

Wynik testu przesiewowego ADHD

ASRS v1.1 (WHO Adult ADHD Self-Report Scale)

19.02.2026

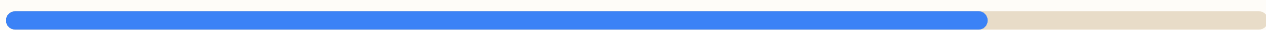
Warto porozmawiać ze specjalistą

Ogólny wynik

Odpowiedzi klinicznie istotne	14 / 18
Wynik surowy (łączy)	52 / 72
Część A (pytania wstępne)	18 / 24
Część B	34 / 48

Profil objawów wg domen

Nieuwaga 7/9 istotnych klinicznie



Nadpobudliwość / Impulsywność 7/9 istotnych klinicznie



Typ mieszany (kombinowany)

Podwyższone wyniki w obu domenach — zarówno nieuwagi, jak i nadpobudliwości-impulsywności. To najczęściej diagnozowany typ ADHD.

Co możesz zrobić?

- **Poznaj swój mózg** — zrozumienie, jak działa ADHDowy mózg, to najlepszy pierwszy krok. Zebraliśmy książki, filmy i materiały, które pomagają to ogarnąć: nieogarniamadhd.pl/zasoby
- **Wiedza zmienia wszystko** — wiele osób z ADHD mówi, że sama psychoedukacja zmieniła ich życie. Im więcej wiesz o ADHD, tym lepiej rozumiesz siebie i swoje codzienne doświadczenia.
- **Daj sobie czas** — nie musisz niczego decydować od razu. Sam fakt, że zrobiłeś/aś ten test, to ważny krok. Jeśli kiedyś poczujesz potrzebę, specjalista może pomóc Ci lepiej się zrozumieć.

Ten wynik nie stanowi diagnozy medycznej. Test ASRS v1.1 jest narzędziem przesiewowym — ostateczną diagnozę może postawić wyłącznie psychiatra lub psycholog kliniczny po kompleksowej ocenie. nieogarniamadhd.pl