

Adult ADHD Self-Report Scale-V1.1
Symptoms Checklist

© 2023 New York University and Ronald C. Kessler. All rights reserved. Used with permission.

Requests for permission to reproduce or translate —whether for sale or for noncommercial distribution— should be addressed to NYU Technology Opportunities and Ventures at TOVcommunications@nyu.edu , or please visit: <https://license.tov.med.nyu.edu/product/asrs-v11-18-question-symptom-checklist>

Acknowledgements

Translation of this document was performed on behalf of the World Health Organization Composite International Diagnostic Interview Advisory Committee by Masood Nadeem, PhD, Erum Saba, MS, Aqeel Ahmed Khan, MS, and Ahmed Bilal Khan, M.Phil from The Islamia University of Bahawalpur

خودبیاناتی پیمانہ برائے کمی توجہ و بیش فعالیت ؛ علامتی فہرست

مریض کا نام-----

آج کی تاریخ-----

ذیل میں آپ کے روز مرہ محسوسات اور برتاؤ کے بارے میں چند سوالات درج ہیں۔ آپ سے درخواست ہے کہ آپ ہر سوال کو غور سے پڑھیں اور گزشتہ چھ ماہ سے آج تک کے عرصہ کو

ذہن میں رکھتے ہوئے صرف ایسے خانے پر جو کہ صحیح ہو () کا نشان لگائیں۔

نمبر شمار	سوالات	کبھی نہیں	شازونا در	کبھی کبھار	اکثر	اکثر اوقات
۱	جب کسی منصوبے کے بہت ہی اہم حصے مکمل ہو چکے ہوں تو آپ کو کتنی مرتبہ اسکو حتمی شکل دینے میں دقت پیش آتی ہے۔					
۲	جب کوئی کام تنظیم کا متقاضی ہو تو آپ کو عموماً کتنی مرتبہ اسکو ترتیب دینے میں مشکل پیش آتی ہے۔					
۳	آپ کو عموماً کتنی دفعہ اپنے اہم معاملات اور ذمہ داریوں کو یاد رکھنے میں دقت کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔					
۴	ایسے امور جن میں بہت زیادہ سوچ کا عمل دخل ہو آپ اسکو شروع کرنے میں کتنا اجتناب یا تاخیر کرتے ہیں۔					
۵	جب آپ کو کسی جگہ پر طویل وقت کے لیے بیٹھنا پڑے تو آپ عموماً کتنی مرتبہ اپنے ہاتھوں اور پیروں کو بے چینی سے حرکت دیتے ہیں۔					
۶	کتنی مرتبہ آپ کو اپنا آپ بہت زیادہ فعال محسوس ہوتا ہے جیسے کوئی قوت آپ کو حرکت کرنے پر مجبور کر رہی ہو۔					

حصہ دوم

۷	جب آپ متواتر اکتا دینے والا کام کر رہے ہوں تو عموماً کتنی مرتبہ آپ لاپرواہی کا مظاہرہ کرتے ہوئے غلطیاں کرتے ہیں۔					
۸	جب آپ متواتر اکتا دینے والا کام کر رہے ہوں تو عموماً آپ کو کتنی					

				مرتبہ توجہ مرکوز رکھنے میں مشکل پیش آتی ہے۔	
۹				جب کوئی آپ سے براہ راست مخاطب ہو تو عموماً کتنی مرتبہ آپ کو اسکی بات پر توجہ مرکوز کرنے میں دقت پیش آتی ہے۔	
۱۰				آپ گھر یا کام پر کتنی مرتبہ چیزیں غلط جگہ پر رکھ دیتے ہیں یا آپ کو ڈھونڈنے میں مشکل پیش آتی ہے۔	
۱۱				اپنے اردگرد ہونے والی سرگرمی یا شور کی وجہ سے آپ عموماً کس حد تک متاثر ہوتے ہیں۔	
۱۲				آپ کتنی مرتبہ اپنی نشست کو چھوڑ دیتے ہیں جبکہ وہاں آپکا رکنا ضروری ہو۔	
۱۳				آپ عموماً کتنی دفعہ بے چینی یا بے قراری محسوس کرتے ہیں۔	
۱۳				کیا آپ کو فرصت کے لمحات میں بھی پر سکون ہونے اور راحت محسوس کرنے میں دقت محسوس ہوتی ہے۔	
۱۵				کیا آپ مختلف سماجی موقعوں پر بہت زیادہ بولتے ہیں۔	
۱۶				لوگوں سے بات چیت کرتے ہوئے کتنی مرتبہ آپ ان کی بات ختم کیے بغیر ان کی بات اچک لیتے ہیں۔	
۱۷				ایسے حالات میں جہاں آپ کو اپنی باری کا انتظار کرنا پڑے عموماً کتنی مرتبہ آپکو اپنی باری کے انتظار میں دقت محسوس ہوتی ہے۔	
۱۸				جب دوسرے مصروف ہوں تو آپ انکو کتنی دفعہ ٹوکتے ہیں۔	