

FORMULÁRIO DE PRÉ-TESTE / PÓS-TESTE

Manual do Formador

Participante: _____

Data: _____

Tipo de aplicação:

- ☐ Pré-teste (início da Sessão 1)
☐ Pós-teste (final da Sessão 6)

Este formulário não é um exame. Não existem respostas certas ou erradas. Responda com sinceridade a todas as perguntas.

1. Quando uma criança começa subitamente a chorar, qual é o primeiro pensamento que lhe ocorre?

- ☐ Pergunto: “Para de chorar; porque estás a chorar?”
☐ Digo: “Não chores; isso passa. Não há motivo para ficar triste.”
☐ Aproximo-me da criança, fico presente sem dizer nada inicialmente e digo: “Podemos conversar quando estiveres preparado.”
☐ Muitas vezes não sei o que fazer.

2. Como definiria o conceito de “Inteligência Emocional (IE)”? (Escreva brevemente pelas suas próprias palavras.)

3. Quais das seguintes emoções considera que têm uma função nas crianças — isto é, uma função protetora ou de apoio ao desenvolvimento? (Pode selecionar mais do que uma.)

- | | |
|---|---|
| ☐ Raiva | ☐ Tristeza |
| ☐ Medo | ☐ Prazer/Alegria |
| ☐ Amor | ☐ Surpresa |
| ☐ Nojo | ☐ Vergonha |
| ☐ Todas têm uma função. | |
| ☐ As emoções negativas não têm função. | |

4. Quando uma criança está a viver uma crise de raiva — grita e atira objetos — o que faz? (Selecione a resposta que utiliza com maior frequência.)

- ☐ Levanto a voz e digo: "Para!"
- ☐ Intervenho imediatamente e contenho fisicamente a criança.
- ☐ Mantenho a calma, aproximo-me e digo em voz baixa: "Estou aqui; estou contigo."
- ☐ Fico sem saber o que fazer.

5. Concorda com a afirmação: "A raiva é uma emoção natural, enquanto a agressão é um comportamento inaceitável"?

- ☐ Concordo totalmente.
- ☐ Concordo parcialmente.
- ☐ Não concordo.
- ☐ Não tenho a certeza.

6. O que faz quando tem de continuar a trabalhar com crianças enquanto se sente stressado ou zangado?

7. Qual das duas afirmações seguintes descreve melhor a empatia?

☐ "

Tenho muita pena de ti."

☐ "

Passar por isto deve ter-te colocado numa situação muito difícil; compreendo."

8. O que diria se uma criança lhe dissesse: "Ninguém gosta de mim"? (Escreva pelas suas próprias palavras.)

9. A afirmação seguinte está correta? "Validar a emoção da criança significa também aprovar o seu comportamento."

- ☐ Sim, está correta.
- ☐ Não, está incorreta.
- ☐ Não tenho a certeza.

10. Como costuma intervir quando duas crianças estão a lutar na instituição?

- ☐ Decido quem tem razão.
- ☐ Separo as duas crianças e falo com cada uma em separado.
- ☐ Oriento-as para encontrarem as suas próprias soluções.

☐ Muitas vezes não sei como intervir.

11. O que costuma fazer durante um conflito?

- ☐ Insisto em ganhar mesmo quando a outra pessoa tem razão.
- ☐ Digo: “Tu dás um passo e eu dou outro”, e procuro um compromisso.
- ☐ Procuro compreender as necessidades reais de ambas as partes e encontrar uma nova solução que responda às duas.
- ☐ Abdico da minha própria necessidade para que a outra pessoa fique satisfeita.

12. Existem situações em que tem dificuldade em dizer “Não”?

- ☐ Muito frequentemente.
- ☐ Por vezes.
- ☐ Raramente.
- ☐ Nunca.

13. Consegue explicar a diferença entre a linguagem do “Tu” e a linguagem do “Eu”?

14. Classifique cada uma das afirmações seguintes como ‘Passiva’, ‘Agressiva’ ou ‘Assertiva’:

Afirmação

Classificação

“Tu fazes sempre isto!”

“Está bem, faremos como tu disseres.”

“Esta situação deixa-me desconfortável; podemos falar sobre isso?”

15. Avalie-se de 1 a 5 em cada uma das áreas seguintes:

(1 = Nada competente 5 = Muito competente)

Área

Pontuação

Reconhecer as emoções das crianças

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

Manter a calma durante uma crise

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

Criar empatia com uma criança

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

Resolver conflitos de forma construtiva

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

Gerir as minhas próprias emoções

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

Estabelecer limites / saber dizer “Não”

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

16.

☐ Pré-teste: O que mais deseja aprender com esta formação?

☐ Pós-teste: O que mais mudou para si em resultado desta formação?

Agradecemos a sua participação e sinceridade. • Empowered by Empathy — Erasmus+ KA210-ADU