

ANEXOS

---

---

# **Anexo 1**

**Bateria de Questionários utilizada para a realização desta investigação.**



**Universidade da Beira Interior**  
**Departamento de Psicologia e Educação**  
**Licenciatura em Psicologia**

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Exmo. (a) Senhor(a),

O questionário que lhe pedimos para preencher incluiu-se num projecto de investigação sobre o *Burnout* (stresse ocupacional) em profissionais de dois serviços do Centro Hospitalar Cova da Beira (INEM e Serviço Externa), levado a cabo no âmbito do estágio curricular da aluna Jaclin'Elaine Freire, Licenciatura de Psicologia Clínica e da Saúde, no Serviço de Nutrição e Actividade Física.

O principal objectivo deste estudo prende-se com a avaliação e comparação os níveis de *burnout*, estado de humor, bem como as expectativas que o sujeito tem em relação não só ao seu mundo de trabalho, como relativamente a todas as áreas da sua vida. O estudo tem como populações-alvo os profissionais de Saúde dos serviços de Consulta Externa e INEM, do Centro Hospitalar Cova da Beira (CHCB).

Pretende-se, deste modo, observar aspectos importantes relacionados com a **saúde e o bem-estar psicológico** dos profissionais da saúde, procurando-se obter informações fundamentais para a implementação de futuros projectos de investigação e intervenção junto destas classes profissionais.

Neste sentido, pedimos a sua ajuda e colaboração, respondendo ao Questionário em anexo. Os dados resultantes das suas respostas são estritamente **confidenciais**, devendo por isso **fechar o envelope** após o seu preenchimento.

**BOM TRABALHO E OBRIGADO PELA SUA COLABORAÇÃO!**

Estagiária	Orientador na Universidade	Orientador no Hospital
_____ <b>Jaclin'Elaine Freire</b> <b>Universidade da Beira Interior</b> <b>Departamento de Psicologia</b>	_____ <b>Professor Doutor Luís Maia</b> <b>Neuropsicólogo Clínico – CHCB</b> <b>Docente na UBI</b>	_____ <b>Dr. Jorge Marques</b> <b>Psicólogo Clínico</b> <b>CHCB</b>

## INFORMAÇÃO DEMOGRÁFICA

Data de hoje: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Há quantas horas está a trabalhar hoje?

**Sexo:** Masculino  Feminino  **Idade:**  anos

**Estado civil:** Solteiro  Casado  Divorciado  Viúvo  União de facto

## FORMAÇÃO ACADÉMICA

### 1. Grau académico mais elevado:

Bacharelato \_\_\_\_ Licenciatura \_\_\_\_ Mestrado \_\_\_\_ Doutoramento \_\_\_\_

Outros \_\_\_\_\_

2. Há quantos anos terminou o seu curso? \_\_\_\_\_ anos

3. Há quantos anos exerce a sua profissão? \_\_\_\_\_ anos

4. Especialidade: \_\_\_\_\_

## SITUAÇÃO PROFISSIONAL

5. **Profissão:** Enfermeiro  Médico  Psicólogo

Auxiliar da acção médica  Outra: \_\_\_\_\_

6. Serviço em que trabalha no CHCB \_\_\_\_\_

### 7. Contexto profissional:

Sector público  Sector privado  Sector público e privado

### 8. Outras áreas/serviços de actividade profissional actuais:

Docência no Ensino Superior  Investigação/estudos

Outras (especifique): \_\_\_\_\_

9. N° médio de horas de trabalho por semana: \_\_\_\_\_ horas

10. N° médio de horas por semana em serviço directo a pessoas: \_\_\_\_\_ horas

•O questionário que se segue divide-se em três grupos distintos:

Com o **Grupo I** avaliar o *burnout* (stresse ocupacional);

Relativamente ao **Grupo II**, pretende-se avaliar o estado de humor;

Finalmente, o **Grupo III**, destina-se a analisar as expectativas de controlo;

## MBI – Inventário de “Burnout” (Maslach)

A finalidade deste Questionário consiste em analisar a maneira como diferentes profissionais ligados à área das “profissões de ajuda” **encaram o seu emprego e as pessoas** com quem trabalham ou lidam diariamente. Neste questionário o termo “**clientes**” é utilizado para identificar as pessoas a quem presta os seus serviços, cuidados, tratamentos ou instrução. Nas suas respostas pense nessas pessoas como “**clientes**” **do serviço que presta**, mesmo que possa usar outro termo no seu trabalho.

Na página seguinte indicam-se 22 afirmações relativas a **sentimentos relacionados com a actividade profissional**. Por favor, leia cada afirmação com atenção e decida se alguma vez se sentiu assim em relação à sua profissão. Se nunca teve esse sentimento, assinale “0” (zero) no espaço reservado depois da afirmação. Caso contrário, se já experienciou esse sentimento, indique quantas vezes o sentiu, utilizando para tal a seguinte escala (exemplo):

EXEMPLO:

Quantas vezes	0	1	2	3	4	5	6
	Nunca	Algumas vezes por ano	Uma vez por mês	Algumas vezes por mês	Uma vez por semana	Algumas vezes por semana	Todos os dias

AFIRMAÇÃO:

Sinto-me deprimido(a) no trabalho

Se nunca se sente deprimido(a) no trabalho, deve assinalar o 

0	1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---	---

 número “0” (zero) debaixo do cabeçalho “QUANTAS VEZES”. Se raramente se sente deprimido(a) no trabalho (algumas vezes por ano), deve indicar o número “1”. Se os seus sentimentos de depressão são frequentes (algumas vezes por semana, mas não diariamente), deve apontar o “5”.

Certifique-se que responde a todas as questões.

Obrigada pela sua colaboração e disponibilidade.

Bem-haja.

Quantas vezes	0	1	2	3	4	5	6
	Nunca	Algumas vezes por ano	Uma vez por mês	Algumas vezes por mês	Uma vez por semana	Algumas vezes por semana	Todos os dias

### Afirmações:

1. Sinto-me emocionalmente insatisfeito(a) com o meu trabalho.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
2. No final do meu dia de trabalho, sinto-me como se tivesse sido “usado(a)”.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
3. Sinto-me fatigado(a) quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no emprego.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
4. Posso facilmente compreender como é que os meus clientes/utentes se sentem em relação às coisas.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
5. Sinto que trato alguns clientes/utentes como se fossem objectos impessoais.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
6. Trabalhar com pessoas todo o dia, constitui realmente uma pressão para mim.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
7. Lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus clientes/utentes.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
8. Sinto-me esgotado(a) com o meu trabalho.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
9. Sinto que estou a influenciar positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
10. Tornei-me mais cruel com as pessoas desde que comecei a exercer esta profissão.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
11. Preocupa-me o facto deste trabalho me estar a tornar mais "duro" ou resistente do ponto de vista emocional.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
12. Sinto-me com muitas energias.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
13. Sinto-me frustrado(a) com o meu emprego.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
14. Sinto que estou a trabalhar demasiado no meu emprego.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
15. Não me interessa realmente o que acontece com alguns dos meus clientes/utentes.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
16. Trabalhar directamente com pessoas gera-me demasiado “stress”.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
17. Sou capaz de criar facilmente um ambiente relaxado com os meus clientes/utentes.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
18. Sinto-me contente depois de trabalhar “de perto” com os meus clientes/utentes.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
19. Neste emprego consegui muitas coisas que valeram a pena.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
20. Sinto-me como se estivesse no limite das minhas capacidades.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
21. No meu trabalho lido muito calmamente com os problemas emocionais.	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
22. Sinto que os meus clientes/utentes me culpam por alguns dos seus problemas	0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6

# IACLIDE

(@ Copyright A. Vaz Serra, 1994)

## INSTRUÇÕES

Cada um dos sintomas que a seguir é apresentado não se refere à sua maneira de ser habitual mas sim a um estado em que sente pelo menos desde há duas semanas para cá. Não há respostas certas nem erradas. Há apenas a sua resposta. Responda de forma rápida, honesta e espontânea. Se lhe parecer que duas respostas diferentes já foram experimentadas por si, assinale com uma cruz (x) no quadrado respectivo □ aquela que se aproxime mais do seu estado actual.

1. - O interesse pelo meu trabalho é o mesmo de sempre
- Ultimamente ando a sentir um interesse menor pelo meu trabalho
- Presentemente sinto, com bastante frequência, desinteresse pelo que tenho que fazer
- Actualmente ando a sentir, muitíssimas vezes, um grande desinteresse pelo meu trabalho
- Perdi por completo todo o interesse que tinha pelo meu trabalho
2. - No meu dia a dia não preciso de recorrer à ajuda das outras pessoas mais do que o costume
- Presentemente recorro mais ao auxílio dos outros do que costumava fazer
- No momento actual recorro mais ao auxílio dos outros do que costumava fazer
- Agora recorro muitíssimo mais ao auxílio dos outros do que costumava fazer
- Actualmente sinto-me completamente incapaz de fazer seja o que for sem a ajuda dos outros
3. - Ando-me a sentir tão sossegado como de costume
- Ando-me a sentir interiormente mais do que o habitual
- Sinto-me interiormente bastante mais desassossegado do que o costume
- Sinto-me interiormente muitíssimo mais desassossegado do que habitual
- Sinto-me interiormente num estado permanente de agitação
4. - Presentemente, no contacto com os outros (familiares, amigos ou conhecidos) sou capaz de falar sobre os temas habituais das conversas comuns
- No momento actual tenho tendência, no contacto com os outros, a falar mais do que o habitual daquilo que sinto ou me preocupa, embora consiga conversar também sobre outros assuntos
- Reconheço que agora passo bastante tempo a falar aos outros daquilo que me anda a preocupar e estou a sentir, embora possa também abordar outros assuntos
- No momento presente, no contacto com os outros, falo muitíssimo mais do que o costume daquilo que me preocupa e ando a sentir, evitando abordar assuntos diferentes
- Actualmente, no contacto com os outros, só sei falar daquilo que me preocupa e ando a sentir, mostrando-me incapaz de conversar de outros assuntos.

5. - A minha consciência não me acusa de nada em particular que tenha feito
- Ando-me a sentir um fardo para a minha família, amigos e colegas
- Sinto actualmente que há faltas no meu passado que não devia ter cometido
- Penso, muitas vezes, que cometi certas faltas graves no meu passado
- Passo o tempo a pensar que o estado em que me sinto é consequência das faltas graves que cometi na minha vida
6. - A minha capacidade de fixação é a mesma que sempre tive
- Às vezes custa-me fixar aquilo que preciso
- Sinto, bastantes vezes, que ando a fixar pior aquilo que preciso
- Sinto, muitíssimas vezes, que me esquecem facilmente as coisas
- Sinto-me incapaz de fixar seja o que for
7. - Não me sinto mais infeliz do que o costume
- Tenho períodos em que me sinto mais infeliz do que habitualmente
- Ando-me a sentir bastante mais infeliz do que o costume, embora tenha ocasiões onde me sinta tão infeliz como dantes
- Só em raros momentos é que me consigo sentir feliz
- Actualmente não tenho um único momento em que me sinta feliz
8. - No momento presente não tenho qualquer dificuldade em começar a dormir
- Quando me deito passo cerca de meia hora sem conseguir adormecer
- Actualmente, quando me deito, demoro cerca de uma-duas horas antes de conseguir adormecer
- Quando me deito nalgumas noites não consigo dormir nada
- Se não tomar nada para adormecer as minhas noites são de insónia completa
9. - O valor que dou às coisas que faço e a mim próprio não é maior nem é menor do que o costume
- Actualmente penso por vezes que, como indivíduo, tenho pouco mérito naquilo que faço
- Ultimamente apanho-me a pensar, bastantes vezes, que não valho nada
- Penso, com muita frequência, que não tenho qualquer valor como pessoa
- No momento actual, sinto constantemente que não valho nada como pessoa
- 10 - A minha confiança em relação ao futuro é a mesma de sempre
- Ao contrário de antigamente sinto-me por vezes inseguro em relação ao futuro
- No momento actual sinto, bastantes vezes, falta de confiança no futuro
- Sinto agora, muitíssimas vezes, falta de confiança no futuro
- Presentemente perdi por completo a esperança que tinha no futuro

- 11** - Depois de conseguir adormecer não tenho tendência a acordar durante a noite
- Actualmente acordo uma hora antes do habitual e depois não consigo voltar a dormir
- Presentemente ando a acordar ao fim de 4-5 horas de sono e depois não consigo voltar a dormir
- Após ter adormecido, acordo ao fim de uma ou duas horas e não sou capaz de voltar a dormir
- Se não tomar nada para dormir, a minha noite é de completa insónia
- 12** - Considerando a minha vida passada não sinto que tenha sido um fracassado
- No momento presente, observando o meu passado, acho que tive alguns fracassos
- Penso que no meu passado existiu um número bastante grande de fracassos
- Actualmente considero que tive, no meu passado, um número muitíssimo grande de fracassos
- Quando observo a minha vida passada considero-a como um acumular constante de fracassos
- 13** - Quando acordo de manhã sinto-me renovado para enfrentar o meu dia
- Apesar de ir fazendo o que necessito de fazer, quando acordo de manhã tenho a sensação de estar sem energia para o que preciso de efectuar
- Logo que acordo de manhã e posteriormente ao longo do dia sinto-me bastante fatigado e é com dificuldade que vou realizando o que preciso de fazer
- Desde que acordo de manhã e depois durante o dia sinto-me tão fatigado que já não consigo fazer tudo o que tenho a fazer
- Quando acordo de manhã o meu cansaço é tão grande que me sinto incapaz de fazer o seja o que for
- 14** - O meu convívio com as outras pessoas é o mesmo de sempre
- O mês estado de espírito actual leva-me, por vezes, e mais do que o costume, a evitar conviver com as outras pessoas
- No momento presente fujo bastante do convívio com as outras pessoas
- Devido à maneira como me ando a sentir, raramente me sinto capaz de conviver com as outras pessoas
- Presentemente não me sinto capaz de conviver seja com quem for
- 15** - No momento presente não noto quaisquer dificuldades na minha capacidade de concentração
- Sinto por vezes dificuldade em me concentrar no que estou a fazer
- Sinto com frequência dificuldade em me concentrar naquilo que executo
- Sinto, muitíssimas vezes dificuldade em me concentrar naquilo que faço
- Sinto-me actualmente incapaz de me concentrar naquilo que for

- 16** - Não penso que os meus problemas sejam mais graves do que o habitual
- Ando com medo de não ser capaz de resolver alguns dos problemas que tenho
- Penso com frequência que não é fácil encontrar solução para alguns dos meus problemas
- Passo o tempo preocupado com os meus problemas pois sinto que são de solução muitíssimo difícil
- Considero que os meus problemas não têm qualquer solução possível
- 17** - Quando é necessário sou capaz de tomar decisões tão bem como dantes
- Agora sinto-me mais excitante do que o costume par tomar qualquer decisão
- No momento actual demoro bastante mais tempo do que dantes para tomar qualquer decisão
- Presentemente custa-me tanto tomar decisões que passo o tempo a adiá-las
- Actualmente sinto-me incapaz de tomar qualquer decisão sem a ajuda das outras pessoas
- 18** - A satisfação que sinto com a vida é a mesma de sempre
- Actualmente sinto-me mais aborrecido do que o costume com a vida que tenho
- Sinto, com frequência, que a minha vida não me dá o prazer de antigamente
- Sinto, com muitíssima frequência, que a minha vida não me traz qualquer satisfação
- Perdi por completo a alegria de viver
- 19** - No momento presente acho que a vida vale a pena ser vivida e não sinto qualquer desejo de fazer mal a mm mesmo
- Actualmente sinto que a vida não vale a pena ser vivida
- No momento presente não me importaria de morrer
- Tenho com muita frequência desejos de que a morte venha
- Ultimamente tenho feito planos para por termo à vida
- 20** - Ao executar as minhas tarefas diárias usuais não sinto maior fadiga do que o costume
- No cumprimento das minhas tarefas ando a sentir-me mais fatigado do que o habitual sem razão para isso
- Naquilo que tenho que fazer ao longo do dia, embora sem motivo para isso, sinto-me bastante mais fatigado do que o costume
- Sinto-me, sem motivo justificativo, muitíssimo fatigado naquilo que tenho que fazer, deixando de executar algumas tarefas usuais
- Sinto-me exausto, ao menor esforço, deixando de cumprir a maior parte das tarefas que antigamente fazia

- 21** - Quando me comparo com os outros sei que sou capaz de me sair tão bem como eles a fazer o que é preciso
- Actualmente, ao comparar-me com os outros, acho por vezes que não me desempenho tão bem como eles nas tarefas que precisam de ser feitas
- Presentemente considero que as outras pessoas fazem as coisas bastante melhor do que eu
- Acho que me saio muitíssimo pior do que os outros a fazer o que é necessário ser feito
- Considero que os outros são sempre capazes de fazer melhor do que eu as coisas que precisam de ser feitas
- 22** - Quando executo qualquer tarefa faço-a com a rapidez do costume
- No momento presente sinto-me mais lento a fazer o que tenho para fazer
- Actualmente demoro bastante mais tempo do que o habitual a fazer o que tenho para fazer
- Sinto-me muitíssimo mais lento a fazer tudo quanto tenho para fazer
- Presentemente de moro uma enormidade de tempo a fazer seja o que for
- 23** - A capacidade de me manter activo é a mesma de costume
- Não me sinto capaz de me manter tão activo como o habitual
- Actualmente dá-me para passar largos momentos sem fazer absolutamente nada
- No momento actual raramente faço o que preciso de fazer
- Só me dá vontade de estar todo o tempo sentado ou deitado na cama, sem fazer nada

---

**Por favor, indique seguidamente a medicação que está a tomar actualmente**

Nome do medicamento	dosagem em miligramas	Forma de tomar	Manhã	Almoço	Jantar	Noite
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____

Injecções: Indicar nome, mg, e administração (e.g. – dois em dois dias, uma vez por semana, etc.)

---



---



---



---

**Instruções:** De seguida encontrará algumas afirmações relacionadas com alguns aspectos da sua vida. Não há uma resposta melhor que outra, cada pessoa tem as suas próprias opiniões e forma de pensar.

Leia cada frase e assinale com um **círculo** num dos números à direita, conforme esteja mais ou menos de acordo com cada afirmação: desde “1” (está totalmente em desacordo com a afirmação) até “9” (está totalmente de acordo).

Não há, portanto, respostas boas ou más, correctas ou incorrectas. Não demore muito tempo, tente responder de forma espontânea assim que ler cada afirmação.

Assegure-se de que assinala a todas as afirmações.

### Questionário

1. O que eu posso alcançar na minha vida terá muito a ver com o empenho que eu tenha.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

2. São poucas as ocasiões em que duvido das minhas capacidades.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

3. Não vale a pena em absoluto esforçar-me nem lutar neste mundo, tudo esta corrompido.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

4. Normalmente, quando desejo algo penso que o vou conseguir.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

5. O que pode acontecer na minha vida terá a ver com a sorte.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

6. A minha vida depende dos meus actos.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

7. Não importa que eu seja competente ou não, pois a maioria das coisas estão manipuladas.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

**8.** Tenho grandes esperanças em conseguir as coisas que mais desejo.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

**9.** Sem sorte pouco se pode conseguir na vida.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

**10.** Sinto-me seguro das minhas capacidades para realizar bem as tarefas da vida diária.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

**11.** Geralmente, o que me acontece na vida está estreitamente relacionado com o que faço.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

**12.** Para quê enganarmo-nos! A única coisa que importa neste mundo são as influências.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

**13.** Para poder alcançar as minhas metas precisarei de sorte.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

**14.** Raramente sou invadido (a) por pensamentos de insegurança em situações difíceis.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

**15.** Se lutar e trabalhar arduamente poderei alcançar muitas coisas na vida.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

**16.** Não importa o que eu valha, tudo está manipulado por pessoas com poder.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

**17.** Sou optimista no que respeita ao atingir das minhas metas.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

**18.** Vejo-me com capacidades suficientes para enfrentar os problemas da vida.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

**19.** Penso que terei êxito nas coisas que mais me importam na vida.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

**20.** Acredito muito na influência da sorte.

1    2    3    4    5    6    7    8    9

# **Anexo 2**

**Cartas oficiais dirigidas aos respectivos Responsáveis dos Departamentos do CHCB.**

Jaclin Elaine Semedo Freire  
Rua Capitão João de Almeida, 3B  
6200 Covilhã  
Tel.: 96 93 06 454

Exmo. Sr.  
Presidente do Conselho de Administração  
Centro Hospitalar da Cova da Beira  
Dr. João Casteleiro

Covilhã, 26 de Outubro de 2006

Eu, Jaclin Freire, finalista da licenciatura em Psicologia Clínica e da Saúde, encontro-me a realizar o estágio académico na Instituição que V. Exa. preside.

Como é do conhecimento de V. Exa., faz parte integrante da estrutura curricular da licenciatura a realização de um trabalho final de curso – monografia. É minha pretensão desenvolver esse trabalho sobre o tema “*Burnout* em técnicos de saúde hospitalar”.

Venho, por este meio, solicitar a V. Exa. se digne autorizar-me a elaborar a recolha de uma amostra populacional, junto dos técnicos de saúde que queiram colaborar na forma de preenchimento de uma bateria de questionários simples e rápidos.

Certa que V. Exa. não será alheia a esta minha missiva, resta-me agradecer a atenção dispensada e aguardar pela V. resposta.

Atenciosamente,

(Jaclin Freire)

Jaclin Elaine Semedo Freire  
Rua Capitão João de Almeida, 3B  
6200 Covilhã  
Tel.: 96 93 06 454

Exmo. Sr.  
Coordenador do INEM do  
Centro Hospitalar da Cova da Beira  
Dr. Jorge Almeida

C/C Presidente do CHCB

Eu, Jaclin Freire, finalista da licenciatura em Psicologia Clínica e da Saúde, encontro-me a realizar o estágio académico no Centro Hospitalar da Cova da Beira.

Como é do conhecimento de V. Exa., faz parte integrante da estrutura curricular da licenciatura a realização de um trabalho final de curso – monografia. É minha pretensão desenvolver esse trabalho sobre o tema “Burnout em técnicos de saúde hospitalar”.

Venho, por este meio, solicitar a V. Exa. se digne autorizar-me a elaborar a recolha de uma amostra populacional, junto dos técnicos de saúde, do Serviço que V. Exa. coordena, que queiram colaborar na forma de preenchimento de uma bateria de questionários simples e rápidos.

Certa que V. Exa. não será alheia a esta minha missiva, resta-me agradecer a atenção dispensada e aguardar pela V. resposta.

Atenciosamente,

(Jaclin Freire)

Jaclin Elaine Semedo Freire  
Rua Capitão João de Almeida, 3B  
6200 Covilhã  
Tel.: 96 93 06 454

Exmo. Sr.  
Coordenador da Consulta Externa do  
Centro Hospitalar da Cova da Beira  
Dr. Vítor Mota

C/C Presidente do CHCB

Covilhã, 30 de Outubro de 2006

Eu, Jaclin Freire, finalista da licenciatura em Psicologia Clínica e da Saúde, encontro-me a realizar o estágio académico no Centro Hospitalar da Cova da Beira.

Como é do conhecimento de V. Exa., faz parte integrante da estrutura curricular da licenciatura a realização de um trabalho final de curso – monografia. É minha pretensão desenvolver esse trabalho sobre o tema “Burnout em técnicos de saúde hospitalar”.

Venho, por este meio, solicitar a V. Exa. se digne autorizar-me a elaborar a recolha de uma amostra populacional, junto dos técnicos de saúde, do Serviço que V. Exa. coordena, que queiram colaborar na forma de preenchimento de uma bateria de questionários simples e rápidos.

Certa que V. Exa. não será alheia a esta minha missiva, resta-me agradecer a atenção dispensada e aguardar pela V. resposta.

Atenciosamente,

(Jaclin Freire)

Jaclin Elaine Semedo Freire

Rua Capitão João de Almeida, 3B  
6200 Covilhã  
Tel.: 96 93 06 454

Exmo. Sr.  
Presidente do Conselho de Administração  
Centro Hospitalar da Cova da Beira  
Dr. João Casteleiro

Covilhã, 03 de Novembro de 2006

Eu, Jaclin Freire, finalista da licenciatura em Psicologia Clínica e da Saúde, encontro-me a realizar o estágio académico na Instituição que V. Exa. preside.

Como é do conhecimento de V. Exa., faz parte integrante da estrutura curricular da licenciatura a realização de um trabalho final de curso – monografia. É minha pretensão desenvolver esse trabalho sobre o tema “*Burnout* em técnicos de saúde hospitalar”.

Venho, por este meio, solicitar a V. Exa. se digne autorizar-me a recolher um conjunto de informações no GEPI, relacionado com os dados estatísticos dos dois serviços envolvidos na presente investigação: Consulta Externa e INEM.

As informações pretendidas estão relacionadas com: a evolução estatística do Serviço de Consulta Externa (nº de especialidades médicas em cada ano de serviço, nº de profissionais técnicos em cada ano – médicos, outros profissionais com ensino superior, enfermeiros, auxiliares da acção médica – e nº de consulta anual por cada especialidade), bem como a evolução do INEM, relativamente à sua entrada no CHCB, ao nº de técnicos envolvidos anualmente, às intervenções em cada ano de serviço e finalmente em relação às especialidades existentes.

Certa que V. Exa. não será alheia a esta minha missiva, resta-me agradecer a atenção dispensada e aguardar pela V. resposta.

Atenciosamente,

(Jaclin Freire)

Jaclin Elaine Semedo Freire

Rua Capitão João de Almeida, 3B  
6200 Covilhã  
Tel.: 96 93 06 454

Exmo. Sr.  
Presidente do Conselho de Administração  
Centro Hospitalar da Cova da Beira  
Dr. João Casteleiro

Covilhã, 22 de Dezembro de 2006

Eu, Jaclin Freire, finalista da licenciatura em Psicologia Clínica e da Saúde, encontro-me a realizar o estágio académico na Instituição que V. Exa. preside.

Como é do conhecimento de V. Exa., faz parte integrante da estrutura curricular da licenciatura a realização de um trabalho final de curso – monografia. É minha pretensão desenvolver esse trabalho sobre o tema “*Burnout* em técnicos de saúde hospitalar”.

Venho, por este meio, solicitar a V. Exa. se digne autorizar-me a recolher um conjunto de informações no Gabinete dos Recursos Humanos, relacionado com os dados de identificação dos profissionais e técnicos de saúde pertencentes aos dois serviços envolvidos na presente investigação: Consulta Externa e Instituto Nacional da Emergência Médica (INEM).

As informações pretendidas estão relacionadas principalmente com os dados de identificação (nome, especialidade e serviço pertencente) dos médicos, enfermeiros e auxiliares da acção médica dos serviços da Consulta Externa (1-5) e do INEM.

Certa que V. Exa. não será alheia a esta minha missiva, resta-me agradecer a atenção dispensada e aguardar pela V. resposta.

Atenciosamente,

(Jaclin Freire)

# **Anexo 3**

**Pedido de autorização para a utilização dos questionários de avaliação incluídos na investigação.**

**De:** Jaclin'Elaine Semedo Freire [mailto:jaclinfreire@gmail.com]

**Enviado el:** lunes, 13 de noviembre de 2006 18:58

**Para:** dlp@usal.es

**Asunto:** Pedido de Autorização - BEEGC

Jaclin Elaine Semedo Freire  
Rua Capitão João de Almeida, 3B  
6200 Covilhã  
Tel.: 96 93 06 454

Exmos. Senhores, autores do artigo: "Una Versión Española de una Batería de Escalas de Expectativas Generalizadas de Control (BEEGC),

Eu, Jaclin Freire, finalista da licenciatura em Psicologia Clínica e da Saúde, encontro-me a realizar o estágio académico no Centro Hospitalar da Cova da Beira.

Colaboro, na Universidade da Beira Interior, na Covilhã, com o docente Professor Dr. Luís Maia no âmbito do Seminário de Investigação, do quinto ano da Licenciatura em Psicologia Clínica e da Saúde. Neste sentido, pretendíamos desenvolver um trabalho de investigação sobre o tema "Burnout, Depressão e Expectativas nos técnicos de saúde hospitalar" em que utilizaríamos, com o fim de relacionar várias variáveis pertinentes, a BEEGC (Bateria de Escalas de Expectativas Generalizadas de Control), instrumento que desenvolveram para a população espanhola.

Venho, por este meio, solicitar a V. Exa. se digne autorizar-me a utilizar o instrumento de avaliação psicológica que V. Exa. desenvolveu (afериu/validou) na realização desta minha monografia.

Para além de cumprir o objectivo académico, propomo-nos que o mesmo sirva para a publicação de um artigo científico que gostaríamos muito de poder contar com a revisão científica e co-autoria de vossas excelências.

Por favor, contactar por mail para o professor Luís Maia (telemóvel 914868182) e endereço postal: Universidade da Beira Interior - Departamento de Psicologia e Educação - Estrada do Sineiro - S/N - 6200 Covilhã

Atenciosamente,

Jaclin' Freire

**De:** David L. Palenzuela [mailto:dlp@usal.es]

**Enviado el:** miércoles, 15 de noviembre de 2006 0:08

**Para:** Jaclin'Elaine Semedo Freire

**Asunto:** RE: Pedido de Autorização - BEEGC

Estimada Jaclin'Elaine:

Te adjunto tres ficheros con la información que me solicitabas: a) Dos ficheros PDF con información sobre la BEEGC y b) Un fichero WORD con la versión portuguesa de la BEEGC.

Si por alguna razón no te llegan (o te llegan en malas condiciones) házmelo saber, por favor. Espero que os sea de utilidad y estoy a vuestra disposición para cualquier consulta posterior. Y en todo caso, me gustaría que me mantuvierais al corriente de vuestra investigación, en particular en todo lo referido con la BEEGC.

Muchos saludos,

David Palenzuela

**3 anexos** — [Baixar todos os anexos](#)



**Des-BEEGC-94.pdf**

63K [Exibir como HTML](#) [Baixar](#)



**Descrip amplia BEEGC-20.pdf**

81K [Exibir como HTML](#) [Baixar](#)



**BEEGC-20 V-portuguesa.doc**

29K [Exibir como HTML](#) [Abrir como documento do Google](#) [Baixar](#)

De: Jaclin'Elaine Semedo Freire

Para: jcruz@iep.uminho.pt

cco: lmaia@ubi.pt, marquejorge@gmail.com

Data: 26/10/2006 19:37

Assunto: Pedido de autorização (MBI - Maslach Burnout Inventory)

Jaclin Elaine Semedo Freire

Rua Capitão João de Almeida, 3B

6200 Covilhã

Tel.: 96 93 06 454

Exmo. Sr. José Fernando da Silva Azevedo Cruz

Professor no Instituto de Educação e Psicologia

Universidade do Minho

Eu, Jaclin Freire, finalista da licenciatura em Psicologia Clínica e da Saúde, encontro-me a realizar o estágio académico no Centro Hospitalar da Cova da Beira.

Colaboro, na Universidade da Beira Interior, na Covilhã, com o docente Professor Dr. Luís Maia no âmbito do Seminário de Investigação, do quinto ano da Licenciatura em Psicologia Clínica e da Saúde. Neste sentido, pretendíamos desenvolver um trabalho de investigação sobre o tema "Burnout, Depressão e Expectativas nos técnicos de saúde hospitalar" em que utilizaríamos, com o fim de relacionar várias variáveis pertinentes, o MBI (Maslach Burnout Inventory - Maslach, Jackson, & Leiter, 1996), instrumento este que traduziram e adaptaram à língua portuguesa.

Venho, por este meio, solicitar a V. Exa. se digne autorizar-me a utilizar o instrumento de avaliação psicológica que V. Exa. desenvolveu na realização desta minha monografia.

Para além de cumprir o objectivo académico, propomo-nos que o mesmo sirva para a publicação de um artigo científico que gostaríamos muito de poder contar com a revisão científica e co-autoria de vossas excelências.

Por favor, contactar por mail para o professor Luís Maia (telemóvel 914868182) e endereço postal: Universidade da Beira Interior - Departamento de Psicologia e Educação - Estrada do Sineiro - S/N - 6200 Covilhã ou para o meu orientador de estágio Dr. Jorge Marques, psicólogo no Centro Hospital Cova da Beira, para o email: [marquejorge@gmail.com](mailto:marquejorge@gmail.com).

Certa que V. Exa. não será alheia a esta minha missiva, resta-me agradecer a atenção dispensada e aguardar pela V. resposta.

Atenciosamente,

(Jaclin Freire)

# **Anexo 4**

**Tabelas de correlações.**

## Correlações

		Há quantas horas esta a trabalhar hoje?	Idade do Profissional	Há quantos anos terminou o seu curso?	Há quantos anos exerce a sua profissão?	Nº de horas por semana em serviço directo a pessoas?	Somatório dos itens 1,2,3,6,8,13,14,16 e 20 - Exaustão emocional	Somatório dos itens de Burnout 5, 10, 11, 15, 22 - Despersonalização
<b>Há quantas horas esta a trabalhar hoje?</b>	Pearson Correlation	1	-0,007	0,02	0,023	-0,027	0,204	0,176
	Sig. (2-tailed)		0,96	0,89	0,875	0,854	0,155	0,22
<b>Idade do Profissional</b>	Pearson Correlation	-0,007	1	,860(**)	,689(**)	,308(*)	-0,149	-0,149
	Sig. (2-tailed)	0,96		0	0	0,029	0,301	0,303
<b>Há quantos anos terminou o seu curso?</b>	Pearson Correlation	0,02	,860(**)	1	,850(**)	0,24	-0,101	-0,109
	Sig. (2-tailed)	0,89	0		0	0,093	0,484	0,451
<b>Há quantos anos exerce a sua profissão?</b>	Pearson Correlation	0,023	,689(**)	,850(**)	1	0,199	-0,056	-0,071
	Sig. (2-tailed)	0,875	0	0		0,167	0,697	0,622
<b>nº de horas por semana em serviço directo a pessoas?</b>	Pearson Correlation	-0,027	,308(*)	0,24	0,199	1	-,429(**)	-,296(*)
	Sig. (2-tailed)	0,854	0,029	0,093	0,167		0,002	0,037
<b>Somatório dos itens 1,2,3,6,8,13,14,16 e 20 - Exaustão emocional</b>	Pearson Correlation	0,204	-0,149	-0,101	-0,056	-,429(**)	1	,642(**)
	Sig. (2-tailed)	0,155	0,301	0,484	0,697	0,002		0
<b>Somatório dos itens de Burnout 5, 10, 11, 15, 22 - Despersonalização</b>	Pearson Correlation	0,176	-0,149	-0,109	-0,071	-,296(*)	,642(**)	1
	Sig. (2-tailed)	0,22	0,303	0,451	0,622	0,037	0	
<b>Somatório de Burnout, itens 4,7,9,12,17,18,19 e 21 - Realização pessoal</b>	Pearson Correlation	-,428(**)	0,076	-0,011	-0,009	,305(*)	-,450(**)	-,544(**)
	Sig. (2-tailed)	0,002	0,599	0,94	0,948	0,031	0,001	0
<b>1. Sinto-me emocionalmente insatisfeito(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	0,167	-0,065	0,012	-0,007	-,370(**)	,853(**)	,577(**)
	Sig. (2-tailed)	0,246	0,652	0,935	0,961	0,008	0	0
<b>2. No final do meu dia de trabalho, sinto-me como se tivesse sido "usado(a)".</b>	Pearson Correlation	0,215	-0,126	-0,127	-0,13	-0,268	,762(**)	,482(**)
	Sig. (2-tailed)	0,133	0,382	0,378	0,369	0,06	0	0
<b>3. Sinto-me fatigado(a) quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no emprego.</b>	Pearson Correlation	0,179	-0,255	-0,162	-0,147	-,368(**)	,872(**)	,516(**)
	Sig. (2-tailed)	0,215	0,074	0,26	0,307	0,008	0	0
<b>4. Posso facilmente compreender como é que os meus clientes/utentes se sentem em relação às (...)</b>	Pearson Correlation	-0,253	-0,044	-0,05	0,024	0,048	0,02	-0,212
	Sig. (2-tailed)	0,077	0,76	0,732	0,866	0,743	0,891	0,14
<b>5. Sinto que trato alguns clientes/utentes como se fossem objectos impessoais.</b>	Pearson Correlation	0,067	-0,123	-0,092	-0,051	-0,097	,412(**)	,747(**)
	Sig. (2-tailed)	0,646	0,393	0,523	0,726	0,502	0,003	0
<b>6. Trabalhar com pessoas todo o dia, constitui realmente uma pressão para mim.</b>	Pearson Correlation	0,177	-0,044	-0,009	0,159	-0,196	,516(**)	,454(**)
	Sig. (2-tailed)	0,22	0,759	0,95	0,27	0,172	0	0,001
<b>7. Lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-,327(*)	-0,111	-0,187	-0,173	-0,047	-0,171	-0,225
	Sig. (2-tailed)	0,021	0,445	0,194	0,231	0,747	0,236	0,116
<b>8. Sinto-me esgotado(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	0,202	-0,174	-0,141	-0,119	-,374(**)	,901(**)	,498(**)
	Sig. (2-tailed)	0,159	0,226	0,327	0,41	0,007	0	0
<b>9. Sinto que estou a influenciar positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	-0,245	-0,069	-0,241	-0,233	0,213	-0,252	-,379(**)
	Sig. (2-tailed)	0,087	0,634	0,092	0,104	0,138	0,078	0,007
<b>10. Tornei-me mais cruel com as pessoas desde que comecei a exercer esta profissão.</b>	Pearson Correlation	0,202	0,03	0,044	0,044	-0,169	,393(**)	,664(**)
	Sig. (2-tailed)	0,16	0,836	0,759	0,764	0,241	0,005	0
<b>11. Preocupa-me o facto deste trabalho me estar a tornar mais "duro" ou resistente do ponto de vista</b>	Pearson Correlation	0,139	-0,149	-0,162	-0,126	-0,216	,471(**)	,840(**)
	Sig. (2-tailed)	0,336	0,302	0,262	0,382	0,132	0,001	0
<b>12. Sinto-me com muitas energias.</b>	Pearson Correlation	-,373(**)	,328(*)	0,264	0,268	,441(**)	-,531(**)	-,419(**)
	Sig. (2-tailed)	0,008	0,02	0,064	0,06	0,001	0	0,002
<b>13. Sinto-me frustrado(a) com o meu emprego.</b>	Pearson Correlation	0,262	-0,109	-0,024	-0,011	-,426(**)	,816(**)	,520(**)
	Sig. (2-tailed)	0,066	0,452	0,871	0,937	0,002	0	0

<b>14. Sinto que estou a trabalhar demasiado no meu emprego.</b>	Pearson Correlation	0,05	-0,041	-0,034	-0,035	-0,062	,400(**)	0,06
	Sig. (2-tailed)	0,731	0,775	0,815	0,809	0,669	0,004	0,681
<b>15. Não me interessa realmente o que acontece com alguns dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	0,101	-0,05	0,082	0,071	-,280(*)	,509(**)	,680(**)
	Sig. (2-tailed)	0,485	0,729	0,572	0,622	0,049	0	0
<b>16. Trabalhar directamente com pessoas gera-me demasiado “stresse”.</b>	Pearson Correlation	0,066	-0,111	-0,032	0,129	-,425(**)	,741(**)	,658(**)
	Sig. (2-tailed)	0,648	0,442	0,823	0,371	0,002	0	0
<b>17. Sou capaz de criar facilmente um ambiente relaxado com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-0,241	0,201	0,038	-0,067	-,415(**)	-,305(*)	-,416(**)
	Sig. (2-tailed)	0,092	0,161	0,791	0,646	0,003	0,031	0,003
<b>18. Sinto-me contente depois de trabalhar “de perto” com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-,354(*)	0,104	0,108	0,056	,297(*)	-,413(**)	-,649(**)
	Sig. (2-tailed)	0,012	0,471	0,455	0,698	0,036	0,003	0
<b>19. Neste emprego consegui muitas coisas que valeram a pena.</b>	Pearson Correlation	-,364(**)	0,04	0,04	0,052	0,176	-,441(**)	-,377(**)
	Sig. (2-tailed)	0,009	0,784	0,78	0,719	0,221	0,001	0,007
<b>20. Sinto-me como se estivesse no limite das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	0,018	-0,068	-0,161	-0,245	-,377(**)	,742(**)	,519(**)
	Sig. (2-tailed)	0,899	0,641	0,264	0,086	0,007	0	0
<b>21. No meu trabalho lido muito calmamente com os problemas emocionais.</b>	Pearson Correlation	-0,169	0,03	0,02	0,056	0,202	-,366(**)	-,319(*)
	Sig. (2-tailed)	0,241	0,837	0,89	0,7	0,159	0,009	0,024
<b>22. Sinto que os meus clientes/utentes me culpam por alguns dos seus problemas</b>	Pearson Correlation	0,145	-0,209	-0,221	-0,16	-,307(*)	,540(**)	,696(**)
	Sig. (2-tailed)	0,315	0,144	0,123	0,268	0,03	0	0
<b>Escala 1a-Locus (Contingência)</b>	Pearson Correlation	-0,223	-0,037	-0,008	0,157	0,274	-,383(**)	-0,269
	Sig. (2-tailed)	0,12	0,798	0,957	0,277	0,054	0,006	0,059
<b>Escala 1b-Locus (Incontrolabilidade)</b>	Pearson Correlation	0,125	0,055	-0,011	-0,124	-0,099	0,194	0,165
	Sig. (2-tailed)	0,388	0,704	0,942	0,389	0,496	0,176	0,252
<b>Escala 1c-Locus (Sorte)</b>	Pearson Correlation	0,179	0,016	0,149	0,174	-0,019	0,209	0,087
	Sig. (2-tailed)	0,214	0,91	0,302	0,228	0,894	0,145	0,546
<b>Escala 2 (Auto-eficácia)</b>	Pearson Correlation	-0,085	0,057	0,176	0,243	-,437(**)	-,484(**)	-,451(**)
	Sig. (2-tailed)	0,558	0,694	0,223	0,089	0,001	0	0,001
<b>Escala 3 (Êxito)</b>	Pearson Correlation	-0,033	0,029	-0,059	0,127	,331(*)	-,348(*)	-,332(*)
	Sig. (2-tailed)	0,821	0,844	0,682	0,38	0,019	0,013	0,018
<b>1. O que eu posso alcançar na minha vida terá muito a ver com o empenho que eu tenha.</b>	Pearson Correlation	0,036	-0,058	0,003	0,218	0,203	0,009	-0,098
	Sig. (2-tailed)	0,802	0,687	0,983	0,128	0,157	0,953	0,496
<b>2. São poucas as ocasiões em que duvido das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	0,029	0,005	0,081	0,162	,347(*)	-0,206	-0,186
	Sig. (2-tailed)	0,841	0,975	0,575	0,261	0,014	0,152	0,196
<b>3. Não vale a pena em absoluto esforçar-me nem lutar neste mundo, tudo está corrompido.</b>	Pearson Correlation	0,107	0,046	-0,072	-0,135	-0,123	0,11	0,215
	Sig. (2-tailed)	0,459	0,751	0,617	0,351	0,395	0,447	0,133
<b>4. Normalmente, quando desejo algo penso que o vou conseguir.</b>	Pearson Correlation	-0,121	-0,002	-0,047	0,08	0,228	-0,217	-0,171
	Sig. (2-tailed)	0,404	0,987	0,748	0,58	0,111	0,13	0,234
<b>5. O que pode acontecer na minha vida terá a ver com a sorte.</b>	Pearson Correlation	-0,038	0,007	0,025	-0,028	-0,267	,292(*)	0,273
	Sig. (2-tailed)	0,791	0,964	0,865	0,847	0,061	0,04	0,056
<b>6. A minha vida depende dos meus actos.</b>	Pearson Correlation	-0,242	-0,091	-0,003	0,112	0,189	-,320(*)	-0,218
	Sig. (2-tailed)	0,091	0,529	0,981	0,437	0,189	0,023	0,128
<b>7. Não importa que eu seja competente ou não, pois a maioria das coisas estão manipuladas.</b>	Pearson Correlation	,342(*)	-0,072	-0,08	-0,211	-0,181	,281(*)	0,254
	Sig. (2-tailed)	0,015	0,618	0,58	0,141	0,209	0,048	0,075
<b>8. Tenho grandes esperanças em conseguir as coisas que mais desejo.</b>	Pearson Correlation	0,079	0,051	-0,167	-0,03	0,257	-,343(*)	-,380(**)
	Sig. (2-tailed)	0,586	0,724	0,246	0,834	0,072	0,015	0,006
<b>9. Sem sorte pouco se pode conseguir na vida.</b>	Pearson Correlation	,388(**)	0,169	0,245	0,152	0,022	0,152	0,153
	Sig. (2-tailed)	0,005	0,24	0,086	0,292	0,882	0,291	0,29
<b>10. Sinto-me seguro das minhas capacidades para realizar bem as tarefas da</b>	Pearson Correlation	-0,102	0,053	0,062	0,192	,353(*)	-,292(*)	-,349(*)
	Sig. (2-tailed)	0,482	0,714	0,67	0,182	0,012	0,04	0,013

<b>vida diária.</b>								
<b>11. Geralmente, o que me acontece na vida está estreitamente relacionado com o que faço.</b>	Pearson Correlation	-,290(*)	0,185	0,075	0,154	,309(*)	-,503(**)	-0,222
	Sig. (2-tailed)	0,041	0,199	0,607	0,284	0,029	0	0,122
<b>12. Para quê enganarmos! A única coisa que importa neste mundo são as influências.</b>	Pearson Correlation	-0,102	0,188	0,109	0,013	-0,039	0,115	0,071
	Sig. (2-tailed)	0,482	0,19	0,449	0,931	0,788	0,427	0,624
<b>13. Para puder alcançar as minhas metas precisarei de sorte.</b>	Pearson Correlation	-0,006	-0,125	-0,026	0,058	-0,094	0,22	-0,002
	Sig. (2-tailed)	0,965	0,387	0,859	0,691	0,518	0,125	0,991
<b>14. Raramente sou invadido (a) por pensamentos de insegurança em situações difíceis.</b>	Pearson Correlation	-0,059	0,105	0,264	0,224	0,238	-,401(**)	-,281(*)
	Sig. (2-tailed)	0,682	0,468	0,063	0,118	0,096	0,004	0,048
<b>15. Se lutar e trabalhar arduamente poderei alcançar muitas coisas na vida.</b>	Pearson Correlation	-0,192	-0,19	-0,112	0,019	0,168	-,371(**)	-,322(*)
	Sig. (2-tailed)	0,183	0,187	0,438	0,895	0,243	0,008	0,023
<b>16. Não importa o que eu valha, tudo está manipulado por pessoas com poder.</b>	Pearson Correlation	0,052	0,017	0,013	-0,066	0,029	0,123	-0,013
	Sig. (2-tailed)	0,717	0,907	0,929	0,651	0,844	0,393	0,929
<b>17. Sou otimista no que respeita ao atingir das minhas metas.</b>	Pearson Correlation	-0,108	0,04	0,027	0,164	,334(*)	-,386(**)	-,400(**)
	Sig. (2-tailed)	0,455	0,782	0,85	0,256	0,018	0,006	0,004
<b>18. Vejo-me com capacidades suficientes para enfrentar os problemas da vida.</b>	Pearson Correlation	-0,115	-0,01	0,076	0,149	,425(**)	-,528(**)	-,546(**)
	Sig. (2-tailed)	0,426	0,946	0,602	0,301	0,002	0	0
<b>19. Penso que terei êxito nas coisas que mais me importam na vida.</b>	Pearson Correlation	0,016	0,004	0,004	0,223	,290(*)	-0,22	-0,158
	Sig. (2-tailed)	0,912	0,976	0,98	0,119	0,041	0,125	0,275
<b>20. Acredito muito na influência da sorte.</b>	Pearson Correlation	0,227	0,07	0,131	0,104	-0,12	,363(**)	0,225
	Sig. (2-tailed)	0,113	0,629	0,365	0,473	0,406	0,01	0,116
<b>Sintomas Biológicos</b>	Pearson Correlation	0,201	-0,173	-0,079	-0,085	-,508(**)	,654(**)	,388(**)
	Sig. (2-tailed)	0,161	0,229	0,583	0,558	0	0	0,005
<b>Sintomas Cognitivos</b>	Pearson Correlation	0,246	-0,131	0,03	0,082	-,480(**)	,617(**)	,529(**)
	Sig. (2-tailed)	0,086	0,365	0,838	0,572	0	0	0
<b>Sintomas Interpessoais</b>	Pearson Correlation	0,024	-0,022	0,048	0,024	-,397(**)	,498(**)	0,232
	Sig. (2-tailed)	0,87	0,88	0,742	0,867	0,004	0	0,106
<b>Sintomas Desempenho de Tarefa</b>	Pearson Correlation	0,178	-0,134	0,072	0,09	-,544(**)	,562(**)	,466(**)
	Sig. (2-tailed)	0,216	0,355	0,622	0,534	0	0	0,001
<b>Incapacidades: Vida em Geral</b>	Pearson Correlation	,299(*)	0,056	0,07	0,044	-,325(*)	,534(**)	,571(**)
	Sig. (2-tailed)	0,035	0,699	0,631	0,76	0,021	0	0
<b>Incapacidades: Vida de Trabalho</b>	Pearson Correlation	0,131	0,091	-0,002	-0,02	-0,062	0,204	,429(**)
	Sig. (2-tailed)	0,364	0,528	0,992	0,893	0,67	0,156	0,002
<b>Incapacidades: Vida Social</b>	Pearson Correlation	0,142	-0,15	0,033	0,026	-,361(*)	,584(**)	,472(**)
	Sig. (2-tailed)	0,327	0,297	0,818	0,859	0,01	0	0,001
<b>Incapacidades: Vida Familiar</b>	Pearson Correlation	0,139	-0,048	-0,015	-0,047	-,294(*)	,528(**)	,591(**)
	Sig. (2-tailed)	0,334	0,741	0,918	0,744	0,038	0	0
<b>Factor 1</b>	Pearson Correlation	0,098	-0,131	0,036	0,026	-,387(**)	,549(**)	,452(**)
	Sig. (2-tailed)	0,5	0,366	0,803	0,857	0,005	0	0,001
<b>Factor 2</b>	Pearson Correlation	0,209	0,086	0,144	0,13	-0,073	0,272	,423(**)
	Sig. (2-tailed)	0,146	0,553	0,317	0,37	0,613	0,056	0,002
<b>Factor 3</b>	Pearson Correlation	0,131	-0,236	-0,03	-0,032	-0,173	,298(*)	0,166
	Sig. (2-tailed)	0,363	0,099	0,835	0,826	0,23	0,036	0,251
<b>Factor 4</b>	Pearson Correlation	0,033	-,294(*)	-0,259	-0,237	-,427(**)	0,08	0,126
	Sig. (2-tailed)	0,817	0,038	0,069	0,097	0,002	0,581	0,383
<b>Factor 5</b>	Pearson Correlation	0,174	-0,092	-0,125	-0,12	-,412(**)	,586(**)	,449(**)
	Sig. (2-tailed)	0,226	0,526	0,387	0,405	0,003	0	0,001
<b>Nota Global da depressão</b>	Pearson Correlation	0,253	-0,121	0,012	-0,002	-,478(**)	,723(**)	,582(**)
	Sig. (2-tailed)	0,076	0,404	0,935	0,99	0	0	0

### Correlações (cont.)

		<b>Somatório de Burnout, itens 4,7,9,12,17,18,19 e 21 - Realização pessoal</b>	<b>1. Sinto-me emocionalmente insatisfeito(a) com o meu trabalho.</b>	<b>2. No final do meu dia de trabalho, sinto-me como se tivesse sido "usado(a)".</b>	<b>3. Sinto-me fatigado(a) quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no emprego.</b>	<b>4. Posso facilmente compreender como é que os meus clientes/utentes se sentem em relação às</b>	<b>5. Sinto que trato alguns clientes/utentes como se fossem objectos impessoais.</b>
<b>Há quantas horas esta a trabalhar hoje?</b>	Pearson Correlation	-.428(**)	0,167	0,215	0,179	-0,253	0,067
	Sig. (2-tailed)	0,002	0,246	0,133	0,215	0,077	0,646
<b>Idade do Profissional</b>	Pearson Correlation	0,076	-0,065	-0,126	-0,255	-0,044	-0,123
	Sig. (2-tailed)	0,599	0,652	0,382	0,074	0,76	0,393
<b>Há quantos anos terminou o seu curso?</b>	Pearson Correlation	-0,011	0,012	-0,127	-0,162	-0,05	-0,092
	Sig. (2-tailed)	0,94	0,935	0,378	0,26	0,732	0,523
<b>Há quantos anos exerce a sua profissão?</b>	Pearson Correlation	-0,009	-0,007	-0,13	-0,147	0,024	-0,051
	Sig. (2-tailed)	0,948	0,961	0,369	0,307	0,866	0,726
<b>nº de horas por semana em serviço directo a pessoas?</b>	Pearson Correlation	,305(*)	-.370(**)	-0,268	-.368(**)	0,048	-0,097
	Sig. (2-tailed)	0,031	0,008	0,06	0,008	0,743	0,502
<b>Somatório dos itens 1,2,3,6,8,13,14,16 e 20 - Exaustão emocional</b>	Pearson Correlation	-.450(**)	,853(**)	,762(**)	,872(**)	0,02	,412(**)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0	0	0	0,891	0,003
<b>Somatório dos itens de Burnout 5, 10, 11, 15, 22 - Despersonalização</b>	Pearson Correlation	-.544(**)	,577(**)	,482(**)	,516(**)	-0,212	,747(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0	0,14	0
<b>Somatório de Burnout, itens 4,7,9,12,17,18,19 e 21 - Realização pessoal</b>	Pearson Correlation	1	-.373(**)	-.381(**)	-.309(*)	,618(**)	-0,189
	Sig. (2-tailed)		0,008	0,006	0,029	0	0,189
<b>1. Sinto-me emocionalmente insatisfeito(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	-.373(**)	1	,809(**)	,797(**)	0,06	,428(**)
	Sig. (2-tailed)	0,008		0	0	0,677	0,002
<b>2. No final do meu dia de trabalho, sinto-me como se tivesse sido "usado(a)".</b>	Pearson Correlation	-.381(**)	,809(**)	1	,773(**)	-0,011	,414(**)
	Sig. (2-tailed)	0,006	0		0	0,939	0,003
<b>3. Sinto-me fatigado(a) quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no emprego.</b>	Pearson Correlation	-.309(*)	,797(**)	,773(**)	1	-0,021	,312(*)
	Sig. (2-tailed)	0,029	0	0		0,883	0,027
<b>4. Posso facilmente compreender como é que os meus clientes/utentes se sentem em relação às</b>	Pearson Correlation	,618(**)	0,06	-0,011	-0,021	1	0,097
	Sig. (2-tailed)	0	0,677	0,939	0,883		0,502
<b>5. Sinto que trato alguns clientes/utentes como se fossem objectos impessoais.</b>	Pearson Correlation	-0,189	,428(**)	,414(**)	,312(*)	0,097	1
	Sig. (2-tailed)	0,189	0,002	0,003	0,027	0,502	
<b>6. Trabalhar com pessoas todo o dia, constitui realmente uma pressão para mim.</b>	Pearson Correlation	-.350(*)	,326(*)	0,216	0,273	-0,073	0,187
	Sig. (2-tailed)	0,013	0,021	0,131	0,055	0,613	0,192
<b>7. Lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	,680(**)	-0,093	-0,085	0,003	,367(**)	-0,001
	Sig. (2-tailed)	0	0,522	0,555	0,983	0,009	0,994
<b>8. Sinto-me esgotado(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	-.294(*)	,737(**)	,626(**)	,821(**)	0,065	,336(*)
	Sig. (2-tailed)	0,038	0	0	0	0,654	0,017
<b>9. Sinto que estou a influenciar positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	,704(**)	-.304(*)	-0,199	-0,12	,476(**)	-0,073
	Sig. (2-tailed)	0	0,032	0,165	0,407	0	0,615
<b>10. Tornei-me mais cruel com as pessoas desde que comecei a exercer esta profissão.</b>	Pearson Correlation	-.481(**)	,342(*)	,330(*)	0,237	-.285(*)	,418(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,015	0,019	0,097	0,045	0,003
<b>11. Preocupa-me o facto deste trabalho me estar a tornar mais "duro" ou resistente do ponto de vista</b>	Pearson Correlation	-.445(**)	,359(*)	,296(*)	,410(**)	-0,175	,652(**)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,011	0,037	0,003	0,223	0
<b>12. Sinto-me com muitas energias.</b>	Pearson Correlation	,603(**)	-.511(**)	-.527(**)	-.562(**)	0,152	-0,218
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0	0,291	0,128
<b>13. Sinto-me frustrado(a) com o meu emprego.</b>	Pearson Correlation	-.421(**)	,717(**)	,626(**)	,628(**)	0,088	,319(*)
	Sig. (2-tailed)	0,002	0	0	0	0,544	0,024
<b>14. Sinto que estou a trabalhar demasiado no meu emprego.</b>	Pearson Correlation	-0,114	0,185	0,126	,282(*)	0,177	0,037
	Sig. (2-tailed)	0,429	0,2	0,382	0,047	0,22	0,798

<b>15. Não me interessa realmente o que acontece com alguns dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-,552(**)	,450(**)	0,263	,434(**)	-,307(*)	0,214
	Sig. (2-tailed)	0	0,001	0,065	0,002	0,03	0,136
<b>16. Trabalhar directamente com pessoas gera-me demasiado “stresse”.</b>	Pearson Correlation	-,441(**)	,559(**)	,404(**)	,605(**)	-0,166	,379(**)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0	0,004	0	0,25	0,007
<b>17. Sou capaz de criar facilmente um ambiente relaxado com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	,711(**)	-,327(*)	-,332(*)	-0,183	,349(*)	-0,179
	Sig. (2-tailed)	0	0,021	0,018	0,205	0,013	0,214
<b>18. Sinto-me contente depois de trabalhar “de perto” com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	,797(**)	-,294(*)	-,331(*)	-,300(*)	,528(**)	-,312(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0,038	0,019	0,034	0	0,028
<b>19. Neste emprego consegui muitas coisas que valeram a pena.</b>	Pearson Correlation	,699(**)	-,350(*)	-,428(**)	-0,278	0,263	-,290(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0,013	0,002	0,05	0,065	0,041
<b>20. Sinto-me como se estivesse no limite das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	-,295(*)	,581(**)	,555(**)	,634(**)	-0,033	,358(*)
	Sig. (2-tailed)	0,038	0	0	0	0,818	0,011
<b>21. No meu trabalho lido muito calmamente com os problemas emocionais.</b>	Pearson Correlation	,629(**)	-0,247	-0,203	-0,262	0,264	-0,078
	Sig. (2-tailed)	0	0,083	0,157	0,066	0,064	0,592
<b>22. Sinto que os meus clientes/utentes me culpam por alguns dos seus problemas</b>	Pearson Correlation	-,344(*)	,508(**)	,442(**)	,459(**)	-0,135	,404(**)
	Sig. (2-tailed)	0,014	0	0,001	0,001	0,349	0,004
<b>Escala 1a-Locus (Contingência)</b>	Pearson Correlation	0,167	-,329(*)	-,293(*)	-,371(**)	0,111	-0,148
	Sig. (2-tailed)	0,246	0,02	0,039	0,008	0,442	0,303
<b>Escala 1b-Locus (Incontrolabilidade)</b>	Pearson Correlation	-0,213	0,049	0,062	0,125	-0,145	0,008
	Sig. (2-tailed)	0,138	0,734	0,667	0,386	0,316	0,954
<b>Escala 1c-Locus (Sorte)</b>	Pearson Correlation	-,292(*)	0,116	0,058	0,119	-0,116	-0,027
	Sig. (2-tailed)	0,04	0,423	0,691	0,409	0,424	0,852
<b>Escala 2 (Auto-eficácia)</b>	Pearson Correlation	,414(**)	-,506(**)	-,470(**)	-,464(**)	0,116	-,365(**)
	Sig. (2-tailed)	0,003	0	0,001	0,001	0,424	0,009
<b>Escala 3 (Êxito)</b>	Pearson Correlation	,296(*)	-,371(**)	-0,227	-,374(**)	0,148	-0,158
	Sig. (2-tailed)	0,037	0,008	0,112	0,007	0,306	0,273
<b>1. O que eu posso alcançar na minha vida terá muito a ver com o empenho que eu tenha.</b>	Pearson Correlation	0,076	0,011	0,054	0,004	0,242	-0,055
	Sig. (2-tailed)	0,602	0,942	0,708	0,98	0,09	0,707
<b>2. São poucas as ocasiões em que duvido das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	,309(*)	-0,149	-0,163	-0,173	0,186	-0,162
	Sig. (2-tailed)	0,029	0,301	0,257	0,229	0,196	0,262
<b>3. Não vale a pena em absoluto esforçar-me nem lutar neste mundo, tudo está corrompido.</b>	Pearson Correlation	-,334(*)	-0,052	0,01	-0,021	-0,269	-0,021
	Sig. (2-tailed)	0,018	0,719	0,942	0,883	0,059	0,884
<b>4. Normalmente, quando desejo algo penso que o vou conseguir.</b>	Pearson Correlation	0,243	-0,153	-0,075	-0,248	0,213	-0,01
	Sig. (2-tailed)	0,089	0,29	0,604	0,083	0,138	0,943
<b>5. O que pode acontecer na minha vida terá a ver com a sorte.</b>	Pearson Correlation	-0,155	0,11	0,017	0,105	-0,093	0,007
	Sig. (2-tailed)	0,283	0,448	0,909	0,467	0,519	0,959
<b>6. A minha vida depende dos meus actos.</b>	Pearson Correlation	0,182	-0,261	-0,171	-0,249	0,176	0,02
	Sig. (2-tailed)	0,205	0,067	0,235	0,081	0,221	0,892
<b>7. Não importa que eu seja competente ou não, pois a maioria das coisas estão manipuladas.</b>	Pearson Correlation	-,336(*)	0,205	0,201	0,224	-0,182	0,095
	Sig. (2-tailed)	0,017	0,154	0,163	0,118	0,205	0,512
<b>8. Tenho grandes esperanças em conseguir as coisas que mais desejo.</b>	Pearson Correlation	,296(*)	-,396(**)	-0,275	-,383(**)	0,11	-0,201
	Sig. (2-tailed)	0,037	0,004	0,053	0,006	0,447	0,161
<b>9. Sem sorte pouco se pode conseguir na vida.</b>	Pearson Correlation	-,342(*)	0,096	0,036	0,094	-,375(**)	0,005
	Sig. (2-tailed)	0,015	0,509	0,805	0,517	0,007	0,974
<b>10. Sinto-me seguro das minhas capacidades para realizar bem as tarefas da vida diária.</b>	Pearson Correlation	,362(**)	-,299(*)	-0,275	-,301(*)	0,163	-0,251
	Sig. (2-tailed)	0,01	0,035	0,053	0,034	0,258	0,079
<b>11. Geralmente, o que me acontece na vida está estreitamente relacionado com o que faço.</b>	Pearson Correlation	0,075	-,460(**)	-,483(**)	-,571(**)	-0,044	-0,204
	Sig. (2-tailed)	0,605	0,001	0	0	0,764	0,156
<b>12. Para quê enganarmo-nos!</b>	Pearson Correlation	0,145	0,022	-0,031	0,125	0,04	-0,009

A única coisa que importa neste mundo são as influências.	Sig. (2-tailed)	0,314	0,881	0,833	0,387	0,784	0,948
13. Para puder alcançar as minhas metas precisarei de sorte.	Pearson Correlation	-0,167	0,076	-0,03	0,13	0,005	-0,206
	Sig. (2-tailed)	0,246	0,598	0,836	0,366	0,973	0,152
14. Raramente sou invadido (a) por pensamentos de insegurança em situações difíceis.	Pearson Correlation	0,279	-,494(**)	-,492(**)	-,404(**)	-0,056	-,289(*)
	Sig. (2-tailed)	0,05	0	0	0,004	0,7	0,042
15. Se lutar e trabalhar arduamente poderei alcançar muitas coisas na vida.	Pearson Correlation	0,211	-,303(*)	-,291(*)	-,320(*)	0,009	-0,226
	Sig. (2-tailed)	0,141	0,033	0,04	0,024	0,948	0,114
16. Não importa o que eu valha, tudo está manipulado por pessoas com poder.	Pearson Correlation	-0,154	-0,013	0,021	0,082	-0,048	-0,038
	Sig. (2-tailed)	0,286	0,929	0,884	0,573	0,742	0,796
17. Sou optimista no que respeita ao atingir das minhas metas.	Pearson Correlation	,344(*)	-,392(**)	-,287(*)	-,408(**)	0,176	-0,262
	Sig. (2-tailed)	0,014	0,005	0,044	0,003	0,223	0,066
18. Vejo-me com capacidades suficientes para enfrentar os problemas da vida.	Pearson Correlation	,328(*)	-,517(**)	-,421(**)	-,483(**)	0,124	-,384(**)
	Sig. (2-tailed)	0,02	0	0,002	0	0,39	0,006
19. Penso que terei êxito nas coisas que mais me importam na vida.	Pearson Correlation	0,114	-,290(*)	-0,118	-0,213	0,011	-0,054
	Sig. (2-tailed)	0,43	0,041	0,414	0,137	0,941	0,709
20. Acredito muito na influência da sorte.	Pearson Correlation	-,311(*)	,303(*)	0,265	0,247	-0,039	0,129
	Sig. (2-tailed)	0,028	0,033	0,063	0,084	0,789	0,373
Sintomas Biológicos	Pearson Correlation	-,369(**)	,579(**)	,508(**)	,647(**)	0,037	0,276
	Sig. (2-tailed)	0,008	0	0	0	0,799	0,052
Sintomas Cognitivos	Pearson Correlation	-,475(**)	,515(**)	,400(**)	,594(**)	-0,06	,320(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,004	0	0,679	0,023
Sintomas Interpessoais	Pearson Correlation	-0,244	,381(**)	,437(**)	,496(**)	-0,056	0,118
	Sig. (2-tailed)	0,088	0,006	0,002	0	0,701	0,415
Sintomas Desempenho de Tarefa	Pearson Correlation	-,472(**)	,447(**)	,328(*)	,518(**)	-0,106	0,238
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,001	0,02	0	0,466	0,096
Incapacidades: Vida em Geral	Pearson Correlation	-,580(**)	,531(**)	,512(**)	,493(**)	-0,217	,351(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0	0,13	0,013
Incapacidades: Vida de Trabalho	Pearson Correlation	-0,269	0,179	0,176	0,177	-0,164	,345(*)
	Sig. (2-tailed)	0,059	0,213	0,22	0,218	0,254	0,014
Incapacidades: Vida Social	Pearson Correlation	-,385(**)	,571(**)	,432(**)	,605(**)	0,009	,332(*)
	Sig. (2-tailed)	0,006	0	0,002	0	0,952	0,019
Incapacidades: Vida Familiar	Pearson Correlation	-,397(**)	,515(**)	,483(**)	,442(**)	-0,034	,450(**)
	Sig. (2-tailed)	0,004	0	0	0,001	0,813	0,001
Factor 1	Pearson Correlation	-,378(**)	,460(**)	0,27	,465(**)	0,003	0,277
	Sig. (2-tailed)	0,007	0,001	0,058	0,001	0,985	0,052
Factor 2	Pearson Correlation	-,444(**)	0,263	0,168	0,171	-0,206	0,194
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,065	0,243	0,235	0,15	0,178
Factor 3	Pearson Correlation	-0,18	,386(**)	,321(*)	,405(**)	0,121	0,131
	Sig. (2-tailed)	0,212	0,006	0,023	0,004	0,403	0,365
Factor 4	Pearson Correlation	-0,002	0,088	0,067	0,196	-0,115	0,006
	Sig. (2-tailed)	0,99	0,544	0,646	0,172	0,425	0,969
Factor 5	Pearson Correlation	-,341(*)	,582(**)	,537(**)	,563(**)	-0,05	,362(**)
	Sig. (2-tailed)	0,015	0	0	0	0,732	0,01
Nota Global da depressão	Pearson Correlation	-,607(**)	,678(**)	,568(**)	,693(**)	-0,118	,336(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0	0,414	0,017

### Correlações (cont.)

							11. Preocupa-me o facto deste trabalho me estar a tornar mais "duro" ou resistente do ponto de vista
	6. Trabalhar com pessoas todo o dia, constitui realmente uma pressão para mim.	7. Lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus clientes/utentes.	8. Sintome esgotado(a) com o meu trabalho.	9. Sinto que estou a influenciar positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho.	10. Tornei-me mais cruel com as pessoas desde que comecei a exercer esta profissão.		

<b>Há quantas horas esta a trabalhar hoje?</b>	Pearson Correlation	0,177	-,327(*)	0,202	-0,245	0,202	0,139
	Sig. (2-tailed)	0,22	0,021	0,159	0,087	0,16	0,336
<b>Idade do Profissional</b>	Pearson Correlation	-0,044	-0,111	-0,174	-0,069	0,03	-0,149
	Sig. (2-tailed)	0,759	0,445	0,226	0,634	0,836	0,302
<b>Há quantos anos terminou o seu curso?</b>	Pearson Correlation	-0,009	-0,187	-0,141	-0,241	0,044	-0,162
	Sig. (2-tailed)	0,95	0,194	0,327	0,092	0,759	0,262
<b>Há quantos anos exerce a sua profissão?</b>	Pearson Correlation	0,159	-0,173	-0,119	-0,233	0,044	-0,126
	Sig. (2-tailed)	0,27	0,231	0,41	0,104	0,764	0,382
<b>nº de horas por semana em serviço directo a pessoas?</b>	Pearson Correlation	-0,196	-0,047	-,374(**)	0,213	-0,169	-0,216
	Sig. (2-tailed)	0,172	0,747	0,007	0,138	0,241	0,132
<b>Somatório dos itens 1,2,3,6,8,13,14,16 e 20 - Exaustão emocional</b>	Pearson Correlation	,516(**)	-0,171	,901(**)	-0,252	,393(**)	,471(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,236	0	0,078	0,005	0,001
<b>Somatório dos itens de Burnout 5, 10, 11, 15, 22 - Despersonalização</b>	Pearson Correlation	,454(**)	-0,225	,498(**)	-,379(**)	,664(**)	,840(**)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,116	0	0,007	0	0
<b>Somatório de Burnout, itens 4,7,9,12,17,18,19 e 21 - Realização pessoal</b>	Pearson Correlation	-,350(*)	,680(**)	-,294(*)	,704(**)	-,481(**)	-,445(**)
	Sig. (2-tailed)	0,013	0	0,038	0	0	0,001
<b>1. Sinto-me emocionalmente insatisfeito(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	,326(*)	-0,093	,737(**)	-,304(*)	,342(*)	,359(*)
	Sig. (2-tailed)	0,021	0,522	0	0,032	0,015	0,011
<b>2. No final do meu dia de trabalho, sinto-me como se tivesse sido "usado(a)".</b>	Pearson Correlation	0,216	-0,085	,626(**)	-0,199	,330(*)	,296(*)
	Sig. (2-tailed)	0,131	0,555	0	0,165	0,019	0,037
<b>3. Sinto-me fatigado(a) quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no emprego.</b>	Pearson Correlation	0,273	0,003	,821(**)	-0,12	0,237	,410(**)
	Sig. (2-tailed)	0,055	0,983	0	0,407	0,097	0,003
<b>4. Posso facilmente compreender como é que os meus clientes/utentes se sentem em relação às</b>	Pearson Correlation	-0,073	,367(**)	0,065	,476(**)	-,285(*)	-0,175
	Sig. (2-tailed)	0,613	0,009	0,654	0	0,045	0,223
<b>5. Sinto que trato alguns clientes/utentes como se fossem objectos impessoais.</b>	Pearson Correlation	0,187	-0,001	,336(*)	-0,073	,418(**)	,652(**)
	Sig. (2-tailed)	0,192	0,994	0,017	0,615	0,003	0
<b>6. Trabalhar com pessoas todo o dia, constitui realmente uma pressão para mim.</b>	Pearson Correlation	1	-0,179	,418(**)	-0,276	,329(*)	,447(**)
	Sig. (2-tailed)		0,213	0,003	0,052	0,02	0,001
<b>7. Lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-0,179	1	-0,067	,535(**)	-0,218	-0,217
	Sig. (2-tailed)	0,213		0,646	0	0,128	0,129
<b>8. Sinto-me esgotado(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	,418(**)	-0,067	1	-0,132	0,21	,386(**)
	Sig. (2-tailed)	0,003	0,646		0,361	0,144	0,006
<b>9. Sinto que estou a influenciar positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	-0,276	,535(**)	-0,132	1	-,438(**)	-0,17
	Sig. (2-tailed)	0,052	0	0,361		0,001	0,238
<b>10. Tornei-me mais cruel com as pessoas desde que comecei a exercer esta profissão.</b>	Pearson Correlation	,329(*)	-0,218	0,21	-,438(**)	1	,445(**)
	Sig. (2-tailed)	0,02	0,128	0,144	0,001		0,001
<b>11. Preocupa-me o facto deste trabalho me estar a tornar mais "duro" ou resistente do ponto de vista</b>	Pearson Correlation	,447(**)	-0,217	,386(**)	-0,17	,445(**)	1
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,129	0,006	0,238	0,001	
<b>12. Sinto-me com muitas energias.</b>	Pearson Correlation	-,343(*)	0,211	-,513(**)	,332(*)	-0,087	-,435(**)
	Sig. (2-tailed)	0,015	0,142	0	0,019	0,549	0,002
<b>13. Sinto-me frustrado(a) com o meu emprego.</b>	Pearson Correlation	,451(**)	-0,218	,697(**)	-,326(*)	,415(**)	,361(*)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,129	0	0,021	0,003	0,01
<b>14. Sinto que estou a trabalhar demasiado no meu emprego.</b>	Pearson Correlation	-0,081	-0,264	,375(**)	0,102	-0,047	0,067
	Sig. (2-tailed)	0,578	0,064	0,007	0,479	0,747	0,644
<b>15. Não me interessa realmente o que acontece com alguns dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	,305(*)	-,279(*)	,433(**)	-,419(**)	,404(**)	,512(**)
	Sig. (2-tailed)	0,031	0,05	0,002	0,002	0,004	0
<b>16. Trabalhar directamente com pessoas gera-me demasiado "stresse".</b>	Pearson Correlation	,482(**)	-0,096	,618(**)	-,386(**)	,512(**)	,451(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,507	0	0,006	0	0,001
<b>17. Sou capaz de criar facilmente um ambiente relaxado com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-0,263	,297(*)	-0,137	,556(**)	-,433(**)	-0,174
	Sig. (2-tailed)	0,065	0,036	0,342	0	0,002	0,228
<b>18. Sinto-me contente depois de trabalhar "de perto" com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-,358(*)	,369(**)	-0,243	,397(**)	-,385(**)	-,583(**)
	Sig. (2-tailed)	0,011	0,008	0,089	0,004	0,006	0
<b>19. Neste emprego consegui muitas coisas que valeram a pena.</b>	Pearson Correlation	-0,252	,409(**)	-,304(*)	,318(*)	-,405(**)	-,344(*)
	Sig. (2-tailed)	0,077	0,003	0,032	0,024	0,004	0,014
<b>20. Sinto-me como se estivesse no limite</b>	Pearson Correlation	0,256	-0,056	,630(**)	-0,058	,319(*)	,334(*)

das minhas capacidades.	Sig. (2-tailed)	0,073	0,702	0	0,69	0,024	0,018
<b>21. No meu trabalho lido muito calmamente com os problemas emocionais.</b>	Pearson Correlation	-0,176	,365(**)	-0,277	0,226	-,384(**)	-,319(*)
	Sig. (2-tailed)	0,22	0,009	0,051	0,115	0,006	0,024
<b>22. Sinto que os meus clientes/utentes me culpam por alguns dos seus problemas</b>	Pearson Correlation	,375(**)	-0,121	,423(**)	-,323(*)	0,264	,411(**)
	Sig. (2-tailed)	0,007	0,402	0,002	0,022	0,064	0,003
<b>Escala 1a-Locus (Contingência)</b>	Pearson Correlation	-0,096	0,025	-,384(**)	0,053	-0,187	-0,174
	Sig. (2-tailed)	0,508	0,863	0,006	0,714	0,193	0,226
<b>Escala 1b-Locus (Incontrolabilidade)</b>	Pearson Correlation	0,14	-0,015	0,252	-0,02	0,125	0,059
	Sig. (2-tailed)	0,332	0,918	0,078	0,89	0,388	0,683
<b>Escala 1c-Locus (Sorte)</b>	Pearson Correlation	0,101	-,303(*)	0,202	-,327(*)	0,049	-0,053
	Sig. (2-tailed)	0,485	0,032	0,16	0,021	0,736	0,716
<b>Escala 2 (Auto-eficácia)</b>	Pearson Correlation	-0,144	0,137	-,390(**)	0,077	-0,199	-,417(**)
	Sig. (2-tailed)	0,319	0,342	0,005	0,597	0,167	0,003
<b>Escala 3 (Êxito)</b>	Pearson Correlation	-0,012	0,098	-0,255	0,191	-0,11	-0,209
	Sig. (2-tailed)	0,934	0,497	0,074	0,184	0,448	0,144
<b>1. O que eu posso alcançar na minha vida terá muito a ver com o empenho que eu tenha.</b>	Pearson Correlation	0,127	-0,077	0,016	-0,03	-0,182	-0,05
	Sig. (2-tailed)	0,379	0,596	0,913	0,837	0,205	0,731
<b>2. São poucas as ocasiões em que duvido das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	-0,029	0,118	-0,107	-0,057	-0,053	-0,24
	Sig. (2-tailed)	0,841	0,414	0,46	0,692	0,715	0,093
<b>3. Não vale a pena em absoluto esforçar-me nem lutar neste mundo, tudo está corrompido.</b>	Pearson Correlation	0,213	-0,152	0,111	-0,171	,290(*)	0,103
	Sig. (2-tailed)	0,138	0,291	0,442	0,235	0,041	0,475
<b>4. Normalmente, quando desejo algo penso que o vou conseguir.</b>	Pearson Correlation	0,009	0,109	-0,163	0,209	-0,012	-0,122
	Sig. (2-tailed)	0,948	0,451	0,258	0,146	0,936	0,4
<b>5. O que pode acontecer na minha vida terá a ver com a sorte.</b>	Pearson Correlation	,445(**)	-0,081	,280(*)	-0,101	0,255	0,111
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,576	0,049	0,485	0,074	0,444
<b>6. A minha vida depende dos meus actos.</b>	Pearson Correlation	-0,189	0,052	-,330(*)	0,122	-0,165	-0,143
	Sig. (2-tailed)	0,189	0,717	0,019	0,398	0,251	0,323
<b>7. Não importa que eu seja competente ou não, pois a maioria das coisas estão manipuladas.</b>	Pearson Correlation	0,173	-0,113	0,277	-0,147	0,233	0,117
	Sig. (2-tailed)	0,23	0,435	0,051	0,308	0,103	0,419
<b>8. Tenho grandes esperanças em conseguir as coisas que mais desejo.</b>	Pearson Correlation	-0,034	0,134	-,283(*)	0,253	-0,247	-0,205
	Sig. (2-tailed)	0,816	0,354	0,047	0,076	0,084	0,153
<b>9. Sem sorte pouco se pode conseguir na vida.</b>	Pearson Correlation	0,037	-,356(*)	0,147	-,436(**)	0,243	0,007
	Sig. (2-tailed)	0,798	0,011	0,308	0,002	0,089	0,964
<b>10. Sinto-me seguro das minhas capacidades para realizar bem as tarefas da vida diária.</b>	Pearson Correlation	-0,137	0,135	-,287(*)	0,108	-0,118	-,363(**)
	Sig. (2-tailed)	0,341	0,349	0,043	0,456	0,415	0,009
<b>11. Geralmente, o que me acontece na vida está estreitamente relacionado com o que faço.</b>	Pearson Correlation	-0,149	-0,057	-,546(**)	-0,02	-0,062	-0,151
	Sig. (2-tailed)	0,3	0,697	0	0,888	0,667	0,296
<b>12. Para quê enganarmo-nos! A única coisa que importa neste mundo são as influências.</b>	Pearson Correlation	0,027	,307(*)	0,226	0,21	-0,021	0,029
	Sig. (2-tailed)	0,85	0,03	0,115	0,143	0,883	0,842
<b>13. Para puder alcançar as minhas metas precisarei de sorte.</b>	Pearson Correlation	0,212	-0,184	0,264	-0,123	-0,095	-0,053
	Sig. (2-tailed)	0,14	0,201	0,064	0,394	0,511	0,715
<b>14. Raramente sou invadido (a) por pensamentos de insegurança em situações difíceis.</b>	Pearson Correlation	-0,025	0,111	-,312(*)	-0,019	-0,118	-0,256
	Sig. (2-tailed)	0,864	0,441	0,028	0,895	0,415	0,072
<b>15. Se lutar e trabalhar arduamente poderei alcançar muitas coisas na vida.</b>	Pearson Correlation	-0,072	0,168	-,322(*)	0,104	-0,209	-0,211
	Sig. (2-tailed)	0,618	0,243	0,023	0,474	0,146	0,14
<b>16. Não importa o que eu valha, tudo está manipulado por pessoas com poder.</b>	Pearson Correlation	0,033	-0,084	0,203	0,052	-0,112	-0,062
	Sig. (2-tailed)	0,822	0,564	0,158	0,717	0,44	0,667
<b>17. Sou optimista no que respeita ao atingir das minhas metas.</b>	Pearson Correlation	-0,029	0,123	-,299(*)	0,083	-0,111	-,321(*)
	Sig. (2-tailed)	0,843	0,394	0,035	0,568	0,443	0,023
<b>18. Vejo-me com capacidades suficientes para enfrentar os problemas da vida.</b>	Pearson Correlation	-0,256	0,059	-,442(**)	0,207	-,302(*)	-,420(**)
	Sig. (2-tailed)	0,072	0,685	0,001	0,15	0,033	0,002
<b>19. Penso que terei êxito nas coisas que mais me importam na vida.</b>	Pearson Correlation	0,014	-0,034	-0,107	0,085	0,018	-0,061
	Sig. (2-tailed)	0,922	0,816	0,459	0,559	0,903	0,673
<b>20. Acredito muito na influência da sorte.</b>	Pearson Correlation	0,13	-0,202	,312(*)	-,294(*)	0,1	0,038
	Sig. (2-tailed)	0,37	0,16	0,027	0,038	0,492	0,791
<b>Sintomas Biológicos</b>	Pearson Correlation	0,268	-0,091	,601(**)	-0,184	0,152	,358(*)

	Sig. (2-tailed)	0,06	0,531	0	0,202	0,291	0,011
<b>Sintomas Cognitivos</b>	Pearson Correlation	,314(*)	-0,244	,573(**)	-,337(*)	,298(*)	,508(**)
	Sig. (2-tailed)	0,026	0,088	0	0,017	0,036	0
<b>Sintomas Interpessoais</b>	Pearson Correlation	0,159	-0,128	,442(**)	-0,151	0,141	0,216
	Sig. (2-tailed)	0,271	0,377	0,001	0,294	0,329	0,132
<b>Sintomas Desempenho de Tarefa</b>	Pearson Correlation	,348(*)	-0,247	,546(**)	-,281(*)	0,205	,472(**)
	Sig. (2-tailed)	0,013	0,083	0	0,048	0,153	0,001
<b>Incapacidades: Vida em Geral</b>	Pearson Correlation	,346(*)	-0,248	,389(**)	-,363(**)	,433(**)	,591(**)
	Sig. (2-tailed)	0,014	0,083	0,005	0,01	0,002	0
<b>Incapacidades: Vida de Trabalho</b>	Pearson Correlation	0,177	-0,083	0,086	-0,275	,341(*)	,537(**)
	Sig. (2-tailed)	0,218	0,565	0,552	0,053	0,015	0
<b>Incapacidades: Vida Social</b>	Pearson Correlation	,360(*)	-0,129	,506(**)	-,313(*)	0,186	,481(**)
	Sig. (2-tailed)	0,01	0,371	0	0,027	0,195	0
<b>Incapacidades: Vida Familiar</b>	Pearson Correlation	,353(*)	-0,163	,356(*)	-0,247	,442(**)	,615(**)
	Sig. (2-tailed)	0,012	0,259	0,011	0,084	0,001	0
<b>Factor 1</b>	Pearson Correlation	,379(**)	-0,156	,450(**)	-0,238	0,204	,425(**)
	Sig. (2-tailed)	0,007	0,279	0,001	0,096	0,156	0,002
<b>Factor 2</b>	Pearson Correlation	,295(*)	-,354(*)	0,255	-,359(*)	,437(**)	,369(**)
	Sig. (2-tailed)	0,038	0,012	0,074	0,01	0,002	0,008
<b>Factor 3</b>	Pearson Correlation	0,035	0,054	0,186	-0,171	-0,033	0,082
	Sig. (2-tailed)	0,812	0,709	0,196	0,234	0,818	0,573
<b>Factor 4</b>	Pearson Correlation	0,057	,296(*)	0,103	-0,011	0,079	0,121
	Sig. (2-tailed)	0,696	0,037	0,476	0,937	0,588	0,401
<b>Factor 5</b>	Pearson Correlation	,284(*)	-0,155	,556(**)	-0,054	0,134	,466(**)
	Sig. (2-tailed)	0,046	0,281	0	0,709	0,354	0,001
<b>Nota Global da depressão</b>	Pearson Correlation	,421(**)	-,316(*)	,631(**)	-,378(**)	,315(*)	,551(**)
	Sig. (2-tailed)	0,002	0,026	0	0,007	0,026	0

<b>Correlações (cont.)</b>							
		<b>12. Sinto-me com muitas energias.</b>	<b>13. Sinto-me frustrado(a) com o meu emprego.</b>	<b>14. Sinto que estou a trabalhar demasiado no meu emprego.</b>	<b>15. Não me interessa realmente o que acontece com alguns dos meus clientes/utentes.</b>	<b>16. Trabalhar directamente com pessoas gera-me demasiado "stressse".</b>	<b>17. Sou capaz de criar facilmente um ambiente relaxado com os meus clientes/utentes.</b>
<b>Há quantas horas esta a trabalhar hoje?</b>	Pearson Correlation	-,373(**)	0,262	0,05	0,101	0,066	-0,241
	Sig. (2-tailed)	0,008	0,066	0,731	0,485	0,648	0,092
<b>Idade do Profissional</b>	Pearson Correlation	,328(*)	-0,109	-0,041	-0,05	-0,111	0,201
	Sig. (2-tailed)	0,02	0,452	0,775	0,729	0,442	0,161
<b>Há quantos anos terminou o seu curso?</b>	Pearson Correlation	0,264	-0,024	-0,034	0,082	-0,032	0,038
	Sig. (2-tailed)	0,064	0,871	0,815	0,572	0,823	0,791
<b>Há quantos anos exerce a sua profissão?</b>	Pearson Correlation	0,268	-0,011	-0,035	0,071	0,129	-0,067
	Sig. (2-tailed)	0,06	0,937	0,809	0,622	0,371	0,646
<b>nº de horas por semana em serviço directo a pessoas?</b>	Pearson Correlation	,441(**)	-,426(**)	-0,062	-,280(*)	-,425(**)	,415(**)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,002	0,669	0,049	0,002	0,003
<b>Somatório dos itens 1,2,3,6,8,13,14,16 e 20 - Exaustão emocional</b>	Pearson Correlation	-,531(**)	,816(**)	,400(**)	,509(**)	,741(**)	-,305(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,004	0	0	0,031
<b>Somatório dos itens de Burnout 5, 10, 11, 15, 22 - Despersonalização</b>	Pearson Correlation	-,419(**)	,520(**)	0,06	,680(**)	,658(**)	-,416(**)
	Sig. (2-tailed)	0,002	0	0,681	0	0	0,003
<b>Somatório de Burnout, itens 4,7,9,12,17,18,19 e 21 - Realização pessoal</b>	Pearson Correlation	,603(**)	-,421(**)	-0,114	-,552(**)	-,441(**)	,711(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,002	0,429	0	0,001	0
<b>1. Sinto-me emocionalmente insatisfeito(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	-,511(**)	,717(**)	0,185	,450(**)	,559(**)	-,327(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,2	0,001	0	0,021
<b>2. No final do meu dia de trabalho, sinto-me como se tivesse sido "usado(a)".</b>	Pearson Correlation	-,527(**)	,626(**)	0,126	0,263	,404(**)	-,332(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,382	0,065	0,004	0,018
<b>3. Sinto-me fatigado(a) quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no emprego.</b>	Pearson Correlation	-,562(**)	,628(**)	,282(*)	,434(**)	,605(**)	-0,183
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,047	0,002	0	0,205

<b>4. Posso facilmente compreender como é que os meus clientes/utentes se sentem em relação às</b>	Pearson Correlation	0,152	0,088	0,177	-,307(*)	-0,166	,349(*)
	Sig. (2-tailed)	0,291	0,544	0,22	0,03	0,25	0,013
<b>5. Sinto que trato alguns clientes/utentes como se fossem objectos impessoais.</b>	Pearson Correlation	-0,218	,319(*)	0,037	0,214	,379(**)	-0,179
	Sig. (2-tailed)	0,128	0,024	0,798	0,136	0,007	0,214
<b>6. Trabalhar com pessoas todo o dia, constitui realmente uma pressão para mim.</b>	Pearson Correlation	-,343(*)	,451(**)	-0,081	,305(*)	,482(**)	-0,263
	Sig. (2-tailed)	0,015	0,001	0,578	0,031	0	0,065
<b>7. Lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	0,211	-0,218	-0,264	-,279(*)	-0,096	,297(*)
	Sig. (2-tailed)	0,142	0,129	0,064	0,05	0,507	0,036
<b>8. Sinto-me esgotado(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	-,513(**)	,697(**)	,375(**)	,433(**)	,618(**)	-0,137
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,007	0,002	0	0,342
<b>9. Sinto que estou a influenciar positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	,332(*)	-,326(*)	0,102	-,419(**)	-,386(**)	,556(**)
	Sig. (2-tailed)	0,019	0,021	0,479	0,002	0,006	0
<b>10. Tornei-me mais cruel com as pessoas desde que comecei a exercer esta profissão.</b>	Pearson Correlation	-0,087	,415(**)	-0,047	,404(**)	,512(**)	-,433(**)
	Sig. (2-tailed)	0,549	0,003	0,747	0,004	0	0,002
<b>11. Preocupa-me o facto deste trabalho me estar a tornar mais "duro" ou resistente do ponto de vista</b>	Pearson Correlation	-,435(**)	,361(*)	0,067	,512(**)	,451(**)	-0,174
	Sig. (2-tailed)	0,002	0,01	0,644	0	0,001	0,228
<b>12. Sinto-me com muitas energias.</b>	Pearson Correlation	1	-,392(**)	-0,028	-,283(*)	-,321(*)	,371(**)
	Sig. (2-tailed)		0,005	0,847	0,047	0,023	0,008
<b>13. Sinto-me frustrado(a) com o meu emprego.</b>	Pearson Correlation	-,392(**)	1	0,229	,376(**)	,552(**)	-,348(*)
	Sig. (2-tailed)	0,005		0,11	0,007	0	0,013
<b>14. Sinto que estou a trabalhar demasiado no meu emprego.</b>	Pearson Correlation	-0,028	0,229	1	0,153	0,106	0,073
	Sig. (2-tailed)	0,847	0,11		0,29	0,465	0,615
<b>15. Não me interessa realmente o que acontece com alguns dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-,283(*)	,376(**)	0,153	1	,534(**)	-,494(**)
	Sig. (2-tailed)	0,047	0,007	0,29		0	0
<b>16. Trabalhar directamente com pessoas gera-me demasiado "stresse".</b>	Pearson Correlation	-,321(*)	,552(**)	0,106	,534(**)	1	-,414(**)
	Sig. (2-tailed)	0,023	0	0,465	0		0,003
<b>17. Sou capaz de criar facilmente um ambiente relaxado com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	,371(**)	-,348(*)	0,073	-,494(**)	-,414(**)	1
	Sig. (2-tailed)	0,008	0,013	0,615	0	0,003	
<b>18. Sinto-me contente depois de trabalhar "de perto" com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-,498(**)	-,317(*)	-0,106	-,599(**)	-,447(**)	,573(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,025	0,463	0	0,001	0
<b>19. Neste emprego consegui muitas coisas que valeram a pena.</b>	Pearson Correlation	,445(**)	-,344(*)	-0,273	-0,261	-,313(*)	,405(**)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,014	0,055	0,068	0,027	0,004
<b>20. Sinto-me como se estivesse no limite das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	-,347(*)	,498(**)	0,212	,420(**)	,605(**)	-0,136
	Sig. (2-tailed)	0,013	0	0,14	0,002	0	0,346
<b>21. No meu trabalho lido muito calmamente com os problemas emocionais.</b>	Pearson Correlation	,325(*)	-,424(**)	-0,21	-,395(**)	-,306(*)	,421(**)
	Sig. (2-tailed)	0,021	0,002	0,142	0,005	0,031	0,002
<b>22. Sinto que os meus clientes/utentes me culpam por alguns dos seus problemas</b>	Pearson Correlation	-,446(**)	,430(**)	0	,373(**)	,530(**)	-,283(*)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,002	0,997	0,008	0	0,046
<b>Escala 1a-Locus (Contingência)</b>	Pearson Correlation	0,181	-,366(**)	0,023	-,308(*)	-0,21	0,124
	Sig. (2-tailed)	0,209	0,009	0,874	0,03	0,144	0,391
<b>Escala 1b-Locus (Incontrolabilidade)</b>	Pearson Correlation	-0,141	0,182	-0,037	,302(*)	0,199	-0,13
	Sig. (2-tailed)	0,329	0,206	0,798	0,033	0,165	0,37
<b>Escala 1c-Locus (Sorte)</b>	Pearson Correlation	-0,256	0,185	0,147	0,139	,291(*)	-0,205
	Sig. (2-tailed)	0,073	0,2	0,309	0,337	0,04	0,153
<b>Escala 2 (Auto-eficácia)</b>	Pearson Correlation	,462(**)	-,328(*)	-0,03	-,290(*)	-,335(*)	,293(*)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,02	0,839	0,041	0,017	0,039
<b>Escala 3 (Êxito)</b>	Pearson Correlation	0,213	-,281(*)	-0,01	-,526(**)	-,291(*)	,314(*)
	Sig. (2-tailed)	0,137	0,048	0,946	0	0,04	0,027
<b>1. O que eu posso alcançar na minha vida terá muito a ver com o empenho que eu tenha.</b>	Pearson Correlation	-0,07	-0,047	0,149	-0,161	0,003	0,154
	Sig. (2-tailed)	0,631	0,748	0,301	0,265	0,983	0,285
<b>2. São poucas as ocasiões em que duvido das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	0,199	-0,139	-0,027	-0,155	-0,152	,287(*)
	Sig. (2-tailed)	0,167	0,336	0,852	0,284	0,293	0,043
<b>3. Não vale a pena em absoluto esforçar-me nem lutar neste mundo,</b>	Pearson Correlation	-0,101	0,153	-0,108	,282(*)	0,191	-0,238
	Sig. (2-tailed)	0,485	0,29	0,457	0,047	0,184	0,096

<b>tudo esta corrompido.</b>							
<b>4. Normalmente, quando desejo algo penso que o vou conseguir.</b>	Pearson Correlation	0,108	-0,219	-0,068	-,397(**)	-0,141	0,122
	Sig. (2-tailed)	0,456	0,126	0,638	0,004	0,329	0,4
<b>5. O que pode acontecer na minha vida terá a ver com a sorte.</b>	Pearson Correlation	-0,091	0,243	0,071	,334(*)	0,263	-0,222
	Sig. (2-tailed)	0,53	0,089	0,627	0,018	0,065	0,122
<b>6. A minha vida depende dos meus actos.</b>	Pearson Correlation	0,141	-,341(*)	0,068	-,322(*)	-0,19	0,125
	Sig. (2-tailed)	0,327	0,016	0,639	0,023	0,185	0,388
<b>7. Não importa que eu seja competente ou não, pois a maioria das coisas estão manipuladas.</b>	Pearson Correlation	-0,262	0,275	0,063	,314(*)	0,165	-0,215
	Sig. (2-tailed)	0,066	0,054	0,665	0,026	0,253	0,134
<b>8. Tenho grandes esperanças em conseguir as coisas que mais desejo.</b>	Pearson Correlation	0,18	-0,258	0,047	-,599(**)	-,320(*)	,384(**)
	Sig. (2-tailed)	0,211	0,07	0,747	0	0,024	0,006
<b>9. Sem sorte pouco se pode conseguir na vida.</b>	Pearson Correlation	-0,128	0,181	-0,027	0,145	0,274	-0,16
	Sig. (2-tailed)	0,376	0,208	0,853	0,314	0,054	0,267
<b>10. Sinto-me seguro das minhas capacidades para realizar bem as tarefas da vida diária.</b>	Pearson Correlation	,458(**)	-0,174	0,073	-,309(*)	-0,158	,304(*)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,227	0,613	0,029	0,273	0,032
<b>11. Geralmente, o que me acontece na vida está estreitamente relacionado com o que faço.</b>	Pearson Correlation	,323(*)	-,437(**)	-0,1	-0,17	-0,178	0,016
	Sig. (2-tailed)	0,022	0,001	0,489	0,238	0,217	0,912
<b>12. Para quê enganarmo-nos! A única coisa que importa neste mundo são as influências.</b>	Pearson Correlation	-0,013	0,066	-0,098	0,189	0,181	0,128
	Sig. (2-tailed)	0,931	0,65	0,5	0,189	0,21	0,375
<b>13. Para puder alcançar as minhas metas precisarei de sorte.</b>	Pearson Correlation	-,280(*)	0,195	0,181	0,161	0,233	-0,115
	Sig. (2-tailed)	0,049	0,176	0,208	0,263	0,104	0,426
<b>14. Raramente sou invadido (a) por pensamentos de insegurança em situações difíceis.</b>	Pearson Correlation	,410(**)	-0,261	-0,144	-0,049	-0,225	0,078
	Sig. (2-tailed)	0,003	0,067	0,319	0,737	0,116	0,591
<b>15. Se lutar e trabalhar arduamente poderei alcançar muitas coisas na vida.</b>	Pearson Correlation	0,148	-,317(*)	-0,019	-,344(*)	-,300(*)	0,119
	Sig. (2-tailed)	0,304	0,025	0,896	0,014	0,034	0,409
<b>16. Não importa o que eu valha, tudo está manipulado por pessoas com poder.</b>	Pearson Correlation	-0,079	0,093	0,026	0,189	0,106	-0,087
	Sig. (2-tailed)	0,588	0,523	0,859	0,189	0,464	0,549
<b>17. Sou optimista no que respeita ao atingir das minhas metas.</b>	Pearson Correlation	0,277	-,318(*)	0,031	-,464(**)	-,341(*)	,310(*)
	Sig. (2-tailed)	0,051	0,024	0,833	0,001	0,015	0,028
<b>18. Vejo-me com capacidades suficientes para enfrentar os problemas da vida.</b>	Pearson Correlation	,314(*)	-,391(**)	0,05	-,416(**)	-,462(**)	,285(*)
	Sig. (2-tailed)	0,026	0,005	0,731	0,003	0,001	0,045
<b>19. Penso que terei êxito nas coisas que mais me importam na vida.</b>	Pearson Correlation	0,153	-0,151	-0,047	-,288(*)	-0,17	0,218
	Sig. (2-tailed)	0,288	0,294	0,745	0,043	0,239	0,128
<b>20. Acredito muito na influência da sorte.</b>	Pearson Correlation	-,291(*)	,318(*)	0,128	0,267	,314(*)	-,298(*)
	Sig. (2-tailed)	0,04	0,024	0,377	0,061	0,026	0,035
<b>Sintomas Biológicos</b>	Pearson Correlation	-,557(**)	,517(**)	0,189	0,271	,575(**)	-0,27
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,189	0,057	0	0,058
<b>Sintomas Cognitivos</b>	Pearson Correlation	-,463(**)	,544(**)	0,244	,488(**)	,574(**)	-,373(**)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0	0,087	0	0	0,008
<b>Sintomas Interpessoais</b>	Pearson Correlation	-0,247	,430(**)	0,136	,291(*)	,464(**)	-0,166
	Sig. (2-tailed)	0,083	0,002	0,346	0,04	0,001	0,248
<b>Sintomas Desempenho de Tarefa</b>	Pearson Correlation	-,517(**)	,454(**)	0,159	,547(**)	,547(**)	-,411(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,001	0,269	0	0	0,003
<b>Incapacidades: Vida em Geral</b>	Pearson Correlation	-,535(**)	,505(**)	-0,015	,440(**)	,472(**)	-,352(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,919	0,001	0,001	0,012
<b>Incapacidades: Vida de Trabalho</b>	Pearson Correlation	-0,277	0,138	-0,12	0,145	,296(*)	0,131
	Sig. (2-tailed)	0,051	0,339	0,406	0,315	0,037	0,366
<b>Incapacidades: Vida Social</b>	Pearson Correlation	-,548(**)	,480(**)	0,027	,410(**)	,530(**)	-0,187
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,85	0,003	0	0,194
<b>Incapacidades: Vida Familiar</b>	Pearson Correlation	-,423(**)	,523(**)	-0,047	,333(*)	,491(**)	-0,233
	Sig. (2-tailed)	0,002	0	0,748	0,018	0	0,104
<b>Factor 1</b>	Pearson Correlation	-,471(**)	,512(**)	0,068	,433(**)	,565(**)	-,298(*)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0	0,637	0,002	0	0,035
<b>Factor 2</b>	Pearson Correlation	-0,18	,307(*)	-0,017	,460(**)	0,268	-,379(**)
	Sig. (2-tailed)	0,211	0,03	0,905	0,001	0,06	0,007
<b>Factor 3</b>	Pearson Correlation	-,364(**)	,292(*)	0,171	0,076	0,149	-0,182

	Sig. (2-tailed)	0,009	0,04	0,234	0,598	0,302	0,207
<b>Factor 4</b>	Pearson Correlation	-0,162	0,071	-0,126	0,093	0,054	-0,134
	Sig. (2-tailed)	0,261	0,622	0,385	0,519	0,708	0,354
<b>Factor 5</b>	Pearson Correlation	-,524(**)	,357(*)	0,168	0,22	,404(**)	-0,161
	Sig. (2-tailed)	0	0,011	0,244	0,124	0,004	0,263
<b>Nota Global da depressão</b>	Pearson Correlation	-,651(**)	,648(**)	0,13	,535(**)	,578(**)	-,422(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,369	0	0	0,002

### Correlações (cont.)

		<b>18. Sinto-me contente depois de trabalhar “de perto” com os meus clientes/utentes.</b>	<b>19. Neste emprego consegui muitas coisas que valeram a pena.</b>	<b>20. Sinto-me como se estivesse no limite das minhas capacidades.</b>	<b>21. No meu trabalho lido muito calmamente com os problemas emocionais.</b>	<b>22. Sinto que os meus clientes/utentes me culpam por alguns dos seus problemas</b>	<b>Escala 1a-Locus (Continência)</b>
<b>Há quantas horas esta a trabalhar hoje?</b>	Pearson Correlation	-,354(*)	-,364(**)	0,018	-0,169	0,145	-0,223
	Sig. (2-tailed)	0,012	0,009	0,899	0,241	0,315	0,12
<b>Idade do Profissional</b>	Pearson Correlation	0,104	0,04	-0,068	0,03	-0,209	-0,037
	Sig. (2-tailed)	0,471	0,784	0,641	0,837	0,144	0,798
<b>Há quantos anos terminou o seu curso?</b>	Pearson Correlation	0,108	0,04	-0,161	0,02	-0,221	-0,008
	Sig. (2-tailed)	0,455	0,78	0,264	0,89	0,123	0,957
<b>Há quantos anos exerce a sua profissão?</b>	Pearson Correlation	0,056	0,052	-0,245	0,056	-0,16	0,157
	Sig. (2-tailed)	0,698	0,719	0,086	0,7	0,268	0,277
<b>nº de horas por semana em serviço directo a pessoas?</b>	Pearson Correlation	,297(*)	0,176	-,377(**)	0,202	-,307(*)	0,274
	Sig. (2-tailed)	0,036	0,221	0,007	0,159	0,03	0,054
<b>Somatório dos itens 1,2,3,6,8,13,14,16 e 20 - Exaustão emocional</b>	Pearson Correlation	-,413(**)	-,441(**)	,742(**)	-,366(**)	,540(**)	-,383(**)
	Sig. (2-tailed)	0,003	0,001	0	0,009	0	0,006
<b>Somatório dos itens de Burnout 5, 10, 11, 15, 22 - Despersonalização</b>	Pearson Correlation	-,649(**)	-,377(**)	,519(**)	-,319(*)	,696(**)	-0,269
	Sig. (2-tailed)	0	0,007	0	0,024	0	0,059
<b>Somatório de Burnout, itens 4,7,9,12,17,18,19 e 21 - Realização pessoal</b>	Pearson Correlation	,797(**)	,699(**)	-,295(*)	,629(**)	-,344(*)	0,167
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,038	0	0,014	0,246
<b>1. Sinto-me emocionalmente insatisfeito(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	-,294(*)	-,350(*)	,581(**)	-0,247	,508(**)	-,329(*)
	Sig. (2-tailed)	0,038	0,013	0	0,083	0	0,02
<b>2. No final do meu dia de trabalho, sinto-me como se tivesse sido “usado(a)”.</b>	Pearson Correlation	-,331(*)	-,428(**)	,555(**)	-0,203	,442(**)	-,293(*)
	Sig. (2-tailed)	0,019	0,002	0	0,157	0,001	0,039
<b>3. Sinto-me fatigado(a) quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no emprego.</b>	Pearson Correlation	-,300(*)	-0,278	,634(**)	-0,262	,459(**)	-,371(**)
	Sig. (2-tailed)	0,034	0,05	0	0,066	0,001	0,008
<b>4. Posso facilmente compreender como é que os meus clientes/utentes se sentem em relação às</b>	Pearson Correlation	,528(**)	0,263	-0,033	0,264	-0,135	0,111
	Sig. (2-tailed)	0	0,065	0,818	0,064	0,349	0,442
<b>5. Sinto que trato alguns clientes/utentes como se fossem objectos impessoais.</b>	Pearson Correlation	-,312(*)	-,290(*)	,358(*)	-0,078	,404(**)	-0,148
	Sig. (2-tailed)	0,028	0,041	0,011	0,592	0,004	0,303
<b>6. Trabalhar com pessoas todo o dia, constitui realmente uma pressão para mim.</b>	Pearson Correlation	-,358(*)	-0,252	0,256	-0,176	,375(**)	-0,096
	Sig. (2-tailed)	0,011	0,077	0,073	0,22	0,007	0,508
<b>7. Lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	,369(**)	,409(**)	-0,056	,365(**)	-0,121	0,025
	Sig. (2-tailed)	0,008	0,003	0,702	0,009	0,402	0,863
<b>8. Sinto-me esgotado(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	-0,243	-,304(*)	,630(**)	-0,277	,423(**)	-,384(**)
	Sig. (2-tailed)	0,089	0,032	0	0,051	0,002	0,006
<b>9. Sinto que estou a influenciar positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	,397(**)	,318(*)	-0,058	0,226	-,323(*)	0,053
	Sig. (2-tailed)	0,004	0,024	0,69	0,115	0,022	0,714
<b>10. Tornei-me mais cruel com as pessoas desde que comecei a exercer esta profissão.</b>	Pearson Correlation	-,385(**)	-,405(**)	,319(*)	-,384(**)	0,264	-0,187
	Sig. (2-tailed)	0,006	0,004	0,024	0,006	0,064	0,193
<b>11. Preocupa-me o facto deste</b>	Pearson Correlation	-,583(**)	-,344(*)	,334(*)	-,319(*)	,411(**)	-0,174

trabalho me estar a tornar mais "duro" ou resistente do ponto de vista	Sig. (2-tailed)	0	0,014	0,018	0,024	0,003	0,226
12. Sinto-me com muitas energias.	Pearson Correlation	,498(**)	,445(**)	-,347(*)	,325(*)	-,446(**)	0,181
	Sig. (2-tailed)	0	0,001	0,013	0,021	0,001	0,209
13. Sinto-me frustrado(a) com o meu emprego.	Pearson Correlation	-,317(*)	-,344(*)	,498(**)	-,424(**)	,430(**)	,366(**)
	Sig. (2-tailed)	0,025	0,014	0	0,002	0,002	0,009
14. Sinto que estou a trabalhar demasiado no meu emprego.	Pearson Correlation	-0,106	-0,273	0,212	-0,21	0	0,023
	Sig. (2-tailed)	0,463	0,055	0,14	0,142	0,997	0,874
15. Não me interessa realmente o que acontece com alguns dos meus clientes/utentes.	Pearson Correlation	-,599(**)	-0,261	,420(**)	-,395(**)	,373(**)	-,308(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0,068	0,002	0,005	0,008	0,03
16. Trabalhar directamente com pessoas gera-me demasiado "stresse".	Pearson Correlation	-,447(**)	-,313(*)	,605(**)	-,306(*)	,530(**)	-0,21
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,027	0	0,031	0	0,144
17. Sou capaz de criar facilmente um ambiente relaxado com os meus clientes/utentes.	Pearson Correlation	,573(**)	,405(**)	-0,136	,421(**)	-,283(*)	0,124
	Sig. (2-tailed)	0	0,004	0,346	0,002	0,046	0,391
18. Sinto-me contente depois de trabalhar "de perto" com os meus clientes/utentes.	Pearson Correlation	1	,593(**)	-,339(*)	,425(**)	-,473(**)	0,14
	Sig. (2-tailed)		0	0,016	0,002	0,001	0,331
19. Neste emprego consegui muitas coisas que valeram a pena.	Pearson Correlation	,593(**)	1	-,348(*)	,353(*)	-0,108	0,155
	Sig. (2-tailed)	0		0,013	0,012	0,456	0,283
20. Sinto-me como se estivesse no limite das minhas capacidades.	Pearson Correlation	-,339(*)	-,348(*)	1	-,296(*)	,451(**)	,576(**)
	Sig. (2-tailed)	0,016	0,013		0,037	0,001	0
21. No meu trabalho lido muito calmamente com os problemas emocionais.	Pearson Correlation	,425(**)	,353(*)	-,296(*)	1	-0,036	0,141
	Sig. (2-tailed)	0,002	0,012	0,037		0,804	0,329
22. Sinto que os meus clientes/utentes me culpam por alguns dos seus problemas	Pearson Correlation	-,473(**)	-0,108	,451(**)	-0,036	1	-0,172
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,456	0,001	0,804		0,232
Escala 1a-Locus (Contingência)	Pearson Correlation	0,14	0,155	-,576(**)	0,141	-0,172	1
	Sig. (2-tailed)	0,331	0,283	0	0,329	0,232	
Escala 1b-Locus (Incontrolabilidade)	Pearson Correlation	-,374(**)	-0,267	,328(*)	-0,092	0,123	,487(**)
	Sig. (2-tailed)	0,007	0,061	0,02	0,523	0,396	0
Escala 1c-Locus (Sorte)	Pearson Correlation	-0,159	-0,163	0,139	-0,049	0,208	-0,179
	Sig. (2-tailed)	0,271	0,259	0,336	0,737	0,147	0,213
Escala 2 (Auto-eficácia)	Pearson Correlation	,447(**)	,431(**)	-,620(**)	,315(*)	-,341(*)	,619(**)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,002	0	0,026	0,015	0
Escala 3 (Êxito)	Pearson Correlation	0,277	0,176	-,566(**)	0,226	-0,207	,713(**)
	Sig. (2-tailed)	0,051	0,221	0	0,115	0,149	0
1. O que eu posso alcançar na minha vida terá muito a ver com o empenho que eu tenha.	Pearson Correlation	0,096	0,008	-,335(*)	0,131	0,051	,777(**)
	Sig. (2-tailed)	0,507	0,958	0,017	0,366	0,724	0
2. São poucas as ocasiões em que duvido das minhas capacidades.	Pearson Correlation	,370(**)	,338(*)	-,470(**)	0,264	-0,056	,602(**)
	Sig. (2-tailed)	0,008	0,016	0,001	0,064	0,702	0
3. Não vale a pena em absoluto esforçar-me nem lutar neste mundo, tudo está corrompido.	Pearson Correlation	-,489(**)	-0,268	0,239	-0,148	0,165	-,332(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0,06	0,094	0,303	0,253	0,019
4. Normalmente, quando desejo algo penso que o vou conseguir.	Pearson Correlation	0,265	0,133	-,413(**)	0,17	-0,083	,604(**)
	Sig. (2-tailed)	0,063	0,356	0,003	0,237	0,569	0
5. O que pode acontecer na minha vida terá a ver com a sorte.	Pearson Correlation	-0,139	-0,083	,343(*)	-0,056	,301(*)	,382(**)
	Sig. (2-tailed)	0,335	0,565	0,015	0,699	0,033	0,006
6. A minha vida depende dos meus actos.	Pearson Correlation	0,164	0,095	-,502(**)	0,135	-0,193	,887(**)
	Sig. (2-tailed)	0,255	0,513	0	0,352	0,179	0
7. Não importa que eu seja competente ou não, pois a maioria das coisas estão manipuladas.	Pearson Correlation	-,415(**)	-,360(*)	0,279	-0,156	0,186	,436(**)
	Sig. (2-tailed)	0,003	0,01	0,05	0,279	0,195	0,002
8. Tenho grandes esperanças em conseguir as coisas que mais desejo.	Pearson Correlation	0,205	0,162	-,456(**)	0,213	-0,161	,586(**)
	Sig. (2-tailed)	0,153	0,26	0,001	0,137	0,263	0
9. Sem sorte pouco se pode conseguir na vida.	Pearson Correlation	-0,106	-0,167	0,197	-0,106	0,184	,402(**)

	Sig. (2-tailed)	0,462	0,245	0,17	0,463	0,202	0,004
<b>10. Sinto-me seguro das minhas capacidades para realizar bem as tarefas da vida diária.</b>	Pearson Correlation	,363(**)	,295(*)	-,436(**)	0,182	-0,205	,684(**)
	Sig. (2-tailed)	0,01	0,037	0,002	0,207	0,152	0
<b>11. Geralmente, o que me acontece na vida está estreitamente relacionado com o que faço.</b>	Pearson Correlation	0,041	0,159	-,438(**)	0,013	-0,202	,751(**)
	Sig. (2-tailed)	0,775	0,269	0,001	0,93	0,16	0
<b>12. Para quê enganarmo-nos! A única coisa que importa neste mundo são as influências.</b>	Pearson Correlation	-0,075	-0,004	0,277	0,147	0,067	,405(**)
	Sig. (2-tailed)	0,603	0,98	0,052	0,309	0,646	0,004
<b>13. Para puder alcançar as minhas metas precisarei de sorte.</b>	Pearson Correlation	-0,119	-0,07	0,124	-0,015	0,168	-0,233
	Sig. (2-tailed)	0,41	0,627	0,389	0,915	0,243	0,103
<b>14. Raramente sou invadido (a) por pensamentos de insegurança em situações difíceis.</b>	Pearson Correlation	,288(*)	,430(**)	-,349(*)	0,259	-,280(*)	0,04
	Sig. (2-tailed)	0,043	0,002	0,013	0,069	0,049	0,781
<b>15. Se lutar e trabalhar arduamente poderei alcançar muitas coisas na vida.</b>	Pearson Correlation	0,159	0,227	-,576(**)	0,193	-0,189	,807(**)
	Sig. (2-tailed)	0,27	0,114	0	0,18	0,189	0
<b>16. Não importa o que eu valha, tudo está manipulado por pessoas com poder.</b>	Pearson Correlation	-0,22	-0,228	0,268	-0,137	-0,027	,403(**)
	Sig. (2-tailed)	0,126	0,112	0,06	0,341	0,854	0,004
<b>17. Sou otimista no que respeita ao atingir das minhas metas.</b>	Pearson Correlation	,376(**)	,283(*)	-,608(**)	0,272	-0,278	,691(**)
	Sig. (2-tailed)	0,007	0,046	0	0,056	0,05	0
<b>18. Vejo-me com capacidades suficientes para enfrentar os problemas da vida.</b>	Pearson Correlation	,366(**)	0,224	-,661(**)	0,248	-,447(**)	,724(**)
	Sig. (2-tailed)	0,009	0,119	0	0,082	0,001	0
<b>19. Penso que terei êxito nas coisas que mais me importam na vida.</b>	Pearson Correlation	0,103	0,023	-,427(**)	0,105	-0,173	,519(**)
	Sig. (2-tailed)	0,478	0,874	0,002	0,47	0,228	0
<b>20. Acredito muito na influência da sorte.</b>	Pearson Correlation	-0,27	-0,214	,396(**)	-0,098	,281(*)	,478(**)
	Sig. (2-tailed)	0,058	0,136	0,004	0,499	0,048	0
<b>Sintomas Biológicos</b>	Pearson Correlation	-0,244	-,386(**)	,470(**)	-,338(*)	,326(*)	-0,154
	Sig. (2-tailed)	0,088	0,006	0,001	0,016	0,021	0,285
<b>Sintomas Cognitivos</b>	Pearson Correlation	-,409(**)	-,364(**)	,311(*)	-,348(*)	,305(*)	-0,202
	Sig. (2-tailed)	0,003	0,009	0,028	0,013	0,031	0,159
<b>Sintomas Interpessoais</b>	Pearson Correlation	-0,142	-0,191	,383(**)	-0,243	0,085	-0,174
	Sig. (2-tailed)	0,326	0,185	0,006	0,089	0,557	0,228
<b>Sintomas Desempenho de Tarefa</b>	Pearson Correlation	-,378(**)	-,309(*)	,364(**)	-,343(*)	0,225	-0,226
	Sig. (2-tailed)	0,007	0,029	0,009	0,015	0,116	0,115
<b>Incapacidades: Vida em Geral</b>	Pearson Correlation	-,518(**)	-,490(**)	,360(*)	-,448(**)	0,275	-,306(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,01	0,001	0,053	0,031
<b>Incapacidades: Vida de Trabalho</b>	Pearson Correlation	-,347(*)	-,292(*)	,299(*)	-0,135	0,19	-0,054
	Sig. (2-tailed)	0,014	0,039	0,035	0,348	0,186	0,71
<b>Incapacidades: Vida Social</b>	Pearson Correlation	-0,263	-,362(**)	,400(**)	-,308(*)	,283(*)	-0,161
	Sig. (2-tailed)	0,065	0,01	0,004	0,029	0,046	0,263
<b>Incapacidades: Vida Familiar</b>	Pearson Correlation	-,363(**)	-,394(**)	,447(**)	-,308(*)	,312(*)	-0,225
	Sig. (2-tailed)	0,009	0,005	0,001	0,03	0,027	0,116
<b>Factor 1</b>	Pearson Correlation	-,324(*)	-0,247	,485(**)	-,340(*)	,292(*)	-0,185
	Sig. (2-tailed)	0,022	0,083	0	0,016	0,04	0,198
<b>Factor 2</b>	Pearson Correlation	-,328(*)	-0,251	0,084	-,347(*)	0,125	-,286(*)
	Sig. (2-tailed)	0,02	0,079	0,563	0,014	0,386	0,044
<b>Factor 3</b>	Pearson Correlation	-0,171	-0,209	0,04	-0,099	,305(*)	0,021
	Sig. (2-tailed)	0,236	0,146	0,785	0,494	0,031	0,888
<b>Factor 4</b>	Pearson Correlation	-0,113	,296(*)	0,06	-0,161	0,151	0,006
	Sig. (2-tailed)	0,434	0,037	0,677	0,265	0,294	0,965
<b>Factor 5</b>	Pearson Correlation	-,284(*)	-,408(**)	,442(**)	-0,224	,398(**)	-0,183
	Sig. (2-tailed)	0,046	0,003	0,001	0,118	0,004	0,203
<b>Nota Global da depressão</b>	Pearson Correlation	-,455(**)	-,477(**)	,465(**)	-,493(**)	,370(**)	-,294(*)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0	0,001	0	0,008	0,038

## Correlações (cont.)

		Escala 1b- Locus (Incontrolab ilidade)	Escala 1c- Locus (Sorte)	Escala 2 (Auto-eficácia)	Escala 3 (Êxito)	1. O que eu posso alcançar na minha vida terá muito a ver com o empenho que eu tenha.	2. São poucas as ocasiões em que duvido das minhas capacidades.
Há quantas horas esta a trabalhar hoje?	Pearson Correlation	0,125	0,179	-0,085	-0,033	0,036	0,029
	Sig. (2-tailed)	0,388	0,214	0,558	0,821	0,802	0,841
Idade do Profissional	Pearson Correlation	0,055	0,016	0,057	0,029	-0,058	0,005
	Sig. (2-tailed)	0,704	0,91	0,694	0,844	0,687	0,975
Há quantos anos terminou o seu curso?	Pearson Correlation	-0,011	0,149	0,176	-0,059	0,003	0,081
	Sig. (2-tailed)	0,942	0,302	0,223	0,682	0,983	0,575
Há quantos anos exerce a sua profissão?	Pearson Correlation	-0,124	0,174	0,243	0,127	0,218	0,162
	Sig. (2-tailed)	0,389	0,228	0,089	0,38	0,128	0,261
nº de horas por semana em serviço directo a pessoas?	Pearson Correlation	-0,099	-0,019	,437(**)	,331(*)	0,203	,347(*)
	Sig. (2-tailed)	0,496	0,894	0,001	0,019	0,157	0,014
Somatório dos itens 1,2,3,6,8,13,14,16 e 20 - Exaustão emocional	Pearson Correlation	0,194	0,209	-,484(**)	-,348(*)	0,009	-0,206
	Sig. (2-tailed)	0,176	0,145	0	0,013	0,953	0,152
Somatório dos itens de Burnout 5, 10, 11, 15, 22 - Despersonalização	Pearson Correlation	0,165	0,087	-,451(**)	-,332(*)	-0,098	-0,186
	Sig. (2-tailed)	0,252	0,546	0,001	0,018	0,496	0,196
Somatório de Burnout, itens 4,7,9,12,17,18,19 e 21 - Realização pessoal	Pearson Correlation	-0,213	-,292(*)	,414(**)	,296(*)	0,076	,309(*)
	Sig. (2-tailed)	0,138	0,04	0,003	0,037	0,602	0,029
1. Sinto-me emocionalmente insatisfeito(a) com o meu trabalho.	Pearson Correlation	0,049	0,116	-,506(**)	-,371(**)	0,011	-0,149
	Sig. (2-tailed)	0,734	0,423	0	0,008	0,942	0,301
2. No final do meu dia de trabalho, sinto-me como se tivesse sido "usado(a)".	Pearson Correlation	0,062	0,058	-,470(**)	-0,227	0,054	-0,163
	Sig. (2-tailed)	0,667	0,691	0,001	0,112	0,708	0,257
3. Sinto-me fatigado(a) quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no emprego.	Pearson Correlation	0,125	0,119	-,464(**)	-,374(**)	0,004	-0,173
	Sig. (2-tailed)	0,386	0,409	0,001	0,007	0,98	0,229
4. Posso facilmente compreender como é que os meus clientes/utentes se sentem em relação às	Pearson Correlation	-0,145	-0,116	0,116	0,148	0,242	0,186
	Sig. (2-tailed)	0,316	0,424	0,424	0,306	0,09	0,196
5. Sinto que trato alguns clientes/utentes como se fossem objectos impessoais.	Pearson Correlation	0,008	-0,027	-,365(**)	-0,158	-0,055	-0,162
	Sig. (2-tailed)	0,954	0,852	0,009	0,273	0,707	0,262
6. Trabalhar com pessoas todo o dia, constitui realmente uma pressão para mim.	Pearson Correlation	0,14	0,101	-0,144	-0,012	0,127	-0,029
	Sig. (2-tailed)	0,332	0,485	0,319	0,934	0,379	0,841
7. Lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus clientes/utentes.	Pearson Correlation	-0,015	-,303(*)	0,137	0,098	-0,077	0,118
	Sig. (2-tailed)	0,918	0,032	0,342	0,497	0,596	0,414
8. Sinto-me esgotado(a) com o meu trabalho.	Pearson Correlation	0,252	0,202	-,390(**)	-0,255	0,016	-0,107
	Sig. (2-tailed)	0,078	0,16	0,005	0,074	0,913	0,46
9. Sinto que estou a influenciar positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho.	Pearson Correlation	-0,02	-,327(*)	0,077	0,191	-0,03	-0,057
	Sig. (2-tailed)	0,89	0,021	0,597	0,184	0,837	0,692
10. Tornei-me mais cruel com as pessoas desde que comecei a exercer esta profissão.	Pearson Correlation	0,125	0,049	-0,199	-0,11	-0,182	-0,053
	Sig. (2-tailed)	0,388	0,736	0,167	0,448	0,205	0,715
11. Preocupa-me o facto deste trabalho me estar a tornar mais "duro" ou resistente do ponto de vista	Pearson Correlation	0,059	-0,053	-,417(**)	-0,209	-0,05	-0,24
	Sig. (2-tailed)	0,683	0,716	0,003	0,144	0,731	0,093
12. Sinto-me com muitas energias.	Pearson Correlation	-0,141	-0,256	,462(**)	0,213	-0,07	0,199
	Sig. (2-tailed)	0,329	0,073	0,001	0,137	0,631	0,167
13. Sinto-me frustrado(a) com o meu emprego.	Pearson Correlation	0,182	0,185	-,328(*)	-,281(*)	-0,047	-0,139
	Sig. (2-tailed)	0,206	0,2	0,02	0,048	0,748	0,336
14. Sinto que estou a trabalhar demasiado no meu emprego.	Pearson Correlation	-0,037	0,147	-0,03	-0,01	0,149	-0,027
	Sig. (2-tailed)	0,798	0,309	0,839	0,946	0,301	0,852
15. Não me interessa realmente o que acontece com alguns dos meus clientes/utentes.	Pearson Correlation	,302(*)	0,139	-,290(*)	-,526(**)	-0,161	-0,155
	Sig. (2-tailed)	0,033	0,337	0,041	0	0,265	0,284
16. Trabalhar directamente com pessoas gera-me demasiado "stresse".	Pearson Correlation	0,199	,291(*)	-,335(*)	-,291(*)	0,003	-0,152
	Sig. (2-tailed)	0,165	0,04	0,017	0,04	0,983	0,293

<b>17. Sou capaz de criar facilmente um ambiente relaxado com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-0,13	-0,205	,293(*)	,314(*)	0,154	,287(*)
	Sig. (2-tailed)	0,37	0,153	0,039	0,027	0,285	0,043
<b>18. Sinto-me contente depois de trabalhar “de perto” com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-,374(**)	-0,159	,447(**)	0,277	0,096	,370(**)
	Sig. (2-tailed)	0,007	0,271	0,001	0,051	0,507	0,008
<b>19. Neste emprego consegui muitas coisas que valeram a pena.</b>	Pearson Correlation	-0,267	-0,163	,431(**)	0,176	0,008	,338(*)
	Sig. (2-tailed)	0,061	0,259	0,002	0,221	0,958	0,016
<b>20. Sinto-me como se estivesse no limite das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	,328(*)	0,139	-,620(**)	-,566(**)	-,335(*)	-,470(**)
	Sig. (2-tailed)	0,02	0,336	0	0	0,017	0,001
<b>21. No meu trabalho lido muito calmamente com os problemas emocionais.</b>	Pearson Correlation	-0,092	-0,049	,315(*)	0,226	0,131	0,264
	Sig. (2-tailed)	0,523	0,737	0,026	0,115	0,366	0,064
<b>22. Sinto que os meus clientes/utentes me culpam por alguns dos seus problemas</b>	Pearson Correlation	0,123	0,208	-,341(*)	-0,207	0,051	-0,056
	Sig. (2-tailed)	0,396	0,147	0,015	0,149	0,724	0,702
<b>Escala 1a-Locus (Contingência)</b>	Pearson Correlation	-,487(**)	-0,179	,619(**)	,713(**)	,777(**)	,602(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,213	0	0	0	0
<b>Escala 1b-Locus (Incontrolabilidade)</b>	Pearson Correlation	1	,305(*)	-,332(*)	-,360(*)	-,388(**)	-,364(**)
	Sig. (2-tailed)		0,031	0,019	0,01	0,005	0,009
<b>Escala 1c-Locus (Sorte)</b>	Pearson Correlation	,305(*)	1	-0,087	-0,164	0,004	-0,078
	Sig. (2-tailed)	0,031		0,546	0,256	0,976	0,591
<b>Escala 2 (Auto-eficácia)</b>	Pearson Correlation	-,332(*)	-0,087	1	,681(**)	,491(**)	,809(**)
	Sig. (2-tailed)	0,019	0,546		0	0	0
<b>Escala 3 (Êxito)</b>	Pearson Correlation	-,360(*)	-0,164	,681(**)	1	,634(**)	,677(**)
	Sig. (2-tailed)	0,01	0,256	0		0	0
<b>1. O que eu posso alcançar na minha vida terá muito a ver com o empenho que eu tenha.</b>	Pearson Correlation	-,388(**)	0,004	,491(**)	,634(**)	1	,656(**)
	Sig. (2-tailed)	0,005	0,976	0	0		0
<b>2. São poucas as ocasiões em que duvido das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	-,364(**)	-0,078	,809(**)	,677(**)	,656(**)	1
	Sig. (2-tailed)	0,009	0,591	0	0	0	
<b>3. Não vale a pena em absoluto esforçar-me nem lutar neste mundo, tudo esta corrompido.</b>	Pearson Correlation	,879(**)	0,272	-,288(*)	-0,236	-,354(*)	-0,277
	Sig. (2-tailed)	0	0,056	0,043	0,099	0,012	0,052
<b>4. Normalmente, quando desejo algo penso que o vou conseguir.</b>	Pearson Correlation	-,284(*)	-0,184	,453(**)	,778(**)	,497(**)	,489(**)
	Sig. (2-tailed)	0,046	0,2	0,001	0	0	0
<b>5. O que pode acontecer na minha vida terá a ver com a sorte.</b>	Pearson Correlation	,351(*)	0,255	-0,092	-0,257	-,342(*)	-0,167
	Sig. (2-tailed)	0,013	0,074	0,527	0,072	0,015	0,247
<b>6. A minha vida depende dos meus actos.</b>	Pearson Correlation	-,443(**)	-0,139	,489(**)	,593(**)	,681(**)	,484(**)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,336	0	0	0	0
<b>7. Não importa que eu seja competente ou não, pois a maioria das coisas estão manipuladas.</b>	Pearson Correlation	,797(**)	0,217	-,301(*)	-,351(*)	-,285(*)	-0,272
	Sig. (2-tailed)	0	0,13	0,034	0,013	0,045	0,056
<b>8. Tenho grandes esperanças em conseguir as coisas que mais desejo.</b>	Pearson Correlation	-0,273	-0,225	,536(**)	,863(**)	,521(**)	,486(**)
	Sig. (2-tailed)	0,055	0,116	0	0	0	0
<b>9. Sem sorte pouco se pode conseguir na vida.</b>	Pearson Correlation	0,275	,786(**)	-0,127	-0,239	-0,22	-0,122
	Sig. (2-tailed)	0,053	0	0,381	0,094	0,125	0,398
<b>10. Sinto-me seguro das minhas capacidades para realizar bem as tarefas da vida diária.</b>	Pearson Correlation	-,405(**)	-0,251	,821(**)	,705(**)	,612(**)	,774(**)
	Sig. (2-tailed)	0,004	0,079	0	0	0	0
<b>11. Geralmente, o que me acontece na vida está estreitamente relacionado com o que faço.</b>	Pearson Correlation	-,299(*)	-0,219	,400(**)	,442(**)	,320(*)	,317(*)
	Sig. (2-tailed)	0,035	0,127	0,004	0,001	0,023	0,025
<b>12. Para quê enganarmo-nos! A única coisa que importa neste mundo são as influências.</b>	Pearson Correlation	,708(**)	0,104	-0,232	-,300(*)	-,354(*)	-,310(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0,474	0,105	0,034	0,012	0,029
<b>13. Para puder alcançar as minhas metas precisarei de sorte.</b>	Pearson Correlation	,368(**)	,785(**)	-0,166	-0,237	-0,097	-0,184
	Sig. (2-tailed)	0,008	0	0,251	0,097	0,503	0,201
<b>14. Raramente sou invadido (a) por pensamentos de insegurança em situações difíceis.</b>	Pearson Correlation	0,009	0,12	,628(**)	0,104	-0,109	0,216
	Sig. (2-tailed)	0,951	0,406	0	0,472	0,452	0,132
<b>15. Se lutar e trabalhar arduamente poderei alcançar muitas coisas na vida.</b>	Pearson Correlation	-,451(**)	-0,205	,629(**)	,650(**)	,566(**)	,515(**)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,154	0	0	0	0
<b>16. Não importa o que eu valha, tudo está manipulado por pessoas com poder.</b>	Pearson Correlation	,846(**)	,396(**)	-0,25	-,279(*)	-0,257	-,321(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0,004	0,08	0,05	0,071	0,023

<b>17. Sou optimista no que respeita ao atingir das minhas metas.</b>	Pearson Correlation	-,440(**)	-0,145	,777(**)	,890(**)	,596(**)	,770(**)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,314	0	0	0	0
<b>18. Vejo-me com capacidades suficientes para enfrentar os problemas da vida.</b>	Pearson Correlation	-,359(*)	-0,132	,844(**)	,749(**)	,546(**)	,671(**)
	Sig. (2-tailed)	0,011	0,36	0	0	0	0
<b>19. Penso que terei êxito nas coisas que mais me importam na vida.</b>	Pearson Correlation	-0,224	0,007	,524(**)	,814(**)	,514(**)	,538(**)
	Sig. (2-tailed)	0,118	0,962	0	0	0	0
<b>20. Acredito muito na influência da sorte.</b>	Pearson Correlation	,408(**)	,843(**)	-,294(*)	-,368(**)	-0,21	-0,253
	Sig. (2-tailed)	0,003	0	0,038	0,009	0,144	0,076
<b>Sintomas Biológicos</b>	Pearson Correlation	0,055	0,262	-,461(**)	-,343(*)	0,111	-0,275
	Sig. (2-tailed)	0,704	0,066	0,001	0,015	0,443	0,054
<b>Sintomas Cognitivos</b>	Pearson Correlation	0,234	,369(**)	-,446(**)	-,372(**)	0,021	-0,274
	Sig. (2-tailed)	0,103	0,008	0,001	0,008	0,884	0,055
<b>Sintomas Interpessoais</b>	Pearson Correlation	0,157	0,227	-,355(*)	-,338(*)	0,02	-0,273
	Sig. (2-tailed)	0,277	0,112	0,011	0,016	0,893	0,055
<b>Sintomas Desempenho de Tarefa</b>	Pearson Correlation	0,223	,322(*)	-,350(*)	-,426(**)	-0,019	-0,268
	Sig. (2-tailed)	0,12	0,023	0,013	0,002	0,898	0,059
<b>Incapacidades: Vida em Geral</b>	Pearson Correlation	,307(*)	0,199	-,559(**)	-,359(*)	-0,087	-,354(*)
	Sig. (2-tailed)	0,03	0,167	0	0,01	0,548	0,012
<b>Incapacidades: Vida de Trabalho</b>	Pearson Correlation	0,076	0,044	-0,212	-0,058	0,056	0,019
	Sig. (2-tailed)	0,601	0,76	0,14	0,691	0,698	0,898
<b>Incapacidades: Vida Social</b>	Pearson Correlation	0,091	0,25	-,412(**)	-,430(**)	0,136	-0,148
	Sig. (2-tailed)	0,53	0,08	0,003	0,002	0,345	0,304
<b>Incapacidades: Vida Familiar</b>	Pearson Correlation	0,175	0,231	-,419(**)	-,349(*)	0,009	-0,217
	Sig. (2-tailed)	0,223	0,107	0,002	0,013	0,952	0,131
<b>Factor 1</b>	Pearson Correlation	0,075	,300(*)	-,285(*)	-,394(**)	-0,039	-0,23
	Sig. (2-tailed)	0,603	0,034	0,045	0,005	0,789	0,108
<b>Factor 2</b>	Pearson Correlation	,404(**)	,309(*)	-,355(*)	-,290(*)	-0,191	-0,205
	Sig. (2-tailed)	0,004	0,029	0,011	0,041	0,185	0,154
<b>Factor 3</b>	Pearson Correlation	-0,078	0,075	-0,119	-0,141	0,141	-0,069
	Sig. (2-tailed)	0,592	0,602	0,412	0,328	0,33	0,632
<b>Factor 4</b>	Pearson Correlation	-0,14	-0,253	-0,049	0,009	-0,077	-0,076
	Sig. (2-tailed)	0,334	0,076	0,736	0,951	0,594	0,598
<b>Factor 5</b>	Pearson Correlation	-0,078	0,049	-,551(**)	-0,264	0,057	-,325(*)
	Sig. (2-tailed)	0,591	0,736	0	0,064	0,692	0,021
<b>Nota Global da depressão</b>	Pearson Correlation	0,22	0,258	-,591(**)	-,482(**)	-0,008	-,356(*)
	Sig. (2-tailed)	0,126	0,07	0	0	0,955	0,011

<b>Correlações (cont.)</b>							
		<b>3. Não vale a pena em absoluto esforçar-me nem lutar neste mundo, tudo está corrompido.</b>	<b>4. Normalmente, quando desejo algo penso que o vou conseguir.</b>	<b>5. O que pode acontecer na minha vida terá a ver com a sorte.</b>	<b>6. A minha vida depende dos meus actos.</b>	<b>7. Não importa que eu seja competente ou não, pois a maioria das coisas estão manipuladas.</b>	<b>8. Tenho grandes esperanças em conseguir as coisas que mais desejo.</b>
<b>Há quantas horas esta a trabalhar hoje?</b>	Pearson Correlation	0,107	-0,121	-0,038	-0,242	,342(*)	0,079
	Sig. (2-tailed)	0,459	0,404	0,791	0,091	0,015	0,586
<b>Idade do Profissional</b>	Pearson Correlation	0,046	-0,002	0,007	-0,091	-0,072	0,051
	Sig. (2-tailed)	0,751	0,987	0,964	0,529	0,618	0,724
<b>Há quantos anos terminou o seu curso?</b>	Pearson Correlation	-0,072	-0,047	0,025	-0,003	-0,08	-0,167
	Sig. (2-tailed)	0,617	0,748	0,865	0,981	0,58	0,246
<b>Há quantos anos exerce a sua profissão?</b>	Pearson Correlation	-0,135	0,08	-0,028	0,112	-0,211	-0,03
	Sig. (2-tailed)	0,351	0,58	0,847	0,437	0,141	0,834
<b>nº de horas por semana em serviço directo a pessoas?</b>	Pearson Correlation	-0,123	0,228	-0,267	0,189	-0,181	0,257
	Sig. (2-tailed)	0,395	0,111	0,061	0,189	0,209	0,072
<b>Somatório dos itens 1,2,3,6,8,13,14,16 e 20 - Exaustão emocional</b>	Pearson Correlation	0,11	-0,217	,292(*)	-,320(*)	,281(*)	-,343(*)
	Sig. (2-tailed)	0,447	0,13	0,04	0,023	0,048	0,015

<b>Somatório dos itens de Burnout 5, 10, 11, 15, 22 - Despersonalização</b>	Pearson Correlation	0,215	-0,171	0,273	-0,218	0,254	-,380(**)
	Sig. (2-tailed)	0,133	0,234	0,056	0,128	0,075	0,006
<b>Somatório de Burnout, itens 4,7,9,12,17,18,19 e 21 - Realização pessoal</b>	Pearson Correlation	-,334(*)	0,243	-0,155	0,182	-,336(*)	,296(*)
	Sig. (2-tailed)	0,018	0,089	0,283	0,205	0,017	0,037
<b>1. Sinto-me emocionalmente insatisfeito(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	-0,052	-0,153	0,11	-0,261	0,205	-,396(**)
	Sig. (2-tailed)	0,719	0,29	0,448	0,067	0,154	0,004
<b>2. No final do meu dia de trabalho, sinto-me como se tivesse sido “usado(a)”.</b>	Pearson Correlation	0,01	-0,075	0,017	-0,171	0,201	-0,275
	Sig. (2-tailed)	0,942	0,604	0,909	0,235	0,163	0,053
<b>3. Sinto-me fatigado(a) quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no emprego.</b>	Pearson Correlation	-0,021	-0,248	0,105	-0,249	0,224	-,383(**)
	Sig. (2-tailed)	0,883	0,083	0,467	0,081	0,118	0,006
<b>4. Posso facilmente compreender como é que os meus clientes/utentes se sentem em relação às</b>	Pearson Correlation	-0,269	0,213	-0,093	0,176	-0,182	0,11
	Sig. (2-tailed)	0,059	0,138	0,519	0,221	0,205	0,447
<b>5. Sinto que trato alguns clientes/utentes como se fossem objectos impessoais.</b>	Pearson Correlation	-0,021	-0,01	0,007	0,02	0,095	-0,201
	Sig. (2-tailed)	0,884	0,943	0,959	0,892	0,512	0,161
<b>6. Trabalhar com pessoas todo o dia, constitui realmente uma pressão para mim.</b>	Pearson Correlation	0,213	0,009	,445(**)	-0,189	0,173	-0,034
	Sig. (2-tailed)	0,138	0,948	0,001	0,189	0,23	0,816
<b>7. Lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-0,152	0,109	-0,081	0,052	-0,113	0,134
	Sig. (2-tailed)	0,291	0,451	0,576	0,717	0,435	0,354
<b>8. Sinto-me esgotado(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	0,111	-0,163	,280(*)	-,330(*)	0,277	-,283(*)
	Sig. (2-tailed)	0,442	0,258	0,049	0,019	0,051	0,047
<b>9. Sinto que estou a influenciar positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	-0,171	0,209	-0,101	0,122	-0,147	0,253
	Sig. (2-tailed)	0,235	0,146	0,485	0,398	0,308	0,076
<b>10. Tornei-me mais cruel com as pessoas desde que comecei a exercer esta profissão.</b>	Pearson Correlation	,290(*)	-0,012	0,255	-0,165	0,233	-0,247
	Sig. (2-tailed)	0,041	0,936	0,074	0,251	0,103	0,084
<b>11. Preocupa-me o facto deste trabalho me estar a tornar mais "duro" ou resistente do ponto de vista</b>	Pearson Correlation	0,103	-0,122	0,111	-0,143	0,117	-0,205
	Sig. (2-tailed)	0,475	0,4	0,444	0,323	0,419	0,153
<b>12. Sinto-me com muitas energias.</b>	Pearson Correlation	-0,101	0,108	-0,091	0,141	-0,262	0,18
	Sig. (2-tailed)	0,485	0,456	0,53	0,327	0,066	0,211
<b>13. Sinto-me frustrado(a) com o meu emprego.</b>	Pearson Correlation	0,153	-0,219	0,243	-,341(*)	0,275	-0,258
	Sig. (2-tailed)	0,29	0,126	0,089	0,016	0,054	0,07
<b>14. Sinto que estou a trabalhar demasiado no meu emprego.</b>	Pearson Correlation	-0,108	-0,068	0,071	0,068	0,063	0,047
	Sig. (2-tailed)	0,457	0,638	0,627	0,639	0,665	0,747
<b>15. Não me interessa realmente o que acontece com alguns dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	,282(*)	-,397(**)	,334(*)	-,322(*)	,314(*)	-,599(**)
	Sig. (2-tailed)	0,047	0,004	0,018	0,023	0,026	0
<b>16. Trabalhar directamente com pessoas gera-me demasiado “stress”.</b>	Pearson Correlation	0,191	-0,141	0,263	-0,19	0,165	-,320(*)
	Sig. (2-tailed)	0,184	0,329	0,065	0,185	0,253	0,024
<b>17. Sou capaz de criar facilmente um ambiente relaxado com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-0,238	0,122	-0,222	0,125	-0,215	,384(**)
	Sig. (2-tailed)	0,096	0,4	0,122	0,388	0,134	0,006
<b>18. Sinto-me contente depois de trabalhar “de perto” com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-,489(**)	0,265	-0,139	0,164	-,415(**)	0,205
	Sig. (2-tailed)	0	0,063	0,335	0,255	0,003	0,153
<b>19. Neste emprego consegui muitas coisas que valeram a pena.</b>	Pearson Correlation	-0,268	0,133	-0,083	0,095	-,360(*)	0,162
	Sig. (2-tailed)	0,06	0,356	0,565	0,513	0,01	0,26
<b>20. Sinto-me como se estivesse no limite das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	0,239	-,413(**)	,343(*)	-,502(**)	0,279	-,456(**)
	Sig. (2-tailed)	0,094	0,003	0,015	0	0,05	0,001
<b>21. No meu trabalho lido muito calmamente com os problemas emocionais.</b>	Pearson Correlation	-0,148	0,17	-0,056	0,135	-0,156	0,213
	Sig. (2-tailed)	0,303	0,237	0,699	0,352	0,279	0,137
<b>22. Sinto que os meus clientes/utentes me culpam por alguns dos seus problemas</b>	Pearson Correlation	0,165	-0,083	,301(*)	-0,193	0,186	-0,161
	Sig. (2-tailed)	0,253	0,569	0,033	0,179	0,195	0,263
<b>Escala 1a-Locus (Contingência)</b>	Pearson Correlation	-,332(*)	,604(**)	-,382(**)	,887(**)	-,436(**)	,586(**)
	Sig. (2-tailed)	0,019	0	0,006	0	0,002	0
<b>Escala 1b-Locus (Incontrolabilidade)</b>	Pearson Correlation	,879(**)	-,284(*)	,351(*)	-,443(**)	,797(**)	-0,273
	Sig. (2-tailed)	0	0,046	0,013	0,001	0	0,055
<b>Escala 1c-Locus (Sorte)</b>	Pearson Correlation	0,272	-0,184	0,255	-0,139	0,217	-0,225
	Sig. (2-tailed)	0,056	0,2	0,074	0,336	0,13	0,116
<b>Escala 2 (Auto-eficácia)</b>	Pearson Correlation	-,288(*)	,453(**)	-0,092	,489(**)	-,301(*)	,536(**)
	Sig. (2-tailed)	0,043	0,001	0,527	0	0,034	0
<b>Escala 3 (Êxito)</b>	Pearson Correlation	-0,236	,778(**)	-0,257	,593(**)	-,351(*)	,863(**)

	Sig. (2-tailed)	0,099	0	0,072	0	0,013	0
<b>1. O que eu posso alcançar na minha vida terá muito a ver com o empenho que eu tenha.</b>	Pearson Correlation	-,354(*)	,497(**)	-,342(*)	,681(**)	-,285(*)	,521(**)
	Sig. (2-tailed)	0,012	0	0,015	0	0,045	0
<b>2. São poucas as ocasiões em que duvido das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	-0,277	,489(**)	-0,167	,484(**)	-0,272	,486(**)
	Sig. (2-tailed)	0,052	0	0,247	0	0,056	0
<b>3. Não vale a pena em absoluto esforçar-me nem lutar neste mundo, tudo esta corrompido.</b>	Pearson Correlation	1	-0,233	,318(*)	-,354(*)	,696(**)	-0,179
	Sig. (2-tailed)		0,104	0,025	0,012	0	0,213
<b>4. Normalmente, quando desejo algo penso que o vou conseguir.</b>	Pearson Correlation	-0,233	1	-0,21	,583(**)	-0,222	,563(**)
	Sig. (2-tailed)	0,104		0,143	0	0,122	0
<b>5. O que pode acontecer na minha vida terá a ver com a sorte.</b>	Pearson Correlation	,318(*)	-0,21	1	-,359(*)	0,278	-,282(*)
	Sig. (2-tailed)	0,025	0,143		0,01	0,051	0,047
<b>6. A minha vida depende dos meus actos.</b>	Pearson Correlation	-,354(*)	,583(**)	-,359(*)	1	-,289(*)	,442(**)
	Sig. (2-tailed)	0,012	0	0,01		0,042	0,001
<b>7. Não importa que eu seja competente ou não, pois a maioria das coisas estão manipuladas.</b>	Pearson Correlation	,696(**)	-0,222	0,278	-,289(*)	1	-0,248
	Sig. (2-tailed)	0	0,122	0,051	0,042		0,083
<b>8. Tenho grandes esperanças em conseguir as coisas que mais desejo.</b>	Pearson Correlation	-0,179	,563(**)	-,282(*)	,442(**)	-0,248	1
	Sig. (2-tailed)	0,213	0	0,047	0,001	0,083	
<b>9. Sem sorte pouco se pode conseguir na vida.</b>	Pearson Correlation	0,231	-,289(*)	0,231	-,386(**)	0,231	-0,23
	Sig. (2-tailed)	0,106	0,042	0,106	0,006	0,107	0,108
<b>10. Sinto-me seguro das minhas capacidades para realizar bem as tarefas da vida diária.</b>	Pearson Correlation	-,346(*)	,427(**)	-0,172	,532(**)	-,381(**)	,660(**)
	Sig. (2-tailed)	0,014	0,002	0,231	0	0,006	0
<b>11. Geralmente, o que me acontece na vida está estreitamente relacionado com o que faço.</b>	Pearson Correlation	-0,072	,381(**)	-0,192	,573(**)	-,404(**)	,410(**)
	Sig. (2-tailed)	0,621	0,006	0,181	0	0,004	0,003
<b>12. Para quê enganarmo-nos! A única coisa que importa neste mundo são as influências.</b>	Pearson Correlation	,460(**)	-0,233	,303(*)	-,443(**)	,320(*)	-0,253
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,104	0,032	0,001	0,024	0,076
<b>13. Para puder alcançar as minhas metas precisarei de sorte.</b>	Pearson Correlation	,323(*)	-0,182	,296(*)	-0,274	0,215	-,298(*)
	Sig. (2-tailed)	0,022	0,205	0,037	0,054	0,134	0,035
<b>14. Raramente sou invadido (a) por pensamentos de insegurança em situações difíceis.</b>	Pearson Correlation	-0,033	0,044	0,24	0,019	-0,012	0,041
	Sig. (2-tailed)	0,82	0,762	0,093	0,898	0,931	0,776
<b>15. Se lutar e trabalhar arduamente poderei alcançar muitas coisas na vida.</b>	Pearson Correlation	-,322(*)	,497(**)	-,353(*)	,616(**)	-,415(**)	,526(**)
	Sig. (2-tailed)	0,023	0	0,012	0	0,003	0
<b>16. Não importa o que eu valha, tudo está manipulado por pessoas com poder.</b>	Pearson Correlation	,671(**)	-0,231	0,233	-,348(*)	,555(**)	-0,204
	Sig. (2-tailed)	0	0,107	0,104	0,013	0	0,155
<b>17. Sou optimista no que respeita ao atingir das minhas metas.</b>	Pearson Correlation	-,301(*)	,599(**)	-0,207	,553(**)	-,359(*)	,724(**)
	Sig. (2-tailed)	0,034	0	0,149	0	0,01	0
<b>18. Vejo-me com capacidades suficientes para enfrentar os problemas da vida.</b>	Pearson Correlation	-,297(*)	,535(**)	-,290(*)	,590(**)	-,336(*)	,590(**)
	Sig. (2-tailed)	0,036	0	0,041	0	0,017	0
<b>19. Penso que terei êxito nas coisas que mais me importam na vida.</b>	Pearson Correlation	-0,093	,474(**)	-0,155	,425(**)	-,348(*)	,568(**)
	Sig. (2-tailed)	0,519	0,001	0,281	0,002	0,013	0
<b>20. Acredito muito na influência da sorte.</b>	Pearson Correlation	,349(*)	-,415(**)	,342(*)	-,448(**)	,283(*)	-,337(*)
	Sig. (2-tailed)	0,013	0,003	0,015	0,001	0,047	0,017
<b>Sintomas Biológicos</b>	Pearson Correlation	-0,078	-0,254	0,066	-0,05	0,109	-,280(*)
	Sig. (2-tailed)	0,59	0,075	0,648	0,729	0,451	0,049
<b>Sintomas Cognitivos</b>	Pearson Correlation	0,159	-0,277	0,157	-0,075	0,259	-,382(**)
	Sig. (2-tailed)	0,271	0,051	0,278	0,607	0,069	0,006
<b>Sintomas Interpessoais</b>	Pearson Correlation	0,056	-0,235	0,045	-0,035	0,077	-,300(*)
	Sig. (2-tailed)	0,7	0,1	0,754	0,809	0,597	0,035
<b>Sintomas Desempenho de Tarefa</b>	Pearson Correlation	0,153	-0,265	0,227	-0,174	0,21	-,454(**)
	Sig. (2-tailed)	0,289	0,063	0,112	0,227	0,144	0,001
<b>Incapacidades: Vida em Geral</b>	Pearson Correlation	0,27	-0,167	-0,066	-0,242	,365(**)	-,319(*)
	Sig. (2-tailed)	0,058	0,248	0,65	0,091	0,009	0,024
<b>Incapacidades: Vida de Trabalho</b>	Pearson Correlation	0,157	-0,141	-0,167	-0,085	0,105	-0,025
	Sig. (2-tailed)	0,277	0,329	0,246	0,556	0,469	0,861
<b>Incapacidades: Vida Social</b>	Pearson Correlation	-0,035	-,315(*)	0,032	-0,08	0,13	-,452(**)
	Sig. (2-tailed)	0,808	0,026	0,823	0,58	0,369	0,001
<b>Incapacidades: Vida Familiar</b>	Pearson Correlation	0,187	-0,177	0,022	-0,189	0,221	-,357(*)
	Sig. (2-tailed)	0,193	0,219	0,877	0,188	0,123	0,011
<b>Factor 1</b>	Pearson Correlation	0,015	-,289(*)	0,216	-0,229	0,057	-,390(**)

	Sig. (2-tailed)	0,916	0,042	0,132	0,11	0,697	0,005
<b>Factor 2</b>	Pearson Correlation	,426(**)	-0,105	0,132	-,297(*)	,325(*)	-,383(**)
	Sig. (2-tailed)	0,002	0,468	0,361	0,037	0,021	0,006
<b>Factor 3</b>	Pearson Correlation	-0,206	-0,153	-0,024	0,137	0,117	-0,114
	Sig. (2-tailed)	0,151	0,288	0,867	0,344	0,418	0,429
<b>Factor 4</b>	Pearson Correlation	-0,116	0,021	-0,088	-0,035	-0,058	0,036
	Sig. (2-tailed)	0,42	0,887	0,543	0,807	0,687	0,806
<b>Factor 5</b>	Pearson Correlation	-0,173	-0,074	0,049	-0,068	0,072	-0,206
	Sig. (2-tailed)	0,23	0,61	0,737	0,638	0,621	0,152
<b>Nota Global da depressão</b>	Pearson Correlation	0,124	-,291(*)	0,121	-0,217	,282(*)	-,478(**)
	Sig. (2-tailed)	0,392	0,04	0,401	0,129	0,047	0

<b>Correlações (cont.)</b>							
		<b>9. Sem sorte pouco se pode conseguir na vida.</b>	<b>10. Sinto-me seguro das minhas capacidades para realizar bem as tarefas da vida diária.</b>	<b>11. Geralmente, o que me acontece na vida está estreitamente relacionado com o que faço.</b>	<b>12. Para quê enganarmo-nos! A única coisa que importa neste mundo são as influências.</b>	<b>13. Para puder alcançar as minhas metas precisarei de sorte.</b>	<b>14. Raramente sou invadido (a) por pensamentos de insegurança em situações difíceis.</b>
<b>Há quantas horas esta a trabalhar hoje?</b>	Pearson Correlation	,388(**)	-0,102	-,290(*)	-0,102	-0,006	-0,059
	Sig. (2-tailed)	0,005	0,482	0,041	0,482	0,965	0,682
<b>Idade do Profissional</b>	Pearson Correlation	0,169	0,053	0,185	0,188	-0,125	0,105
	Sig. (2-tailed)	0,24	0,714	0,199	0,19	0,387	0,468
<b>Há quantos anos terminou o seu curso?</b>	Pearson Correlation	0,245	0,062	0,075	0,109	-0,026	0,264
	Sig. (2-tailed)	0,086	0,67	0,607	0,449	0,859	0,063
<b>Há quantos anos exerce a sua profissão?</b>	Pearson Correlation	0,152	0,192	0,154	0,013	0,058	0,224
	Sig. (2-tailed)	0,292	0,182	0,284	0,931	0,691	0,118
<b>nº de horas por semana em serviço directo a pessoas?</b>	Pearson Correlation	0,022	,353(*)	,309(*)	-0,039	-0,094	0,238
	Sig. (2-tailed)	0,882	0,012	0,029	0,788	0,518	0,096
<b>Somatório dos itens 1,2,3,6,8,13,14,16 e 20 - Exaustão emocional</b>	Pearson Correlation	0,152	-,292(*)	-,503(**)	0,115	0,22	-,401(**)
	Sig. (2-tailed)	0,291	0,04	0	0,427	0,125	0,004
<b>Somatório dos itens de Burnout 5, 10, 11, 15, 22 - Despersonalização</b>	Pearson Correlation	0,153	-,349(*)	-0,222	0,071	-0,002	-,281(*)
	Sig. (2-tailed)	0,29	0,013	0,122	0,624	0,991	0,048
<b>Somatório de Burnout, itens 4,7,9,12,17,18,19 e 21 - Realização pessoal</b>	Pearson Correlation	-,342(*)	,362(**)	0,075	0,145	-0,167	0,279
	Sig. (2-tailed)	0,015	0,01	0,605	0,314	0,246	0,05
<b>1. Sinto-me emocionalmente insatisfeito(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	0,096	-,299(*)	-,460(**)	0,022	0,076	-,494(**)
	Sig. (2-tailed)	0,509	0,035	0,001	0,881	0,598	0
<b>2. No final do meu dia de trabalho, sinto-me como se tivesse sido “usado(a)”.</b>	Pearson Correlation	0,036	-0,275	-,483(**)	-0,031	-0,03	-,492(**)
	Sig. (2-tailed)	0,805	0,053	0	0,833	0,836	0
<b>3. Sinto-me fatigado(a) quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no emprego.</b>	Pearson Correlation	0,094	-,301(*)	-,571(**)	0,125	0,13	-,404(**)
	Sig. (2-tailed)	0,517	0,034	0	0,387	0,366	0,004
<b>4. Posso facilmente compreender como é que os meus clientes/utentes se sentem em relação às</b>	Pearson Correlation	-,375(**)	0,163	-0,044	0,04	0,005	-0,056
	Sig. (2-tailed)	0,007	0,258	0,764	0,784	0,973	0,7
<b>5. Sinto que trato alguns clientes/utentes como se fossem objectos impessoais.</b>	Pearson Correlation	0,005	-0,251	-0,204	-0,009	-0,206	-,289(*)
	Sig. (2-tailed)	0,974	0,079	0,156	0,948	0,152	0,042

<b>6. Trabalhar com pessoas todo o dia, constitui realmente uma pressão para mim.</b>	Pearson Correlation	0,037	-0,137	-0,149	0,027	0,212	-0,025
	Sig. (2-tailed)	0,798	0,341	0,3	0,85	0,14	0,864
<b>7. Lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-,356(*)	0,135	-0,057	,307(*)	-0,184	0,111
	Sig. (2-tailed)	0,011	0,349	0,697	0,03	0,201	0,441
<b>8. Sinto-me esgotado(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	0,147	-,287(*)	-,546(**)	0,226	0,264	-,312(*)
	Sig. (2-tailed)	0,308	0,043	0	0,115	0,064	0,028
<b>9. Sinto que estou a influenciar positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	-,436(**)	0,108	-0,02	0,21	-0,123	-0,019
	Sig. (2-tailed)	0,002	0,456	0,888	0,143	0,394	0,895
<b>10. Tornei-me mais cruel com as pessoas desde que comecei a exercer esta profissão.</b>	Pearson Correlation	0,243	-0,118	-0,062	-0,021	-0,095	-0,118
	Sig. (2-tailed)	0,089	0,415	0,667	0,883	0,511	0,415
<b>11. Preocupa-me o facto deste trabalho me estar a tornar mais "duro" ou resistente do ponto de vista</b>	Pearson Correlation	0,007	-,363(**)	-0,151	0,029	-0,053	-0,256
	Sig. (2-tailed)	0,964	0,009	0,296	0,842	0,715	0,072
<b>12. Sinto-me com muitas energias.</b>	Pearson Correlation	-0,128	,458(**)	,323(*)	-0,013	-,280(*)	,410(**)
	Sig. (2-tailed)	0,376	0,001	0,022	0,931	0,049	0,003
<b>13. Sinto-me frustrado(a) com o meu emprego.</b>	Pearson Correlation	0,181	-0,174	-,437(**)	0,066	0,195	-0,261
	Sig. (2-tailed)	0,208	0,227	0,001	0,65	0,176	0,067
<b>14. Sinto que estou a trabalhar demasiado no meu emprego.</b>	Pearson Correlation	-0,027	0,073	-0,1	-0,098	0,181	-0,144
	Sig. (2-tailed)	0,853	0,613	0,489	0,5	0,208	0,319
<b>15. Não me interessa realmente o que acontece com alguns dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	0,145	-,309(*)	-0,17	0,189	0,161	-0,049
	Sig. (2-tailed)	0,314	0,029	0,238	0,189	0,263	0,737
<b>16. Trabalhar directamente com pessoas gera-me demasiado "stresse".</b>	Pearson Correlation	0,274	-0,158	-0,178	0,181	0,233	-0,225
	Sig. (2-tailed)	0,054	0,273	0,217	0,21	0,104	0,116
<b>17. Sou capaz de criar facilmente um ambiente relaxado com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-0,16	,304(*)	0,016	0,128	-0,115	0,078
	Sig. (2-tailed)	0,267	0,032	0,912	0,375	0,426	0,591
<b>18. Sinto-me contente depois de trabalhar "de perto" com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-0,106	,363(**)	0,041	-0,075	-0,119	,288(*)
	Sig. (2-tailed)	0,462	0,01	0,775	0,603	0,41	0,043
<b>19. Neste emprego consegui muitas coisas que valeram a pena.</b>	Pearson Correlation	-0,167	,295(*)	0,159	-0,004	-0,07	,430(**)
	Sig. (2-tailed)	0,245	0,037	0,269	0,98	0,627	0,002
<b>20. Sinto-me como se estivesse no limite das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	0,197	-,436(**)	-,438(**)	0,277	0,124	-,349(*)
	Sig. (2-tailed)	0,17	0,002	0,001	0,052	0,389	0,013
<b>21. No meu trabalho lido muito calmamente com os problemas emocionais.</b>	Pearson Correlation	-0,106	0,182	0,013	0,147	-0,015	0,259
	Sig. (2-tailed)	0,463	0,207	0,93	0,309	0,915	0,069
<b>22. Sinto que os meus clientes/utentes me culpam por alguns dos seus problemas</b>	Pearson Correlation	0,184	-0,205	-0,202	0,067	0,168	-,280(*)
	Sig. (2-tailed)	0,202	0,152	0,16	0,646	0,243	0,049

<b>Escala 1a-Locus (Contingência)</b>	Pearson Correlation	-,402(**)	,684(**)	,751(**)	-,405(**)	-0,233	0,04
	Sig. (2-tailed)	0,004	0	0	0,004	0,103	0,781
<b>Escala 1b-Locus (Incontrolabilidade)</b>	Pearson Correlation	0,275	-,405(**)	-,299(*)	,708(**)	,368(**)	0,009
	Sig. (2-tailed)	0,053	0,004	0,035	0	0,008	0,951
<b>Escala 1c-Locus (Sorte)</b>	Pearson Correlation	,786(**)	-0,251	-0,219	0,104	,785(**)	0,12
	Sig. (2-tailed)	0	0,079	0,127	0,474	0	0,406
<b>Escala 2 (Auto-eficácia)</b>	Pearson Correlation	-0,127	,821(**)	,400(**)	-0,232	-0,166	,628(**)
	Sig. (2-tailed)	0,381	0	0,004	0,105	0,251	0
<b>Escala 3 (Êxito)</b>	Pearson Correlation	-0,239	,705(**)	,442(**)	-,300(*)	-0,237	0,104
	Sig. (2-tailed)	0,094	0	0,001	0,034	0,097	0,472
<b>1. O que eu posso alcançar na minha vida terá muito a ver com o empenho que eu tenha.</b>	Pearson Correlation	-0,22	,612(**)	,320(*)	-,354(*)	-0,097	-0,109
	Sig. (2-tailed)	0,125	0	0,023	0,012	0,503	0,452
<b>2. São poucas as ocasiões em que duvido das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	-0,122	,774(**)	,317(*)	-,310(*)	-0,184	0,216
	Sig. (2-tailed)	0,398	0	0,025	0,029	0,201	0,132
<b>3. Não vale a pena em absoluto esforçar-me nem lutar neste mundo, tudo esta corrompido.</b>	Pearson Correlation	0,231	-,346(*)	-0,072	,460(**)	,323(*)	-0,033
	Sig. (2-tailed)	0,106	0,014	0,621	0,001	0,022	0,82
<b>4. Normalmente, quando desejo algo penso que o vou conseguir.</b>	Pearson Correlation	-,289(*)	,427(**)	,381(**)	-0,233	-0,182	0,044
	Sig. (2-tailed)	0,042	0,002	0,006	0,104	0,205	0,762
<b>5. O que pode acontecer na minha vida terá a ver com a sorte.</b>	Pearson Correlation	0,231	-0,172	-0,192	,303(*)	,296(*)	0,24
	Sig. (2-tailed)	0,106	0,231	0,181	0,032	0,037	0,093
<b>6. A minha vida depende dos meus actos.</b>	Pearson Correlation	-,386(**)	,532(**)	,573(**)	-,443(**)	-0,274	0,019
	Sig. (2-tailed)	0,006	0	0	0,001	0,054	0,898
<b>7. Não importa que eu seja competente ou não, pois a maioria das coisas estão manipuladas.</b>	Pearson Correlation	0,231	-,381(**)	-,404(**)	,320(*)	0,215	-0,012
	Sig. (2-tailed)	0,107	0,006	0,004	0,024	0,134	0,931
<b>8. Tenho grandes esperanças em conseguir as coisas que mais desejo.</b>	Pearson Correlation	-0,23	,660(**)	,410(**)	-0,253	-,298(*)	0,041
	Sig. (2-tailed)	0,108	0	0,003	0,076	0,035	0,776
<b>9. Sem sorte pouco se pode conseguir na vida.</b>	Pearson Correlation	1	-0,261	-,301(*)	0,099	,420(**)	0,163
	Sig. (2-tailed)		0,068	0,034	0,495	0,002	0,258
<b>10. Sinto-me seguro das minhas capacidades para realizar bem as tarefas da vida diária.</b>	Pearson Correlation	-0,261	1	,521(**)	-,291(*)	-,351(*)	0,195
	Sig. (2-tailed)	0,068		0	0,041	0,012	0,175
<b>11. Geralmente, o que me acontece na vida está estreitamente relacionado com o que faço.</b>	Pearson Correlation	-,301(*)	,521(**)	1	-0,211	-0,228	0,027
	Sig. (2-tailed)	0,034	0		0,141	0,111	0,851
<b>12. Para quê enganarmo-nos! A única coisa que importa neste mundo são as influências.</b>	Pearson Correlation	0,099	-,291(*)	-0,211	1	,301(*)	0,075
	Sig. (2-tailed)	0,495	0,041	0,141		0,033	0,607
<b>13. Para puder alcançar as minhas metas precisarei de sorte.</b>	Pearson Correlation	,420(**)	-,351(*)	-0,228	,301(*)	1	0,073
	Sig. (2-tailed)	0,002	0,012	0,111	0,033		0,616
<b>14. Raramente sou invadido (a) por pensamentos de insegurança em</b>	Pearson Correlation	0,163	0,195	0,027	0,075	0,073	1
	Sig. (2-tailed)	0,258	0,175	0,851	0,607	0,616	

situações difíceis.							
<b>15. Se lutar e trabalhar arduamente poderei alcançar muitas coisas na vida.</b>	Pearson Correlation	-,385(**)	,544(**)	,447(**)	-,312(*)	-0,138	0,187
	Sig. (2-tailed)	0,006	0	0,001	0,027	0,34	0,193
<b>16. Não importa o que eu valha, tudo está manipulado por pessoas com poder.</b>	Pearson Correlation	,330(*)	-,292(*)	-,285(*)	,516(**)	,352(*)	0,002
	Sig. (2-tailed)	0,019	0,04	0,045	0	0,012	0,99
<b>17. Sou otimista no que respeita ao atingir das minhas metas.</b>	Pearson Correlation	-0,244	,735(**)	,414(**)	-,372(**)	-0,185	0,227
	Sig. (2-tailed)	0,087	0	0,003	0,008	0,199	0,113
<b>18. Vejo-me com capacidades suficientes para enfrentar os problemas da vida.</b>	Pearson Correlation	-0,259	,722(**)	,455(**)	-,286(*)	-0,134	,285(*)
	Sig. (2-tailed)	0,07	0	0,001	0,044	0,353	0,045
<b>19. Penso que terei êxito nas coisas que mais me importam na vida.</b>	Pearson Correlation	-0,049	,534(**)	0,278	-0,158	-0,119	0,05
	Sig. (2-tailed)	0,736	0	0,05	0,272	0,412	0,732
<b>20. Acredito muito na influência da sorte.</b>	Pearson Correlation	,703(**)	-,383(**)	-,427(**)	0,183	,596(**)	0,027
	Sig. (2-tailed)	0	0,006	0,002	0,203	0	0,851
<b>Sintomas Biológicos</b>	Pearson Correlation	0,245	-,286(*)	-,292(*)	0,059	0,147	-,380(**)
	Sig. (2-tailed)	0,087	0,044	0,04	0,682	0,308	0,007
<b>Sintomas Cognitivos</b>	Pearson Correlation	,311(*)	-,384(**)	-,284(*)	0,103	0,267	-0,248
	Sig. (2-tailed)	0,028	0,006	0,046	0,478	0,061	0,083
<b>Sintomas Interpessoais</b>	Pearson Correlation	0,226	-0,226	-0,219	0,166	0,158	-0,178
	Sig. (2-tailed)	0,115	0,115	0,126	0,249	0,274	0,216
<b>Sintomas Desempenho de Tarefa</b>	Pearson Correlation	0,247	-,396(**)	-,318(*)	0,108	,313(*)	-0,108
	Sig. (2-tailed)	0,083	0,004	0,024	0,455	0,027	0,454
<b>Incapacidades: Vida em Geral</b>	Pearson Correlation	,317(*)	-,501(**)	-,309(*)	0,132	0,084	-,366(**)
	Sig. (2-tailed)	0,025	0	0,029	0,362	0,56	0,009
<b>Incapacidades: Vida de Trabalho</b>	Pearson Correlation	0,157	-0,132	-0,05	0,011	-0,086	-,283(*)
	Sig. (2-tailed)	0,275	0,361	0,729	0,937	0,554	0,047
<b>Incapacidades: Vida Social</b>	Pearson Correlation	0,205	-,302(*)	-,303(*)	0,088	0,199	-,349(*)
	Sig. (2-tailed)	0,154	0,033	0,032	0,545	0,167	0,013
<b>Incapacidades: Vida Familiar</b>	Pearson Correlation	0,258	-,370(**)	-0,272	0,079	0,132	-0,261
	Sig. (2-tailed)	0,07	0,008	0,056	0,584	0,361	0,067
<b>Factor 1</b>	Pearson Correlation	0,205	-0,221	-0,163	0,103	,313(*)	-0,13
	Sig. (2-tailed)	0,153	0,124	0,259	0,476	0,027	0,369
<b>Factor 2</b>	Pearson Correlation	,388(**)	-,461(**)	-0,162	0,194	,279(*)	-0,1
	Sig. (2-tailed)	0,005	0,001	0,262	0,177	0,05	0,489
<b>Factor 3</b>	Pearson Correlation	0,005	-0,028	-0,199	-0,094	-0,047	-0,173
	Sig. (2-tailed)	0,972	0,845	0,165	0,517	0,745	0,231
<b>Factor 4</b>	Pearson Correlation	-0,189	-0,023	-0,091	-0,078	-0,178	0,048
	Sig. (2-tailed)	0,188	0,875	0,53	0,591	0,217	0,741
<b>Factor 5</b>	Pearson Correlation	0,096	-,402(**)	-,325(*)	-0,048	0,021	-,453(**)
	Sig. (2-tailed)	0,507	0,004	0,021	0,739	0,885	0,001
<b>Nota Global da depressão</b>	Pearson Correlation	0,266	-,476(**)	-,356(*)	0,112	0,22	-,417(**)
	Sig. (2-tailed)	0,062	0	0,011	0,44	0,124	0,003

### Correlações (cont.)

		15. Se lutar e trabalhar arduamente poderei alcançar muitas coisas na vida.	16. Não importa o que eu valha, tudo está manipulado por pessoas com poder.	17. Sou otimista no que respeita ao atingir das minhas metas.	18. Vejo-me com capacidades suficientes para enfrentar os problemas da vida.	19. Penso que terei êxito nas coisas que mais me importam na vida.	20. Acredito muito na influência da sorte.
<b>Há quantas horas esta a trabalhar hoje?</b>	Pearson Correlation	-0,192	0,052	-0,108	-0,115	0,016	0,227

	Sig. (2-tailed)	0,183	0,717	0,455	0,426	0,912	0,113
<b>Idade do Profissional</b>	Pearson Correlation	-0,19	0,017	0,04	-0,01	0,004	0,07
	Sig. (2-tailed)	0,187	0,907	0,782	0,946	0,976	0,629
<b>Há quantos anos terminou o seu curso?</b>	Pearson Correlation	-0,112	0,013	0,027	0,076	0,004	0,131
	Sig. (2-tailed)	0,438	0,929	0,85	0,602	0,98	0,365
<b>Há quantos anos exerce a sua profissão?</b>	Pearson Correlation	0,019	-0,066	0,164	0,149	0,223	0,104
	Sig. (2-tailed)	0,895	0,651	0,256	0,301	0,119	0,473
<b>nº de horas por semana em serviço directo a pessoas?</b>	Pearson Correlation	0,168	0,029	,334(*)	,425(**)	,290(*)	-0,12
	Sig. (2-tailed)	0,243	0,844	0,018	0,002	0,041	0,406
<b>Somatório dos itens 1,2,3,6,8,13,14,16 e 20 - Exaustão emocional</b>	Pearson Correlation	-,371(**)	0,123	-,386(**)	-,528(**)	-0,22	,363(**)
	Sig. (2-tailed)	0,008	0,393	0,006	0	0,125	0,01
<b>Somatório dos itens de Burnout 5, 10, 11, 15, 22 - Despersonalização</b>	Pearson Correlation	-,322(*)	-0,013	-,400(**)	-,546(**)	-0,158	0,225
	Sig. (2-tailed)	0,023	0,929	0,004	0	0,275	0,116
<b>Somatório de Burnout, itens 4,7,9,12,17,18,19 e 21 - Realização pessoal</b>	Pearson Correlation	0,211	-0,154	,344(*)	,328(*)	0,114	-,311(*)
	Sig. (2-tailed)	0,141	0,286	0,014	0,02	0,43	0,028
<b>1. Sinto-me emocionalmente insatisfeito(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	-,303(*)	-0,013	-,392(**)	-,517(**)	-,290(*)	,303(*)
	Sig. (2-tailed)	0,033	0,929	0,005	0	0,041	0,033
<b>2. No final do meu dia de trabalho, sinto-me como se tivesse sido “usado(a)”.</b>	Pearson Correlation	-,291(*)	0,021	-,287(*)	-,421(**)	-0,118	0,265
	Sig. (2-tailed)	0,04	0,884	0,044	0,002	0,414	0,063
<b>3. Sinto-me fatigado(a) quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no emprego.</b>	Pearson Correlation	-,320(*)	0,082	-,408(**)	-,483(**)	-0,213	0,247
	Sig. (2-tailed)	0,024	0,573	0,003	0	0,137	0,084
<b>4. Posso facilmente compreender como é que os meus clientes/utentes se sentem em relação às</b>	Pearson Correlation	0,009	-0,048	0,176	0,124	0,011	-0,039
	Sig. (2-tailed)	0,948	0,742	0,223	0,39	0,941	0,789
<b>5. Sinto que trato alguns clientes/utentes como se fossem objectos impessoais.</b>	Pearson Correlation	-0,226	-0,038	-0,262	-,384(**)	-0,054	0,129
	Sig. (2-tailed)	0,114	0,796	0,066	0,006	0,709	0,373
<b>6. Trabalhar com pessoas todo o dia, constitui realmente uma pressão para mim.</b>	Pearson Correlation	-0,072	0,033	-0,029	-0,256	0,014	0,13
	Sig. (2-tailed)	0,618	0,822	0,843	0,072	0,922	0,37
<b>7. Lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	0,168	-0,084	0,123	0,059	-0,034	-0,202
	Sig. (2-tailed)	0,243	0,564	0,394	0,685	0,816	0,16
<b>8. Sinto-me esgotado(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	-,322(*)	0,203	-,299(*)	-,442(**)	-0,107	,312(*)
	Sig. (2-tailed)	0,023	0,158	0,035	0,001	0,459	0,027
<b>9. Sinto que estou a influenciar positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	0,104	0,052	0,083	0,207	0,085	-,294(*)
	Sig. (2-tailed)	0,474	0,717	0,568	0,15	0,559	0,038
<b>10. Tornei-me mais cruel com as pessoas desde que comecei a exercer esta profissão.</b>	Pearson Correlation	-0,209	-0,112	-0,111	-,302(*)	0,018	0,1
	Sig. (2-tailed)	0,146	0,44	0,443	0,033	0,903	0,492
<b>11. Preocupa-me o facto deste trabalho me estar a tornar mais “duro” ou resistente do ponto de vista</b>	Pearson Correlation	-0,211	-0,062	-,321(*)	-,420(**)	-0,061	0,038
	Sig. (2-tailed)	0,14	0,667	0,023	0,002	0,673	0,791
<b>12. Sinto-me com muitas energias.</b>	Pearson Correlation	0,148	-0,079	0,277	,314(*)	0,153	-,291(*)
	Sig. (2-tailed)	0,304	0,588	0,051	0,026	0,288	0,04
<b>13. Sinto-me frustrado(a) com o meu emprego.</b>	Pearson Correlation	-,317(*)	0,093	-,318(*)	-,391(**)	-0,151	,318(*)
	Sig. (2-tailed)	0,025	0,523	0,024	0,005	0,294	0,024
<b>14. Sinto que estou a trabalhar demasiado no meu emprego.</b>	Pearson Correlation	-0,019	0,026	0,031	0,05	-0,047	0,128
	Sig. (2-tailed)	0,896	0,859	0,833	0,731	0,745	0,377
<b>15. Não me interessa realmente o que acontece com alguns dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-,344(*)	0,189	-,464(**)	-,416(**)	-,288(*)	0,267
	Sig. (2-tailed)	0,014	0,189	0,001	0,003	0,043	0,061
<b>16. Trabalhar directamente com pessoas gera-me demasiado “stress”.</b>	Pearson Correlation	-,300(*)	0,106	-,341(*)	-,462(**)	-0,17	,314(*)
	Sig. (2-tailed)	0,034	0,464	0,015	0,001	0,239	0,026
<b>17. Sou capaz de criar facilmente um ambiente relaxado com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	0,119	-0,087	,310(*)	,285(*)	0,218	-,298(*)
	Sig. (2-tailed)	0,409	0,549	0,028	0,045	0,128	0,035
<b>18. Sinto-me contente depois de trabalhar “de perto” com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	0,159	-0,22	,376(**)	,366(**)	0,103	-0,27
	Sig. (2-tailed)	0,27	0,126	0,007	0,009	0,478	0,058
<b>19. Neste emprego consegui muitas coisas que valeram a pena.</b>	Pearson Correlation	0,227	-0,228	,283(*)	0,224	0,023	-0,214
	Sig. (2-tailed)	0,114	0,112	0,046	0,119	0,874	0,136
<b>20. Sinto-me como se estivesse no limite das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	-,576(**)	0,268	-,608(**)	-,661(**)	-,427(**)	,396(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,06	0	0	0,002	0,004

<b>21. No meu trabalho lido muito calmamente com os problemas emocionais.</b>	Pearson Correlation	0,193	-0,137	0,272	0,248	0,105	-0,098
	Sig. (2-tailed)	0,18	0,341	0,056	0,082	0,47	0,499
<b>22. Sinto que os meus clientes/utentes me culpam por alguns dos seus problemas</b>	Pearson Correlation	-0,189	-0,027	-0,278	-,447(**)	-0,173	,281(*)
	Sig. (2-tailed)	0,189	0,854	0,05	0,001	0,228	0,048
<b>Escala 1a-Locus (Contingência)</b>	Pearson Correlation	,807(**)	-,403(**)	,691(**)	,724(**)	,519(**)	-,478(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,004	0	0	0	0
<b>Escala 1b-Locus (Incontrolabilidade)</b>	Pearson Correlation	-,451(**)	,846(**)	-,440(**)	-,359(*)	-0,224	,408(**)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0	0,001	0,011	0,118	0,003
<b>Escala 1c-Locus (Sorte)</b>	Pearson Correlation	-0,205	,396(**)	-0,145	-0,132	0,007	,843(**)
	Sig. (2-tailed)	0,154	0,004	0,314	0,36	0,962	0
<b>Escala 2 (Auto-eficácia)</b>	Pearson Correlation	,629(**)	-0,25	,777(**)	,844(**)	,524(**)	-,294(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0,08	0	0	0	0,038
<b>Escala 3 (Êxito)</b>	Pearson Correlation	,650(**)	-,279(*)	,890(**)	,749(**)	,814(**)	-,368(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,05	0	0	0	0,009
<b>1. O que eu posso alcançar na minha vida terá muito a ver com o empenho que eu tenha.</b>	Pearson Correlation	,566(**)	-0,257	,596(**)	,546(**)	,514(**)	-0,21
	Sig. (2-tailed)	0	0,071	0	0	0	0,144
<b>2. São poucas as ocasiões em que duvido das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	,515(**)	-,321(*)	,770(**)	,671(**)	,538(**)	-0,253
	Sig. (2-tailed)	0	0,023	0	0	0	0,076
<b>3. Não vale a pena em absoluto esforçar-me nem lutar neste mundo, tudo esta corrompido.</b>	Pearson Correlation	-,322(*)	,671(**)	-,301(*)	-,297(*)	-0,093	,349(*)
	Sig. (2-tailed)	0,023	0	0,034	0,036	0,519	0,013
<b>4. Normalmente, quando desejo algo penso que o vou conseguir.</b>	Pearson Correlation	,497(**)	-0,231	,599(**)	,535(**)	,474(**)	-,415(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,107	0	0	0,001	0,003
<b>5. O que pode acontecer na minha vida terá a ver com a sorte.</b>	Pearson Correlation	-,353(*)	0,233	-0,207	-,290(*)	-0,155	,342(*)
	Sig. (2-tailed)	0,012	0,104	0,149	0,041	0,281	0,015
<b>6. A minha vida depende dos meus actos.</b>	Pearson Correlation	,616(**)	-,348(*)	,553(**)	,590(**)	,425(**)	-,448(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,013	0	0	0,002	0,001
<b>7. Não importa que eu seja competente ou não, pois a maioria das coisas estão manipuladas.</b>	Pearson Correlation	-,415(**)	,555(**)	-,359(*)	-,336(*)	-,348(*)	,283(*)
	Sig. (2-tailed)	0,003	0	0,01	0,017	0,013	0,047
<b>8. Tenho grandes esperanças em conseguir as coisas que mais desejo.</b>	Pearson Correlation	,526(**)	-0,204	,724(**)	,590(**)	,568(**)	-,337(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0,155	0	0	0	0,017
<b>9. Sem sorte pouco se pode conseguir na vida.</b>	Pearson Correlation	-,385(**)	,330(*)	-0,244	-0,259	-0,049	,703(**)
	Sig. (2-tailed)	0,006	0,019	0,087	0,07	0,736	0
<b>10. Sinto-me seguro das minhas capacidades para realizar bem as tarefas da vida diária.</b>	Pearson Correlation	,544(**)	-,292(*)	,735(**)	,722(**)	,534(**)	-,383(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,04	0	0	0	0,006
<b>11. Geralmente, o que me acontece na vida está estreitamente relacionado com o que faço.</b>	Pearson Correlation	,447(**)	-,285(*)	,414(**)	,455(**)	0,278	-,427(**)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,045	0,003	0,001	0,05	0,002
<b>12. Para quê enganarmo-nos! A única coisa que importa neste mundo são as influências.</b>	Pearson Correlation	-,312(*)	,516(**)	-,372(**)	-,286(*)	-0,158	0,183
	Sig. (2-tailed)	0,027	0	0,008	0,044	0,272	0,203
<b>13. Para puder alcançar as minhas metas precisarei de sorte.</b>	Pearson Correlation	-0,138	,352(*)	-0,185	-0,134	-0,119	,596(**)
	Sig. (2-tailed)	0,34	0,012	0,199	0,353	0,412	0
<b>14. Raramente sou invadido (a) por pensamentos de insegurança em situações difíceis.</b>	Pearson Correlation	0,187	0,002	0,227	,285(*)	0,05	0,027
	Sig. (2-tailed)	0,193	0,99	0,113	0,045	0,732	0,851
<b>15. Se lutar e trabalhar arduamente poderei alcançar muitas coisas na vida.</b>	Pearson Correlation	1	-,410(**)	,686(**)	,760(**)	,479(**)	-,437(**)
	Sig. (2-tailed)		0,003	0	0	0	0,001
<b>16. Não importa o que eu valha, tudo está manipulado por pessoas com poder.</b>	Pearson Correlation	-,410(**)	1	-,393(**)	-0,239	-0,125	,506(**)
	Sig. (2-tailed)	0,003		0,005	0,095	0,387	0
<b>17. Sou optimista no que respeita ao atingir das minhas metas.</b>	Pearson Correlation	,686(**)	-,393(**)	1	,783(**)	,670(**)	-,342(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0,005		0	0	0,015
<b>18. Vejo-me com capacidades suficientes para enfrentar os problemas da vida.</b>	Pearson Correlation	,760(**)	-0,239	,783(**)	1	,610(**)	-,379(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,095	0		0	0,007
<b>19. Penso que terei êxito nas coisas que mais me importam na vida.</b>	Pearson Correlation	,479(**)	-0,125	,670(**)	,610(**)	1	-0,15
	Sig. (2-tailed)	0	0,387	0	0		0,3
<b>20. Acredito muito na influência da sorte.</b>	Pearson Correlation	-,437(**)	,506(**)	-,342(*)	-,379(**)	-0,15	1
	Sig. (2-tailed)	0,001	0	0,015	0,007	0,3	
<b>Sintomas Biológicos</b>	Pearson Correlation	-0,229	0,093	-,380(**)	-,436(**)	-0,24	0,253
	Sig. (2-tailed)	0,109	0,519	0,006	0,002	0,093	0,076

Sintomas Cognitivos	Pearson Correlation	-,287(*)	0,236	-,419(**)	-,473(**)	-0,17	,333(*)
	Sig. (2-tailed)	0,043	0,099	0,002	0,001	0,239	0,018
Sintomas Interpessoais	Pearson Correlation	-,306(*)	0,213	-,372(**)	-,423(**)	-0,227	0,169
	Sig. (2-tailed)	0,031	0,138	0,008	0,002	0,112	0,241
Sintomas Desempenho de Tarefa	Pearson Correlation	-0,186	0,252	-,430(**)	-,353(*)	-0,27	,318(*)
	Sig. (2-tailed)	0,195	0,078	0,002	0,012	0,058	0,025
Incapacidades: Vida em Geral	Pearson Correlation	-,330(*)	0,223	-,469(**)	-,497(**)	-0,252	0,25
	Sig. (2-tailed)	0,019	0,119	0,001	0	0,078	0,08
Incapacidades: Vida de Trabalho	Pearson Correlation	-0,088	-0,034	-0,075	-0,18	0,036	0,102
	Sig. (2-tailed)	0,545	0,813	0,604	0,21	0,806	0,482
Incapacidades: Vida Social	Pearson Correlation	-0,233	0,117	-,411(**)	-,415(**)	-0,258	0,237
	Sig. (2-tailed)	0,104	0,419	0,003	0,003	0,07	0,098
Incapacidades: Vida Familiar	Pearson Correlation	-0,248	0,076	-,398(**)	-,432(**)	-0,234	,293(*)
	Sig. (2-tailed)	0,083	0,602	0,004	0,002	0,102	0,039
Factor 1	Pearson Correlation	-0,156	0,071	-,364(**)	-,312(*)	-0,271	,353(*)
	Sig. (2-tailed)	0,28	0,626	0,009	0,027	0,057	0,012
Factor 2	Pearson Correlation	-0,278	,356(*)	-,320(*)	-,374(**)	-0,147	0,278
	Sig. (2-tailed)	0,05	0,011	0,023	0,007	0,309	0,05
Factor 3	Pearson Correlation	0,026	-0,063	-0,142	-0,059	-0,068	0,111
	Sig. (2-tailed)	0,858	0,665	0,325	0,686	0,637	0,443
Factor 4	Pearson Correlation	0,237	-0,2	0,015	-0,124	-0,041	-0,189
	Sig. (2-tailed)	0,097	0,165	0,917	0,389	0,775	0,189
Factor 5	Pearson Correlation	-0,217	-0,098	-,355(*)	-,471(**)	-0,25	0,05
	Sig. (2-tailed)	0,129	0,497	0,011	0,001	0,08	0,728
Nota Global da depressão	Pearson Correlation	-,336(*)	0,194	-,531(**)	-,546(**)	-,310(*)	,280(*)
	Sig. (2-tailed)	0,017	0,178	0	0	0,028	0,049

Correlações (cont.)							
		Sintomas Biológicos	Sintomas Cognitivos	Sintomas Interpessoais	Sintomas Desempenho de Tarefa	Incapacidades: Vida em Geral	Incapacidades: Vida de Trabalho
Há quantas horas esta a trabalhar hoje?	Pearson Correlation	0,201	0,246	0,024	0,178	,299(*)	0,131
	Sig. (2-tailed)	0,161	0,086	0,87	0,216	0,035	0,364
Idade do Profissional	Pearson Correlation	-0,173	-0,131	-0,022	-0,134	0,056	0,091
	Sig. (2-tailed)	0,229	0,365	0,88	0,355	0,699	0,528
Há quantos anos terminou o seu curso?	Pearson Correlation	-0,079	0,03	0,048	0,072	0,07	-0,002
	Sig. (2-tailed)	0,583	0,838	0,742	0,622	0,631	0,992
Há quantos anos exerce a sua profissão?	Pearson Correlation	-0,085	0,082	0,024	0,09	0,044	-0,02
	Sig. (2-tailed)	0,558	0,572	0,867	0,534	0,76	0,893
nº de horas por semana em serviço directo a pessoas?	Pearson Correlation	-,508(**)	-,480(**)	-,397(**)	-,544(**)	-,325(*)	-0,062
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,004	0	0,021	0,67
Somatório dos itens 1,2,3,6,8,13,14,16 e 20 - Exaustão emocional	Pearson Correlation	,654(**)	,617(**)	,498(**)	,562(**)	,534(**)	0,204
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0	0	0,156
Somatório dos itens de Burnout 5, 10, 11, 15, 22 - Despersonalização	Pearson Correlation	,388(**)	,529(**)	0,232	,466(**)	,571(**)	,429(**)
	Sig. (2-tailed)	0,005	0	0,106	0,001	0	0,002
Somatório de Burnout, itens 4,7,9,12,17,18,19 e 21 - Realização pessoal	Pearson Correlation	-,369(**)	-,475(**)	-0,244	-,472(**)	-,580(**)	-0,269
	Sig. (2-tailed)	0,008	0	0,088	0,001	0	0,059
1. Sinto-me emocionalmente insatisfeito(a) com o meu trabalho.	Pearson Correlation	,579(**)	,515(**)	,381(**)	,447(**)	,531(**)	0,179
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,006	0,001	0	0,213
2. No final do meu dia de trabalho, sinto-me como se tivesse sido "usado(a)".	Pearson Correlation	,508(**)	,400(**)	,437(**)	,328(*)	,512(**)	0,176
	Sig. (2-tailed)	0	0,004	0,002	0,02	0	0,22
3. Sinto-me fatigado(a) quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no emprego.	Pearson Correlation	,647(**)	,594(**)	,496(**)	,518(**)	,493(**)	0,177
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0	0	0,218
4. Posso facilmente compreender como é que os meus clientes/utentes se sentem em relação às	Pearson Correlation	0,037	-0,06	-0,056	-0,106	-0,217	-0,164
	Sig. (2-tailed)	0,799	0,679	0,701	0,466	0,13	0,254

<b>5. Sinto que trato alguns clientes/utentes como se fossem objectos impessoais.</b>	Pearson Correlation	0,276	,320(*)	0,118	0,238	,351(*)	,345(*)
	Sig. (2-tailed)	0,052	0,023	0,415	0,096	0,013	0,014
<b>6. Trabalhar com pessoas todo o dia, constitui realmente uma pressão para mim.</b>	Pearson Correlation	0,268	,314(*)	0,159	,348(*)	,346(*)	0,177
	Sig. (2-tailed)	0,06	0,026	0,271	0,013	0,014	0,218
<b>7. Lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-0,091	-0,244	-0,128	-0,247	-0,248	-0,083
	Sig. (2-tailed)	0,531	0,088	0,377	0,083	0,083	0,565
<b>8. Sinto-me esgotado(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	,601(**)	,573(**)	,442(**)	,546(**)	,389(**)	0,086
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,001	0	0,005	0,552
<b>9. Sinto que estou a influenciar positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	-0,184	-,337(*)	-0,151	-,281(*)	-,363(**)	-0,275
	Sig. (2-tailed)	0,202	0,017	0,294	0,048	0,01	0,053
<b>10. Tornei-me mais cruel com as pessoas desde que comecei a exercer esta profissão.</b>	Pearson Correlation	0,152	,298(*)	0,141	0,205	,433(**)	,341(*)
	Sig. (2-tailed)	0,291	0,036	0,329	0,153	0,002	0,015
<b>11. Preocupa-me o facto deste trabalho me estar a tornar mais "duro" ou resistente do ponto de vista</b>	Pearson Correlation	,358(*)	,508(**)	0,216	,472(**)	,591(**)	,537(**)
	Sig. (2-tailed)	0,011	0	0,132	0,001	0	0
<b>12. Sinto-me com muitas energias.</b>	Pearson Correlation	-,557(**)	-,463(**)	-0,247	-,517(**)	-,535(**)	-0,277
	Sig. (2-tailed)	0	0,001	0,083	0	0	0,051
<b>13. Sinto-me frustrado(a) com o meu emprego.</b>	Pearson Correlation	,517(**)	,544(**)	,430(**)	,454(**)	,505(**)	0,138
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,002	0,001	0	0,339
<b>14. Sinto que estou a trabalhar demasiado no meu emprego.</b>	Pearson Correlation	0,189	0,244	0,136	0,159	-0,015	-0,12
	Sig. (2-tailed)	0,189	0,087	0,346	0,269	0,919	0,406
<b>15. Não me interessa realmente o que acontece com alguns dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	0,271	,488(**)	,291(*)	,547(**)	,440(**)	0,145
	Sig. (2-tailed)	0,057	0	0,04	0	0,001	0,315
<b>16. Trabalhar directamente com pessoas gera-me demasiado "stress".</b>	Pearson Correlation	,575(**)	,574(**)	,464(**)	,547(**)	,472(**)	,296(*)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,001	0	0,001	0,037
<b>17. Sou capaz de criar facilmente um ambiente relaxado com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-0,27	-,373(**)	-0,166	-,411(**)	-,352(*)	0,131
	Sig. (2-tailed)	0,058	0,008	0,248	0,003	0,012	0,366
<b>18. Sinto-me contente depois de trabalhar "de perto" com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-0,244	-,409(**)	-0,142	-,378(**)	-,518(**)	-,347(*)
	Sig. (2-tailed)	0,088	0,003	0,326	0,007	0	0,014
<b>19. Neste emprego consegui muitas coisas que valeram a pena.</b>	Pearson Correlation	-,386(**)	-,364(**)	-0,191	-,309(*)	-,490(**)	-,292(*)
	Sig. (2-tailed)	0,006	0,009	0,185	0,029	0	0,039
<b>20. Sinto-me como se estivesse no limite das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	,470(**)	,311(*)	,383(**)	,364(**)	,360(*)	,299(*)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,028	0,006	0,009	0,01	0,035
<b>21. No meu trabalho lido muito calmamente com os problemas emocionais.</b>	Pearson Correlation	-,338(*)	-,348(*)	-0,243	-,343(*)	-,448(**)	-0,135
	Sig. (2-tailed)	0,016	0,013	0,089	0,015	0,001	0,348
<b>22. Sinto que os meus clientes/utentes me culpam por alguns dos seus problemas</b>	Pearson Correlation	,326(*)	,305(*)	0,085	0,225	0,275	0,19
	Sig. (2-tailed)	0,021	0,031	0,557	0,116	0,053	0,186
<b>Escala 1a-Locus (Contingência)</b>	Pearson Correlation	-0,154	-0,202	-0,174	-0,226	-,306(*)	-0,054
	Sig. (2-tailed)	0,285	0,159	0,228	0,115	0,031	0,71
<b>Escala 1b-Locus (Incontrolabilidade)</b>	Pearson Correlation	0,055	0,234	0,157	0,223	,307(*)	0,076
	Sig. (2-tailed)	0,704	0,103	0,277	0,12	0,03	0,601
<b>Escala 1c-Locus (Sorte)</b>	Pearson Correlation	0,262	,369(**)	0,227	,322(*)	0,199	0,044
	Sig. (2-tailed)	0,066	0,008	0,112	0,023	0,167	0,76
<b>Escala 2 (Auto-eficácia)</b>	Pearson Correlation	-,461(**)	-,446(**)	-,355(*)	-,350(*)	-,559(**)	-0,212
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,001	0,011	0,013	0	0,14
<b>Escala 3 (Êxito)</b>	Pearson Correlation	-,343(*)	-,372(**)	-,338(*)	-,426(**)	-,359(*)	-0,058
	Sig. (2-tailed)	0,015	0,008	0,016	0,002	0,01	0,691
<b>1. O que eu posso alcançar na minha vida terá muito a ver com o empenho que eu tenha.</b>	Pearson Correlation	0,111	0,021	0,02	-0,019	-0,087	0,056
	Sig. (2-tailed)	0,443	0,884	0,893	0,898	0,548	0,698
<b>2. São poucas as ocasiões em que duvido das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	-0,275	-0,274	-0,273	-0,268	-,354(*)	0,019
	Sig. (2-tailed)	0,054	0,055	0,055	0,059	0,012	0,898
<b>3. Não vale a pena em absoluto esforçar-me nem lutar neste mundo, tudo esta corrompido.</b>	Pearson Correlation	-0,078	0,159	0,056	0,153	0,27	0,157
	Sig. (2-tailed)	0,59	0,271	0,7	0,289	0,058	0,277

4. Normalmente, quando desejo algo penso que o vou conseguir.	Pearson Correlation	-0,254	-0,277	-0,235	-0,265	-0,167	-0,141
	Sig. (2-tailed)	0,075	0,051	0,1	0,063	0,248	0,329
5. O que pode acontecer na minha vida terá a ver com a sorte.	Pearson Correlation	0,066	0,157	0,045	0,227	-0,066	-0,167
	Sig. (2-tailed)	0,648	0,278	0,754	0,112	0,65	0,246
6. A minha vida depende dos meus actos.	Pearson Correlation	-0,05	-0,075	-0,035	-0,174	-0,242	-0,085
	Sig. (2-tailed)	0,729	0,607	0,809	0,227	0,091	0,556
7. Não importa que eu seja competente ou não, pois a maioria das coisas estão manipuladas.	Pearson Correlation	0,109	0,259	0,077	0,21	,365(**)	0,105
	Sig. (2-tailed)	0,451	0,069	0,597	0,144	0,009	0,469
8. Tenho grandes esperanças em conseguir as coisas que mais desejo.	Pearson Correlation	-,280(*)	-,382(**)	-,300(*)	-,454(**)	-,319(*)	-0,025
	Sig. (2-tailed)	0,049	0,006	0,035	0,001	0,024	0,861
9. Sem sorte pouco se pode conseguir na vida.	Pearson Correlation	0,245	,311(*)	0,226	0,247	,317(*)	0,157
	Sig. (2-tailed)	0,087	0,028	0,115	0,083	0,025	0,275
10. Sinto-me seguro das minhas capacidades para realizar bem as tarefas da vida diária.	Pearson Correlation	-,286(*)	-,384(**)	-0,226	-,396(**)	-,501(**)	-0,132
	Sig. (2-tailed)	0,044	0,006	0,115	0,004	0	0,361
11. Geralmente, o que me acontece na vida está estreitamente relacionado com o que faço.	Pearson Correlation	-,292(*)	-,284(*)	-0,219	-,318(*)	-,309(*)	-0,05
	Sig. (2-tailed)	0,04	0,046	0,126	0,024	0,029	0,729
12. Para quê enganarmo-nos! A única coisa que importa neste mundo são as influências.	Pearson Correlation	0,059	0,103	0,166	0,108	0,132	0,011
	Sig. (2-tailed)	0,682	0,478	0,249	0,455	0,362	0,937
13. Para puder alcançar as minhas metas precisarei de sorte.	Pearson Correlation	0,147	0,267	0,158	,313(*)	0,084	-0,086
	Sig. (2-tailed)	0,308	0,061	0,274	0,027	0,56	0,554
14. Raramente sou invadido (a) por pensamentos de insegurança em situações difíceis.	Pearson Correlation	-,380(**)	-0,248	-0,178	-0,108	-,366(**)	-,283(*)
	Sig. (2-tailed)	0,007	0,083	0,216	0,454	0,009	0,047
15. Se lutar e trabalhar arduamente poderei alcançar muitas coisas na vida.	Pearson Correlation	-0,229	-,287(*)	-,306(*)	-0,186	-,330(*)	-0,088
	Sig. (2-tailed)	0,109	0,043	0,031	0,195	0,019	0,545
16. Não importa o que eu valha, tudo está manipulado por pessoas com poder.	Pearson Correlation	0,093	0,236	0,213	0,252	0,223	-0,034
	Sig. (2-tailed)	0,519	0,099	0,138	0,078	0,119	0,813
17. Sou optimista no que respeita ao atingir das minhas metas.	Pearson Correlation	-,380(**)	-,419(**)	-,372(**)	-,430(**)	-,469(**)	-0,075
	Sig. (2-tailed)	0,006	0,002	0,008	0,002	0,001	0,604
18. Vejo-me com capacidades suficientes para enfrentar os problemas da vida.	Pearson Correlation	-,436(**)	-,473(**)	-,423(**)	-,353(*)	-,497(**)	-0,18
	Sig. (2-tailed)	0,002	0,001	0,002	0,012	0	0,21
19. Penso que terei êxito nas coisas que mais me importam na vida.	Pearson Correlation	-0,24	-0,17	-0,227	-0,27	-0,252	0,036
	Sig. (2-tailed)	0,093	0,239	0,112	0,058	0,078	0,806
20. Acredito muito na influência da sorte.	Pearson Correlation	0,253	,333(*)	0,169	,318(*)	0,25	0,102
	Sig. (2-tailed)	0,076	0,018	0,241	0,025	0,08	0,482
Sintomas Biológicos	Pearson Correlation	1	,794(**)	,744(**)	,725(**)	,590(**)	0,162
	Sig. (2-tailed)		0	0	0	0	0,262
Sintomas Cognitivos	Pearson Correlation	,794(**)	1	,698(**)	,807(**)	,698(**)	0,228
	Sig. (2-tailed)	0		0	0	0	0,111
Sintomas Interpessoais	Pearson Correlation	,744(**)	,698(**)	1	,675(**)	,532(**)	0,022
	Sig. (2-tailed)	0	0		0	0	0,877
Sintomas Desempenho de Tarefa	Pearson Correlation	,725(**)	,807(**)	,675(**)	1	,610(**)	0,125
	Sig. (2-tailed)	0	0	0		0	0,387
Incapacidades: Vida em Geral	Pearson Correlation	,590(**)	,698(**)	,532(**)	,610(**)	1	,499(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0		0
Incapacidades: Vida de Trabalho	Pearson Correlation	0,162	0,228	0,022	0,125	,499(**)	1
	Sig. (2-tailed)	0,262	0,111	0,877	0,387	0	
Incapacidades: Vida Social	Pearson Correlation	,775(**)	,746(**)	,603(**)	,691(**)	,663(**)	,469(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0	0	0,001
Incapacidades: Vida Familiar	Pearson Correlation	,535(**)	,548(**)	,418(**)	,546(**)	,756(**)	,631(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,003	0	0	0

<b>Factor 1</b>	Pearson Correlation	,625(**)	,484(**)	,460(**)	,705(**)	,368(**)	0,168
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,001	0	0,008	0,244
<b>Factor 2</b>	Pearson Correlation	0,225	,599(**)	,336(*)	,496(**)	,662(**)	0,195
	Sig. (2-tailed)	0,117	0	0,017	0	0	0,174
<b>Factor 3</b>	Pearson Correlation	,445(**)	,378(**)	0,051	0,12	0,264	0,028
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,007	0,725	0,406	0,064	0,848
<b>Factor 4</b>	Pearson Correlation	0,141	0,102	0,129	0,127	0,061	-0,019
	Sig. (2-tailed)	0,328	0,481	0,374	0,378	0,673	0,895
<b>Factor 5</b>	Pearson Correlation	,712(**)	,512(**)	,492(**)	,524(**)	,544(**)	0,141
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0	0	0,33
<b>Nota Global da depressão</b>	Pearson Correlation	,825(**)	,848(**)	,696(**)	,811(**)	,823(**)	0,257
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0	0	0,071

<b>Correlações (cont.)</b>									
		<b>Incapacidades: Vida Social</b>	<b>Incapacidades: Vida Familiar</b>	<b>Factor 1</b>	<b>Factor 2</b>	<b>Factor 3</b>	<b>Factor 4</b>	<b>Factor 5</b>	<b>Nota Global da depressão</b>
<b>Há quantas horas esta a trabalhar hoje?</b>	Pearson Correlation	0,142	0,139	0,098	0,209	0,131	0,033	0,174	0,253
	Sig. (2-tailed)	0,327	0,334	0,5	0,146	0,363	0,817	0,226	0,076
<b>Idade do Profissional</b>	Pearson Correlation	-0,15	-0,048	-0,131	0,086	-0,236	-,294(*)	-0,092	-0,121
	Sig. (2-tailed)	0,297	0,741	0,366	0,553	0,099	0,038	0,526	0,404
<b>Há quantos anos terminou o seu curso?</b>	Pearson Correlation	0,033	-0,015	0,036	0,144	-0,03	-0,259	-0,125	0,012
	Sig. (2-tailed)	0,818	0,918	0,803	0,317	0,835	0,069	0,387	0,935
<b>Há quantos anos exerce a sua profissão?</b>	Pearson Correlation	0,026	-0,047	0,026	0,13	-0,032	-0,237	-0,12	-0,002
	Sig. (2-tailed)	0,859	0,744	0,857	0,37	0,826	0,097	0,405	0,99
<b>nº de horas por semana em serviço directo a pessoas?</b>	Pearson Correlation	-,361(*)	-,294(*)	-,387(**)	-0,073	-0,173	-,427(**)	-,412(**)	-,478(**)
	Sig. (2-tailed)	0,01	0,038	0,005	0,613	0,23	0,002	0,003	0
<b>Somatório dos itens 1,2,3,6,8,13,14,16 e 20 - Exaustão emocional</b>	Pearson Correlation	,584(**)	,528(**)	,549(**)	0,272	,298(*)	0,08	,586(**)	,723(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0,056	0,036	0,581	0	0
<b>Somatório dos itens de Burnout 5, 10, 11, 15, 22 - Despersonalização</b>	Pearson Correlation	,472(**)	,591(**)	,452(**)	,423(**)	0,166	0,126	,449(**)	,582(**)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0	0,001	0,002	0,251	0,383	0,001	0
<b>Somatório de Burnout, itens 4,7,9,12,17,18,19 e 21 - Realização pessoal</b>	Pearson Correlation	-,385(**)	-,397(**)	-,378(**)	-,444(**)	-0,18	-0,002	-,341(*)	-,607(**)
	Sig. (2-tailed)	0,006	0,004	0,007	0,001	0,212	0,99	0,015	0
<b>1. Sinto-me emocionalmente insatisfeito(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	,571(**)	,515(**)	,460(**)	0,263	,386(**)	0,088	,582(**)	,678(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,001	0,065	0,006	0,544	0	0
<b>2. No final do meu dia de trabalho, sinto-me como se tivesse sido "usado(a)".</b>	Pearson Correlation	,432(**)	,483(**)	0,27	0,168	,321(*)	0,067	,537(**)	,568(**)
	Sig. (2-tailed)	0,002	0	0,058	0,243	0,023	0,646	0	0
<b>3. Sinto-me fatigado(a) quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no emprego.</b>	Pearson Correlation	,605(**)	,442(**)	,465(**)	0,171	,405(**)	0,196	,563(**)	,693(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,001	0,001	0,235	0,004	0,172	0	0
<b>4. Posso facilmente compreender como é que os meus clientes/utentes se sentem em relação às</b>	Pearson Correlation	0,009	-0,034	0,003	-0,206	0,121	-0,115	-0,05	-0,118
	Sig. (2-tailed)	0,952	0,813	0,985	0,15	0,403	0,425	0,732	0,414
<b>5. Sinto que trato alguns clientes/utentes como se fossem objectos impessoais.</b>	Pearson Correlation	,332(*)	,450(**)	0,277	0,194	0,131	0,006	,362(**)	,336(*)
	Sig. (2-tailed)	0,019	0,001	0,052	0,178	0,365	0,969	0,01	0,017
<b>6. Trabalhar com pessoas todo o dia, constitui realmente uma pressão para mim.</b>	Pearson Correlation	,360(*)	,353(*)	,379(**)	,295(*)	0,035	0,057	,284(*)	,421(**)
	Sig. (2-tailed)	0,01	0,012	0,007	0,038	0,812	0,696	0,046	0,002
<b>7. Lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus</b>	Pearson Correlation	-0,129	-0,163	-0,156	-,354(*)	0,054	,296(*)	-0,155	-,316(*)
	Sig. (2-tailed)	0,371	0,259	0,279	0,012	0,709	0,037	0,281	0,026

<b>clientes/utentes.</b>									
<b>8. Sinto-me esgotado(a) com o meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	,506(**)	,356(*)	,450(**)	0,255	0,186	0,103	,556(**)	,631(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,011	0,001	0,074	0,196	0,476	0	0
<b>9. Sinto que estou a influenciar positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho.</b>	Pearson Correlation	-,313(*)	-,0247	-,0238	-,359(*)	-,0171	-,0011	-,0054	-,378(**)
	Sig. (2-tailed)	0,027	0,084	0,096	0,01	0,234	0,937	0,709	0,007
<b>10. Tornei-me mais cruel com as pessoas desde que comecei a exercer esta profissão.</b>	Pearson Correlation	0,186	,442(**)	0,204	,437(**)	-,0033	0,079	0,134	,315(*)
	Sig. (2-tailed)	0,195	0,001	0,156	0,002	0,818	0,588	0,354	0,026
<b>11. Preocupa-me o facto deste trabalho me estar a tornar mais "duro" ou resistente do ponto de vista</b>	Pearson Correlation	,481(**)	,615(**)	,425(**)	,369(**)	0,082	0,121	,466(**)	,551(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,002	0,008	0,573	0,401	0,001	0
<b>12. Sinto-me com muitas energias.</b>	Pearson Correlation	-,548(**)	-,423(**)	-,471(**)	-,018	-,364(**)	-,0162	-,524(**)	-,651(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,002	0,001	0,211	0,009	0,261	0	0
<b>13. Sinto-me frustrado(a) com o meu emprego.</b>	Pearson Correlation	,480(**)	,523(**)	,512(**)	,307(*)	,292(*)	0,071	,357(*)	,648(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0,03	0,04	0,622	0,011	0
<b>14. Sinto que estou a trabalhar demasiado no meu emprego.</b>	Pearson Correlation	0,027	-,0047	0,068	-,0017	0,171	-,0126	0,168	0,13
	Sig. (2-tailed)	0,85	0,748	0,637	0,905	0,234	0,385	0,244	0,369
<b>15. Não me interessa realmente o que acontece com alguns dos meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	,410(**)	,333(*)	,433(**)	,460(**)	0,076	0,093	0,22	,535(**)
	Sig. (2-tailed)	0,003	0,018	0,002	0,001	0,598	0,519	0,124	0
<b>16. Trabalhar directamente com pessoas gera-me demasiado "stresse".</b>	Pearson Correlation	,530(**)	,491(**)	,565(**)	0,268	0,149	0,054	,404(**)	,578(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0,06	0,302	0,708	0,004	0
<b>17. Sou capaz de criar facilmente um ambiente relaxado com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-,0187	-,0233	-,298(*)	-,379(**)	-,0182	-,0134	-,0161	-,422(**)
	Sig. (2-tailed)	0,194	0,104	0,035	0,007	0,207	0,354	0,263	0,002
<b>18. Sinto-me contente depois de trabalhar "de perto" com os meus clientes/utentes.</b>	Pearson Correlation	-,0263	-,363(**)	-,324(*)	-,328(*)	-,0171	-,0113	-,284(*)	-,455(**)
	Sig. (2-tailed)	0,065	0,009	0,022	0,02	0,236	0,434	0,046	0,001
<b>19. Neste emprego consegui muitas coisas que valeram a pena.</b>	Pearson Correlation	-,362(**)	-,394(**)	-,0247	-,0251	-,0209	,296(*)	-,408(**)	-,477(**)
	Sig. (2-tailed)	0,01	0,005	0,083	0,079	0,146	0,037	0,003	0
<b>20. Sinto-me como se estivesse no limite das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	,400(**)	,447(**)	,485(**)	0,084	0,04	0,06	,442(**)	,465(**)
	Sig. (2-tailed)	0,004	0,001	0	0,563	0,785	0,677	0,001	0,001
<b>21. No meu trabalho lido muito calmamente com os problemas emocionais.</b>	Pearson Correlation	-,308(*)	-,308(*)	-,340(*)	-,347(*)	-,0099	-,0161	-,0224	-,493(**)
	Sig. (2-tailed)	0,029	0,03	0,016	0,014	0,494	0,265	0,118	0
<b>22. Sinto que os meus clientes/utentes me culpam por alguns dos seus problemas</b>	Pearson Correlation	,283(*)	,312(*)	,292(*)	0,125	,305(*)	0,151	,398(**)	,370(**)
	Sig. (2-tailed)	0,046	0,027	0,04	0,386	0,031	0,294	0,004	0,008
<b>Escala 1a-Locus (Contingência)</b>	Pearson Correlation	-,0161	-,0225	-,0185	-,286(*)	0,021	0,006	-,0183	-,294(*)
	Sig. (2-tailed)	0,263	0,116	0,198	0,044	0,888	0,965	0,203	0,038
<b>Escala 1b-Locus (Incontrolabilidade)</b>	Pearson Correlation	0,091	0,175	0,075	,404(**)	-,0078	-,014	-,0078	0,22
	Sig. (2-tailed)	0,53	0,223	0,603	0,004	0,592	0,334	0,591	0,126
<b>Escala 1c-Locus (Sorte)</b>	Pearson Correlation	0,25	0,231	,300(*)	,309(*)	0,075	-,0253	0,049	0,258
	Sig. (2-tailed)	0,08	0,107	0,034	0,029	0,602	0,076	0,736	0,07
<b>Escala 2 (Auto-eficácia)</b>	Pearson Correlation	-,412(**)	-,419(**)	-,285(*)	-,355(*)	-,0119	-,0049	-,551(**)	-,591(**)
	Sig. (2-tailed)	0,003	0,002	0,045	0,011	0,412	0,736	0	0
<b>Escala 3 (Êxito)</b>	Pearson Correlation	-,430(**)	-,349(*)	-,394(**)	-,290(*)	-,0141	0,009	-,0264	-,482(**)
	Sig. (2-tailed)	0,002	0,013	0,005	0,041	0,328	0,951	0,064	0

<b>1. O que eu posso alcançar na minha vida terá muito a ver com o empenho que eu tenha.</b>	Pearson Correlation	0,136	0,009	-0,039	-0,191	0,141	-0,077	0,057	-0,008
	Sig. (2-tailed)	0,345	0,952	0,789	0,185	0,33	0,594	0,692	0,955
<b>2. São poucas as ocasiões em que duvido das minhas capacidades.</b>	Pearson Correlation	-0,148	-0,217	-0,23	-0,205	-0,069	-0,076	-,325(*)	-,356(*)
	Sig. (2-tailed)	0,304	0,131	0,108	0,154	0,632	0,598	0,021	0,011
<b>3. Não vale a pena em absoluto esforçar-me nem lutar neste mundo, tudo esta corrompido.</b>	Pearson Correlation	-0,035	0,187	0,015	,426(**)	-0,206	-0,116	-0,173	0,124
	Sig. (2-tailed)	0,808	0,193	0,916	0,002	0,151	0,42	0,23	0,392
<b>4. Normalmente, quando desejo algo penso que o vou conseguir.</b>	Pearson Correlation	-,315(*)	-0,177	-,289(*)	-0,105	-0,153	0,021	-0,074	-,291(*)
	Sig. (2-tailed)	0,026	0,219	0,042	0,468	0,288	0,887	0,61	0,04
<b>5. O que pode acontecer na minha vida terá a ver com a sorte.</b>	Pearson Correlation	0,032	0,022	0,216	0,132	-0,024	-0,088	0,049	0,121
	Sig. (2-tailed)	0,823	0,877	0,132	0,361	0,867	0,543	0,737	0,401
<b>6. A minha vida depende dos meus actos.</b>	Pearson Correlation	-0,08	-0,189	-0,229	-,297(*)	0,137	-0,035	-0,068	-0,217
	Sig. (2-tailed)	0,58	0,188	0,11	0,037	0,344	0,807	0,638	0,129
<b>7. Não importa que eu seja competente ou não, pois a maioria das coisas estão manipuladas.</b>	Pearson Correlation	0,13	0,221	0,057	,325(*)	0,117	-0,058	0,072	,282(*)
	Sig. (2-tailed)	0,369	0,123	0,697	0,021	0,418	0,687	0,621	0,047
<b>8. Tenho grandes esperanças em conseguir as coisas que mais desejo.</b>	Pearson Correlation	-,452(**)	-,357(*)	-,390(**)	-,383(**)	-0,114	0,036	-0,206	-,478(**)
	Sig. (2-tailed)	0,001	0,011	0,005	0,006	0,429	0,806	0,152	0
<b>9. Sem sorte pouco se pode conseguir na vida.</b>	Pearson Correlation	0,205	0,258	0,205	,388(**)	0,005	-0,189	0,096	0,266
	Sig. (2-tailed)	0,154	0,07	0,153	0,005	0,972	0,188	0,507	0,062
<b>10. Sinto-me seguro das minhas capacidades para realizar bem as tarefas da vida diária.</b>	Pearson Correlation	-,302(*)	-,370(**)	-0,221	-,461(**)	-0,028	-0,023	-,402(**)	-,476(**)
	Sig. (2-tailed)	0,033	0,008	0,124	0,001	0,845	0,875	0,004	0
<b>11. Geralmente, o que me acontece na vida está estreitamente relacionado com o que faço.</b>	Pearson Correlation	-,303(*)	-0,272	-0,163	-0,162	-0,199	-0,091	-,325(*)	-,356(*)
	Sig. (2-tailed)	0,032	0,056	0,259	0,262	0,165	0,53	0,021	0,011
<b>12. Para quê enganarmo-nos! A única coisa que importa neste mundo são as influências.</b>	Pearson Correlation	0,088	0,079	0,103	0,194	-0,094	-0,078	-0,048	0,112
	Sig. (2-tailed)	0,545	0,584	0,476	0,177	0,517	0,591	0,739	0,44
<b>13. Para puder alcançar as minhas metas precisarei de sorte.</b>	Pearson Correlation	0,199	0,132	,313(*)	,279(*)	-0,047	-0,178	0,021	0,22
	Sig. (2-tailed)	0,167	0,361	0,027	0,05	0,745	0,217	0,885	0,124
<b>14. Raramente sou invadido (a) por pensamentos de insegurança em situações difíceis.</b>	Pearson Correlation	-,349(*)	-0,261	-0,13	-0,1	-0,173	0,048	-,453(**)	-,417(**)
	Sig. (2-tailed)	0,013	0,067	0,369	0,489	0,231	0,741	0,001	0,003
<b>15. Se lutar e trabalhar arduamente poderei alcançar muitas coisas na vida.</b>	Pearson Correlation	-0,233	-0,248	-0,156	-0,278	0,026	0,237	-0,217	-,336(*)
	Sig. (2-tailed)	0,104	0,083	0,28	0,05	0,858	0,097	0,129	0,017
<b>16. Não importa o que eu valha, tudo está manipulado por pessoas com poder.</b>	Pearson Correlation	0,117	0,076	0,071	,356(*)	-0,063	-0,2	-0,098	0,194
	Sig. (2-tailed)	0,419	0,602	0,626	0,011	0,665	0,165	0,497	0,178
<b>17. Sou optimista no que respeita ao atingir das minhas metas.</b>	Pearson Correlation	-,411(**)	-,398(**)	-,364(**)	-,320(*)	-0,142	0,015	-,355(*)	-,531(**)
	Sig. (2-tailed)	0,003	0,004	0,009	0,023	0,325	0,917	0,011	0
<b>18. Vejo-me com capacidades suficientes para enfrentar os problemas da vida.</b>	Pearson Correlation	-,415(**)	-,432(**)	-,312(*)	-,374(**)	-0,059	-0,124	-,471(**)	-,546(**)
	Sig. (2-tailed)	0,003	0,002	0,027	0,007	0,686	0,389	0,001	0
<b>19. Penso que terei êxito nas coisas que mais me importam na vida.</b>	Pearson Correlation	-0,258	-0,234	-0,271	-0,147	-0,068	-0,041	-0,25	-,310(*)
	Sig. (2-tailed)	0,07	0,102	0,057	0,309	0,637	0,775	0,08	0,028
<b>20. Acredito muito na influência da sorte.</b>	Pearson Correlation	0,237	,293(*)	,353(*)	0,278	0,111	-0,189	0,05	,280(*)
	Sig. (2-tailed)	0,098	0,039	0,012	0,05	0,443	0,189	0,728	0,049

<b>Sintomas Biológicos</b>	Pearson Correlation	,775(**)	,535(**)	,625(**)	0,225	,445(**)	0,141	,712(**)	,825(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0,117	0,001	0,328	0	0
<b>Sintomas Cognitivos</b>	Pearson Correlation	,746(**)	,548(**)	,484(**)	,599(**)	,378(**)	0,102	,512(**)	,848(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0	0,007	0,481	0	0
<b>Sintomas Interpessoais</b>	Pearson Correlation	,603(**)	,418(**)	,460(**)	,336(*)	0,051	0,129	,492(**)	,696(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0,003	0,001	0,017	0,725	0,374	0	0
<b>Sintomas Desempenho de Tarefa</b>	Pearson Correlation	,691(**)	,546(**)	,705(**)	,496(**)	0,12	0,127	,524(**)	,811(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0	0,406	0,378	0	0
<b>Incapacidades: Vida em Geral</b>	Pearson Correlation	,663(**)	,756(**)	,368(**)	,662(**)	0,264	0,061	,544(**)	,823(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,008	0	0,064	0,673	0	0
<b>Incapacidades: Vida de Trabalho</b>	Pearson Correlation	,469(**)	,631(**)	0,168	0,195	0,028	-0,019	0,141	0,257
	Sig. (2-tailed)	0,001	0	0,244	0,174	0,848	0,895	0,33	0,071
<b>Incapacidades: Vida Social</b>	Pearson Correlation	1	,728(**)	,617(**)	,399(**)	,385(**)	0,058	,534(**)	,853(**)
	Sig. (2-tailed)		0	0	0,004	0,006	0,688	0	0
<b>Incapacidades: Vida Familiar</b>	Pearson Correlation	,728(**)	1	,485(**)	,474(**)	0,131	-0,047	,478(**)	,679(**)
	Sig. (2-tailed)	0		0	0,001	0,365	0,746	0	0
<b>Factor 1</b>	Pearson Correlation	,617(**)	,485(**)	1	0,124	0,131	0,163	,317(*)	,659(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0		0,392	0,365	0,257	0,025	0
<b>Factor 2</b>	Pearson Correlation	,399(**)	,474(**)	0,124	1	-0,088	-0,113	0,207	,571(**)
	Sig. (2-tailed)	0,004	0,001	0,392		0,542	0,436	0,148	0
<b>Factor 3</b>	Pearson Correlation	,385(**)	0,131	0,131	-0,088	1	0,119	0,216	,351(*)
	Sig. (2-tailed)	0,006	0,365	0,365	0,542		0,409	0,131	0,013
<b>Factor 4</b>	Pearson Correlation	0,058	-0,047	0,163	-0,113	0,119	1	0,084	0,119
	Sig. (2-tailed)	0,688	0,746	0,257	0,436	0,409		0,562	0,41
<b>Factor 5</b>	Pearson Correlation	,534(**)	,478(**)	,317(*)	0,207	0,216	0,084	1	,662(**)
	Sig. (2-tailed)	0	0	0,025	0,148	0,131	0,562		0
<b>Nota Global da depressão</b>	Pearson Correlation	,853(**)	,679(**)	,659(**)	,571(**)	,351(*)	0,119	,662(**)	1
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0	0,013	0,41	0	

# Anexo 5

**Tabela A e B – Comparações entre os resultados médios e desvio padrão dos sujeitos do INEM e os resultados do sujeito da Consulta Externa, bem como as diferenças estatisticamente significativas.**

<b>TABELA A (Comparação de Médias)</b>	<b>Serviço em que trabalha?</b>	<b>N</b>	<b>Média</b>	<b>Desvio Padrão</b>	<b>Std. Error Mean</b>
<b>Há quantos anos terminou o seu curso?</b>	INEM - VMER	23	3,30	1,49	0,31
	Consulta Externa	27	3,44	1,53	0,29
<b>Há quantos anos exerce a sua profissão?</b>	INEM - VMER	23	3,35	1,80	0,38
	Consulta Externa	27	3,33	1,57	0,30
<b>Nº de horas por semana em serviço directo a pessoas?</b>	INEM - VMER	23	3,91	1,86	0,39
	Consulta Externa	27	2,30	1,96	0,38
<b>Somatório dos itens 1,2,3,6,8,13,14,16 e 20 - Exaustão emocional</b>	INEM - VMER	23	9,57	4,57	0,95
	Consulta Externa	27	23,30	11,44	2,20
<b>Somatório dos itens de Burnout 5, 10, 11, 15, 22 - Despersonalização</b>	INEM - VMER	23	3,96	3,46	0,72
	Consulta Externa	27	6,85	6,52	1,25
<b>Somatório de Burnout, itens 4,7,9,12,17,18,19 e 21 - Realização pessoal</b>	INEM - VMER	23	40,52	6,49	1,35
	Consulta Externa	27	33,33	9,48	1,82
<b>1. Sinto-me emocionalmente insatisfeito(a) com o meu trabalho.</b>	INEM - VMER	23	0,91	0,67	0,14
	Consulta Externa	27	2,59	1,80	0,35
<b>2. No final do meu dia de trabalho, sinto-me como se tivesse sido "usado(a)".</b>	INEM - VMER	23	0,74	0,62	0,13
	Consulta Externa	27	2,19	1,86	0,36
<b>3. Sinto-me fatigado(a) quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no emprego.</b>	INEM - VMER	23	1,09	0,79	0,17
	Consulta Externa	27	2,67	1,73	0,33
<b>4. Posso facilmente compreender como é que os meus clientes/utentes se sentem em relação às</b>	INEM - VMER	23	4,83	1,92	0,40
	Consulta Externa	27	4,81	1,14	0,22
<b>5. Sinto que trato alguns clientes/utentes como se fossem objectos impessoais.</b>	INEM - VMER	23	0,91	1,38	0,29
	Consulta Externa	27	1,11	1,67	0,32
<b>6. Trabalhar com pessoas todo o dia, constitui realmente uma pressão para mim.</b>	INEM - VMER	23	0,91	1,59	0,33
	Consulta Externa	27	2,37	1,98	0,38
<b>7. Lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus clientes/utentes.</b>	INEM - VMER	23	4,70	1,84	0,38
	Consulta Externa	27	3,70	2,00	0,38
<b>8. Sinto-me esgotado(a) com o meu trabalho.</b>	INEM - VMER	23	1,13	1,01	0,21
	Consulta Externa	27	2,96	2,01	0,39
<b>9. Sinto que estou a influenciar positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho.</b>	INEM - VMER	23	5,39	1,34	0,28
	Consulta Externa	27	4,56	1,78	0,34
<b>10. Tornei-me mais cruel com as pessoas desde que comecei a exercer esta profissão.</b>	INEM - VMER	23	0,52	0,90	0,19
	Consulta Externa	27	0,81	1,49	0,29
<b>11. Preocupa-me o facto deste trabalho me estar a tornar mais "duro" ou resistente do ponto de vista</b>	INEM - VMER	23	0,91	1,28	0,27
	Consulta Externa	27	1,59	1,85	0,36
<b>12. Sinto-me com muitas energias.</b>	INEM - VMER	23	5,30	0,88	0,18
	Consulta Externa	27	3,67	1,62	0,31
<b>13. Sinto-me frustrado(a) com o meu emprego.</b>	INEM - VMER	23	0,87	1,06	0,22
	Consulta Externa	27	2,37	1,82	0,35
<b>14. Sinto que estou a trabalhar demasiado no meu emprego.</b>	INEM - VMER	23	2,43	2,11	0,44
	Consulta Externa	27	3,70	1,98	0,38
<b>15. Não me interessa realmente o que acontece com alguns dos meus clientes/utentes.</b>	INEM - VMER	23	0,39	0,84	0,17
	Consulta Externa	27	1,26	1,72	0,33
<b>16. Trabalhar directamente com pessoas gera-me demasiado "stress".</b>	INEM - VMER	23	0,74	1,01	0,21
	Consulta Externa	27	2,19	1,78	0,34

<b>17. Sou capaz de criar facilmente um ambiente relaxado com os meus clientes/utentes.</b>	INEM - VMER	23	5,13	1,22	0,25
	Consulta Externa	27	4,41	1,47	0,28
<b>18. Sinto-me contente depois de trabalhar “de perto” com os meus clientes/utentes.</b>	INEM - VMER	23	5,35	1,11	0,23
	Consulta Externa	27	4,33	1,84	0,35
<b>19. Neste emprego consegui muitas coisas que valeram a pena.</b>	INEM - VMER	23	5,39	1,20	0,25
	Consulta Externa	27	3,89	1,74	0,33
<b>20. Sinto-me como se estivesse no limite das minhas capacidades.</b>	INEM - VMER	23	0,74	1,05	0,22
	Consulta Externa	27	2,26	1,63	0,31
<b>21. No meu trabalho lido muito calmamente com os problemas emocionais.</b>	INEM - VMER	23	4,43	1,83	0,38
	Consulta Externa	27	3,96	1,68	0,32
<b>22. Sinto que os meus clientes/utentes me culpam por alguns dos seus problemas</b>	INEM - VMER	23	1,22	1,28	0,27
	Consulta Externa	27	2,07	1,86	0,36
<b>Escala 1a-Locus (Contingência)</b>	INEM - VMER	23	31,35	6,40	1,33
	Consulta Externa	27	29,63	3,96	0,76
<b>Escala 1b-Locus (Incontrolabilidade)</b>	INEM - VMER	23	13,26	8,75	1,82
	Consulta Externa	27	14,93	6,91	1,33
<b>Escala 1c-Locus (Sorte)</b>	INEM - VMER	23	19,43	4,42	0,92
	Consulta Externa	27	21,67	4,85	0,93
<b>Escala 2 (Auto-Eficácia)</b>	INEM - VMER	23	30,70	5,29	1,10
	Consulta Externa	27	26,93	5,86	1,13
<b>Escala 3 (Êxito)</b>	INEM - VMER	23	31,74	5,82	1,21
	Consulta Externa	27	27,93	5,59	1,08
<b>1. O que eu posso alcançar na minha vida terá muito a ver com o empenho que eu tenha.</b>	INEM - VMER	23	8,00	1,95	0,41
	Consulta Externa	27	8,26	0,98	0,19
<b>2. São poucas as ocasiões em que duvido das minhas capacidades.</b>	INEM - VMER	23	7,57	1,67	0,35
	Consulta Externa	27	6,96	1,48	0,28
<b>3. Não vale a pena em absoluto esforçar-me nem lutar neste mundo, tudo esta corrompido.</b>	INEM - VMER	23	2,96	2,55	0,53
	Consulta Externa	27	2,96	2,49	0,48
<b>4. Normalmente, quando desejo algo penso que o vou conseguir.</b>	INEM - VMER	23	7,70	1,64	0,34
	Consulta Externa	27	6,96	1,65	0,32
<b>5. O que pode acontecer na minha vida terá a ver com a sorte.</b>	INEM - VMER	23	3,17	2,19	0,46
	Consulta Externa	27	4,44	1,72	0,33
<b>6. A minha vida depende dos meus actos.</b>	INEM - VMER	23	7,83	1,87	0,39
	Consulta Externa	27	7,41	1,37	0,26
<b>7. Não importa que eu seja competente ou não, pois a maioria das coisas estão manipuladas.</b>	INEM - VMER	23	3,35	2,53	0,53
	Consulta Externa	27	4,37	2,22	0,43
<b>8. Tenho grandes esperanças em conseguir as coisas que mais desejo.</b>	INEM - VMER	23	8,04	1,49	0,31
	Consulta Externa	27	7,19	2,24	0,43
<b>9. Sem sorte pouco se pode conseguir na vida.</b>	INEM - VMER	23	3,91	2,07	0,43
	Consulta Externa	27	4,59	2,00	0,39
<b>10. Sinto-me seguro das minhas capacidades para realizar bem as tarefas da vida diária.</b>	INEM - VMER	23	8,26	1,76	0,37
	Consulta Externa	27	7,52	1,58	0,30
<b>11. Geralmente, o que me acontece na vida está estreitamente relacionado com o que faço.</b>	INEM - VMER	23	7,43	1,80	0,38
	Consulta Externa	27	6,63	1,80	0,35
<b>12. Para quê enganarmo-nos! A única coisa que importa neste mundo são as influências.</b>	INEM - VMER	23	3,48	2,48	0,52
	Consulta Externa	27	3,85	2,32	0,45

<b>13. Para poder alcançar as minhas metas precisarei de sorte.</b>	INEM - VMER	23	4,00	2,04	0,43
	Consulta Externa	27	4,78	2,12	0,41
<b>14. Raramente sou invadido (a) por pensamentos de insegurança em situações difíceis.</b>	INEM - VMER	23	6,74	2,42	0,50
	Consulta Externa	27	5,52	2,38	0,46
<b>15. Se lutar e trabalhar arduamente poderei alcançar muitas coisas na vida.</b>	INEM - VMER	23	8,09	1,53	0,32
	Consulta Externa	27	7,33	1,54	0,30
<b>16. Não importa o que eu valha, tudo está manipulado por pessoas com poder.</b>	INEM - VMER	23	3,48	2,41	0,50
	Consulta Externa	27	3,74	2,33	0,45
<b>17. Sou optimista no que respeita ao atingir das minhas metas.</b>	INEM - VMER	23	7,78	1,48	0,31
	Consulta Externa	27	6,89	1,69	0,33
<b>18. Vejo-me com capacidades suficientes para enfrentar os problemas da vida.</b>	INEM - VMER	23	8,13	1,66	0,35
	Consulta Externa	27	6,93	2,06	0,40
<b>19. Penso que terei êxito nas coisas que mais me importam na vida.</b>	INEM - VMER	23	8,22	1,51	0,31
	Consulta Externa	27	6,89	1,91	0,37
<b>20. Acredito muito na influência da sorte.</b>	INEM - VMER	23	3,70	1,89	0,39
	Consulta Externa	27	4,89	2,03	0,39
<b>Nota Global da depressão</b>	INEM - VMER	23	4,17	4,14	0,86
	Consulta Externa	27	16,33	10,70	2,06
<b>Idade do Profissional</b>	INEM - VMER	23	39,00	9,61	2,00
	Consulta Externa	27	38,96	8,75	1,68
<b>Sintomas Biológicos</b>	INEM - VMER	23	0,27	0,27	0,06
	Consulta Externa	27	1,01	0,61	0,12
<b>Sintomas Cognitivos</b>	INEM - VMER	23	0,29	0,27	0,06
	Consulta Externa	27	0,76	0,45	0,09
<b>Sintomas Interpessoais</b>	INEM - VMER	23	0,13	0,26	0,05
	Consulta Externa	27	0,64	0,64	0,12
<b>Sintomas Desempenho de Tarefa</b>	INEM - VMER	23	0,10	0,16	0,03
	Consulta Externa	27	0,62	0,53	0,10
<b>Incapacidades: Vida em Geral</b>	INEM - VMER	23	0,25	0,24	0,05
	Consulta Externa	27	0,60	0,45	0,09
<b>Incapacidades: Vida de Trabalho</b>	INEM - VMER	23	1,02	0,42	0,09
	Consulta Externa	27	1,15	0,32	0,06
<b>Incapacidades: Vida Social</b>	INEM - VMER	23	0,91	0,34	0,07
	Consulta Externa	27	1,38	0,43	0,08
<b>Incapacidades: Vida Familiar</b>	INEM - VMER	23	0,67	0,29	0,06
	Consulta Externa	27	0,98	0,39	0,08
<b>Factor 1</b>	INEM - VMER	23	0,11	0,37	0,08
	Consulta Externa	27	0,66	0,61	0,12
<b>Factor 2</b>	INEM - VMER	23	0,14	0,31	0,06
	Consulta Externa	27	0,35	0,73	0,14
<b>Factor 3</b>	INEM - VMER	23	0,30	0,47	0,10
	Consulta Externa	27	0,52	0,42	0,08
<b>Factor 4</b>	INEM - VMER	23	0,31	0,57	0,12
	Consulta Externa	27	-4,30	26,53	5,11
<b>Factor 5</b>	INEM - VMER	23	0,03	0,22	0,05
	Consulta Externa	27	0,71	0,80	0,15

<b>TABELA B (Diferenças estatísticas das médias)</b>	<i>Levene's Test for Equality of Variances</i>		<i>t-test for Equality of Means</i>						
	<i>F</i>	<i>Sig.</i>	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>Sig. (2-tailed)</i>	<i>Mean Difference</i>	<i>Std. Error Difference</i>	<i>95% Confidence Interval of the Difference</i>	
								<i>Lower</i>	<i>Upper</i>
<b>Há quantos anos terminou o seu curso?</b>	0,00	0,98	-0,33	48,00	0,75	-0,14	0,43	-1,00	0,72
			-0,33	47,09	0,74	-0,14	0,43	-1,00	0,72
<b>Há quantos anos exerce a sua profissão?</b>	0,92	0,34	0,03	48,00	0,98	0,01	0,48	-0,94	0,97
			0,03	44,08	0,98	0,01	0,48	-0,96	0,98
<b>Nº de horas por semana em serviço directo a pessoas?</b>	0,00	0,97	2,98	48,00	0,00	1,62	0,54	0,53	2,71
			2,99	47,42	0,00	1,62	0,54	0,53	2,70
<b>Somatório dos itens 1,2,3,6,8,13,14,16 e 20 - Exaustão emocional</b>	30,97	0,00	-5,39	48,00	0,00	-13,73	2,55	-18,85	-8,61
			-5,72	35,19	0,00	-13,73	2,40	-18,60	-8,86
<b>Somatório dos itens de Burnout 5, 10, 11, 15, 22 - Despersonalização</b>	10,59	0,00	-1,91	48,00	0,06	-2,90	1,52	-5,94	0,15
			-2,00	40,75	0,05	-2,90	1,45	-5,82	0,03
<b>Somatório de Burnout, itens 4,7,9,12,17,18,19 e 21 - Realização pessoal</b>	1,79	0,19	3,07	48,00	0,00	7,19	2,34	2,48	11,89
			3,16	46,03	0,00	7,19	2,27	2,62	11,76
<b>1. Sinto-me emocionalmente insatisfeito(a) com o meu trabalho.</b>	54,97	0,00	-4,22	48,00	0,00	-1,68	0,40	-2,48	-0,88
			-4,49	34,02	0,00	-1,68	0,37	-2,44	-0,92
<b>2. No final do meu dia de trabalho, sinto-me como se tivesse sido “usado(a)”.</b>	35,21	0,00	-3,56	48,00	0,00	-1,45	0,41	-2,26	-0,63
			-3,80	32,55	0,00	-1,45	0,38	-2,22	-0,67
<b>3. Sinto-me fatigado(a) quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no emprego.</b>	19,18	0,00	-4,03	48,00	0,00	-1,58	0,39	-2,37	-0,79
			-4,25	37,67	0,00	-1,58	0,37	-2,33	-0,83
<b>4. Posso facilmente compreender como é que os meus clientes/utentes se sentem em relação às</b>	2,47	0,12	0,03	48,00	0,98	0,01	0,44	-0,87	0,90
			0,02	34,63	0,98	0,01	0,46	-0,92	0,94
<b>5. Sinto que trato alguns clientes/utentes como se fossem objectos impessoais.</b>	0,71	0,40	-0,45	48,00	0,65	-0,20	0,44	-1,08	0,68
			-0,46	47,96	0,65	-0,20	0,43	-1,07	0,67
<b>6. Trabalhar com pessoas todo o dia, constitui realmente uma pressão para mim.</b>	5,19	0,03	-2,83	48,00	0,01	-1,46	0,52	-2,49	-0,42
			-2,88	47,85	0,01	-1,46	0,51	-2,47	-0,44
<b>7. Lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus clientes/utentes.</b>	2,34	0,13	1,81	48,00	0,08	0,99	0,55	-0,11	2,09
			1,82	47,66	0,07	0,99	0,54	-0,10	2,09
<b>8. Sinto-me esgotado(a) com o meu trabalho.</b>	28,15	0,00	-3,96	48,00	0,00	-1,83	0,46	-2,76	-0,90
			-4,16	39,67	0,00	-1,83	0,44	-2,72	-0,94
<b>9. Sinto que estou a influenciar positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho.</b>	4,41	0,04	1,85	48,00	0,07	0,84	0,45	-0,07	1,75
			1,89	47,32	0,07	0,84	0,44	-0,05	1,73

<b>10. Tornei-me mais cruel com as pessoas desde que comecei a exercer esta profissão.</b>	4,37	0,04	-0,82	48,00	0,42	-0,29	0,36	-1,01	0,42
			-0,85	43,48	0,40	-0,29	0,34	-0,98	0,40
<b>11. Preocupa-me o facto deste trabalho me estar a tornar mais "duro" ou resistente do ponto de vista</b>	3,83	0,06	-1,49	48,00	0,14	-0,68	0,46	-1,60	0,24
			-1,53	46,19	0,13	-0,68	0,44	-1,57	0,21
<b>12. Sinto-me com muitas energias.</b>	11,12	0,00	4,34	48,00	0,00	1,64	0,38	0,88	2,40
			4,54	41,21	0,00	1,64	0,36	0,91	2,37
<b>13. Sinto-me frustrado(a) com o meu emprego.</b>	11,38	0,00	-3,48	48,00	0,00	-1,50	0,43	-2,37	-0,63
			-3,62	42,74	0,00	-1,50	0,41	-2,34	-0,67
<b>14. Sinto que estou a trabalhar demasiado no meu emprego.</b>	0,15	0,70	-2,19	48,00	0,03	-1,27	0,58	-2,43	-0,11
			-2,18	45,65	0,03	-1,27	0,58	-2,44	-0,10
<b>15. Não me interessa realmente o que acontece com alguns dos meus clientes/utentes.</b>	9,94	0,00	-2,20	48,00	0,03	-0,87	0,39	-1,66	-0,08
			-2,32	38,92	0,03	-0,87	0,37	-1,63	-0,11
<b>16. Trabalhar directamente com pessoas gera-me demasiado "stress".</b>	21,52	0,00	-3,45	48,00	0,00	-1,45	0,42	-2,29	-0,60
			-3,60	42,27	0,00	-1,45	0,40	-2,26	-0,64
<b>17. Sou capaz de criar facilmente um ambiente relaxado com os meus clientes/utentes.</b>	2,52	0,12	1,87	48,00	0,07	0,72	0,39	-0,05	1,50
			1,90	47,96	0,06	0,72	0,38	-0,04	1,49
<b>18. Sinto-me contente depois de trabalhar "de perto" com os meus clientes/utentes.</b>	10,19	0,00	2,31	48,00	0,03	1,01	0,44	0,13	1,90
			2,40	43,61	0,02	1,01	0,42	0,16	1,87
<b>19. Neste emprego consegui muitas coisas que valeram a pena.</b>	7,43	0,01	3,50	48,00	0,00	1,50	0,43	0,64	2,37
			3,60	46,09	0,00	1,50	0,42	0,66	2,34
<b>20. Sinto-me como se estivesse no limite das minhas capacidades.</b>	9,13	0,00	-3,84	48,00	0,00	-1,52	0,40	-2,32	-0,72
			-3,97	44,96	0,00	-1,52	0,38	-2,29	-0,75
<b>21. No meu trabalho lido muito calmamente com os problemas emocionais.</b>	0,01	0,91	0,95	48,00	0,35	0,47	0,50	-0,53	1,47
			0,94	45,15	0,35	0,47	0,50	-0,53	1,48
<b>22. Sinto que os meus clientes/utentes me culpam por alguns dos seus problemas</b>	6,82	0,01	-1,87	48,00	0,07	-0,86	0,46	-1,78	0,07
			-1,92	46,08	0,06	-0,86	0,45	-1,75	0,04
<b>Escala 1a-Locus (Contingência)</b>	0,22	0,64	1,16	48,00	0,25	1,72	1,48	-1,26	4,70
			1,12	35,51	0,27	1,72	1,54	-1,40	4,84
<b>Escala 1b-Locus (Incontrolabilidade)</b>	0,16	0,70	-0,75	48,00	0,46	-1,67	2,21	-6,12	2,79
			-0,74	41,62	0,46	-1,67	2,26	-6,22	2,89
<b>Escala 1c-Locus (Sorte)</b>	0,40	0,53	-1,69	48,00	0,10	-2,23	1,32	-4,89	0,43
			-1,70	47,76	0,10	-2,23	1,31	-4,87	0,41
<b>Escala 2 (Auto-Eficácia)</b>	0,97	0,33	2,37	48,00	0,02	3,77	1,59	0,57	6,97
			2,39	47,82	0,02	3,77	1,58	0,60	6,94
<b>Escala 3 (Êxito)</b>	1,15	0,29	2,36	48,00	0,02	3,81	1,62	0,56	7,06
			2,35	46,09	0,02	3,81	1,62	0,55	7,08

<b>1. O que eu posso alcançar na minha vida terá muito a ver com o empenho que eu tenha.</b>	2,67	0,11	-0,61	48,00	0,55	-0,26	0,43	-1,12	0,60
			-0,58	31,30	0,57	-0,26	0,45	-1,18	0,66
<b>2. São poucas as ocasiões em que duvido das minhas capacidades.</b>	0,03	0,87	1,35	48,00	0,18	0,60	0,45	-0,29	1,50
			1,34	44,40	0,19	0,60	0,45	-0,31	1,51
<b>3. Não vale a pena em absoluto esforçar-me nem lutar neste mundo, tudo esta corrompido.</b>	0,16	0,69	-0,01	48,00	0,99	-0,01	0,71	-1,44	1,43
			-0,01	46,36	0,99	-0,01	0,72	-1,45	1,43
<b>4. Normalmente, quando desejo algo penso que o vou conseguir.</b>	0,40	0,53	1,57	48,00	0,12	0,73	0,47	-0,21	1,67
			1,57	46,89	0,12	0,73	0,47	-0,21	1,67
<b>5. O que pode acontecer na minha vida terá a ver com a sorte.</b>	1,27	0,27	-2,30	48,00	0,03	-1,27	0,55	-2,38	-0,16
			-2,26	41,48	0,03	-1,27	0,56	-2,41	-0,13
<b>6. A minha vida depende dos meus actos.</b>	0,01	0,94	0,91	48,00	0,37	0,42	0,46	-0,51	1,34
			0,89	39,56	0,38	0,42	0,47	-0,53	1,37
<b>7. Não importa que eu seja competente ou não, pois a maioria das coisas estão manipuladas.</b>	0,59	0,45	-1,52	48,00	0,13	-1,02	0,67	-2,37	0,33
			-1,50	44,21	0,14	-1,02	0,68	-2,39	0,35
<b>8. Tenho grandes esperanças em conseguir as coisas que mais desejo.</b>	5,15	0,03	1,57	48,00	0,12	0,86	0,55	-0,24	1,96
			1,62	45,56	0,11	0,86	0,53	-0,21	1,93
<b>9. Sem sorte pouco se pode conseguir na vida.</b>	0,02	0,88	-1,18	48,00	0,24	-0,68	0,58	-1,84	0,48
			-1,18	46,27	0,25	-0,68	0,58	-1,84	0,48
<b>10. Sinto-me seguro das minhas capacidades para realizar bem as tarefas da vida diária.</b>	0,19	0,66	1,57	48,00	0,12	0,74	0,47	-0,21	1,69
			1,56	44,66	0,13	0,74	0,48	-0,22	1,70
<b>11. Geralmente, o que me acontece na vida está estreitamente relacionado com o que faço.</b>	0,43	0,52	1,57	48,00	0,12	0,81	0,51	-0,22	1,83
			1,57	46,71	0,12	0,81	0,51	-0,22	1,83
<b>12. Para quê enganarmo-nos! A única coisa que importa neste mundo são as influências.</b>	0,19	0,67	-0,55	48,00	0,58	-0,37	0,68	-1,74	0,99
			-0,55	45,52	0,59	-0,37	0,68	-1,75	1,00
<b>13. Para puder alcançar as minhas metas precisarei de sorte.</b>	0,08	0,78	-1,31	48,00	0,19	-0,78	0,59	-1,97	0,41
			-1,32	47,22	0,19	-0,78	0,59	-1,96	0,41
<b>14. Raramente sou invadido (a) por pensamentos de insegurança em situações difíceis.</b>	0,02	0,89	1,80	48,00	0,08	1,22	0,68	-0,15	2,59
			1,79	46,48	0,08	1,22	0,68	-0,15	2,59
<b>15. Se lutar e trabalhar arduamente poderei alcançar muitas coisas na vida.</b>	0,91	0,34	1,72	48,00	0,09	0,75	0,44	-0,12	1,63
			1,73	46,83	0,09	0,75	0,44	-0,13	1,63
<b>16. Não importa o que eu valha, tudo está manipulado por pessoas com poder.</b>	0,05	0,83	-0,39	48,00	0,70	-0,26	0,67	-1,61	1,09
			-0,39	46,20	0,70	-0,26	0,67	-1,62	1,09
<b>17. Sou optimista no que respeita ao atingir das minhas metas.</b>	3,13	0,08	1,97	48,00	0,05	0,89	0,45	-0,02	1,81
			1,99	47,97	0,05	0,89	0,45	-0,01	1,80
<b>18. Vejo-me com capacidades suficientes para enfrentar os problemas da vida.</b>	6,36	0,02	2,25	48,00	0,03	1,20	0,53	0,13	2,28
			2,29	47,88	0,03	1,20	0,53	0,15	2,26

<b>19. Penso que terei êxito nas coisas que mais me importam na vida.</b>	2,14	0,15	2,70	48,00	0,01	1,33	0,49	0,34	2,32
			2,75	47,75	0,01	1,33	0,48	0,36	2,30
<b>20. Acredito muito na influência da sorte.</b>	0,00	0,95	-2,14	48,00	0,04	-1,19	0,56	-2,31	-0,07
			-2,15	47,56	0,04	-1,19	0,55	-2,31	-0,08
<b>Nota Global da depressão</b>	22,80	0,00	-5,13	48,00	0,00	-12,16	2,37	-16,93	-7,39
			-5,45	34,69	0,00	-12,16	2,23	-16,69	-7,63
<b>Idade do Profissional</b>	0,14	0,71	0,01	48,00	0,99	0,04	2,60	-5,19	5,26
			0,01	45,04	0,99	0,04	2,62	-5,23	5,31
<b>Sintomas Biológicos</b>	13,89	0,00	-5,38	48,00	0,00	-0,74	0,14	-1,02	-0,47
			-5,68	36,83	0,00	-0,74	0,13	-1,01	-0,48
<b>Sintomas Cognitivos</b>	12,10	0,00	-4,45	48,00	0,00	-0,48	0,11	-0,69	-0,26
			-4,63	43,02	0,00	-0,48	0,10	-0,68	-0,27
<b>Sintomas Interpessoais</b>	11,67	0,00	-3,59	48,00	0,00	-0,51	0,14	-0,80	-0,22
			-3,80	35,53	0,00	-0,51	0,13	-0,79	-0,24
<b>Sintomas Desempenho de Tarefa</b>	39,03	0,00	-4,51	48,00	0,00	-0,52	0,12	-0,76	-0,29
			-4,82	31,62	0,00	-0,52	0,11	-0,74	-0,30
<b>Incapacidades: Vida em Geral</b>	12,31	0,00	-3,34	48,00	0,00	-0,35	0,10	-0,56	-0,14
			-3,49	41,19	0,00	-0,35	0,10	-0,55	-0,15
<b>Incapacidades: Vida de Trabalho</b>	1,03	0,31	-1,25	48,00	0,22	-0,13	0,10	-0,34	0,08
			-1,22	40,70	0,23	-0,13	0,11	-0,34	0,08
<b>Incapacidades: Vida Social</b>	2,68	0,11	-4,27	48,00	0,00	-0,48	0,11	-0,70	-0,25
			-4,35	47,78	0,00	-0,48	0,11	-0,70	-0,26
<b>Incapacidades: Vida Familiar</b>	6,42	0,01	-3,07	48,00	0,00	-0,30	0,10	-0,50	-0,10
			-3,14	47,00	0,00	-0,30	0,10	-0,50	-0,11
<b>Factor 1</b>	4,88	0,03	-3,72	48,00	0,00	-0,54	0,15	-0,84	-0,25
			-3,86	43,64	0,00	-0,54	0,14	-0,83	-0,26
<b>Factor 2</b>	19,98	0,00	-1,24	48,00	0,22	-0,20	0,16	-0,53	0,13
			-1,32	36,00	0,20	-0,20	0,15	-0,52	0,11
<b>Factor 3</b>	0,06	0,81	-1,82	48,00	0,08	-0,23	0,13	-0,48	0,02
			-1,80	44,96	0,08	-0,23	0,13	-0,48	0,03
<b>Factor 4</b>	3,33	0,07	0,83	48,00	0,41	4,62	5,54	-6,53	15,76
			0,90	26,03	0,37	4,62	5,11	-5,88	15,11
<b>Factor 5</b>	37,93	0,00	-3,92	48,00	0,00	-0,68	0,17	-1,03	-0,33
			-4,21	30,44	0,00	-0,68	0,16	-1,01	-0,35

# Anexo 6

**Tabelas C e D – Comparações entre os resultados médios e desvio padrão dos Enfermeiros e Médicos (independentemente do serviço em que trabalham), bem como as diferenças estatisticamente significativas.**

<b>TABELA C (Comparação de Médias)</b>	<b>Enfermeiro ou Médico</b>	<b>N</b>	<b>Média</b>	<b>Desvio Padrão</b>	<b>Std. Error Mean</b>
<b>Há quantos anos terminou o seu curso?</b>	Enfermeiro	29	3,07	1,31	0,24
	Médico	21	3,81	1,66	0,36
<b>Há quantos anos exerce a sua profissão?</b>	Enfermeiro	29	3,21	1,50	0,28
	Médico	21	3,52	1,89	0,41
<b>Nº de horas por semana em serviço directo a pessoas?</b>	Enfermeiro	29	2,24	1,30	0,24
	Médico	21	4,14	2,41	0,53
<b>Somatório dos itens 1,2,3,6,8,13,14,16 e 20 - Exaustão emocional</b>	Enfermeiro	29	17,41	10,66	1,98
	Médico	21	16,38	12,28	2,68
<b>Somatório dos itens de Burnout 5, 10, 11, 15, 22 - Despersonalização</b>	Enfermeiro	29	6,34	5,69	1,06
	Médico	21	4,38	5,09	1,11
<b>Somatório de Burnout, itens 4,7,9,12,17,18,19 e 21 - Realização pessoal</b>	Enfermeiro	29	35,00	9,67	1,79
	Médico	21	38,90	7,43	1,62
<b>1. Sinto-me emocionalmente insatisfeito(a) com o meu trabalho.</b>	Enfermeiro	29	1,83	1,56	0,29
	Médico	21	1,81	1,75	0,38
<b>2. No final do meu dia de trabalho, sinto-me como se tivesse sido “usado(a)”.</b>	Enfermeiro	29	1,45	1,50	0,28
	Médico	21	1,62	1,75	0,38
<b>3. Sinto-me fatigado(a) quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no emprego.</b>	Enfermeiro	29	2,03	1,55	0,29
	Médico	21	1,81	1,66	0,36
<b>4. Posso facilmente compreender como é que os meus clientes/utentes se sentem em relação às</b>	Enfermeiro	29	4,90	1,29	0,24
	Médico	21	4,71	1,85	0,40
<b>5. Sinto que trato alguns clientes/utentes como se fossem objectos impessoais.</b>	Enfermeiro	29	1,10	1,63	0,30
	Médico	21	0,90	1,41	0,31
<b>6. Trabalhar com pessoas todo o dia, constitui realmente uma pressão para mim.</b>	Enfermeiro	29	1,69	1,81	0,34
	Médico	21	1,71	2,15	0,47
<b>7. Lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus clientes/utentes.</b>	Enfermeiro	29	4,10	1,90	0,35
	Médico	21	4,24	2,12	0,46
<b>8. Sinto-me esgotado(a) com o meu trabalho.</b>	Enfermeiro	29	2,14	1,79	0,33
	Médico	21	2,10	2,00	0,44
<b>9. Sinto que estou a influenciar positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho.</b>	Enfermeiro	29	4,69	1,67	0,31
	Médico	21	5,29	1,55	0,34
<b>10. Tornei-me mais cruel com as pessoas desde que comecei a exercer esta profissão.</b>	Enfermeiro	29	0,66	1,17	0,22
	Médico	21	0,71	1,38	0,30
<b>11. Preocupa-me o facto deste trabalho me estar a tornar mais "duro" ou resistente do ponto de vista</b>	Enfermeiro	29	1,45	1,66	0,31
	Médico	21	1,05	1,60	0,35
<b>12. Sinto-me com muitas energias.</b>	Enfermeiro	29	4,21	1,70	0,32
	Médico	21	4,71	1,31	0,29
<b>13. Sinto-me frustrado(a) com o meu emprego.</b>	Enfermeiro	29	1,97	1,59	0,30
	Médico	21	1,29	1,76	0,39
<b>14. Sinto que estou a trabalhar demasiado no meu emprego.</b>	Enfermeiro	29	3,00	1,95	0,36
	Médico	21	3,29	2,37	0,52
<b>15. Não me interessa realmente o que acontece com alguns dos meus clientes/utentes.</b>	Enfermeiro	29	1,24	1,70	0,32
	Médico	21	0,33	0,73	0,16
<b>16. Trabalhar directamente com pessoas gera-me demasiado “stress”.</b>	Enfermeiro	29	1,86	1,83	0,34
	Médico	21	1,05	1,20	0,26
<b>17. Sou capaz de criar facilmente um ambiente relaxado com os meus clientes/utentes.</b>	Enfermeiro	29	4,17	1,44	0,27
	Médico	21	5,52	0,87	0,19
<b>18. Sinto-me contente depois de trabalhar “de perto” com os meus clientes/utentes.</b>	Enfermeiro	29	4,45	1,70	0,32
	Médico	21	5,29	1,38	0,30

<b>19. Neste emprego consegui muitas coisas que valeram a pena.</b>	Enfermeiro	29	4,62	1,68	0,31
	Médico	21	4,52	1,72	0,38
<b>20. Sinto-me como se estivesse no limite das minhas capacidades.</b>	Enfermeiro	29	1,45	1,62	0,30
	Médico	21	1,71	1,55	0,34
<b>21. No meu trabalho lido muito calmamente com os problemas emocionais.</b>	Enfermeiro	29	3,86	1,68	0,31
	Médico	21	4,62	1,77	0,39
<b>22. Sinto que os meus clientes/utentes me culpam por alguns dos seus problemas</b>	Enfermeiro	29	1,90	1,82	0,34
	Médico	21	1,38	1,40	0,30
<b>Escala 1a-Locus (Contingência)</b>	Enfermeiro	29	30,86	3,56	0,66
	Médico	21	29,81	6,99	1,53
<b>Escala 1b-Locus (Incontrolabilidade)</b>	Enfermeiro	29	14,66	7,53	1,40
	Médico	21	13,48	8,23	1,79
<b>Escala 1c-Locus (Sorte)</b>	Enfermeiro	29	21,14	4,29	0,80
	Médico	21	19,95	5,34	1,17
<b>Escala 2 (Auto-Eficácia)</b>	Enfermeiro	29	28,72	5,34	0,99
	Médico	21	28,57	6,65	1,45
<b>Escala 3 (Êxito)</b>	Enfermeiro	29	28,83	5,69	1,06
	Médico	21	30,86	6,25	1,36
<b>1. O que eu posso alcançar na minha vida terá muito a ver com o empenho que eu tenha.</b>	Enfermeiro	29	8,28	1,13	0,21
	Médico	21	7,95	1,91	0,42
<b>2. São poucas as ocasiões em que duvido das minhas capacidades.</b>	Enfermeiro	29	7,21	1,47	0,27
	Médico	21	7,29	1,76	0,39
<b>3. Não vale a pena em absoluto esforçar-me nem lutar neste mundo, tudo está corrompido.</b>	Enfermeiro	29	3,14	2,57	0,48
	Médico	21	2,71	2,41	0,53
<b>4. Normalmente, quando desejo algo penso que o vou conseguir.</b>	Enfermeiro	29	7,07	1,65	0,31
	Médico	21	7,62	1,69	0,37
<b>5. O que pode acontecer na minha vida terá a ver com a sorte.</b>	Enfermeiro	29	3,86	1,81	0,34
	Médico	21	3,86	2,35	0,51
<b>6. A minha vida depende dos meus actos.</b>	Enfermeiro	29	7,79	1,29	0,24
	Médico	21	7,33	1,98	0,43
<b>7. Não importa que eu seja competente ou não, pois a maioria das coisas estão manipuladas.</b>	Enfermeiro	29	4,10	2,14	0,40
	Médico	21	3,62	2,75	0,60
<b>8. Tenho grandes esperanças em conseguir as coisas que mais desejo.</b>	Enfermeiro	29	7,28	2,19	0,41
	Médico	21	8,00	1,55	0,34
<b>9. Sem sorte pouco se pode conseguir na vida.</b>	Enfermeiro	29	4,31	1,77	0,33
	Médico	21	4,24	2,41	0,53
<b>10. Sinto-me seguro das minhas capacidades para realizar bem as tarefas da vida diária.</b>	Enfermeiro	29	7,83	1,34	0,25
	Médico	21	7,90	2,12	0,46
<b>11. Geralmente, o que me acontece na vida está estreitamente relacionado com o que faço.</b>	Enfermeiro	29	7,00	1,58	0,29
	Médico	21	7,00	2,17	0,47
<b>12. Para quê enganarmo-nos! A única coisa que importa neste mundo são as influências.</b>	Enfermeiro	29	3,52	2,11	0,39
	Médico	21	3,90	2,74	0,60
<b>13. Para poder alcançar as minhas metas precisarei de sorte.</b>	Enfermeiro	29	4,48	1,82	0,34
	Médico	21	4,33	2,48	0,54
<b>14. Raramente sou invadido (a) por pensamentos de insegurança em situações difíceis.</b>	Enfermeiro	29	6,28	2,28	0,42
	Médico	21	5,81	2,69	0,59
<b>15. Se lutar e trabalhar arduamente poderei alcançar muitas coisas na vida.</b>	Enfermeiro	29	7,79	1,11	0,21
	Médico	21	7,52	2,06	0,45
<b>16. Não importa o que eu valha, tudo está manipulado por pessoas com poder.</b>	Enfermeiro	29	3,90	2,24	0,42
	Médico	21	3,24	2,49	0,54

<b>17. Sou otimista no que respeita ao atingir das minhas metas.</b>	<b>Enfermeiro</b>	<b>29</b>	<b>7,07</b>	<b>1,60</b>	<b>0,30</b>
	Médico	21	7,62	1,69	0,37
<b>18. Vejo-me com capacidades suficientes para enfrentar os problemas da vida.</b>	Enfermeiro	29	7,41	1,59	0,30
	Médico	21	7,57	2,42	0,53
<b>19. Penso que terei êxito nas coisas que mais me importam na vida.</b>	Enfermeiro	29	7,41	1,50	0,28
	Médico	21	7,62	2,27	0,50
<b>20. Acredito muito na influência da sorte.</b>	Enfermeiro	29	4,55	1,76	0,33
	Médico	21	4,05	2,38	0,52
<b>Nota Global da depressão</b>	Enfermeiro	29	13,38	11,66	2,16
	Médico	21	7,10	6,71	1,47
<b>Idade do Profissional</b>	Enfermeiro	29	35,34	6,63	1,23
	Médico	21	44,00	9,70	2,12
<b>Sintomas Biológicos</b>	Enfermeiro	29	0,84	0,67	0,13
	Médico	21	0,43	0,42	0,09
<b>Sintomas Cognitivos</b>	Enfermeiro	29	0,71	0,44	0,08
	Médico	21	0,32	0,34	0,07
<b>Sintomas Interpessoais</b>	Enfermeiro	29	0,52	0,66	0,12
	Médico	21	0,25	0,35	0,08
<b>Sintomas Desempenho de Tarefa</b>	Enfermeiro	29	0,56	0,54	0,10
	Médico	21	0,13	0,22	0,05
<b>Incapacidades: Vida em Geral</b>	Enfermeiro	29	0,49	0,45	0,08
	Médico	21	0,36	0,33	0,07
<b>Incapacidades: Vida de Trabalho</b>	Enfermeiro	29	1,06	0,44	0,08
	Médico	21	1,13	0,23	0,05
<b>Incapacidades: Vida Social</b>	Enfermeiro	29	1,26	0,56	0,10
	Médico	21	1,03	0,18	0,04
<b>Incapacidades: Vida Familiar</b>	Enfermeiro	29	0,89	0,45	0,08
	Médico	21	0,77	0,24	0,05
<b>Factor 1</b>	Enfermeiro	29	0,56	0,67	0,12
	Médico	21	0,19	0,32	0,07
<b>Factor 2</b>	Enfermeiro	29	0,33	0,57	0,11
	Médico	21	0,15	0,59	0,13
<b>Factor 3</b>	Enfermeiro	29	0,52	0,48	0,09
	Médico	21	0,28	0,38	0,08
<b>Factor 4</b>	Enfermeiro	29	0,68	0,79	0,15
	Médico	21	-6,12	30,00	6,55
<b>Factor 5</b>	Enfermeiro	29	0,40	0,70	0,13
	Médico	21	0,40	0,71	0,16

<b>TABELA D (Diferenças estatísticas das médias)</b>	<i>Levene's Test for Equality of Variances</i>		<i>t-test for Equality of Means</i>						
	<i>F</i>	<i>Sig.</i>	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>Sig. (2-tailed)</i>	<i>Mean Difference</i>	<i>Std. Error Difference</i>	<i>95% Confidence Interval of the Difference</i>	
								<i>Lower</i>	<i>Upper</i>
<b>Há quantos anos terminou o seu curso?</b>	3,78	0,06	-1,76	48,00	0,08	-0,74	0,42	-1,58	0,10
			-1,70	36,68	0,10	-0,74	0,44	-1,63	0,14
<b>Há quantos anos exerce a sua profissão?</b>	4,79	0,03	-0,66	48,00	0,51	-0,32	0,48	-1,28	0,65
			-0,64	36,91	0,53	-0,32	0,50	-1,32	0,69
<b>Nº de horas por semana em serviço directo a pessoas?</b>	7,43	0,01	-3,59	48,00	0,00	-1,90	0,53	-2,97	-0,84
			-3,28	28,38	0,00	-1,90	0,58	-3,09	-0,72
<b>Somatório dos itens 1,2,3,6,8,13,14,16 e 20 - Exaustão emocional</b>	0,58	0,45	0,32	48,00	0,75	1,03	3,25	-5,51	7,58
			0,31	39,39	0,76	1,03	3,33	-5,70	7,77
<b>Somatório dos itens de Burnout 5, 10, 11, 15, 22 - Despersonalização</b>	0,06	0,80	1,26	48,00	0,21	1,96	1,56	-1,18	5,10
			1,28	45,78	0,21	1,96	1,53	-1,12	5,05
<b>Somatório de Burnout, itens 4,7,9,12,17,18,19 e 21 - Realização pessoal</b>	0,70	0,41	-1,55	48,00	0,13	-3,90	2,52	-8,98	1,17
			-1,61	47,79	0,11	-3,90	2,42	-8,77	0,96
<b>1. Sinto-me emocionalmente insatisfeito(a) com o meu trabalho.</b>	0,46	0,50	0,04	48,00	0,97	0,02	0,47	-0,93	0,96
			0,04	40,15	0,97	0,02	0,48	-0,95	0,99
<b>2. No final do meu dia de trabalho, sinto-me como se tivesse sido “usado(a)”.</b>	0,69	0,41	-0,37	48,00	0,71	-0,17	0,46	-1,10	0,76
			-0,36	39,15	0,72	-0,17	0,47	-1,13	0,78
<b>3. Sinto-me fatigado(a) quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no emprego.</b>	0,40	0,53	0,49	48,00	0,62	0,22	0,46	-0,69	1,14
			0,49	41,34	0,63	0,22	0,46	-0,71	1,16
<b>4. Posso facilmente compreender como é que os meus clientes/utentes se sentem em relação às</b>	2,73	0,10	0,41	48,00	0,68	0,18	0,44	-0,71	1,07
			0,39	33,64	0,70	0,18	0,47	-0,77	1,14
<b>5. Sinto que trato alguns clientes/utentes como se fossem objectos impessoais.</b>	0,60	0,44	0,45	48,00	0,66	0,20	0,44	-0,69	1,09
			0,46	46,42	0,65	0,20	0,43	-0,67	1,07
<b>6. Trabalhar com pessoas todo o dia, constitui realmente uma pressão para mim.</b>	0,16	0,69	-0,04	48,00	0,97	-0,02	0,56	-1,15	1,10
			-0,04	38,64	0,97	-0,02	0,58	-1,19	1,14
<b>7. Lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus clientes/utentes.</b>	0,00	0,95	-0,24	48,00	0,81	-0,13	0,57	-1,28	1,01
			-0,23	40,25	0,82	-0,13	0,58	-1,31	1,04
<b>8. Sinto-me esgotado(a) com o meu trabalho.</b>	0,93	0,34	0,08	48,00	0,94	0,04	0,54	-1,04	1,12
			0,08	40,25	0,94	0,04	0,55	-1,06	1,15
<b>9. Sinto que estou a influenciar positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho.</b>	0,84	0,36	-1,28	48,00	0,21	-0,60	0,47	-1,53	0,34
			-1,30	44,99	0,20	-0,60	0,46	-1,52	0,33

<b>10. Tornei-me mais cruel com as pessoas desde que comecei a exercer esta profissão.</b>	0,46	0,50	-0,16	48,00	0,87	-0,06	0,36	-0,79	0,67
			-0,16	38,75	0,87	-0,06	0,37	-0,81	0,69
<b>11. Preocupa-me o facto deste trabalho me estar a tornar mais "duro" ou resistente do ponto de vista</b>	0,26	0,61	0,86	48,00	0,40	0,40	0,47	-0,54	1,34
			0,86	44,22	0,39	0,40	0,47	-0,54	1,34
<b>12. Sinto-me com muitas energias.</b>	1,79	0,19	-1,14	48,00	0,26	-0,51	0,44	-1,40	0,38
			-1,19	47,77	0,24	-0,51	0,43	-1,36	0,35
<b>13. Sinto-me frustrado(a) com o meu emprego.</b>	0,46	0,50	1,42	48,00	0,16	0,68	0,48	-0,28	1,64
			1,40	40,48	0,17	0,68	0,49	-0,30	1,66
<b>14. Sinto que estou a trabalhar demasiado no meu emprego.</b>	2,65	0,11	-0,47	48,00	0,64	-0,29	0,61	-1,51	0,94
			-0,45	37,85	0,65	-0,29	0,63	-1,56	0,99
<b>15. Não me interessa realmente o que acontece com alguns dos meus clientes/utentes.</b>	11,67	0,00	2,29	48,00	0,03	0,91	0,40	0,11	1,71
			2,56	40,37	0,01	0,91	0,35	0,19	1,62
<b>16. Trabalhar directamente com pessoas gera-me demasiado "stress".</b>	12,99	0,00	1,78	48,00	0,08	0,81	0,46	-0,11	1,73
			1,90	47,65	0,06	0,81	0,43	-0,05	1,68
<b>17. Sou capaz de criar facilmente um ambiente relaxado com os meus clientes/utentes.</b>	10,99	0,00	-3,81	48,00	0,00	-1,35	0,35	-2,06	-0,64
			-4,11	46,76	0,00	-1,35	0,33	-2,01	-0,69
<b>18. Sinto-me contente depois de trabalhar "de perto" com os meus clientes/utentes.</b>	3,53	0,07	-1,85	48,00	0,07	-0,84	0,45	-1,75	0,07
			-1,92	47,29	0,06	-0,84	0,44	-1,72	0,04
<b>19. Neste emprego consegui muitas coisas que valeram a pena.</b>	0,10	0,76	0,20	48,00	0,84	0,10	0,49	-0,88	1,07
			0,20	42,59	0,84	0,10	0,49	-0,89	1,08
<b>20. Sinto-me como se estivesse no limite das minhas capacidades.</b>	0,13	0,72	-0,58	48,00	0,56	-0,27	0,46	-1,18	0,65
			-0,59	44,23	0,56	-0,27	0,45	-1,18	0,65
<b>21. No meu trabalho lido muito calmamente com os problemas emocionais.</b>	0,20	0,66	-1,53	48,00	0,13	-0,76	0,49	-1,75	0,24
			-1,52	41,88	0,14	-0,76	0,50	-1,76	0,25
<b>22. Sinto que os meus clientes/utentes me culpam por alguns dos seus problemas</b>	4,90	0,03	1,09	48,00	0,28	0,52	0,47	-0,44	1,47
			1,13	47,80	0,26	0,52	0,45	-0,40	1,43
<b>Escala 1a-Locus (Contingência)</b>	3,01	0,09	0,70	48,00	0,49	1,05	1,51	-1,98	4,09
			0,63	27,54	0,53	1,05	1,66	-2,36	4,46
<b>Escala 1b-Locus (Incontrolabilidade)</b>	0,27	0,61	0,53	48,00	0,60	1,18	2,24	-3,33	5,69
			0,52	40,89	0,61	1,18	2,28	-3,42	5,78
<b>Escala 1c-Locus (Sorte)</b>	1,96	0,17	0,87	48,00	0,39	1,19	1,36	-1,56	3,93
			0,84	37,24	0,41	1,19	1,41	-1,68	4,05
<b>Escala 2 (Auto-Eficácia)</b>	1,18	0,28	0,09	48,00	0,93	0,15	1,70	-3,26	3,56
			0,09	37,28	0,93	0,15	1,76	-3,41	3,71
<b>Escala 3 (Êxito)</b>	0,37	0,55	-1,19	48,00	0,24	-2,03	1,70	-5,44	1,39
			-1,18	40,74	0,25	-2,03	1,72	-5,51	1,45

<b>1. O que eu posso alcançar na minha vida terá muito a ver com o empenho que eu tenha.</b>	1,08	0,30	0,75	48,00	0,46	0,32	0,43	-0,54	1,19
			0,69	30,06	0,49	0,32	0,47	-0,63	1,28
<b>2. São poucas as ocasiões em que duvido das minhas capacidades.</b>	0,00	0,99	-0,17	48,00	0,86	-0,08	0,46	-1,00	0,84
			-0,17	38,31	0,87	-0,08	0,47	-1,03	0,88
<b>3. Não vale a pena em absoluto esforçar-me nem lutar neste mundo, tudo esta corrompido.</b>	0,29	0,59	0,59	48,00	0,56	0,42	0,72	-1,02	1,87
			0,60	44,82	0,55	0,42	0,71	-1,01	1,86
<b>4. Normalmente, quando desejo algo penso que o vou conseguir.</b>	0,18	0,68	-1,15	48,00	0,25	-0,55	0,48	-1,51	0,41
			-1,15	42,61	0,26	-0,55	0,48	-1,52	0,42
<b>5. O que pode acontecer na minha vida terá a ver com a sorte.</b>	5,49	0,02	0,01	48,00	0,99	0,00	0,59	-1,18	1,19
			0,01	36,06	0,99	0,00	0,61	-1,24	1,25
<b>6. A minha vida depende dos meus actos.</b>	2,19	0,15	0,99	48,00	0,33	0,46	0,46	-0,47	1,39
			0,93	32,03	0,36	0,46	0,49	-0,55	1,47
<b>7. Não importa que eu seja competente ou não, pois a maioria das coisas estão manipuladas.</b>	1,77	0,19	0,70	48,00	0,49	0,48	0,69	-0,91	1,87
			0,67	36,46	0,51	0,48	0,72	-0,97	1,94
<b>8. Tenho grandes esperanças em conseguir as coisas que mais desejo.</b>	4,03	0,05	-1,30	48,00	0,20	-0,72	0,56	-1,85	0,40
			-1,37	47,99	0,18	-0,72	0,53	-1,79	0,34
<b>9. Sem sorte pouco se pode conseguir na vida.</b>	5,60	0,02	0,12	48,00	0,90	0,07	0,59	-1,12	1,26
			0,12	34,98	0,91	0,07	0,62	-1,19	1,33
<b>10. Sinto-me seguro das minhas capacidades para realizar bem as tarefas da vida diária.</b>	0,68	0,41	-0,16	48,00	0,88	-0,08	0,49	-1,06	0,91
			-0,15	31,35	0,88	-0,08	0,52	-1,15	0,99
<b>11. Geralmente, o que me acontece na vida está estreitamente relacionado com o que faço.</b>	0,96	0,33	0,00	48,00	1,00	0,00	0,53	-1,06	1,06
			0,00	34,70	1,00	0,00	0,56	-1,13	1,13
<b>12. Para quê enganarmo-nos! A única coisa que importa neste mundo são as influências.</b>	1,32	0,26	-0,56	48,00	0,57	-0,39	0,69	-1,77	0,99
			-0,54	36,20	0,59	-0,39	0,71	-1,84	1,06
<b>13. Para poder alcançar as minhas metas precisarei de sorte.</b>	12,80	0,00	0,25	48,00	0,81	0,15	0,61	-1,07	1,37
			0,23	34,96	0,82	0,15	0,64	-1,15	1,44
<b>14. Raramente sou invadido (a) por pensamentos de insegurança em situações difíceis.</b>	1,25	0,27	0,66	48,00	0,51	0,47	0,71	-0,95	1,88
			0,64	38,71	0,52	0,47	0,72	-1,00	1,93
<b>15. Se lutar e trabalhar arduamente poderei alcançar muitas coisas na vida.</b>	5,15	0,03	0,59	48,00	0,56	0,27	0,45	-0,64	1,18
			0,54	28,42	0,59	0,27	0,50	-0,75	1,28
<b>16. Não importa o que eu valha, tudo está manipulado por pessoas com poder.</b>	0,00	0,99	0,98	48,00	0,33	0,66	0,67	-0,69	2,01
			0,96	40,44	0,34	0,66	0,68	-0,72	2,04
<b>17. Sou optimista no que respeita ao atingir das minhas metas.</b>	0,21	0,65	-1,17	48,00	0,25	-0,55	0,47	-1,49	0,39
			-1,16	41,88	0,25	-0,55	0,47	-1,51	0,41
<b>18. Vejo-me com capacidades suficientes para enfrentar os problemas da vida.</b>	2,31	0,13	-0,28	48,00	0,78	-0,16	0,57	-1,30	0,98
			-0,26	32,25	0,80	-0,16	0,61	-1,39	1,07

<b>19. Penso que terei êxito nas coisas que mais me importam na vida.</b>	1,27	0,27	-0,39	48,00	0,70	-0,21	0,53	-1,28	0,87
			-0,36	32,36	0,72	-0,21	0,57	-1,36	0,95
<b>20. Acredito muito na influência da sorte.</b>	6,74	0,01	0,86	48,00	0,39	0,50	0,59	-0,67	1,68
			0,82	35,15	0,42	0,50	0,61	-0,74	1,75
<b>Nota Global da depressão</b>	9,10	0,00	2,21	48,00	0,03	6,28	2,84	0,58	11,99
			2,40	46,01	0,02	6,28	2,61	1,02	11,55
<b>Idade do Profissional</b>	7,45	0,01	-3,75	48,00	0,00	-8,66	2,31	-13,29	-4,02
			-3,54	33,12	0,00	-8,66	2,45	-13,63	-3,68
<b>Sintomas Biológicos</b>	5,46	0,02	2,50	48,00	0,02	0,42	0,17	0,08	0,75
			2,69	47,02	0,01	0,42	0,15	0,11	0,73
<b>Sintomas Cognitivos</b>	2,98	0,09	3,36	48,00	0,00	0,39	0,12	0,16	0,62
			3,50	47,80	0,00	0,39	0,11	0,17	0,61
<b>Sintomas Interpessoais</b>	6,92	0,01	1,67	48,00	0,10	0,26	0,16	-0,05	0,58
			1,83	44,54	0,07	0,26	0,14	-0,03	0,55
<b>Sintomas Desempenho de Tarefa</b>	29,92	0,00	3,43	48,00	0,00	0,43	0,13	0,18	0,68
			3,86	39,21	0,00	0,43	0,11	0,20	0,65
<b>Incapacidades: Vida em Geral</b>	3,01	0,09	1,17	48,00	0,25	0,14	0,12	-0,10	0,37
			1,23	47,99	0,22	0,14	0,11	-0,09	0,36
<b>Incapacidades: Vida de Trabalho</b>	3,34	0,07	-0,60	48,00	0,55	-0,06	0,11	-0,28	0,15
			-0,65	44,40	0,52	-0,06	0,10	-0,26	0,13
<b>Incapacidades: Vida Social</b>	9,54	0,00	1,82	48,00	0,08	0,23	0,13	-0,02	0,49
			2,08	35,51	0,05	0,23	0,11	0,01	0,46
<b>Incapacidades: Vida Familiar</b>	9,63	0,00	1,04	48,00	0,30	0,11	0,11	-0,11	0,33
			1,14	44,50	0,26	0,11	0,10	-0,09	0,31
<b>Factor 1</b>	8,48	0,01	2,36	48,00	0,02	0,37	0,16	0,06	0,69
			2,62	42,37	0,01	0,37	0,14	0,09	0,66
<b>Factor 2</b>	0,07	0,79	1,09	48,00	0,28	0,18	0,17	-0,15	0,52
			1,09	42,64	0,28	0,18	0,17	-0,15	0,52
<b>Factor 3</b>	1,09	0,30	1,96	48,00	0,06	0,25	0,13	-0,01	0,50
			2,04	47,66	0,05	0,25	0,12	0,00	0,49
<b>Factor 4</b>	5,59	0,02	1,23	48,00	0,23	6,80	5,55	-4,36	17,96
			1,04	20,02	0,31	6,80	6,55	-6,86	20,46
<b>Factor 5</b>	0,10	0,75	-0,02	48,00	0,99	0,00	0,20	-0,41	0,40
			-0,02	42,69	0,99	0,00	0,20	-0,41	0,40

# Anexo 7

**Gráficos 9 a 15: Representação das diferenças de médias resultante das comparações efectuadas tendo em conta os géneros sexuais dos profissionais de saúde do CHCB.**

Gráfico 9 – Comparação dos Níveis de Burnout entre as enfermeiros e as enfermeiras do INEM

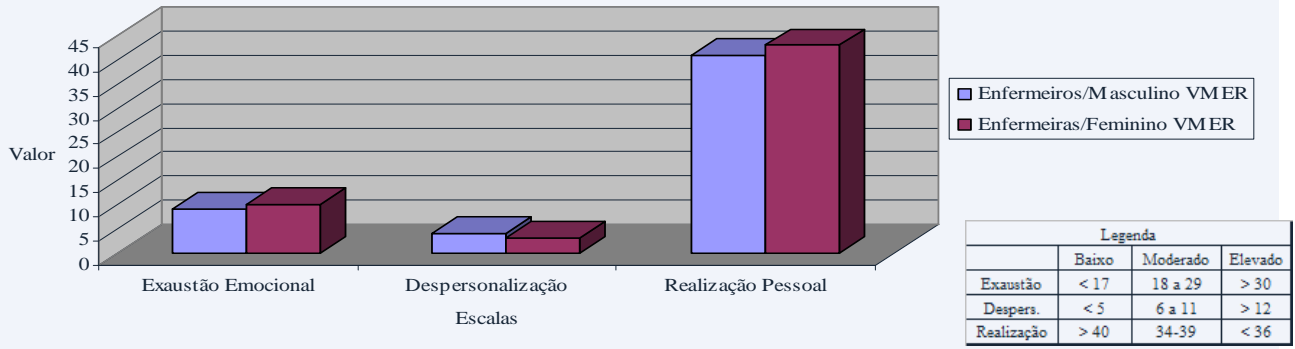


Gráfico 10 – Comparação dos Níveis de Burnout entre as enfermeiros e as enfermeiras da Consulta Externa

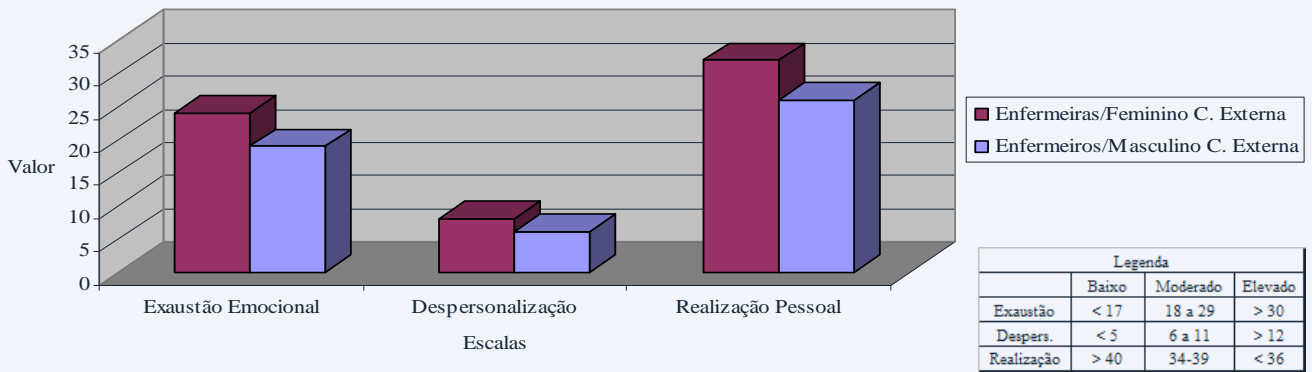


Gráfico 11 – Comparação dos Níveis de Burnout entre as enfermeiros e as enfermeiras do CHCB

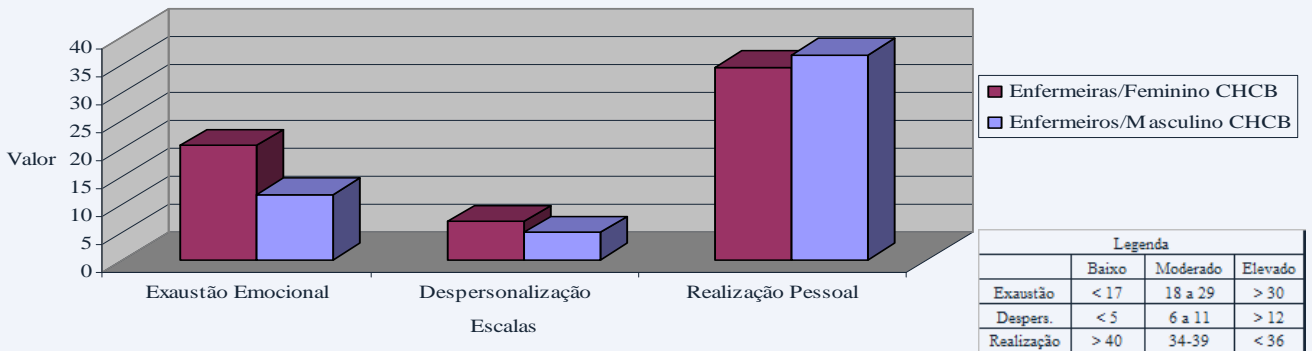


Gráfico 12 – Comparação dos Níveis de Burnout entre as médicas e os médicos do INEM

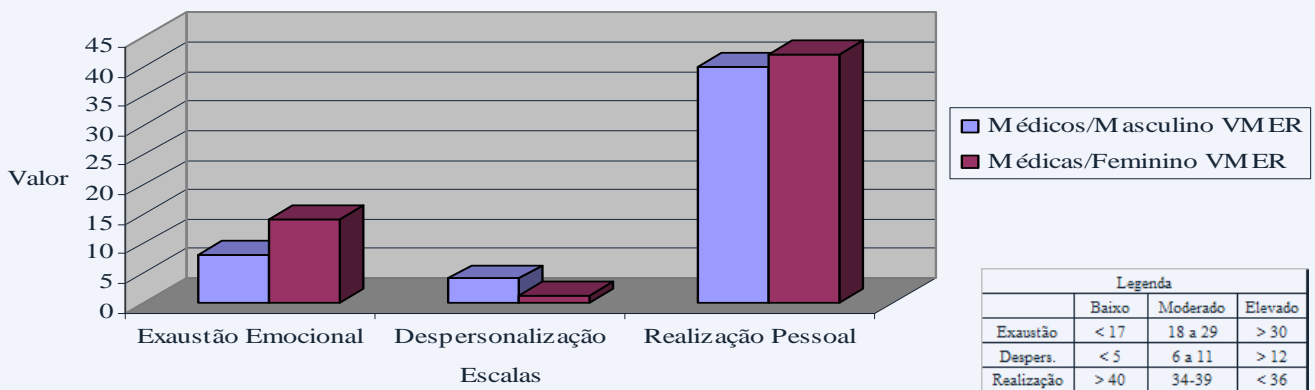
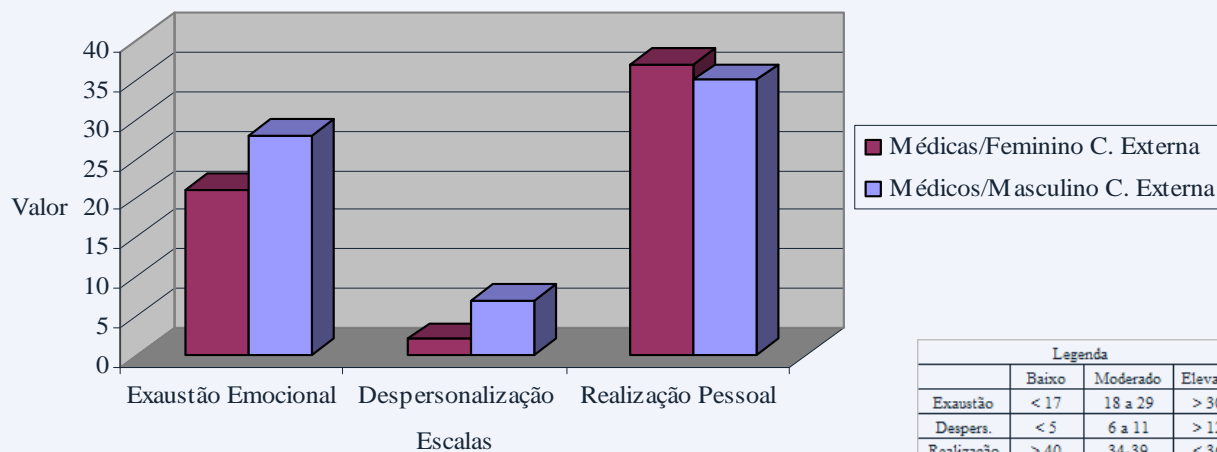
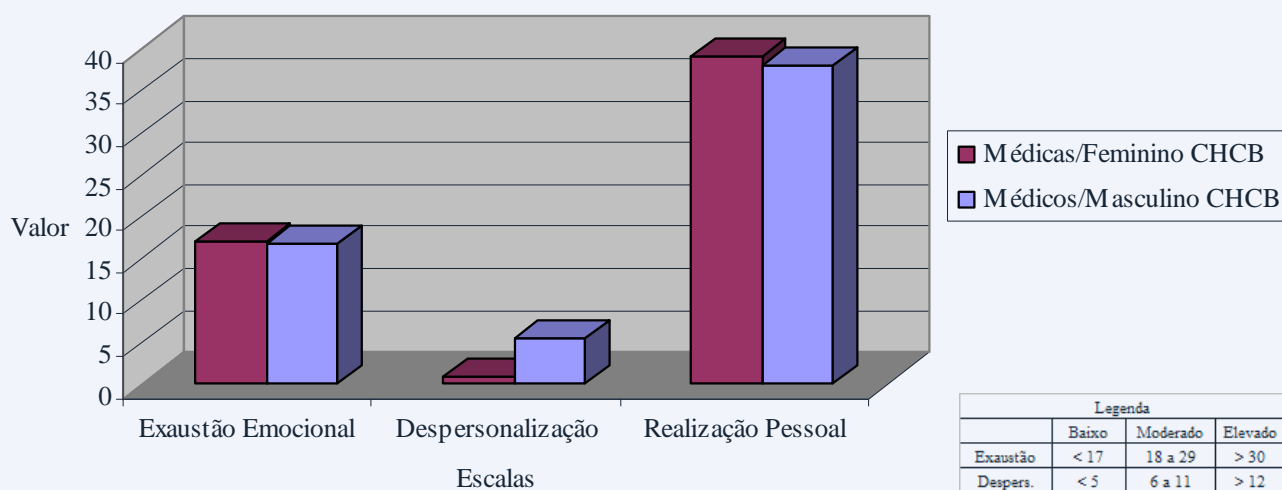


Gráfico 13 – Comparação dos Níveis de Burnout entre as médicas e os médicos da C. Externa



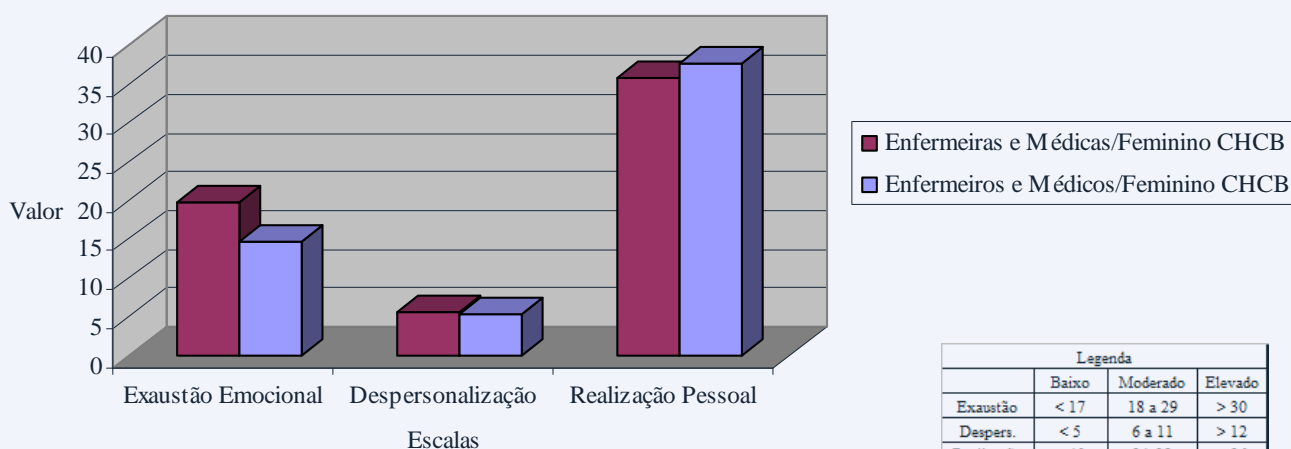
Legenda			
	Baixo	Moderado	Elevado
Exaustão	< 17	18 a 29	> 30
Despers.	< 5	6 a 11	> 12
Realização	> 40	34-39	< 36

Gráfico 14 – Comparação dos Níveis de Burnout entre as médicas e os médicos do CHCB



Legenda			
	Baixo	Moderado	Elevado
Exaustão	< 17	18 a 29	> 30
Despers.	< 5	6 a 11	> 12
Realização	> 40	34-39	< 36

Gráfico 15 – Comparação dos Níveis de Burnout consoante o género sexual do profissional de saúde do CHCB



Legenda			
	Baixo	Moderado	Elevado
Exaustão	< 17	18 a 29	> 30
Despers.	< 5	6 a 11	> 12
Realização	> 40	34-39	< 36

# **Anexo 8**

**Materiais utilizados nas avaliações e acompanhamentos.**

# Anexo A1

<b>Data</b> (Em que ocorreu a situação problemática)	<b>Situação</b> (Descrição da situação problemática)	<b>Emoção</b> (O que sentiu antes e depois da situação ocorrer)	<b>Pensamentos</b> (O que pensou, O que passou pela sua cabeça)	<b>Resultado</b> (O que aconteceu depois da situação)

# Anexo A2



## *Auto-conhecimento*

Quais as coisas que gosto em mim?	Quais as coisas que <b>não</b> gosto em mim? (O que eu gostava de mudar?)

# Anexo A3

**“A minha Imagem!”**

*“Eu agora estou para a minha imagem no espelho. O que eu vejo...”*

<b>“O que eu gosto em mim.”</b> 	<b>“O que eu não gosto em mim.”</b> 
1. _____	1. _____
2. _____	2. _____
3. _____	3. _____

# Anexo B

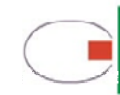
## Luto

*É o estado emocional que se desencadeia após a morte de uma pessoa querida. É universal e não está relacionado com o nível cultural ou socio-económico, embora suas formas de expressão possam variar.*

O processo de luto oferece à pessoa a oportunidade de se desfazer dos laços da relação vinculada. Em condições normais, o processo de luto elimina estas vinculações que ameaçam manter as ilusões da relação que já não existe.

O processo de luto é visto, então, como um mecanismo extremamente valioso e protector, sem no entanto negligenciar a dor e o sofrimento que o caracterizam.

*Ao longo do nosso desenvolvimento temos a hipótese de aprender a lidar com o luto - como nos faz sentir, o que devemos fazer, o que é "normal" acontecer - e de o aceitar.*



Centro Hospitalar Cova da Beira  
Serviço de Nutrição e Actividade Física  
Serviço de Psicologia

## Luto



*"Todos vão para um lugar; todos foram feitos de pó, e todos voltarão ao pó." (Eclesiastes 3:20)*

### GUIA PRÁTICO: Trabalho de Luto

Centro Hospitalar Cova da Beira  
Serviço de Nutrição e Actividade Física  
Serviço de Psicologia

Morada: Quinta do Alvíto  
6200-251 COMILHÃ  
Telefone: 27 533 00 00  
Fax: 27 533 00 0  
www.chcbeira.pt

### GUIA PRÁTICO: Trabalho de Luto

# INTRODUÇÃO: Processo de Luto

O processo de luto dá-se sempre que há uma perda, mas principalmente depois da morte de alguém que amamos. Não se trata de um único sentimento, mas de um conjunto de sentimentos que necessitam de algum tempo para serem resolvidos e que não devem ser apressados.

Apesar do processo de luto ser aparentemente um mecanismo universal, cada indivíduo tem uma forma idiossincrática de o realizar e o processo varia não só de pessoa para pessoa, como também existem diferenças consoante a faixa etária em que o indivíduo se encontra.

Existe um luto normal e outro patológico e nem sempre a diferenciação entre eles é clara.

Neste pequeno folheto informativo, vamos esclarecer algumas das características principais do luto, a forma como certas pessoas podem ficar presas a ele e a ajuda que poderão e deverão procurar.

**Existe um luto normal e outro patológico e nem sempre a diferenciação entre eles é clara.**

## Luto Normal:

O luto normal deve ser acompanhado mas não se deve interferir ou tratá-lo. A duração da expressão normal do luto varia segundo as influências culturais, sendo mais importante a natureza dos sintomas apresentados.

### Sintomas:

- Sentimentos de culpa;
- Sintomas somáticos;
- Sintomas depressivos e ansiosos;
- Irritabilidade e reacções hostis;

Este luto não complicado geralmente produz sintomas típicos de depressão, tais como perda do apetite, do peso e insónia. No entanto se estes persistem após 6-12 meses deve-se pensar no luto patológico.

## Luto Patológico:

A identificação do luto patológico faz-se tendo em conta a intensificação, inibição, adiamento ou prolongamento das respostas decorrentes do luto em si. Sendo assim, o luto patológico pode apresentar:

- reacções tardias/negação prolongada;

- hiper actividade sem sentimentos de perda.
- ideias delirantes ou de negação da morte do ser querido;
- patologia psicossomática;
- perda contínua das relações sociais;
- depressão grave com sintomas de agitação;
- Comportamentos auto destrutivos.




## Psicoterapia no Luto:

Neste processo de adaptação ao luto e à nova vida, a terapia pode auxiliar tanto de forma terapêutica quanto preventiva (Worden, 2001). Este processo terapêutico visa, essencialmente, identificar e resolver os conflitos e problemas que surgiram após a separação e que impedem o indivíduo de resolver e cumprir as tarefas desenvolvimentais para uma adaptação adequada às mudanças (Worden, 2001).

A nível preventivo, a intervenção terapêutica pode antecipar possíveis sentimentos de desesperança, momentos de oscilação e maior vulnerabilidade, como por exemplo nos momentos em que se revive as lembranças do familiar falecido (datas significativas, aniversários) (Silva, 2004).

# Anexo C

## Em termos práticos:

- Treinar a criança a fazer **exercícios miccionais** durante o dia;
- Reduzir a ingestão de líquidos, a partir da hora do lanche, sendo que a criança deve beber o menos líquidos possíveis; 
- Tentar com que a criança não beba qualquer líquido à noite (antes/durante/depois do jantar); 
- Fazer com que a criança faça xixi sempre antes de ir para a cama; 

- Acordar a criança mais ou menos duas horas depois de se deitar, para ir à casa de banho;



- Ajudar a criança a preencher os registos diários das noites "secas/molhadas".

As minhas noites foram...

5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira
		Seca	Molhada			

Ajudar a minha mãe a mudar a roupa da minha cama?

5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira
		Sim	Não			

Mês nome: \_\_\_\_\_ Minha idade: \_\_\_\_\_ Data de início: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

## GUIA PRÁTICO: Enurese

Centro Hospitalar Cova da Beira  
Serviço de Nutrição e Actividade Física  
Serviço de Psicologia

Morada: Quinta do Alvão  
6200-231 COVLHÃ  
Telefone: 27 533 00 00  
Fax: 27 533 00 0  
www.chcbeira.pt

## GUIA PRÁTICO: Enurese Primária e Nocturna

# Enurese



"Nunca é tarde para aprender!"

## O que é a Enurese?

A enurese consiste na **emissão repetida de urina, na cama ou na roupa**, que ocorre pelo menos duas vezes por semana, há pelo menos três meses consecutivos. Para que possamos falar de enurese a criança tem de ter pelo menos 5 anos.

Tipos de Enurese: **nocturna** (quando ocorre de noite) ou **diurna** (durante o dia); **primária** (quando a criança nunca deixou de fazer xixi) ou **secundária** (houve controlo, mas a criança perdeu essa capacidade).

Embora seja frequente pensar-se que a enurese resolve-se com o tempo, não trata-la pode afectar a auto-estima e socialização da criança. O que pode provocar efeitos adversos no desenvolvimento da criança e causar problemas psicológicos para toda a vida. **Sendo assim...**

### Enurese nocturna primária (causas)

- **Desenvolvimento** - quando o cérebro não reconhece que a bexiga está cheia, ou impede que o esfíncter vesical (músculo que controla a abertura da bexiga e a consequente saída da urina) controle a micção durante o sono ou ainda quando não indica os sinais para que a criança acorde para ir urinar quando tem a bexiga cheia;
- **Genéticos (hereditários)** - nas famílias em que ambos os pais apresentaram enurese nocturna, cerca de 75% dos filhos tiveram problemas deste tipo. Se apenas um deles tiver sofrido deste problema a percentagem desce para 45% e, nas famílias em que nenhum dos progenitores sofreu de enurese nocturna, a percentagem de filhos atingidos é de 15%;

### Tratamento

- **Terapia motivacional** (sistema de recompensa cuja finalidade é motivar/recompensar a criança);
- **Terapia comportamental** (com alarme de enurese; horários; restrições de líquidos);
- **Treino vesical** (exercícios que visam promover a retenção da urina pela bexiga);
- **Medicações.**

### O que fazer então?

Para ajudar a criança a ter a sua primeira noite "seca" existem várias coisas que podemos fazer:

- Encorajar e elogiar as noites "secas", sem nunca censurar, culpabilizar, envergonhar ou punir a criança;
- Fazer com que a criança urine sempre antes de se deitar (criar o hábito);
- Limitar a ingestão de líquidos algumas horas antes de deitar;
- Nunca utilizar métodos como fraldas (o facto de usar roupa de "pessoa crescida" lembra a criança para se manter seca);
- acordar a criança pelo menos uma vez por noite para ir à casa de banho.

Centro Hospitalar Cova da Beira  
Serviço de Nutrição e Actividade Física  
Serviço de Psicologia

Monarda Quinta do Alentejo  
6200-281 COVILHÃ  
Telefone: 27 533 00 00  
Fax: 27 533 00 0  
www.chobelrap.pt



## O teu sistema Urinário!

Hoje vais conhecer um bocadinho do teu corpo. Queres começar?

Então carrega **AQUI**

### O Sistema Urinário

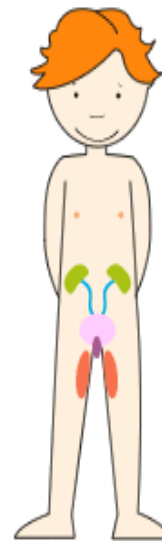
(passa com o rato por cima dos órgãos para veres os seus nomes e funções)

A bexiga funciona como um "saco activo". As suas paredes de músculo relaxam de modo a permitir a entrada gradual de urina vinda dos rins (ficando assim maior) e contraem-se para expelir o seu conteúdo.

Normalmente a bexiga tem um nível máximo de enchimento antes do início das contracções, o que varia em volume de pessoa para pessoa.

Quando o nível máximo é atingido, a bexiga envia mensagens ao cérebro através do sistema nervoso, originando sensações de desconforto ou repleção. É através deste facto que a criança fica a saber que necessita de ir à casa de banho.

Quando se chega à casa de banho (ou se fica molhado) a urina é expelida através de contracções, esvaziando assim a bexiga.

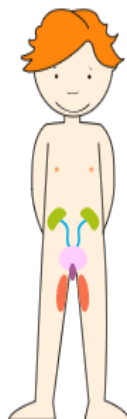


### O Sistema Urinário

(passa com o rato por cima dos órgãos para veres os seus nomes e funções)

#### Rins

Produzem a urina.

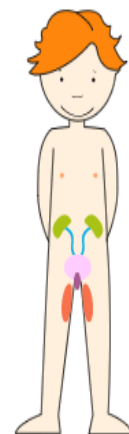


### O Sistema Urinário

(passa com o rato por cima dos órgãos para veres os seus nomes e funções)

#### Ureteres

Transportam a urina dos rins para a bexiga.





# Anexo F

## Certificado

Certifica-se que

\_\_\_\_\_ preencheu o seu registo

com \_\_\_\_\_



e \_\_\_\_\_



Este certificado serve também para comprovar que \_\_\_\_\_ ajudou a mãe a arrumar a roupa da cama.

# Anexos MAG

Auto-monitorização em forma de calendário.

*Diário de monitorização*  
("O que a Milene tem feito.")

seg	ter
6	7
13	14
20	21
27	28

*Diário de monitorização*

("O que a Milene tem feito.")

**Dezembro 2006**

seg	ter	qua	qui	sex	sáb	dom
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

## *Acompanhamento da Monitorização*

Data de início \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Data do fim \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Semana 1 (14-23/11/06)	Semana 2 (23-30/11/06)	Semana 3 (30-07/11/06)	Semana 4 (07-14/12/06)	Semana 5 (14-21/12/06)
Semana 6	Semana 7	Semana 8	Semana 9	Semana 10



## *Contrato de Compromisso*

Eu, \_\_\_\_\_,  
venho por este meio declarar que após uma discussão de ideias com a psicóloga  
\_\_\_\_\_, elaboramos uma lista de  
regras e comportamentos permitidos e não permitidos.

O presente contrato serve como comprovativo em como eu  
\_\_\_\_\_, concordo e aceito a lista elaborada.

Por isso, assino e declaro sob compromisso de honra cumprir o combinado.

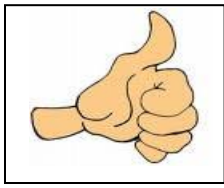
\_\_\_\_\_  
*Minha Assinatura*

\_\_\_\_\_  
*Data*

\_\_\_\_\_  
*Assinatura da minha psicóloga*

\_\_\_\_\_  
*Data*

**Sinais utilizados para a contabilização dos reforços e do desempenho.**



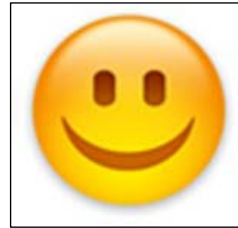
Fixe: Fiz tudo bem.



Concordo: Temos um acordo.



Não consegui fazer o que me pediram/Fiz mal.



Estou satisfeita com aquilo que fiz.



Estou triste com aquilo que fiz.

*Vantagens e Desvantagens em ter consultas de Psicologia*

<i>Vantagens</i>	<i>Desvantagens</i>

# “Motivação: O que eu sei acerca de...”

## *Motivação*

1. O que é para mim a “MOTIVAÇÃO”?

---

---

---

2. Porque é que eu preciso da “MOTIVAÇÃO”?

---

---

---

3. Qual a diferença entre...?

Motivação Intrínseca	Motivação Extrínseca

Nome: \_\_\_\_\_ Data \_\_/\_\_/\_\_

*Lista de Princípios, Valores e Comportamentos importantes na consulta de Psicologia*

*Compromisso*

*Colaboração*

*Sinceridade*

*Responsabilidade*

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

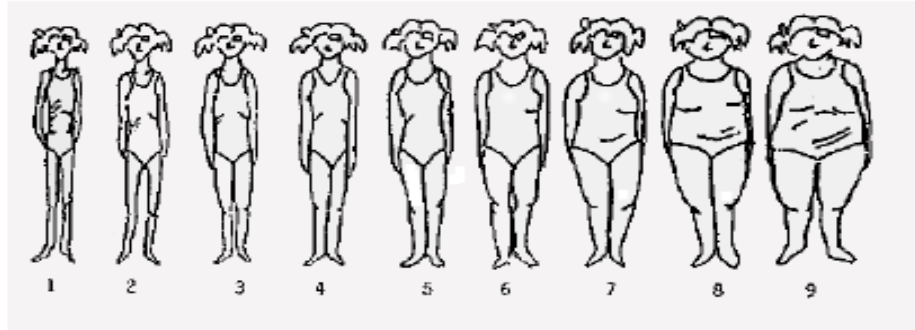
3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Nome: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

Nome: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

ESCALA DE AVALIAÇÃO DE IMAGEM DE CRIANÇAS - MENINAS



Por favor, olha para os desenhos de diferentes tamanhos de corpo . Cada um tem um número (1-9). Por favor, responde às questões seguintes e diz o número do desenho que melhor responde à pergunta.

1. Qual desenho se parece mais contigo?
2. Com qual desenho tu mais gostarias de te parecer?
3. Qual desenho tu achas que os meninos acham mais bonita?

## Diário Alimentar: “O que eu comi e o que senti?”

Data Hora	O que eu comi?			
	Pequeno-almoço (onde?)	Almoço (onde?)	Lanche (onde?)	Jantar (onde?)

## Os meus primeiros exercícios físicos

	<b>Segunda (25)</b>	<b>Terça (26)</b>	<b>Quarta (27)</b>	<b>Quinta (28)</b>	<b>Sexta (29)</b>	<b>Sábado (30)</b>	<b>Domingo (31)</b>
<b>Semana 1</b>	Min: _____	Min: _____	Min: _____	Min: _____	Min: _____	Min: _____	Min: _____

	<b>Segunda (01)</b>	<b>Terça (02)</b>	<b>Quarta (03)</b>	<b>Quinta (04)</b>	<b>Sexta (05)</b>	<b>Sábado (06)</b>	<b>Domingo (07)</b>
<b>Semana 2</b>	Min: _____	Min: _____	Min: _____	Min: _____	Min: _____	Min: _____	Min: _____

	<b>Segunda (08)</b>	<b>Terça (09)</b>	<b>Quarta (10)</b>	<b>Quinta (11)</b>	<b>Sexta (12)</b>	<b>Sábado (13)</b>	<b>Domingo (14)</b>
<b>Semana 3</b>	Min: _____	Min: _____	Min: _____	Min: _____	Min: _____	Min: _____	Min: _____

<b>Peso</b>	<b>Início</b>	<b>Fim</b>
<b>Semana 1</b>	<b>Segunda (25)</b> _____	<b>Domingo (31)</b> _____
<b>Semana 2</b>	<b>Segunda (01)</b> _____	<b>Domingo (07)</b> _____
<b>Semana 3</b>	<b>Segunda (08)</b> _____	<b>Domingo (14)</b> _____

## Evolução Nutricional (Peso e IMC) da MG

<b>Data da consulta</b>	<b>Idade</b>	<b>Altura</b>	<b>Peso</b>	<b>IMC</b>
16/12/04	9	1,43	54	26,2
03/02/05	9	1,46	53,2	24,98
07/04/05	9	1,46	52,9	24,81
09/06/05	10	1,47	53,2	24,61
07/09/05	10	1,49	51,5	23,2
08/05/06	11	1,51	53,7	23,55
01/06/06	11	1,52	55,5	24,0
28/06/06	11	1,52	57,2	24,8
14/11/06	11	1,53	58,5	25,2
14/12/06	11	1,53	58,5	24,99
10/01/07	11	1,53	57	24,3
01/02/07	11	1,53	59	25,2
29/03/07	11	1,53	58,4	24,9
05/04/07	11	1,53	57,8	24,7
10/05/07	12	1,54	57,6	24,3
31/05/07	12	1,54	57	24,0

Informações retiradas do Processo Clínico da MG e que correspondem à evolução feita pela nutricionista.

## A minha maneira de comunicar... (Como é que eu comunico?)

### O meu olhar...

- 1 – Olho nos olhos das pessoas quando falo com elas.
- 2 – Tento não olhar nos olhos.
- 3 – Desvio sempre o olhar.
- 4 – Olho para o chão.

### A minha expressão facial...

- 1 – Ao falar com as pessoas costumo ter uma expressão facial indefinida.
- 2 – Tenho uma expressão facial adequada à situação/mensagem.
- 3 – Costumo esforçar-me para apresentar uma “boa” expressão facial.

### O sorriso...

- 1 – Tenho dificuldades em esboçar um sorriso.
- 2 – Estou sempre a sorrir quando falo com alguém.
- 3 – Sorrio sempre que for necessário e adequado.

### Os meus gestos... Quando falo:

- 1 – Utilizo muito as mãos.
- 2 – Fico tão nervosa que tenho que gesticular muito.
- 3 – Só gesticulo quando é necessário e adequado.
- 4 – Para disfarçar a ansiedade, uso as mãos, a cabeça ou pés.
- 5 – Toco muito nas pessoas, quando falo com elas.

### A minha postura... Quando falo com as pessoas:

- 1 – Inclino-me para frente.
- 2 – Entrelaço os braços no peito.
- 3 – Inclino-me para trás.
- 4 – Coloco as mãos na cintura.

### A minha voz...

- 1 – Costumo falar alto.
- 2 – Costumo falar baixo.
- 3 – Estou sempre a subir e baixar a voz.
- 4 – Falo rápido demais.
- 5 – Falo devagar.



# Horário de Estudo



Nome: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_ Ano: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

2ª Feira	3ª Feira	4ª FERIA	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
I: ___h___ m	I: ___h___ m	I: ___h___ m	I: ___h___ m	I: ___h___ m	<b>Dia de Folga</b>	I: ___h___ m
F: ___h___ m	F: ___h___ m	F: ___h___ m	F: ___h___ m	F: ___h___ m		F: ___h___ m
<b>Estudar:</b>  <small>www.estudar.pt</small>	<b>Estudar:</b>  <small>www.estudar.pt</small>	<b>Estudar:</b>  <small>www.estudar.pt</small>	<b>Estudar:</b>  <small>www.estudar.pt</small>	<b>Estudar:</b>  <small>www.estudar.pt</small>		<b>Estudar:</b>  <small>www.estudar.pt</small>

**Estudar:** significa fazer os meus trabalhos de casa (da escola e das consultas de psicologia). Significa também **Rever:** (ler) toda a matéria que dei hoje e preparar-me para as aulas de amanhã.

## *Prepare-se para lidar com a situação*

Quando alguém lhe provocar, pergunte a si mesmo:

1. Isto é realmente importante para mim? Sim (\_\_\_) Não (\_\_\_)
2. O que estou a sentir? \_\_\_\_\_
3. O que estou a pensar? \_\_\_\_\_
4. O que estou a sentir e pensar ajuda-me a resolver a situação? Porquê?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5. Se eu agir da maneira como estou a pensar, vou ter mais problemas? Sim (\_\_\_) Não (\_\_\_)
6. Se eu conseguir controlar-me, quais poderão ser as vantagens? E as desvantagens?

Vantagens	Desvantagens

7. O que devo fazer quando eu perceber que vou perder o controlo da situação?
  - \_\_\_\_\_
  - \_\_\_\_\_
  - \_\_\_\_\_

8. Se eu ficar nervosa o que posso fazer para não perder o controlo?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**9. O que eu estou a sentir perante essa situação? (principalmente quando eu perco o controlo)**

- Raiva**
- Medo**
- Pensamento acelerado**
- Penso muitas coisas ao mesmo tempo**
- Indiferença**
- Triste**
- Não consigo pensar em nada**
- Irritação**
- Vontade de explodir**
- Inquietação**

**10. Estas sensações são boas ( ) ou más ( )?**

**11. Quais são as sensações corporais que experimento perante esta situação?**

- Mãos a tremerem**
- Suor**
- Batimento acelerado do coração**
- Inquietação**
- Falta de ar**

**12. O que eu posso fazer para mudar essas sensações?**

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

**Nome:** \_\_\_\_\_ **Data:** \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

## Relembre uma situação que lhe trouxe muitos problemas

- O que aconteceu e onde aconteceu?

---

---

- O que estava a fazer antes da situação acontecer?

---

---

- Qual foi a primeira coisa que aconteceu?

---

---

- O que aconteceu depois?

---

---

- Quem estava lá? Quem estava envolvido na situação?

---

---

- O que fez? Como reagiu?

---

---

- O que poderia fazer para evitar ou resolver o problema?

---

---

- Quais seriam os ganhos, caso tivesse agido dessa maneira?

---

---

E os prejuízos?

---

---

Nome: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

## Análise Descritiva do Problema

**1. Qual o problema que enfrentei ou que estou a enfrentar?**

---

---

**2. O que eu senti ou estou a sentir?**

---

---

**3. Como é que eu poderei resolver essa situação?**

---

---

**4. Para cada solução, pergunte:**

A solução é segura? Sim (\_\_\_) Não (\_\_\_)

È a melhor maneira de resolver o problema? Sim (\_\_\_) Não (\_\_\_)

**5. Quais serão as possíveis consequências?**

---

---

**6. Como é que as outras pessoas (intervenientes) se sentirão?**

Irritadas (\_\_\_) Com medo (\_\_\_) Com raiva (\_\_\_) Tristes (\_\_\_)

Assustadas (\_\_\_) Desiludidas (\_\_\_) Indiferença (\_\_\_) Outras (\_\_\_)

Qual?

---

**7. O que pode acontecer se eu agir dessa maneira?**

---

---

**8. O que de melhor pode acontecer, se eu agir dessa maneira?**

---

---

**9. O que de pior pode acontecer, se eu agir dessa maneira?**

---

---

**10. O que tem mais chances de acontecer? O melhor ou o pior? Porquê?**

---

---

**11. Que decisão vou tomar? Porquê?**

---

---

**12. Estou preparado para lidar com a situação e as suas consequências?**

---

---

**Nome:** \_\_\_\_\_ **Data:** \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

## Orientação para a RESOLUÇÃO DO PROBLEMA

### Perante qualquer problema:

- 1) Identifique ou reconheça a situação problemática;
- 2) Aceite que os problemas são normais e inevitáveis;
- 3) Procurar a solução do problema é um meio eficaz para o resolver;
- 4) Tenha auto-controlo (respire fundo, saia para dar uma volta...);
- 5) Pare e pense;
- 6) Ponha em ordem os seu pensamentos;
- 7) Avalie as consequências: **maximize** as consequências positivas e **minimize** as negativas;

### Diante de qualquer problema procure verificar:

- 1) Quem está envolvido no problema?
- 2) Quem é o responsável pelo problema?
- 3) O que está a sentir?
- 4) Como pensa resolver o problema?
- 5) O que acontecerá se eu não solucionar o problema?
- 6) Como o problema começou?
- 7) Como devo solucionar este problema?

### Análise e descrição dos ganhos e prejuízos:

- 1) A solução que eu encontrei e tomei foi a mais adequada? **Sim** (  )      **Não** (  )
- 2) Eu sinto-me bem com a decisão que tomei? **Sim** (  )      **Não** (  )
- 3) Estou satisfeito com a resolução? **Sim** (  )      **Não** (  )
- 4) Quais foram os resultados desta decisão? **Boas** (  )      **Más** (  )
- 5) Eu consegui manter o controlo? **Sim** (  )      **Não** (  )

Nome: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

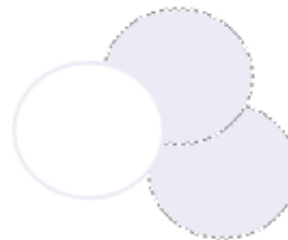
## Treino de Resolução de Problemas

A resolução de problemas é “o **processo** pelo qual a pessoa **descobre** uma **combinação de regras** anteriormente **aprendidas** que ela **pode aplicar** para **atingir uma solução** da situação problemática” (Gagné, 1965).

**Solução eficaz:** respostas que não só nos fazem alcançar os objectivos propostos, mas que ao mesmo tempo maximizam as consequências positivas (benefícios) e minimizam outras negativas (custos).

# Anexos ACM

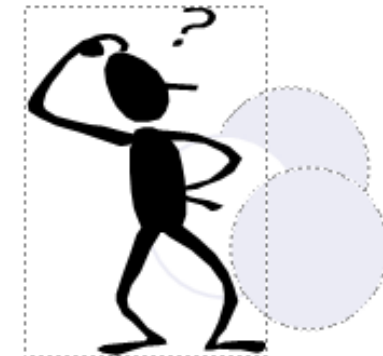
## GUIA PRÁTICO: Treino de Resolução de Problemas



Centro Hospitalar Cova da Beira  
Serviço de Nutrição e Actividade Física  
Serviço de Psicologia



## Treino de Resolução de



## GUIA PRÁTICO: Treino de Resolução de Problemas

“Do Problema à Solução:  
Um passo apenas”


## INTRODUÇÃO: Resolução de Problemas



No mundo da Psicologia, um **problema** caracteriza-se por ser qualquer questão que pode dar margens a hesitação ou perplexidade, pela dificuldade de explicação ou resolução. Sendo assim pode ser, em alguns casos, um conflito afectivo que perturba o equilíbrio psicológico de uma pessoa ou um grupo de indivíduos.

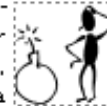
Perales (1993) definiu problema como qualquer situação que produz, por um lado, um certo grau de incerteza e, por outro, uma conduta em busca de uma solução.

De qualquer modo, falar em problema é considerar uma gama de situações que inclui, desde simples quebra-cabeças, até aos problemas que enfrentamos no nosso quotidiano, que implicam a utilização de conhecimentos e/ou competências muito particulares.

Neste sentido, D'Zurilla e Goldfried (1971) desenharam a "Técnica de Resolução de Problemas". Veja o que é? 

### "Técnica de Resolução de Problemas"

Ensina e proporciona às pessoas um conjunto de competências que as permite identificar os problemas, produzir soluções alternativas, seleccionar uma solução e comprovar a eficácia da mesma.



#### Objectivos da Resolução de Problemas :

1. Ajudar as pessoas a identificar os seus problemas;
2. Ajudá-las a reconhecer os recursos/competências;
3. Ensinar-lhes um método (eficaz) para lidar problemas;
4. Promover um senso de controlo sobre os problemas;
5. Oferecer-lhes um método para lidar com problemas futuros.

#### PASSOS PARA RESOLVER UM PROBLEMA:

1. Fase Pedagógica;
2. Definição do Problema;
3. Gerar soluções (*Brain Storming*);
4. Selecção de uma alternativa;
5. Teste de solução/Avaliação dos resultados;



#### Técnicas cognitivas utilizadas:

- Criar possíveis soluções para os problemas;
- Vantagens e desvantagens das soluções potenciais;
- Ensaio cognitivo;
- Representação de papéis e inversão de papéis;
- Programação de actividades;
- Confrontar crenças irracionais;
- Controlo de contingências;
- Dar informações e orientação.

Na prática utiliza-se:

*Brain storming*; técnica das 2 colunas; *Role Play*; Lista de prioridades, tempo disponível, cronograma; Verificação da validade da crença; Atribuição de recompensas.

#### Algumas razões para o fracasso:

Baixa auto-estima e falta de confiança;  
Problemas do paciente reflectem dificuldades de personalidade de longa duração;  
Falha do terapeuta na fase de avaliação e identificação de

#### GUIA PRÁTICO: Treino de Resolução de Problemas

Centro Hospitalar Cova da Beira  
Serviço de Nutrição e Actividade Física  
Serviço de Psicologia

Morada: Quinta do Azeite  
6200-251 COVA DA BEIRA  
Telefone: 27 533 00 00  
Fax: 27 533 00 00  
[www.chcbeira.pt](http://www.chcbeira.pt)