



UNIVERSIDADE
CATÓLICA
PORTUGUESA

BRAGA

Preditores do bem-estar em crianças e adolescentes: um
estudo em escolas do norte do país

Dissertação de Mestrado apresentada à
Universidade Católica Portuguesa para
obtenção do grau de mestre em **Psicologia
Clínica e da Saúde**

Diana Janete Lopes Costa

Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais

NOVEMBRO 2015



CATÓLICA
FACULDADE DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS SOCIAIS

BRAGA

Preditores do bem-estar em crianças e adolescentes: um estudo em escolas do norte do país

Dissertação de Mestrado apresentada à
Universidade Católica Portuguesa para
obtenção do grau de mestre em **Psicologia
Clínica e da saúde**

Diana Janete Lopes Costa

Sob a Orientação da Prof. Doutor **Paulo Dias**

Agradecimentos

Agradeço a todas as pessoas que estiveram a meu lado nesta etapa tão importante.

Em especial ao Doutor Paulo Dias, por toda a dedicação, disponibilidade, ensinamentos, exigência, partilha e pela tranquilização do *stress* e ansiedade que foram sentidos. Um muito obrigado!

Aos meus pais, os meus pilares! Sem eles nada disto era possível. Obrigado por estarem sempre presentes, nos bons e maus momentos e por acreditarem que era capaz.

Ao meu namorado, um muito obrigado, por toda a paciência, por acreditar em mim e por todo o apoio. Obrigado.

Às amigas de todo o sempre, obrigado! Por estarem sempre lá, por toda a partilha de medos, ansiedades, lágrimas e sorrisos.

Resumo

O Bem-estar prende-se com grau em que cada pessoa julga a qualidade de sua vida favoravelmente como um todo, uma avaliação que está intimamente ligada à forma como o indivíduo é capaz de lidar e absorver a ocorrência de episódios de sua vida. No entanto, tem sido menos estudado junto dos mais novos, nomeadamente junto de crianças e adolescentes, ao qual a presente investigação propõe-se estudar os preditores do bem-estar em crianças e adolescentes portugueses do cavado. Para isso, foi realizado um estudo transversal, descritivo e correlacional, com o recurso a um instrumento de auto-relato junto de uma amostra de 330 sujeitos, pertencentes às escolas do Norte do país. Através dos resultados foi possível perceber que à medida que a idade aumenta o bem-estar diminui, e que existe diferenças entre género em variáveis específicas como na escola. Ainda, foi possível verificar que a família, tempo de lazer (prática de exercício físico apresentam uma relação significativa com o bem-estar. Por fim foi encontrado um modelo significativo que integra 12 preditores explicativos do bem-estar geral em crianças e adolescentes, centrando-se nas variáveis escola, família, amigos, habitação, bens-materiais, self, abrangendo desta forma as principais áreas do desenvolvimento e de suporte de ser humano.

Palavras-chaves: Bem-estar subjetivo; Preditores bem-estar; família, bens-materiais, amigos;

Abstract

Well-being describes the degree to which a person evaluates their quality of life as a whole. This evaluation is deeply connected to the way an individual manages to deal with and process all the events of his/her life. However, this dimension has seldom been studied among children and teenagers. Therefore, this paper aims to study the predictors of well-being in portuguese children and teenagers living in the Cávado region. To that effect, a transversal, descriptive and correlational study was carried out by employing a self-report tool among a sample of 330 subjects, students of several schools in the North of Portugal. After considering the results, it was possible to conclude that well-being decreases as one gets older, and that there are considerable gender differences in a school-setting. It was also possible to conclude that family, leisure time and physical exercise were positively related to well-being. 12 explicative models were discovered with a potential to explain well-being among the considered population, focused on specific variables - school, family, friends, housing, personal possessions, self - that gather some of the main areas of the human being's development and interpersonal support.

Keywords: Predictors; Subjective well-being; children; friends; school

Acrónimos

BE - Bem-estar

BES – Bem-estar subjetivo

SS - Suporte social

Índice	Página
Introdução.....	7
1. Bem-estar subjetivo.....	9
1.1. História e evolução do conceito.....	9
1.2. Definição do bem-estar subjetivo.....	10
1.3. Bem-estar subjetivo em crianças e adolescentes.....	14
2. Metodologia.....	18
2.1. Objetivos e desenho do estudo.....	18
2.2. Hipóteses.....	18
2.3. Amostra.....	19
2.4. Instrumentos de Avaliação.....	20
2.5. Procedimentos de Recolha de Dados.....	20
2.6. Procedimentos de Análise dos Dados.....	21
3. Resultados.....	23
3.1. Bem-estar subjetivo e idade.....	23
3.2. Bem-estar subjetivo e género.....	24
3.3. Bem-estar subjetivo e família/amigos/tempo de lazer/bens- materiais.....	25
3.4. Preditores do bem-estar subjetivo.....	25
4. Discussão.....	27
5. Conclusão.....	30
Referências Bibliográficas.....	31
Anexos.....	39
Anexo I- Autorização Comissão Nacional de Proteção de Dados.....	40
Anexo II- Ministério da Educação.....	43
43Anexo III- Consentimento informado.....	46
Anexo IV- Questionário 3º ano.....	49
Anexo V- Questionário 5º ano.....	61
Anexo VI- Questionário 7º ano.....	76

Índice de tabelas	Página
Tabela 1: Tabela descritiva da amostra.....	19
Tabela 2: Relação entre idade e bem-estar.....	23
Tabela 3: Relação entre bem-estar e género.....	24
Tabela 4: Relação entre bem-estar e família/amigos/tempo de lazer/bens- materiais.....	25
Tabela 5: Preditores do bem-estar subjetivo.....	26

Índice de figuras	Página
Figura 1. Mapa concetual da componente afetiva.....	11
Figura 2. Mapa concetual da componente cognitiva.....	12
Figura 3. Mapa conceptual do Bem-estar Subjetivo (BES), adaptado de Gonçalves (2006)	13
Figura 4: Representação da Perspetiva Bottom-up e Top- Down adaptado Galinha e Pais-Ribeiro, 2011.....	13

Introdução

Nas últimas décadas, o interesse pela investigação sobre o bem-estar tem vindo a aumentar sendo considerado como um fator fundamental na qualidade de vida do indivíduo (Albuquerque & Tróccoli, 2004; Casas, et al, 2008; Cummins, 2001; Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999; Galinha, 2008; Novo, 2003; Tomy & Cummins, 2010; Tomy, Tyszkiewicz & Cummins, 2013). O seu estudo tem sido reforçado pelas associações positivas entre elevados níveis de bem-estar e satisfação com a vida, nomeadamente, ao nível de grandes áreas de vida, como a saúde, tanto física como psicológica, e o emprego, a longevidade, as relações sociais e recursos pessoais e sociais (Diener & Ryan, 2009; Diener & Biswas-Diener, 2008; Lyubomirsky, King, Diener, 2005).

Neste contexto, o estudo sobre o bem-estar é reconhecido por determinar uma mudança da orientação da Psicologia para a Saúde Mental, permitindo a construção de medidas que possibilitam uma avaliação da Saúde Mental (Lucas, Diener, & Suh, 1996) e a definição de políticas que promovam o bem-estar dos sujeitos, uma vez que assume um peso considerável na vida quotidiana. Embora não se assuma como uma medida absoluta para medir saúde mental, é uma variável fortemente relacionada com esta, sendo uma condição essencial para a compreender (Galinha, 2008). Daí a pertinência de se estudar este constructo, identificando preditores que permitam intervir o mais precocemente possível para a sua promoção.

Embora se trate de um conceito que pode ser estudado ao nível de todas as faixas etárias, tem sido menos explorado junto dos mais jovens (Bello & Casas, 2013; Casas et al, 2012; Fernandes, Vasconcelos-Raposo, Bertelli, & Ameida, 2011; Gonçalves, 2012; Tomasi, 2013; Tomy & Cummis, 2010) num período crucial do desenvolvimento, marcado por mudanças significativas a nível físico, cognitivo, emocional e social (Fernandes, Vasconcelos-Raposo, Bertelli, & Ameida, 2011; Kohlberg, 1969; Piaget, 1972; Silva, 2004; Tomasi, 2013).

A presente investigação tem, assim, como objetivo geral determinar os preditores do bem-estar de crianças e adolescentes de escolas do norte do país. Inspirados pelo projeto internacional Children's Worlds - International Survey of Children's Well-Being (ISCWeB), que surgiu com o objetivo de criar um survey internacional que, recorrendo a métodos quantitativos, tem como fim principal recolher informação sólida e representativa sobre a vida das crianças e as suas atividades diárias,

o uso que fazem do seu tempo e, em particular, como as crianças percebem o seu bem-estar, pretendemos descrever o bem-estar subjetivo dos alunos da amostra, para compreender a influência de fatores pessoais e familiares, para explorar que fatores mais contribuem para o bem-estar geral dos sujeitos.

Para isso, o presente estudo é constituído por duas partes, sendo a primeira destinada essencialmente para à caracterização do construto, nomeadamente, a sua história e evolução, a definição e as principais teorias explicativas, considerado fundamental para a sua percepção. A partir daqui será explorado também os preditores do bem-estar subjetivos em crianças e adolescentes e por fim haverá uma parte mais prática, em que se define os resultados do presente estudo.

1. Bem-estar subjetivo

1.1 . História e evolução do conceito

Definir bem-estar (BE) ainda é uma tarefa difícil. Sendo definido como o grau em que cada pessoa julga a qualidade de sua vida favoravelmente como um todo. (Gicomoni, 2004). Sendo alvo de interesse na investigação o bem-estar inclui, como um dos conceitos centrais, o Bem-estar Subjetivo (BES), uma vez que tem sido não só tema de investigação na área científica e de atenção da população em geral (Albuquerque & Tróccoli, 2004; Casas, et al, 2008; Cummins, 2001; Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999; Galinha, 2008; Novo, 2003; Tomyń & Cummins, 2010; Tomyń, Tyszkiewicz & Cummins, 2013), será importante rever a sua evolução histórica para nos centrarmos na linha de estudo adotada.

Historicamente, nas raízes ideológicas, as primeiras investigações, poderão estar inseridas no século XVII, na era do Iluminismo, uma vez que eram considerados o desenvolvimento pessoal e a felicidade como valores essenciais nesta época (Galinha, 2008). Mais tarde no século XIX, é referenciado nos princípios do Utilitarismo em que era considerado que a sociedade deveria promover a felicidade das pessoas. Sendo que desta forma foram desenvolvidas medidas, nomeadamente, dar importância à segurança dos rendimentos, distribuição justa dos rendimentos, com o intuito de fomentar uma melhor qualidade de vida nos indivíduos (Galinha & Ribeiro, 2005; Van Praag & Frijters, 1999; Veenhoven, 2000).

A literatura aponta que o estudo do bem-estar tem início em finais dos anos 50, nos EUA, mais propriamente ligada à psicologia social, começando por explorar apenas indicadores externos, como as condições sócio-económicas, condições de habitação ou nível de educação. Especificamente sobre o bem-estar subjetivo é na década de 60 que se verifica um maior interesse, considerado como uma vertente importante da vida de cada indivíduo aumentando a sua qualidade de vida (Cummins, 2001; Tomyń & Cummins, 2010; Tomyń, Tyszkiewicz & Cummins, 2013). No entanto, definição de bem-estar continua a ser uma questão complexa, que ao longo dos anos foi sendo discutida e desenvolvida. É nesta década que surge a primeira fase do BES, em que se elabora uma distinção entre bem-estar-material e bem-estar global (Galinha, 2008; Novo, 2003). Este tipo de bem-estar era considerado uma avaliação pela feita individuo avaliação pelo indivíduo ao seu rendimento ou, de modo mais geral, à contribuição dos bens e serviços que o dinheiro pode comprar. Por outro lado o bem-estar global reflete-

se no bem-estar na vida como um todo, valorizando outras dimensões da vida dos indivíduos, pois para além dos recursos materiais, outros aspetos determinam o nosso bem-estar ou a nossa qualidade de vida, nomeadamente aspetos como a nossa saúde, as relações, a satisfação com o trabalho, a liberdade política, entre outros (Novo, 2003; Van Praag & Frijters, 1999).

É na década de 60 que as investigações dão mais ênfase ao estudo do bem-estar subjetivo. Com o estudo “Correlates of Avowed Happiness” de Wilson (1967), assiste-se a um progressivo interesse pelo bem-estar, em que é considerado que para que uma pessoa se sinta bem com a vida, apresenta características específicas, como ser jovem; ser saudável; bem remunerada, otimista, casada, com elevada autoestima, entre outras (Novo, 2003). No entanto, com o avanço na investigação e reflexão acerca deste tema, percebe-se que o bem-estar não pode ser avaliado apenas por estes fatores, sendo fundamental também considerar a experiência subjetiva do sujeito relativamente ao seu próprio bem-estar (Campbell, 1976; Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999).

Por fim, na década de 80, surge a segunda fase, a distinção entre bem-estar psicológico e o subjetivo. O BE psicológico, trata-se de um conceito multidimensional, que compreende um seria de dimensões do funcionamento psicológico positivo do ser humano, especificamente, autorrealização, autoaceitação, autonomia no sentido de autodeterminação, independência das pressões externas e autocontrolo de comportamento, controlo sobre o meio, relações positivas, intencionalidade e desenvolvimento pessoal (Costa & Pereira, 2007; Machado & Bandeira, 2012). Já o bem-estar subjetivo integra as dimensões de Afeto e Satisfação com a Vida (Costa & Pereira, 2007; Machado & Bandeira, 2012; Ryff & Keyes, 1995).

1.2. Definição bem-estar subjetivo

Apesar da evolução histórica e conceptual, a definição de bem-estar suscita ainda inúmeras controvérsias, não apenas sobre o que se entende por este conceito mas também sobre o que o influencia (Costa & Pereira, 2007; Pais-Ribeiro, 2009). No entanto, as investigações possibilitam particularizar algumas das suas propriedades, sendo que refere-se à vida em geral ou a determinados domínios específicos. Sendo estes, condições e contextos de vida, circunstâncias pessoais, depende de competências pessoais mais ou menos desenvolvidas e de fatores exógenos e possui uma marca subjetiva (Pais-Ribeiro, 2009; Veenhoven, 2000).

Muitas vezes é estudado como sinónimo de felicidade, uma vez que pode ser compreendido em termos da experiência interna e pessoal do indivíduo, em relação à sua perceção da vida (Diener, 2006).

Especificamente o BES trata-se de uma dimensão positiva da Saúde Mental, que apesar da existência de crises de identidade inicial, consequente de diversas conceptualizações teóricas (Ryan, & Deci, 2001; Ryff, & Singer, 1998), é possível obter hoje uma unanimidade entre autores em relação à sua estrutura. Consiste num conceito multidimensional, que compreende uma dimensão emocional/afetiva e uma, dimensão cognitiva, abrangendo domínios como a qualidade de vida, realização pessoal, satisfação global ou vital (Azevedo, 2013; Deci & Ryan, 2009; Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999; Diener, Lucas, & Oishi, 2002; Diener, Oishi & Lucas, 2003; Galinha & Ribeiro, 2005; Galinha, 2008; Gonçalves, 2012; González, Casas & Coenders, 2006; Imaginário, 2011; Keyes, Shmotkin, & Ryff, 2002; Lyubomirsky, 2008; Poletto & Kollerb, 2011; Rodríguez, 2009; Scorsolini-comi, Santos & Sousa, 2012; Siqueira & Padovam, 2008; Tomasi, 2013).

Especificamente, a dimensão afetiva (Figura 1) consiste em respostas emocionais positivas (afeto positivo) que podem ser avaliadas através de aspetos agradáveis, como o prazer, afeto, orgulho, alegria, felicidade, contentamento. Por outro lado as e negativas (afeto negativo) que pode ser avaliado através de emoções ou sentimentos tidos como desagradáveis, como vergonha, culpa, tristeza, raiva, *stress*, inveja. Estes dois tipos de afetos, ainda que opostos podem existir simultaneamente, sem que tenham de implicar a ausência ou diminuição de um ou de outro, podendo até existirem ao mesmo tempo (Butkovic, et al., 2011; Diener, 2009; Galinha & Ribeiro, 2005; Lyubomirsky, 2008; Poletto & Kollerb, 2011; Rodríguez, 2009; Simões, et al, 2000; Scorsolini-comi, Santos & Sousa, 2012; Siqueira & Padovam, 2008; Tomasi, 2013).

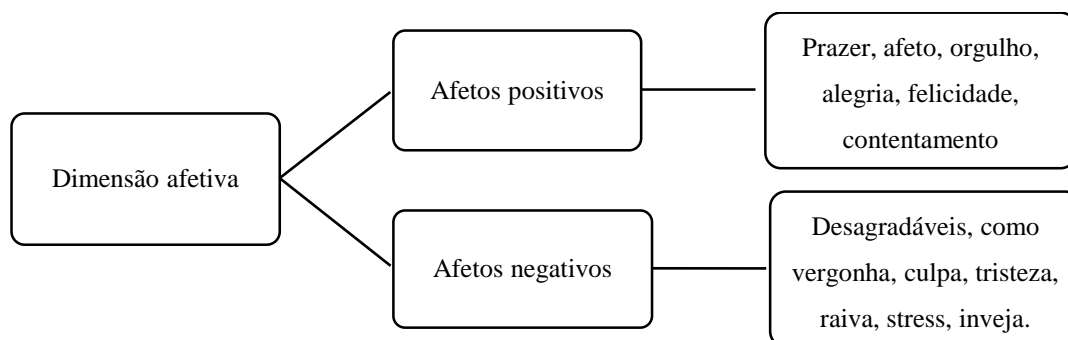


Figura 1. Mapa conceitual da componente afetiva.

O segundo indicador (Figura 2), o cognitivo, diz respeito a aspetos racionais ou intelectuais acerca da satisfação com a vida que o indivíduo experiênciava, podendo apresentar-se de forma global, como satisfação com a vida (desejo de mudar de vida, satisfação com a vida atual, satisfação com o passado), e de forma específica, satisfação com as áreas da vida (família, trabalho, saúde, self, grupo de pertença, lazer) (Butkovic, Brkovic, & Bratko, 2011; Cummins, 2005; Diener & Biswas-Diener, 2000; Rodríguez, 2009; Statham & Chaise, 2010; Siqueira & Padovam, 2008; Tomasi, 2013). Esta dimensão contempla apreciações da vida do próprio, em que compara a vida atual com aquela que desejava estar a viver, ou seja relaciona-se com o sucesso que desejava ter alcançado e aquilo que na realidade propôs como objetivo para si próprio (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999), estando fortemente relacionada com o carácter psicológico e subjetivo da qualidade de vida (Galinha, 2008). Tal podemos verificar em seguida através de um mapa conceptual (Figura 1), que faz com que seja possível observar e perceber de forma simples como é constituído o BES e as suas componentes (Figura 2).

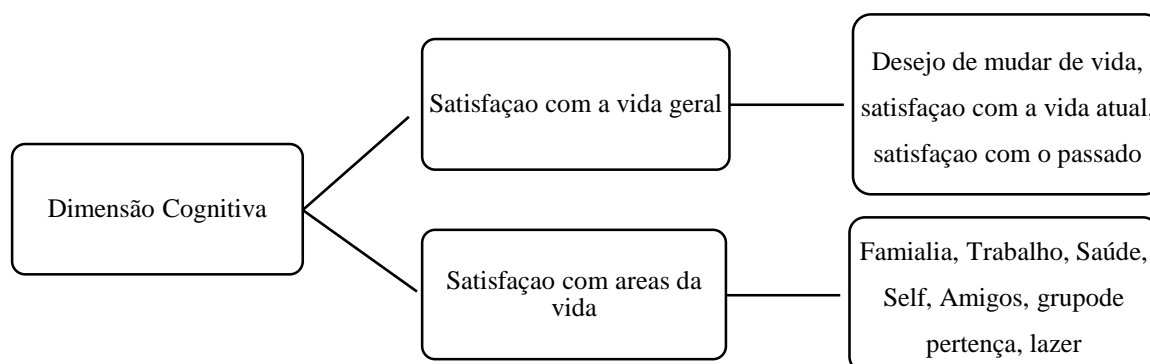


Figura 2. Mapa concetual da componente cognitiva

Assim a estrutura do BES (Figura 3), é constituída pela satisfação com a vida global e com as áreas mais específicas e por índices de afetos positivos e afetos negativos. Recentemente estudos referem que, idealmente, fazem parte do bem-estar, uma componente avaliativa (satisfação com a vida ou felicidade) e uma componente relacionada com os fatores estruturais (melhoria das condições económicas do indivíduo, qualidade das instituições públicas ou melhorias na democracia) (Bradshaw, Martorano, Natali & Neubourg, 2013).

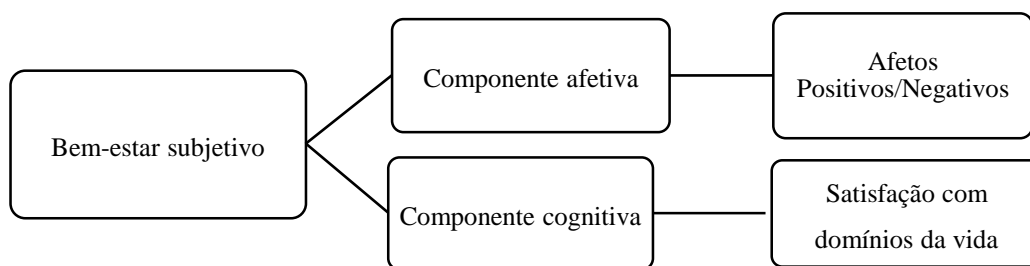


Figura 3. Mapa conceitual do Bem-estar Subjetivo (BES), adaptado de Gonçalves (2006)

As principais teorias e modelos explicativos do bem-estar subjetivo tendem a agrupar-se duas grandes tendências: bottom-up e top-down (Brief, Butcher, George & Link, 1993; Diener, 2009; Galinha, 2008; Marques, 2011; Simões, et al., 2000). Inicialmente, as teorias estavam centradas em identificar como os fatores externos, as situações e as variáveis sócio-demográficas que afetavam a felicidade. A abordagem, bottom-up (Figura 4), mantém o pressuposto de que existe uma série de necessidades básicas do ser humano universais e básicas, e que a satisfação, ou não, destas possibilita a felicidade (Diener, Sandvik & Pavot, 1991; Diener, 2009; Diener & Ryan, 2009; Simões, et al., 2000); e que as experiências de acontecimentos de vida de diária prazerosos estão relacionados com o afeto positivo e ainda que ainda a satisfação e a felicidade resultariam do acumular desses momentos específicos, dessas experiências felizes (Diener, 2009; Diener & Ryan, 2009; Simões, et al., 2000).

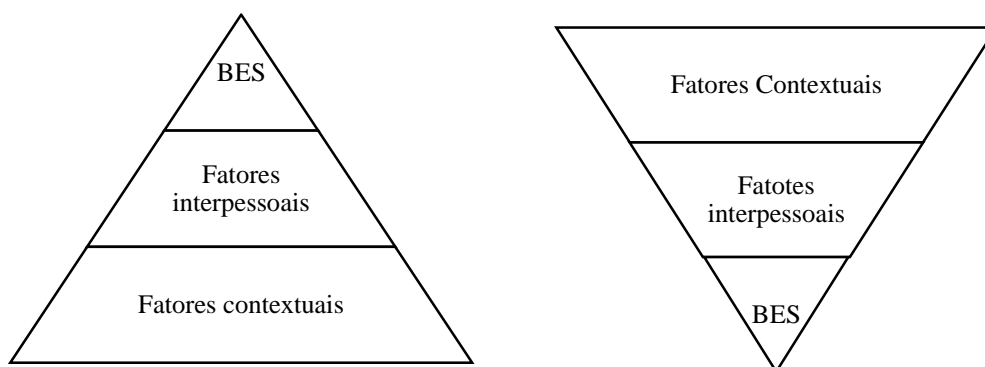


Figura 4: Representação da Perspetiva Bottom-up e top-Down, respetivamente adaptado Galinha e Pais-Ribeiro (2011).

Por outro lado, a abordagem Top-down (Figura 5) pressupõe que o ser humano, apresenta uma predisposição para compreender as situações, as experiências de vida, de forma tanto positiva quanto negativa, e essa orientação influencia a avaliação da vida. Ou seja, para esta perspectiva a interpretação subjetiva dos eventos é que primariamente influencia o Bem-Estar Subjetivo ao invés das próprias circunstâncias objetivas sugeridas pela abordagem anterior (bottom-up) (Diener, Sandvik & Pavot, 1991; Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999; Galinha, 2008; Giacomoni, 2004).

Outras teorias foram sendo desenvolvidas, nomeadamente a teoria da homeostase do bem-estar subjetivo, propõe que o bem-estar é ativamente sustentado através de um *set-point* para cada pessoa, uma vez que é determinado pela personalidade de cada pessoa (Machado & Bandeira, 2012). Atuando como um equilíbrio entre extroversão e neuroticíssimo, ao qual este sistema reforça-se para manter um nível constante e positivo de bem-estar que é tanto pessoal como abstrato. Uma investigação realizada junto da população adulta Australiana, entre os anos de 2001-2010, com o intuito de perceber o bem-estar, aponta e confirma a teoria, sendo que esta determina que os fatores genéticos também podem influenciar a avaliação do bem-estar pessoal, uma vez que tendem manter-se relativamente estável ao longo do tempo (Cummins, 2010). O sistema homeostático é responsável pela manutenção da avaliação de satisfação pessoal a um nível que proporcione um bem-estar geral e uma motivação para viver. No entanto, o ser humano é sensível e recetivo ao seu ambiente, na qual conforme os itens a serem avaliados tornam-se menos abstratos, o processo de avaliação começa a envolver a cognição e a satisfação torna-se uma mistura da experiência com a homeostase. Sendo o bem-estar uma consequência da interinfluência entre aspetos internos e as interações externas com outras pessoas e com o entorno (Casas, 2010).

1.3. Bem-estar subjetivo em crianças e adolescentes

Como vimos, o BES resulta numa combinação de elementos diferentes, nomeadamente de circunstâncias endógenas e exógenas ao indivíduo, da natureza do fenómeno, da história de vivências, dos acontecimentos de vida, sendo organizado em diversas formas e diversos momentos de desenvolvimento (Azúa, Goñi & Madariaga, 2009; Diener & Lucas, 2000; Lyubomirsky, 2008; Rodríguez, 2009). Pelas alterações significativas, e potencial vulnerabilidade, assim como a escassez de estudos nesta fase do percurso de vida (Baião, 2014; Casas, Figuer, González, & Malo, 2007; Fernandes &

Vasconcelos-Raposo, 2011; Gonçalves, 2012; Tomasi, 2013; Tomy & Cummis, 2010), importa-nos explorar o bem-estar subjetivo em crianças e adolescentes.

O estudo do BES junto destas populações torna-se importante, uma vez que se consegue perceber a satisfação que estas têm sobre a sua vida em geral e intervir o mais cedo possível (Dinisman, Montserrat, & Casas, 2012; Teodoro, 2009) Deste modo, a dimensão cognitiva, neste contexto, relaciona-se com a análise que a criança é capaz de fazer da sua vida em geral, e a afetiva, prende-se pela capacidade que a criança tem de refletir sobre a sua vida em geral, tendo em conta emoções positivas ou negativas que experienciou em diferentes momentos (Dinisman, Montserrat, & Casas, 2012; Sixsmith, Gabhainn, Fleming, & O'Higgins, 2007; Teodoro, 2009). É possível considerar que a dimensão cognitiva, por se caracterizar como mais global, tende a ser mais estável ao longo do tempo do que a afetiva, uma vez que à medida que a criança cresce, atravessará por diferentes situações que irão permitir despertar diversas emoções, quer positivas, quer negativas (Dinisman, Montserrat, & Casas, 2012). Também é importante o estudo na adolescência sendo que se trata de uma fase essencial no desenvolvimento humano, nomeadamente para a construção de uma identidade, de padrões de comportamentos e desenvolvimento de competências pessoais e sociais, importa perceber o impacto das mudanças intensas, nomeadamente a nível físico, cognitivo, emocional e social (Ben-Zur, 2003; Fernandes, Vasconcelos-Raposo, Bertelli, & Ameida, 2011; Kohlberg, 1969; Piaget, 1972; Silva, 2004; Sprinthal & Collins, 2003; Tomasi, 2013).

Apesar da escassa literatura existente sobre o BES nesta faixa etária, esta tem-se centrado em três domínios, nomeadamente, fatores sociodemográficos, fatores psicológicos e fatores académicos. Relativamente aos fatores sociodemográficos, os estudos indicam que a idade, o género e estatuto socioeconómico apresentam uma fraca correlação com o BES nos adolescentes (Asthana, 2011; Bartels, & Boomsma, 2009; Huebner, Drane, & Valois, 2000; Huebner, 2004; Otta e Fiquer, 2004; Rask, Astedt-Kurki, & Laippala, 2002). Segundo a literatura, em relação à idade verifica-se que o bem-estar subjetivo é mais elevado nas idades mais jovens (Berjano et al., 2008; Bisegger, et al., 2005; Bradshaw, Keung, Rees, & Goswami, 2011; Matos, Gonçalves & Gaspar, 2005; Ravens-Sieberer, et al., 2001). O mesmo se verifica segundo um estudo português realizado por Fernandes, Mendes e Teixeira (2013), em que crianças mais velhas apresentam níveis de bem-estar mais baixos que as crianças mais novas.

No que concerne ao nível da variável género, ainda não existe um consenso, sendo que existem investigações que encontram diferenças entre rapazes e raparigas ao nível da sua perceção de bem-estar geral (Bradshaw, Keung, Rees, & Goswami, 2011; Fernandes, Mendes, & Teixeira, 2013) outros não conseguem encontrar (Bello & Casas, 2013). Um estudo realizado com adolescentes australianos, concluíram que o sexo feminino apresentava maior bem-estar subjetivo do que o sexo masculino (Tomyn & Cummis, 2010). No entanto, um estudo europeu aplicado a 27 países da União Europeia, conclui que os rapazes apresentam maiores níveis de satisfação que as raparigas (Bradshaw, 2011). Uma investigação nacional, com uma amostra nacional de 3195 crianças, com idades compreendidas entre os 10 e os 16 anos, de nacionalidade Portuguesa, dos Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa (PALOP), revela que o sexo masculino que apresenta maiores níveis de bem-estar subjetivo, no entanto, na dimensão relações com pares/amigos, tanto raparigas como os rapazes apresentam níveis altos de bem-estar (Gaspar & Matos, 2008).

Avaliando domínios mais específicos, é possível verificar que as raparigas apresentam níveis mais elevados de bem-estar na dimensão escolar, enquanto os rapazes parecem manifestar maior satisfação com eles próprios, com a sua aparência e liberdade (Bradshaw, Keung, Rees, & Goswami, 2011; Karatzias, et al., 2002; Samdal et al., 1998). Sendo que o mesmo resultado foi possível obter num estudo português (Matos, Simões, Canha, & Fonseca, 2000). Ainda ao nível da escola, crianças que frequentam escolas públicas tendem a manifestar níveis de bem-estar mais baixo do que os que frequentam escolas privadas (Bradshaw, Keung, Rees, & Goswami, 2011).

Relativamente aos recursos sociais, pessoais e materiais, investigações verificaram que contribuem para todos os componentes do BES, embora os recursos materiais tenham revelado uma correlação menos significativa (Diener & Fujita, 1995; Ben-Zur, 2003). Por outro lado, estudos, verificam que em relação aos bens-materiais, existe uma correlação positiva entre a posse de bens materiais e a variável bem-estar, acontecendo o mesmo com o lazer e a recreação, ou seja, uma criança que disponha de tempo de lazer e recreação tende a apresentar níveis de bem-estar mais elevados (Fernandes, Mendes & Teixeira, 2013).

Pesquisas envolvendo o suporte social (SS), estando este relacionado com família, amigos, pares e satisfação com os mesmos, nos mais diversos contextos culturais também têm demonstrado a presença de uma associação entre SS e BES ao longo do ciclo vital (Khan & Husain, 2010; Kutek, Turnbull & Fairweather-Schmidt,

2011; Moak & Agrawal, 2009). Desta forma, a existência de relações interpessoais de apoio tende a resultar em níveis mais elevados de bem-estar, ao passo que, baixos níveis de suporte, aumentam a suscetibilidade dos indivíduos (Kirana, Rosen & Hatzichristou, 2009). Por exemplo, as relações de amizade parecem contribuir significativamente para qualidade de vida e BES.

Especificamente em relação à família, através de investigações foi possível verificar que a existência de atividades desenvolvidas em família, revela-se como uma variável que influencia de forma positiva o bem-estar geral das crianças e adolescentes; enquanto o divórcio e o desemprego são variáveis que influenciam de forma negativa o bem-estar das crianças (Bello & Casas, 2013; Bradshaw, Keung, Rees, & Goswami, 2011). Também em Portugal, verificou-se que o desemprego dos pais, com especial enfoque no desemprego da figura paterna, tem um forte impacto negativo no bem-estar das crianças; portuguesas (Fernandes, Matos & Teixeira, 2013) Os baixos recursos das famílias de estratos socioeconómicos baixos revelaram-se como fatores de risco para o bem-estar da criança, indo ao encontro de resultados de investigações. Outro fator centra-se que as crianças que vivem em famílias nucleares apresentam maiores níveis de bem-estar (Bradshaw, Keung, Rees, & Goswami, 2011).

Relativamente à relação entre o bem-estar e as relações com outros, sejam familiares, mas também pares, vizinhança e comunidade, é apresentado como tendo tanto um valor significativo e positivo no bem-estar subjetivo (Bradshaw, Keung, Rees, & Goswami, 2011). Tal como um estudo português verificou que, variáveis relacionadas com a escola, com a família, com o grupo social, têm uma influência relevante na perceção de bem-estar por parte dos adolescentes (Matos & Gonçalves, 2001).

Em suma, a importância na investigação dos preditores do bem-estar torna-se fundamental uma vez que, o bem-estar constitui um elemento importante na vida do ser humano. Uma vez este sente a necessidade de encontrar sistemas adaptativos que contribuam para a obtenção de uma melhor qualidade de vida nos vários domínios biopsicossociais, conjugando a capacidade individual para lhes fazer face ou os superar juntamente com os fatores internos e externos a cada um de nós (Giacomoni, 2004).

2. Metodologia

Nesta secção apresenta-se a metodologia utilizada no presente estudo, começando por delinear os seus objetivos, o desenho de investigação, as hipóteses a testar e as variáveis. Pretende-se também identificar a amostra, os seus critérios de seleção e procedimento de recolha dos dados. Por fim, apresentam-se as variáveis em tudo, os instrumentos utilizados com as suas características psicométricas e as análises estatísticas efetuadas.

2.1. Objetivos e Desenho do Estudo

O objetivo geral do presente estudo pretende determinar os preditores do bem-estar de crianças e adolescentes de escolas do norte do país. Os objetivos específicos do estudo são: descrever o bem-estar subjetivo; avaliar a influência da idade; analisar as diferenças relativamente ao género e compreender os preditores que influenciam o bem-estar.

Trata-se de um transversal, com um único momento de avaliação, em que os factos são observados, registados, analisados, classificados e interpretados, sem que o investigador interfira neles, de modo a poder retirar informações precisas sobre a variância explicada de cada um dos determinantes. O estudo assenta numa abordagem quantitativa, dado que se utiliza a linguagem estatística para descrever as relações existentes entre as variáveis. Por outro lado, é através da abordagem quantitativa que se prevê a mensuração de variáveis preestabelecidas, se procura verificar e explicar sua influência sobre outras variáveis, mediante a análise da frequência de incidências e de correlações estatísticas. Relativamente ao design do estudo, este possui um design inter – sujeitos, já que é feito com indivíduos diferentes que se encontram na mesma situação.

2.2.Hipóteses

O processo da investigação deverá ser orientado no sentido de encontrar respostas que permitam solucionar as questões de investigação referentes aos preditores de bem-estar em crianças e jovens. Assim pretende-se testar cinco hipóteses através de análises exploratórias dos dados. Definem-se como hipóteses os seguintes aspetos:

H1: Prevê-se uma relação significativa e negativa entre o bem-estar e a idade.

H2: Existem diferenças significativas entre raparigas e rapazes em relação ao bem-estar escolar, sendo que os rapazes apresentam níveis mais baixos que as raparigas.

H3: Existe uma correlação positiva entre a relação familiar e o bem-estar das crianças e adolescentes.

H4: Prevê-se uma relação significativa e positiva entre a relação com os amigos e o bem-estar.

H5: Prevê-se uma relação significativa e positiva entre o tempo de lazer e o bem-estar em crianças e adolescentes.

H6: Prevê-se uma relação significativa e positiva entre a posse de bens materiais e o bem-estar.

2.3. Amostra

Como podemos verificar na tabela 1, a amostra do presente estudo foi constituída por 330 alunos de escolas do Norte do País, sendo 54.5% rapazes (N= 180) e 45.2% raparigas (N= 150). A idade varia entre os 8 anos e os 15 anos (M= 10,21, DP= 1,97), dos quais 33.3% dos alunos são de V.N. de Famalicão (N= 110); 26.1% do Porto (N= 86); 16.4% de Gaia (N= 54); 8.2 de Sto. Tirso/Trofa (N= 27); 7.9% de Barcelos (N= 26); 6.4 da Maia (N= 21) e 1.8% de Guimarães/Braga (N= 6). Sendo do 49.1% do 3º ano (N=162); 22.1% do 5º ano (N= 73); e 27.9% do 7ºano (N=92).

Tabela 1: *Tabela descritiva da amostra*

		N	%
IDADE	8 anos	89	27%
	9 anos	69	20.9%
	10 anos	37	11.2%
	11 anos	30	9.1%
	12 anos	45	13.6%
	13 anos	47	14.2%
	14 anos	11	3.3%
	15 anos	2	0.6%
GÉNERO	Feminino	150	45.2%
	Masculino	180	54.5%
ANO ESCOLARIDADE	3º ano	162	49.1%
	5º ano	73	22.1%
	7ºano	92	27.9%
CIDADE	V. N. Famalicão	110	33.3%
	Porto	86	26.1%
	Gaia	54	16.4%
	Sto. Tirso/Trofa	27	8.2%
	Barcelos	26	7.9 %
	Maia	21	6.4%
	Guimarães/Braga	6	1.8%
TOTAL		330	

2.4. Instrumentos de Avaliação

Foi utilizado o protocolo do projeto *Children's Worlds – International Survey of Children Well-Being (ISCWEB)*, que tem como objetivo a recolha de dados sobre o bem-estar subjetivo de crianças e adolescentes e, a nível mundial, pretende influenciar os decisores políticos internacionais, europeus, e de cada país envolvido.

O instrumento consiste num questionário de autorresposta sendo que o mesmo apresenta três versões, uma para crianças do 3º ano (1.º ciclo) constituído por 24 questões; para as de 5º ano (2.º ciclo) constituído por 33 questões e por fim um para os do 7º ano (3.º ciclo) com 37 questões. Ao longo dos questionários percebe-se que as perguntas, a linguagem e o formato foram adaptados segundo o ano de escolaridade, sendo que as questões dos mesmos contemplam-se e apenas nas versões para os 5º e 7º ano são acrescentados alguns aspetos que no 3º ano de escolaridade não é colocado.

O questionário adaptado para crianças do 3º ano de escolaridade apresenta 24 questões que se encontram agrupadas por dimensões: caracterização sociodemográfica da criança (ex., idade, sexo, etnia); casa e pessoas com quem a criança vive; dinheiro e bens materiais; amigos e pessoas significativas; comunidade/vizinhança; escola; tempo livre; felicidade (liberdade, saúde, aparência, corpo, tempo livre, hétero-perceções, percepção de segurança, vida em geral); vida em geral. A maioria das respostas será dada numa escala de Likert de 3 a 10 pontos, dependendo da questão.

O questionário para crianças do 5º ano é composto por 33 questões e o questionário do 7º ano por 37 questões. Para além de contemplar as dimensões do questionário para crianças do 3º ano, estes dois questionários contemplam ainda itens relacionados com auto-estima, expectativas futuras, direitos das crianças, qualidades das crianças e sentimentos e emoções. Da mesma forma, a grande maioria das respostas será dada numa escala de Likert de 3 a 10 pontos, dependendo da questão.

2.5. Procedimentos de Recolha dos Dados

Primeiramente, foi fundamental ter em atenção às questões éticas que deviam ser seguidas. Seguiu-se o pedido de autorização ao Ministério da Educação e à Comissão Nacional de Proteção de Dados, para a recolha dos dados nas escolas públicas e privadas do norte, garantindo o carácter anónimo e confidencial da participação das crianças e adolescentes. Após a autorização, procedemos ao contacto das escolas

selecionadas, para a aplicação do instrumento, tanto via telefone e via *e-mail* para uma apresentação do estudo, bem como explicar a importância e pedir autorização.

Neste caso como todos os participantes são menores, foi utilizado um consentimento informado para os pais, para a obtenção da autorização dos mesmos. Posteriormente procedemos à aplicação do instrumento junto de crianças e adolescentes que frequentavam o 3º, 5º e 7º ano de escolaridade, de acordo com o protocolo do projeto Children's Worlds - International Survey of Children's Well-Being (ISCWeB), que surgiu com o objetivo de criar um survey internacional que, recorrendo a métodos quantitativos, tem como fim principal recolher informação sólida e representativa sobre a vida das crianças e as suas atividades diárias, o uso que fazem do seu tempo e, em particular, como as crianças percebem o seu bem-estar. O fim último desta recolha de dados é a melhoria do bem-estar das crianças e promoção da sua participação em assuntos relacionados com as suas vidas, dando assim expressão à Convenção sobre os Direitos da Criança de 1989 - ratificada por Portugal em 21 de Setembro de 1990.

É importante reforçar que durante a aplicação dos mesmos, todas as informações obtidas, foram sigilosamente guardadas, sendo garantida a total confidencialidade dos dados e privacidade dos sujeitos. Posteriormente à recolha dos instrumentos procedeu-se à análise estatística dos dados.

2.6. Procedimentos de Análise dos Dados

Os dados recolhidos foram analisados através do programa estatístico IBM – *Statistical Package for the Social Sciences* (IBM – SPSS; versão 23.0). Relativamente aos dados que caracterizam a amostra (sociodemográficos e clínicos) foram analisados através da utilização do recurso à estatística descritiva, através da análise de distribuições e frequências.

Previamente à testagem das hipóteses, foi necessário passar inicialmente pela análise exploratória dos dados, tendo como propósito o estudo de normalidade e homogeneidade dos mesmos. O estudo da normalidade foi realizado através do teste de Kolmogorov-Smirnov e complementados pelos índices de curtose (valor de Kurtosis) e assimetria (valor de Skewness). Para estudo da homogeneidade dos dados foi utilizado o teste de *Levene*. Tendo por base os resultados obtidos nesta primeira fase da análise dos dados, passa-se ao processo de escolha dos testes pertinentes a ser utilizados.

O momento da testagem das hipóteses foi efetuado através de vários procedimentos de estatística inferencial. Iniciando com pressuposto que a amostra segue

uma distribuição normal e que há homogeneidade da variância, as hipóteses foram levantadas através do uso de testes paramétricos, nomeadamente através do Coeficiente de Correlação de *Pearson* e o teste de diferenças *T-test* para amostras independentes. Nas análises exploratórias foram usados procedimentos estatísticos diferenciados. Foi também utilizado a regressão linear múltipla com método *Stepwise*, para obter os modelos que melhor explicam o bem-estar subjetivo.

Este estudo assumiu um $p < .05$ como valor de significância dos resultados dos testes de hipóteses e um valor de $p < .1$ para tendência de significância.

3. Resultados

Neste ponto serão apresentados os resultados, sendo primeiramente abordado a relação entre bem-estar e idade, evidenciando as correlações positivas e negativas mais elevadas, seguidamente as diferenças em função do género, destacando as diferenças estatisticamente significativas mais elevadas nas raparigas; e por fim, serão apresentados os preditores do bem-estar subjetivo.

3.1. Bem-estar e idade

No que diz respeito à relação entre idade e bem-estar, verificaram-se correlações positivas e negativas, sendo que apenas serão aqui destacadas em texto as mais fortes. Como podemos verificar na tabela 2, pode-se verificar uma correlação positiva na relação com os amigos ($r=.263$, $p < .01$) e correlações negativas relativamente à satisfação de habitação ($r=-.302$, $p < 01$), gosto pela escola ($r=-.456$, $p < 01$), relação com o professores ($r=-.321$, $p < 01$), segurança na escola ($r=-.384$, $p < 01$), satisfação da experiência escolar ($r=-.388$, $p < 01$) e satisfação com a relação com os professores ($r=-.338$, $p < 01$).

Tabela 2:

Relação entre idade e bem-estar (continua).

Variáveis	Idade
Sinto-me seguro em casa	-.110*
Satisfação com: a casa ou apartamento que moras	-.190**
Satisfação com as pessoas que vivem contigo	-.170**
Satisfação com: as outras pessoas da tua família	-.214**
Satisfação com a tua vida familiar	-.186**
Frequência com que tu e a tua família se divertem juntos	-.211**
Frequência com que tu e a tua família aprendem juntos	-.161**
Satisfação com as coisas que tens	-.173**
Satisfação com os teu amigos	-.173**
Satisfação com as pessoas de área de residência	-.208**
Frequência com que tu e os teus amigos falam	.263**
Satisfação com a área que você vive em geral	-.302**
Eu gosto de ir à escola	-.456**
Os meus professores tratam-me de forma justa	-.312**
Eu sinto-me seguro na escola	-.384**
Com que frequência: Outras crianças da tua escola te bateram?	-.299**
Com que frequência: Outras crianças da tua turma te deixaram de parte (por exemplo, nas brincadeiras)?	-.222**
Satisfação com: as notas da escola	-.260**
Satisfação com: a experiência escolar	-.388**
Satisfação com: a relação com os professores	-.338**
Com que frequência lês por diversão	-.292**
Com que frequência fazes os trabalhos de casa	..185**
Satisfação com o teu corpo	-.215**
Satisfação com a autoconfiança	-.186**
Satisfação com a vida em geral	-.174**

Tabela 2:

Relação entre idade e bem-estar (continuação).

Variáveis	idade
As coisas da minha vida são excelentes	-.224**

*. Correlação é significativa ao nível de 0,05 (2-tailed) **. Correlação é significativa ao nível 0,01 (2-tailed).

3.2. Bem-estar e género

Utilizando o teste t de student para estudar entre as diferenças em função do sexo, verificamos diferenças estatisticamente significativas, sendo que as raparigas apresentam pontuações mais elevadas relativamente à relação com a família [$t_{(327)} = -2,089, p = .038$]; ao gosto escola [$t_{(322)} = -2,207, p = .028$]; à relação com os professores [$t_{(289)} = -2,855, p = .005$]; no que concerne à utilização dos tempo livres para ler [$t_{(316)} = -2,292, p = .023$] e por fim relativamente à realização de tarefas domesticas [$t_{(322)} = -4,141, p = .000$], tal como podemos verificar na Tabela 3.

Tabela 3:

Relação entre bem-estar e género.

Itens	Masculino		Feminino		Inferência Estatística		
	M	DP	M	DP	t	gl	p
Quantas vezes em família: Conversam juntos	84.17	20.281	88.62	17.898	-2.089	327	.038
Eu gosto de ir à escola	74.44	31.662	81.51	24.575	-2.207	322	.028
Outras crianças da tua escola te bateram	42.68	27.711	36.99	22.784	1.990	320	.047
Outras crianças da tua turma te deixaram de parte	46.32	28.886	40.14	23.247	2.055	310	.041
Satisfação com o relacionamento com os professores	81.84	26.997	89.77	18.521	-2.855	289	.005
Como usam o tempo: Leitura para o divertimento	70.69	28.626	77.78	25.962	-2.292	316	.023
Como usam o tempo: tarefas domesticas	76.83	24.933	87.50	20,605	-4.141	322	000

3.3. Relação entre família/amigos/tempo de lazer e bens-materiais

Utilizando o Teste de Sperman (Tabela 4) para analisar a relação entre o bem-estar e a família, podemos verificar uma correlação significativa e positiva entre o bem-estar geral e as vezes em que os membros da família conversarem juntos ($r = .213$), divertirem-se juntos ($r = .328$) e aprenderem juntos ($r = .516$). Entre o bem-estar e as atividades que fazem em tempo de lazer, verificou uma correlação significativa e positiva com a prática de exercício físico ($r = .222$). Em relação aos amigos e bens-materiais não se verificou uma correlação significativa.

Tabela 4:

Relação entre família/amigos/tempo de lazer e bens-materiais

Conteúdo	Variáveis	Satisfação geral com a vida
Família	Frequência com que tu e a tua família conversam	.213**
	Frequência com que tu e a tua família se divertem juntos	.328**
	Frequência com que tu e a tua família aprendem juntos	.283**
Amigos	Frequência com que tu e os teus amigos conversam	.065
	Frequência com que tu e os teus amigos divertem-se juntos	.036
	Frequência com que tu e os teus amigos estudam juntos	.111
Tempo lazer	Com que frequência fazes os trabalhos de casa	.132*
	Com que frequência vês televisão	.045
	Com que frequência fazes desporto e exercício físico	.222**
	Com que frequência usas o computador	-.048
Bens-Materiais	Roupas em boas condições	.058
	Acesso ao computador em casa	.038
	Acesso à internet	.146*
	Carro na família	.157**
	Televisão	.094

*. Correlação é significativa ao nível de 0,05 (2-tailed) **. Correlação é significativa ao nível 0,01

3.4. Preditores do bem-estar

Utilizando a regressão linear múltipla com método *stepwise*, foi possível encontrar um modelo significativo com 12 preditores [$F(12.103) = 16.534$, $p < .01$]. Como se percebe na tabela seguinte, o melhor modelo ($R=.811$, $R^2_{adj} = .618$) para explicar a satisfação da vida em geral integra os preditores: Satisfação com a habitação e zona de habitação; liberdade; notas escolares; segurança escolar; autoconfiança; bens-

materiais; amigos; satisfação familiar; frequência com que fala com a família; relação professores; frequência com que fica de parte (Tabela 5).

Tabela 5:
Preditores do bem-estar subjetivo

	Coeficiente não padronizados		Coeficiente padronizados	t	p
	B	Std. Error	Beta		
Satisfação com a habitação	.314	.056	.433	5.591	.000
“O (s) meu (s) professor (es) ou professora (s) ouve (m) -me e têm em conta o que eu digo	.205	.049	.301	4.168	.000
“Satisfação com a liberdade que tenho”	.148	.048	.207	.,058	.003
“Satisfação com as notas escolares”	.157	.037	.278	4.211	.000
“Satisfação com auto-confiança”	.218	.054	.263	4,077	.000
“Satisfação na zona em que vive”	-.202	.055	-.281	-3.699	.000
“Frequência com que fala com a família”	.116	.046	.158	2.523	.013
“Satisfação com as outras pessoas da família”	-.176	.063	-.198	-2.787	.006
“Frequência com que outras crianças da tua turma te deixaram de parte (por exemplo, nas brincadeiras) ”	.072	.030	.151	2.426	.017
“Satisfação com as coisas que tenho”	.181	.056	.225	3.233	.002
“Sinto-me seguro na escola”	-.150	.058	-.183	-2.606	.011
“Frequência que se encontram com os amigos para estudar”	.067	.033	.127	2.040	.044

4. Discussão

A presente investigação teve como objetivo geral, identificar os preditores do bem-estar subjetivo em crianças e adolescentes, realizado em escolas do norte do país. Mais especificamente perceber a influência na idade, as diferenças relativamente ao género, relativamente à família, aos amigos bens-materiais e tempo de lazer.

De acordo com os resultados, apenas quatro hipóteses de seis, foram confirmadas. Desde modo, foi possível verificar que à medida que a idade avança o BE percebido diminui (Berjano et al., 2008; Bisegger, et al., 2005; Bradshaw, Keung, Rees, & Goswami, 2011; Matos, Gonçalves & Gaspar, 2005; Ravens-Sieberer, et al., 2001; Fernandes, Mendes e Teixeira, 2013). Através dos resultados obtidos verificou-se uma relação significativa e negativa, o que vem confirmar a primeira hipótese, e confirmar e seguir as investigações utilizadas. Uma vez que à medida que a idade aumenta, a pessoa apresenta uma maior perceção da vida, uma perceção diferente dos acontecimentos de vida. Ainda a auto-perceção do BE até cerca dos 12 anos é global, sendo que partir daí torna-se mais específica e consciente (Ruiz de Azúa, 2007). Ainda é considerado que ao longo da adolescência existem, períodos de maior risco ou vulnerabilidade pelo afeta o bem-estar subjetivo (Bizarro, 1999).

Em relação ao género, de acordo com a literatura ainda existem certas dúvidas, uma vez que são encontrados estudos que não verificam essas diferenças (Bello & Casas, 2013), mas outros verificam (Bradshaw, Keung, Rees, & Goswami, 2011; Fernandes, Mendes, & Teixeira, 2013). Ainda, foi possível verificar uma distinção de resultados, em que estudos verificam que são as raparigas que apresentam um maior bem-estar subjetivo (Tomyn & Cummis, 2010), mas por outro lado estudos revelam que são os rapazes que apresenta o nível mais elevado de BE do que as raparigas (Bradshaw, 2011; Gaspar & Matos, 2008). Especificamente ao nível escolar, estudos, verificam que as raparigas apresentam níveis de bem-estar mais elevados do que os rapazes (Bradshaw, Keung, Rees, & Goswami, 2011; Karatzias, et al., 2002; Matos, Simões, Canha, & Fonseca, 2000; Samdal et al.,1998). Através dos resultados obtidos no presente estudo, é possível afirmar que vão ao encontro do que tem sido documentado na literatura, uma vez que foi possível verificar que as raparigas apresentam um nível de bem-estar mais elevado do que os rapazes na escola, nomeadamente em variáveis específicas, como o gosto de ir para escola e a relação com os professores, confirmando a segunda hipótese. Uma vez que as raparigas mostram-se mais motivadas para o

processo de ensino/aprendizagem, referem sentimentos mais positivos e valorizam a aprendizagem (Grácio, 1997).

Relativamente à relação familiar (Hipótese 3), foi possível confirmar que de facto apresenta um papel determinante no bem-estar, sendo importante para as crianças e adolescentes conversarem, divertirem-se e aprenderem com a sua família. O mesmo pode ser confirmado de acordo com a literatura, uma vez que consideram que o suporte social, em específico a família como uma variável que influencia o BES. (Khan & Husain, 2010; Kutek, Turnbull & Fairweather-Schmidt, 2011; Matos & Gonçalves, 2001; Moak & Agrawal, 2009). Já em relação aos amigos (Hipótese 4), apesar de ser considerado também uma variável importante no BES, os resultados obtidos não confirmam a hipótese e a literatura. No entanto, não deixam de ser duas variáveis, que são consideradas como bases do desenvolvimento do ser humano e de relacionamento, sendo que são essenciais para a adaptação psicossocial presente e futura. Desempenhando um papel relevante no desenvolvimento das crianças ajudando-as a dominar novas habilidades sociais e familiarizar-se com as normas e processos sociais envolvidos nas relações interpessoais. Principalmente neste estudo a variável família.

No que concerne ao tempo de lazer, de acordo com a literatura, as crianças que tenham tempo de lazer, apresentam níveis de bem-estar mais elevado (Fernandes, Mendes & Teixeira, 2013) confirmando desta forma a hipótese 5, uma vez que foram encontrados dados significativos especialmente na realização de desporto e exercício físico. Uma vez que a atividade física é considerada fundamental no ser humano, não só a nível físico mas também psicológico, sendo que permite uma distração dos problemas do dia-a-dia. Poderá ter haver também com características da própria amostra, sendo que apresentam melhores condições físicas para a prática de exercício físico.

No que concerne aos bens-materiais (hipótese 6), estudos apontam que esta variável apresenta não se correlaciona com o bem-estar (Diener & Fujita, 1995; Ben-Zur, 2003). No entanto, outros referem que existe uma correlação positiva entre a posse de bens-materiais e o bem-estar subjetivo. Como vimos, os resultados do presente estudo vão de encontro ao estudo de Diener e Fujita (1995) e Ben-Zur (2003), uma vez que não foram conseguidos dados significativos, entre a relação do BE com os bens-materiais. Neste sentido, parece que outras variáveis, como a proximidade com a família ou amigos, desempenham um papel mais importante para o bem-estar desta população. Esta relação poderá advir de questões culturais como das características da própria amostra, uma vez que como são ainda muito jovens, poderão valorizar mais as relações,

como brincar com familiares e com os amigos. Não tendo desta forma a noção real da posse de bens-materiais.

Por fim, utilizando a regressão linear múltipla para perceber quais os modelos que melhor explicam o bem-estar foi possível obter 12, dos quais são, Satisfação com a habitação e zona de habitação; liberdade; notas escolares; segurança escolar; auto-confiança; bens-materiais; amigos; satisfação familiar; frequência com que fala com a família; relação professores; frequência com que fica de parte. Podendo de forma geral podemos agrupar os preditores em, bens-materiais, habitação, escola, família e amigos, sendo que nesta faixa etária são áreas fundamentais, uma vez que abrange toda a vida da criança e adolescente (Matos & Carvalhosa, 2011).

5. Conclusão

A jeito de conclusão, podemos salientar a importância do bem-estar em crianças e adolescentes, uma vez que se trata de um componente essencial da vida de cada ser humano, no sentido em permite obter uma melhor qualidade de vida.

O presente estudo contribui para a literatura no sentido de perceber quais são os preditores em crianças e adolescentes, uma vez que os estudos nesta faixa etária são escassos. É importante saber o que leva ao bem-estar das crianças, sendo que permite um crescimento e desenvolvimento saudável, podendo desta forma saber como e onde intervir. Foi possível obter variáveis-chaves no dia-a-dia da criança, nomeadamente as relações familiares e com os amigos/pares, sendo importante o conversarem juntos, fazerem atividades juntos, seguidamente escola, sendo importante o gosto pela escola, a relação dos professores, e a forma como estes falam para o aluno; habitação, sendo importante o conforto e a zona de habitação; bens-materiais, e bem como o self (auto-confiança), sendo importante ser considerado a forma como a pessoa se vê.

Apesar dos contributos, devem ser consideradas algumas limitações, como a amostra, uma vez que é na apenas realizado nas escolas do norte, mais propriamente na região do Cávado e Porto. Para maior representatividade, deveria ser recolhida amostra mais diversificada e, eventualmente, abranger uma faixa etária mais alargada, permitindo perceber melhor a influência em certas variáveis, nomeadamente a idade. Outra questão relaciona-se com o protocolo, longo, pode ter sido exagerado para indivíduos de faixa etária mais baixa e, naturalmente, o facto de ser um questionário com resposta fechada limita a informação recolhida apenas às opções de resposta, o que poderia ser complementado com um estudo qualitativo ou misto.

Por fim, uma vez que neste estudo foram focados os preditores que influenciam o bem-estar, para estudos próximos, poderia ser focado mais o lado emocional e perceber até que pontos estas variáveis influenciam ou não o estado da criança e adolescente.

Referências Bibliográficas

- Albuquerque, A. S., & Tróccoli, B. T. (2004). Desenvolvimento de uma escala de bem-estar subjetivo. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 20 (2), 153-164.
- Asthana, H. S. (2011). Relationship of big five personality factors to subjective well-being of adolescents. *Indian Journal of Social Science Researches*, 8 , 18-28.
- Azúa, S. R., Goñi, A., & Madariaga, J. M. (2009). Diferencias en el autoconcepto físico asociadas a la edad y al género. In A. G. Granmontagne (Org.), *El autoconcepto Físico: Psicología Y Educación* (pp 113- 125). Madrid: Ediciones Pirámide.
- Baião, J. (2014). *Serão as crianças igualmente felizes? O papel da etnia, sexo e ano escolar no bem-estar subjetivo em crianças e adolescentes*. Tese de Mestrado não publicada. Escola de Ciências Sociais e Humanas, Instituto Universitário de Lisboa.
- Bartels, M., & Boomsma, D. I. (2009). Born to be happy? The etiology of subjective well-being. *Behavior Genetics*, 39, 605-615.
- Bello, A., & Casas, F. (2013). *Children's well-being from their own point of view: What affects the children's well-being in the first year of compulsory secondary education in Spain?* Madrid: UNICEF Spain.
- Ben-Zur, H. (2003). Happy adolescents: The link between subjective well-being, internal resources and parental factors. *Journal of Youthe and Adolescence*, 32 (2), 67-79.
- Berjano, R., Foguet, J., & González, A. (2008). El desarrollo de estilos de vida en los adolescentes escolarizados: diferencias entre chicos y chicas. *IberPsicología*, 13, 1.
- Bisegger, C., Cloetta, B., Von Rüden, U., Abel, T., & Ravens-Sieberer, U. (2005). Health-related quality of life: gender differences in childhood and adolescence. *Sozial - Und Präventivmedizin*, 50 (5), 281-291.
- Bizarro, L. (1999). *O bem-estar psicológico durante a adolescência*. Tese de doutoramento inédita, Universidade de Lisboa, Departamento de Psicologia Clínica da Faculdade de Psicologia.
- Bradshaw, J., Keung, A., Rees, G., & Goswami, H. (2011). Children's subjective well-being: international comparative perspectives. *Children and Youth Services Review*, 33 (4), 548 -556.

- Bradshaw, J., Martorano, B., Natali, L., & Neubourg, C. D. (2013). *Children's subjective well-being in rich countries*. Florença: UNICEF.
- Brief, A. P., Butcher, A. H., George, J. M., & Link, K. E. (1993). Integrating bottom-up and top-down theories of subjective well-being: the case of health. *Journal of Personality and Social Psychology*, *64* (4),646-53.
- Butkovic, A., Brkovic, I., & Bratko, D. (2011). Predicting well-being from personality in adolescents and older adults. *Journal of Happiness Studies*, *13*, 455-467.
- Campbell, A. (1976). Subjective measures of well-being. *American Psychologist*, *31*, 117-124.
- Casas, F. (2010). El bienestar personal: Su investigacion en la infancia y la adolescencia. *Encuentros en Psicologia Social*, *5*(1), 85-101.
- Casas, F., Coenders, G., Cummins, R., González, M., Figuer, C., & Malo, S. (2008). Does subjective well-being show a relationship between parents and their children? *Journal Happiness Studies*, *9*, 197–205.
- Casas, F., Sarriera, J. C., Alfaro, J., González, M., Malo, S., Bertran, I., et al. (2012). Testing the Personal Wellbeing Index on 12–16 year-old adolescents in 3 different countries with 2 new items. *Social Indicators Research*, *105*, 461–482.
- Costa, L. S. M., & Pereira, C. A. A. (2007). Bem-estar subjetivo: aspetos conceituais. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, *59* (1), 72-80.
- Cuadra, H., & Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: Hacia una psicología positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, *1*, 83-96.
- Cummins, R. (2001). The subjective well-being of people caring for a family member with a severe disability at home: a review. *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, *26* (1) 83–100.
- Cummins, R. A., & Lau, A. L. (2005). *Personal Well-Being Index - School Children (PWISC)*. Melbourne: School of Psychology Deakin University
- Deci, E., & Ryan, R. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: an introduction. *Journal of Happiness Studies*, *9* (1), 1-11.
- Dinisman, T., Montserrat, C., & Casas, F. (2012). The subjective well-being of Spanish adolescents: Variations according to different living arrangements. *Children and Youth Services Review*, *34* (12), 2374-2380.
- Diener, E. (2009). *The Science of Well-Being*. The Collected Works of Ed Diener. (pp1-74). Springer.

- Diener, E., & Fujita, F. (1995). Resources, personal strivings, and subjective well-being: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68 (5), 926-935.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2000). New directions in subjective well-being. *Journal of Clinical Research*, 31, 103-157.
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness: Unlocking the mysteries of psychological wealth*. Malden: Blackwell Publishing.
- Diener, E., & Lucas, R. (2000). *Subjective Emotional Well-being*. In Lewis M., & Haviland, J. M. (Ed.). *Handbook of emotions* (2^aed.) pp. 19-41. New York: Guildford.
- Diener, E., Lucas, R., & Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C. Snyder & S. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 63-73). New York: Oxford University Press.
- Diener, E., & Ryan, C. (2009). Subjective well-being: a general overview. *South African Journal of Psychology*, 39 (4), 391-406.
- Dryfoos, J. G. (1990). *Adolescents at risk – prevalence and prevention*. New York: Oxford University Press.
- Fernandes, H., Vasconcelos-Raposo, J., Bertelli, R., & Almeida, L. (2011). Satisfação escolar e bem-estar psicológico em adolescentes portugueses. *Revista Lusófona de Educação*, 18, 155-172.
- Fernandes, L., Mendes, A., & Teixeira, A. (2013). Assessing child well-being through a new multidimensional child-based weighting scheme index: An empirical estimation for Portugal. *The Journal of Socio-Economics*, 45, 155 - 174.
- Galinha, I. C. (2008). *Bem-estar subjetivo – factores cognitivos, afectivos e contextuais*. Coimbra: Quarteto.
- Galinha I., & Ribeiro, J. (2005). Contribuição para o estudo da versão portuguesa da positive and negative affect schedule (PANAS): I – Abordagem teórica ao conceito de afecto. *Análise Psicológica*, 2, 209-21.
- Gaspar, T., & Matos, M. G. (2008). *Qualidade de vida em crianças e adolescentes: Versão Portuguesa dos instrumentos kidscreen-52*. Cruz Quebrada: Aventura Social e Saúde.

- Giacomoni, C. (2004). Bem-estar Subjetivo: em busca da qualidade de vida. *Temas em Psicologia. Universidade Federal de Santa Maria*, 12 (1), 43-50.
- Gonçalves, R. (2012). *Um estudo sobre a liderança feminina: Motivação, bem-estar subjetivo e bem-estar no trabalho*. Tese de Mestrado não publicada. Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade do Algarve.
- Gonzales, M., Casas, F., & Coenders, G. (2006). A complexity approach to psychological well-being in adolescence: major strengths and methodological issues. *Social Indicators Research*, 80, 267–295.
- Huebner, E. S. (2004). Research on assessment of life satisfaction of children and adolescents. *Social Indicators Research*, 66, 3-33.
- Huebner, E. S., Drane, J. W., & Valois, R. F. (2000). Levels and demographic correlates of adolescent life satisfaction reports. *School Psychology International*, 21 (3), 281-292.
- Imaginário, S. S. (2011). *Bem-Estar Subjetivo e Ajustamento Académico em Alunos do Ensino Superior*. Dissertação de Mestrado. Gambelas, Faro: Universidade do Algarve. Faculdade de Ciências Sociais e Humanas. Departamento de Psicologia.
- Karatzias, A., Power, K. G., Flemming, J., Lennan, F., & Swanson, V. (2002). The role of demographics, personality variables and school stress on predicting school satisfaction/dissatisfaction: Review of the literature and research findings. *Educational Psychology*, 22(1), 33-50.
- Keyes, C., Shmotkin, D., & Ryff, C. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022.
- Khan, A., & Husain, A. (2010). Social Support as a Moderator of Positive Psychological Strengths and Subjective Well-Being. *Psychological Reports*, 106 (2), 534-538.
- Kirana, P. S., Rosen, R., & Hatzichristou, D. (2009). Subjective well-being as a determinant of individuals' responses to symptoms: a biopsychosocial perspective. *The International Journal of Clinical Practice*, 63 (10), 1435-1445.
- Kohlberg, L. (1969). Stage and sequence: *The cognitive-developmental approach to socialization*. In D. A. Goslin (Ed.), *Handbook of socialization theory and research*. (pp.347-489). Chicago: Rand McNally.

- Kutek, S. M., Turnbull, D., & Fairweather-Schmidt, A. K. (2011). Rural men's subjective well-being and the role of social support and sense of community: Evidence for the potential benefit of enhancing informal networks. *Australian Journal of Rural Health, 19* (1), 20-26.
- Lucas, R., Diener, E., & Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology, 71* (3), 616-628.
- Lyubomirsky, S. (2008). *La Ciencia de la Felicidad*. Barcelona: Ediciones Urano.
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: does happiness lead to success? *Psychological Bulletin, 131*, 803-855.
- Machado, W., & Bandeira, D. (2012). Bem-estar psicológico: definição, avaliação e principais relatos. *Estudos de Psicologia, 29* (4), 587-595.
- Marques, C. M. (2011). *Percepção e Satisfação com o Bem-Estar e a Qualidade de Vida*. Dissertação de Mestrado. Coimbra: Universidade de Coimbra Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física.
- Matos, M. (1997). *Comunicação e gestão de conflitos na escola*. Lisboa: Edições FMH.
- Matos, M., Gonçalves, A., & Gaspar, T. (2005). Aventura social e saúde: prevenção do VIH numa comunidade migrante. Lisboa: CMDT/IHMT/UNL.
- Matos, M. G., & Carvalhosa, S. F. (2001). A saúde dos adolescentes: Ambiente escolar e bemestar. *Psicologia, Saúde & Doenças, 2* (2), 43-53.
- Matos, M., Simões, C., Canha, L., & Fonseca, S. (2000). *Saúde e estilos de vida nos jovens portugueses*. Lisboa: FMH/PPES
- Moak, Z., & Agrawal, A. (2009). The association between perceived interpersonal social support and physical and mental health: results from the national epidemiological surveys on the alcohol and related conditions. *Journal of Public Health, 32* (2), 191-201.
- Novo, R. F. (2003). *Para além da eudaimonia – O Bem-Estar Psicológico em mulheres na idade adulta avançada*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian e Fundação para a Ciência e a Tecnologia.
- Otta, E., & Fiquer, J. T. (2004). Bem-estar subjetivo e regulação de emoções. *Psicologia em Revista, 10* (15), 144-149.
- Pais-Ribeiro, J. (2009). A importância da qualidade de vida para a psicologia da saúde. In J. P. Cruz, S. N. de Jesus & C. Nunes (Coords.). *Bem-Estar e Qualidade de Vida* (pp.31-49). Alcochete: Textiverso.

- Piaget, J. (1972). Intellectual evolution from adolescence to adulthood. *Human Development, 15*, 1-12.
- Poletto, M. (2011). *Bem-estar subjetivo: um estudo longitudinal com crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade social*. 2011. Tese (Doutorado em Psicologia). Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.
- Rajmil, L., Alonso, J., Berra, S., Ravens-Sieberer, U., Gosch, A., Simeoni, M. C., Auquier, P., & The Kidscreen Group. (2006). Use of a children questionnaire of health-related quality of life (KIDSCREEN) as a measure of needs for health care services. *Journal of Adolescent Health, 38*, 511-518.
- Rask, K., Astedt-Kurki, P., & Laippala, L. (2002). Adolescent subjective well-being and realized values. *Journal of Advanced Nursing, 38* (3), 254-263.
- Ravens-Sieberer, U., Gosch, A., Abel, T., Auquier, P., Bellach, B.M., Bruil, J., et al. (2001). Quality of life in children and adolescents: a European public health perspective. *Sozial - Und Präventivmedizin, 46*, 294-302.
- Rodríguez, A. (2009). Bienestar psicológico y autoconcepto físico. In A. G. Granmontagne (Org). *El Autoconcepto Físico: Psicología Y Educación* (pp 193-205). Madrid: Ediciones Pirámide.
- Ruiz de Azúa, S. (2007). *Autoconcepto físico: Estructura interna, medida Y variabilidad*. Bilbao: UPV/EHU.
- Ryan, R., & Deci, E. (2001). On happiness and on human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology, 52*, 141-166.
- Ryff, C., & Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*, 719-727.
- Ryff, C., & Singer (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry, 9*, 1-28.
- Samdal, O., Nutbeam, D., Wold, B., & Kannas, L. (1998). Achieving health and educational goals through schools – A study of the importance of the school climate and the students' satisfaction with school. *Health Education Research, 13* (3), 383-397
- Schwartzmann, L. (2003). Calidad de Vida Relacionada con la Salud: Aspectos Conceptuales. *Ciencia Y Enfermería, 9*(2), 9-21.

- Silva, A. (2004). *Desenvolvimento de Competências Sociais nos Adolescentes*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Simões, A., Ferreira, J., Lima, M., Pinheiro, M., Vieira, C., Matos, A., et al. (2000). O bem-estar subjectivo: Estado actual dos conhecimentos. *Psicologia, Educação e Cultura*, 4 (2), 243-279.
- Scorsolini-Comin, F., Santos, M.A., & Souza, R.M. (2012). Expressão do afeto e bem-estar subjectivo em pessoas casadas. *Estudos de Psicologia*, 17 (2), 321-328.
- Sixsmith, J., Gabhainn, S. N., Fleming, C., & O'Higgins, S. (2007). Children's, Parents' and Teachers' Perceptions of Child Wellbeing. *Health Education*, 107, 1-29.
- Sprinthall, N. A., & Collins, W. A. (2003). *Psicologia do adolescente: Uma visão desenvolvimentista* (3ª ed). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Siqueira, M. M. M., & Padovam, V. R. (2008). Bases Teóricas de Bem-Estar Subjectivo, Bem-Estar Psicológico e Bem-Estar no Trabalho. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 24,(2), 201-209.
- Statham, J., & Chaise, E. (2010). *Childhood well-being: a brief review*. Childhood Wellbeing Research Centre.
- Teodoro, M. L. M. (2009). Família, bem-estar e qualidade de vida de crianças e adolescentes. In V. G. Haase, F. de O. Ferreira, & F. J. Penna (Ed.), *Aspectos biopsicossociais da saúde na infância e na adolescência* (pp. 111-122), Belo Horizonte: Coopmed
- Tomasi, L. (2013). *Relação entre o bem-estar subjectivo de pais e filhos adolescentes a partir de diferentes medidas de avaliação*. Tese de Doutoramento não publicada. Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
- Tomyn, A., & Cummins, R. (2010). Subjective Wellbeing and Homeostatically Protected Mood: Theory Validation With Adolescents. *Journal Happiness Stud.* 12 (5), 897-914.
- Tomyn, A. J., & Robert A. Cummins, R. A. (2011). The subjective wellbeing of high-school students: validating the personal wellbeing index—school children. *Social Indicators Research*, 101, 405-418.
- Tomyn, A., Tyszkiewicz, M., & Cummins, R. (2013). The personal wellbeing index: psychometric equivalence for adults and school children. *Social Indicators Research*, 110, 913-924.
- Veenhoven, R. (2000). The Four Qualities of Life: Ordering concepts and measures of the good life. *Journal of Happiness Studies*, 1, 1-39.

Van Praag, B., & Frijters, P. (1999). The measurement of welfare and well-being: The leyden approach. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz, (Eds.) *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 413-433). New York: Russell Sage Foundation.

ANEXOS

ANEXO 1 – Autorização à Comissão Nacional de Proteção de Dados



DELIBERAÇÃO N.º 837 / 2014

A Universidade Católica Portuguesa, no âmbito do Projeto ISCWeB – Children's World (International Survey of Children's Well-Being), notificou à CNPD um tratamento de dados pessoais com a finalidade de elaborar um estudo observacional sobre o bem-estar das crianças.

O estudo terá como população-alvo crianças dos 3.º, 5.º e 7.º anos de escolaridade do Ensino Básico (público e privado), com 8, 10 e 12 anos de idade, respetivamente, contemplando três regiões de Portugal Continental (Cávado, Grande Lisboa e Grande Porto).

A amostra compreenderá aproximadamente 3560 alunos, sendo aplicados 1298 questionários a alunos do 3.º ano (997 no ensino público e 301 no ensino privado) e 2260 questionários aos alunos dos 5.º e 7.º anos (1940 no ensino público e 320 no ensino privado), participando 51 escolas do 1.º ciclo e 64 escolas dos 2.º e 3.º ciclos.

A participação no estudo consistirá no preenchimento de um questionário anónimo, pelos próprios titulares dos dados, em contexto escolar. O questionário será adaptado ao ano de ensino das crianças.

Sendo os titulares dos dados menores de idade, será solicitado o consentimento dos representantes legais para a colaboração dos seus educandos neste estudo.

Este consentimento não será associado às respostas dos questionários, pese embora só respondam aos mesmos os alunos cujos representantes legais hajam consentido na sua participação.

Categorias de dados recolhidos são: nome da escola frequentada; cidade; tipo de ensino (público ou privado); ano escolar; caracterização sociodemográfica da criança (ex.: idade, sexo, etnia); casa e pessoas com quem vive; dinheiro e bens materiais, amigos e pessoas significativas; comunidade/vizinhança, escola; tempo livre; felicidade (liberdade, saúde, aparência, corpo, tempo livre, hétero-percepções,



percepção de segurança, vida em geral); auto-estima; expectativas futuras; direitos das crianças; qualidades das crianças; sentimentos e emoções.

Pela análise dos dados recolhidos e da metodologia aplicada verifica-se que no estudo não seria possível o relacionamento directo ou indirecto da identificação dos participantes com a informação constante dos cadernos de recolha de dados, não fora a recolha do dado relativo ao tipo de ensino, público ou privado, na região do Cávado onde apenas se encontra uma escola privada. De facto, o tamanho da amostra nessa escola, associado às respostas obtidas, permitiria a identificação das crianças.

Na medida em que não corresponde ao desenho do presente estudo a identificação dos participantes, para que o mesmo possa manter-se anónimo, não deverá ser recolhido o dado relativo ao tipo de ensino, público ou privado, na região do Cávado.

Respeitada esta condição, não sendo tratados dados pessoais, não se aplica a Lei n.º 67/98, de 26 de outubro.

Lisboa, 20 de maio de 2014

Luís Barroso (Vogal, que presidiu)

ANEXO 2-Autorização ao Ministério de Educação



Monitorização de Inquéritos em Meio Escolar

[Início](#) > [Consultar inquéritos](#) > **Ficha de inquérito**

Identificação da Entidade / Interlocutor

Nome da entidade:

Liliana Fernandes / Universidade Católica Portuguesa

Nome do Interlocutor:

Liliana Fernandes

E-mail do interlocutor:

lfernandes@porto.ucp.pt

**Liliana Fernandes /
Universidade Católica
Portuguesa**

Sair

Área reservada

- Dados da entidade
- Consultar inquéritos
- Registrar inquérito
- Instruções

- Início
- Pesquisar inquéritos

Dados do Inquérito

Número de registo:

0405600001

Designação:

ISCWeB - Children's Worlds

Descrição:

O projecto Children's Worlds - International Survey of Children's Well-Being (ISCWeB) teve início em 2009 e resultou do esforço conjunto de investigadores maioritariamente pertencentes à International Society for Child Indicators (ISCI), com o apoio da UNICEF e da World Vision. Surgiu com o objectivo de criar um survey internacional que, recorrendo a métodos quantitativos, tem como objectivo principal explorar as perspectivas subjectivas que as crianças têm das suas próprias vidas. Neste sentido, o projecto pretende promover o desenvolvimento de instrumentos quantitativos de bem-estar adaptados às crianças, criando para o efeito uma base de dados internacional que permita, em simultâneo, uma análise mais profunda e a discussão política da temática do bem-estar das crianças.

O survey caracteriza-se por ser inter-nacional, inter-cultural e multi-linguístico. O bem-estar das crianças é medido em oito domínios/aspectos da vida:

1. Habitação e pessoas com quem a criança mora
2. Dinheiro e pertences das crianças
3. Relações com os amigos e outras pessoas
4. A área de residência
5. Escola
6. Saúde
7. Gestão do tempo e actividades de lazer
8. O "eu" da criança

O projecto conta, neste momento, com a participação de 20 países, nomeadamente: África do Sul, Alemanha, Argélia, Brasil, Canadá, Chile, Colômbia, Coreia do Sul, Espanha, Estados Unidos da América (South Dakota), Estónia, Etiópia, Inglaterra, Israel, Nepal, Noruega, Portugal, România, Turquia, Uganda. Entre 2010 e 2011 foram já implementados 3 estudos-piloto em vários destes países. Na implementação do survey final pretende-se para cada país recolher uma amostra de cerca de 3000 crianças de 8, 10 e 12 anos de idade (cerca de 1000 crianças por idade). Em Portugal a implementação do projecto está a ser coordenada por Liliana Fernandes, da Universidade Católica Portuguesa, Porto, com a colaboração de Joana Alexandre, do Centro de Investigação e Intervenção Social, Instituto Universitário de Lisboa, e Paulo Dias, da Universidade Católica Portuguesa, Braga. Está neste momento planeado fazer a recolha de informação em três zonas do país, o Grande Porto, a Grande Lisboa e a região do Cávado.

Objectivos:

Com este projeto pretende-se recolher dados sobre as vidas das crianças, sobre as suas actividades diárias e sobre o uso que fazem do seu tempo e, acima de tudo, sobre as percepções que têm do seu próprio bem-estar. O fim último desta recolha de dados é a melhoria do bem-estar das crianças e promoção da sua participação em assuntos relacionados com as suas vidas, dando assim expressão à Convenção sobre os Direitos da Criança de 1989 - ratificada por Portugal em 21 de Setembro de 1990.

Periodicidade:

Pontual

Data do início do período de recolha de dados:

01-10-2014

Data do fim do período de recolha de dados:

31-01-2015

Universo:

Crianças que frequentam o 3º, 5º e 7º anos de escolaridade

Unidade de observação:

Alunos

Método de recolha de dados:

Administração de inquérito em sala de aula

Inquérito registado no Sistema Estatístico Nacional:	<input type="text" value="Não"/>
Inquérito aplicado pela entidade:	<input type="text" value="Sim"/>
Instrumento de inquirição:	<input type="text" value="04056_201311041151_Documento1.pdf (PDF - 642,75 KB)"/>
Nota metodológica:	<input type="text" value="04056_201407241033_Documento2.pdf (PDF - 114,47 KB)"/>
Outros documentos:	<input type="text" value="04056_201407241033_Documento3.pdf (PDF - 623,86 KB)"/>
Data de registo:	<input type="text" value="28-07-2014"/>
Versão:	<input type="text" value="3 (3)"/>

Dados adicionais	
Estado:	<input type="text" value="Aprovado"/>
Avaliação:	<input type="text" value="Exmo(a) Senhor(a) Dr(a) Liliana Fernandes
Venho por este meio informar que o pedido de realização de inquérito em meio escolar é autorizado uma vez que, submetido a análise, cumpre os requisitos, devendo atender-se às observações aduzidas.
Com os melhores cumprimentos
José Vitor Pedroso
Diretor de Serviços de Projetos Educativos
DGE"/>
Observações:	<input type="text" value="a) A realização dos Inquéritos fica sujeita a autorização das Direções dos Agrupamentos de Escolas do ensino público contactados para a realização do estudo. Merece especial atenção o modo, o momento e condições de aplicação dos instrumentos de recolha de dados em meio escolar, porque são onerosos e recolhem dados sensíveis, devendo fazer-se em estreita articulação com a Direção do Agrupamento.
b) Devem ser respeitadas todas as considerações da Comissão Nacional de Proteção de Dados inscritas na autorização n.º 837/2014 de 20 de Maio, nos procedimentos a efetuar no âmbito deste estudo.
c) Informa-se ainda que, de acordo com a natureza jurídica da Direção-Geral da Educação (DGE), publicada pelo Decreto-Lei n.º 14/2012 de 20 de janeiro, - atribuições no nível da educação pré -escolar, dos ensinos básico e secundário e educação extra -escolar - conjugada com o enquadramento legal específico dos pedidos de autorização para aplicação de inquéritos/realização de estudo de investigação em meio escolar (Despacho N.º15847/2007, publicado no DR 2ª série n.º 140 de 23 de julho), a DGE não é competente para autorizar a realização de estudos/aplicação de inquéritos/questionários ou outros instrumentos em estabelecimentos de ensino privados e para autorizar a realização de intervenções educativas/desenvolvimento de atividades/programas em meio escolar, junto de alunos em contexto de sala de aula, dado ser competência da Escola/Agrupamento."/>
Outras observações:	<input type="text" value="Sem observações."/>

| Voltar | Versão 1 | Versão 2 | Versão 3 |

Anexo 3 – Consentimento Informado



NOTA INFORMATIVA E AUTORIZAÇÃO DE PARTICIPAÇÃO

Descrição do Estudo: ISCWeB – Children's Worlds

O projeto ISCWeB – Children's Worlds foi desenvolvido pela International Society of Child Indicators (ISCI), com o apoio de peritos da OCDE, UNICEF e World Vision. Atualmente o ISCWeB conta com o apoio fundamental da Jacob's Foundation (<http://jacobsfoundation.org/>), fundação de origem caritativa que tem como missão a promoção do desenvolvimento das atuais e futuras gerações de crianças e jovens. **Com este projeto pretende-se recolher dados sobre as vidas das crianças, sobre as suas atividades diárias e sobre o uso que fazem do seu tempo e, acima de tudo, sobre as perceções que têm do seu próprio bem-estar.** O fim último desta recolha de dados é a melhoria do bem-estar das crianças e promoção da sua participação em assuntos relacionados com as suas vidas, dando assim expressão à Convenção sobre os Direitos da Criança de 1989 - ratificada por Portugal em 21 de Setembro de 1990.

A população-alvo deste estudo são crianças do 3º, 5º e 7º anos de escolaridade do Ensino Básico (Público e Privado), com 8, 10 e 12 anos de idade, respetivamente, contemplando a amostra definida crianças de três regiões de Portugal continental: Cávado, Grande Lisboa e Grande Porto. Os dados serão recolhidos diretamente junto das crianças, por um elemento da equipa do projecto, pelo que a sua participação é por demais relevante.

Os inquéritos desenvolvidos foram já testados em diversos países, cumprem os requisitos exigidos pela Comissão Nacional de Proteção de Dados e estão devidamente autorizados pela mesma entidade (nº. de processo 1572/2014, deliberação nº. 837/2014).

Garantimos que a informação obtida através dos inquéritos será exclusivamente utilizada para fins de investigação científica, estando a confidencialidade dos dados recolhidos garantida.

Participação no estudo ISCWeB

Eu,

_, encarregado de educação do(a) aluno(a)

_____ autorizo-o(a) a participar no estudo ISCWeB, tendo-me sido facultada informação sobre o mesmo e sobre o modo como a informação vai ser tratada e usada.

Data: _____/_____/_____

Assinatura: _____

ANEXO 4 – Questionário 3º ano



Somos um grupo de investigadores da Universidade interessado em conhecer as opiniões e pontos de vista de pessoas da tua idade.

Ficariamos muito gratos se respondesses a este questionário. É **ANÓNIMO**, por outras palavras, ninguém vai saber as tuas respostas.

Não há respostas certas ou erradas, estamos apenas interessados em conhecer as tuas escolhas, opiniões e sentimentos. Este questionário é confidencial (não saberemos quem és e não passaremos a outras pessoas qualquer informação que nos dês).

Não tens de responder a nenhuma pergunta à qual não queiras dar resposta.

Para cada pergunta, por favor assinala a caixa com um X ou circula o número da opção que melhor corresponde à tua situação pessoal ou opinião.

Nome da escola: _____

Cidade: _____ Escola Pública Escola Privada

Ano escolar: 3º ano - 1º ciclo Data:/...../ 2013

Sobre ti

1. Eu tenho ____ anos de idade.

2. Eu sou: Menino Menina

3. Eu vivo na cidade (ou na vila ou na aldeia):

.....

4. a) Eu nasci em Portugal: Sim Não






(Se a resposta é “não”, indica o país onde nasceste:)

b) Eu posso dizer que sou:

Negro(a)	<input type="checkbox"/>	
Cigano(a)	<input type="checkbox"/>	
Branco(a)	<input type="checkbox"/>	
Mulato(a)	<input type="checkbox"/>	
Outro(a)	<input type="checkbox"/>	Qual?
Não sei	<input type="checkbox"/>	

A tua casa e as pessoas com quem vives

5. Até que ponto estás de acordo com cada uma das frases seguintes?	Não concordo	Concordo um pouco	Concordo em parte	Concordo muito	Concordo totalmente	Não sei
▪ Eu sinto-me seguro(a) em casa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Eu tenho um lugar tranquilo para estudar em casa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Os meus pais (ou as pessoas que cuidam de mim) ouvem-me e têm em conta o que eu digo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Nós temos bons momentos em família	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Os meus pais (ou as pessoas que cuidam de mim) tratam-me de forma justa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>






6. Quão feliz te sentes com ...					
▪ A casa ou apartamento onde moras?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ As pessoas com quem moras?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Todas as outras pessoas da tua família?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ A tua vida familiar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. Na semana passada, com que frequência fizeste as seguintes coisas com a tua família?	Nenhuma vez	Uma ou duas vezes	A maior parte dos dias	Todos os dias	Não sei
▪ Conversaram juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Divertiram-se juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Aprenderam juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

O dinheiro e as coisas que tens

8. Quais das seguintes coisas tens ou não tens?	Não	Sim	Não sei
▪ Roupas em boas condições para ir à escola	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Acesso a um computador em casa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Acesso à internet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Pelo menos um carro de família	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Uma televisão em casa que possas usar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

9. Quão feliz te sentes com todas as coisas que tens?






				
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

10. Com que frequência te preocupas com quanto dinheiro a tua família tem?

Nunca	Algumas vezes	Frequentemente	Sempre	Não sei
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Os teus amigos e outras pessoas






11. Até que ponto estás de acordo com cada uma destas frases?	Não concordo	Concordo um pouco	Concordo em parte	Concordo muito	Concordo totalmente	Não sei
▪ Os meus amigos são normalmente simpáticos comigo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Eu tenho amigos suficientes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

12. Quão feliz te sentes com...					
▪ Os teus amigos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ As pessoas que moram na zona onde moras/ os teus vizinhos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ O teu relacionamento com as pessoas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

13. Na semana passada, com que frequência fizeste as seguintes coisas com os teus amigos, <u>fora da escola</u> ?	Nenhuma vez	Uma ou duas vezes	A maior parte dos dias	Todos os dias	Não sei
▪ Conversaram juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Divertiram-se juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Encontraram-se para estudar (fora da escola)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

A zona onde moras/ a tua vizinhança






14. Até que ponto concordas com cada uma destas frases?	Não concordo	Concordo um pouco	Concordo em parte	Concordo muito	Concordo totalmente	Não sei
▪ Na zona onde moro/ na minha vizinhança há lugares suficientes para eu brincar ou me divertir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Eu sinto-me seguro(a) quando caminho na zona onde moro/ na minha vizinhança	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

15. Quão feliz te sentes com ...					
▪ Como és tratado(a) quando vais ao médico?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Os espaços ao ar livre que as crianças podem usar na zona onde moras/ na tua vizinhança?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ A zona onde moras/ a tua vizinhança?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

A escola

16. Até que ponto concordas com cada uma das seguintes frases?	Não concordo	Concordo um pouco	Concordo em parte	Concordo muito	Concordo totalmente	Não sei
▪ O(s) meu(s) professor(es) ou professora(s) ouve(m)-me e têm em conta o que eu digo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Eu gosto de ir à escola	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ O(s) meu(s) professor(es) ou professora(s) trata(m)-me de forma justa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Eu sinto-me seguro(a) na escola	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

17. No último mês, com que frequência...	Nunca	Uma vez	Duas ou três vezes	Mais de três vezes	Não sei
▪ Outras crianças da tua escola te bateram?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Outras crianças da tua turma te deixaram de parte (por exemplo, nas brincadeiras)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>






18. Quão feliz te sentes com...					
▪ As outras crianças da tua turma?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ As tuas notas na escola?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ A tua experiência escolar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ A tua relação com o(s) teu(s) professore(s) ou professora(s)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Como usas o teu tempo

19. Com que frequência fazes as seguintes atividades <u>quando não estás na escola?</u>	Nunca ou raramente	Menos de uma vez por semana	Uma ou duas vezes por semana	Quase todos os dias ou todos os dias	Não sei
▪ Tens actividades extracurriculares (como música, desporto, dança, línguas,...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Lês por diversão (não porque tens trabalhos de casa)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Ajudas nas tarefas domésticas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Fazes os trabalhos de casa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Vês televisão	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Praticas desporto ou fazes exercício	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Utilizas um computador	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Mais sobre ti

20. Quão feliz te sentes com...

					
▪ A liberdade que tens?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ A tua saúde?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ A tua aparência?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ O teu corpo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ O que fazes nos tempos livres?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Como és ouvido(a) pelos adultos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ A segurança que sentes?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ A tua vida como um todo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

A tua vida e coisas da vida

21. Até que ponto concordas com cada uma destas frases?	Não concordo	Concordo um pouco	Concordo em parte	Concordo muito	Concordo totalmente	Não sei
▪ A minha vida corre bem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ A minha vida é exatamente como deveria ser	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Eu tenho uma vida boa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Eu tenho o que quero na vida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ As coisas da minha vida são excelentes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

22. Por favor responde às seguintes perguntas sobre os direitos das crianças	Não	Não tenho a certeza	Sim
▪ Eu conheço os direitos que as crianças têm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Eu já ouvi falar da convenção das Nações Unidas sobre os direitos das crianças	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Eu acho que no meu país os adultos respeitam os direitos das crianças	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

23. Lê com atenção: na próxima pergunta tens de responder numa escala de 0 a 10!!

Até agora, és feliz com toda a tua vida?	0 = Nada feliz Totalmente feliz = 10										
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Finalmente

Estamos neste momento a testar este questionário e, para melhorá-lo, temos interesse em saber a tua opinião.

24. Diz-nos, por favor, se estás de acordo com as seguintes frases sobre o questionário.

	Não concordo	Concordo	Não sei
O questionário é demasiado grande	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
No questionário perguntam-me coisas que eu acho que são importantes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Muito obrigado por participares!!!
Muito obrigado por participares!!!

ANEXO 5 – Questionário 5º ano



Somos um grupo de investigadores da Universidade interessado em conhecer as opiniões e pontos de vista de pessoas da tua idade.

Ficariamos muito gratos se respondesses a este questionário. É ANÓNIMO, por outras palavras, ninguém vai saber as tuas respostas.

Não há respostas certas ou erradas, estamos apenas interessados em conhecer as tuas escolhas, opiniões e sentimentos. Este questionário é confidencial (não saberemos quem és e não passaremos a outras pessoas qualquer informação que nos dês).

Não tens de responder a nenhuma pergunta à qual não queiras dar resposta.

Para cada pergunta, por favor assinala a caixa com um X ou circula o número da opção que melhor corresponde à tua situação pessoal ou opinião.

Nome da escola: _____

Cidade: _____ Escola Pública Escola Privada

Ano escolar: 5º ano - 2º ciclo Data:/...../ 2013

Sobre ti

1. Eu tenho ____ anos de idade.

2. Eu sou: Menino Menina

3. Eu vivo na cidade (ou na vila ou na aldeia):

.....

4. a) Eu nasci em Portugal: Sim Não

(Se a resposta é "não", indica o país onde nasceste:)

b) Eu posso dizer que sou:

Negro(a)	<input type="checkbox"/>	
Cigano(a)	<input type="checkbox"/>	
Branco(a)	<input type="checkbox"/>	
Mulato(a)	<input type="checkbox"/>	
Outro(a)	<input type="checkbox"/>	Qual?
Não sei	<input type="checkbox"/>	

A tua casa e as pessoas com quem moras

5. Algumas crianças moram sempre na mesma casa. Outras crianças moram algumas vezes, ou frequentemente, em casas diferentes. Das seguintes frases, por favor escolhe aquela que melhor descreve o teu caso.

Eu moro sempre na mesma casa

Eu moro normalmente na mesma casa, mas às vezes moro noutros sítios (por exemplo, em casa dos avós ou numa casa de férias)

Eu moro regularmente em duas casas com adultos diferentes

6. Qual das seguintes situações melhor descreve a casa onde moras a maior parte do tempo?

Eu moro com a minha família

Eu moro numa família de acolhimento/ casa de acolhimento

Eu moro num lar de crianças

Eu moro com a minha família adotiva

7. Esta pergunta é sobre as pessoas com quem moras.

Por favor assinala todas as pessoas que moram na(s) tua(s) casa(s).

- Se moras sempre na mesma casa, preenche apenas a Coluna A.
- Se moras regularmente em mais do que uma casa com diferentes adultos, preenche as Colunas A e B.

Coluna A: Primeira casa onde regularmente moras	Coluna B: Outra casa / Outro sítio onde regularmente moras
Mãe <input type="checkbox"/>	Mãe <input type="checkbox"/>
Pai <input type="checkbox"/>	Pai <input type="checkbox"/>
Companheiro da mãe ou padrasto <input type="checkbox"/>	Companheiro da mãe ou padrasto <input type="checkbox"/>
Companheira do pai ou madrasta <input type="checkbox"/>	Companheira do pai ou madrasta <input type="checkbox"/>
Avó <input type="checkbox"/>	Avó <input type="checkbox"/>
Avô <input type="checkbox"/>	Avô <input type="checkbox"/>
Irmãos e/ou irmãs <input type="checkbox"/>	Irmãos e/ou irmãs <input type="checkbox"/>
Outras crianças (ex.: primo ou prima) <input type="checkbox"/>	Outras crianças (ex.: primo ou prima) <input type="checkbox"/>
Outros adultos (ex.: tio ou tia) <input type="checkbox"/>	Outros adultos (ex.: tio ou tia) <input type="checkbox"/>

8. Até que ponto estás de acordo com cada uma destas frases?	Não concordo	Concordo um pouco	Concordo em parte	Concordo muito	Concordo totalmente	Não sei
▪ Eu sinto-me seguro(a) em casa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Eu tenho um lugar tranquilo para estudar em casa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Os meus pais (ou as pessoas que cuidam de mim) ouvem-me e têm em conta o que eu digo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Nós temos bons momentos em família	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Os meus pais (ou as pessoas que cuidam de mim) tratam-me de forma justa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

9. Quão satisfeito(a) estás com cada uma das seguintes coisas na tua vida?	0 = Nada Satisfeito(a) 10 = Totalmente satisfeito(a)										
▪ A casa ou apartamento onde moras?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ As pessoas com quem moras?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ Todas as outras pessoas da tua família?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ A tua vida familiar?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

10. Na semana passada, com que frequência fizeste as seguintes coisas com a tua família?	Nenhuma vez	Uma ou duas vezes	A maior parte dos dias	Todos os dias	Não sei
▪ Conversaram juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Divertiram-se juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Aprenderam juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

O dinheiro e as coisas que tens

11. Quais das seguintes coisas tens ou não tens?	Não	Sim	Não sei
▪ Roupa em boas condições para ir à escola	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Acesso a um computador em casa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Acesso à internet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Telemóvel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ O teu próprio quarto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Livros para ler por diversão	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Pelo menos um carro de família	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ O teu próprio equipamento para ouvires música	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Uma televisão em casa que possas usar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

12. Quão satisfeito(a) estás com as coisas que tens?	0 = Nada satisfeito (a)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10 = Totalmente satisfeito(a)
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

13. Com que frequência te preocupas com quanto dinheiro a tua família tem?

Nunca	Algumas vezes	Frequentemente	Sempre	Não sei
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Os teus amigos e outras pessoas

14. Até que ponto concordas com cada uma destas frases?	Não concordo	Concordo um pouco	Concordo em parte	Concordo muito	Concordo totalmente	Não sei
▪ Os meus amigos são normalmente simpáticos comigo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Eu tenho amigos suficientes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

15. Quão satisfeito(a) estás com cada uma das seguintes coisas na tua vida?	0 = Nada satisfeito(a) 10 = Totalmente satisfeito(a)										
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ Os teus(tuas) amigos(as)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ As pessoas que moram na zona onde moras/ os teus vizinhos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ O teu relacionamento com as pessoas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. Na semana passada, com que frequência fizeste as seguintes coisas com os teus amigos, fora da escola?	Nenhuma vez	Uma ou duas vezes	A maior parte dos dias	Todos os dias	Não sei
▪ Conversaram juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Divertiram-se juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Encontraram-se para estudar (fora da escola)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

A zona onde moras/ a tua vizinhança

17. Até que ponto concordas com cada uma destas frases?	Não concordo	Concordo um pouco	Concordo em parte	Concordo muito	Concordo totalmente	Não sei
▪ Na zona onde moro/ na minha vizinhança há lugares suficientes para eu brincar ou me divertir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Eu sinto-me seguro(a) quando caminho na zona onde moro/ na minha vizinhança	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

18. Quão satisfeito(a) estás com cada uma das seguintes coisas da zona onde vives?

0 = Nada satisfeito(a)	10 = Totalmente satisfeito(a)
------------------------------	-------------------------------------

▪ Como és tratado(a) quando vais ao médico?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ Os espaços ao ar livre que as crianças podem usar na zona onde moras/ na tua vizinhança?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ A zona onde moras/ a tua vizinhança?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Escola

19. Até que ponto concordas com cada uma destas frases?	Não concordo	Concordo um pouco	Concordo em parte	Concordo muito	Concordo totalmente	Não sei
▪ O(s) meu(s) professor(es) ou professora(s) ouve(m)-me e têm em conta o que eu digo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Eu gosto de ir à escola	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ O(s) meu(s) professor(es) ou professora(s) trata(m)-me de forma justa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Eu sinto-me seguro(a) na escola	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

20. No último mês, com que frequência...	Nunca	Uma vez	Duas ou três vezes	Mais de três vezes	Não sei
▪ Outras crianças da tua escola te bateram?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Outras crianças da tua turma te deixaram de parte (por exemplo, nas brincadeiras)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

21. Quão satisfeito(a) estás com cada uma das seguintes coisas da tua vida?	0 = Nada satisfeito(a) 10 = Totalmente satisfeito(a)										
▪ Outras crianças da tua turma?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ As tuas notas na escola?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ A tua experiência escolar?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ A tua vida como aluno(a)?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ As coisas que aprendeste?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ A tua relação com o(s) teu(s) professor(es) ou professoras?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Como usas o teu tempo

22. Com que frequência costumavas fazer as seguintes atividades quando não estás na escola?	Nunca ou raramente	Menos de uma vez por semana	Uma ou duas vezes por semana	Quase todos os dias ou todos os dias	Não sei
▪ Tens atividades extracurriculares (como música, desporto, dança, línguas,...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Lês por diversão (não porque tens trabalhos de casa)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Ajudas nas tarefas domésticas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Fazes os trabalhos de casa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Vês televisão ou ouves música	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Praticas desporto ou fazes exercício	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Usas o computador	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Mais sobre ti

23. Quão satisfeito(a) estás com cada uma das seguintes coisas da tua vida?	0 = Nada satisfeito(a) 10 = Totalmente satisfeito (a)										
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ Como utilizas o teu tempo?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ A liberdade que tens?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ A tua saúde?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ A tua aparência?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ O teu corpo?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ O que fazes nos tempos livres?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ Como és ouvido pelos adultos?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ A tua auto-confiança?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ A tua vida como um todo?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

24. No último ano,	Não	Sim
... mudaste de casa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... mudaste de zona de residência?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... mudaste de escola?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... viveste nalgum outro país por mais de um mês?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

25. Estás a morar com os mesmos pais (ou pessoas que cuidam de ti) com quem moravas há um ano atrás?	Não	Sim
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Como te sentes contigo próprio(a)

26. Quão satisfeito(a) estás com cada uma das seguintes coisas da tua vida?

▪ Com a segurança que sentes?

▪ Com as coisas nas quais queres ser bom(boa)?

▪ Com o fazer coisas fora de casa?

▪ Com o que te pode acontecer mais tarde na tua vida?

0 = Nada satisfeito(a)											10 = Totalmente satisfeito(a)										
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

27. No geral, quão feliz te tens sentido nas últimas duas semanas?

0 = Nada Feliz											10 = Totalmente Feliz										
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

A tua vida e o teu futuro

28. Aqui tens 5 frases sobre como te podes sentir em relação à tua vida em geral. Por favor indica até que ponto concordas com cada uma das seguintes frases.

	0 = Nada de acordo										10 = Totalmente de acordo											
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ A minha vida corre bem																						
▪ A minha vida é exatamente como deveria ser																						
▪ Eu tenho uma boa vida																						
▪ Eu tenho o que quero na vida																						
▪ As coisas da minha vida são excelentes																						

29. Por favor responde às seguintes perguntas sobre os direitos das crianças

	Não	Não tenho a certeza	Sim
▪ Eu conheço os direitos que as crianças têm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Eu já ouvi falar da convenção das Nações Unidas sobre os direitos das crianças	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Eu acho que no meu país os adultos respeitam os direitos das crianças	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

30. Imagina que já és adulto(a): nessa idade em quanto achas que gostarias que outras pessoas valorizassem as seguintes qualidades em ti?

	0 = Nada 10 = Muitíssimo										
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ A tua simpatia											
▪ O teu relacionamento com outras pessoas											
▪ O teu dinheiro											
▪ O teu poder											
▪ A tua familia											
▪ A tua personalidade											
▪ A tua bondade											
▪ A tua imagem											

31. Abaixo está uma lista de palavras que descrevem diferentes sentimentos e emoções. Lê, por favor, cada uma das palavras e indica o quanto te sentiste assim nas últimas duas semanas.

	0 = Nada 10 = Extremamente										
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
▪ Satisfeito(a)											
▪ Feliz											
▪ Relaxado(a)											
▪ Ativo(a)											
▪ Calmo(a)											
▪ Cheio(a) de energia											

Finalmente

Estamos neste momento a testar este questionário e, para melhorá-lo, temos interesse em saber a tua opinião.

33. Diz-nos, por favor, se estás de acordo com as seguintes frases sobre o questionário.

	Não concordo	Concordo	Não sei
O questionário é demasiado grande	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
No questionário perguntam-me coisas que eu acho que são importantes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Muito obrigado por participares!!!
Muito obrigado por participares!!!

ANEXO 6 – Questionário 7º ano



Somos um grupo de investigadores da Universidade interessado em conhecer as opiniões e pontos de vista de pessoas da tua idade.

Ficariamos muito gratos se respondesses a este questionário. É **ANÓNIMO**, por outras palavras, ninguém vai saber as **tuas** respostas.

Não há respostas certas ou erradas, estamos apenas interessados em **conhecer as tuas escolhas, opiniões e sentimentos**. Este questionário é confidencial (não saberemos quem és e não passaremos a outras pessoas qualquer informação que nos dê).

Não tens de responder a nenhuma pergunta à qual não queiras dar resposta.

Para cada pergunta, por favor assinala a caixa com um X ou circula o número da opção que melhor corresponde à tua situação pessoal ou opinião.

Nome da escola: _____

Cidade: _____ Escola Pública Escola Privada

Ano escolar: 7º ano - 3º ciclo Data:/...../ 2013

Sobre ti

1. Eu tenho ____ anos de idade.

2. Eu sou: Menino Menina

3. Eu vivo na cidade (ou vila ou aldeia):

.....

4. a) Eu nasci em Portugal: Sim Não

(Se a resposta é "não", indica o país onde nasceste:)

b) Eu posso dizer que sou:

Negro(a)	<input type="checkbox"/>	
Cigano(a)	<input type="checkbox"/>	
Branco(a)	<input type="checkbox"/>	
Mulato(a)	<input type="checkbox"/>	
Outro(a)	<input type="checkbox"/>	Qual?
Não sei	<input type="checkbox"/>	

A tua casa e as pessoas com quem moras

5. Algumas crianças moram sempre na mesma casa. Outras crianças moram algumas vezes, ou frequentemente, em casas diferentes. Das seguintes frases, por favor escolhe aquela que melhor descreve o teu caso.

Eu moro sempre na mesma casa

Eu moro normalmente na mesma casa, mas às vezes moro noutros sítios (por exemplo, em casa dos avós ou numa casa de férias)

Eu moro regularmente em duas casas com adultos diferentes

6. Qual das seguintes situações melhor descreve a casa onde moras a maior parte do tempo?

Eu moro com a minha família

Eu moro numa família de acolhimento/ casa de acolhimento

Eu moro num lar de crianças

Eu moro com a minha família adotiva

7. Esta pergunta é sobre as pessoas com quem moras.

Por favor assinala todas as pessoas que moram na(s) tua(s) casa(s).

- Se moras sempre na mesma casa, preenche apenas a Coluna A.
- Se moras regularmente em mais do que uma casa com diferentes adultos, preenche as Colunas A e B.

Coluna A: Primeira casa onde regularmente moras	Coluna B: Outra casa / Outro sítio onde regularmente moras
Mãe <input type="checkbox"/>	Mãe <input type="checkbox"/>
Pai <input type="checkbox"/>	Pai <input type="checkbox"/>
Companheiro da mãe ou padrasto <input type="checkbox"/>	Companheiro da mãe ou padrasto <input type="checkbox"/>
Companheira do pai ou madrasta <input type="checkbox"/>	Companheira do pai ou madrasta <input type="checkbox"/>
Avó <input type="checkbox"/>	Avó <input type="checkbox"/>
Avô <input type="checkbox"/>	Avô <input type="checkbox"/>
Irmãos e/ou irmãs <input type="checkbox"/>	Irmãos e/ou irmãs <input type="checkbox"/>
Outras crianças (ex.: primo ou prima) <input type="checkbox"/>	Outras crianças (ex.: primo ou prima) <input type="checkbox"/>
Outros adultos (ex.: tio ou tia) <input type="checkbox"/>	Outros adultos (ex.: tio ou tia) <input type="checkbox"/>

8. Até que ponto estás de acordo com cada uma destas frases?	Não concordo	Concordo um pouco	Concordo em parte	Concordo muito	Concordo totalmente	Não sei
* Eu sinto-me seguro(a) em casa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
* Eu tenho um lugar tranquilo para estudar em casa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
* Os meus pais (ou as pessoas que cuidam de mim) ouvem-me e têm em conta o que eu digo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
* Nós temos bons momentos em família	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
* Os meus pais (ou as pessoas que cuidam de mim) tratam-me de forma justa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

9. Quão satisfeito(a) estás com cada uma das seguintes coisas na tua vida?	0 = Nada satisfeito(a) 10 = Totalmente satisfeito(a)										
* A casa ou apartamento onde moras?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* As pessoas com quem moras?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* Todas as outras pessoas da tua família?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* A tua vida familiar?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

10. Na semana passada, com que frequência fizeste as seguintes coisas com a tua família?	Nenhuma vez	Uma ou duas vezes	A maior parte dos dias	Todos os dias	Não sei
* Conversaram juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
* Divertiram-se juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
* Aprenderam juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4

O dinheiro e as coisas que tens

11. Com que frequência recibes dinheiro?

▪ Eu não recebo dinheiro	<input type="checkbox"/>
▪ Eu recebo dinheiro, mas não regularmente (por exemplo, só no teu aniversário ou no Natal)	<input type="checkbox"/>
▪ Eu recebo dinheiro todas as semanas (aproximadamente, quanto recibes por semana? €)	<input type="checkbox"/>
▪ Eu recebo dinheiro todos os meses (aproximadamente, quanto recibes por mês? €)	<input type="checkbox"/>
Não sei	<input type="checkbox"/>

12. Quais das seguintes coisas tens ou não tens?

	Não	Sim	Não sei
▪ Roupa em boas condições para ir à escola	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Acesso a um computador em casa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Acesso à internet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Telemóvel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ O teu próprio quarto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Livros para ler por diversão	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Pelo menos um carro de família	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ O teu próprio equipamento para ouvires música	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
▪ Uma televisão em casa que possas usar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

13. Quão satisfeito(a) estás com as coisas que tens?

0 = Nada satisfeito(a)	10 = Totalmente satisfeito(a)									
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

14. Com que frequência te preocupas com quanto dinheiro a tua família tem?

Nunca	Algumas vezes	Frequentemente	Sempre	Não sei
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

15. Dos adultos que vivem contigo, quantos têm um trabalho remunerado/pago?

Nenhum	Um	Dois	Mais de dois	Não sei
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. A próxima pergunta é também sobre dinheiro. Para esta pergunta gostaríamos que pensasses sobre há um ano atrás e que comparasses como as coisas eram para ti e para a tua família nessa altura e como o são hoje.

	Mais do que há um ano atrás	O mesmo que há um ano atrás	Menos do que há um ano atrás	Não sei
• Quanto dinheiro tem a tua família agora?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Quanto dinheiro os teus pais (ou pessoas que cuidam de ti) gastam em coisas para ti (por exemplo, mesada ou semanada, roupa, presentes)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Com que frequência ouves os adultos da tua família falar sobre problemas relacionados com dinheiro?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Os teus amigos e outras pessoas

17. Até que ponto concordas com cada uma destas frases?	Não concordo	Concordo um pouco	Concordo em parte	Concordo muito	Concordo totalmente	Não sei
* Os meus amigos são normalmente simpáticos comigo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
* Eu tenho amigos suficientes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

18. Quão satisfeito(a) estás com cada uma das seguintes coisas na tua vida?	0 = Nada satisfeito(a) 10 = Totalmente satisfeito(a)										
* Os teus(tuas) amigos(as)?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* As pessoas que moram na zona onde moras/ os teus vizinhos?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* O teu relacionamento com as pessoas?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

19. Na semana passada, com que frequência fizeste as seguintes coisas com os teus amigos, <i>fora da escola</i> ?	Nenhuma vez	Uma ou duas vezes	A maior parte dos dias	Todos os dias	Não sei
* Conversaram juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
* Divertiram-se juntos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
* Encontraram-se para estudar (fora da escola)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

A zona onde moras/ a tua vizinhança

20. Até que ponto concordas com cada uma destas frases?	Não concordo	Concordo um pouco	Concordo em parte	Concordo muito	Concordo totalmente	Não sei
• A Câmara Municipal da zona onve vivo pergunta às crianças e jovens as suas opiniões sobre coisas que são importantes para eles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Na zona onde moro/ na minha vizinhança há lugares suficientes para eu brincar ou me divertir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Eu sinto-me seguro(a) quando caminho na zona onde moro/ na minha vizinhança	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

21. Quão satisfeito(a) estás com cada uma das seguintes coisas da zona onde vives?	0 = Nada satisfeito(a) 10 = Totalmente satisfeito(a)										
• A polícia da zona onde moras?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
• Como és tratado(a) quando vais ao médico?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
• Os espaços ao ar livre que as crianças podem usar na zona onde moras/ na tua vizinhança?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
• A zona onde moras/ a tua vizinhança?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Escola

22. Até que ponto concordas com cada uma destas frases?	Não concordo	Concordo um pouco	Concordo em parte	Concordo muito	Concordo totalmente	Não sei
* O(s) meu(s) professor(es) ou professora(s) ouve(m)-me e têm em conta o que eu digo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
* Eu gosto de ir à escola	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
* O(s) meu(s) professor(es) ou professora(s) trata(m)-me de forma justa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
* Eu sinto-me seguro(a) na escola	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

23. No último mês, com que frequência...	Nunca	Uma vez	Duas ou três vezes	Mais de três vezes	Não sei
* Outras crianças da tua escola te bateram?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
* Outras crianças da tua turma te deixaram de parte (por exemplo, nas brincadeiras)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

24. Quão satisfeito(a) estás com cada uma das seguintes coisas da tua vida?	0 = Nada satisfeito(a)										10 = Totalmente satisfeito(a)											
* Outras crianças da tua turma?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* As tuas notas na escola?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* A tua experiência escolar?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* A tua vida como aluno(a)?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* As coisas que aprendeste?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* A tua relação com o(s) teu(s) professor(es) ou professoras?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Como usas o teu tempo

25. Com que frequência costumavas fazer as seguintes atividades quando não estás na escola?	Nunca ou raramente	Menos de uma vez por semana	Uma ou duas vezes por semana	Quase todos os dias ou todos os dias	Não sei
• Tens atividades extracurriculares (como música, desporto, dança, línguas,...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Participas em atividades de lazer organizadas (como centros de tempos livres, escuteiros, clubes,...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Lês por diversão (não porque tens trabalhos de casa)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Ajudas nas tarefas domésticas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Fazes os trabalhos de casa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Vês televisão ou ouves música	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Praticas desporto ou fazes exercício	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Usas o computador	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Passas o tempo sozinho(a)/contigo próprio(a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Cuidas dos teus irmãos ou irmãs ou de outros membros da família	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Mais sobre ti

26. Quão satisfeito(a) estás com cada uma das seguintes coisas da tua vida?	0 = Nada satisfeito(a) 10 = Totalmente satisfeito(a)										
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* Como utilizas o teu tempo?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* A liberdade que tens?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* As oportunidades que tens na vida?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* A tua saúde?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* A tua aparência?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* O teu corpo?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* O que fazes nos tempos livres?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* Como és ouvido pelos adultos?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* A tua auto-confiança?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* A tua vida como um todo?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

27. No último ano,	Não	Sim
... mudaste de casa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... mudaste de zona de residência?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... mudaste de escola?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... viveste nalgum outro país por mais de um mês?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

28. Estás a morar com os mesmos pais (ou pessoas que cuidam de ti) com quem moravas há um ano atrás?	Não	Sim
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Como te sentes contigo próprio(a)

29. Quão satisfeito(a) estás com cada uma das seguintes coisas da tua vida?

	0 = Nada satisfeito(a) 10 = Totalmente satisfeito(a)										
* A segurança que sentes?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* Com as coisas nas quais queres ser bom(boa)?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* Com o fazer coisas fora de casa?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* Com o que te pode acontecer mais tarde na tua vida?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

30. No geral, quão feliz te tens sentido nas últimas duas semanas?

	0 = Nada feliz 10 = Totalmente feliz										
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

A tua vida e o teu futuro

31. Aqui tens 5 frases sobre como te podes sentir em relação à tua vida em geral. Por favor indica até que ponto concordas com cada uma das seguintes frases.

	0 = Nada de acordo										10 = Totalmente de acordo											
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
• A minha vida corre bem																						
• A minha vida é exatamente como deveria ser																						
• Eu tenho uma boa vida																						
• Eu tenho o que quero na vida																						
• As coisas da minha vida são excelentes																						

32. Por favor responde às seguintes perguntas sobre os direitos das crianças

	Não	Não tenho a certeza	Sim
• Eu conheço os direitos que as crianças têm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Eu já ouvi falar da convenção das Nações Unidas sobre os direitos das crianças	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• Eu acho que no meu país os adultos respeitam os direitos das crianças	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

33. Imagina que já és adulto(a): nessa idade em quanto achas que gostarias que outras pessoas valorizassem as seguintes qualidades em ti?

	0 = Nada										10 = Multíssimo											
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* A tua simpatia	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* O teu relacionamento com outras pessoas	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* O teu dinheiro	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* O teu poder	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* A tua família	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* A tua personalidade	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* A tua bondade	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* A tua imagem	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

34. Abaixo está uma lista de palavras que descrevem diferentes sentimentos e emoções. Lê, por favor, cada uma das palavras e indica o quanto te sentiste assim nas últimas duas semanas

	0 = Nada										10 = Extremamente											
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* Satisfeito(a)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* Feliz	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* Relaxado(a)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* Ativo(a)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* Calmo(a)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* Cheio(a) de energia	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

35. Por favor indica até que ponto concordas com cada uma das seguintes frases	0 = Nada de acordo										10 = Totalmente de acordo											
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
* Eu gosto de ser como sou																						
* Sou bom(boa) a gerir as minhas responsabilidades diárias	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10											
* As pessoas são normalmente simpáticas comigo	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10											
* Tenho poder de decisão suficiente sobre como passo o meu tempo	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10											
* Sinto que estou a aprender muito neste momento	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10											
* Sinto que sei qual o rumo da minha vida	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10											
* Sinto-me sozinho(a)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10											
* Sinto-me optimista em relação ao meu futuro	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10											

36. Por favor pensa um pouco sobre o MELHOR momento de toda a tua vida - não escrevas nada, pensa apenas sobre isso.
- De seguida, pensa por um momento sobre o PIOR momento da tua vida - não escrevas nada, pensa apenas sobre isso.
- Tendo estes dois momentos em mente, por favor responde, numa escala de -5 a +5, em que ponto te encontras no MOMENTO PRESENTE, o que inclui as últimas duas semanas

-5 = Sinto-me tão mal quanto me senti no PIOR momento da minha vida											+5 = Sinto-me tão bem quanto me senti no MELHOR momento da minha vida										
-5	-4	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	+4	+5	-5	-4	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	+4	+5

Finalmente

Estamos neste momento a testar este questionário e, para melhorá-lo, temos interesse em saber a tua opinião.

37. Diz-nos, por favor, se estás de acordo com as seguintes frases sobre o questionário

	Não concordo	Concordo	Não sei
O questionário é demasiado grande	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
No questionário perguntam-me coisas que eu acho que são importantes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Muito obrigado por participares!!!!
Muito obrigado por participares!!!!