

**ADHD – Symptomsjekkliste barn**  
©Tore Olai Høghjelle

Barnets navn: \_\_\_\_\_ Fødselsdato: \_\_\_\_\_

Sett ring rundt det tallet som best mulig beskriver adferd ilt. Siste 6 mnd	Aldri / sjelden	Av og til	Ofte	Veldig ofte
1. Klarer ikke være nøye med detaljer eller gjør slurvfeil i skolearbeidet.	0	1	2	3
2. Trommer med fingrene / beina eller vrir seg på stolen.	0	1	2	3
3. Har problemer med å opprettholde oppmerksomhet mht. oppgaver eller aktiviteter	0	1	2	3
4. Forlater plassen sin i klasserommet eller i andre situasjoner der det er forventet å sitte stille	0	1	2	3
5. Synes ikke å høre etter når han/ hun snakkes direkte til	0	1	2	3
6. Løper rundt eller klatrer overdrevent mye i situasjoner der det er upassende	0	1	2	3
7. Får ikke med seg hele beskjeder og får ikke fullført arbeid	0	1	2	3
8. har problemer med å leke eller delta i fritidsaktiviteter stille og rolig	0	1	2	3
9. Har problemer med å organisere oppgaver og aktiviteter	0	1	2	3
10. Er ”på farten” eller oppfører seg ”som drevet av en indre motor”	0	1	2	3
11. Unngår oppgaver (for eksempel skolearbeid, lekser) som krever intellektuell innsats (”tenkearbeid”)	0	1	2	3
12. Snakker svært mye	0	1	2	3
13. Mister tid han / hun trenger til aktiviteter eller oppgaver	0	1	2	3
14. Kommer med svar før spørsmålet er fullført	0	1	2	3
15. Er lett å distrahere	0	1	2	3
16. har problemer med å vente på tur	0	1	2	3
17. Er glemsom i dagliglivet	0	1	2	3
18. Avbryter eller trenger seg på andre	0	1	2	3

Dette er en symptomsjekkliste for ADHD. Listen er ikke noe selvstendig diagnostisk instrument, men gir en pekepinn om at videre undersøkelse kan være aktuelt. Den kan fylles ut av **foreldre eller lærere**. Selvrappert for ungdom / voksne er også mulig. Mange av leddene er best tilpasset barneskolealder.

Leddene 1, 3, 5 osv.(oddetallene) er de ni kriteriene for oppmerksomhetsvansker.

Leddene 2, 4, 6 osv.( partallene) er de ni kriteriene for hyperaktivitet og impulsivitet.

Man kan bruke lista slik at 2'ere og 3'ere markerer et problem, mens 0 og 1 er normalatferd.

Er det 6 eller flere av de 9 oppmerksomhetsleddene som får 2 eller 3?

Er det 6 eller flere av de 9 leddene for hyperaktivitet og impulsivitet som får 2 eller 3?

Et ja på et eller begge av disse spørsmålene *kan* tyde på at ADHD bør vurderes nærmere

Man kan også telle sammen alle skårene og slå opp i tabeller som finnes i Kvilhaug et.al (1998). Her er det amerikanske normtabeller delt i tre aldersgrupper. Det er egne tabeller avhengig av om det er lærere eller foreldre som er informanter og om barnet er gutt eller jente. Det er sannsynlig at norske normer ville gitt ekstremskårer ved litt lavere tallverdier.