

ANEXOS

Anexo 1 – Consentimento Informado

"A Perceção do Funcionamento Familiar e Saúde Mental nos Bombeiros"

No âmbito da dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica, especialidade Terapias Familiares e Sistémicas, sob orientação da Professora Doutora Joana Maria Aleluia Gomes Sequeira, encontro-me a desenvolver um estudo intitulado “A perceção do funcionamento familiar nos bombeiros”. Neste sentido venho requerer a sua colaboração para a realização desta investigação.

Para tal será solicitado que responda a um inventário sócio demográfico e a três questionários. O preenchimento demora cerca de 15 minutos. A participação neste estudo é totalmente voluntária, sendo garantido o anonimato e a confidencialidade dos resultados, que serão utilizados apenas para a elaboração da referida dissertação.

Não será requerida a sua identificação (nome) em nenhum momento da investigação (questionários). A sua colaboração neste projeto é de extrema importância, face à escassez de investigação científica na área em causa.

Qualquer dúvida pode entrar em contacto através do correio eletrónico: inesssandrade@live.com.pt.

Ao responder sim, declaro ter tomado conhecimento dos objetivos e a minha participação é voluntária.

☐ Sim

☐ Não

Muito obrigada pela sua participação!

Anexo 2 – Protocolo de Investigação

Questionário Sociodemográfico

1. Idade: _____

4. Profissão: _____

2. Sexo : ☐ Masculino ☐ Feminino

5. Residência: _____

3. Grau de Escolaridade:

____ 1º Ciclo

____ 2º Ciclo

____ 3º Ciclo

____ Secundário ou curso profissional

____ Licenciatura

____ Mestrado

____ Doutoramento

6. Estado civil:

____ Solteiro/a

____ Casado/a ou em unia o de facto

____ Viúvo/a

____ Divorciado/a ou separado/a

7. Composição do Agregado Familiar:

____ Pai

____ Mãe

____ Avô

____ Marido

____ Mulher

____ Irmão/ irmã

____ Filho/a

____ Filho/a

____ Irmão/ irmã

____ Filho/a

____ Avó

____ Irmão/ irmã

8. Diga qual é o seu papel no agregado familiar (ex: pai, marido, filho, mãe, esposa, filha etc...)

9. Corporação de Bombeiros a que pertence?

10. Há quantos anos é Bombeiro?

____ 1 a 5 anos

____ 6 a 10 anos

____ 11 a 15 anos

____ 16 a 20 anos

____ 21 a 25 anos

____ 26 a 30 anos

____ 31 a 35 anos

____ mais de 36 anos

11. Categoria:

- | | | |
|--|--|---|
| ☐ Bombeiro de 3ª | ☐ Bombeiros de 2ª | ☐ Bombeiro de 1ª |
| ☐ Subchefe | ☐ Chefe | ☐ Oficial de Bombeiro de 2ª |
| ☐ Oficial de Bombeiro de 1ª | ☐ Oficial de Bombeiro Principal | ☐ Oficial de Bombeiro Superior |
| ☐ Adjunto de Comando | ☐ 2º Comandante | ☐ Comandante |

12. Em média quantas horas por semana passa na corporação?

- | | | |
|----------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|
| ☐ 0 a 5 | ☐ 6 a 10 | ☐ 11 a 15 |
| ☐ 16 a 20 | ☐ 21 a 25 | ☐ mais de 25 |

13. Para além de si, existe mais algum familiar bombeiro?

- ☐ Sim, quem? _____ ☐ Não

14. Para além de ser bombeiro (a), costuma realizar mais alguma atividade?

- | | |
|---|--|
| ☐ Nenhuma | ☐ Escuteiros |
| ☐ Desporto | ☐ Rancho/ Banda Filarmónica |
| ☐ Junta de freguesia | ☐ Igreja |

Outra: _____

FACES IV

Leia cuidadosamente cada afirmação e assinale com uma cruz (x) no quadrado respetivo, a opção de resposta que está mais de acordo com a percepção que tem da sua família. Não há respostas “certas” ou “erradas” nem respostas para causar uma boa impressão. Por favor, não deixe nenhuma questão em branco. Em que medida está de acordo com cada uma das seguintes afirmações.

	Discordo totalmente	Discordo	Indeciso	Concordo	Concordo totalmente
1. Os elementos da família envolvem-se na vida uns dos outros.					
2. A nossa família procura novas maneiras para lidar com os problemas.					
3. Damo-nos melhor com pessoas fora da família do que entre nós.					
4. Passamos muito tempo juntos.					
5. Quando se quebram as regras da família há consequências graves.					
6. Na nossa família parece que nunca nos organizamos.					
7. Os elementos da família sentem-se muito próximos uns dos outros.					
8. Na nossa família os pais partilham a liderança de um modo equilibrado.					
9. Quando estão em casa, os membros da família parecem evitar o contacto uns com os outros.					
10. Os elementos da família sentem-se pressionados para passar a maioria do tempo livre juntos.					
11. Existem consequências claras quando um elemento da família faz algo errado.					
12. É difícil perceber quem é o líder na nossa família.					
13. Nos momentos difíceis os elementos da família apoiam-se uns aos outros.					
14. As regras são justas na nossa família.					
15. Na nossa família sabe-se muito pouco acerca dos amigos uns dos outros.					
16. Na nossa família somos muito dependentes uns dos outros.					

17. A nossa família tem uma regra para quase tudo.					
18. Na nossa família não conseguimos concretizar as coisas					
19. Os elementos da família consultam-se sobre decisões importantes.					
20. A minha família é capaz de se ajustar às mudanças quando é necessário.					
21. Quando há um problema para ser resolvido cada um está por sua conta.					
22. Os elementos da família têm pouca necessidade de ter amigos fora da família.					
23. A nossa família é extremamente organizada.					
24. É pouco claro quem é responsável pelas tarefas e atividades na nossa família.					
25. Os elementos da família gostam de passar parte do seu tempo livre juntos.					
26. Alternamos entre nós as responsabilidades domésticas.					
27. Na nossa família raramente fazemos coisas em conjunto.					
28. Sentimo-nos muito ligados uns aos outros.					
29. Na nossa família ficamos frustrados quando há uma alteração nos planos ou rotinas estabelecidas					
30. Não há liderança na nossa família.					
	Discordo totalmente	Discordo	Indeciso	Concordo	Concordo totalmente
31. Apesar dos elementos da família terem interesses individuais, continuam a participar nas atividades familiares					
32. Na nossa família temos regras e papéis claros.					
33. Os elementos da família raramente dependem uns dos outros.					
34. Ressentimo-nos quando alguém faz coisas fora da família.					
35. É importante seguir as regras na nossa família.					

36. A nossa família tem dificuldades em saber quem faz o quê nas tarefas de casa.					
37. Na nossa família existe um bom equilíbrio entre a separação e a proximidade.					
38. Quando os problemas surgem nós comprometemo-nos.					
39. Geralmente os elementos da família agem de forma independente.					
40. Sentimo-nos culpados quando queremos passar algum tempo longe da família.					
41. Uma vez tomada uma decisão é muito difícil alterá-la.					
42. A nossa família sente-se caótica e desorganizada.					
43. Na nossa família sentimo-nos satisfeitos com a forma como comunicamos uns com os outros.					
44. Os elementos da família são muito bons ouvintes.					
45. Na nossa família expressamos afeto uns pelos outros.					
46. Os elementos da família são capazes de pedir uns aos outros o que querem.					
47. Na nossa família podemos discutir calmamente os nossos problemas.					
48. Os elementos da família debatem as suas ideias e convicções.					
49. Quando colocamos questões uns aos outros recebemos respostas honestas.					
50. Os elementos da família tentam compreender os sentimentos uns dos outros.					
51. Quando nos zangamos raramente dizemos coisas negativas uns aos outros.					
52. Os elementos da família expressam os seus verdadeiros sentimentos uns aos outros.					
	Insatisfeito	Geralment e satisfeito	Muito satisfeito	Totalmente satisfeito	
53. O grau de proximidade entre os membros da família.					
54. A capacidade da família lidar com o <i>stress</i> .					

55. A capacidade da família para ser flexível.				
56. A capacidade da família para partilhar experiências positivas.				
57. A qualidade da comunicação entre os elementos da família.				
58. A capacidade da família para resolver conflitos.				
59. O tempo que passamos juntos enquanto família.				
60. A forma como os problemas são discutidos.				
61. A justiça das críticas na família.				
62. A maneira como os elementos da família se preocupam uns com os outros.				

Obrigada pela sua colaboração!

Saúde Mental (MHI-5)

Abaixo vai encontrar um conjunto de questões acerca do **modo como se sente no dia-a-dia**. Responda a cada uma delas assinalando num dos retângulos por baixo a resposta que melhor se aplica a si.

	Sempre	Quase sempre	A maior parte do tempo	Durante algum tempo	Quase nunca	Nunca
Durante quanto tempo, no mês passado se sentiu muito nervoso?						
Durante quanto tempo, no mês que passou, se sentiu calmo e em paz?						
Durante quanto tempo, no mês que passou, se sentiu triste e em baixo?						
Durante quanto tempo, durante o mês que passou, se sentiu triste e em baixo, de tal modo que nada o conseguia animar?						
No último mês durante quanto tempo se sentiu uma pessoa feliz?						