

注意・集中等の特徴に関するインタビューシート

◆日時 年 月 日 ()

◆聴取者

項目	キーワード
注意・集中	<p>①注意の向け方</p> <p><input type="checkbox"/>一度に2つ以上のことに注意を向けること(「主目的」と「その他の部分」。 時間通りに出発することに注意が向き、靴を履かずに出勤する等)</p> <p><input type="checkbox"/>忘れっぽい (「〇〇をしよう」と思っていたのに、他のことに興味が向いたり、 新しくやることが入ったりすると、〇〇のことを忘れてしまう等)</p> <p><input type="checkbox"/>人の話を聞く時(空想や音・光等に意識が向いて、話が入らない等)</p> <p><input type="checkbox"/>時間を意識しながら作業又は雑談に集中することが難しい。</p> <p><input type="checkbox"/>その他</p> <p>②情報の取り方</p> <p><input type="checkbox"/>見落とし、聞き漏らし</p> <p><input type="checkbox"/>作業結果の確認(誤字脱字等エラー情報の把握)</p> <p><input type="checkbox"/>慌てている時(探し物が目先にあっても認識できない等)</p> <p><input type="checkbox"/>情報を取りやすい状況</p> <p><input type="checkbox"/>その他</p> <p>③集中</p> <p><input type="checkbox"/>集中力を持続しやすい状況</p> <p><input type="checkbox"/>集中力が途切れやすい状況</p> <p><input type="checkbox"/>途切れた集中力を再び高めること</p> <p><input type="checkbox"/>集中を遮られた時の反応</p> <p><input type="checkbox"/>過度に集中する状況</p> <p><input type="checkbox"/>その他</p>
所定の手順に沿った行動	<p><input type="checkbox"/>手順を飛ばす</p> <p><input type="checkbox"/>どの工程まで進んだかが分からなくなる場合がある</p> <p><input type="checkbox"/>終わってみると、なぜかミスが発生</p> <p><input type="checkbox"/>手順を変更したくなる</p> <p><input type="checkbox"/>「やってはいけない」と言われたが、やりたくなる</p> <p><input type="checkbox"/>手順の変更への対応</p> <p><input type="checkbox"/>手順の理解の仕方(頭の中で絵を描く等)</p> <p><input type="checkbox"/>手順どおりにできる状況</p> <p><input type="checkbox"/>その他</p>
中断した後の円滑な再開	<p><input type="checkbox"/>以前どこまでやっていたのかを思い出すこと</p> <p><input type="checkbox"/>中断した作業があることを思い出すこと</p> <p><input type="checkbox"/>報告や質問、休憩等で作業を中断した後の円滑な再開(集中力の変化)</p> <p><input type="checkbox"/>休憩時間や休日を、何もせずに過ごした場合と、何かして過ごした場合の差</p> <p><input type="checkbox"/>その他</p>
時間の観念	<p><input type="checkbox"/>時間の意識(時間を意識しながら何かに取り組むこと)</p> <p><input type="checkbox"/>所要時間の見積もり(最短時間/余裕を持って/想定外の事態を踏まえて)</p> <p><input type="checkbox"/>約束の時間の遵守</p> <p><input type="checkbox"/>少し余裕がある時の行動パターン(そのまま待つ/他のことに気が向き、行動する)</p> <p><input type="checkbox"/>早めの行動</p> <p><input type="checkbox"/>その他</p>
過去の類似体験に基づいた判断・行動	<p><input type="checkbox"/>はやとちり (「以前経験したことに似ている」と思った途端、反射的に対応してしまうが、 実際に作業を始めると、細かい点でいろいろと異なるため、なかなか 作業が終わらなかったり、行き違いが生じたりする等)</p> <p><input type="checkbox"/>思い込み (最後まで指示を聞いても、以前経験したことに似ていると思った途端、 以前と同じやり方をして齟齬が生じる等)</p> <p><input type="checkbox"/>その他</p>

項目	キーワード
物の管理	<p>①整理整頓</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>物の置き場所(固定/ランダム) <input type="checkbox"/>使ったら元の場所に戻す <input type="checkbox"/>探し物が見つからない、置いた場所を思い出せない <input type="checkbox"/>収納用具の使い方(棚、机、引き出し等)、使う際の気持ち(特にない/面倒) <input type="checkbox"/>書類の保管(ファイル、クリアファイルの使用等) <input type="checkbox"/>買い込むこと <input type="checkbox"/>捨てること <input type="checkbox"/>その他 <p>②「注意」との関連</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>何か他のこと(目的を達成すること、興味を引くこと等)に気が向いて、置き忘れる又は物を落下させる(家で/外出先で) <input type="checkbox"/>その他 <p>③忘れ物</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>忘れ物防止のための事前の準備 <input type="checkbox"/>チェックリストの活用 <input type="checkbox"/>提出書類 <input type="checkbox"/>提出期日が先にある場合(○時まで、○日まで) <input type="checkbox"/>その他
予定の管理、遂行	<p>①段取り</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>作業の完成像のイメージ(それを描くためには何が必要か) <input type="checkbox"/>完成までに必要な工程のイメージ(それを描くためには何が必要か) <input type="checkbox"/>各工程の所要時間の見積もり <p>②優先順位付け</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>優先順位の判断(重要度/自分ひとりで行うものかどうか/緊急度/難易度) 作業面→(例:メイン作業の締切りが迫る中、同僚から作業依頼を受けた時) 生活面→(例:休日の予定決め、買いたい物選び等) <input type="checkbox"/>取り組みのバランス(興味のある部分への偏りがいないか) <p>③予定の遂行、進捗管理</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>提出期限、締切り、納期の遵守(それらを途中で忘れる場合の有無) <input type="checkbox"/>先延ばし <input type="checkbox"/>先延ばししないのでできる状況 <input type="checkbox"/>予定管理ツールの使用(スケジュール帳、携帯電話、PDA等) <input type="checkbox"/>複数の計画・行動を同時進行することについて <input type="checkbox"/>定期的な予定の遂行(家賃の振込み、服薬等。年単位/月単位/週単位/時間単位) <input type="checkbox"/>その他
気持ち、衝動性	<p>①普段</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>慌てている感じ <input type="checkbox"/>穏やかな時、イライラしている時 <input type="checkbox"/>気分の変わりやすさ <input type="checkbox"/>衝動的な行動 <input type="checkbox"/>楽しさ、リラックス、おもしろさを感じる状況 <input type="checkbox"/>その他 <p>②作業時(取り掛かり時～一定時間経過時点～作業終了後)</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>慌てている感じ <input type="checkbox"/>頭の中の熱っぽさ <input type="checkbox"/>適度に集中できる時 <input type="checkbox"/>過度に集中する時 <input type="checkbox"/>その他 <p>③衝動性</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>衝動買い <input type="checkbox"/>うっかり発言(失言) <input type="checkbox"/>しっかり考える前に返事(→嘘になってしまう) <input type="checkbox"/>人が話し終わらないうちに喋り出す <input type="checkbox"/>その他
注意力・集中力を左右するもの	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>睡眠時間 <input type="checkbox"/>覚醒している感じ <input type="checkbox"/>食事・栄養バランス <input type="checkbox"/>服薬 <input type="checkbox"/>その他
失敗体験の影響(ミスした時、注意された時等)	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>作業遂行面(ミスが一層増えてしまう等) <input type="checkbox"/>職場のコミュニケーション面 (また注意されるのではないかと思い、質問・報告等を躊躇する等) <input type="checkbox"/>気分、ストレス <input type="checkbox"/>立ち直り、ストレス対処 <input type="checkbox"/>その他