

WURS-k – Kurzform der Wender-Utah-Rating-Skala - Retrospektive Selbsteinschätzung kindlicher ADHS-Symptome bei Erwachsenen

Retrospektive Selbsteinschätzung kindlicher ADHS-Symptome bei Erwachsenen

Name: _____ Vorname: _____ Geburtsdatum _____

Anleitung

Bitte erinnern Sie sich an Ihre **Kindheit (vor dem 12. Lebensjahr)**.

Kreuzen Sie an, wie stark die jeweilige Aussage auf Sie zutrifft.

Bewertung Bedeutung

- ☐ 0 überhaupt nicht / nie
- ☐ 1 etwas / selten
- ☐ 2 mäßig
- ☐ 3 ziemlich stark
- ☐ 4 sehr stark

Nr.	Beschreibung	0	1	2	3	4
1	Unruhig, zappelig	☐	☐	☐	☐	☐
2	Aufbrausend, leicht reizbar	☐	☐	☐	☐	☐
3	Stimmungsschwankungen	☐	☐	☐	☐	☐
4	Wutausbrüche	☐	☐	☐	☐	☐
5	Schwer konzentriert, leicht ablenkbar	☐	☐	☐	☐	☐
6	Schnell gelangweilt	☐	☐	☐	☐	☐
7	Impulsiv, ohne nachzudenken gehandelt	☐	☐	☐	☐	☐
8	Ungeduldig	☐	☐	☐	☐	☐
9	Schwierigkeiten, Anweisungen zu befolgen	☐	☐	☐	☐	☐
10	Häufig Fehler durch Unachtsamkeit	☐	☐	☐	☐	☐
11	Vergesslich	☐	☐	☐	☐	☐
12	Schlecht organisiert	☐	☐	☐	☐	☐
13	Träumend, „in Gedanken verloren“	☐	☐	☐	☐	☐
14	Niedriges Selbstwertgefühl	☐	☐	☐	☐	☐
15	Schwierigkeiten mit Mitschülern	☐	☐	☐	☐	☐
16	Probleme mit Eltern oder Lehrern	☐	☐	☐	☐	☐
17	Häufig bestraft worden	☐	☐	☐	☐	☐
18	Nervös oder angespannt	☐	☐	☐	☐	☐
19	Starke Stimmungsschwankungen	☐	☐	☐	☐	☐
20	Schnell entmutigt	☐	☐	☐	☐	☐
21	Häufig wechselnde Interessen	☐	☐	☐	☐	☐
22	Wenig Ausdauer	☐	☐	☐	☐	☐
23	Schulsorgen / schlechte Leistungen	☐	☐	☐	☐	☐
24	Verhaltensauffälligkeiten	☐	☐	☐	☐	☐