

Este Projecto de Investigação insere-se no âmbito da actividade do Núcleo de Psicologia do ACES de ODIVELAS/ Unidade de Investigação em Psicologia e Saúde do ISPA e tem como objectivo conhecer a percepção dos professores sobre a gestão da relação com o aluno, pais, colegas e com a escola. O Projecto consiste na apresentação de várias situações às quais deve dar uma resposta, o mais sincera possível. Para além disso, apresentam-se algumas situações referentes à forma como se tem sentido no local de trabalho. A sua participação neste estudo é voluntária. A sua identidade pessoal será sempre mantida como estritamente confidencial neste estudo. Os dados das suas respostas são utilizados para efeitos unicamente estatísticos.

Dados Sociodemográficos e Profissionais:

Sexo \_\_\_\_ Idade \_\_\_\_ Estado Civil: \_\_\_\_\_ Nº Filhos \_\_\_\_

Habilitações Académicas \_\_\_\_\_ Ano de conclusão do Curso \_\_\_\_\_

Tempo total de serviço Docente \_\_\_\_\_ Tempo de Serviço Docente **na actual** Escola \_\_\_\_\_

Tipo de Escola   ☐ Pública        ☐ Privada        Actividades noutra instituição \_\_\_\_\_

Nível de Ensino em que trabalha ☐ 1º Ciclo    ☐ 2º Ciclo        ☐ 3º Ciclo        ☐ Secundário

Número de turmas \_\_\_\_\_ Número médio de alunos por turma \_\_\_\_\_

Número de alunos com necessidades educativas especiais \_\_\_\_\_

Número de horas de aulas por semana \_\_\_\_\_

Funções desempenhadas na Escola \_\_\_\_\_

Situação Profissional    ☐ Tempo Total            ☐ Tempo Parcial

Tipo de Vínculo    ☐ Funcionário Público    ☐ Contratado        ☐ Em Substituição        ☐ Outra

Vivenciou algum acontecimento negativo nos últimos 6 meses (ex: ruptura amorosa, divórcio, falecimento de um ente querido)? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Esteve de baixa médica ? \_\_\_\_\_ Se sim, durante quanto tempo? \_\_\_\_\_

Sofre de alguma doença crónica? \_\_\_\_\_

Pratica normalmente actividade física ou actividades relacionadas com lazer? \_\_\_\_\_ Se sim, de que tipo? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

| Por favor, assinale com um "X" para indicar o quanto cada afirmação se aplicou a si <i>durante a semana passada</i> . Não há respostas certas ou erradas. Não leve muito tempo a indicar a sua resposta em cada afirmação. |                                                                                                       | Não se aplicou nada a mim | Aplicou-se a mim algumas vezes | Aplicou-se a mim muitas vezes | Aplicou-se a mim a maior parte das vezes |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|--------------------------------|-------------------------------|------------------------------------------|
| 1.                                                                                                                                                                                                                         | Tive dificuldades em me acalmar                                                                       | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 2.                                                                                                                                                                                                                         | Senti a minha boca seca                                                                               | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 3.                                                                                                                                                                                                                         | Não consegui sentir nenhum sentimento positivo                                                        | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 4.                                                                                                                                                                                                                         | Senti dificuldades em respirar                                                                        | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 5.                                                                                                                                                                                                                         | Tive dificuldade em tomar iniciativa para fazer coisas                                                | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 6.                                                                                                                                                                                                                         | Tive tendência a reagir em demasia em determinadas situações                                          | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 7.                                                                                                                                                                                                                         | Senti tremores (por ex., nas mãos)                                                                    | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 8.                                                                                                                                                                                                                         | Senti que estava a utilizar muita energia nervosa                                                     | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 9.                                                                                                                                                                                                                         | Preocupei-me com situações em que podia entrar em pânico e fazer figura ridícula                      | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 10.                                                                                                                                                                                                                        | Senti que não tinha nada a esperar do futuro                                                          | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 11.                                                                                                                                                                                                                        | Dei por mim a ficar agitado                                                                           | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 12.                                                                                                                                                                                                                        | Senti dificuldade em me relaxar                                                                       | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 13.                                                                                                                                                                                                                        | Senti-me desanimado e melancólico                                                                     | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 14.                                                                                                                                                                                                                        | Estive intolerante em relação a qualquer coisa que me impedisse de terminar aquilo que estava a fazer | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 15.                                                                                                                                                                                                                        | Senti-me quase a entrar em pânico                                                                     | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 16.                                                                                                                                                                                                                        | Não fui capaz de ter entusiasmo por nada                                                              | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 17.                                                                                                                                                                                                                        | Senti que não tinha muito valor como pessoa                                                           | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 18.                                                                                                                                                                                                                        | Senti que por vezes estava sensível                                                                   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 19.                                                                                                                                                                                                                        | Senti alterações no meu coração sem fazer exercício físico                                            | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 20.                                                                                                                                                                                                                        | Senti-me assustado sem ter tido uma boa razão para isso                                               | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |
| 21.                                                                                                                                                                                                                        | Senti que a vida não tinha sentido                                                                    | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                 |

| As pessoas podem lidar com o mal-estar profissional de diversas formas. Indique, através de uma cruz (X), o grau em que utiliza cada uma das estratégias abaixo referidas quando sente mal-estar por causa de situações do seu trabalho. | Quase nunca              | Poucas vezes             | Algumas vezes            | Muitas vezes             | Quase Sempre             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. Discutir a situação com o Presidente do Conselho Executivo/Director                                                                                                                                                                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Tentar ser muito organizado para poder gerir as situações                                                                                                                                                                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Falar com outras pessoas envolvidas                                                                                                                                                                                                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Tentar ver a situação como uma oportunidade para aprender e desenvolver novas competências                                                                                                                                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Colocar atenção redobrada no planeamento e no horário, para não cometer erros                                                                                                                                                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. Tentar pensar em mim como um vencedor, como alguém que chega sempre de cabeça erguida                                                                                                                                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. Dizer a mim próprio que posso provavelmente trabalhar as coisas à minha maneira                                                                                                                                                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. Dedicar mais tempo e energia a fazer o meu trabalho                                                                                                                                                                                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. Tentar obter o apoio de mais pessoas envolvidas na situação                                                                                                                                                                           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. Pensar nas mudanças que podem ser feitas na situação                                                                                                                                                                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. Tentar trabalhar mais depressa e eficazmente                                                                                                                                                                                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. Decidir o que deve ser feito e explicar isso às pessoas que encontram envolvidas                                                                                                                                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. Dar o meu melhor para fazer aquilo que penso ser esperado de mim                                                                                                                                                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. Pedir a ajuda das pessoas que têm o poder de fazer alguma coisa por mim                                                                                                                                                              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

|                                                                                                                                           | Quase nunca              | Poucas vezes             | Algumas vezes            | Muitas vezes             | Quase Sempre             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 15. Procurar conselhos de pessoas que se encontram fora da situação, mas que me podem ajudar a pensar como fazer o que é esperado por mim | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. Trabalhar para a mudança de políticas que estão na base da situação                                                                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17. Empenhar-me mais no trabalho e trabalhar durante mais horas                                                                           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18. Evitar encontrar-me na situação se puder                                                                                              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19. Dizer a mim próprio que o tempo toma conta deste tipo de situações                                                                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20. Tentar estar fora de situações deste tipo                                                                                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 21. Lembrar-me que o trabalho não é tudo                                                                                                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22. Antecipar as consequências negativas para estar preparado para o pior                                                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23. Delegar o trabalho a outros                                                                                                           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24. Separar-me tanto quanto possível das pessoas que criaram esta situação                                                                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 25. Tentar não ficar interessado sobre a situação                                                                                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 26. Fazer Fazer o meu melhor para sair graciosamente da situação                                                                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 27. Aceitar esta situação porque não há nada que eu possa fazer para a modificar                                                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 28. Estabelecer as minhas próprias prioridades com base no que de fazer                                                                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

|                                                                                               | Quase nunca              | Poucas vezes             | Algumas vezes            | Muitas vezes             | Quase Sempre             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 29. Dormir                                                                                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 30. Beber um pouco de licor, cerveja ou vinho                                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 31. Beber mais quantidade de bebidas alcoólicas que o devido                                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 32. Tomar tranquilizantes, sedativos ou outros medicamentos                                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 33. Praticar exercício físico                                                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 34. Praticar meditação                                                                        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 35. Usar o treino de “biofeedback”                                                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 36. Fazer relaxamento                                                                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 37. Procurar a companhia de amigos                                                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 38. Procurar a companhia da família                                                           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 39. Comer                                                                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 40. Ver televisão                                                                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 41. Assistir a acontecimentos desportivos, culturais ou comunitários                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 42. Afastar os problemas da família ou dos amigos                                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 43. Adoptar passatempos, como sejam actividades de leitura                                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 44. Fazer compras / Gastar dinheiro                                                           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 45. Trabalhar menos tempo                                                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 46. Mudar o estado físico, arranjando o cabelo, fazendo massagens, sauna ou actividade sexual | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 47. Fazer uma viagem para outra cidade                                                        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 48. “Sonhar” durante as horas de trabalho                                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 49. Procurar ajuda profissional ou aconselhamento                                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 50. Rezar                                                                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 51. Queixar-me a outras pessoas                                                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 52. Fumar                                                                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| Por favor, assinale com um "X" a resposta que melhor descreve a sua situação profissional como professor/a, indicando a opção que melhor reflecte aquilo que sente.           | Não me afecta                  | Afecta-me um pouco       | Afecta-me moderada/      | Afecta-me bastante       | Afecta-me muitíssimo        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| 1. Falta de segurança ou estabilidade no emprego                                                                                                                              | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>    |
| 2. Ameaça de violência por parte dos alunos ou vandalismo                                                                                                                     | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>    |
| 3. Sentimento de estar bloqueado na profissão                                                                                                                                 | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>    |
| 4. Salário baixo                                                                                                                                                              | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>    |
| 5. Estar isolado dos colegas                                                                                                                                                  | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>    |
| 6. Conflitos com a administração                                                                                                                                              | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>    |
| 7. Contactos negativos com os pais                                                                                                                                            | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>    |
| 8. Imagem pública dos professores                                                                                                                                             | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>    |
| 9. Falta de serviços de apoio para problemas profissionais                                                                                                                    | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>    |
| 10. Falta de serviços de apoio para problemas pessoais                                                                                                                        | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>    |
| 11. Ameaça de encerramento da escola                                                                                                                                          | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>    |
| <b>Por favor, a seguir assinale a resposta que melhor descreve o seu grau de concordância com cada uma das frases. Indique a sua opinião segundo a classificação ao lado.</b> | <b>Totalmente em desacordo</b> | <b>Em desacordo</b>      | <b>Indeciso</b>          | <b>De acordo</b>         | <b>Totalmente de acordo</b> |
| 12. Os pais estão envolvidos na educação de seus filhos                                                                                                                       | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>    |
| 13. Os professores na minha escola são incentivados a tentar soluções novas e criativas para os problemas existentes                                                          | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>    |
| 14. Os recursos materiais na minha escola (edifícios, salas, mobiliário...) são mantidos adequadamente                                                                        | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>    |
| 15. A minha escola reconhece os professores quando estes realizam o seu trabalho de maneira excepcional                                                                       | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>    |
| 16. Ensinar esgota-me emocionalmente                                                                                                                                          | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>    |
| 17. Sinto que qualquer dia poderia ter um ataque de nervos se não deixar de ensinar                                                                                           | <input type="checkbox"/>       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>    |

|                                                                                                                                                  | Totalmente em desacordo  | Em desacordo             | Indeciso                 | De acordo                | Totalmente de acordo     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 18. Às vezes tendo a tratar os alunos como objectos impessoais                                                                                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19. Sinto-me pessoalmente alienado/a pelos meus colegas de trabalho                                                                              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20. Não sei bem quais são as minhas funções e as responsabilidades do meu trabalho                                                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 21. Basicamente, eu diria que estou muito contente com o meu trabalho meu trabalho                                                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22. Actualmente a minha vida é muito proveitosa                                                                                                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23. Causa-me bastante stress tentar preencher papéis e relatórios no tempo solicitado                                                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24. Quando realmente necessito de falar com o(s) meu(s) superior(es), ele/a(s) está(ão) interessado/a(s) em escutar-me                           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 25. Às vezes tenho que passar por cima das regras da escola para poder realizar as minhas tarefas                                                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 26. O(s) meu(s) superior(es) convoca(m)-me a mim e aos meus colegas para reuniões conjuntas para tomar decisões e resolver problemas comuns      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 27. Sinto-me ansioso/a e tenso/a ao ir trabalhar todos os dias                                                                                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 28. Sinto que os meus alunos são "o inimigo"                                                                                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 29. Sinto uma pressão constante por parte dos outros para que melhore o meu trabalho                                                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 30. Há uma diferença entre o modo como os meu(s) superior(es) pensa(m) que as coisas deveriam ser feitas e como eu acredito que devam ser feitas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 31. É muito stressante dar uma boa educação num ambiente de pouco apoio financeiro                                                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 32. O(s) meu(s) superior(es) leva(m) em consideração o que eu digo                                                                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 33. Preocupa-me consumir muitas bebidas alcoólicas                                                                                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 34. Recebo informação suficiente para levar a cabo o meu trabalho de forma eficiente                                                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 35. Chego a passar mal para satisfazer as exigências dos conflitos entre alunos, pais, administradores e professores                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 36. Sabendo o que sei agora, se tivesse que decidir de novo se voltaria a escolher este trabalho, definitivamente escolhê-lo-ia                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

|                                                                                                                                                                       | Totalmente em desacordo  | Em desacordo             | Indeciso                 | De acordo                | Totalmente de acordo     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 37. Os meu(s) superior(es) insiste(m) sempre para que eu resolva os meus próprios problemas de trabalho, mas está(ão) disponível(eis) para aconselhar-me se necessito | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 38. Causa-me muito stress a mudança de normas, valores... profissionais                                                                                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 39. Os meu(s) superior(es) "dá(ão) a cara" por nós que trabalhamos na escola                                                                                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 40. Em geral, o meu trabalho adapta-se muito bem à classe profissional que eu desejava                                                                                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 41. Sinto que tenho trabalho extra além do que se deveria esperar normalmente de mim                                                                                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 42. A minha profissão está afectando negativamente as minhas relações fora do trabalho                                                                                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 43. É-me muito difícil voltar ao trabalho depois das férias                                                                                                           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 44. Sinto que me é impossível produzir alguma mudança positiva na vida dos meus alunos                                                                                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 45. A minha escola reúne condições suficientes para que os professores possam cumprir eficientemente o seu trabalho                                                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 46. Sinto que meus alunos não gostam de mim                                                                                                                           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 47. Sinto que o meu trabalho está afectando negativamente a minha saúde                                                                                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 48. Colocam-me obrigações relacionadas com a minha escola sem ter os recursos e materiais adequados para cumpri-las                                                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 49. Tentar impedir que o meu trabalho seja muito rotineiro e aborrecido causa-me muito stress                                                                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 50. Tenho-me dado conta que desfruto bastante da minha vida                                                                                                           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 51. Com frequência sinto-me deprimido/a com respeito à minha profissão                                                                                                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 52. Quando tenho conflitos com pais ou alunos, o(s) meu(s) superior(es) dá(ão)-me o tipo de apoio que necessito                                                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                               |                          |                              |                          |                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------|------------------------------|--------------------------|----------------------------|
| As afirmações que se seguem referem-se a factores organizacionais, que podem influenciar a forma como o professor se sente em relação à sua vida profissional. Estes factores prendem-se com a actividade docente em si e com a percepção que cada indivíduo tem da sua situação profissional. Indique, através de uma cruz (X), a opção que melhor represente o seu grau de acordo com cada afirmação. | Completamente de<br>Desacordo | Em Desacordo             | Não Concordo nem<br>Discordo | De Acordo                | Completamente de<br>Acordo |
| 1. O ensino oferece-me a possibilidade de progredir profissionalmente                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 2. O ordenado do professor dá para as despesas normais.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 3. O ensino oferece oportunidades para se usar uma variedade de competências.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 4. O ensino proporciona-me a possibilidade de ensinar os meus alunos a assumirem responsabilidades.                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 5. As condições de trabalho na minha escola poderiam ser melhoradas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 6. A Direcção aprecia o meu trabalho                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 7. Gostaria de desempenhar uma profissão com maior prestígio social.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 8. O ensino proporciona-me segurança no futuro                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 9. Relaciono-me bem com os meus colegas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 10. A Direcção da minha escola não define claramente a sua política de acção                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 11. As condições de trabalho na minha escola são agradáveis                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 12. O ensino proporciona-me a possibilidade de ajudar os alunos a aprender.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 13. Gosto das pessoas com quem trabalho.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |

|                                                                                                                                         |                               |                          |                              |                          |                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------|------------------------------|--------------------------|----------------------------|
|                                                                                                                                         | Completamente de<br>Desacordo | Em Desacordo             | Não Concordo nem<br>Discordo | De Acordo                | Completamente de<br>Acordo |
| 14. O ensino oferece oportunidades limitadas para a progressão na carreira.                                                             | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 15. Os alunos respeitam-me como professor(a)                                                                                            | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 16. A actuação da Direcção contribui para a existência de conflitos entre os professores                                                | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 17. O meu superior hierárquico não me oferece o apoio de que necessito                                                                  | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 18. A docência é uma profissão muito interessante                                                                                       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 19. As condições de trabalho na minha escola não podiam ser piores.                                                                     | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 20. Relaciono-me bem com os meus alunos                                                                                                 | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 21. A Direcção da minha escola dá a conhecer, de forma clara, a sua política de acção.                                                  | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 22. Nunca me sinto seguro na actividade docente                                                                                         | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 23. A actividade docente não me dá oportunidades de desenvolver novas metodologias.                                                     | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 24. A Direcção lida imparcialmente com todos os professores da escola.                                                                  | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 25. Os meus colegas incentivam-me a melhorar o meu trabalho.                                                                            | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 26. Comparados com categorias profissionais do mesmo nível académico, os professores estão socialmente situados em posição de igualdade | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |

|     |                                                                                                                    | Completamente de<br>Desacordo | Em Desacordo             | Não Concordo nem<br>Discordo | De Acordo                | Completamente de<br>Acordo |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------|------------------------------|--------------------------|----------------------------|
| 27. | O ensino não me proporciona a possibilidade de mostrar os meus conhecimentos                                       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 28. | Sinto-me bem pago(a) em relação à minha competência.                                                               | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 29. | Verifica-se hoje uma degradação social da imagem do professor                                                      | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 30. | As pessoas com quem trabalho não cooperam comigo                                                                   | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 31. | O professor sentir-se-ia mais estimulado no seu trabalho, se houvesse mais possibilidades de progredir na carreira | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 32. | O ensino proporciona-me pouca segurança financeira.                                                                | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 33. | O ensino encoraja-me a ser criativo(a).                                                                            | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 34. | O ordenado do professor mal chega para viver                                                                       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 35. | Sou indiferente em relação à docência                                                                              | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 36. | O meu superior hierárquico aprecia o ensino de qualidade.                                                          | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 37. | Recebo muitas directrizes com pouco sentido, da parte da Direcção                                                  | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 38. | Não gosto das pessoas com quem trabalho.                                                                           | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 39. | O meu trabalho é pouco apreciado pelos outros.                                                                     | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 40. | O ensino oferece boas oportunidades de progressão na carreira                                                      | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 41. | Não sou responsável pelo meu trabalho de professor(a).                                                             | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 42. | A Direcção procura disponibilizar o material necessário para o bom funcionamento das actividades docentes          | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 43. | As condições de trabalho, na minha escola, são boas.                                                               | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 44. | Não me sinto à vontade com o meu superior hierárquico                                                              | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 45. | O ordenado de professor fica aquém do que eu merecia.                                                              | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 46. | Sinto uma grande liberdade na organização do meu trabalho dentro da sala de aula                                   | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |

|     |                                                                                                         | Completamente de<br>Desacordo | Em Desacordo             | Não Concordo nem<br>Discordo | De Acordo                | Completamente de<br>Acordo |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------|------------------------------|--------------------------|----------------------------|
| 47. | Considero os meus colegas pouco razoáveis para comigo.                                                  | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 48. | A Direcção tem a preocupação de me comunicar o que espera de mim.                                       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 49. | O trabalho do professor é muito agradável.                                                              | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 50. | O ensino desencoraja a originalidade.                                                                   | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 51. | O meu bom desempenho como professor(a) é positivamente apreciado pelo meu delegado de grupo/disciplina. | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 52. | O equipamento da minha escola está em bom estado.                                                       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 53. | O professor não é pago pelo tempo que, realmente, trabalha                                              | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 54. | Não me sinto responsável pela formação dos meus alunos                                                  | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 55. | O ensino dá boas garantias de segurança no emprego.                                                     | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 56. | Desempenho uma profissão considerada aliciante.                                                         | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 57. | Os meus colegas pouco se importam com os problemas dos outros.                                          | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 58. | O equipamento da minha escola está muito degradado                                                      | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 59. | Com estes vencimentos não se chegará ao reconhecimento que a docência merece.                           | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 60. | O ensino obriga-me a um contínuo aperfeiçoamento                                                        | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 61. | Poucos reconhecem quanto trabalha um professor.                                                         | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 62. | Há demasiada rivalidade entre os meus colegas.                                                          | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 63. | Não me sinto bem nas instalações escolares que ocupo                                                    | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 64. | Sinto que sou pago(a), adequadamente, face ao trabalho que desempenho                                   | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 65. | O ensino não assegura boas perspectivas de reforma                                                      | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 66. | Sinto um desfasamento entre as minhas habilitações e o meu nível de remuneração                         | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |

|     |                                                                                   | Completamente de<br>Desacordo | Em Desacordo             | Não Concordo nem<br>Discordo | De Acordo                | Completamente de<br>Acordo |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------|------------------------------|--------------------------|----------------------------|
| 67. | A garantia de um salário ao fim do mês é o que me mantém na docência              | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 68. | Penso que a profissão docente é reconhecida positivamente pelos outros            | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 69. | Estabeleço um diálogo aberto com os colegas                                       | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |
| 70. | A Direcção estabelece um diálogo aberto com todos os professores da minha escola. | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>   |

**Leia cada uma das seguintes situações e indique o que fazer (assinale com um X a sua resposta):**

1. Sistemáticamente na aula de Português, o Miguel está desatento e fala com o colega do lado, que tem um diagnóstico de depressão e alguma atenção especial do grupo de professores da turma.

- ☐ Não fazer nada, não dar importância ao comportamento do Miguel.
- ☐ Expulsar o Miguel da sala de aula.
- ☐ Agir de acordo com as regras definidas entre o professor e a turma.

2. Na reunião de pais, a directora de turma/professor titular salienta a importância dos pais reverem com os alunos os trabalhos de casa e assegurarem que os filhos se deitem cedo. Em resposta, alguns pais/encarregados de educação verbalizam que os filhos já passam muito tempo na escola.

- ☐ Acordar com os pais a hora de deitar e a vigilância dos trabalhos de casa, que devem ser realizados individualmente pelo aluno; as dúvidas devem ser remetidas para o professor.
- ☐ Aceitar a observação dos pais, não mandando trabalhos de casa nem interferindo com as horas de sono.
- ☐ Insistir na importância dos trabalhos de casa e horário de sono, mesmo que seja necessário entrar em conflito com os pais/encarregados de educação.

3. No último mês, a Marisa tem feito queixa à directora de turma/professor titular de que a mãe tem comportamentos agressivos a nível físico para com ela e os irmãos mais novos, sem motivo aparente. A Professora sabe que a Marisa costuma apresentar alguns comportamentos de chamada de atenção pela negativa. Contudo, a Marisa concluiu as suas queixas verbalizando que quer sair de casa ou então desaparecer.

- ☐ Convocar o encarregado de educação e avaliar a veracidade das queixas da Marisa.
- ☐ Não valorizar o discurso da Marisa.
- ☐ Enviar denúncia urgente à Comissão de Protecção de Crianças e Jovens.

4. A mãe do David tem por hábito ir falar com o director de turma/professor titular todas as semanas e ultimamente nem sequer tem respeitado o horário de atendimento. É uma senhora muito ansiosa e super protectora do filho único. O David é um menino desatento e com algumas dificuldades de aprendizagem a Matemática. Estes aspectos são muito valorizados pela mãe, que obriga o David a fazer mais trabalhos do que aqueles que são pedidos. Contudo, pede sistematicamente ao professor que não gritem com ele e lhe dêem atenção.

- ☐ Tranquilizar a mãe e definir qual a melhor articulação escola-família para uma boa gestão da situação no dia-a-dia.
- ☐ Esclarecer a mãe que os problemas do David se devem ao seu comportamento superprotector.
- ☐ Por ser difícil falar com a mãe, encaminhá-la para o psicólogo da escola para avaliação da situação.

5. O professor de Inglês do Bruno tem reparado que ultimamente ele aparece com aspecto descuidado, está cabisbaixo e pouco atento na sala, e interage pouco com os colegas.

- ☐ Passar a situação à directora de turma/professor titular.
- ☐ Falar com o Bruno, perceber o que se passa e estabelecer uma relação de ajuda.
- ☐ Falar com os pais.

6. A Flávia queixou-se à professora de Educação Física dos comportamentos agressivos e de gozo de vários colegas da turma. A última situação aconteceu na casa-de-banho das raparigas.

- ☐ Encaminhar a aluna para o Conselho Executivo, no sentido de apresentar queixa.
- ☐ Após clarificar a situação com os intervenientes e no seio da turma, realizar algumas dinâmicas de grupo no sentido de facilitar as relações interpessoais.
- ☐ Aplicar um castigo aos colegas agressores na aula de Educação Física.

7. Em Conselho de Turma, a psicóloga da escola relatou a sua preocupação relativamente a situações de violência no namoro, cada vez mais frequentes na escola. Referiu mesmo ter conhecimento de dois ou três casos naquela turma.

- ☐ Desvalorizar as situações, uma vez que já estão sinalizadas.
- ☐ Sugerir esta temática aos alunos para trabalhar em aula e dar espaço à sua criatividade.
- ☐ Falar directamente com os alunos vitimizados.

8. Muitos dos professores da turma C têm manifestado algum desacordo na gestão do comportamento do grupo em contexto de sala de aula: alguns defendem que têm de ser definidas regras severas e medidas de suspensão e expulsão; outros professores referem que não merece a pena fazer nada, pois vão sempre existir turmas difíceis. Este desacordo tem dificultado as relações entre os professores da turma C.

- ☐ Cada professor deve gerir, à sua maneira, o comportamento da turma C.
- ☐ Deve ser a directora de turma/professor titular a gerir o desacordo entre os professores.
- ☐ Devem ser chamados os pais para definir qual a medida a aplicar à turma.

9. Na semana passada, a Daniela perguntou à professora de História, com quem tem bastante empatia, se podiam conversar. Disse então que estava muito preocupada com a possibilidade de estar grávida, não saber o que fazer nem com quem desabafar.

- ☐ Chamar o encarregado de educação e informá-lo da possibilidade de gravidez.
- ☐ Comunicar ao Conselho Executivo e ao director de turma/professor titular.
- ☐ Encaminhar a Daniela para a consulta de adolescentes do Centro de Saúde ou da Maternidade.

10. Desde o início do ano que o Conselho Executivo proibiu a utilização de telemóveis na sala de aula e definiu a aplicação de medidas disciplinares caso os alunos não cumpram. No entanto, têm acontecido algumas situações em que os alunos usam o telemóvel na sala de aula e, após o confronto do professor, respondem que o telefone é seu e que podem usá-lo sempre que quiserem.

- ☐ Discussão em pequeno grupo com o objectivo de divulgar sugestões para a resolução da problemática.
- ☐ Informar o Conselho Executivo para que sejam aplicadas as medidas disciplinares aos alunos.
- ☐ Desvalorizar o não cumprimento das regras.

11. O professor de Português tem notado que o Marco se mostra desinteressado e desmotivado. Por ser professor do aluno há 2 anos e saber que é um estudante regular, resolveu falar com ele para perceber o que se está a passar. O Marco começou por dizer que não tinha nada de especial, mas perante a insistência do professor acabou por contar que foi diagnosticado um tumor da mama à sua mãe. A mãe foi já submetida a uma intervenção cirúrgica e encontra-se a fazer tratamentos de quimioterapia. Verbalizou ainda que tem muito medo que a mãe morra.

- ☐ Disponibilizar-se para dar apoio emocional.
- ☐ Por ser um assunto difícil, encaminhar o Marco para o Serviço de Psicologia da Escola ou encaminhar para o Médico de Família no Centro de Saúde, de forma a ser referenciado para a Consulta de Psicologia
- ☐ Comunicar à directora de turma, que deverá gerir o problema do aluno.

12. No pátio da escola, a professora de Ciências encontrou quatro alunos da turma D a fumar haxixe.

- ☐ Comunicar ao Conselho Executivo.
- ☐ Falar com os alunos e procurar ajudá-los / encaminhá-lo para serviços especializados.
- ☐ Evitar envolver-se, pois trata-se de um problema extra-escola e da responsabilidade das famílias.

13. Para a sua prática profissional quais são as áreas de formação que considera mais importantes (**escolha 3 áreas, atribuindo 1 à mais importante e 3 à menos importante**):

- |                                                               |                                                                    |
|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Desenvolvimento Infantil/Adolescente | <input type="checkbox"/> Promoção de Estilos de Vida Saudáveis     |
| <input type="checkbox"/> Competências Comunicacionais         | <input type="checkbox"/> Prevenção da Violência em Meio Escolar    |
| <input type="checkbox"/> Gestão de Conflitos                  | <input type="checkbox"/> Liderança                                 |
| <input type="checkbox"/> Educação Especial                    | <input type="checkbox"/> Expressão da Criatividade e dos Sentidos  |
| <input type="checkbox"/> Intervenção Precoce                  | <input type="checkbox"/> Gestão do Stress                          |
| <input type="checkbox"/> Desenvolvimento Pessoal              | <input type="checkbox"/> Promoção da Saúde Mental na Infância      |
| <input type="checkbox"/> Intervenção Familiar                 | <input type="checkbox"/> Actividades Lúdicas e de Expressão Motora |

NO CASO DE TER ALGUMA DÚVIDA NÃO HESITE EM CONTACTAR A EQUIPA DE INVESTIGAÇÃO:

- [ivone\\_patrao@ispa.pt](mailto:ivone_patrao@ispa.pt)
- [joana.rita@estesl.ipl.pt](mailto:joana.rita@estesl.ipl.pt)
- [carina.r.pinto@gmail.com](mailto:carina.r.pinto@gmail.com)
- [amcantãopereira@gmail.com](mailto:amcantãopereira@gmail.com)
- [deathsin@gmail.com](mailto:deathsin@gmail.com)

NO CASO DE TER ALGUMA SUGESTÃO: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

**Muito obrigado pela sua colaboração.**