

COGNITION & INCLUSION



ESCALA DE CRENÇAS PARA PROFISSIONAIS

VERSÃO EM PORTUGUÊS¹



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union
2017-1-BE02-KA202-034722



ESCALA DE CRENÇAS SOBRE COGNIÇÃO E INCLUSÃO SOCIAL

As minhas crenças profissionais sobre Cognição e Inteligência, Inclusão, Qualidade de Vida e Empregabilidade de adultos com deficiência intelectual

Instrução

As afirmações a baixo referem-se às suas opiniões, enquanto profissional, sobre a inteligência, potencial de aprendizagem, qualidade de vida, empregabilidade e objetivos do apoio a adultos com deficiência intelectual. Convidamo-lo a indicar em que medida concorda com as 17 afirmações. Para cada item, assinale uma das hipóteses à direita, no retângulo que melhor represente a sua crença pessoal. No caso de concordar firmemente, assinale o retângulo de resposta mais à direita; no caso de discordar firmemente, marque o retângulo de resposta mais à esquerda. Também pode expressar a sua opinião entre esses dois extremos.

Instruções de cotação

Os Itens 1, 3, 5, 6, 8, 9, 12, 15, 16, 17 têm orientação positiva e pontuação na ordem direta

Concordo firmemente: 5 pontos

Concordo: 4 pontos

Não concordo nem discordo: 3 pontos

Discordo: 2 pontos

Discordo firmemente: 1 ponto

Os Itens 2, 4, 7, 10, 11, 13 e 14 têm orientação negativa e a pontuação é invertida

Concordo firmemente: 1 ponto

Concordo: 2 pontos

Não concordo nem discordo: 3 pontos

Discordo: 4 pontos

Discordo firmemente: 5 pontos

Quanto mais for a soma das pontuações, mais as crenças profissionais são congruentes com o conceito de “crenças na cognição e inclusão social de adultos com deficiência intelectual” definida pelo projeto C&I.

Conclusões

As minhas Crenças na Cognição & Inclusão Social

	Discordo firmemente	Discordo	Não concordo nem	Concordo	Concordo firmemente
1 Adultos com deficiência intelectual conseguem aprender a autorregular-se. Autorregulação é a competência que uma pessoa tem para gerir o seu próprio comportamento e processos do pensamento e ter controlo sobre os seus processos internos.					
2 Adultos com deficiência intelectual não têm competências de autocontrolo emocional. Ter autocontrolo emocional significa manter a cabeça fria e calma, gerindo os próprios impulsos e sentimentos para o bem do grupo ou da missão.					
3 A melhor forma de promover a independência é criar oportunidades para os adultos com deficiência intelectual viverem em sociedade.					
4 Adultos com deficiência intelectual necessitam de apoio contínuo no seu trabalho.					
5 Adultos com deficiência intelectual conseguem desenvolver uma identidade profissional.					
6 Adultos com deficiência intelectual conseguem adaptar-se a situações novas.					
7 Adultos com deficiência intelectual apenas necessitam de fazer tarefas laborais simples e repetitivas.					
8 Adultos com deficiência intelectual conseguem ter uma participação plena na sociedade.					
9 Adultos com deficiência intelectual conseguem aprender a adaptar-se a situações inesperadas.					
10 Adultos com deficiência intelectual precisam sempre de ajuda para resolver os seus problemas.					
11 Um contexto protetor promove a aprendizagem em adultos com deficiência intelectual.					
12 Adultos com deficiência intelectual aprendem com os seus próprios erros.					
13 Não vale a pena trabalhar as competências de comunicação dos adultos com deficiência intelectual.					
14 A qualidade de vida de adultos com deficiência intelectual é diferente da qualidade de vida das pessoas sem deficiência.					
15 Adultos com deficiência intelectual têm o direito de decidir onde querem viver.					
16 Adultos com deficiência intelectual conseguem aprender competências de vida independente.					
17 Adultos com deficiência intelectual são capazes de aprender ao longo da vida.					

QUESTIONARIO MINDSET – C. Dweck

O meu mindset

Instrução

Todas as pessoas têm crenças pessoais sobre a sua própria forma de pensar e aprender, o seu potencial para aprender, a forma como aprendem, etc... Este instrumento ajuda a refletir sobre essas crenças. Leia as afirmações abaixo e assinale o retângulo que demonstra o quanto concorda com cada afirmação. Não há respostas certas ou erradas.

Ao marcar o retângulo que melhor representa a sua opinião, pense sobre a sua inteligência e aprendizagem e não sobre como as pessoas com deficiência intelectual pensam ou aprendem.

Instruções de cotação

Pontuação média dos itens 1, 3, 5, 7: Pontuação G =

Pontuação média dos itens 2, 4, 6, 8: Pontuação F =

Concordo firmemente: 5 pontos

Concordo: 4 pontos

Não concordo nem discordo: 3 pontos

Discordo: 2 pontos

Discordo firmemente: 1 ponto

A pontuação média mais alta (pontuação G ou pontuação F) dá uma indicação sobre a orientação do seu próprio *mindset*. Se é um *mindset* de Crescimento ou um *mindset* Fixo, tal como definido por C. Dweck, e adoptado no projeto C&I.

Conclusões

O meu Mindset	Discord firmemente	Discordo	Neutro	Concordo	Concordo firmemente
1. Independentemente de quanta inteligência tenha, é sempre possível mudá-la bastante.					
2. É sempre possível aprender coisas novas, mas não consegue mudar o seu nível base de inteligência.					
3. Gosto mais do meu trabalho quando me obriga a pensar profundamente.					
4. Gosto mais do meu trabalho quando o consigo fazer bem sem ter dificuldades.					
5. Gosto de trabalho com o qual aprenda, mesmo que cometa muitos erros.					
6. Gosto mais do meu trabalho quando o consigo fazer na perfeição sem quaisquer erros.					
7. Quando algo é difícil, faz-me querer trabalhar mais nisso, nunca menos.					
8. Para dizer a verdade, quando me esforço muito para fazer um trabalho, isso faz-me sentir que não sou muito inteligente.					

GENERAL SELF EFFICACY SCALE – Jerusalem & Schwarzer

A minha perceção geral de auto-eficácia

Instrução

Neste questionário, vai encontrar 10 questões sobre como as pessoas geralmente agem e pensam. Este questionário dá uma ideia sobre como se percebe a si mesmo no que diz respeito às suas competências de confronto e adaptação, quer em atividades do dia-a-dia, quer perante acontecimentos stressantes isolados. Para cada afirmação, indique o grau em que concorda, colocando uma cruz no retângulo da resposta que, neste momento, se aplica mais a si.

Instruções para cotação

A pontuação final é a soma de todas as pontuações.

De nenhum modo é verdade: 1 ponto

Difícilmente é verdade: 2 pontos

Moderadamente verdade: 3 pontos

Exatamente verdade: 4 pontos

Quanto mais elevada a pontuação final, maior será a sua perceção de autoeficácia.

Conclusões

<p style="text-align: center;">A minha autoeficácia</p>	<p style="text-align: center;">De nenhum modo é verdade 1</p>	<p style="text-align: center;">Difícilmente é verdade 2</p>	<p style="text-align: center;">Moderadamente verdade 3</p>	<p style="text-align: center;">Exatamente verdade 4</p>
1. Eu consigo sempre resolver problemas difíceis, desde que me esforce o suficiente.				
2. Se alguém se opuser a mim, eu consigo encontrar formas e caminhos para alcançar aquilo que quero.				
3. É fácil para mim, agarrar-me às minhas intenções e cumprir os meus objetivos.				
4. Eu estou confiante de que consigo lidar eficientemente com acontecimentos inesperados.				
5. Graças ao meu desembaraço, eu sei como lidar com situações imprevistas.				
6. Eu posso resolver a maioria dos problemas se investir o esforço necessário.				
7. Eu consigo manter-me calmo ao enfrentar dificuldades porque confio nas minhas capacidades para enfrentar situações.				
8. Quando eu sou confrontado com um problema, geralmente consigo encontrar diversas soluções.				
9. Se eu estiver com problemas, geralmente consigo pensar numa solução.				
10. Geralmente, eu consigo lidar com os problemas que me surgem pela frente.				

ESCALA DE PRESSÃO SOCIAL – IVASS

O impacto do contexto social e profissional nas minhas crenças e emprego

Instrução

No presente questionário, vai encontrar 12 questões sobre o que as famílias, colegas, e/ou organização acreditam que é importante e/ou o que esperam de si. Por vezes os profissionais não estão conscientes da influência que o contexto social e profissional pode ter sobre aquilo que faz e na forma como desempenha o seu trabalho. Para cada afirmação, indique o grau em que concorda, colocando uma cruz na caixa que, neste momento, melhor se aplica a si.

Intruções de cotação

Não é necessário calcular pontuações. Este questionário ajuda-o a refletir acerca do impacto da crenças e expetativas,... sobre como você desempenha o seu trabalho.

Conclusões

<p style="text-align: center;">A minha perceção da Pressão Social</p>	Discordo firmemente	Discordo	Não concordo, nem discordo	Concordo	Concordo firmemente
1. Famílias de adultos com deficiência intelectual apoiam iniciativas que os tornem visíveis na sociedade.					
2. Os profissionais promovem a participação de adultos com deficiência intelectual na sociedade.					
3. As famílias esperam que eu melhore as competências de autodeterminação dos meus clientes.					
4. Os meus colegas acreditam que os adultos com deficiência intelectual são incapazes de aprender ao longo da vida.					
5. A minha organização espera que eu trabalhe as competências de resolução de problemas dos meus clientes.					
6. A sociedade prefere que os adultos com deficiência intelectual permaneçam invisíveis.					
7. As famílias acreditam que os profissionais são uma barreira ao funcionamento autónomo da pessoa.					
8. A família dos adultos com deficiência intelectual apoia-os a viver onde desejam viver.					
9. A minha organização acredita que os adultos com deficiência intelectual não dão valor a ter um emprego.					
10. Os meus colegas acreditam que é irrelevante conseguir um emprego para adultos com deficiência intelectual.					
11. A minha organização acredita que um ambiente protetor impede os adultos com deficiência intelectual de aprender.					
12. A minha organização acredita que a mudança depende da decisão de mudar da pessoa.					

¹ Adaptação de: A. Candeias, N. Costa e M. Carapeto (Universidade de Évora)