

# Instrucciones para rellenar el cuestionario

## 1. Entrar al cuestionario

- En primer lugar, entra a la dirección de la web que aparece en el documento de Word (.doc) que se te envió adjunto.
- La dirección será parecida a esta:

<http://sohs.pbs.uam.es/Test/RSA/cuestionario>

## 2. Registrarse en el cuestionario

- Lo siguiente que tienes que hacer es rellenar el cuadro rojo con tus datos. No te preocupes, es totalmente anónimo y confidencial, pero necesitamos saber algunas cosas para poder hacer comparaciones entre grupos (diferencias entre mujeres y hombres, diferencias entre edades...).

Regístrate antes de comenzar los cuestionarios

Género	Varón
Edad	Entre 20 y 30
Profesión	
Estudios realizados	Primaria
Estado Civil	Soltero
Número de hijos	0
Situación laboral	Estudiante
Lo información me ha llegado por	Facebook
Categoría a la que pertenece	VIH

## 2. Registrarse en el cuestionario (continuación)

- Para rellenar el cuadro rojo, pincha en la lista desplegable situada a la derecha de cada ítem sobre el que te pedimos información y selecciona la opción que te represente.

Lista desplegable ▼

- En el caso de la profesión, escribe en el recuadro.
- En el siguiente ejemplo puedes ver cómo haría alguien para seleccionar en el ítem de estado civil que está divorciado:

Regístrate antes de comenzar los cuestionarios

Género	Varón ▼
Edad	Entre 20 y 30 ▼
Profesión	<input type="text"/>
Estudios realizados	Primaria ▼
Estado Civil	Soltero ▼ Soltero Casado o con pareja estable Viudo Divorciado Estruante ▼
Número de hijos	
Situación laboral	
Lo información me ha llegado por	Facebook ▼
Categoría a la que pertenece	VIH ▼

## 3. Rellenar el cuestionario

- El cuestionario se compone de una serie de frases o afirmaciones, y tienes que decir cuánto se aplica cada una de ellas a ti (cómo de verdad es esa frase en tu caso).
- Para indicar el grado en que la frase refleja lo que ocurre en tu caso tienes cinco opciones, que van del 1 al 5. Cada número significa una cosa, como vamos a ver en el este ejemplo que sigue, que pertenece al inicio del cuestionario:

### 3. Rellenar el cuestionario (continuación)

**Instrucciones:**

A continuación encontrará una serie de afirmaciones sobre si mismo/a con las que puede estar más o menos de acuerdo. Señale la opción que representa su grado de acuerdo con el contenido de la afirmación, según la siguiente escala:

<b>1</b> Totalmente en desacuerdo	<b>2</b> Bastante en desacuerdo	<b>3</b> Indiferente	<b>4</b> Bastante de acuerdo	<b>5</b> Totalmente de acuerdo
---	---------------------------------------	-------------------------	------------------------------------	--------------------------------------

- Como vemos en el ejemplo de arriba, el 1 significa "Totalmente en desacuerdo", el 2 "Bastante en desacuerdo", el 3 "Indiferente", el 4 "Bastante de acuerdo" y el 5 "Totalmente de acuerdo".
- Mira ahora la primera frase del cuestionario:

1. Cuando he tenido problemas en el trabajo que me han generado mucho malestar, el disgusto me ha durado mucho tiempo.

1  2  3  4  5

- ¿Cómo de verdad es esta frase para ti? Elige la respuesta del cuadro de arriba que más refleje lo de acuerdo que estás con la frase, y mira qué número le corresponde.
- Como puedes ver en la imagen, la frase tiene a su derecha cinco círculos, que están numerados del 1 al 5, y aquí es donde tenemos que marcar nuestra respuesta. Esto lo hacemos haciendo clic con el ratón en el círculo que esté delante del número que queremos marcar.

### 3. Rellenar el cuestionario (continuación)

- En la siguiente imagen puedes ver un ejemplo de posibles respuestas a las primeras preguntas del cuestionario.

1. Cuando he tenido problemas en el trabajo que me han generado mucho malestar, el disgusto me ha durado mucho tiempo.	<input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input checked="" type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5
2. Cuando he tenido problemas (como discusiones, etc.) que me han afectado mucho con personas cercanas de mi entorno (familiares, amigos, etc.) me he recuperado rápidamente.	<input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input checked="" type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5
3. Me ha costado mucho dejar de sentirme mal cuando he tenido problemas importantes (como enfados, etc.) con personas cercanas (familiares, amigos, etc.).	<input type="radio"/> 1 <input checked="" type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5
4. Me he recuperado fácilmente del malestar cuando ha surgido algún problema relacionado con mi propia salud que me ha causado un disgusto importante.	<input checked="" type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5
5. Cuando un familiar u otra persona cercana ha tenido un problema de salud serio, me ha resultado difícil reponerme del impacto que me ha causado.	<input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input checked="" type="radio"/> 5
6. Cuando he tenido dificultades económicas que han supuesto un auténtico problema para mí, he tardado poco tiempo en superar el malestar.	<input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input checked="" type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5
7. Cuando he tenido problemas importantes en el trabajo, el disgusto se me ha pasado rápidamente.	<input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input checked="" type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5
8. Cuando he tenido problemas (como disputas, etc.) con personas cercanas de mi entorno (familiares, amigos, etc.), he tardado mucho tiempo en dejar de sentirme mal.	<input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input checked="" type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5
9. Cuando he tenido problemas importantes con personas cercanas de mi entorno (familiares, amigos, etc.) -por ejemplo, cuando hemos discutido- me he recuperado fácilmente del disgusto.	<input type="radio"/> 1 <input checked="" type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5

- Cuando hayas contestado a la pregunta 65, iniciarás otro cuestionario diferente, pero que se responde de la misma forma. En este cuestionario y en los siguientes, los números 1-5 significan otra cosa, por lo que tienes que prestar atención. Ahora significan: 1. Nunca, 2. Rara vez, 3. Algunas veces, 4. A menudo y 5. Casi siempre.
- Ten en cuenta que en el cuestionario que va de la pregunta 66 a la 105 las preguntas están agrupadas en áreas de la vida de la persona. Así, las frases desde la 66 a la 73 se refieren a problemas en el trabajo, las frases 74-81 a problemas con personas cercanas, las frases 82-89 se refieren a problemas de salud propios, las 90-97 a problemas de salud de otras personas y las 98-105 a problemas económicos.

#### 4. Enviar las respuestas

- Enviar las respuestas es muy sencillo.
- Cuando hayas contestado todas las preguntas del cuestionario, verás un botón que dice "ENVIAR RESPUESTAS":

119. Problemas de salud en un ser querido (como enfermedad o fallecimiento de un familiar o de alguien cercano)	<input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5
120. Dificultades económicas (como pérdida notoria de ingresos, no poder hacer frente a pagos importantes para usted, etc.)	<input type="radio"/> 1 <input type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5

ENVIAR RESPUESTAS

- Púlsalo y habrás terminado.

!!!MUCHAS GRACIAS  
POR TU AYUDA!!!