

ESCALA DE SATISFAÇÃO COM O SUPORTE SOCIAL

(Ribeiro, 1999)

A SEGUIR IRÃO SER LIDAS VÁRIAS AFIRMAÇÕES, SEGUIDAS DE CINCO LETRAS. INDIQUE A LETRA QUE MELHOR QUALIFICA A SUA FORMA DE PENSAR. POR EXEMPLO, NA PRIMEIRA AFIRMAÇÃO, SE VOCÊ PENSA QUASE SEMPRE QUE POR VEZES SE SENTE SÓ NO MUNDO E SEM APOIO, DEVERÁ INDICAR A LETRA **A**, SE ACHA QUE NUNCA PENSA ISSO DEVERÁ INDICAR A LETRA **E**.

	Concordo totalmente	Concordo na maior parte	Não concordo nem discordo	Discordo na maior parte	Discordo totalmente	
1-Por vezes sinto-me só no mundo e sem apoio	A	B	C	D	E	4
2-Não saio com amigos tantas vezes quantas eu gostaria	A	B	C	D	E	3
3-Os amigos não me procuram tantas vezes quantas eu gostaria	A	B	C	D	E	3
4-Quando preciso de desabafar com alguém encontro facilmente amigos com quem o fazer	A	B	C	D	E	2
5-Mesmo nas situações mais embaraçosas, se precisar de apoio de emergência tenho várias pessoas a quem posso recorrer	A	B	C	D	E	5
6-Às vezes sinto falta de alguém verdadeiramente íntimo que me compreenda e com quem possa desabafar sobre coisas íntimas	A	B	C	D	E	2
7-Sinto falta de actividades sociais que me satisfaçam	A	B	C	D	E	4
8-Gostava de participar mais em actividades de organizações (p.ex. clubes desportivos, escuteiros, partidos políticos, etc.)	A	B	C	D	E	5
9-Estou satisfeito com a forma como me relaciono com a minha família	A	B	C	D	E	4
10-Estou satisfeito com a quantidade de tempo que passo com a minha família	A	B	C	D	E	2
11-Estou satisfeito com o que faço em conjunto com a minha família	A	B	C	D	E	4
12-Estou satisfeito com a quantidade de amigos que tenho	A	B	C	D	E	2
13-Estou satisfeito com a quantidade de tempo que passo com os meus amigos	A	B	C	D	E	3
14-Estou satisfeito com as actividades e coisas que faço com o meu grupo de amigos	A	B	C	D	E	3
15-Estou satisfeito com o tipo de amigos que tenho	A	B	C	D	E	3

49 pontos