Тест на СДВГ у взрослых (ASRS)

Пройти онлайн и сразу узнать результат

Имя: _____

Дата: _____

Выберите ответ, который лучше всего описывает ваше самочувствие и поведение за последние 6 месяцев.

В каждой строке отметьте один вариант.

	Утверждение	Никогда	Редко	Иногда	Часто	Очень часто
1	Как часто вам бывает трудно закончить работу после того, как самое трудное уже сделано?	0	1	2	3	4
2	Как часто вам бывает трудно навести порядок перед выполнением работы, требующей организованности?	0	1	2	3	4
3	Как часто у вас возникают трудности с запоминанием времени встреч или своих обязанностей?	0	1	2	3	4
4	Как часто вы избегаете или откладываете начало работы, требующей больших умственных усилий?	0	1	2	3	4
5	Как часто вы беспокойно перебираете руками или ногами, когда приходится долго сидеть на одном месте?	0	1	2	3	4
6	Как часто вы испытываете чрезмерную активность и непреодолимое желание что-то сделать, как если бы у вас внутри был мотор?	0	1	2	3	4

Adult ADHD Self-Report Scale (ASRS-v1.1) Symptom Checklist. Copyright © New York University and President and Fellows of Harvard College. © World Health Organization 2004. Kessler R.C. et al. Psychological Medicine. 2005; 35(2): 245–256.

Для специалиста

Adult ADHD Self-Report Scale v1.1, часть A — шесть пунктов из 18, лучше всего предсказывающих СДВГ (Kessler et al., 2005). Русский текст — официальный бланк ВОЗ. Подсчёт как на бланке: пункты 1–3 засчитываются при ответе «Иногда» и чаще, пункты 4–6 — при «Часто» и «Очень часто». Четыре засчитанных ответа из шести и больше — симптомы, возможно, соответствуют СДВГ у взрослых.

На русскоязычной выборке (Московченко и др., 2026; 300 человек без СДВГ и 200 с подтверждённым диагнозом) для части A лучшим оказался тот же порог ≥ 4: чувствительность 84 %, специфичность 92 %, AUC 0,84. Авторы адаптировали опросник по протоколу ВОЗ со своим переводом, поэтому их данные относятся к близкой, но не той же формулировке пунктов.

Уровни

0–3	Ниже порога
4–6	Выше порога

Сумма баллов: _____

Тест не ставит диагнозов. Онлайн-версия с подсчётом и пояснением результата: shilko.ru/metodiki/asrs/

Источник

Kessler R.C., Adler L., Ames M., Demler O., Faraone S., Hiripi E., Howes M.J., Jin R., Secnik K., Spencer T., Ustun T.B., Walters E.E. The World Health Organization Adult ADHD Self-Report Scale (ASRS): a short screening scale for use in the general population // Psychological Medicine. 2005. Vol. 35, № 2. P. 245–256. DOI: 10.1017/S0033291704002892