

# ADS-Fragebogen für Erwachsene

Dr. Astrid Neuy-Bartmann

Adresse Herrleinstraße 45

63739 Aschaffenburg

Telefon 06021/22169

Fax 06021/15961

Email [praxis@neuy-bartmann.de](mailto:praxis@neuy-bartmann.de)

Internet <http://www.neuy-bartmann.de>

## Hinweis:

Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass dieser Test lediglich einen Verdachtsmoment für ADS ergibt. Keinesfalls lässt sich ein Aufmerksamkeits Defizit Syndrom anhand der Tests einwandfrei diagnostizieren.

Zutreffendes bitte auch unterstreichen.

- |   | nein                  | Ja, häufig<br>öfter      |                          |
|---|-----------------------|--------------------------|--------------------------|
| <b>01</b> Sind Sie leicht ablenkbar?  | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>02</b> Haben Sie als Kind Schwierigkeiten in der Schule gehabt, konzentriert und aufmerksam zu sein? | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>03</b> Können Sie schwer eine Sache zu Ende bringen?   | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>04</b> Sind Sie vergesslich und verlegen häufiger Sachen?  | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>05</b> Verlieren Sie öfter den Überblick?  | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>06</b> Fällt es Ihnen schwer Prioritäten zu setzen?  | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>07</b> Haben und hatten Sie eine unleserliche Schrift?   | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>08</b> Bekommen Sie manchmal wichtige Sachen einfach nicht mit?                                      | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>09</b> Machen Sie oft verschiedene Dinge gleichzeitig?   | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>10</b> Haben Sie Schwierigkeiten mit der Zeiteinteilung und sind Sie oft zu spät?                    | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>11</b> Sind Sie häufiger langsamer und umständlicher als Ihre Kollegen?                              | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>12</b> Hatten Sie Schulprobleme?   | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

- |   | nein                  | Ja, häufig<br>öfter      |                          |
|---|-----------------------|--------------------------|--------------------------|
| <b>13</b> Haben Ihre Noten sehr geschwankt?   | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>14</b> Hatten Sie besondere Schwierigkeiten mit Fächern, die Sie nicht interessiert haben? | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>15</b> Waren Sie als Kind schüchtern, langsam, verträumt, oft abwesend?                    | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>16</b> Hatten Sie spezielle Probleme mit Schreiben, Rechnen oder Lesen?                    | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>17</b> Blieben Sie in der Schule unter Ihren Möglichkeiten?                                | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>18</b> Hatten Sie das Gefühl als Kind anders zu sein als Gleichaltrige?                    | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>19</b> Hatten Sie als Kind Verhaltensstörungen wie Ängste, Bettnässen, Depressionen?       | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>20</b> Hatten Sie oder haben Sie bis heute Schwierigkeiten ein Buch ganz zu Ende zu lesen? | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>21</b> Haben Sie sich häufiger die Noten durch Flüchtigkeitsfehler verdorben?              | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>22</b> Ist es Ihnen schwer gefallen zu lernen und den Stoff zu behalten?                   | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>23</b> Waren Sie als Kind sehr empfindlich und kränkbar?                                   | <input type="radio"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



# ADS-Fragebogen

- 53** Fiel es Ihnen schwer Kontakte zu knüpfen?
- 54** Ist es für Sie schwer Beziehungen über einen längeren Zeitraum aufrecht zu erhalten?
- 55** Hatten Sie Schwierigkeiten von anderen akzeptiert zu werden?
- 56** Bestanden ein Großteil Ihrer Beschwerden schon als Kind?
- 57** Sind Sie durch die angegebenen Probleme sehr belastet?
- 58** Gibt es in Ihrer Familie Menschen die ähnliche Symptome oder Charakterzüge haben?
- 59** Sind Sie manchmal sehr zwanghaft und müssen sich dauernd kontrollieren?
- 60** Wechselten Sie häufig den Job, die Beziehungen oder die Arbeitsstelle?
- 61** Lieben Sie Nervenkitzel und Aufregung?
- 62** Werden Sie bei langweiligen Tätigkeiten unruhig und ungeduldig?
- 63** Schieben Sie wichtige Dinge lange vor sich her?
- 64** Ist für Sie Langeweile besonders quälend?
- 65** Können Sie unter Stress schnell die Fassung verlieren?
- 66** Schiessen Sie häufiger über das Ziel hinaus?
- 67** Fällt es Ihnen schwer, sich an Geschwindigkeitsbegrenzungen zu halten?

- 68** Trödeln Sie viel?
- 69** Wenn Sie z.B. ein Regal kaufen, versuchen Sie zunächst dieses ohne Gebrauchsanweisung zusammen zu bauen?
- 70** Haben Sie entweder zu viel oder zuwenig Energie?
- 71** Sind Sie spontan begeistert, verlieren dann aber schnell die Lust?
- 72** Versacken Sie schnell vor dem Fernseher?
- 73** Haben Sie Suchtprobleme?
- 74** Springen beim Nachdenken Ihre Gedanken sehr?

## Auswertung:

Wenn Sie die überwiegende Zahl der Fragen mit »öfter« oder »häufig« angekreuzt haben, bzw. Ihr Partner sie so beurteilt hat, dann lohnt es sich, dass Sie sich intensiver mit ADS beschäftigen.

Die Fragen **8, 11, 15, 19, 23, 24, 27, 40, 41, 46, 47, 51, 52, 55, 62, 63, 67, 70, 72** geben Hinweise für Symptome des hypoaktiven ADS. Wenn Sie hier besonders viele Fragen mit »öfter« und »häufig« beantwortet haben, sollten Sie sich besonders mit dieser ADS- Form beschäftigen.