

Questionário de Vivências Acadêmicas - versão reduzida (QVA-r)

De acordo com a sua opinião ou sentimento, pontue a sua resposta numa escala de 1 a 5 pontos conforme indicado:

(1) Nada a ver comigo, totalmente em desacordo, nunca acontece. (2) Pouco a ver comigo, muito em desacordo, poucas vezes acontece. (3) Algumas vezes de acordo comigo e outras não, algumas vezes acontece e outras não. (4) Bastante a ver comigo, muito de acordo, acontece muitas vezes. (5) Tudo a ver comigo, totalmente de acordo, acontece sempre.

1	Faço amigos com facilidade na minha Universidade	(1) (2) (3) (4) (5)
2	Acredito que posso concretizar meus valores na profissão que escolhi	(1) (2) (3) (4) (5)
3	Mesmo que pudesse não mudaria de Universidade	(1) (2) (3) (4) (5)
4	Costumo ter variações de humor	(1) (2) (3) (4) (5)
5	Olhando para trás, consigo identificar as razões que me levaram a escolher este curso	(1) (2) (3) (4) (5)
6	Nos estudos não estou conseguindo acompanhar o ritmo dos meus colegas de turma	(1) (2) (3) (4) (5)
7	Escolhi bem o curso que frequento	(1) (2) (3) (4) (5)
8	Tenho boas qualidades para a área profissional que escolhi	(1) (2) (3) (4) (5)
9	Sinto-me triste ou abatido(a)	(1) (2) (3) (4) (5)
10	Administro bem o meu tempo	(1) (2) (3) (4) (5)
11	Ultimamente, me sinto desorientado(a) e confuso(a)	(1) (2) (3) (4) (5)
12	Gosto da Universidade que estudo	(1) (2) (3) (4) (5)
13	Há situações em que me sinto que estou perdendo o controle	(1) (2) (3) (4) (5)
14	Sinto-me envolvido com meu curso	(1) (2) (3) (4) (5)
15	Conheço bem os serviços oferecidos pela minha Universidade	(1) (2) (3) (4) (5)
16	Gostaria de concluir o meu curso na instituição que agora frequento	(1) (2) (3) (4) (5)
17	Nos últimos tempos me tornei mais pessimista	(1) (2) (3) (4) (5)
18	Meus colegas tem sido importantes para meu crescimento pessoal	(1) (2) (3) (4) (5)
19	Minha trajetória universitária corresponde às minhas expectativas vocacionais	(1) (2) (3) (4) (5)
20	Sinto cansaço e sonolência durante o dia	(1) (2) (3) (4) (5)
21	Acredito que meu curso me possibilitará a realização profissional	(1) (2) (3) (4) (5)
22	Acredito possuir bons amigos na Universidade	(1) (2) (3) (4) (5)
23	Sinto-me em forma e com um bom ritmo de trabalho	(1) (2) (3) (4) (5)
24	Tenho desenvolvido amizades satisfatórias com os meus colegas de curso	(1) (2) (3) (4) (5)
25	Tenho momentos de angústia	(1) (2) (3) (4) (5)
26	Tenho dificuldades de encontrar um colega que me ajude num problema pessoal	(1) (2) (3) (4) (5)
27	Não consigo me concentrar numa tarefa durante muito tempo	(1) (2) (3) (4) (5)
28	Faço um planejamento diário das coisas que tenho para fazer	(1) (2) (3) (4) (5)

29	Tenho boas relações de amizade com colegas de ambos os sexos	(1) (2) (3) (4) (5)
30	Consigo ter o trabalho escolar sempre em dia	(1) (2) (3) (4) (5)
31	Quando conheço novos colegas, não sinto dificuldade em iniciar uma conversa	(1) (2) (3) (4) (5)
32	Escolhi o curso que me parece mais de acordo com as minhas aptidões e capacidades	(1) (2) (3) (4) (5)
33	Sou conhecido(a) como uma pessoa amigável e simpática	(1) (2) (3) (4) (5)
34	Penso em muitas coisas que me deixam triste	(1) (2) (3) (4) (5)
35	Procuro conviver com os meus colegas fora dos horários das aulas	(1) (2) (3) (4) (5)
36	Sei estabelecer prioridades no que diz respeito à organização do meu tempo	(1) (2) (3) (4) (5)
37	Tomo a iniciativa de convidar os meus amigos para sair	(1) (2) (3) (4) (5)
38	As minhas relações de amizade são cada vez mais estáveis, duradouras e independentes	(1) (2) (3) (4) (5)
39	Faço boas anotações das aulas	(1) (2) (3) (4) (5)
40	Sinto-me fisicamente debilitado/a	(1) (2) (3) (4) (5)
41	A instituição de ensino que frequento não me desperta interesse	(1) (2) (3) (4) (5)
42	Consigo ser eficaz na minha preparação para as provas	(1) (2) (3) (4) (5)
43	A biblioteca da minha Universidade é completa	(1) (2) (3) (4) (5)
44	Procuro sistematizar/organizar a informação dada nas aulas	(1) (2) (3) (4) (5)
45	Simpatizo com a cidade onde se situa a minha Universidade	(1) (2) (3) (4) (5)
46	Tenho dificuldades para tomar decisões	(1) (2) (3) (4) (5)
47	Sinto-me desiludido(a) com meu curso	(1) (2) (3) (4) (5)
48	Tenho capacidade para estudar	(1) (2) (3) (4) (5)
49	Os meus gostos pessoais foram decisivos na escolha do meu curso	(1) (2) (3) (4) (5)
50	Tenho-me sentido ansioso(a)	(1) (2) (3) (4) (5)
51	Estou no curso com que sempre sonhei	(1) (2) (3) (4) (5)
52	Sou pontual na chegada às aulas	(1) (2) (3) (4) (5)
53	A minha Universidade tem boa infraestrutura	(1) (2) (3) (4) (5)
54	Não consigo fazer amizade com os meus colegas	(1) (2) (3) (4) (5)
55	Mesmo que pudesse não mudaria de curso	(1) (2) (3) (4) (5)