



LA GUÍA DEL DEBATE DE PTA DE MENTES SALUDABLES

Su PTA puede usar esta guía para coordinar los debates con las familias a través de grupos focales o conversaciones individuales.

LAS PREGUNTAS

1. ¿Sabe lo que es la salud mental?
 - **Comparta esta definición:** La salud mental es un estado de bienestar en el que el individuo desarrolla su potencial, puede lidiar con el estrés normal de la vida diaria, puede trabajar de manera productiva y puede colaborar con su comunidad.
2. ¿Cuáles son las mayores preocupaciones relacionadas con la salud mental que existen en su familia actualmente?
3. ¿Cuáles son los principales obstáculos que enfrenta su familia para mantener una buena salud mental?
4. ¿Sabe lo que es el aprendizaje social y emocional?
 - **Comparta esta definición:** El aprendizaje social y emocional (SEL, por sus siglas en inglés) enseña a los niños las herramientas emocionales, relacionales, de respuesta y de vida necesarias para transitar con éxito y ser resiliente antes los retos de la vida e interactuar con otros de un modo positivo.
 - **Si su escuela está enfocada en el SEL:**
 - Pregunte a las familias si están al corriente de esto.
 - Comparta cómo le está yendo a su escuela.
 - **Si su escuela no está enfocada en el SEL:**
 - Pregunte a las familias si piensan que es algo importante para que la escuela le dé prioridad.
5. ¿Piensa que nuestra escuela crea un ambiente acogedor, seguro y que cuida la salud mental?
 - **En caso afirmativo,** ¿de qué modo? ¿Puede darnos 1 ejemplo de esto?
 - **En caso negativo,** ¿por qué no? ¿Puede darnos 1 ejemplo de esto?
6. ¿Cómo puede nuestra escuela mejorar para crear un ambiente acogedor, seguro y que cuida la salud mental?
7. ¿Sabía los nombres del equipo de atención de salud mental escolar y cómo contactarlos?
8. ¿Alguna vez ha hablado con el {escriba el tipo de personal de atención de su escuela: consejero, psicólogo, enfermero} de la escuela sobre cuestiones relacionadas con la salud mental de sus hijos o dudas que tengan ellos?



PTA HEALTHY LIFESTYLES

- **En caso afirmativo**, ¿puede contarnos con quién habló?
 - **En caso negativo**, ¿piensa que lo haría si sus hijos necesitaran ayuda?
9. {Si su escuela tiene otros servicios y programas de salud mental, haga la pregunta 9. De lo contrario, salte a la pregunta 10}.
- ¿Sus hijos han hablado alguna vez con el {escriba el tipo de personal de atención de su escuela: **consejero, psicólogo, enfermero**} de la escuela sobre cuestiones o dudas relacionadas con la salud mental?
- **En caso afirmativo**, ¿les fue de ayuda?
 - **En caso negativo**, ¿piensa que lo harían si necesitaran ayuda o alguien con quién hablar?
10. ¿Conoce los otros servicios o programas de salud mental que hay en la escuela?
- **Describe brevemente** los otros servicios o programas de salud mental que ofrece la escuela.
 - **Si las familias los conocían, pregunte:**
 - ¿Usted o sus hijos los han usado alguna vez?
 - ¿Les fueron de utilidad? ¿Por qué sí o por qué no?
 - ¿Cómo podrían mejorarse?
 - **Si las familias no los conocían, pregunte:**
 - ¿Usted o sus hijos los usarían alguna vez? ¿Por qué sí o por qué no?
11. ¿Conoce algún servicio de salud mental que esté disponible en su comunidad?
12. ¿Alguna vez ha usado los servicios o ayudas de salud mental de su comunidad?
- **Si las familias responden "sí", pregunte:**
 - ¿Se siente cómodo contando cuál era?
 - ¿Le fueron de utilidad? ¿Por qué sí o por qué no?
 - ¿Recomendaría esta organización a otras familias?
13. ¿Cree que su PTA puede ayudar a cuidar la salud mental de las familias de nuestra escuela?
- **En caso afirmativo**, ¿qué piensa que podría hacer nuestra PTA?
 - **En caso negativo**, ¿por qué no?
14. ¿Hay algo más que desee compartir?

