Formulario de Google – Especificación de compilación

Cuidador@s informales y formales | Sección 1.1 Autoevaluación

Propósito de este documento

Este documento contiene las especificaciones listas para usar del formulario de Google de la Sección 1.1 de FairCare. Copie cada pregunta tal cual aparece en Formularios de Google. Se especifican los tipos de campo para cada pregunta. La configuración del formulario toma aproximadamente 10 minutos.

Pasos para configurar Formularios de Google:

1. Ve a forms.google.com y haz clic en el botón + (Nuevo formulario).
2. Establezca el título y la descripción del formulario como se muestra en la Sección 1 a continuación.
3. Añada cada pregunta en orden. Asegúrese de que el tipo de campo coincida exactamente.
4. Active la opción 'Obligatorio' únicamente para las preguntas marcadas como OBLIGATORIAS.
5. En la configuración de uso compartido, configure el formulario en "Cualquier persona con el enlace puede responder".
6. Copie el enlace y compártalo con los participantes antes de la sesión.

SECCIÓN 1 — Título del formulario e introducción

✏️ **Nota para formador@:** Pega este texto directamente en los campos Título del formulario y Descripción en Formularios de Google.

Título del formulario:

FairCare — Mi perfil – Versión para cuidadores (Sección 1.1)

Descripción del formulario:

¡Bienvenido/a! Este formulario forma parte de la sesión en línea de FairCare sobre autoevaluación para cuidador@s. Tómese su tiempo. No hay respuestas correctas ni incorrectas. Comparta solo lo que desee. Puede omitir cualquier pregunta.

SECCIÓN 2 — Calentamiento (Actividad 1)

Agrega un salto de sección en Formularios de Google titulado: "Calentamiento"

Q1 Para empezar, elige una frase que sea cierta para ti en este momento:

Tipo de campo: *Opción múltiple (seleccione una)*

- ○ Aporto fortaleza a mi labor de cuidador@.
- ○ Hay algo que me supone un reto en mi trabajo de cuidados.

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son exclusivamente las del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.Esta obra está bajo la licencia CC BY-SA 4.0.

Co-funded by the European Union

- ○ Prefiero no compartirlo ahora mismo.

✏️ **Nota para formador@:** Esta es la única pregunta de calentamiento. NO es obligatoria; recuérdeles a los participantes por chat que pueden omitirla.

SECCIÓN 3 — Autorreflexión y mi perfil (Actividad 2)

Agrega un salto de sección en Formularios de Google titulado: "Mi perfil: Autorreflexión"

Segundo trimestre ¿Cuál es su nombre o cómo prefiere que le llamemos?
Tipo de campo: *Texto de respuesta breve: NO es obligatorio*

✏️ **Nota del entrenador:** No marque esta casilla como obligatoria. Los participantes pueden preferir el anonimato.

Tercer trimestre⭐ Lo que puedo ofrecer: ¿Qué fortalezas aporto a mi rol de cuidador@?
Tipo de campo: *Texto del párrafo (respuesta larga) — NO es necesario*

✏️ **Nota para formador@:** Pegue el siguiente texto de ayuda: "Piense en las habilidades, cualidades o conocimientos que aporta a su rol como cuidador".

Cuarto trimestre⚖️ Mis límites: ¿Dónde experimento estrés o encuentro dificultades?
Tipo de campo: *Texto del párrafo (respuesta larga) — NO es necesario*

✏️ **Nota para formador@:** Pega este texto de ayuda: "Piensa en situaciones o tareas que te agotan o que te resultan difíciles de manejar".

Q5🖐️ ¿Qué apoyo necesito? ¿Qué me ayuda a colaborar mejor en mi rol de cuidador?
Tipo de campo: *Texto del párrafo (respuesta larga) — NO es necesario*

✏️ **Nota para formador@:** Pegue el siguiente texto de ayuda: "Piense en cosas que le ayuden a sentirse más sostenible y respaldado en su rol".

Q6 ¿Cómo prefiere participar en la sesión?
Tipo de campo: *Casillas de verificación (seleccione todas las que correspondan)*

- ○ Me gusta hablar

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son exclusivamente las del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.Esta obra está bajo la licencia CC BY-SA 4.0.

Co-funded by the European Union

- ○ Prefiero escribir en el chat.
- ○ Necesito tiempo extra
- ○ Prefiero escuchar
- ○ Otro (especifique a continuación)

P7 Si respondió "Otro" arriba, por favor describa su preferencia aquí.

Tipo de campo: *Texto de respuesta breve: NO es obligatorio*

SECCIÓN 4 — Retroalimentación en parejas (Actividad 3)

Agrega un salto de sección en Formularios de Google titulado: "Comentarios de la pareja"

Q8 Dos fortalezas que veo en mi pareja son...

Tipo de campo: *Texto del párrafo (respuesta larga) — NO es necesario*

✏️ **Nota para formador@:** Los participantes completan esto después de la actividad en parejas. Recuérdales por chat: "Puedes escribir tu respuesta aquí después de tu conversación".

Q9 Una idea que podría respaldar el papel de mi pareja es...

Tipo de campo: *Texto del párrafo (respuesta larga) — NO es necesario*

SECCIÓN 5 — Cierre y comprobación de confort (Actividad 4)

Agrega un salto de sección en Formularios de Google titulado: "Cierre"

P10 ¿Qué tan cómodo/a te sentiste en la sesión de hoy?

Tipo de campo: *Escala lineal (1 = Nada cómodo → 5 = Muy cómodo)*

Q11 ¿Qué tipo de apoyo te ayuda a colaborar de forma más eficaz en FairCare?

Tipo de campo: *Texto del párrafo (respuesta larga) — NO es necesario*

✏️ **Nota para formador@:** Tras la sesión, descarga las respuestas de Google Forms como una hoja de cálculo (Respuestas > Descargar como CSV) para tus registros.

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son exclusivamente las del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.Esta obra está bajo la licencia CC BY-SA 4.0.

Co-funded by the European Union