# Entrevista

Dados pessoais

Nome (facultativo):_____

Idade: _____ anos

Sexo: masculino □ ou feminino □

Residência: _____

Estado civil: _____

Agregado familiar: _____

Sabe ler? Sim □ Não □ Sabe escrever? Sim □ Não □

Escolaridade: _____

Entrevista

1. Está reformado há quantos anos? _____
2. Principal actividade profissional que exercia: _____
3. Qual o motivo da passagem à reforma?

_____

4. De todos os anos que já viveu, defina um período de dez anos que seja para si o melhor da sua existência. Porquê?

_____

_____

_____

5. Como foi a sua juventude? Tem saudades dessa juventude? Porquê?

_____

_____

_____

_____

6. “Ser idoso”: Um sacrifício ou um privilégio? Porquê?

_____

_____

_____

7. Acha que devíamos morrer antes de atingir a idade da reforma, 65 anos? Porquê?

_____

_____

_____

8. Qual foi a melhor coisa/situação que lhe aconteceu desde que se reformou?

_____

_____

_____

9. Considera-se uma pessoa feliz? Porquê? E antes da idade da reforma, era feliz?

_____

_____

_____

10. O que é que precisa para ser mais feliz? O que é que tinha que mudar?
Indique quatro condições.

_____

_____

_____

11. Se voltasse atrás no tempo: Mantinha as mesmas decisões/opções?
Mudava alguma coisa na sua vida? Se sim, diga o que é que mudava.

_____

_____

_____

12. Acha que as decisões que tomou durante a sua vida, condicionam hoje, o seu bem-estar a sua felicidade e a sua qualidade de vida? Ou o facto de envelhecer é igual para todos e portanto todos o sentem da mesma maneira independentemente da história de vida de cada um?

_____

_____

_____

13. Qual destes aspectos lhe parece o mais importante para sermos felizes e ao mesmo tempo o mais comum a todos nós que somos humanos e por natureza envelhecemos? Porquê?
Amor, Amizade, Afectos □
Dinheiro □
Saúde/Boa forma □
Ocupação e Lazer □

_____

_____

_____

Muito obrigada pela colaboração

# Escala de alterações bio-psiquico e sociais após os 65 anos

| | |
|---|---|
| Nome (facultativo): | |
| Idade: | Sexo: |
| Estado civil: | |

1. Por cada afirmação abaixo, faça um círculo no número que melhor se adequar à sua opinião, sobre as alterações ocorridas com a entrada nos 65 anos e a consequente passagem à reforma, sendo que o 1 corresponde a "Não Concordo" e o 3 a "Concordo Totalmente"

| | Não Concordo | Concordo em parte | Concordo Totalmente |
|---|---|---|---|
| Ocupou-se com actividades de lazer | 1 | 2 | 3 |
| Começou a frequentar uma associação/colectividade | 1 | 2 | 3 |
| Fez novas amizades | 1 | 2 | 3 |
| Teve medo da solidão | 1 | 2 | 3 |
| Manteve o mesmo poder de compra que tinha | 1 | 2 | 3 |
| Procurou ser útil, fazendo coisas e ajudando os outros | 1 | 2 | 3 |
| Melhorou a sua saúde - prevenção | 1 | 2 | 3 |
| Manteve contacto com antigos colegas de trabalho | 1 | 2 | 3 |
| Integrou outra actividade profissional | 1 | 2 | 3 |
| Deixou de sentir necessidade de carinho c/ ou s/ sexo | 1 | 2 | 3 |
| Aprendeu coisas novas | 1 | 2 | 3 |
| Aumentaram as possibilidades de sair/passear | 1 | 2 | 3 |
| Lamentou ter chegado tão cedo – preferia trabalhar | 1 | 2 | 3 |
| Manteve ou iniciou actividade física regular | 1 | 2 | 3 |
| Melhorou o aspecto físico/imagem | 1 | 2 | 3 |
| Reforçou os laços familiares | 1 | 2 | 3 |

1. Por cada afirmação abaixo, faça um círculo no número que melhor se adequar à sua opinião, sobre os aspectos que recorda com mais saudade da sua juventude, sendo que o 1 corresponde a "Não Concordo" e o 3 a "Concordo Totalmente".

| | Não Concordo | Concordo em parte | Concordo Totalmente |
|---|---|---|---|
| Grupo de amigos | 1 | 2 | 3 |
| Aspecto físico | 1 | 2 | 3 |
| Boa saúde | 1 | 2 | 3 |
| Bailes, festas e romarias | 1 | 2 | 3 |
| Convívios em Família | 1 | 2 | 3 |
| Fazer férias /praia | 1 | 2 | 3 |
| Namoro/actividade sexual | 1 | 2 | 3 |
| Trabalho profissional | 1 | 2 | 3 |
| Autonomia/participação | 1 | 2 | 3 |
| Brincar com as crianças/filhos | 1 | 2 | 3 |
| Ocupação dos tempos livres | 1 | 2 | 3 |
| Poder de compra | 1 | 2 | 3 |
| Passeios/diversão | 1 | 2 | 3 |
| Condições da habitação | 1 | 2 | 3 |
| Realizar trabalhos manuais | 1 | 2 | 3 |
| Tipo de Alimentação | 1 | 2 | 3 |
| Rede de vizinhança | 1 | 2 | 3 |
| Respeito entre as pessoas | 1 | 2 | 3 |

Obrigado pela sua colaboração no nosso estudo!