

CÓDIGO DE QUESTIONÁRIO: _____			
	Día	Mês	Ano
Data de aplicação			
Data de nascimento			

ESCALA DE AVALIAÇÃO DA AUTODETERMINAÇÃO (VERSÃO EM PORTUGUÊS)*

Elaborada por Losada Puente, L., Pereira, A.P., Almeida, L. y Muñoz Cantero, J.M.

POR FAVOR, ANTES DE COMEÇAR PREENCHA A SEGUINTE FOLHA DE DADOS:

DADOS PESSOAIS DA PESSOA AVALIADA

Nome (opcional) _____

Género: Homem ____ Idade _____
Mulher ____

Nacionalidade: _____ Tempo de residência em Portugal: _____

Necessidades educativas especiais
Tipo: _____
Grau: _____
Intensidade de apoio necessário: _____

DADOS ESCOLARES E PROFISSIONAIS DA PESSOA AVALIADA

Tipo de centro: _____ Público ____ Privado ____ IPSS ____

Valência frequentada: _____

DADOS FAMILIARES DA PESSOA AVALIADA

Profissão do pai: _____ Trabalha Sim ____ Não ____

Nível de ensino frequentado: _____

Profissão da mãe: _____ Trabalha Sim ____ Não ____

Nível de ensino frequentado: _____

Seguidamente, será apresentado um conjunto de frases distribuídas por 4 secções. Antes de iniciar o preenchimento leia com atenção as instruções

MUITO OBRIGADA PELA SUA COLABORAÇÃO.

*Versão original: Verdugo, M.A. Gómez-Vela, M., Fernández-Pulido, R., Vicente, E., Wehmeyer, M.L., Badía, M., González-Gil, F. e Calvo, I. (2014). Escala ARC-INICO de Evaluación de la Autodeterminación. Salamanca, España: INICO.

SECÇÃO 1. AUTONOMÍA

Marque com uma cruz na resposta que MELHOR demonstra a forma como responde a essas situações. Responda a todas as afirmações

Não existem respostas certas ou erradas.

	Não faço NUNCA, se tiver oportunidade <input type="checkbox"/>	Faço ÀS VEZES, se tenho oportunidade <input type="checkbox"/>	Faço SEMPRE que tenho oportunidade <input type="checkbox"/>
1. Faço algumas tarefas em casa (por exemplo, as minhas refeições, cuidar a minha roupa, etc.)			
2. Se tenho dores ou se me magoo, sei o que fazer para resolver.			
3. Cuido de minha imagem e da minha higiene pessoal			
4. Utilizo os transportes públicos			
5. Quando vou a lojas ou cafés, peço o que eu quero beber ou comer			
6. Participo em atividades organizadas pela minha instituição			
7. Escrevo cartas, e-mails ou telefono à família e amigos.			
8. Escuto a música que gosto			
9. Vou ao cinema, concertos, discotecas e festas			
10. Faço planos sobre o meu futuro (o que eu gostaria de fazer ou ser nos próximos anos)			
11. Trabalho ou trabalhei para ganhar dinheiro			
12. Quando me interessa um trabalho faço perguntas às pessoas sobre ele ou visito lugares onde realizam esse tipo de trabalho			
13. Escolho como quero pentear-me e vestir-me todos os dias			
14. Eu mesmo escolho os presentes para a minha família e amigos			
15. Decoro o meu quarto			
16. No meu tempo livre faço atividades que me interessam			
17. Eu decido como gastar o meu dinheiro			





Por favor, verifique se não deixou perguntas sem resposta e se apenas marcou uma resposta para cada afirmação

SECCÃO 2. AUTORREGULAÇÃO

Marque com uma cruz na resposta que MELHOR demonstra a forma como responde a essas situações.

Responda a todas as afirmações

Não existem respostas certas ou erradas.

	Discordo TOTALMENTE	Discordo	SIM Concordo	Concordo TOTALMENTE
				
18. Quando faço uma tarefa (ajudar alguém,...), avalio o resultado, porque penso que vai ajudar-me a fazer melhor na próxima vez.				
19. Penso como gostaria que fosse a minha vida nos próximos anos				
20. Depois de fazer alguma coisa (p.ex. trabalhos em casa) penso como a poderia fazer melhorar na próxima vez				
21. Quando faço as coisas, penso no que é melhor para mim				
22. Penso o que é bom e o mau do que eu faço				
23. Gosto de definir metas e objetivos para a minha vida				
24. Quando termino uma tarefa, verifico se a fiz bem como esperava				
25. Antes de ir para um lugar novo, pergunto o endereço ou peço algumas informações sobre o local				
26. Trabalho muito para conseguir as coisas que pretendo				





SECCÃO 3. AUTOEFICÁCIA

	Discordo TOTALMENTE	Discordo	SIM Concordo	Concordo TOTALMENTE
27. Quando tenho opiniões ou ideias diferentes dos outros, digo.				
28. Se alguém me faz mal, eu conto				
29. Tomo as minhas próprias decisões				
30. Posso conseguir o que quero se trabalhar muito				
31. Sou capaz de trabalhar em equipa/grupo				
32. Sei que se me preparar, tenho capacidades para fazer o trabalho que quero				

Por favor, verifique se não deixou perguntas sem resposta e se apenas marcou uma resposta para cada afirmação

Marque com uma cruz na resposta que MELHOR demonstra a forma como responde a essas situações. Responda a todas as afirmações

Não existem respostas certas ou erradas.

	Discordo TOTALMENTE 	Discordo 	SIM Concordo 	Concordo TOTALMENTE 
33. Digo NÃO quando meus amigos me pedem para fazer algo que eu não quero fazer				
34. Quando acho que posso fazer qualquer coisa eu digo, mas que os outros pensem que não consigo fazer.				
35. Lutar e trabalhar duro na escola/instituição vai ajudar-me a conseguir um bom emprego				
36. Continuo a tentar fazer algumas coisas, que não consegui fazer antes várias vezes				
37. Quando tenho que escolher, eu costumo fazer boas escolhas				
38. Acho fácil fazer amigos em situações novas				
39. Quando for necessário, vou ser capaz de tomar decisões importantes para mim próprio				

SECÇÃO 4. AUTOCONHECIMENTO

	Discordo TOTALMENTE	Discordo	SIM Concordo	Concordo TOTALMENTE
40. Preocupo-me quando faço as coisas erradas				
41. É melhor ser eu mesmo do que ser o que os outros querem (ser popular)				
42. Acho que as pessoas gostam de mim, porque sou carinhoso				
43. Sei quais são as coisas que faço melhor				
44. Aceito as minhas dificuldades/limitações				
45. Gosto de ser como sou				
46. Acho que sou uma pessoa importante para minha família e para os meus amigos				
47. Sei como compensar e ultrapassar as minhas dificuldades/limitações				
48. Acho que as outras pessoas gostam de mim				
49. Acredito nas minhas capacidades				

Por favor, verifique se não deixou perguntas sem resposta e se apenas marcou uma resposta para cada afirmação