findyourneurotype

BEISPIEL · fiktive Daten

Beispielbericht

ADHS-Test für Kinder (Conners)

Selbsteinschätzung der neurologischen Entwicklung

Erstellt für	Datum	Fragen	Referenz
Camille Dubois	**11. März 2026**	**18**	**00000023**

Inhalt

1 Ihr Ergebnis S. 2

2 Was Ihre Antworten sagen S. 3

3 Nächste Schritte S. 4

4 Ihren Termin vorbereiten S. 5

5 Ihre Antworten S. 6

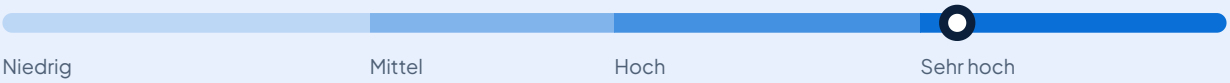
Dieser Bericht ist ein Instrument zur Selbsteinschätzung. Er ist keine medizinische oder psychologische Diagnose.

Ihr Ergebnis

42 / 54

Deutliche ADHS-Hinweise – Abklärung empfohlen

78 % der Höchstpunktzahl



Deutliche ADHS-Hinweise in mehreren Bereichen: Unaufmerksamkeit, Hyperaktivität, oppositionelles Verhalten.

Nach Bereich

In Prozent des Maximums jedes Bereichs, damit sie vergleichbar sind.

Unaufmerksamkeit	**67 %**	12 / 18
Hyperaktivität / Impulsivität	**67 %**	12 / 18
Oppositionelles Verhalten	**67 %**	12 / 18

● Am wenigsten ausgeprägt

Was Ihre Antworten sagen

Von Claude (Anthropic) auf Grundlage Ihrer Antworten verfasst.

Am wenigsten ausgeprägt

Oppositionelles Verhalten · 67 %

Hyperaktivität / Impulsivität · 67 %

Unaufmerksamkeit · 67 %

Liebe Eltern,

vielen Dank, dass Sie sich die Zeit genommen haben, dieses Screening so aufmerksam und ehrlich auszufüllen. Sie kennen Ihr Kind besser als jeder Fragebogen es je erfassen könnte, und Ihre Beobachtungen sind ein wertvoller erster Schritt, um Ihrem Kind die bestmögliche Unterstützung zu geben. Viele Eltern erleben ein Gefühl der Erleichterung, aber auch der Sorge, wenn sie ein solches Ergebnis sehen – beides ist völlig verständlich und Sie sind mit diesen Gefühlen nicht allein.

Der erzielte Gesamtwert von 42 von 54 Punkten liegt im Bereich, der als "starke Hinweise" bezeichnet wird, wobei besonders im Bereich der Unaufmerksamkeit (22 Punkte) deutliche Auffälligkeiten sichtbar wurden, während Hyperaktivität und Impulsivität etwas geringer ausgeprägt erscheinen. Das bedeutet nicht, dass eine Diagnose vorliegt – dieser Fragebogen ist ein Screening-Instrument, kein diagnostisches Verfahren. Er zeigt lediglich, dass es sich lohnt, genauer hinzuschauen. Und ganz wichtig: Ein solches Ergebnis ist niemals ein Spiegel Ihrer Erziehungsfähigkeiten. ADHS ist eine neurologisch bedingte Entwicklungsbesonderheit, die mit der Art zusammenhängt, wie das Gehirn Aufmerksamkeit, Impulse und Aktivität reguliert – sie entsteht nicht durch elterliches Verhalten.

In der Zwischenzeit können Sie Ihrem Kind schon jetzt guttun: Klare, verlässliche Tagesstrukturen mit visuellen Hilfen wie Wochenplänen können enorm entlasten. Loben Sie gezielt kleine Erfolge und Anstrengungen, nicht nur Ergebnisse – das stärkt das Selbstwertgefühl, das bei Kindern mit solchen Herausforderungen oft leidet. Auch ausreichend Bewegung, feste Schlafzeiten und kurze, klare Anweisungen können den Alltag spürbar erleichtern.

Der wichtigste nächste Schritt ist nun, eine Kinder- und Jugendärztin, einen Kinderpsychologen oder eine spezialisierte Fachstelle für Entwicklungsdiagnostik aufzusuchen. Eine fundierte fachliche Abklärung kann Klarheit schaffen und, falls nötig, gezielte Unterstützung ermöglichen – sei es durch Verhaltenstherapie, schulische Fördermaßnahmen oder andere bewährte Ansätze. Viele Kinder mit ähnlichen Profilen entwickeln sich mit der richtigen Unterstützung wunderbar und lernen, ihre Stärken voll zu entfalten. Sie haben bereits einen mutigen und liebevollen Schritt getan, indem Sie genau

hinschauen.

Nächste Schritte

Wählen Sie ein oder zwei aus. Regelmäßigkeit zählt mehr als Dauer.

Empfehlung

Deutliche ADHS-Hinweise – Abklärung empfohlen

Wenden Sie sich an eine Kinder- und Jugendpsychiaterin oder einen -psychiater. ADHS ist eine neurologische Besonderheit, kein Erziehungsproblem.

Um mit einer Fachperson darüber zu sprechen

Psychologin, Therapeut, Ärztin: Dieser Bericht kann der Ausgangspunkt für das Gespräch sein.

- Bringen Sie Seite 2 mit (Ergebnis nach Bereich).
- Notieren Sie ein oder zwei Situationen, die Ihnen zuletzt schwerfielen.
- Sagen Sie, was Sie gern ändern würden, auch nur ungefähr.

Brauchen Sie jetzt jemanden zum Reden? Rufen Sie **0800 111 0 111** an (TelefonSeelsorge), im Notfall die 112.

Dieser Bericht ist ein Instrument zur Selbsteinschätzung. Er ersetzt keine fachliche Abklärung. Für eine verlässliche Diagnose wenden Sie sich an eine Neuropsychologin, einen Psychiater oder eine andere qualifizierte Fachperson.

Ihren Termin vorbereiten

Ärztin, Psychiater, Psychologin, Neuropsychologe: Bringen Sie diese Seite mit. Füllen Sie sie ein paar Tage vorher aus, wenn Ihnen Beispiele einfallen.

Meine wichtigsten Zahlen

ADHS-Test für Kinder (Conners) · 42 / 54 (78 %) · Deutliche ADHS-Hinweise - Abklärung empfohlen

Test durchgeführt am 11. März 2026 · Referenz 00000023

Beispiele aus meinem Alltag

Arbeit oder Studium, Zuhause, Beziehungen: zwei oder drei konkrete Situationen und was passiert ist.

Seit wann?

War es schon in der Kindheit oder Jugend da? Zeugnisse oder Erinnerungen von Angehörigen können helfen.

Was ich gern ändern würde

Auch nur ungefähr: was Sie heute am meisten Energie kostet.

Fragen, die ich stellen kann

- ☐ Ist eine vollständige Abklärung in meinem Fall sinnvoll, und bei wem?
- ☐ Wie lange ist die Wartezeit, und was kann ich in der Zwischenzeit tun?
- ☐ Könnte etwas anderes das erklären (Schlaf, Stress, Schilddrüse, eine andere Störung)?
- ☐ Welche Unterstützung gibt es, bei der Arbeit oder im Studium?
- ☐ Was soll ich beim nächsten Mal mitbringen?

Ihre Antworten

Skala von „Nie“ bis „Sehr viel“.

#	Frage	Ihre Antwort	Pkt.
Unaufmerksamkeit · 12 / 18			
1	Hat Schwierigkeiten, sich auf Aufgaben zu konzentrieren.	Ziemlich / Oft	**2**
2	Wird leicht durch äußere Reize abgelenkt.	Ziemlich / Oft	**2**
3	Erledigt Schulaufgaben nicht, auch wenn es möglich wäre.	Ziemlich / Oft	**2**
4	Hat eine kurze Aufmerksamkeitsspanne - gibt schnell auf.	Ziemlich / Oft	**2**
5	Verliert oder verlegt persönliche Gegenstände.	Ziemlich / Oft	**2**
6	Macht nachlässige Fehler bei der Schularbeit.	Ziemlich / Oft	**2**
Hyperaktivität / Impulsivität · 12 / 18			
7	Kann nicht stillsitzen; ist ständig in Bewegung.	Ziemlich / Oft	**2**
8	Spricht übermäßig - unterbricht andere beim Sprechen.	Ziemlich / Oft	**2**
9	Handelt impulsiv - tut Dinge ohne nachzudenken.	Ziemlich / Oft	**2**
10	Zappelt oder windet sich auf dem Stuhl.	Ziemlich / Oft	**2**
11	Hat Schwierigkeiten, bei Spielen oder in Gruppen zu warten, bis er/sie an der Reihe ist.	Ziemlich / Oft	**2**
12	Läuft oder klettert exzessiv in unpassenden Situationen.	Ziemlich / Oft	**2**
Oppositionelles Verhalten · 12 / 18			
13	Verliert die Beherrschung - hat Wutausbrüche.	Ziemlich / Oft	**2**
14	Streitet mit Erwachsenen und weigert sich, Anforderungen nachzukommen.	Ziemlich / Oft	**2**
15	Ärgert oder stört andere absichtlich.	Ziemlich / Oft	**2**
16	Beschuldigt andere für seine/ihre Fehler.	Ziemlich / Oft	**2**
17	Ist empfindlich oder wird leicht gereizt.	Ziemlich / Oft	**2**
18	Ist rachsüchtig oder nachtragend.	Ziemlich / Oft	**2**