

FELNŐTT FIGYELEMHIÁNYOS HIPERAKTIVITÁS-ZAVAR (ADHD) MIKOR KÉRJÜNK SEGÍTSÉGET ?

	Soha	Ritkán	Néha	Gyakran	Nagyon gyakran
Milyen gyakran fordul elő, hogy nehezebbé esik befejezni egy munka utolsó részleteit, miután a kihívást jelentő rész már készen van?	0	1	2	3	4
Milyen gyakran jelent nehézséget megszereznie a dolgokat, amikor szervezést igénylő feladatot kap?	0	1	2	3	4
Milyen gyakran okoz problémát, hogy találkozókat vagy kötelezettségeket fejből tartsa?	0	1	2	3	4
Ha olyan feladatot kap, amely sok gondolkodást igényel, milyen gyakran kerül el vagy késlelteti az elkezdését?	0	1	2	3	4
Milyen gyakran babrál kezeivel, lábaival, vagy fészkelődik, amikor sokáig egy helyben kell ülnie?	0	1	2	3	4
Milyen gyakran érzi úgy, hogy túlzottan aktív és muszáj csinálnia valamit, úgy mintha motor hajtaná?	0	1	2	3	4

Amennyiben **4 vagy több válasza** esik a kék zónába és ezek a nehézségek 12 éves kora előtt is jellemzőek voltak Önre, valamint mindennapos nehézség az Ön számára a felnőtt élet elvárásainak való megfelelés, érdemes lehet segítséget kérnie.