

Inquérito por Questionário

“Educar para a Saúde”: *Saúde Mental*

Este inquérito integra-se num projeto de intervenção, que está a decorrer neste serviço no âmbito de Mestrado em Ciências da Educação e da Formação, especialização em Educação e Formação de Adultos, e pretende avaliar a intervenção realizada.

Com este questionário pretende-se identificar os conhecimentos dos formandos do Serviço de Formação Profissional de Faro sobre o tema abordado na ação de sensibilização em que participaram e recolher a sua opinião sobre a mesma.

Todas as informações recolhidas são estritamente confidenciais, sendo respeitado o anonimato. Os dados de identificação solicitados (idade, género, curso) servem, apenas, para caracterizar os participantes na ação de sensibilização.

Por favor responda com sinceridade, pois não há respostas corretas ou erradas.

A sua opinião é muito importante.

Instruções: Preencha assinalando sempre com uma cruz (X) nos espaços correspondentes.

1) Idade

Menos de 20 anos	Entre 20 a 30 anos	Entre 31 a 40 anos	Entre 41 a 50 anos	Mais de 51 anos

2) Género

- a) Feminino
- b) Masculino

3) Curso

Assinale com uma cruz (X) na opção que lhe parece mais favorável.

Saúde e bem-estar Mental

4) Saúde mental é estar bem fisicamente e psicologicamente. Para além disso é o equilíbrio estável entre as aquisições interiores e as experiências ou pressões exercidas pelo mundo exterior.

- a. Sim
- b. Não

5) Quais são os principais fatores que contribuem para o bem – estar mental?

- a. Hábitos de vida saudável (qualidade do sono, exercício físico, alimentação saudável, higiene cuidada etc...).
- b. Construir relações fortes e positivas com os outros e contribuir para a sua comunidade.
- c. Sentimentos de satisfação, otimismo, autoestima, e viver com significado.
- d. Todas as afirmações anteriores.
- e.

6) Considera o estigma e a discriminação social como fatores que ameaçam a saúde mental?

- a. Sim
- b. Não

7) Na sua opinião quais são as perturbações mentais mais frequentes?

- a. Ansiedade, depressão, esquizofrenia e comportamentos suicidário.
- b. Perturbação bipolar. Perturbação obsessiva compulsiva, psicoses.
- c. Todas as opções anteriores.

Inquérito por Questionário

Avaliação da ação de sensibilização

8) Numa escala de 0-10, como classificaria esta ação de sensibilização?

- a. 0-2 Mau
- b. 3-5 Razoável
- c. 6-8 Bom
- d. 9-10 Muito Bom

9) Indique o seu grau de concordância em relação aos seguintes itens.

Graus de concordância: **CT - Concordo Totalmente; C -Concordo; NCND - Não Concordo Nem Discordo; D - Discordo; DT - Discordo Totalmente;**

	CT	C	NCND	D	DT
O tema abordado é interessante					
O espaço é adequado a atividade em causa					
Com esta ação de sensibilização aprendi algo de novo					
Os assuntos abordados na ação podem ser postos em prática.					

10) Quais são os aspectos que poderiam ser melhorados?

11) Dê a sua opinião em relação a atividade no geral.

Muito Obrigada pela sua colaboração!