

## 日本語版 Work-related Acceptance and Action Questionnaire (WAAQ)

以下にいくつかの記述があります。

各記述があなたにとってどの程度あてはまるか、記述の横の数字に○をつけてください。

	まったくあてはまらない	めったにあてはまらない	ほとんどあてはまらない	ときどきあてはまる	よくあてはまる	ほとんどいつもあてはまる	いつもあてはまる
1. どんな個人的な心配事があっても効果的に仕事をする事ができる	1	2	3	4	5	6	7
2. 仕事上の間違いを認めたとしても成功できると思う	1	2	3	4	5	6	7
3. 気がかりなことがあっても効果的に仕事ができる	1	2	3	4	5	6	7
4. 心配事は私の成功の妨げにはならない	1	2	3	4	5	6	7
5. どのような気持ちでも求められたとおりに実行することができる	1	2	3	4	5	6	7
6. 自分自身に疑いを持つときでさえ効果的に働くことができる	1	2	3	4	5	6	7
7. 自分の思考や感情が仕事の妨げになることはない	1	2	3	4	5	6	7

1 因子構造 ※逆転項目なし