

A preencher pelo investigador:

Protocolo: \_\_\_\_\_

NI: \_\_\_\_\_

Data: \_\_ / \_\_ / \_\_

# Projecto de Investigação

Adaptação individual e familiar em famílias com crianças e adolescentes

## Versão Pais

**Objectivo Geral:** Compreender o bem-estar individual e familiar em famílias com crianças ou adolescentes através da identificação de factores de protecção e de risco. Pretende-se recolher informação que possa, futuramente, contribuir para uma melhoria da intervenção junto das famílias.

Agradecemos desde já a sua disponibilidade e colaboração!

**Responsável pelo projecto:** Dr.ª Ana Tavares (ana.af.tavares@gmail.com)

**Coordenadores do projecto:**

Professora Doutora Carla Crespo (carlacrespo@psicologia.ulisboa.pt)

Professora Doutora Maria Teresa Ribeiro (mteresaribeiro@psicologia.ulisboa.pt)

Professor Doutor Paul Jose (paul.jose@vuw.ac.nz)

**Instruções de preenchimento:**

Por favor, responda a todas as questões. Não deixe nenhuma resposta em branco. Se não tiver a certeza, escolha a opção que lhe parecer mais apropriada. Por favor faça apenas uma cruz (X) em cada questão.

Modo de preenchimento:

  

Em caso de engano:

  **Ficha de Dados Sócio-Demográficos****DADOS PESSOAIS****1. Sexo:**  Masculino  Feminino**2. Idade:** \_\_\_\_ anos**3. Profissão:**  
\_\_\_\_\_**4. Situação Profissional:** Empregado(a)  Desempregado(a) Baixa Reformado(a) Outra \_\_\_\_\_**5. Identifica-se com alguma religião?** Não  SimSe **sim**, Qual? \_\_\_\_\_**6. Escolaridade:** Não sabe ler/nem escrever Sabe ler e/ou escrever 1º-4º ano 5º-6º anos 7º-9º anos 10º-12º anos Licenciatura Pós-licenciatura**7. No caso de estar a trabalhar, qual o horário regular de trabalho?** Regular (diurno) Regular (nocturno) Por turnos Horário flexível Outros: \_\_\_\_\_**8. Estado civil:** Solteiro(a) Casado(a) / União de facto**Há quanto tempo?** \_\_\_\_ anos Recasado(a) / Em nova união de facto**Há quanto tempo?** \_\_\_\_ anos Divorciado(a) / Separado(a) Viúvo(a) Outra: \_\_\_\_\_**9. Já teve, no passado, acompanhamento psicológico ou psiquiátrico devido a dificuldades psicológicas ou emocionais?** Não, nunca tive  Sim, já tive**10. Tem, atualmente, algum acompanhamento psicológico ou psiquiátrico devido a dificuldades psicológicas ou emocionais?** Sim  Não Há quanto tempo? \_\_\_\_\_**DADOS DO AGREGADO FAMILIAR****11a. Quem vive no agregado?** (ex. Eu, marido, filho)

\_\_\_\_\_

**11b. Tipologia familiar** (a preencher pelo investigador)

\_\_\_\_\_

**12. Onde reside?** (Conselho)

\_\_\_\_\_

**Meio:**  Aldeia (Rural) Semiurbano (Vila) Cidade (Urbano)

## FRQ

**Instruções:** Nas páginas seguintes encontram-se descrições de rotinas e tradições familiares. Todas as famílias são, de alguma forma, diferentes nos tipos de rotinas e tradições que seguem. Em algumas famílias rotinas e tradições são muito importantes mas, em outras famílias, existe uma atitude de maior indiferença em relação às rotinas e tradições. No topo de cada secção irá encontrar um cabeçalho que corresponde a um contexto familiar: **hora de jantar, comemorações anuais e fim de semana**. Leia as duas afirmações e escolha aquela que é mais parecida com a sua família. Depois de ter escolhido a afirmação mais parecida com a sua família, decida se esta afirmação é Totalmente Verdadeira ou Mais ou Menos Verdadeira para a sua família. Quando pensar na sua família, pense em si próprio(a), no seu cônjuge e nos seus filhos. Alguns dos contextos podem incluir outros membros da família como avôs, tios e primos. No entanto, tente responder às questões que descrevem melhor a sua família atual. Não existem respostas certas ou erradas para cada afirmação, por isso, por favor tente escolher aquela que melhor descreve a sua família.

### Recorde:

1. Leia as duas afirmações e depois escolha a que mais se parece com a sua família, assinalando-a com uma cruz.
2. Decida se a afirmação é realmente verdadeira ou mais ou menos verdadeira para a sua família e assinale com uma cruz a sua opção.

#### HORA DE JANTAR

Pense num jantar normal na sua família:

1. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família.

- |                                                                              |                                                 |                          |
|------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> <b>Algumas famílias jantam juntas regularmente.</b> | <b>Outras famílias raramente jantam juntas.</b> | <input type="checkbox"/> |
|------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|--------------------------|

b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:

- |                                                    |                              |                          |
|----------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> <b>Totalmente verdade</b> | <b>Mais ou menos verdade</b> | <input type="checkbox"/> |
|----------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------|

2. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família.

- |                                                                                                         |                                                                               |                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> <b>Em algumas famílias é esperado que todos estejam em casa para o jantar.</b> | <b>Em outras famílias nunca se sabe quem vai estar em casa para o jantar.</b> | <input type="checkbox"/> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|

b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:

- |                                                    |                              |                          |
|----------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> <b>Totalmente verdade</b> | <b>Mais ou menos verdade</b> | <input type="checkbox"/> |
|----------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------|

3. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família

- |                                                                                                |                                                                                  |                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> <b>Em algumas famílias as pessoas fazem questão de jantar juntas.</b> | <b>Em outras famílias não é assim tão importante as pessoas jantarem juntas.</b> | <input type="checkbox"/> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|

b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:

- |                                                    |                              |                          |
|----------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> <b>Totalmente verdade</b> | <b>Mais ou menos verdade</b> | <input type="checkbox"/> |
|----------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------|

4. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família

- |                                                                                                         |                                                                                                             |                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> <b>Em algumas famílias a hora de jantar é apenas uma altura para se comer.</b> | <b>Em outras famílias a hora do jantar é mais do que uma simples refeição; tem um significado especial.</b> | <input type="checkbox"/> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|

b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:

- |                                                    |                              |                          |
|----------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> <b>Totalmente verdade</b> | <b>Mais ou menos verdade</b> | <input type="checkbox"/> |
|----------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------|

5. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família

<input type="checkbox"/> <b>Em algumas famílias há pouco planejamento em relação ao jantar.</b>	<b>Em outras famílias o jantar é planejado com antecedência.</b>	<input type="checkbox"/>
-------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------	--------------------------

b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:

**Totalmente verdade**  **Mais ou menos verdade**

### CELEBRAÇÕES ANUAIS

Pense em ocasiões que a sua família comemora todos os anos. Alguns exemplos são o dia de anos, dia do casamento e outros aniversários.

1. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família

<input type="checkbox"/> <b>Algumas famílias têm várias comemorações anuais regulares.</b>	<b>Para outras famílias existem poucas comemorações anuais ou estas são raramente celebradas.</b>	<input type="checkbox"/>
--------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------

b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:

**Totalmente verdade**  **Mais ou menos verdade**

2. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família

<input type="checkbox"/> <b>Em algumas famílias é esperado que todos estejam presentes na comemoração.</b>	<b>Em outras famílias as comemorações anuais podem ser uma altura em que nem todos estejam presentes.</b>	<input type="checkbox"/>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------

b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:

**Totalmente verdade**  **Mais ou menos verdade**

3. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família

<input type="checkbox"/> <b>Em algumas famílias há um sentimento especial nos dias de anos e em outras comemorações.</b>	<b>Em outras famílias as comemorações são mais informais; as pessoas não estão envolvidas emocionalmente.</b>	<input type="checkbox"/>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------

b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:

**Totalmente verdade**  **Mais ou menos verdade**

4. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família

<input type="checkbox"/> <b>Em algumas famílias os dias de anos e aniversários são marcos importantes que são celebrados de forma especial.</b>	<b>Em outras famílias não se dá grande importância aos dias de anos e aniversários; os membros da família até podem comemorar mas nada é particularmente especial.</b>	<input type="checkbox"/>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------

b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:

**Totalmente verdade**  **Mais ou menos verdade**

5. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família

<input type="checkbox"/> <b>Em algumas famílias estas comemorações são muito discutidas e planejadas.</b>	<b>Em outras famílias não há muito planejamento e discussão à volta destas comemorações.</b>	<input type="checkbox"/>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------

b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:

**Totalmente verdade**  **Mais ou menos verdade**

## KMS

**Instruções:** Por favor avalie o grau de satisfação com a relação de casal que tem actualmente com o seu companheiro/a, recorrendo à escala de resposta que se segue:

	Extremamente Insatisfeito/a	Muito Insatisfeito/a	Um Pouco Insatisfeito/a	Nem Insatisfeito/a nem Satisfeito/a	Um Pouco Satisfeito/a	Muito Satisfeito/a	Extremamente Satisfeito/a				
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>				
					<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>1</b>	Em que medida está satisfeito/a com a sua relação de casal?				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>2</b>	Em que medida está satisfeito/a na relação com o seu companheiro/a?				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>3</b>	Em que medida está satisfeito/a com o seu companheiro/a enquanto cônjuge?				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## SWLS

**Instruções:** A seguir, estão cinco afirmações com as quais pode concordar ou discordar. Utilizando a escala abaixo indicada, indique o seu grau de acordo com cada item colocando um (X) no número apropriado. Por favor, seja sincero/a e honesto/a na sua resposta.

	Fortemente em desacordo	Desacordo	Levemente em desacordo	Nem de acordo nem em desacordo	Levemente de acordo	Acordo	Fortemente em acordo					
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>					
						<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>1</b>	Em muitos aspectos, a minha vida aproxima-se dos meus ideais				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>2</b>	As minhas condições de vida são excelentes				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>3</b>	Estou satisfeito/a com a minha vida				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>4</b>	Até agora consegui obter aquilo que era importante na vida				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>5</b>	Se pudesse viver a minha vida de novo, não alteraria praticamente nada				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## TP

**Instruções:** Leia cada uma das afirmações e, tão honestamente quanto puder, responda à questão: "Até que ponto isto é verdadeiro para mim?". Assinale a opção apropriada usando a escala indicada.

	Totalmente falso	Falso	Neutro	Verdadeiro	Totalmente verdadeiro				
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>				
					<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>1</b>	Dá-me prazer pensar sobre o meu passado.				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>2</b>	Penso nas coisas más que me aconteceram no passado.				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>3</b>	Penso, muitas vezes, nas pessoas e coisas boas que tenho na minha vida neste momento				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>4</b>	Muitas vezes, dou por mim a pensar nas coisas negativas que, acontecem na minha				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

vida neste momento.

5	Gosto de pensar no meu futuro.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	Penso, muitas vezes, que o meu futuro não parece bom.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	Fico nostálgico/a e sinto-me feliz ao pensar na minha infância.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	As experiências dolorosas do meu passado surgem repetidamente na minha mente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

		1	2	3	4	5
1	É fácil pensar em como as coisas me correm bem neste momento.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Tenho consciência das pessoas e coisas negativas que tenho na minha vida neste momento	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Tenho um bom pressentimento em relação ao que está para acontecer na minha vida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Nem sequer quero pensar no meu futuro.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	As memórias felizes dos bons tempos vêm-me facilmente à mente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	É difícil esquecer memórias desagradáveis da minha juventude.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	Consigo lembrar-me facilmente de como a vida me corre bem neste momento	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	Os meus pensamentos têm a ver, muitas vezes, com o facto de a vida me correr mal neste momento.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

		1	2	3	4	5
1	Penso que as coisas irão melhorar para mim no futuro.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Tenho medo do futuro.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Fazendo um balanço, tenho mais lembranças positivas do que negativas do meu passado.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Penso muitas vezes no que deveria ter feito de diferente na minha vida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	Tenho consciência da situação positiva em que me encontro neste momento da minha vida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	Pensamentos sobre pessoas desagradáveis na minha vida surgem muitas vezes na minha mente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	Estou entusiasmado quanto ao futuro.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	O meu futuro parece-me sombrio e incerto.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

		1	2	3	4	5
1	Gosto de lembrar histórias de como as coisas eram para mim nos "bons velhos tempos".	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Penso sobre as boas oportunidades que perdi na minha vida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Dou por mim a pensar em como a minha vida, neste momento, é boa em vários aspetos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Penso muitas vezes nas más condições de vida em que me encontro neste momento.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	Ocorre-me muitas vezes que o meu futuro parece promissor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	Tento evitar pensar sobre o meu futuro porque parece mau.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Obrigado pela sua colaboração!**

# Projecto de Investigação

O objectivo deste estudo é compreender o bem-estar individual e familiar através da identificação de factores de protecção e de risco. Pretende-se recolher informação que possa, futuramente, contribuir para a melhoria da intervenção com famílias.

Esta investigação destina-se a indivíduos portugueses que vivam actualmente em situação de emigração, juntamente com o seu cônjuge.

Instituição: A presente investigação tem sede na Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa. O tratamento dos dados é da exclusiva responsabilidade dos investigadores envolvidos.

Papel dos participantes: A sua participação neste projecto consiste na resposta online a este questionário com uma duração aproximada de 10 minutos. Assume-se como compromisso que a sua colaboração será completamente voluntária, em qualquer momento e por qualquer motivo pode desistir de colaborar. A informação obtida é absolutamente confidencial. Caso deseje conhecer o sumário dos resultados deste estudo em linguagem não-técnica poderá utilizar o contacto abaixo indicado.

Papel dos investigadores: A informação adquirida tem como fim apenas a investigação e todos os dados obtidos são absolutamente confidenciais e serão tratados colectivamente.

Responsável pelo projecto: Dr<sup>a</sup> Ana Tavares e Diana Neves  
([diana.manuel.neves@gmail.com](mailto:diana.manuel.neves@gmail.com))

Coordenadora do Projecto: Professora Doutora Maria Teresa Ribeiro

Agradecemos desde já a sua disponibilidade em participar!



## Dados sociodemográficos

Por favor, responda a todas as questões. Não deixe nenhuma resposta em branco. Se não tiver a certeza, escolha a opção que lhe parecer mais apropriada.

### 1. 1. Sexo

*Check all that apply.*

- Feminino  
 Masculino

### 2. 2. Idade

.....

## 3. Profissão

---

**3. 4. Situação profissional**

*Mark only one oval.*

- Empregado(a)
- Desempregado(a)
- Reformado(a)
- Baixa
- Other: .....

**4. 6. Escolaridade**

*Mark only one oval.*

- Não sabe ler nem escrever
- Sabe ler e escrever
- 1º-4º ano
- 5º-6º ano
- 7º - 9º ano
- 10º - 12º ano
- Licenciatura
- Pós-licenciatura

**5. 7. No caso de estar a trabalhar, qual o horário regular de trabalho?**

*Mark only one oval.*

- Regular (diurno)
- Regular (nocturno)
- Por turnos
- Horário flexível
- Outro

**6. 8. Estado civil**

*Mark only one oval.*

- Solteiro(a)
- Casado(a) / União de facto
- Recasado(a) / União de facto
- Divorciado(a) / Separado(a)
- Viúvo(a)
- Other: .....

**7. 9. Já teve, no passado, acompanhamento psicológico ou psiquiátrico devido a dificuldades psicológicas ou emocionais?**

*Check all that apply.*

- Sim, já tive
- Não, nunca tive

8. **10. Tem atualmente algum acompanhamento psicológico ou psiquiátrico devido a dificuldades psicológicas ou emocionais?**

*Mark only one oval.*

- Sim  
 Não

## Dados do agregado familiar

9. **11. Há quanto tempo está em situação de emigração?**

*Mark only one oval.*

- Há menos de 2 anos  
 Entre 2 e 5 anos  
 Entre 6 e 10 anos  
 Há mais de 10 anos

10. **11a. Quem vive no agregado? (ex: eu, marido, filho)**

.....

11. **12. Onde reside? (País e cidade)**

.....

12. **13. Meio**

*Mark only one oval.*

- Aldeia (Rural)  
 Semiurbano (vila)  
 Cidade (urbano)

13. **13a. Número de filhos**

.....

14. **13b. Idade(s)**

.....

## FQR

Instruções:

Nas páginas seguintes encontram-se descrições de rotinas e tradições familiares. Todas as famílias são, de alguma forma, diferentes nos tipos de rotinas e tradições que seguem. Em algumas famílias rotinas e tradições são muito importantes mas, em outras famílias, existe uma atitude de maior indiferença em relação às rotinas e tradições. No topo de cada secção irá encontrar um cabeçalho que corresponde a um contexto familiar: hora de jantar, comemorações anuais e fim de semana. Leia as duas afirmações e escolha aquela que é mais parecida com a sua família. Depois de ter escolhido a afirmação mais parecida com a sua família, decida se esta afirmação é Totalmente Verdadeira ou Mais ou Menos Verdadeira para a sua família. Quando pensar na sua família, pense em si próprio(a), no seu cônjuge e nos seus filhos. Alguns dos contextos podem incluir outros membros da família como avôs, tios e primos. No entanto, tente responder às questões que descrevem melhor a sua família

atual. Não existem respostas certas ou erradas para cada afirmação, por isso, por favor tente escolher aquela que melhor descreve a sua família.

Recorde:

1. Leia as duas afirmações e depois escolha a que mais se parece com a sua família, assinalando-a com uma cruz.
2. Decida se a afirmação é realmente verdadeira ou mais ou menos verdadeira para a sua família e assinale com uma cruz a sua opção.

## HORA DE JANTAR

---

Pense num jantar normal na sua família:

**15. 1. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família.**

*Mark only one oval.*

- Algumas famílias jantam juntas regularmente
- Outras famílias raramente jantam juntas

**16. 1. b) Relativamente à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:**

*Mark only one oval.*

- Totalmente verdade
- Mais ou menos verdade

**17. 2. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família.**

*Mark only one oval.*

- Em algumas famílias é esperado que todos estejam em casa para o jantar
- Em outras famílias nunca se sabe quem vai estar em casa para o jantar.

**18. 2. b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:**

*Mark only one oval.*

- Totalmente verdade
- Mais ou menos verdade

**19. 3. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família.**

*Mark only one oval.*

- Em algumas famílias as pessoas fazem questão de jantar juntas.
- Em outras famílias não é assim tão importante as pessoas jantarem juntas.

**20. 3. b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:**

*Mark only one oval.*

- Totalmente verdade
- Mais ou menos verdade

21. **4 . a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família.**

*Mark only one oval.*

- Em algumas famílias a hora de jantar é apenas uma hora para se comer
- Em outras famílias a hora de jantar é mais do que uma simples refeição, tem um significado especial.

22. **4 . b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:**

*Mark only one oval.*

- Totalmente verdade
- Mais ou menos verdade

23. **5 . a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família.**

*Mark only one oval.*

- Em algumas famílias há pouco planeamento em relação ao jantar.
- Em outras famílias o jantar é planeado com antecedência.

24. **5 . b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:**

*Mark only one oval.*

- Totalmente verdade
- Mais ou menos verdade

## FQR

Recorde:

1. Leia as duas afirmações e depois escolha a que mais se parece com a sua família, assinalando-a com uma cruz.
2. Decida se a afirmação é realmente verdadeira ou mais ou menos verdadeira para a sua família e assinale com uma cruz a sua opção.

## FIM-DE-SEMANA

---

Pense num fim-de-semana normal com a sua família

25. **1. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família.**

*Mark only one oval.*

- Algumas famílias raramente passam os fins-de-semana juntas.
- Outras famílias passam os fins-de-semana juntas regularmente.

26. **1. b) Relativamente à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:**

*Mark only one oval.*

- Totalmente verdade
- Mais ou menos verdade

27. **2. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família.**

*Mark only one oval.*

Em algumas famílias é esperado que todos apareçam nos acontecimentos do fim-de-semana.

Em outras famílias há um forte sentimento em relação a passar o tempo do fim-de-semana juntos como uma família.

28. **2. b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:**

*Mark only one oval.*

Totalmente verdade

Mais ou menos verdade

29. **3. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família.**

*Mark only one oval.*

Em algumas famílias não há um sentimento especial em relação aos fins-de-semana.

Em outras famílias há um forte sentimento em relação a passar o tempo do fim-de-semana juntos como uma família.

30. **3. b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:**

*Mark only one oval.*

Totalmente verdade

Mais ou menos verdade

31. **4. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família.**

*Mark only one oval.*

Em algumas famílias passar o tempo juntos em actividade ao fim de semana é algo especial.

Em outras famílias não há actividades familiares especiais ao fim de semana.

32. **4. b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:**

*Mark only one oval.*

Totalmente verdade

Mais ou menos verdade

33. **5. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família.**

*Mark only one oval.*

Em algumas famílias os fins-de-semana são muito discutidos e planeados.

Em outras famílias os fins-de-semana não são muito discutidos e planeados.

34. **5 . b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:**

*Mark only one oval.*

- Totalmente verdade
- Mais ou menos verdade

## FQR

Recorde:

1. Leia as duas afirmações e depois escolha a que mais se parece com a sua família, assinalando-a com uma cruz.
2. Decida se a afirmação é realmente verdadeira ou mais ou menos verdadeira para a sua família e assinale com uma cruz a sua opção.

## COMEMORAÇÕES ANUAIS

---

Pense em ocasiões que a sua família comemora todos os anos. Alguns exemplos são o dia de anos, dia do casamento e outros aniversários.

35. **1. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família.**

*Mark only one oval.*

- Algumas famílias têm várias comemorações anuais regulares.
- Para outras famílias existem poucas comemorações anuais ou estas são raramente celebradas.

36. **1. b) Relativamente à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:**

*Mark only one oval.*

- Totalmente verdade
- Mais ou menos verdade

37. **2. a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família.**

*Mark only one oval.*

- Em algumas famílias é esperado que todos estejam presentes na comemoração.
- Em outras famílias as comemorações anuais podem ser uma altura em que nem todos estejam presentes.

38. **2. b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:**

*Mark only one oval.*

- Totalmente verdade
- Mais ou menos verdade

39. **3 . a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família.**

*Mark only one oval.*

Em algumas famílias há um sentimento especial no dias de anos e em outras comemorações.

Em outras famílias as comemorações são mais informais; as pessoas não estão envolvidas emocionalmente.

40. **3 . b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:**

*Mark only one oval.*

Totalmente verdade

Mais ou menos verdade

41. **4 . a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família.**

*Mark only one oval.*

Em algumas famílias os dias de anos e aniversários são marcos importantes que são celebrados de forma especial.

Em outras famílias não se dá grande importância aos dias de anos e aniversário; os membros da família até podem comemorar mas nada é particularmente especial.

42. **4 . b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:**

*Mark only one oval.*

Totalmente verdade

Mais ou menos verdade

43. **5 . a) Assinale com uma cruz a afirmação que mais se parece com a sua família.**

*Mark only one oval.*

Em algumas famílias estas comemorações são muito discutidas e planeadas.

Em outras famílias não há muito planeamento e discussão à volta destas comemorações.

44. **5 . b) Em relação à afirmação que escolheu considera que, para a sua família, ela é:**

*Mark only one oval.*

Totalmente verdade

Mais ou menos verdade

## **KMS**

Instruções: Por favor avalie o grau de satisfação com a relação de casal que tem actualmente com o seu companheiro/a, recorrendo à escala de resposta que se segue:

- 1 - Extremamente insatisfeito;
- 2 - Muito insatisfeito;
- 3 - Um pouco insatisfeito/a;
- 4 - Nem insatisfeito/a nem satisfeito/a;
- 5 - Um pouco satisfeito/a;
- 6 - Muito satisfeito/a;





55. **3. Penso muitas vezes nas pessoas e coisas boas que tenho na minha vida neste momento**

*Mark only one oval.*

	1	2	3	4	5	
Totalmente falso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Totalmente verdadeiro

56. **4. Muitas vezes dou por mim a pensar nas coisas negativas que acontecem na minha vida neste momento.**

*Mark only one oval.*

	1	2	3	4	5	
Totalmente falso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Totalmente verdadeiro

57. **5. Gosto de pensar no meu futuro.**

*Mark only one oval.*

	1	2	3	4	5	
Totalmente falso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Totalmente verdadeiro

58. **6. Penso muitas vezes que o meu futuro não parece bom.**

*Mark only one oval.*

	1	2	3	4	5	
Totalmente falso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Totalmente verdadeiro

59. **7. Fico nostálgico/a e fico a pensar na minha infância.**

*Mark only one oval.*

	1	2	3	4	5	
Totalmente falso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Totalmente verdadeiro

60. **8. As exigências dolorosas do meu passado surgem repetidamente na minha mente.**

*Mark only one oval.*

	1	2	3	4	5	
Totalmente falso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Totalmente verdadeiro

Totalmente falso	Falso	Neutro	Verdadeiro	Totalmente verdadeiro
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>







80. **4. Penso muitas vezes nas más condições de vida em que me encontro neste momento.**

*Mark only one oval.*

	1	2	3	4	5	
Totalmente falso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Totalmente verdadeiro

81. **5. Ocorre-me muitas vezes que o meu futuro parece promissor.**

*Mark only one oval.*

	1	2	3	4	5	
Totalmente falso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Totalmente verdadeiro

82. **6. Tento evitar pensar sobre o meu futuro porque parece mau.**

*Mark only one oval.*

	1	2	3	4	5	
Totalmente falso	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Totalmente verdadeiro

## Muito obrigada pelo seu contributo!

Caso tenha alguma dúvida ou sugestão, entre em contacto através do email:

[diana.manuel.neves@gmail.com](mailto:diana.manuel.neves@gmail.com)

Caso conheça outros indivíduos portugueses em situação de emigração, por favor convide-o a participar nesta investigação, através do link do questionário que lhe foi enviado.

Obrigada!

---

Powered by

 Google Forms