

QUESTIONÁRIO

Este questionário enquadra-se no Projeto de Cidadania e Desenvolvimento da turma E do 10º ano de escolaridade. Os resultados obtidos serão utilizados apenas para fins escolares, visando, somente, um estudo sobre o impacto da Covid-19 na saúde, quer física, quer mental, dos adolescentes da faixa etária em consideração. As respostas dos inquiridos representam apenas a sua opinião individual e não do universo total a que pertencem. O questionário é anónimo, não devendo por isso colocares a tua identificação em nenhuma das folhas, nem assinar o questionário. Caso optes por revelar a tua identidade e, deste modo, concordes em gravar a entrevista sobre o questionário, deves preencher a respetiva autorização. Não existem respostas certas ou erradas. Por isso solicitamos que respondas de forma espontânea e sincera a todas as questões.

1. Idade : ___ anos
2. Sexo :
 Masculino Feminino
3. Ano de escolaridade :
 10º 11º 12º
4. Curso que frequentas :
 Ciências e Tecnologias
 Línguas e Humanidades
 Ciências Socioeconómicas
 Artes Visuais
 Mecatrónica
 Eletrónica, Automação e Computadores
 Qualidade
 Auxiliar de Saúde
 Análise Laboratorial
5. Qual foi a tua primeira reação quando foi decretada a quarentena/isolamento :
 Ansiedade
 Tristeza
 Indiferença
 Medo
 Preocupação
 Incerteza
 Outra
Qual : _____
6. De que forma a quarentena/isolamento afetou a tua saúde física :
 Senti maior cansaço
 Emagreci
 Engordei
 Dormi menos horas
 Alterou a minha rotina alimentar
 Fiz menos exercício físico
 Outra
Qual : _____
7. De que sentiste mais falta durante a quarentena/isolamento :
 Convívio com os colegas
 Rotina diária escolar
 Saída da área de residência
 Refeições escolares
 Contacto com os professores
 Contacto com os auxiliares de ação educativa
 Outra
Qual : _____

8. Qual foi o impacto que a quarentena teve na tua família :

- Dialogamos mais vezes
- Aumentou o isolamento do agregado
- Vimos mais televisão em conjunto
- Partilhamos mais refeições
- Fizemos mais jogos em conjunto
- Aumentaram as discussões/desentendimentos
- Outra

Qual : _____

9. O que fizeste durante a quarentena/isolamento para te distraíres :

- Passei mais tempo nas redes sociais
- Joguei mais vezes no computador/internet
- Comi com maior frequência
- Dormi mais horas do que o habitual
- Estudei mais horas do que habitual
- Assisti a mais programas de televisão
- Outra

Qual : _____

10. Durante a quarentena/isolamento como lidaste com a mudança de rotina :

- Tive dificuldade em adaptar-me à nova rotina
- Criei novos hábitos de rotina diária
- Pedi aos meus pais ajuda para me organizar
- Descuidei as minhas tarefas escolares
- Dediquei mais tempo às tarefas domésticas
- Planifiquei melhor as minhas tarefas diárias
- Outra

Qual : _____

11. De que forma contornaste o facto de não poderes conviver diretamente com os teus amigos :

- Telefonei mais vezes aos meus amigos
- Enviei mais mensagens, através das redes sociais
- Recorri à Equipa criada no Teams para contactar os meus amigos
- Recorri ao serviço dos CTT, para enviar cartas
- Recorri a apontamentos num diário pessoal
- Postei mais imagens minhas nas redes sociais
- Outra

Qual : _____

12. Que hábitos mantiveste, adquiridos na quarentena/isolamento :

- Como com maior frequência
- Estou mais vezes nas redes sociais
- Durmo mais horas por dia
- Passo mais tempo a jogar no computador/internet
- Leio com maior frequência
- Estudo com maior frequência
- Outra

Qual : _____

13. Quais os benefícios que a pandemia trouxe :

- Sou mais organizado(a) no meu quotidiano
- Sou mais paciente e compreensivo(a)
- Estreitei os laços com a minha família
- Sou mais solidário(a) com os outros
- Reduzi o desperdício de recursos
- Sou mais estudioso(a) e aplicado(a)
- Outra

Qual : _____

14. Quais os prejuízos que a pandemia trouxe :

- Sou menos organizado no meu quotidiano
- Sou menos paciente e compreensivo
- Reduzi os laços com a minha família
- Sou menos solidário com os outros
- Aumentei o desperdício de recursos
- Sou menos estudioso e aplicado
- Outra

Qual : _____

15. Quais as principais dificuldades que sentiste na adaptação às aulas online :

- A distância física entre os alunos e o professor
- Os horários estipulados para as aulas
- A utilização, exclusiva, de materiais digitais
- Separação entre o espaço de trabalho e o espaço de lazer
- A organização do horário de trabalho/estudo
- O acesso à Internet e, desta forma, ao Teams
- Outra

Qual : _____

16. Quais as principais adaptações que fizeste perante as medidas Covid-19 :

- Evitar visitar familiares
- Menor contacto com os amigos
- Seguir as restrições impostas pela escola
- Método de aprendizagem mais virado para as tecnologias
- Estudo em casa e mais autónomo
- Uso de máscara e desinfeção das mãos
- Outra

Qual : _____

17. Quais as diferenças que sentiste no ensino pós-quarentena :

- Valorização dos aparelhos e ferramentas eletrónicos
- Maior apoio da comunidade escolar
- Maior motivação e interesse pelas questões escolares
- Valorização do teu papel enquanto aluno
- Dificuldades acrescidas na aprendizagem
- Valorização do ensino presencial
- Outra

Qual : _____

18. De que forma a pandemia dificultou a aprendizagem dos alunos :

- Senti dificuldades em adaptar-me
- Não senti dificuldade na adaptação
- Os professores contribuíram para a adaptação
- Tive que entrar em explicações
- Pedi ajuda aos meus encarregados de educação
- Tive um decréscimo nas minhas notas
- Outra

Qual : _____

19. Que ensinamentos a quarentena/isolamento te trouxe :

- Sou mais autónomo(a)
- Sou mais afetivo(a)
- Sou mais organizado(a)
- Sou mais responsável
- Estou mais frágil
- Tornei-me uma pessoa mais forte
- Outra

Qual : _____

20. Quais os domínios em que a pandemia teve impacto na tua saúde :

- Físico
- Mental
- Social
- Económica
- Familiar
- Escolar
- Outra

Qual : _____

21. Se voltasses a ficar em quarentena/isolamento, qual seria a tua reação :

- Felicidade
- Tristeza
- Depressão
- Medo
- Revolta
- Insegurança
- Outra

Qual : _____

23.

Obrigado pela tua colaboração.

