

MindQuest - Pesquisa Acadêmica para Desenvolvimento da Aplicação

Convidamos você a participar de uma pesquisa para um Trabalho de Graduação da FATEC Sorocaba, realizada por alunos do curso de Análise e Desenvolvimento de Sistemas. O objetivo é coletar dados sobre as necessidades dos usuários, visando o desenvolvimento de um aplicativo de auto avaliação emocional chamado MindQuest.

Sua participação é voluntária e, caso desejar, anônima. As informações fornecidas serão confidenciais e usadas apenas para fins acadêmicos. Você pode desistir em qualquer momento, sem nenhum prejuízo.

Para dúvidas, entre em contato conosco através do E-Mail luiz.goulart@fatec.sp.gov.br

*** Indica uma pergunta obrigatória**

1. Concordo em responder ao questionário: *

Marque todas que se aplicam.

☐ Sim

Informações primárias

2. Qual sua faixa etária? *

Marcar apenas uma oval.

☐ 18 a 24 anos

☐ 25 a 34 anos

☐ 35 a 44 anos

☐ 45 a 54 anos

☐ 55 anos ou mais

3. Qual seu gênero? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Masculino
- ☐ Feminino
- ☐ Prefiro não dizer
- ☐ Outro: _____

4. Quantas horas de sono, em média, você tem por noite? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Mais de 8 horas
- ☐ 7 a 8 horas
- ☐ 5 a 6 horas
- ☐ Menos de 5 horas

5. Com que frequência você pratica atividades físicas? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Regularmente (5 a 7 dias por semana)
- ☐ Moderadamente (3 a 4 dias por semana)
- ☐ Raramente (1 a 2 dias por semana)
- ☐ Não pratico

6. Quais tipos de atividades mais te ajudam a relaxar ou melhorar o humor? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Atividades físicas
- ☐ Atividades culturais (filmes, livros, séries, música)
- ☐ Atividades sociais (amigos, família, eventos)
- ☐ Momentos de autocuidado (meditação, descanso, hobbies)
- ☐ Outro: _____

7. Com que frequência você costuma registrar ou refletir sobre suas emoções? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Todos os dias
- ☐ Algumas vezes por semana
- ☐ Raramente
- ☐ Nunca

8. Você já fez acompanhamento psicológico ou psiquiátrico? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim, atualmente faço
- ☐ Sim, já fiz no passado
- ☐ Não, mas tenho interesse
- ☐ Não e não tenho interesse
- ☐ Prefiro não dizer

Sobre o aplicativo

9. **Você utilizaria uma aplicação, como o MindQuest, no dia a dia? ***

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
- ☐ Não
- ☐ Talvez

10. **Caso você utilizasse o MindQuest, qual seria o seu principal objetivo? ***

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Melhorar meu bem-estar emocional
- ☐ Descobrir atividades e lugares próximos
- ☐ Receber recomendações de conteúdos (filmes, séries, livros)
- ☐ Acompanhar minha evolução emocional
- ☐ Outro: _____

11. **Você gostaria que o aplicativo sugerisse atividades com base na sua localização em tempo real? ***

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim, sempre
- ☐ Sim, mas apenas quando eu permitir
- ☐ Não, prefiro sugestões gerais

12. Dentre as opções abaixo, selecione as funcionalidades que você considera atrativas ao usar o aplicativo. *

Marque todas que se aplicam.

- ☐ Melhorar meu humor
- ☐ Criar hábitos mais saudáveis
- ☐ Registrar meu humor diariamente
- ☐ Comunidade e chat de apoio dentro do APP
- ☐ Recursos para contato com profissionais da área
- ☐ Recompensas (pontos, cosméticos, etc)
- ☐ Gamificação (Conquistas e missões)
- ☐ Missões e atividades com base no humor diário
- ☐ Exercícios de respiração/meditação
- ☐ Outro: _____

13. Deixe aqui alguma crítica ou sugestão.

Este conteúdo não foi criado nem aprovado pelo Google.

Google Formulários