National Runaway Safeline
3141b N Lincoln Avenue
Chicago, IL 60657

Formulario Demográfico

National Runaway Safeline (NRS) agradece su ayuda al permitimos saber a cuántos jóvenes estamos llegando con el programa. Por favor complete el presente formulario después de cada actividad o módulo que haya completado con un grupo/clase y devuélvalo a NRS. Envíelo por correo a: National Runaway Safeline 3141b N Lincoln Avenue Chicago, IL 60657 o por fax al 1-773-929-5150. Si tiene alguna pregunta o necesita asistencia técnica para la implementación del programa por favor comuníquese con el especialista en prevención de NRS por correo electronico a prevention@1800RUNAWAY.org por teléfono al 773-289-1723.

Nombre del Instructor

Organización

Dirección

Ciudad

Estado

Código Postal

Teléfono

Email

Fax

☐ Marque aquí si es una agencia Safe Place

☐ Marque aquí si es un coordinador de Safe Place

Fecha del grupo

Numero de participantes

Como se entero del programa?

Edad de los participantes:

☐ menores de 10 anos

☐ 10-12

☐ 12-14

☐ 14-16

☐ 16-18

☐ 18-20

Si son adultos explique Ejemplo: padres, maestros

Tipo de grupo/clase:

☐ Grados 4to.5to.6to.

☐ Secundaria

☐ Programa extra curricular

☐ Justicia juvenile

☐ Desarrollo juvenile

☐ Albergue juvenile

☐ Programa de servicio social

☐ Clinica de salud

☐ Salud mental

☐ Grupo de liderazgo juvenile

☐ Grupo religioso o spiritual

☐ Grupo de padres de familia

☐ Programa de transición

☐ Grupo de mentores

☐ Otro

Que modulo se present?

☐ Módulo 1: Comunicacion y atencion al escuchar

☐ Módulo 2: Desarrollo del adolscente

☐ Módulo 3: Influencias personales

☐ Módulo 4: Los companeros y las relaciones saludables

☐ Módulo 5: Familias: roles y responabilidades

☐ Módulo 6: La realidad de quien huye de casa

☐ Módulo 7: National Safe Connections

☐ Módulo 8: Respuesta y responsibilidad comunitaria

☐ Módulo 9: Control de la ira

☐ Módulo 10: Disminucion del estres

☐ Módulo 11: Drogas y alcohol

☐ Módulo 12: Sexualidad y orientacion sexual

☐ Módulo 13: Seguridad y diversion en internet

☐ Módulo 14: Plan de vida para el futuro

National Runaway Safeline

Hablemos: Programa Runaway para prevenir que los jóvenes huyan de casa

Kit de los materiales

MÓDULO 1	MÓDULO 2	MÓDULO 3	MÓDULO 4	MÓDULO 5	MÓDULO 6	MÓDULO 7
B	D	D	C	C	B	D
B	D	B	D	A	C	B
A	B	C	B	B	B	C
D	D	D	B	B	D	C
D	D	B	B	B	C	D
A	D	B	C	A	D	D
E	D	B	D	D	A	*
A	D	C	A	D	A	D
B	C	D	D	D	D	A
B	B	D	A	B	A	A

MÓDULO 8	MÓDULO 9	MÓDULO 10	MÓDULO 11	MÓDULO 12	MÓDULO 13	MÓDULO 14
B	A	C	B	B	C	B
C	A	A	D	C	B	A
D	B	D	B	A	D	B
B	C	B	B	B	A	C
D	D	D	D	B	B	D
B	A	A	D	A	D	D
A	C	A	A	A	C	A
A	D	C	D	A	C	B
D	A	D	C	D	D	D
D	D	A	A	A	A	A

*Depende de que Safe Place o no

Iniciales:

_____

Módulo 1: Comunicación y atención al escuchar
Evaluación antes y después de la actividad

Instrucciones: Por favor escribe tus iniciales en el recuadro de la parte superior de la página y marca con un círculo la palabra "antes" si realizas esta evaluación antes de la clase o "después" si lo haces después de la clase. ¡Contesta las siguientes preguntas lo mejor que puedas!

Género: _____ Raza/etnia: _____ Edad: _____

1. Cuando se dice que una persona sabe escuchar, él o ella _____.
   a. contesta el teléfono mientras trato de contarle algo
   b. me mira a los ojos
   c. me llama por el nombre equivocado
   d. se ríe de mí
2. Una pregunta de respuesta abierta _____.
   a. no genera conversación
   b. es una pregunta cuya respuesta no es "sí" o "no"
   c. se supone que no me brinda muchos detalles
   d. no es importante para la comunicación
3. El objetivo de la paráfrasis y el resumen es _____.
   a. asegurarse de que todos estén entendiendo.
   b. exponer tu versión de la historia
   c. que no te descubran
   d. ganar un argumento
4. Al comunicarme durante una crisis, debería intentar _____.
   a. hacer otras cosas mientras trato de escuchar
   b. expresar mi opinión y mis sentimientos
   c. irme y buscar a otra persona que escuche
   d. concentrarme en el problema principal
5. La solución de problemas implica todas las siguientes opciones EXCEPTO _____.
   a. la comunicación
   b. la concientización
   c. los recursos
   d. ignorar los sentimientos
6. ¿Cuál de las siguientes opciones no es una manera de entablar una buena conexión (entre personas)?
   a. Decirle a otros lo que se ha dicho
   b. Hablar con un tono suave
   c. Hacerle saber a alguien que te importa
   d. Escuchar de forma activa
7. ¿Cuál de las siguientes opciones debe considerarse al momento de comunicarse durante una crisis?
   a. Ser consciente: ¿qué pasará después?
   b. Recursos: ¿qué recursos pueden ser útiles?
   c. Comunicación: utilizar habilidades para escuchar de forma activa
   d. Control del estrés/solución de problemas: disminuir el estrés o desarrollar un plan
   e. Todas las anteriores
8. Si una persona me escucha de forma activa afecta el modo en el que me siento.
   a. Verdadero
   b. Falso
9. Cuando ayudas a una persona en crisis a crear un plan, ¿cuáles de las siguientes opciones debería incluir?
   a. Un boleto de autobús
   b. Un plan alterno
   c. Consuelo
   d. Dinero
10. Al explorar opciones con una persona en crisis, debería asegurarse de incluir todas las siguientes opciones EXCEPTO_____.
    a. investigar lo que se ha intentado previamente
    b. decirle lo que debe hacer
    c. pensar sobre las ventajas y desventajas de cada idea
    d. permitirle expresar lo que desea hacer

Derechos de autor © 2015 National Runaway Safeline

Iniciales:

_____

Módulo 2: Desarrollo del adolescente
Evaluación antes y después de la actividad

Instrucciones: Por favor escribe tus iniciales en el recuadro de la parte superior de la página y marca con un círculo la palabra "antes" si realizas esta evaluación antes de la clase o "después" si lo haces después de la clase. ¡Contesta las siguientes preguntas lo mejor que puedas

Género: _____ Raza/etnia: _____ Edad: _____

1. Se considera que la etapa de la adolescencia se extiende desde la edad de _____.
   a. 13 años hasta los 18 años
   b. 12 años hasta los 17 años
   c. 13 años hasta los 22 años
   d. 12 años hasta los 25 años

2. Durante la adolescencia, la mayoría de los jóvenes experimentan todos los siguientes cambios EXCEPTO
   a. Sociales
   b. Biológicos
   c. Psicológicos
   d. Gastroenterológicos

3. Las tres etapas de la adolescencia son adolescencia temprana, adolescencia tardía y adultez _____
   a. tardía
   b. emergente
   c. temprana
   d. media

4. En la cultura occidental, un objetivo importante durante la adolescencia es _____.
   a. divorcio
   b. avance profesional
   c. autobiografía
   d. autonomía

5. ¿Cuáles de las siguientes opciones puede conformar el ambiente social?
   a. Escuela
   b. Internet
   c. Hogar
   d. Todas las anteriores

6. La adolescencia _____.
   a. es el comienzo de la pubertad hasta poco pasados los 20 años de edad.
   b. es el período de transición entre niñez y adultez.
   c. implica el desarrollo de la independencia
   d. todas las anteriores

7. Durante la adolescencia, los cambios biológicos incluyen _____.
   a. cambios físicos
   b. cambios hormonales
   c. desarrollo genital
   d. todas las anteriores

8. ¿En qué áreas de la vida la autonomía es un sentimiento saludable de independencia?
   a. En las relaciones con los compañeros
   b. En la capacidad de tomar decisiones sin influencia de los compañeros
   c. En la capacidad de adquirir creencias y valores propios
   d. Todas las anteriores

9. La adolescencia tardía _____.
   a. ocurre entre los 15-18 años de edad
   b. se enfoca en los compañeros
   c. "a" y "b"
   d. ni "a" ni "b"

10. El concepto de uno mismo es la imagen perfecta de nosotros mismos o de quien queremos ser.
    a. Verdadero
    b. Falso

Derechos de autor © 2015 National Runaway Safeline

Iniciales:

_____

Módulo 3: Influencias personales
Evaluación antes y después de la actividad

Instrucciones: Por favor escribe tus iniciales en el recuadro de la parte superior de la página y marca con un círculo la palabra "antes" si realizas esta evaluación antes de la clase o "después" si lo haces después de la clase. ¡Contesta las siguientes preguntas lo mejor que puedas!

Género: _____ Raza/etnia: _____ Edad: _____

1. Las cuatro áreas que guían hacia un bienestar general son la salud emocional, física, espiritual y la _____.
   a. fisiológica
   b. psicológica
   c. religiosa
   d. social

2. La espiritualidad no significa creencias religiosas necesariamente. Puede significar qué _____ en la vida.
   a. odiamos
   b. valoramos
   c. adoramos
   d. luchamos

3. El **mejor** ejemplo de qué hacer para fortalecer la "salud emocional" es _____.
   a. concentrarse sólo en la escuela
   b. tomar una clase de gimnasia
   c. practicar el control del estrés
   d. mirar programas "*Reality Show*"

4. "Terceros influyentes" son aquellas personas que _____.
   a. te presionan como compañeros
   b. viven contigo
   c. nos prestan su ropa
   d. son más importantes para ti

5. Los terceros influyentes **sólo** ayudan a tomar **buenas** decisiones para ti.
   a. Verdadero
   b. Falso

6. Para mantener "salud física" deberías concentrarte en la alimentación, el ejercicio, _____, y la fortaleza.
   a. las reglas
   b. la prevención de enfermedades
   c. el contacto visual
   d. escuchar de forma activa

7. Un modo de tener "salud social" es _____.
   a. ignorar tus sentimientos
   b. mediante relaciones saludables con otros
   c. aislándote
   d. mediante comunicación pasiva

8. Confiamos en "terceros influyentes" para _____.
   a. ignorar lo que hacemos
   b. tomar decisiones por nosotros
   c. formar nuestras ideas sobre la toma de decisiones y sus consecuencias
   d. siempre tomar la decisión correcta.

9. Para mantener "salud espiritual" uno puede concentrarse en_____.
   a. lo que cree en la vida
   b. encontrar un sentido a la vida
   c. lo que valoramos en la vida
   d. todas las anteriores

10. Poseer "salud emocional" _____.
   a. ocurre por sí solo
   b. no es mi responsabilidad
   c. es más fácil para el sexo femenino que el masculino
   d. es la capacidad de mantener un equilibrio entre los desafíos y las alegrías de la vida.

Derechos de autor © 2015 National Runaway Safeline

Iniciales:

_____

Módulo 4: Los compañeros y las relaciones saludables
Evaluación antes y después de la actividad

Instrucciones: Por favor escribe tus iniciales en el recuadro de la parte superior de la página y marca con un círculo la palabra "antes" si realizas esta evaluación antes de la clase o "después" si lo haces después de la clase. ¡Contesta las siguientes preguntas lo mejor que puedas!

Género: _____ Raza/etnia: _____ Edad: _____

1. La influencia o presión de los compañeros _____.
   a. es cuando una persona cercana a tu edad guía o forma tus decisiones o acciones.
   b. puede ser positiva o negativa
   c. "a" y "b"
   d. ni "a" ni "b"

2. Uno puede ceder a la presión de los compañeros por las siguientes razones EXCEPTO _____.
   a. todos los demás lo hacen
   b. él o ella quiere agradarle a otros
   c. no quiere que se burlen de él o ella
   d. él o ella quiere mantener su independencia

3. Las cualidades que a uno le gustan de sus amigos nunca cambian.
   a. Verdadero
   b. Falso

4. Los integrantes de un grupo selecto generalmente comparten un _____ en común.
   a. nombre
   b. interés
   c. padre
   d. profesor de matemáticas

5. Un ejemplo de influencia positiva de un compañero es cuando_____.
   a. mi primo me ruega que le pase las respuestas de la tarea de ayer antes del 3er período
   b. un amigo me enseña a bailar baladas antes del baile de la escuela
   c. mi novio/a intenta convencerme de quedarnos fuera después del horario límite
   d. todas las anteriores

6. La presión indirecta de los compañeros _____.
   a. puede ocurrir cuando nos juntamos con distintos grupos
   b. es cuando actúas diferente con ciertos grupos
   c. "a" y "b"
   d. ni "a" ni "b"

7. Las cualidades que podríamos buscar en un amigo incluyen_____.
   a. pasar tiempo juntos
   b. diversión
   c. intereses comunes
   d. todas las anteriores

8. Presión individual de los compañeros es cuando uno se presiona a sí mismo, generalmente para integrarse.
   a. Verdadero
   b. Falso

9. Un lugar o situación en la que puede ocurrir presión de los compañeros es _____.
   a. en una relación romántica
   b. en la escuela
   c. en una fiesta
   d. todas las anteriores

10. Un ejemplo de influencia negativa de los compañeros podría ser cuando _____.
    a. mi primo me ruega que tome dinero de mis padres
    b. mi amigo me ayuda con mi tarea
    c. mi amigo me anima para que intente participar en la obra teatral escolar.
    d. todas las anteriores

Derechos de autor © 2015 National Runaway Safeline

Iniciales:

_____

Módulo 5: Familias: roles y responsabilidades
Evaluación antes y después de la actividad

Instrucciones: Por favor escribe tus iniciales en el recuadro de la parte superior de la página y marca con un círculo la palabra "antes" si realizas esta evaluación antes de la clase o "después" si lo haces después de la clase. ¡Contesta las siguientes preguntas lo mejor que puedas!

Género: _____ Raza/etnia: _____ Edad: _____

1. En nuestras familias, todos cumplimos con un número de:
   a. Personajes
   b. Juegos
   c. Roles
   d. Ninguna de las anteriores

2. Si no tuviéramos_____, no se harían las cosas en el hogar.
   a. responsabilidades
   b. reglas
   c. hermanos
   d. horarios

3. Una oración que contiene el pronombre "yo" _____.
   a. culpa a un tercero por cómo se siente
   b. establece cómo se siente y qué necesita
   c. establece cómo se siente
   d. es una oración que comienza con "yo"

4. La Charla Familiar se compone por tiempo, comunicación asertiva, lugar y _____.
   a. conocimiento
   b. saber qué decir
   c. saber con quién hablar
   d. saber cuándo tener una discusión

5. Una buena comunicación familiar _____.
   a. sucede espontáneamente
   b. requiere paciencia, tiempo y esfuerzo
   c. no es importante
   d. no es mi responsabilidad

6. El lugar es importante para la charla familiar porque _____.
   a. quieres estar en un lugar tranquilo
   b. quieres tener distracciones
   c. quieres que otras personas los escuchen
   d. todas las anteriores

7. Comunicación asertiva es _____.
   a. forzar tu opinión sobre otros
   b. ser directo y honesto
   c. decir cómo te sientes y qué es lo que deseas
   d. "b" y "c"

8. Cuando necesitas comunicarte seriamente con tu familia, es mejor _____.
   a. hablar cuando quieres
   b. hablar con tus padres unos minutos antes de que se vayan a trabajar
   c. hablar durante un evento deportivo
   d. fijar un horario en el que todos puedan estar involucrados y concentrados

9. ¿Cuál no sería un buen consejo para una comunicación familiar efectiva?
   a. No esperar que la familia lea la mente
   b. Ser paciente
   c. Pensar en muchas ideas antes de tomar una decisión
   d. No ser muy específico sobre lo que deseas.

10. La composición de cada familia es la misma.
   a. Verdadero
   b. Falso

Derechos de autor © 2015 National Runaway Safeline

Iniciales:

_____

Módulo 6: La realidad de quien huye de casa
Evaluación antes y después de la actividad

Instrucciones: Por favor escribe tus iniciales en el recuadro de la parte superior de la página y marca con un círculo la palabra "antes" si realizas esta evaluación antes de la clase o "después" si lo haces después de la clase. ¡Contesta las siguientes preguntas lo mejor que puedas!

Género: _____ Raza/etnia: _____ Edad: _____

1. Los jóvenes entre _____ años tienen mayor riesgo de quedarse sin hogar.
   a. 15 a 18
   b. 12 a 17
   c. 16 a 17
   d. 18 a 20

2. Aproximadamente, ¿qué porcentaje de jóvenes en crisis que se comunican con National Runaway Safeline (NRS) ya han huido antes?
   a. 10%
   b. 15%
   c. 23%
   d. 54%

3. ¿Cuál es la razón principal por la que los jóvenes se comunican con NRS?
   a. Abuso [maltrato]
   b. Asuntos familiares
   c. Embarazo
   d. Presión de los compañeros

4. ¿Cuál es la edad promedio de los jóvenes que se comunican con NRS?
   a. 14
   b. 15
   c. 16
   d. 17

5. "_____" es una buena pregunta para hacerse antes de huir de casa.
   a. ¿Dónde están los horarios del autobús?
   b. ¿Recordé empacar mi suéter favorito?
   c. ¿Cuáles son mis otras opciones?
   d. ¿Dónde dejé mi pelota de béisbol?

6. ¿Quiénes llaman a NRS para pedir ayuda?
   a. Cualquier joven
   b. Los que huyen de casa
   c. Los padres de familia de quienes huyen de casa
   d. Todas las anteriores

7. ¿Cuál es el lapso de tiempo promedio que un joven permanece fuera de su casa antes de comunicarse con NRS?
   a. 1-3 días
   b. 4-7 días
   c. 1-6 semanas
   d. 1-6 meses

8. ¿Quiénes llaman a NRS con más frecuencia?
   a. Mujeres
   b. Hombres

9. ¿Cuál es el número telefónico de la línea de ayuda de NRS?
   a. 1-800-RUNAWAY
   b. 1-800-RUNAWAY
   c. 1-800-RUNAWAY
   d. todos los anteriores

10. Muchos jóvenes sin hogar dicen que se mantienen _____.
    a. quedándose con amigos/familiares
    b. robando
    c. quedándose en albergues
    d. "b" y "c"

Derechos de autor © 2015 National Runaway Safeline

Iniciales:

_____

Módulo 7: National Safe Connections
Evaluación antes y después de la actividad

Instrucciones: Por favor escribe tus iniciales en el recuadro de la parte superior de la página y marca con un círculo la palabra "antes" si realizas esta evaluación antes de la clase o "después" si lo haces después de la clase. ¡Contesta las siguientes preguntas lo mejor que puedas!

Género: _____ Raza/etnia: _____ Edad: _____

1. Algunos de los factores estresantes con los que de los jóvenes lidian en su vida incluyen _____.
   a. familia
   b. amigos
   c. citas románticas
   d. todas las anteriores

2. "Seguridad" significa lo mismo para todas las personas.
   a. Verdadero
   b. Falso

3. ¿Qué colores tiene el cartel de *Safe Place*?
   a. Verde y negro
   b. Amarillo y azul
   c. Amarillo y negro
   d. Verde y azul

4. Safe Place se encuentra actualmente disponible en _____.
   a. menos de 20 estados de EE.UU.
   b. 20-30 estados de EE.UU.
   c. más de 30 estados de EE.UU.
   d. solamente en Canadá

5. Los jóvenes pueden contactarse con National Runaway Safeline llamando al 1-800-_____.
   a. DON'T GO
   b. STAY SAFE
   c. LUDACRIS
   d. RUNAWAY

6. Los sitios de *Safe Place* _____.
   a. tendrán un cartel visible de Safe Place
   b. lo conectarán con ayuda local
   c. lo conectarán con un lugar seguro para ir en una crisis
   d. todas las anteriores

7. Nuestra comunidad cuenta con un programa *Safe Place*.
   a. Verdadero
   b. Falso

8. ¿Cuál es un ejemplo de dónde puede encontrarse ubicado un sitio *Safe Place*?
   a. En una estación de bomberos
   b. Tiendas de conveniencias
   c. Restaurante de comida rápida
   d. Todas las anteriores

9. Si desea obtener más información sobre *Safe Place*, ingresa a _____.
   a. nationalsafeplace.org
   b. safety.org
   c. nationalplaces.org
   d. www.help.com

10. National Runaway Safeline y *Safe Place* tienen una misión en común: conectar a los jóvenes para que reciban ayuda y seguridad.
    a. Verdadero
    b. Falso

Derechos de autor © 2015 National Runaway Safeline

Iniciales:

_____

Módulo 8: Respuesta Social y Responsabilidad
Evaluación antes y después de la actividad

Instrucciones: Por favor escribe tus iniciales en el recuadro de la parte superior de la página y marca con un círculo la palabra "antes" si realizas esta evaluación antes de la clase o "después" si lo haces después de la clase. ¡Contesta las siguientes preguntas lo mejor que puedas!

Género: _____ Raza/etnia: _____ Edad: _____

1. Cuando un joven huye, **sólo** él se ve afectado.
   a. Verdadero
   b. Falso

2. ¿Cuál de las siguientes opciones **NO** es una manera de retribuir a la comunidad?
   a. Construir una casa para Habitat for Humanity [Hábitat para la Humanidad]
   b. Ser voluntario en una línea de emergencias
   c. Pintar grafiti en una pared
   d. Limpiar el vecindario luego de un desastre natural

3. ¿Quién podría verse afectado cuando un joven huye de casa?
   a. Su madre adoptiva
   b. Su compañero de la escuela
   c. El líder de su grupo juvenil
   d. Todas las anteriores

4. ¿Quién puede hacer un reporte sobre el joven que ha huido de casa?
   a. Su pastor
   b. Un oficial de policía
   c. Un estudiante
   d. Todas las anteriores

5. National Runaway Safeline (1-800-RUNAWAY) existe para ayudar a _____.
   a. los jóvenes
   b. los tutores
   c. las comunidades
   d. todos las anteriores

6. Existe un período de espera para que un joven que ha huido de casa sea ingresado en el National Crime Information Center [Centro de Información de Crimen Nacional].
   a. Verdadero
   b. Falso

7. Un juez puede darle consecuencias legales a un joven que haya huido de casa.
   a. Verdadero
   b. Falso

8. Cuando un joven huye de su hogar, su escuela puede brindarle apoyo a su familia.
   a. Verdadero
   b. Falso

9. Si eres el amigo/la amiga de una persona que ha huido de su casa puedes _____.
   a. decidir compartir cualquier información sobre él/ella con su familia
   b. enviar mensajes a y recibir mensajes de quien huye de casa.
   c. ofrecerle lugares donde quedarse
   d. Todas las anteriores

10. National Runaway Safeline (1800-RUNAWAY) ayuda a los jóvenes _____.
    a. ofreciendo referencias de la comunidad local a quien se ha comunicado.
    b. ofreciendo llamadas en conferencia entre los jóvenes y sus familias
    c. transmitiendo mensajes
    d. Todas las anteriores

Derechos de autor © 2015 National Runaway Safeline

Iniciales:

_____

Módulo 9: Control de la ira
Evaluación antes y después de la actividad

Instrucciones: Por favor escribe tus iniciales en el recuadro de la parte superior de la página y marca con un círculo la palabra "antes" si realizas esta evaluación antes de la clase o "después" si lo haces después de la clase. ¡Contesta las siguientes preguntas lo mejor que puedas!

Género: _____ Raza/etnia: _____ Edad: _____

1. Los sentimientos de ira pueden producir cambios físicos tales como aumento en la frecuencia cardiaca, presión sanguínea y adrenalina.
   a. Verdadero
   b. Falso

2. ¿Cuál de las siguientes opciones NO es una forma positiva de lidiar con tu ira?
   a. Contar chismes sobre otra persona para vengarme de él/ella.
   b. Respirar profundamente desde mi diafragma para relajarme.
   c. Pensar cuidadosamente sobre lo que quiero decir antes de decirlo.
   d. Enfrentar directamente el problema que me provoca la ira.

3. La ira puede durar _____.
   a. hasta que pensemos en otro tema
   b. por largos períodos de tiempo
   c. hasta que nos venguemos
   d. un par de días

4. Se supone que el ritmo de respiración utilizado en una técnica de relajación es _____.
   a. acelerado
   b. corto
   c. lento
   d. constante

5. Un buen momento para utilizar una técnica de relajación es _____.
   a. antes de ir a una cita
   b. antes de conversar seriamente con tus padres o tutores
   c. antes de una prueba o examen
   d. todas las anteriores

6. Es importante ser consciente de lo que nos disgusta o provoca ira.
   a. Verdadero
   b. Falso

7. ¿Cuál de las siguientes opciones es un modo positivo de manejar la ira?
   a. Quedarse en el mismo lugar
   b. Pensar negativamente
   c. Comunicarse con otros
   d. Golpear a algo o alguien

8. ¿Cuáles son algunas maneras positivas de controlar el estrés?
   a. Escuchar música
   b. Escribir un diario
   c. Hablar con un amigo/a
   d. Todas las anteriores

9. Hay distintas clases de ira.
   a. Verdadero
   b. Falso

10. La ira _____.
   a. puede variar desde una ligera irritación hasta la furia
   b. es una emoción humana
   c. puede ayudarte a luchar contra la injusticia o a defenderte
   d. todas las anteriores

Derechos de autor © 2015 National Runaway Safeline

Iniciales:

_____

Módulo 10: Disminución del estrés
Evaluación antes y después de la actividad

Instrucciones: Por favor escribe tus iniciales en el recuadro de la parte superior de la página y marca con un círculo la palabra "antes" si realizas esta evaluación antes de la clase o "después" si lo haces después de la clase. ¡Contesta las siguientes preguntas lo mejor que puedas!

Género: _____ Raza/etnia: _____ Edad: _____

1. Un(a) _____ es una persona, lugar, elemento o acontecimiento que causa estrés.
   a. enfermedad
   b. estallido
   c. factor estresante
   d. tornado

2. "Adolescencia + Estrés + Recursos = _____."
   a. Crisis prevenida
   b. Demasiado
   c. Adulto
   d. Crisis

3. En las raíces de un "Árbol de decisiones" se coloca un(a) _____.
   a. resumen
   b. opción
   c. solución
   d. problema

4. Los mecanismos para lidiar con el estrés nos ayudan a _____.
   a. controlar nuestras finanzas
   b. controlar algo estresante o desafiante
   c. controlar a otras personas
   d. controlar nuestras vidas

5. Cuando las siguientes cuatro necesidades humanas básicas se encuentran en orden, nos sentimos menos estresados. Dichas necesidades son: vivir, aprender, _____ y dejar un legado.
   a. sobrevivir
   b. alimentarnos
   c. aprender
   d. amar

6. El estrés es un estado de dificultad o preocupación.
   a. Verdadero
   b. Falso

7. El estrés puede ser bueno.
   a. Verdadero
   b. Falso

8. Una crisis se define como _____.
   a. una situación difícil de gran estrés y con varias opciones para llegar a un resultado positivo
   b. una situación diaria sin estrés y con resultados positivos
   c. una situación difícil de gran estrés y con opciones limitadas que puede llevar a resultados negativos.
   d. un momento para ponerse histérico

9. Un recurso es _____.
   a. una persona que brinda apoyo
   b. algo que brinda apoyo
   c. un lugar que ofrece apoyo
   d. todas las anteriores

10. Todos vivimos momentos estresantes.
    a. Verdadero
    b. Falso

Derechos de autor © 2015 National Runaway Safeline

Iniciales:

_____

Módulo 11: Drogas y alcohol
Evaluación antes y después de la actividad

Instrucciones: Por favor escribe tus iniciales en el recuadro de la parte superior de la página y marca con un círculo la palabra "antes" si realizas esta evaluación antes de la clase o "después" si lo haces después de la clase. ¡Contesta las siguientes preguntas lo mejor que puedas!

Género: _____ Raza/etnia: _____ Edad: _____

1. Todos los mensajes sobre alcohol, tabaco y otras drogas que recibimos de los medios de comunicación, nuestros amigos y familiares son negativos.
   a. Verdadero
   b. Falso

2. Todos los siguientes son ejemplos de razones por las cuales una persona podría consumir alcohol, tabaco u otras drogas EXCEPTO: _____.
   a. por curiosidad
   b. por placer
   c. por presión de los compañeros
   d. para realizar una llamada telefónica

3. Las drogas que disminuyen la actividad del sistema nervioso se denominan _____.
   a. estimulantes
   b. depresoras
   c. cocaína
   d. éxtasis

4. Las drogas recetadas no son dañinas para mí aún si no las necesito, ya que siempre las receta un médico y las entrega un farmacéutico.
   a. Verdadero
   b. Falso

5. ¿Qué sustancia puede causar a largo plazo daños permanentes al hígado, corazón y cerebro, así como presión sanguínea elevada?
   a. Tarea
   b. Azúcar
   c. Cocaína
   d. Alcohol

6. ¿Cuáles son algunas de las alternativas al consumo de drogas?
   a. Involucrarse en la escuela.
   b. Hacer ejercicio.
   c. Unirse a un grupo juvenil.
   d. Todas las anteriores.

7. Una sustancia hecha a base de etanol y elaborada con frutas y granos es _____.
   a. el alcohol
   b. la cocaína
   c. la heroína
   d. ninguna de las anteriores

8. Las drogas que pueden causar daño físico al cuerpo son _____.
   a. los estimulantes
   b. las depresoras
   c. las alucinógenas
   d. todas las anteriores

9. Una sustancia hecha a base de una planta llamada cannabis y también utilizada para hacer sogas, pinturas y tela es _____.
   a. la fenciclidina (PCP)
   b. el tabaco
   c. la marihuana
   d. ninguna de las anteriores

10. Los esteroides están relacionados a las hormonas masculinas.
    a. Verdadero
    b. Falso

Derechos de autor © 2015 National Runaway Safeline

Iniciales:

_____

Módulo 12: Sexualidad y orientación sexual
Evaluación antes y después de la actividad

Instrucciones: Por favor escribe tus iniciales en el recuadro de la parte superior de la página y marca con un círculo la palabra "antes" si realizas esta evaluación antes de la clase o "después" si lo haces después de la clase. ¡Contesta las siguientes preguntas lo mejor que puedas!

Género: _____ Raza/etnia: _____ Edad: _____

1. _____ es la sensación principal que tiene una persona respecto a hacia quién se siente románticamente atraída.
   a. La sexualidad
   b. La orientación sexual
   c. La belleza interior
   d. Un sentimiento cálido

2. La Identidad de género es _____.
   a. nacer con un determinado sexo
   b. sentirse diferente
   c. sentirse a nivel emocional o espiritual hombre, mujer, ambos o ninguno
   d. la identidad sexual que uno tiene

3. Los actos de discriminación pueden ser tanto obvios como sutiles.
   a. Verdadero
   b. Falso

4. _____ es un término referido al prejuicio y discriminación que las lesbianas y los homosexuales experimentan debido a sus identidades.
   a. Heterosexismo
   b. Homofobia
   c. Fobia
   d. Burla

5. Una persona que no es miembro de una comunidad u origen en particular pero que aún así representa (o "defiende") a las personas que pertenecen a dicha comunidad u origen se conoce como_____.
   a. racista
   b. aliado
   c. buena persona
   d. ayudante

6. LGBTQ significa en inglés lesbiana, gay, bisexual, transgénero y persona que cuestiona su sexualidad o "queer".
   a. Verdadero
   b. Falso

7. Un término que expresa la actitud de que la heterosexualidad es la única orientación válida es: _____.
   a. heterosexismo
   b. homosexual
   c. heterosexual
   d. ninguna de las anteriores

8. "Queer" es un término que incluye a todas las identidades LGBTQ y es considerado por algunas de estas personas como un término que confiere poder.
   a. Verdadero
   b. Falso

9. Algunas formas de ser un aliado son: _____.
   a. tener una mente abierta y ser honesto
   b. interrumpir bromas y comentarios homofóbicos y decir que no están bien
   c. dar inicio a una Alianza Homosexuales-Heterosexuales en tu escuela
   d. todas las anteriores

10. Algunos jóvenes eligen huir de casa después de sentir que no los apoyan por su sexualidad: por ejemplo no poder tener citas románticas, no ser aceptado o ser ridiculizado.
    a. Verdadero
    b. Falso

Derechos de autor © 2015 National Runaway Safeline

Iniciales:

_____

Módulo 13: Seguridad y diversión en Internet
Evaluación antes y después de la actividad

Instrucciones: Por favor escribe tus iniciales en el recuadro de la parte superior de la página y marca con un círculo la palabra "antes" si realizas esta evaluación antes de la clase o "después" si lo haces después de la clase. ¡Contesta las siguientes preguntas lo mejor que puedas!

Género: _____ Raza/etnia: _____ Edad: _____

1. _____ es un sufijo común de dominio de Internet para una institución educativa.
   a. .gov
   b. .com
   c. .edu
   d. .mil

2. Los webmasters de Internet responsables se asegurarán de que un sitio de Internet legítimo sea _____.
   a. bonito
   b. actualizado
   c. colorido
   d. confuso

3. ¿Qué clase de información personal NO es siempre segura para dar en línea?
   a. edad o fecha de cumpleaños
   b. domicilio
   c. número de seguro social
   d. todas las anteriores

4. ¿Cuál de las siguientes es una manera de evitar fraudes por Internet?
   a. Memorizar contraseñas y números de PIN [código personal].
   b. Enviar el número de tarjeta de crédito vía correo electrónico.
   c. Dar el domicilio completo vía mensajería Instantánea.
   d. Brindar cualquier tipo de información, como por ejemplo nombre completo, número de teléfono y número de seguro social.

5. Conocer personalmente a alguien que conocí en línea es seguro porque las personas son siempre quienes dicen que son.
   a. Verdadero
   b. Falso

6. ¿Qué significa .com?
   a. sitio corporativo
   b. sitio empresarial
   c. sitio comunitario
   d. sitio comercial

7. *"Internet Explorer", "Safari", "Mozilla Firefox"* son ejemplos de _____.
   a. administradores de Internet
   b. códigos de computadora
   c. navegadores de Internet
   d. ninguna de los anteriores

8. El propósito de un dominio es _____.
   a. rastrear dónde estás
   b. hacer que escribas más
   c. categorizar el contenido
   d. interconectarse con la computadora

9. Algunas de las maneras de estar involucrados con Internet son _____.
   a. registro o publicación de información en blogs
   b. mensajería instantánea
   c. correo electrónico
   d. todas las anteriores

10. La mejor manera de protegerte en Internet es conocer los conceptos básicos de la "red".
    a. Verdadero
    b. Falso

Derechos de autor © 2015 National Runaway Safeline

Iniciales:

_____

Módulo 14: Plan de vida para el futuro
Evaluación antes y después de la actividad

Instrucciones: Por favor escribe tus iniciales en el recuadro de la parte superior de la página y marca con un círculo la palabra "antes" si realizas esta evaluación antes de la clase o "después" si lo haces después de la clase. ¡Contesta las siguientes preguntas lo mejor que puedas!

Género: _____ Raza/etnia: _____ Edad: _____

1. Una barrera puede definirse como una persona, lugar o cosa que _____.
   a. te ayuda a alcanzar tu objetivo
   b. se interpone en tu camino para alcanzar tu objetivo
   c. cuesta mucho dinero
   d. es molesto/a

2. Una ayuda puede definirse como una persona, lugar o cosa que ____.
   a. te ayuda a alcanzar tu objetivo
   b. se interpone en tu camino para alcanzar tu objetivo
   c. lidera una sesión de grupo
   d. te cuida

3. Podemos controlar lo que la vida nos pone en el camino _____.
   a. todo el tiempo
   b. algunas veces
   c. nunca
   d. cuando somos mayores

4. Si tu objetivo es graduarte de la escuela secundaria, una barrera podría ser _____.
   a. la lluvia
   b. una maestra servicial
   c. malos hábitos de estudio
   d. sacarte buenas notas en inglés

5. Si tu objetivo es aprobar tu examen de manejo, una ayuda podría ser _____.
   a. beber
   b. no tener un automóvil para practicar
   c. el alto precio de la gasolina
   d. tu hermana mayor con licencia para conducir

6. Al fijar un objetivo, ¿en qué cosas es útil pensar?
   a. Las personas y los lugares que serán afectados.
   b. Las cosas que ayudarán.
   c. Las barreras que existen.
   d. Todas las anteriores

7. Las decisiones que tomas con respecto a los objetivos afectan a otras personas en tu vida.
   a. Verdadero
   b. Falso

8. Hay sólo un camino para alcanzar un objetivo.
   a. Verdadero
   b. Falso

9. Al fijar un objetivo es útil _____.
   a. considerar todas las opciones
   b. pensar en los pasos para alcanzar el objetivo
   c. buscar apoyo
   d. todas las anteriores

10. Algunas veces, cuando elegimos un objetivo, no sabemos el resultado o las consecuencias.
    a. Verdadero
    b. Falso

Derechos de autor © 2015 National Runaway Safeline