

## **Anexos**

## Anexo I - Instrumentos de avaliação

### Escala de Solidão – UCLA – Daniel Russell

Traduzida e adaptada por Margarida Pocinho & Carlos Farate (2005)

	Frequentemente	Algumas vezes	Raramente	Nunca
1- Sente-se infeliz por fazer muitas coisas sozinho				
2- Sente que não tem alguém com quem falar				
3- Sente que tem falta de companhia				
4- Sente-se como se realmente ninguém o compreendesse				
5- Sente que não tem ninguém a quem possa recorrer				
6- Não se sente íntimo de qualquer pessoa				
7- Sente que os que o rodeiam já não compartilham dos seus interesses				
8- Sente-se abandonado				
9- Sente-se completamente só				
10- É incapaz de estabelecer contactos e comunicar com os que o rodeiam				
11- As suas relações sociais são superficiais				
12- Considera que na realidade ninguém o conhece bem				
13- Sente-se isolado das outras pessoas				
14- Sente-se infeliz de estar tão afastado dos outros				
15- É-lhe difícil fazer amigos				
16- Sente-se posta à margem e excluída das outras pessoas				

## Escala de Autoestima de Rosenberg

(Autoria original de Morris Rosenberg. Tradução supervisionada por Pedro Pechorro)

Segue-se uma lista de afirmações que dizem respeito ao modo como se sente acerca de si próprio(a). À frente de cada uma delas assinale com uma cruz (X), na respectiva coluna, a resposta que mais se lhe adequa.

	Discordo fortemente	Discordo	Concordo	Concordo fortemente
1. De um modo geral estou satisfeito comigo próprio.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Por vezes penso que não presto.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Sinto que tenho algumas boas qualidades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Sou capaz de fazer coisas tão bem como a maioria das outras pessoas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Sinto que não tenho motivos para me orgulhar de mim próprio.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Por vezes sinto-me um inútil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Sinto que sou uma pessoa de valor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Deveria ter mais respeito por mim próprio.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. De um modo geral sinto-me um fracassado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Tenho uma boa opinião de mim próprio.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## **Apêndices**

## **Apêndice I - Consentimento Informado para a participação na Investigação**

Ex.mo(a) Sr.,

Venho por este meio solicitar a sua participação na investigação relacionada com a Auto Estima e o Sentimento de Solidão.

O presente estudo prende-se com uma investigação para a Dissertação do Mestrado em Psicologia Clínica, do Instituto Superior Miguel Torga, tendo como finalidade a avaliação da influência da institucionalização na perceção da Auto Estima e do Sentimento de Solidão numa população de idosos do concelho de Penela e de Miranda do Corvo.

Para que participe nesta investigação, é necessário que preencha três questionários, com questões relativas ao tema em análise, cujos dados serão posteriormente analisados estatisticamente. Todos os dados utilizados nesta análise estatística são anónimos e o seu tratamento de natureza confidencial. O estudo está de acordo com a responsabilidade ética e deontológica do exercício da função de Psicólogo e respeita as normas do consentimento informado.

Por favor, assinale com uma cruz no quadro que corresponder à sua vontade.

Autorizo a participação neste estudo

Não autorizo a participação neste estudo

Agradeço a disponibilidade.

A investigadora:

Tânia Luís

## **Apêndice II - Pedido de autorização para a realização de um estudo académico**

**Assunto:** Pedido de autorização para a realização de um estudo académico

Ex.mo Senhor:

Eu, Tânia Sofia França Luís, aluna do Instituto Superior Miguel Torga, do Mestrado em Psicologia Clínica, sob a orientação do Prof. Doutor Carlos Farate, solicito o pedido de autorização para desenvolver, nas vossas instalações, um estudo sobre a Auto Estima e o Sentimento de Solidão na população idosa.

Este estudo prende-se com uma investigação para a Dissertação do Mestrado em Psicologia Clínica, tendo como finalidade a avaliação da influência da institucionalização na perceção da Auto Estima e do Sentimento de Solidão numa população de idosos do Concelho de Penela.

Para que possa efetuar esta investigação, é necessária a recolha de informações relativamente à população idosa que se encontra na instituição, através da aplicação de questionários à população em estudo. Os dados recolhidos são anónimos e confidenciais e serão posteriormente trabalhados e analisados estatisticamente.

O trabalho de campo desta investigação decorrerá preferencialmente nos tempos de lazer, de modo a não causar qualquer interferência seja nas atividades diárias dos idosos, seja no funcionamento interno da instituição.

O protocolo é composto por três instrumentos: um Questionário Socio Demográficos; uma Escala de Avaliação da Auto-Estima; e uma Escala de Solidão - UCLA para a população idosa.

A participação dos utentes da instituição neste estudo é em função do consentimento informado aos participantes. Prevê-se que os dados sejam recolhidos entre os meses de Novembro e Janeiro de 2014/2015.

Antecipadamente agradeço pela vossa atenção disponibilizada, subscrevo-me atenciosamente,

Tânia Luís

Autorizo

---

### Apêndice III - Questionário Sócio Demográfico

Para este estudo é necessário uma recolha de dados, para a qual se solicita a sua colaboração através do preenchimento deste questionário. Agradecemos que leia cuidadosamente as questões que se seguem e que responda com a máxima precisão e sinceridade. Não existem respostas certas ou erradas.

Todos os dados recolhidos são confidenciais e serão utilizados somente nesta Investigação.

Muito obrigada pela sua disponibilidade e colaboração!

**1. Idade:** \_\_\_\_\_ anos

**2. Sexo:**      1.  Masculino      2.  Feminino

**3. Zona de residência:**

- 1.  Centro da Vila
- 2.  Aldeia na periferia da Vila
- 3.  Aldeia ou Lugar distante da Vila

**4. Estado Civil:**

- 1.  Solteiro(a)
- 2.  Casado(a) ou união de facto
- 3.  Divorciado(a)
- 4.  Separado(a)
- 5.  Viúvo(a)

**5. Grau de instrução/escolaridade:**

- 1.  1º Ciclo
- 2.  2º Ciclo
- 3.  3º Ciclo
- 4.  Secundário
- 5.  Ensino Superior
- 6.  Sem escolaridade

**6. Situação residencial:**

- 1.  Casa própria
- 3.  Instituição/Lar

2.  Casa de familiares      4.  Outro (especifique): \_\_\_\_\_

**7. Se reside em casa própria, vive com familiares:**

1.  Sim  
2.  Não

**8. Situação Profissional:**

1.  Ativo(a)                      3.  Sem reforma  
2.  Reformado                      4.  Outra situação (qual?) \_\_\_\_\_

**9. Considera-se uma pessoa:**

1.  Saudável    2.  Doente

**10. A sua família costuma visitá-lo:**

1.  Todos os dias                      4.  De mês a mês  
2.  Todas as semanas                      5.  Raramente  
3.  De duas em duas semanas                      6.  Nunca

**11. Gosta de conviver com outras pessoas?**

1.  Sim  
2.  Não

**12. No seu dia-a-dia considera-se uma pessoa ativa?**

1.  Sim  
2.  Não

**13. Que tipo de atividades culturais e recreativas desenvolve?**

1.  Convívio na Paróquia                      4.  Outro (especifique): \_\_\_\_\_  
2.  Convívio na Associação  
3.  Sem atividades