

ADULT ADHD SELF-REPORT SCALE-6 ITEMS (ASRS-6)

Échelle d'autoévaluation du trouble déficitaire de l'attention avec/sans hyperactivité (TDAH) chez l'adulte

Grille d'auto-évaluation développée en collaboration avec l'Organisation mondiale de la Santé.



Veillez répondre aux questions ci-dessous.

Chacune d'elle correspond à un critère particulier. Vous devrez y répondre en vous basant sur l'échelle qui se trouve à la droite de la page. Pour répondre, faites un « X » dans la case qui correspond le plus à comment vous vous êtes senti ou conduit au cours des six derniers mois. Veuillez par la suite remettre cette liste, complétée, à votre professionnel de santé. Vous pourrez alors en discuter avec lui lors de votre prochaine rencontre.

	Jamais 0 point	Rarement 1 point	Parfois 2 points	Souvent 3 points	Très souvent 4 points
1. À quelle fréquence avez-vous des difficultés à vous concentrer sur ce que les gens vous disent, même lorsqu'ils vous parlent directement ?					
2. À quelle fréquence vous levez-vous pendant des réunions ou d'autres situations dans lesquelles vous êtes censés rester assis ?					
3. À quelle fréquence avez-vous des difficultés à vous détendre et à vous relaxer pendant votre temps libre ?					
4. À quelle fréquence vous surprenez-vous terminant les phrases des autres dans une discussion avant qu'ils aient pu le faire eux-mêmes ?					
5. À quelle fréquence mettez-vous les choses de côté jusqu'à la dernière minute ?					
6. À quelle fréquence dépendez-vous des autres pour garder votre vie en ordre et s'occuper des détails ?					
Total des points des 6 questions.					...

Un score total supérieur ou égal à 13 doit faire penser à un trouble déficitaire de l'attention avec/sans hyperactivité et amener à un entretien plus approfondi pour une évaluation diagnostique.

POUR TROUVER UN PROFESSIONNEL OU UN CENTRE RESSOURCE : <https://www.psychom.org/sorienter/les-centres-ressources/>