

ADHS Fragebogen für Mädchen

Kathleen G. Nadeau, Ph.D. und Patricia Quinn, M.D

Autorisierte Übersetzung von H. Heim. Für diese Übersetzung besteht ein Copyright bei ADD-Online. Quelle: Understanding Girls with AD/HD by Kathleen Nadeau, Ph.D., Ellen Littman, Ph.D. and Patricia Quinn, M.D.; ISBN 0-9660366-5-4.

Dies ist ein Fragebogen, dessen Auswertung mögliche Hinweise auf ADHS bei Mädchen erlaubt und gleichzeitig ein Selbstbeurteilungsfragebogen, mit dessen Hilfe sich Ihre Tochter selbst befragen kann. Viele der Symptome und der typischen Merkmale bleiben aber bei Mädchen mit ADHS im Verborgenen und sind folglich nicht wahrnehmbar durch andere. Dieser Screening-Fragebogen ist in dieser Hinsicht optimal. Nach Aussagen von Eltern und Lehrern beziehen sich die meisten ADHS-Statistiken hauptsächlich auf das wahrnehmbare Verhalten. Weil aber bei Mädchen so viele Hinweise auf ADHS gar nicht offensichtlich Ausdruck kommen, können wir über Schwierigkeiten, mit denen sie zu kämpfen haben, nur vollständige Kenntnis erlangen, indem wir sie direkt danach befragen. Dieser Fragebogen soll *nicht* dem Zweck einer Diagnose dienen. Wenn Sie jedoch feststellen, dass Ihre Tochter viele der Fragen mit 3 oder 4 beantwortet hat, möchten sie ihn vielleicht von einem Fachmann oder einer Fachfrau professionell auswerten lassen. Dieser Fragebogen sollte von Ihnen idealerweise gemeinsam mit Ihrer Tochter nochmals durchgegangen werden. Sie stellen dann vielleicht fest, dass einige dieser Fragen Anlass geben, wichtige Punkte zu besprechen, zu welchen sich Ihre Tochter bis jetzt nie geäußert hat. Dieser Fragebogen steht unter "Copyright" und kann nicht ohne Zustimmung weiter verwendet werden. Es ist jedoch erlaubt, diesen Fragebogen nach den entsprechenden, oben erwähnten Vorschriften zu benutzen (d.h. keine Verwendung als Test oder diagnostisches Instrument). Jeder Elternteil und jede Fachperson, welche bei einem Mädchen eine erhebliche Anzahl positiver Antworten feststellt, sollte eine umfassende psychologische Abklärung anstreben.

Markiere jede Frage mit einer der unteren Nummern. So kannst Du zum Ausdruck zu bringen, inwieweit das beschriebene Gefühl oder Verhalten ein Teil Deiner persönlichen Erfahrung ist.

0 = überhaupt nicht, 1 = ein klein wenig, 2 = ziemlich ähnlich wie bei mir, 3 = fast genau wie bei mir, 4 = trifft ganz genau auf mich zu

1	Wenn die meisten der Klasse die Aufgabe beendet haben, arbeite ich noch daran	
2	Ich habe oft Tagträume	
3	Manchmal wandern meine Gedanken, wenn ich versuche, auf den Lehrer zu hören	
4	Oftmals fürchte ich, vom Lehrer verwarnt zu werden, weil ich nicht sicher bin, wie die Frage lautete	
5	Manchmal schäme ich mich in der Schule, weil ich nicht weiss was zu tun ist	
6	Ich fühle mich im Schulzimmer zwischen den Schulstunden unbehaglich	
7	Ich bin meinen Klassenkameraden gegenüber schüchtern	
8	Selbst wenn ich etwas sagen möchte im Unterricht, fällt es mir schwer, meine Hand aufzustrecken und mich freiwillig zu melden	
9	Ich habe Mühe, mit meinen Hausaufgaben zu beginnen	
10	Ich bekomme oft Ärger wegen Schwatzens und Kichern in der Klasse	
11	Ich kaue an meinen Fingernägeln oder an anderen Gegenständen, wenn ich in der Klasse sitze, oder Hausaufgaben mache	
12	Ich unterbreche andere Leute beim Sprechen, selbst wenn ich versuche es nicht zu tun	
13	Manchmal sagen andere Mädchen, ich sei gemein oder rechthaberisch	
14	Ich fühle mich anders als andere Mädchen	
15	Ich bin ein knabenhafter Typ	
16	Ich musste schon ins Krankenhaus, um mich nähen zu lassen, oder auf Grund von Knochenbrüchen	
17	Meine Handschrift ist hässlich	
18	Meine Hand schmerzt, wenn ich längere Zeit schreibe	
19	Ich habe oft Auseinandersetzungen mit meinen Freund(inn)en	

	0 = überhaupt nicht, 1 = ein klein wenig, 2 = ziemlich ähnlich wie bei mir, 3 = fast genau wie bei mir, 4 = trifft ganz genau auf mich zu	
20	Oftmals stosse ich versehentlich gegen Dinge, wie Türrahmen oder Tischecken	
21	Ich mache oft Flüchtigkeitsfehler bei Prüfungen	
22	Manchmal mögen mich andere Mädchen nicht, aber ich weiss nicht warum	
23	Manchmal wenn ich aufgebracht bin, sage ich Dinge, die ich nicht so meine	
24	Es ist wirklich schwer für mich, Schulaufgaben vollständig zu erledigen	
25	Ich lese langsam und weiss hinterher nicht, was ich gelesen habe	
26	Ich vergesse, meine Hausaufgaben, oder Unterschriften von den Eltern einzuholen	
27	Ich habe Mühe mir alle Anweisungen einer Aufgabe zu merken	
28	Mich beim Lesen länger als ein paar Minuten auf den Text zu konzentrieren fällt mir schwer, es sei denn, es ist etwas, das mich interessiert	
29	Selbst wenn ich auf eine Prüfung hin gelernt habe, fällt mir während der Prüfung oft nichts mehr davon ein	
30	Ich warte bis zur allerletzten Minute, um mit einer Aufgabe zu beginnen	
31	Ich gebe meine Hausaufgaben zu spät ab	
32	Ich vergesse, die richtigen Bücher von der Schule mit nach Hause zu nehmen, um meine Hausaufgaben erledigen zu können	
33	Ich komme jeweils nicht dazu, die Anweisungen für meine Hausaufgaben zu notieren	
34	Ich fühle mich in meinen Gefühlen tiefer verletzt als die meisten Mädchen	
35	Ich schäme mich sehr oft in der Schule	
36	Mir ist es häufig ums Weinen zu Mute	
37	Ich glaube nicht, dass ich im Sport gut bin	
38	Ich mag es nicht, mit anderen Mädchen zu konkurrieren	
39	Manchmal glaube ich, dass ich auf keinem Gebiet gut bin	
40	Es ist schwierig, meinen Schreibtisch in Ordnung zu halten	
41	Mein Zimmer ist sehr unordentlich	
42	Meine Eltern werden wütend über Dinge bei mir, von denen ich mir gar nicht bewusst bin, sie getan zu haben	
43	Ich vergesse, Sachen zu tun, um die meine Eltern mich gebeten haben	
44	Ich habe vielfach irgendwelche Leibscherzen	
45	Ich leide häufig unter Kopfschmerzen	
46	Ich komme oft zu spät in die Schule, oder zu anderen Anlässen	
47	Ich verpasse häufig den Bus oder den Zug	
48	Ich habe Mühe morgens aufzustehen	
49	Meine Eltern finden, dass ich zu lange brauche, um mich morgens für die Schule fertig zu machen	
50	In der Klasse werde ich leicht abgelenkt, durch das was die anderen Schüler tun	
51	Ich werde ärgerlich, wenn in meiner Nähe jemand mit seinem Bleistift oder seinem Gummi klappert	
52	Wenn ich versuche Hausaufgaben zu machen, werde ich durch kleinste Geräusche, wie das Ticken einer Uhr oder dem Gesang eines Vogels vor dem Fenster, abgelenkt	
53	Ich wünschte, mein Lehrer wüsste, wie sehr ich versuche die Dinge richtig zu machen	
54	Manchmal scheint mein Lehrer wütend über mich zu sein, aber ich weiss jeweils nicht, was ich falsch gemacht habe	

	0 = überhaupt nicht, 1 = ein klein wenig, 2 = ziemlich ähnlich wie bei mir, 3 = fast genau wie bei mir, 4 = trifft ganz genau auf mich zu	
55	Meine Eltern sind der Meinung ich sollte mir mehr Mühe geben	
56	Ich vergesse häufig die Zeit	
57	Ich habe Probleme, in der Klasse still zu sitzen, wenn ich mich rastlos fühle	
58	Ich fühle mich am besten, wenn ich in Bewegung bin, wie beim Sport treiben, Rennen oder Tanzen	
59	Ich liebe es aktiv zu sein, und nicht nur herum zu sitzen, und zu quatschen, wie die meisten Mädchen	
60	In meiner Schultasche ist es immer sehr unordentlich	
61	Ich mag es nicht in einen überfüllten Laden gehen zu müssen	
62	Wenn ich mit meinen Eltern irgendwohin gehe, entferne ich mich sofort von ihnen, wenn ich etwas sehe, das mich interessiert	
63	Ich wende viel Zeit auf, um Sachen zu suchen, die ich verlegt habe	
64	Meine Eltern finden, dass ich sehr kreativ bin	
65	Wenn die anderen Mädchen über etwas lachen, das in der Klasse passiert ist, bekomme ich das nicht immer mit	
66	Manchmal wendet sich ein Mädchen von mir ab, und ich verstehe nicht warum	
67	Es hilft mir, wenn jemand bei mir sitzt, während ich Hausaufgaben mache, selbst wenn er mir nicht dabei hilft	
68	Manchmal vergesse ich zu essen	
69	Manchmal warte ich bis zur letzten Minute, um zur Toilette zu gehen	
70	Ich fühle mich nie müde, wenn meine Eltern mich zu Bett schicken	
71	Es dauert gewöhnlich sehr lange bis ich einschlafen kann, wenn ich im Bett liege	
72	Ich habe das Gefühl, dass ich mich stundenlang mit Videospielen beschäftigen könnte	
73	Ich bin nicht immer hungrig, wenn Essenszeit ist	
74	Ich sage häufig, dass ich etwas „in einer Minute“ erledigen werde, und vergesse es dann	
75	Es fällt mir schwer, nachts schlafen zu gehen, weil meine Gedanken in meinem Gehirn herumrennen	
76	Wenn ich mich einer Gruppe anschliessen möchte, weiss ich nicht, wie ich mir Zugang verschaffen kann	
77	Ich fühle mich die meiste Zeit über gelangweilt	
78	Ich mag es nicht anzustehen oder zu warten	
79	Häufig kritzle ich oder fummle mit etwas in meiner Hand herum, wenn ich still sitzen muss	
80	Ich fühle mich gelangweilt und schläfrig, solange ich in der Klasse sitze, aber ich wache auf und fühle mich voller Energie, sobald ich aufstehe und mich bewege	
81	Meine Freunde sagen, dass ich „hyper“ sei	
82	Helles Licht und laute Geräusche nerven mich stark	
83	Ich verliere häufig meine Sachen	
84	Ich werde geneckt, weil ich zu dick bin	
	Zusätzliche Fragen für Mädchen im Teenageralter:	
1	Es ist sehr schwierig für mich, Anweisungen für Hausaufgaben zu befolgen und Abgabefristen einzuhalten	
2	Egal wie sehr ich versuche, pünktlich zu sein, ich komme trotzdem zu spät	

	0 = überhaupt nicht, 1 = ein klein wenig, 2 = ziemlich ähnlich wie bei mir, 3 = fast genau wie bei mir, 4 = trifft ganz genau auf mich zu	
3	Ich wechsele während eines Gesprächs häufig von einem Thema zum anderen	
4	Normalerweise befolge Ich Anweisungen in letzter Minute, oder zu spät	
5	Meine Eltern und Lehrer fordern mich auf, mich in der Schule mehr anzustrengen	
6	Meine Eltern finden, dass ich unverantwortlich bin	
7	Meine Freunde behaupten, dass ich manchmal übertrieben reagiere	
8	Ich fühle mich sehr oft beunruhigt	
9	Manchmal fühle ich mich ich launisch und depressiv, ohne besonderen Grund	
10	Meine Stimmungen und Gefühle sind in der Woche vor meiner Periode viel intensiver	
11	Ich fühle mich schnell frustriert	
12	Es ist schwer für mich, geduldig zu sein	
13	Ich wünschte meine Eltern, könnten verstehen, wie mühsam die Schule für mich ist	
14	Ich fühle mich geistig erschöpft, wenn ich von der Schule nach Hause komme	
15	Ich trinke eine Menge Cola oder Kaffee, um munter zu bleiben	
16	Ich verliere die Kontrolle und fange an zu kreischen oder zu schreien, wenn ich verärgert oder frustriert bin	
17	Es ist sehr schwierig für mich, stets organisiert zu sein	
18	Die Schule scheint mich manchmal zu überfordern	
19	Der einzige Weg, wie ich mich wirklich auf eine Prüfung vorbereiten kann, ist es, bis spät in der Nacht aufzubleiben vor der Prüfung	
20	Ich esse manchmal, um mich abzuregen	
21	Es scheint mir, dass mich meine Eltern sehr viel kritisieren	
22	Ich fühle mich viel ruhiger, wenn ich einen körperlichen Ausgleich, wie Tanzen, Fussball, Reiten oder andere Sportarten habe	
23	Ich scheine immer die falschen Dinge zu tun oder zu sagen, wenn ich bei meinen Freunden oder Klassenkameraden bin	
24	Ich bin gewöhnlich während des Tages müde, wache aber Nachts auf und fühle mich nicht, wie wenn es Schlafenszeit wäre	
25	Ich habe Angst, Auto zu fahren	
26	Ich habe Autounfälle gehabt oder bin für zu schnelles Fahren schon bestraft worden	
27	Ich habe das Gefühl, dass ich viel mehr arbeiten muss als meine Freunde, um gut zu sein in der Schule	
28	Damit ich gute Noten bekommen, bekomme ich keine Zeit mehr für irgend etwas anderes	
29	Ich habe mit der Probezeit begonnen, welche festgesetzt wurde, um mich zu bewähren, aber ich werde mich nicht für lange Zeit auf diesem Niveau halten können	
30	Meinen Alltag empfinde ich als Stress, weil ich gewöhnlich zu spät bin oder etwas vergessen habe	
31	Ich bringe viel bessere Leistungen in den Klassen derjenigen Lehrer, die ich mag	
32	Meine Noten schwanken stark	
33	Ich rauche Zigaretten	
34	Ich mache Hausaufgaben, und vergesse sie dann abzugeben	
35	Ich habe Angst vor der Zukunft	
36	Ich habe keine Ahnung, was aus mir werden soll, wenn ich die Schule verlasse	