



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