

ADHS FRAGEBOGEN

Vorname

Name

Alter

Datum

FRAGE

BEWERTUNG

 Sehr
 oft

Oft

Manchmal

Selten

Niemals

 Wie oft hast Du Probleme damit,
 Aufgaben bis zum Ende zu erledigen?

 Wie oft hast Du Schwierigkeiten, Dich
 länger auf Aufgaben zu konzentrieren?

 Wie oft lässt Du Dich von externen
 Reizen ablenken?

 Hast Du Probleme, Aufgaben und
 Aktivitäten zu organisieren?

 Vermeidest oder verzögerst Du häufig
 Aufgaben, die viel Denkarbeit erfordern?

 Vergisst Du oft Termine oder
 Verpflichtungen?

 Hast Du Schwierigkeiten, still sitzen zu
 bleiben, wenn es erwartet wird?

 Fühlst Du Dich oft innerlich rastlos oder
 getrieben?

 Unterbrichst oder störst Du andere
 häufig in Gesprächen oder Situationen?

 Hast Du Probleme, Aktivitäten ruhig und
 leise auszuführen?

ADHS FRAGEBOGEN

Vorname

Name

Alter

Datum

FRAGE

BEWERTUNG

Sehr
oft

Oft

Manchmal

Selten

Niemals

Antwortest Du oft, bevor die Frage zu Ende gestellt ist?

Hast Du Schwierigkeiten, darauf zu warten, bis Du an der Reihe bist?

Wechselst Du häufig zwischen verschiedenen Aufgaben oder Aktivitäten hin und her?

Fühlst Du Dich oft übermässig aktiv und zappelig?

Fällt es Dir schwer, Deine Impulse unter Kontrolle zu halten?

Hast Du Schwierigkeiten, Deine Gedanken zu ordnen & zu strukturieren?

Verlierst Du häufig wichtige Gegenstände wie Schlüssel oder das Portemonnaie?

Neigst Du dazu, Entscheidungen spontan und impulsiv zu treffen?

Fühlst Du Dich oft gelangweilt oder frustriert bei Routineaufgaben?

Fällt es Dir schwer, Deine Emotionen in bestimmten Situationen zu kontrollieren?