

CARES: Comprehensive Assessment of Resilience and Emotional Strengths

El Equipo de Apoyo Estudiantil de tu escuela se está comunicando contigo para saber cómo te has sentido últimamente. Hemos creado esta encuesta para ayudar al personal de nuestra escuela a apoyar tu bienestar y tu éxito académico. Esta encuesta se enfoca en mejorar tu experiencia escolar en general.

Por favor lee cada pregunta con cuidado y elige la respuesta que mejor refleje tus sentimientos. Tu honestidad es crucial y no hay respuestas correctas ni incorrectas. Puedes omitir cualquier pregunta que prefieras no responder.

Tus respuestas son confidenciales y solo serán vistas por el Equipo de Apoyo Estudiantil de la escuela. Por favor, toma un momento para completar esta encuesta de bienestar estudiantil y comparte cómo te has sentido durante las últimas semanas.

¡Tu bienestar es muy importante para nosotros!

Gracias,
Equipo de Apoyo Estudiantil

[Obligatorio]

1. ¿En qué grado estás?

- A) 6
- B) 7
- C) 8
- D) 9
- E) 10
- F) 11
- G) 12

[Obligatorio]

2. Por favor introduce tu número de identificación de estudiante. _____

[Obligatorio]

3. ¿Estás de acuerdo en participar en esta encuesta?

- A) Sí, voy a completar la encuesta.
- B) No, me niego a participar en la encuesta.

CARES: Comprehensive Assessment of Resilience and Emotional Strengths

4. Describiría mi satisfacción con mi VIDA FAMILIAR como:

- A) Muy insatisfecho
- B) Insatisfecho
- C) Un poco insatisfecho
- D) Un poco satisfecho
- E) Satisfecho
- F) Muy satisfecho

5. Describiría mi satisfacción con mis AMISTADES como:

- A) Muy insatisfecho
- B) Insatisfecho
- C) Un poco insatisfecho
- D) Un poco satisfecho
- E) Satisfecho
- F) Muy satisfecho

6. Describiría mi satisfacción con mi EXPERIENCIA ESCOLAR como:

- A) Muy insatisfecho
- B) Insatisfecho
- C) Un poco insatisfecho
- D) Un poco satisfecho
- E) Satisfecho
- F) Muy satisfecho

7. Describiría mi satisfacción con YO MISMO como:

- A) Muy insatisfecho
- B) Insatisfecho
- C) Un poco insatisfecho
- D) Un poco satisfecho
- E) Satisfecho
- F) Muy satisfecho

CARES: Comprehensive Assessment of Resilience and Emotional Strengths

8. Describiría mi satisfacción con DONDE VIVO como:

- A) Muy insatisfecho
- B) Insatisfecho
- C) Un poco insatisfecho
- D) Un poco satisfecho
- E) Satisfecho
- F) Muy satisfecho

9. En este último mes, he tenido dificultad para relajarme.

- A) No es cierto en absoluto
- B) Un poco cierto
- C) Bastante cierto
- D) Muy cierto

10. En este último mes, me sentí triste y desanimado.

- A) No es cierto en absoluto
- B) Un poco cierto
- C) Bastante cierto
- D) Muy cierto

11. En este último mes, me puse de mal humor fácilmente.

- A) No es cierto en absoluto
- B) Un poco cierto
- C) Bastante cierto
- D) Muy cierto

12. En este último mes, se me dificultó lidiar con mi vida y pensé que iba a entrar en pánico.

- A) No es cierto en absoluto
- B) Un poco cierto
- C) Bastante cierto
- D) Muy cierto

CARES: Comprehensive Assessment of Resilience and Emotional Strengths

13. En este último mes, se me dificultó animarme sobre cualquier cosa.

- A) No es cierto en absoluto
- B) Un poco cierto
- C) Bastante cierto
- D) Muy cierto

14. Me siento cerca de las personas en esta escuela.

- A) Muy en desacuerdo
- B) En desacuerdo
- C) Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- D) De acuerdo
- E) Muy de acuerdo

15. Estoy contento de estar en esta escuela.

- A) Muy en desacuerdo
- B) En desacuerdo
- C) Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- D) De acuerdo
- E) Muy de acuerdo

16. Me siento como parte de esta escuela.

- A) Muy en desacuerdo
- B) En desacuerdo
- C) Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- D) De acuerdo
- E) Muy de acuerdo

17. Los maestros en esta escuela tratan a los estudiantes en manera justa.

- A) Muy en desacuerdo
- B) En desacuerdo
- C) Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- D) De acuerdo
- E) Muy de acuerdo

CARES: Comprehensive Assessment of Resilience and Emotional Strengths

18. Me siento seguro en mi escuela.

- A) Muy en desacuerdo
- B) En desacuerdo
- C) Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- D) De acuerdo
- E) Muy de acuerdo

19. Puedo hacer la mayoría de las cosas si lo intento.

- A) No es cierto en absoluto
- B) Un poco cierto
- C) Bastante cierto
- D) Muy cierto

20. Entiendo mis estados de ánimo y mis sentimientos.

- A) No es cierto en absoluto
- B) Un poco cierto
- C) Bastante cierto
- D) Muy cierto

21. Trato de responder todas las preguntas que se hacen en clase.

- A) No es cierto en absoluto
- B) Un poco cierto
- C) Bastante cierto
- D) Muy cierto

22. Hay un maestro o maestra o algún otro adulto de mi escuela que siempre quiere que ponga mi mayor esfuerzo en lo que hago.

- A) No es cierto en absoluto
- B) Un poco cierto
- C) Bastante cierto
- D) Muy cierto

CARES: Comprehensive Assessment of Resilience and Emotional Strengths

23. Los miembros de mi familia realmente se llevan bien entre ellos.

- A) No es cierto en absoluto
- B) Un poco cierto
- C) Bastante cierto
- D) Muy cierto

24. Tengo un amigo de mi edad que me ayuda cuando lo estoy pasando mal.

- A) No es cierto en absoluto
- B) Un poco cierto
- C) Bastante cierto
- D) Muy cierto

25. Acepto responsabilidad por mis acciones.

- A) No es cierto en absoluto
- B) Un poco cierto
- C) Bastante cierto
- D) Muy cierto

26. Trato de entender por lo que pasan otras personas.

- A) No es cierto en absoluto
- B) Un poco cierto
- C) Bastante cierto
- D) Muy cierto

27. Pienso antes de actuar.

- A) No es cierto en absoluto
- B) Un poco cierto
- C) Bastante cierto
- D) Muy cierto

CARES: Comprehensive Assessment of Resilience and Emotional Strengths

28. Usualmente pienso que tendré un buen día.

- A) No es cierto en absoluto
- B) Un poco cierto
- C) Bastante cierto
- D) Muy cierto

29. La mayoría de los días me siento GRATIFICADO.

- A) No es cierto en absoluto
- B) Un poco cierto
- C) Bastante cierto
- D) Muy cierto

30. En la mayoría de los días me siento ACTIVO.

- A) No es cierto en absoluto
- B) Un poco cierto
- C) Bastante cierto
- D) Muy cierto

31. ¿Cómo calificaría su salud mental general ? ¿en el presente? (La mala salud mental incluye estrés excesivo, ansiedad y depresión.)

	Muy pobre				Justo				Excelente		
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<i>Desliza para responder</i>											

32. ¿Cuáles son tus materias escolares favoritas? (Puedes seleccionar una o más.)

- A) Idiomas
- B) Estudios Sociales
- C) Educación Física
- D) Arte
- E) Matemáticas
- F) Inglés / Literatura
- G) Ciencias

CARES: Comprehensive Assessment of Resilience and Emotional Strengths

33. ¿Cuál de estas palabras te describe mejor? (Puedes seleccionar una o más.)

- A) Curioso/a
- B) Confiado/a
- C) Extrovertido/a
- D) Creativo/a
- E) Determinado/a
- F) Alegre
- G) Esperanzado/a
- H) Amable
- I) Ingenioso/a
- J) Autodisciplinado/a

34. ¿Te sientes cómodo respondiendo honestamente a estos temas?

	Muy incómodo										Completamente Cómodo
	0	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Desliza para responder											

Gracias por participar en nuestra encuesta de bienestar estudiantil.

Si expresaste interés en hablar con un consejero o en aprender más sobre los servicios de nuestro programa en el campus, de bienestar escolar, nos pondremos en contacto contigo pronto.

Recuerda que nuestro programa en el campus de consejería y bienestar está aquí para apoyarte en cualquier momento, ya sea que necesites ayuda con tu bienestar social, emocional o académico. ¡Tu bienestar es nuestra prioridad, y estamos comprometidos a ayudarte a prosperar!