簡易型、ADHDの症状スコア（早稲田メンタル自作。自己理解のためのスコア、実証試験はしていません）

日付

お名前

0まったくない

1. 月に１回
2. 週に１回
3. 日に１回
4. 日に数回
5. 数え切れない

◆不注意に関する質問　子供は6/9以上、高校生以上は5/9以上であれば不注意が認められる

「作業が雑だと言われたことはありませんか？」

「授業中に別のことを考えていたり、歩き回ったりしていませんか」

「話を聞いていないだろ、と注意されたことはありませんか」

「作業をしていて、別のことをはじめたりしませんか？」

「時間管理や締め切りを守れない、整理が苦手などありませんか？」

「レポートや作文などの課題は苦手ですか？」

「携帯や財布をよくなくしますか？」

「集中することが苦手で、すぐに気が散ったりしてしまいませんか？」

「約束を忘れてしまうことはよくありませんか？」

◆衝動性、多動性　子供は6/9以上、高校生以上は5/9以上であれば不注意が認められる

「よく体を動かしてしまいますか？」

「椅子に座っていられませんか？」

「走り回ったり、登ったりするのは好きですか？　またどこでもしてしまいますか？」

「静かに遊ぶのは苦手ですか」

「あなたといると落ち着かない、と言われますか？」

「おしゃべりですか？」

「会話をさえぎってしまうことは多いですか？」

「並ぶのが苦手ですか？」

「相手の動きを先読みして、行動してしまいますか？」

【参考】

DSM-5 精神疾患の診断・統計マニュアル（原著：American Psychiatric Association　日本語版用語監修：日本精神神経学会）（医学書院）