

## **Anexo A**



32. A não redução de salários, mesmo que trabalhe menos horas mensais devido à família	Existe	Não Existe	1	2	3	4	5	Não sei
<b>Na sua organização existem e são utilizadas estas políticas informais?</b>								
33. Direito a promoções e ao mesmo posto de trabalho após as licenças relacionadas com parentalidade								
34. Compactação das horas de trabalho semanal em moldes que permitem o aumento dos dias livres para descanso (ex: metade da semana trabalha 9 horas/dia e nos restantes 7 horas/dia)								
35. Adoção de modalidades de teletrabalho (trabalhar a partir de casa)								
36. Criação de bases de dados com todo o tipo de serviços que possam ser úteis aos colaboradores com responsabilidades familiares								
37. Apoio social em termos de cantina, transporte, seguros								
38. Atividades de lazer, jornal da empresa com o envolvimento colaboradores e dos seus familiares								
39. Serviços de encaminhamento dos filhos e de idosos para cuidados, caso necessário								
40. Financiamento parcial dos custos com cuidados aos filhos (ex Ajuda no material escolar)								
41. Possibilidade de comunicação, através de videoconferência, em reuniões com a organização								
42. Implementação de hora limite para agendamento das reuniões								
43. Política das luzes apagadas (após uma hora estipulada pela organização, as luzes são desligadas com objetivo dos colaboradores irem para casa)								
44. Atribuição de benefícios monetários ou materiais aquando o nascimento da criança								
45. Facilitação na marcação de férias								
46. Facilitação na justificação de faltas motivadas por razões de assistência à família								
47. Concessão de dias de férias suplementares								
48. Protocolos com entidades exteriores à organização e/ou apoio financeiro para pagamento de serviços de acolhimento, educação, saúde e bem-estar dos seus colaboradores								
49. Complemento das prestações pagas pela segurança social (ex. subsídios por doença, invalidez e morte)								
50. Apoio psicológico na organização								
51. Organização de fóruns para os colaboradores que são pais, onde podem discutir ideias, estratégias e partilhar experiências								
52. Poder ausentar-se do posto de trabalho por uma emergência familiar, sem aviso prévio								
53. Atribuição de subsídio de casamento								
54. Atribuição de prémios anuais ou mensais								

**2. Refira as políticas que considera mais importantes como colaborador para uma boa conciliação entre o trabalho e a família, utilizando os números das políticas apresentadas anteriormente.**

1º	
2º	
3º	

**Exemplo:**

1º	53 (Atribuição de subsídio de casamento)
2º	54 (Atribuição de prémios anuais ou mensais)
3º	45 (Facilitação na marcação de férias)

**3. Das políticas referidas nas tabelas anteriores, que não existem na sua organização, quais as que gostava que existissem, utilizando os números das políticas.**

a)	
b)	
c)	

**Exemplo:**

a)	53 (Atribuição de subsídio de casamento)
b)	54 (Atribuição de prémios anuais ou mensais)
c)	45 (Facilitação na marcação de férias)

**4. De seguida, assinale com um X, o seu nível de concordância com as afirmações apresentadas, considerando a escala:**  
**Discordo Totalmente 1 2 3 4 5 Concordo Totalmente**

<b>No seu trabalho, você</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1. Trabalha horas extra para que o trabalho esteja concluído no prazo.					
2. Presta atenção aos detalhes importantes.					
3. Trabalha mais arduamente do que o necessário.					
4. Pede por trabalhos que sejam desafiantes.					
5. Exercita a disciplina pessoal e o autocontrolo.					
6. Toma a iniciativa para resolver um problema de trabalho.					
7. Persiste em conseguir ultrapassar obstáculos para completar uma tarefa.					
8. Enfrenta tarefas difíceis de modo entusiástico.					

<b>No seu trabalho, você</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1. Elogia os seus companheiros de trabalho quando eles são bem sucedidos.					
2. Suporta ou encoraja um colega de trabalho quando este enfrenta um problema pessoal					
3. Fala com outros colegas de trabalho antes de tomar ações que os possam afetar					
4. Diz coisas que façam as pessoas sentirem-se bem com elas próprias ou bem dentro do grupo de trabalho					
5. Encoraja os outros a ultrapassarem as suas diferenças e a darem-se bem					
6. Trata os outros justamente					
7. Ajuda os outros, sem que seja necessário pedirem-lhe					

**5. Assinale, por favor, em que medida concorda ou discorda com as seguintes afirmações, utilizando a escala:**  
**Discordo Totalmente 1 2 3 4 5 Concordo Totalmente**

	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1. Sou capaz de negociar e cumprir o que é esperado de mim no meu trabalho e na minha família					
2. Consigo corresponder às expetativas, quanto ao meu papel, das pessoas importantes no meu trabalho e na minha vida familiar					
3. As pessoas que me são próximas diriam que eu consigo um bom equilíbrio entre vida profissional e familiar					
4. Sou capaz de cumprir as expetativas que os meus supervisores e os meus familiares têm sobre mim					
5. Os meus colegas de trabalho e os membros da minha família diriam que eu correspondo às suas expetativas					
6. É claro para mim, com base no feedback dos meus colegas de trabalho e dos membros da minha família, que estou a cumprir as minhas responsabilidades quer no trabalho como na família					

**6. Pense de um modo geral como se sente no seu trabalho e assinale o quanto concorda com cada uma das afirmações, utilizando a escala:**

**Discordo Totalmente 1 2 3 4 5 Concordo Totalmente**

<b>Pense no emprego que tem atualmente</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1. Eu sinto-me bastante satisfeito(a) com a minha vida profissional					
2. Eu encontro uma verdadeira satisfação no meu trabalho					
3. Eu considero que o meu emprego é melhor do que a média dos empregos					
4. A maior parte dos dias estou entusiasmado(a) com a minha vida profissional					
5. Raramente estou aborrecido(a) com o meu trabalho.					

### Caraterísticas da Organização

1. Setor de atividade:

Atividades do setor primário (ex: pesca, agricultura, pecuária, etc)

Industrial (ex: construção civil, indústria naval, automóvel, etc)

Prestação de Serviços (ex: transportes, comunicações, administração pública, etc)

  
  

2. Dimensão da empresa:

Micro (< 10 trabalhadores)

Pequena (11- 49 trabalhadores)

Média (50 – 249 trabalhadores)

Grande (>250 trabalhadores)

  
  
  

3. Distrito: \_\_\_\_\_

4. Tipo de empresa:

Privada

Pública

### Dados Sociodemográficos

1. Sexo: F  M

2. Idade: \_\_\_\_\_

3. Estado civil:

Solteiro

Divorciado

Viúvo

Casado

  
  
  

4. Cargo ocupado na organização:

5. Tem familiares dependentes a seu cargo?

Sim

Quantos? \_\_\_\_\_

Não

6. Caso tenha respondido sim

Crianças

Idades \_\_\_\_\_

Jovens

Idades \_\_\_\_\_

Adultos

Idades \_\_\_\_\_

Idosos

Idades \_\_\_\_\_

7. Habilitações \_\_\_\_\_

8. Há quantos anos trabalha na empresa \_\_\_\_\_

Se surgiu alguma dúvida no preenchimento do questionário, por favor, envie mensagem para o seguinte e-mail: [rute.isabel.21@gmail.com](mailto:rute.isabel.21@gmail.com).

Se estiver interessado em receber os resultados globais deste estudo, por favor, deixe o seu endereço electrónico: \_\_\_\_\_

**Muito Obrigada pela sua Colaboração!**