ocena postavljena? \_\_\_**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PRVI DEL:  Ali ste kot otrok….** | | | | |
|  | NIKOLI | VČASIH | POGOSTO | VEDNO |
| …imeli težave z zavezovanjem čevljev, zapenjanjem gumbov, zadrg ipd. |  |  |  |  |
| …ob obrokih težko jedli tako, da se niste umazali? |  |  |  |  |
| …imeli v primerjavi z vrstniki večje težave z učenjem vožnje kolesa? |  |  |  |  |
| …imeli težave pri igranju skupinskih iger, športov kot so nogomet, odbojka, natančno metanje žoge? |  |  |  |  |
| …imeli težave s čitljivostjo zapisa (da so drugi uspeli prebrati kar ste zapisali)? |  |  |  |  |
| …imeli težave s hitrostjo pisanja (ste težko pisali tako hitro kot vrstniki)? |  |  |  |  |
| Ste se večkrat kot drugi zaletavali v stvari, predmete, druge osebe… padali čeznje…? |  |  |  |  |
| Ste imeli težave pri igranju glasbenega inštrumenta? |  |  |  |  |
| Ste imeli težave z organizacijo/iskanjem stvari v svoji sobi? |  |  |  |  |
| So vas drugi imeli za nerodne in so komentirali vaše pomanjkanje koordinacije? |  |  |  |  |
| **VSOTA PRVI DEL:** |  |  |  |  |
| **Drugi del: Ali imate trenutno težave…** | | | | |
|  | NIKOLI | VČASIH | POGOSTO | VEDNO |
| Z veščinami skrbi zase kot so britje, ličenje? |  |  |  |  |
| Z uporabo noža in vilic pri jedi? |  |  |  |  |
| S hobiji, ki zahtevajo dobro koordinacijo? |  |  |  |  |
| S čitljivostjo zapisa takrat ko je potrebno pisati hitro? |  |  |  |  |
| Z branjem lastne pisave, zapisa? |  |  |  |  |
| S prepisovanjem brez napak? |  |  |  |  |
| Z organizacijo/iskanjem stvari v svoji sobi? |  |  |  |  |
| Z orientacijo v novih prostorih/zgradbah? |  |  |  |  |
| So vas drugi označili na neorganizirane? |  |  |  |  |
| Imate težave, da sedite pri miru, ste pri tem nemirni? |  |  |  |  |
| Ali izgubljate lastnino oz. se večkrat morate vračati ponjo, ker ste jo pozabili (kosi oblačil, pripomočki; dežnik, ključi, telefon…). |  |  |  |  |
| Bi zase rekli, da se zaletavate v stvari, da polomite/pokvarite predmete, polijete pijačo idr. tekočine… |  |  |  |  |
| Ali ste zjutraj pri vstajanju in odhodu od doma počasnejši od drugih? |  |  |  |  |
| Ali ste se dalj časa kot drugi potrebovali za opravljanje vozniškega izpita (če ne vozite, zakaj)? |  |  |  |  |
| Ali imajo drugi težave z branjem vaše pisave, zapisa? |  |  |  |  |
| Ali se izogibate hobijem, ki zahtevajo dobro koordinacijo? |  |  |  |  |
| Ali se večkrat odločate, da prosti čas preživljate sami kot z drugimi? |  |  |  |  |
| Ali se izogibate skupinskih športov, iger? |  |  |  |  |
| Če se odločite za športno aktivnost; ali je verjetneje, da jo boste obiskali/izvedli sami kot skupaj z drugimi? |  |  |  |  |
| Ali ste se v najstniških letih in zgodnjih odraslih letih (20-30) izogibali plesa, obiska klubov? |  |  |  |  |
| Če vozite avto; ali imate težave s parkiranjem? |  |  |  |  |
| Ali imate težave pri pripravi kosila (ko kuhate popolnoma sami; brez v naprej pripravljenih jedi)? |  |  |  |  |
| Ko se odpravljate na pot; Ali imate težave pri pakiranju prtljage? |  |  |  |  |
| Ali imate težave zlaganjem oblačil, perila? |  |  |  |  |
| Ali imate težave pri ravnanju z denarjem? |  |  |  |  |
| Ali imate težave z opravljanjem dveh aktivnosti hkrati (npr. poslušanje sogovorca ko sami vozite avto). |  |  |  |  |
| Ali imate težave z ocenjevanjem razdalje (npr. pri parkiranju, hoji mimo drugih ljudi/objektov brez da se vanje zaletite). |  |  |  |  |
| Ali težko načrtujete vnaprej? |  |  |  |  |
| Ali se vam zdi, da v določenih situacijah izgubljate pozornost? |  |  |  |  |
| **VSOTA; DRUGI DEL** |  |  |  |  |
| **VSOTA; PRVI DEL** |  |  |  |  |
| **VSOTA; CELOTEN VPRAŠALNIK** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

Ali lahko opišete strategije ali pristope/rešitve, ki ste jih tekom let razvili in z njimi kompenzirali, težave na področju koordinacije s katerimi ste se srečevali v vsakdanjem življenju?