Lumina Measures

ACS/QCA

Questionário de Controle Atencional

Versão em português · 20 itens

Nome _____

Data _____

Responda cada afirmação considerando seu funcionamento habitual de atenção. Use as alternativas: 1 = quase nunca, 2 = às vezes, 3 = frequentemente e 4 = sempre.

		quase nunca	às vezes	frequentemente	sempre
1	Tenho dificuldade de me concentrar em uma tarefa difícil quando há muito barulho em volta.	☐	☐	☐	☐
2	Quando preciso me concentrar para resolver um problema, tenho dificuldade de focalizar minha atenção.	☐	☐	☐	☐
3	Mesmo quando estou concentrado trabalhando em algo, distraio-me com o que está acontecendo em volta.	☐	☐	☐	☐
4	Minha concentração é boa mesmo quando há música tocando em um ambiente fechado.	☐	☐	☐	☐
5	Quando estou me concentrando, consigo focar minha atenção de forma que eu não mais percebo o que está acontecendo ao redor em um ambiente fechado.	☐	☐	☐	☐
6	Quando estou lendo ou estudando, distraio-me facilmente quanto há pessoas conversando em um ambiente fechado.	☐	☐	☐	☐
7	Quando estou tentando concentrar-me em algo, tenho dificuldade para bloquear pensamentos que me distraem.	☐	☐	☐	☐
8	Tenho dificuldade de me concentrar quando estou animado com algo.	☐	☐	☐	☐
9	Quando estou concentrado, ignoro as sensações de fome e sede.	☐	☐	☐	☐
10	Consigo mudar rapidamente de uma tarefa para outra.	☐	☐	☐	☐
11	Levo certo tempo para realmente concentrar-me em uma nova tarefa.	☐	☐	☐	☐
12	Tenho dificuldade de coordenar minha atenção entre as tarefas de ouvir e escrever quando tomo nota durante uma palestra ou aula.	☐	☐	☐	☐
13	Consigo interessar-me rapidamente por outro assunto quando necessário.	☐	☐	☐	☐

		quase nunca	às vezes	frequentemente	sempre
14	Para mim é fácil ler ou escrever ao mesmo tempo em que falo ao telefone.	☐	☐	☐	☐
15	Tenho dificuldade em manter duas conversas ao mesmo tempo.	☐	☐	☐	☐
16	Tenho dificuldade de ter novas ideias rapidamente.	☐	☐	☐	☐
17	Após ser interrompido ou distraído, consigo facilmente retomar minha atenção para o que estava fazendo.	☐	☐	☐	☐
18	Quando fico distraído com um pensamento, é fácil desviar minha atenção dele.	☐	☐	☐	☐
19	É fácil para mim alternar entre duas tarefas diferentes.	☐	☐	☐	☐
20	É difícil para mim trocar de uma forma de pensar sobre algo e olhá-lo por outro ponto de vista.	☐	☐	☐	☐

Referências

Questionário de Controle Atencional. Versão em português · 20 itens. Formulário da versão apresentada.

DERRYBERRY, D.; REED, M. A. Anxiety-related attentional biases and their regulation by attentional control. Journal of Abnormal Psychology, Washington, v. 111, n. 2, p. 225-236, 2002. https://doi.org/10.1037/0021-843X.111.2.225

FILGUEIRAS, A.; GALVÃO, B. O.; PIRES, P.; FIORAVANTI-BASTOS, A. C. M.; HORA, G. P. R.; SANTANA, C. M. T.; LANDEIRA-FERNANDEZ, J. Tradução e adaptação semântica do Questionário de Controle Atencional para o Contexto Brasileiro. Estudos de Psicologia (Campinas), Campinas, v. 32, n. 2, p. 173-185, 2015. https://doi.org/10.1590/0103-166X2015000200003