

SNAP test

Uppskatta hur bra påståendet stämmer överens med ditt beteende under de senaste sex månaderna. Markera med cirkel.

Förekomst:

0 = aldrig

1= ibland

2= ofta

3= mycket ofta

- | | | | | |
|--|---|---|---|---|
| 1. Du har svårt att koncentrera dig på detaljer eller gör ovarsamma misstag när du arbetar | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2. Du har svårt att hålla händer och fötter stilla. Du har svårt att sitta still | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3. Du har svårt att behålla din uppmärksamhet även vid roliga aktiviteter | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4. Du lämnar din plats i situationer där det är förväntat att du ska sitta kvar | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5. Du lyssnar inte vid direkt tilltal | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6. Du känner dig rastlös, "uppe i varv" | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7. Du har svårt att följa instruktioner och avsluta uppgifter | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 8. Du har svårt att tystlåten engagera dig i fritidsaktiviteter | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 9. Du har svårt att organisera uppgifter och aktiviteter | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 10. Du känner dig som driven av en motor, alltid på gång | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 11. Du undviker eller ogillar uppgifter som kräver ihållande mental ansträngning | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 12. Du pratar oavbrutet | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 13. Du tappar bort saker som är nödvändiga för uppgifter och aktiviteter | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 14. Du slänger ur dig svaren innan frågan är avslutad | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 15. Du blir lätt distraherad | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 16. Du har svårt att vänta på din tur | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 17. Du avbryter eller tränger dig på andra | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 18. Du är glömsk när det gäller dina dagliga rutiner | 0 | 1 | 2 | 3 |