



ENCUESTA (privado de libertad) Guatemala

Nombre del Centro Penitenciario: _____

Nombre: _____

Fecha: _____

La siguiente encuesta hace parte de la medición y evaluación de impacto del Método CARE que se viene desarrollando durante el último tiempo en los diferentes centros penitenciarios, acercando herramientas de Yoga y Meditación que promueven el mejoramiento en el bienestar y la calidad de vida de quien se encuentra privado de su libertad.

NOTA: Los datos recopilados en esta encuesta son de uso exclusivo del personal del Método Care, por lo cual, se mantendrá bajo reserva y confidencialidad su nombre y las respuestas que brinde al siguiente cuestionario.

1. ¿Cómo se ha sentido dentro de las clases del Método CARE?
 . Excelente
 . Bien
 . Normal
 . No me siento cómodo
Otro, ¿cuál?: _____
2. ¿Qué opinión tiene del Método CARE?
 . Me ha sorprendido
 . Es una herramienta para encontrar la paz interior y el bienestar
 . Es una herramienta para relajarme
Otro, ¿cuál?: _____
3. Dentro de las clases del Método CARE, ¿qué aspectos le parecen importantes?
 . Los temas me ayudan a identificar emociones y posturas ante la vida que no conocía
 . El marco teórico me ha apoyado para mi desarrollo humano
 . La música me relaja y la identifico con el curso
 . Me gusta la camiseta, como pertenencia a un grupo positivo.
 . He aprendido a respirar y a utilizar la respiración como herramienta.
4. ¿Qué siente cuando pone en práctica los ejercicios del Método?
 . Relajación corporal y mental
 . Concentración
 . Calma-serenidad



Otro, ¿cuál?: _____

5. ¿Después de la práctica del Método siente algún cambio?
(). Si, ¿cuál?: _____
(). No, ¿cuál?: _____
6. El Método CARE tiene el objetivo de relajar el cuerpo-mente-emociones, ¿cree usted que ese objetivo se cumple?
(). Si
(). No
7. ¿El espacio físico para la clase del Método CARE es adecuado?
(). Si
(). No
8. ¿Los ejercicios son fáciles de aprender y poner en práctica?
(). Si
(). No
9. ¿Practica usted los ejercicios en privado?
(). Si
(). No
(). A veces
10. ¿Qué tantas clases a la semana le gustaría tener del método CARE?
(). Entre 1 y 2 veces por semana
(). Entre 3 y 4 veces por semana
(). 5 veces por semana
11. Desde su opinión, ¿nota que las clases han impactado de manera positiva a las personas privadas de libertad?
(). Si, aportan en el ánimo y en el bienestar físico y mental grupal
(). Si, permiten un espacio de relajación solamente por la duración de la sesión
(). No
Otro, ¿cuál?: _____
12. ¿Los maestros/facilitadores internos/facilitadores externos realizan un buen trabajo?
(). Si
(). No