

שאלון קונרס עצמי מבוגר – DSM5

שם - ..... גיל..... תאריך.....

תכונה	לא מתאים	במקצת	מתאים	מאוד מתאים
אוהב לעסוק בפעילות אקטיבית, ספורט וכו'.				
מאבד חפצים שנחוצים לפעולות ולמטלות (רשימות, עפרונות, ספרים או כלים) לא מתכנן קדימה				
פולט דברים ללא כוונה				
נוטל סיכונים או נועז				
נוטה "לרדת" על עצמו				
מתחיל משימה אך לא מסיים אותה				
בעל סף תסכול נמוך				
מדבר יותר מדי				
נמצא בתנועה מתמדת, "כאילו לא נגמר לו המצבר"				
"מבולגן" בסביבתו				
אומר מה שחושב, חסר טקט				
מתקשה להישאר במקום לפרק זמן ממושך				
מתקשה לעסוק בפעילויות פנאי בשקט				
חסר בטחון עצמי				
מתקשה לעקוב אחר כמה דברים במקביל				
תזזיתי ונמצא בתנועה מתמדת גם כשצריך להישאר במקומו				
שכחן				
מתרגז בקלות, בעל מזג חם				
משתעמם בקלות				
עוזב את כסאו גם כאשר נדרש לשבת				
מתקשה לעמוד בתור או להמתין לתורו				
ישנן התפרצויות זעם				
מתקשה לשמור על קשב במהלך משימה או עבודה				
חובב פעילויות מרגשות עם גירוי חזק				
נמנע מאתגרים בשל תחושת חוסר מסוגלות				
חש אי שקט גם כאשר לא נע ממקומו				
מוסח בקלות מגירויים חיצוניים				
שכחן בפעילויות יום-יומיות				
מתרגז או מתעצבן במהרה				
לא חובב פעילויות שקטות כגון חשיבה רבה, תכנון, פעילות מונוטונית				
מאבד דברים הנחוצים לו				

