



INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO CEARÁ

Av. Prefeito Raimundo José Rabelo, nº 2717, - Bairro Júlia Santiago - CEP 62940-000 - Morada Nova - CE -

www.ifce.edu.br

CURSO:

DATA:

QUESTIONÁRIO FINAL

1. Em que medida esta sessão de biblioterapia foi útil para você?

- (1) Nada útil;
- (2) Pouco útil;
- (3) Moderadamente útil;
- (4) Útil
- (5) Extremamente útil.

2. Você se sentiu à vontade para expressar seus sentimentos ou pensamentos durante a discussão?

- () Sim
- () Parcialmente
- () Não

3. Você conseguiu relacionar o texto lido com alguma situação da sua vida acadêmica/pessoal?

- () Sim
- () Parcialmente
- () Não

4. Qual foi o principal aprendizado ou *insight* que você leva desta sessão?

5. Qual a sua sugestão para futuras sessões de Biblioterapia?



INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO CEARÁ

Av. Prefeito Raimundo José Rabelo, nº 2717, - Bairro Júlia Santiago - CEP 62940-000 - Morada Nova - CE -

www.ifce.edu.br

CURSO:

DATA:

QUESTIONÁRIO INICIAL

1. Em uma escala de 1 a 5, como você classificaria seu nível de estresse na universidade atualmente?
☐ (1) Muito baixo
☐ (2) Baixo
☐ (3) Moderado
☐ (4) Alto
☐ (5) Muito alto
2. Qual aspecto da sua vida acadêmica/profissional causa mais ansiedade? (Marque até 2 opções)
☐ () Exigência técnica e complexidade dos projetos.
☐ () Pressão por bom desempenho/notas.
☐ () Incerteza sobre o futuro profissional na Aquicultura.
☐ () Dificuldade em equilibrar estudos e vida pessoal.
☐ () Relacionamento com colegas/professores.
3. Com que frequência você sente que precisa "ser perfeito" ou "não pode falhar"?
☐ () Nunca ou Raramente
☐ () Às vezes
☐ () Na maioria das vezes
☐ () Sempre
4. Você utiliza a leitura (literária, ficção, poesia, etc.) como uma forma de aliviar o estresse ou refletir sobre seus problemas?
☐ () Sim, frequentemente
☐ () Sim, às vezes
☐ () Não
5. Qual sentimento você mais associa ao curso atualmente? (Palavra-chave)