

FACULDADE DE PSICOLOGIA E DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE DO PORTO

Ano de escolaridade _____ Rapaz _____ Rapariga _____ Idade _____

INSTRUÇÕES

Vamos apresentar-te um conjunto de frases pois queremos saber o que tu pensas acerca de ti mesmo.

Isto não é um teste e por isso não há boas nem más respostas e todos poderão responder de forma diferente. Tenta ser o mais sincero(a) possível e faz com que as tuas respostas demonstrem o que sentes acerca de ti mesmo(a).

Vou-te explicar como deves responder às perguntas.

Primeiro vou-te ler o seguinte exemplo:

Para mim é mesmo verdadeiro	Para mim é mais ou menos verdadeiro		Para mim é mais ou menos verd.	Para mim é mesmo verdadeiro
a) <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Algumas pessoas da tua idade gostam de brincar fora de casa nos seus tempos livres	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		MAS		
		Outras pessoas da tua idade gostam mais de ver televisão.		

Esta frase fala-nos de dois tipos de pessoas da tua idade e nós queremos saber com qual tu te pareces mais.

Assim, em primeiro lugar, tu deves decidir se te pareces mais com as pessoas do lado esquerdo da folha, que gostam mais de brincar fora de casa, ou então se te pareces mais com as pessoas do lado direito, que gostam mais de ver televisão. Não escrevas ainda nada e decide para já qual o tipo de pessoas que são mais parecidas contigo, escolhendo o lado da folha onde queres ficar.

Agora, e uma vez que já escolheste o tipo de pessoas que se parecem mais contigo, deves decidir se a frase que escolheste "é mesmo verdadeira para ti" ou se é "mais ou menos verdadeira para ti". Se a frase for "mesmo verdadeira para ti" põem uma cruz no quadrado que está por baixo da alternativa "para mim é mesmo verdadeiro". Se for "mais ou menos verdadeira para ti" põe uma cruz no quadrado que está por baixo da alternativa "para mim é mais ou menos verdadeiro".

Para cada pergunta só deves colocar uma cruz. Umás vezes vais colocar a cruz no lado direito da folha, outras vezes vais colocá-la no lado esquerdo. Nunca deves colocar cruces nos dois lados, pois tu só colocas uma cruz no lado que se parece mais contigo.

Faz o exemplo que te mostrei e põe uma cruz no lado que escolheste e na alternativa que preferes. Agora vou-te apresentar mais frases que tu deves ler com atenção. Para cada uma delas apenas colocas uma cruz no lado que achas mais parecido contigo.

Se quiseres alterar alguma resposta já dada, porque te enganaste, deves fazer um círculo à volta da resposta errada e assinalar uma nova cruz noutra quadrado, na mesma linha.

Se tiveres alguma dúvida, levanta o braço.

Vira a página e começa.

Para mim é mesmo verdadeiro	Para mim é mais ou menos verdadeiro		Para mim é mais ou menos verd.	Para mim é mesmo verdadeiro
I <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade gostam de gelados de morango	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade acham difícil fazer amigos	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade são muito boas em todos os desportos	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade estão contentes com o seu aspecto físico	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade frequentemente não gostam da maneira como se comportam	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade muitas vezes estão descontentes consigo mesmo	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade acham que são tão espertas como as outras	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade têm muitos amigos	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade acham que são muito boas nos seus trabalhos escolares	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade gostariam de ser melhores em desportos	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Para mim é mesmo verdadeiro	Para mim é mais ou menos verdadeiro		Para mim é mais ou menos verd.	Para mim é mesmo verdadeiro
10. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade estão satisfeitas com o seu peso e altura	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			Outras pessoas da tua idade gostariam que o seu peso e altura fossem diferentes.	
11. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade geralmente fazem as coisas certas	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			Outras pessoas da tua idade muitas vezes não fazem as coisas certas.	
12. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade não gostam da maneira como conduzem a sua vida	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			Outras pessoas da tua idade gostam da maneira como conduzem a sua vida.	
13. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade são muito lentas a fazer os seus trabalhos escolares	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			Outras pessoas da tua idade conseguem fazer os seus trabalhos escolares muito depressa.	
14. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade gostariam de ter mais amigos	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			Outras pessoas da tua idade têm os amigos que desejam.	
15. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade acham que conseguiriam sair-se bem em qualquer desporto novo que nunca tenham experimentado antes	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			Outras pessoas da tua idade têm medo de não se sair bem em desportos que nunca tenham experimentado antes.	
16. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade gostariam que o seu corpo fosse diferente	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			Outras pessoas da tua idade gostam do seu corpo tal como é.	
17. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade habitualmente comportam-se como devem	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			Outras pessoas da tua idade muitas vezes não se comportam como devem.	
18. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade estão satisfeitas consigo próprias	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			Outras pessoas da tua idade muitas vezes não estão satisfeitas consigo próprias.	
19. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade muitas vezes esquecem o que aprenderam	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			Outras pessoas da tua idade conseguem lembrar-se facilmente das coisas que aprenderam.	

Para mim é mesmo verdadeiro	Para mim é mais ou menos verdadeiro		Para mim é mais ou menos verd.	Para mim é mesmo verdadeiro
20. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade fazem sempre as coisas juntamente com outros	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				Outras pessoas da tua idade geralmente fazem as coisas por si próprias.
21. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade acham que são melhores do que os colegas em desportos	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				Outras pessoas da tua idade não se acham tão boas em desportos como os colegas.
22. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade gostariam que o seu aspecto físico fosse diferente	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				Outras pessoas da tua idade gostam do seu aspecto físico tal como é.
23. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade habitualmente metem-se em sarilhos por causa das coisas que fazem	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				Outras pessoas da tua idade habitualmente não fazem coisas que as metam em sarilhos.
24. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade gostam do tipo de pessoa que são	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				Outras pessoas da tua idade muitas vezes gostariam de ser outro tipo de pessoa.
25. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade fazem muito bem os trabalhos escolares	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				Outras pessoas da tua idade não fazem muito bem os trabalhos escolares.
26. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade desejariam que mais colegas gostassem delas	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				Outras pessoas da tua idade acham que a maior parte dos colegas gosta delas.
27. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Nos jogos e desportos algumas pessoas da tua idade gostam mais de ver do que de jogar	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				Outras pessoas da tua idade habitualmente jogam em vez de ficarem só a ver.
28. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade gostariam que alguma coisa na sua cara ou cabelo fosse diferente	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				Outras pessoas da tua idade gostam da sua cara e do seu cabelo tal como são.
29. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade fazem coisas que sabem que não deviam fazer	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				Outras pessoas da tua idade não fazem coisas que sabem que não devem fazer.

Para mim é mesmo verdadeiro	Para mim é mais ou menos verdadeiro	MAS	Para mim é mais ou menos verd.	Para mim é mesmo verdadeiro
30. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade estão muito contentes por serem como são	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade têm dificuldades em responder às perguntas na escola	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade são muito conhecidas e estimadas entre os colegas	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade não são muito boas em jogos novos	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade acham que têm bom aspecto físico	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade comportam-se muito bem	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36. <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Algumas pessoas da tua idade não estão satisfeitas com a maneira como fazem muitas coisas	MAS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

SUBESCALAS DO SPPC DE HARTER: 6 dimensões com 6 itens cada

Social: itens 1, 7, 14, 20, 26, 32

Competência física: itens 2, 9, 15, 21, 27, 33

Aparência física: itens 3, 10, 16, 22, 28, 34

Comportamento: itens 4, 11, 17, 23, 29, 35

Auto-estima global: itens 5, 12, 18, 24, 30, 36

Cognitiva: itens 6, 8, 13, 19, 25, 31

Cotação dos itens:

4, 3, 2, 1 (quando o lado esquerdo é positivo)

ou

1, 2, 3, 4 (quando o lado esquerdo é negativo)