

Gracias por ingresar.

Esta encuesta puede tomarle aproximadamente 15 minutos y puede tardar unos segundos en cargar. Le agradeceremos mucho que responda a todas las preguntas.

Indicaciones:

Encontrará un conjunto de afirmaciones y preguntas sobre la Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP). Léalas detenidamente y responda según corresponda, pensando en su experiencia en la PUCP, sea **presencial o remota**.

Recuerde que la información que nos brinde será confidencial y que no existen respuestas correctas o incorrectas. Muchas gracias por su participación.

* 1.

Hecha esta aclaración, ¿desea continuar con la encuesta?

☐ Sí

☐ No

[illegible]

* 5.

Sobre los **sistemas de información**

Abra el menú en cada casilla, y responda «sí» o «no» según corresponda. Respecto a la accesibilidad y utilidad, en caso no contar con información suficiente, por favor marque "No sabe/No opina":

	¿Ha utilizado el sistema de información?	¿El sistema de información es accesible?	¿El sistema de información es útil?
CENTURIA	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
SAG	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
SIPUCP	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
SICOP	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
CVPUCP	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
CISAM	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

I. Información y Comunicación

* 6.

Sobre los **servicios informáticos**

En una escala del 1 al 5, donde 1 es «muy insatisfecho» y 5 «muy satisfecho», indique **cuál es su nivel de satisfacción** con:

	Muy insatisfecho 1	2	3	4	Muy satisfecho 5	No sabe/No opina
El Campus Virtual	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Plataforma EXA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Software de videoconferencias (ZOOM)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

* 7.

A continuación, encontrará algunas preguntas respecto a los **servicios deportivos y de salud física**

Abra el menú desplegable dando clic en cada casilla, y responda «sí» o «no» según corresponda. Respecto a utilidad, en caso no contar con información suficiente, por favor marque "No sabe/No opina".

	¿Conoce este servicio de bienestar que brinda	¿Alguna vez ha utilizado el servicio?	¿Le fue útil?
Servicio de actividad física y deporte	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Servicio de Salud	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

II. Recursos de apoyo brindados por la PUCP durante la pandemia

* 8.

Sobre los **recursos de apoyo brindados por la PUCP durante la pandemia:**

¿Accedió a **conexión a internet del Fondo de Conectividad PUCP**?

☐ Sí

☐ No

II. Recursos de apoyo brindados por la PUCP durante la pandemia

* 9.

En una escala del 1 al 5, donde 1 es «muy insatisfecho» y 5 «muy satisfecho», indique cuál es su nivel de satisfacción con la **conexión a internet del fondo de conectividad PUCP**:

[illegible]

II. Recursos de apoyo brindados por la PUCP durante la pandemia

* 10.

¿Accedió a **equipos informáticos de la PUCP**?

☐ Sí

☐ No

II. Recursos de apoyo brindados por la PUCP durante la pandemia

* 11.

En una escala del 1 al 5, donde 1 es «muy insatisfecho» y 5 «muy satisfecho», indique cuál es su nivel de satisfacción con los **equipos informáticos de la PUCP**:

[illegible]

III. Atención a la salud mental en la PUCP

* 12.

A continuación, se presentan algunos **servicios y actividades que la PUCP brinda**. Indique si ha participado de ellos durante los últimos 2 años:

	Sí	No
Servicio de Apoyo Psicológico para administrativos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Apoyo espiritual del CAPU (Centro de Asesoría Pastoral Universitaria)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Servicio de atención médica de la universidad	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Charlas, webinars, talleres ofrecidos por la universidad sobre bienestar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Espacios para la promoción del bienestar organizados por mi unidad	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Usted usa las facilidades para la atención en salud mental en la universidad?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
¿Usted considera que se requiere facilidades para la atención en salud mental en la universidad?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

IV. Autocuidado y promoción de la salud mental

* 13.

A continuación, se presenta una serie de afirmaciones. Léalas detenidamente e indique la frecuencia en que le ha ocurrido cada una de ellas durante la **SEMANA PASADA**:

0: No me ha ocurrido

1: Me ha ocurrido poco, o durante parte del tiempo

2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo.

3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.

	0	1	2	3
Me costó mucho relajarme.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Me di cuenta de que tenía la boca seca.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
No podía sentir ningún sentimiento positivo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Se me hizo difícil respirar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Se me hizo difícil tomar la iniciativa para hacer cosas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Reaccioné exageradamente en ciertas situaciones.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sentí que mis manos temblaban.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sentí que tenía muchos nervios.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Estaba preocupado por situaciones en las cuales podía tener pánico o en las que podría hacer el ridículo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
He sentido que no había nada que me ilusionara.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Me he sentido inquieto.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Se me hizo difícil relajarme.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Me sentí triste y deprimido.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
No toleré nada que no me permitiera continuar con lo que estaba haciendo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sentí que estaba al punto de pánico.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
No me pude entusiasmar por nada.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sentí que valía muy poco como persona.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
He tendido a sentirme enfadado con facilidad.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sentí los latidos de mi corazón a pesar de no haber hecho ningún esfuerzo físico.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tuve miedo sin razón.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sentí que la vida no tenía ningún	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

sentido.



IV. Autocuidado y promoción de la salud mental

* 14.

En una escala del 1 al 10, en el que 1 es nada estresado y 10 es muy estresado, ¿Qué tan estresado te has sentido en los últimos 3 meses?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

* 15. A continuación, se presenta una lista de posibles fuentes de estrés en el trabajo. Marque aquellas que considera que actualmente le cause mayor estrés (Puede marcar hasta tres opciones).

- ☐ Trabajo rutinario
- ☐ Poca autonomía
- ☐ Elaboración de informes
- ☐ Falta de planificación
- ☐ Falta de coordinación con otras unidades
- ☐ Realizar las tareas laborales desde casa
- ☐ Administrar mi tiempo de trabajo
- ☐ Problemas de conectividad
- ☐ Docentes con malas actitudes (prepotencia)
- ☐ No me siento estresado
- ☐ Otros (Especifique)

Muchas gracias por contestar esta encuesta