

## 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

**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

## 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 enojó o te conectó con un consejero o terapeuta fuera de la escuela para hablar de tus sentimientos?**
- A) No
  - B) Sí
  - C) No sé

*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).*