Módulo de Apoyo a la Salud Mental

SUPLEMENTO 1

Por favor marque una respuesta para cada frase a menos que indique marcar todo lo que se aplica.
No tienes que responder a ninguna pregunta que no quieras responder.

Las siguientes preguntas se refieren a cuándo tu o alguien que conoces estaba pasando por un momento difícil y se sentía muy triste, estresado, solo o deprimido.

X1. En el último mes, ¿con qué frecuencia te sentiste muy estresado?

- **A)** Nunca
- **B)** A veces
- **C)** Casi todo el tiempo
- **D)** Todo el tiempo

X2. En el último mes, ¿con qué frecuencia te sentiste muy solo?

- **A)** Nunca
- **B)** A veces
- **C)** Casi todo el tiempo
- **D)** Todo el tiempo

X3. ¿Sabes de quién pedir ayuda en la escuela cuando te sientes muy triste, estresado, solo o deprimido?

- **A)** No
- **B)** Sí

X4. Si alguien de tu edad se sintiera muy triste, estresado, solo o deprimido, ¿podría hablar con un adulto ayudarlos a sentirse mejor?

- **A)** No
- **B)** Sí
- **C)** No sé

X5. Si alguien de tu edad se sintiera muy triste, estresado, solo o deprimido, ¿los niños(as) de tu escuela serían amables con ellos?

- **A)** No
- **B)** Sí
- **C)** No sé

FOR REFERENCE ONLY
DO NOT COPY

Módulo de Apoyo a la Salud Mental

SUPLEMENTO 1

X6. Si te sentías muy triste, estresado, solo o deprimido, ¿ hablar con un adulto podría ayudarte a sentirte mejor?

A) No
B) Sí
C) No sé

X7. Si te sentías muy triste, estresado, solo o deprimido, ¿serían amables los niños(as) de tu escuela?

A) No
B) Sí
C) No sé

X8. Si te sintieras muy triste, estresado, solo o deprimido, te... ***(Marca todas las respuestas que se aplican.)***

A) ¿hablaras con un maestro u otro adulto de tu escuela?
B) ¿hablaras con tus padres o con alguien de tu familia?
C) ¿podrías obtener ayuda de un consejero o terapeuta?
D) ¿hablaras con tus amigos?
E) ¿tendrías miedo de conseguir ayuda?
F) ¿no sabrías qué hacer?

X9. En el año pasado, ¿querías hablar con un consejero o terapeuta sobre tus sentimientos?

A) No
B) Sí
C) No sé

X10. En el año pasado, ¿recibiste ayuda de un consejero o terapeuta cuando lo necesitaste?

A) No, porque no necesitaba ayuda
B) No, no recibí ayuda cuando lo necesité
C) Sí, conseguí la ayuda cuando lo necesité

FOR REFERENCE ONLY
DO NOT COPY

Módulo de Apoyo a la Salud Mental

SUPLEMENTO 1

X11. En el año pasado, ¿dónde conseguiste ayuda de un consejero o terapeuta? (*Marca todas las respuestas que se aplican.)*

- **A)** En ninguna parte
- **B)** En la escuela (en persona, por teléfono o en línea)
- **C)** De un consejero o terapeuta no de mi escuela (en persona, por teléfono o en línea)
- **D)** En otro lugar
- **E)** No sé

X12. El año pasado, ¿un adulto de tu escuela se enoje o te conectó con un consejero o terapeuta fuera de la escuela para hablar de tus sentimientos?

- **A)** No
- **B)** Sí
- **C)** No sé

FOR REFERENCE ONLY
DO NOT COPY

Esta encuesta fue creada en 2016 y revisada en 2020 por el Departamento de Educación de California (CDE) y la Universidad de California, Instituto de Estudios de Políticas de Salud de San Francisco (UCSF) con fondos de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA).