POSTEST: Depresión

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre la depresión, sus signos, síntomas y tratamiento.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. La depresión es:

A. Una emoción pasajera
B. Un problema leve
X C. Un trastorno del estado de ánimo
D. No existe

2. La diferencia entre tristeza y depresión es:

A. No hay diferencia
X B. La depresión es más intensa y duradera
C. La tristeza es más grave
D. Son iguales

3. ¿Cuál es un signo de depresión?

A. Energía constante
X B. Pérdida de interés en actividades
C. Felicidad continua
D. Ninguno

4. Una persona con depresión puede:

X A. Dormir demasiado o muy poco
B. No cambiar
C. Estar siempre igual
D. No sentir nada

5. La depresión puede afectar:

A. Solo el cuerpo
B. Solo los pensamientos
X C. La vida diaria de la persona
D. Nada

Yadys Lorena Gomez

Powered by CamScanner

6. El tratamiento de la depresión incluye:

A. Ignorar el problema
B. Apoyo profesional y emocional
C. Aislarse
D. No hacer nada

7. ¿Qué debo hacer si alguien tiene depresión?

A. Juzgar
B. Escuchar y orientar a buscar ayuda
C. Ignorar
D. Criticar

8. Buscar ayuda significa:

A. Debilidad
B. Falta de control
C. Cuidar la salud mental
D. No sirve

9. ¿Qué puede ayudar a mejorar la depresión?

A. Aislarse
B. Hablar y recibir apoyo
C. Guardar todo
D. Evitar a todos

10. Mencione una acción que puede ayudar a alguien con depresión:

escucharla y no juzgarla. recomendarle buscar ayuda

Gladys Luna Sanz

FIRMA USUARIOS

Sandra Jimena Grajales S

FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: Depresión

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre la depresión, sus signos, síntomas y tratamiento.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. La depresión es:

A. Una emoción pasajera
B. Un problema leve
C. Un trastorno del estado de ánimo
D. No existe

2. La diferencia entre tristeza y depresión es:

A. No hay diferencia
B. La depresión es más intensa y duradera
C. La tristeza es más grave
D. Son iguales

3. ¿Cuál es un signo de depresión?

A. Energía constante
B. Pérdida de interés en actividades
C. Felicidad continua
D. Ninguno

4. Una persona con depresión puede:

A. Dormir demasiado o muy poco
B. No cambiar
C. Estar siempre igual
D. No sentir nada

5. La depresión puede afectar:

A. Solo el cuerpo
B. Solo los pensamientos
C. La vida diaria de la persona
D. Nada

Powered by CamScanner

6. El tratamiento de la depresión incluye:

A. Ignorar el problema
B. Apoyo profesional y emocional
C. Aislarse
D. No hacer nada

7. ¿Qué debo hacer si alguien tiene depresión?

A. Juzgar
B. Escuchar y orientar a buscar ayuda
C. Ignorar
D. Criticar

8. Buscar ayuda significa:

A. Debilidad
B. Falta de control
C. Cuidar la salud mental
D. No sirve

9. ¿Qué puede ayudar a mejorar la depresión?

A. Aislarse
B. Hablar y recibir apoyo
C. Guardar todo
D. Evitar a todos

10. Mencione una acción que puede ayudar a alguien con depresión:

buscar ayuda. consultar al medico.

Geraldine Osorio
FIRMA USUARIOS

Saudy Jimena Gaglales
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: Depresión

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre la depresión, sus signos, síntomas y tratamiento.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. La depresión es:

A. Una emoción pasajera
B. Un problema leve
X C. Un trastorno del estado de ánimo
D. No existe

2. La diferencia entre tristeza y depresión es:

A. No hay diferencia
X B. La depresión es más intensa y duradera
C. La tristeza es más grave
D. Son iguales

3. ¿Cuál es un signo de depresión?

A. Energía constante
X B. Pérdida de interés en actividades
C. Felicidad continua
D. Ninguno

4. Una persona con depresión puede:

X A. Dormir demasiado o muy poco
B. No cambiar
C. Estar siempre igual
D. No sentir nada

5. La depresión puede afectar:

A. Solo el cuerpo
B. Solo los pensamientos
X C. La vida diaria de la persona
D. Nada

Powered by CamScanner

6. El tratamiento de la depresión incluye:

A. Ignorar el problema
B. Apoyo profesional y emocional
C. Aislarse
D. No hacer nada

7. ¿Qué debo hacer si alguien tiene depresión?

A. Juzgar
B. Escuchar y orientar a buscar ayuda
C. Ignorar
D. Criticar

8. Buscar ayuda significa:

A. Debilidad
B. Falta de control
C. Cuidar la salud mental
D. No sirve

9. ¿Qué puede ayudar a mejorar la depresión?

A. Aislarse
B. Hablar y recibir apoyo
C. Guardar todo
D. Evitar a todos

10. Mencione una acción que puede ayudar a alguien con depresión:

hablar de lo que le esta pasando, consultar a su medico.

Ana victoria
FIRMA USUARIOS

Saudra Jimenez Bayles
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: Depresión

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre la depresión, sus signos, síntomas y tratamiento.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. La depresión es:

A. Una emoción pasajera
B. Un problema leve
C. Un trastorno del estado de ánimo
D. No existe

2. La diferencia entre tristeza y depresión es:

A. No hay diferencia
B. La depresión es más intensa y duradera
C. La tristeza es más grave
D. Son iguales

3. ¿Cuál es un signo de depresión?

A. Energía constante
B. Pérdida de interés en actividades
C. Felicidad continua
D. Ninguno

4. Una persona con depresión puede:

A. Dormir demasiado o muy poco
B. No cambiar
C. Estar siempre igual
D. No sentir nada

5. La depresión puede afectar:

A. Solo el cuerpo
B. Solo los pensamientos
C. La vida diaria de la persona
D. Nada

Powered by CamScanner

6. El tratamiento de la depresión incluye:

A. Ignorar el problema
X B. Apoyo profesional y emocional
C. Aislarse
D. No hacer nada

7. ¿Qué debo hacer si alguien tiene depresión?

A. Juzgar
X B. Escuchar y orientar a buscar ayuda
C. Ignorar
D. Criticar

8. Buscar ayuda significa:

A. Debilidad
B. Falta de control
X C. Cuidar la salud mental
D. No sirve

9. ¿Qué puede ayudar a mejorar la depresión?

A. Aislarse
X B. Hablar y recibir apoyo
C. Guardar todo
D. Evitar a todos

10. Mencione una acción que puede ayudar a alguien con depresión:

dalle apoyo. escucharlo. ayudarlo con la situacon

Ni Ni
FIRMA USUARIOS

Saudra Jimena Grajales
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: Depresión

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre la depresión, sus signos, síntomas y tratamiento.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. La depresión es:

A. Una emoción pasajera
B. Un problema leve
X C. Un trastorno del estado de ánimo
D. No existe

2. La diferencia entre tristeza y depresión es:

A. No hay diferencia
X B. La depresión es más intensa y duradera
C. La tristeza es más grave
D. Son iguales

3. ¿Cuál es un signo de depresión?

X A. Energía constante
X B. Pérdida de interés en actividades
C. Felicidad continua
D. Ninguno

4. Una persona con depresión puede:

X A. Dormir demasiado o muy poco
B. No cambiar
C. Estar siempre igual
D. No sentir nada

5. La depresión puede afectar:

A. Solo el cuerpo
B. Solo los pensamientos
X C. La vida diaria de la persona
D. Nada

Powered by CamScanner

6. El tratamiento de la depresión incluye:

A. Ignorar el problema
B. Apoyo profesional y emocional
C. Aislarse
D. No hacer nada

7. ¿Qué debo hacer si alguien tiene depresión?

A. Juzgar
B. Escuchar y orientar a buscar ayuda
C. Ignorar
D. Criticar

8. Buscar ayuda significa:

A. Debilidad
B. Falta de control
C. Cuidar la salud mental
D. No sirve

9. ¿Qué puede ayudar a mejorar la depresión?

A. Aislarse
B. Hablar y recibir apoyo
C. Guardar todo
D. Evitar a todos

10. Mencione una acción que puede ayudar a alguien con depresión:

Hablar y recibir apoyo.
buscar ayuda profesional

Luciana López
FIRMA USUARIOS

Sandra Menabrayales
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: Depresión

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre la depresión, sus signos, síntomas y tratamiento.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. La depresión es:

A. Una emoción pasajera
B. Un problema leve
C. Un trastorno del estado de ánimo
D. No existe

2. La diferencia entre tristeza y depresión es:

A. No hay diferencia
B. La depresión es más intensa y duradera
C. La tristeza es más grave
D. Son iguales

3. ¿Cuál es un signo de depresión?

A. Energía constante
B. Pérdida de interés en actividades
C. Felicidad continua
D. Ninguno

4. Una persona con depresión puede:

A. Dormir demasiado o muy poco
B. No cambiar
C. Estar siempre igual
D. No sentir nada

5. La depresión puede afectar:

A. Solo el cuerpo
B. Solo los pensamientos
C. La vida diaria de la persona
D. Nada

Powered by CamScanner

6. El tratamiento de la depresión incluye:

A. Ignorar el problema
B. Apoyo profesional y emocional
C. Aislarse
D. No hacer nada

7. ¿Qué debo hacer si alguien tiene depresión?

A. Juzgar
B. Escuchar y orientar a buscar ayuda
C. Ignorar
D. Criticar

8. Buscar ayuda significa:

A. Debilidad
B. Falta de control
C. Cuidar la salud mental
D. No sirve

9. ¿Qué puede ayudar a mejorar la depresión?

A. Aislarse
B. Hablar y recibir apoyo
C. Guardar todo
D. Evitar a todos

10. Mencione una acción que puede ayudar a alguien con depresión:

escucharla, aconsejarla para que busque ayuda

Amparo Osario
FIRMA USUARIOS

Sandra Jimena Bravo
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: Depresión

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre la depresión, sus signos, síntomas y tratamiento.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. La depresión es:

A. Una emoción pasajera
B. Un problema leve
C. Un trastorno del estado de ánimo
D. No existe

2. La diferencia entre tristeza y depresión es:

A. No hay diferencia
B. La depresión es más intensa y duradera
C. La tristeza es más grave
D. Son iguales

3. ¿Cuál es un signo de depresión?

A. Energía constante
B. Pérdida de interés en actividades
C. Felicidad continua
D. Ninguno

4. Una persona con depresión puede:

A. Dormir demasiado o muy poco
B. No cambiar
C. Estar siempre igual
D. No sentir nada

5. La depresión puede afectar:

A. Solo el cuerpo
B. Solo los pensamientos
C. La vida diaria de la persona
D. Nada

Powered by CamScanner

6. El tratamiento de la depresión incluye:

A. Ignorar el problema
B. Apoyo profesional y emocional
C. Aislarse
D. No hacer nada

7. ¿Qué debo hacer si alguien tiene depresión?

A. Juzgar
B. Escuchar y orientar a buscar ayuda
C. Ignorar
D. Criticar

8. Buscar ayuda significa:

A. Debilidad
B. Falta de control
C. Cuidar la salud mental
D. No sirve

9. ¿Qué puede ayudar a mejorar la depresión?

A. Aislarse
B. Hablar y recibir apoyo
C. Guardar todo
D. Evitar a todos

10. Mencione una acción que puede ayudar a alguien con depresión:

escucharlo y brindarle apoyo

Luciana Grajales
FIRMA USUARIOS

Sandra Jimena Grajales
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: Depresión

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre la depresión, sus signos, síntomas y tratamiento.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. La depresión es:

A. Una emoción pasajera
B. Un problema leve
X C. Un trastorno del estado de ánimo
D. No existe

2. La diferencia entre tristeza y depresión es:

A. No hay diferencia
X B. La depresión es más intensa y duradera
C. La tristeza es más grave
D. Son iguales

3. ¿Cuál es un signo de depresión?

A. Energía constante
X B. Pérdida de interés en actividades
C. Felicidad continua
D. Ninguno

4. Una persona con depresión puede:

X A. Dormir demasiado o muy poco
B. No cambiar
C. Estar siempre igual
D. No sentir nada

5. La depresión puede afectar:

A. Solo el cuerpo
B. Solo los pensamientos
X C. La vida diaria de la persona
D. Nada

Powered by CamScanner

6. El tratamiento de la depresión incluye:

A. Ignorar el problema
B. Apoyo profesional y emocional
C. Aislarse
D. No hacer nada

7. ¿Qué debo hacer si alguien tiene depresión?

A. Juzgar
B. Escuchar y orientar a buscar ayuda
C. Ignorar
D. Criticar

8. Buscar ayuda significa:

A. Debilidad
B. Falta de control
C. Cuidar la salud mental
D. No sirve

9. ¿Qué puede ayudar a mejorar la depresión?

A. Aislarse
B. Hablar y recibir apoyo
C. Guardar todo
D. Evitar a todos

10. Mencione una acción que puede ayudar a alguien con depresión:

pedir ayuda.

FIRMA USUARIOS

FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: Depresión

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre la depresión, sus signos, síntomas y tratamiento.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. La depresión es:

A. Una emoción pasajera
B. Un problema leve
C. Un trastorno del estado de ánimo
D. No existe

2. La diferencia entre tristeza y depresión es:

A. No hay diferencia
B. La depresión es más intensa y duradera
C. La tristeza es más grave
D. Son iguales

3. ¿Cuál es un signo de depresión?

A. Energía constante
B. Pérdida de interés en actividades
C. Felicidad continua
D. Ninguno

4. Una persona con depresión puede:

A. Dormir demasiado o muy poco
B. No cambiar
C. Estar siempre igual
D. No sentir nada

5. La depresión puede afectar:

A. Solo el cuerpo
B. Solo los pensamientos
C. La vida diaria de la persona
D. Nada

Powered by CamScanner

6. El tratamiento de la depresión incluye:

A. Ignorar el problema
B. Apoyo profesional y emocional
C. Aislarse
D. No hacer nada

7. ¿Qué debo hacer si alguien tiene depresión?

A. Juzgar
B. Escuchar y orientar a buscar ayuda
C. Ignorar
D. Criticar

8. Buscar ayuda significa:

A. Debilidad
B. Falta de control
C. Cuidar la salud mental
D. No sirve

9. ¿Qué puede ayudar a mejorar la depresión?

A. Aislarse
B. Hablar y recibir apoyo
C. Guardar todo
D. Evitar a todos

10. Mencione una acción que puede ayudar a alguien con depresión:

buscar ayuda profesional.

Michel Alexandra
FIRMA USUARIOS

Sandra Jimena Grajales
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: Depresión

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre la depresión, sus signos, síntomas y tratamiento.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. La depresión es:

A. Una emoción pasajera
B. Un problema leve
C. Un trastorno del estado de ánimo
D. No existe

2. La diferencia entre tristeza y depresión es:

A. No hay diferencia
B. La depresión es más intensa y duradera
C. La tristeza es más grave
D. Son iguales

3. ¿Cuál es un signo de depresión?

A. Energía constante
B. Pérdida de interés en actividades
C. Felicidad continua
D. Ninguno

4. Una persona con depresión puede:

A. Dormir demasiado o muy poco
B. No cambiar
C. Estar siempre igual
D. No sentir nada

5. La depresión puede afectar:

A. Solo el cuerpo
B. Solo los pensamientos
C. La vida diaria de la persona
D. Nada

Powered by CamScanner

6. El tratamiento de la depresión incluye:

A. Ignorar el problema
B. Apoyo profesional y emocional
C. Aislarse
D. No hacer nada

7. ¿Qué debo hacer si alguien tiene depresión?

A. Juzgar
B. Escuchar y orientar a buscar ayuda
C. Ignorar
D. Criticar

8. Buscar ayuda significa:

A. Debilidad
B. Falta de control
C. Cuidar la salud mental
D. No sirve

9. ¿Qué puede ayudar a mejorar la depresión?

A. Aislarse
B. Hablar y recibir apoyo
C. Guardar todo
D. Evitar a todos

10. Mencione una acción que puede ayudar a alguien con depresión:

Hablar de tema y buscar ayuda

Victoria Alarcon
FIRMA USUARIOS

Saudy Jimena Gaitan Gonzales
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: Depresión

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre la depresión, sus signos, síntomas y tratamiento.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. La depresión es:

A. Una emoción pasajera
B. Un problema leve
C. Un trastorno del estado de ánimo
D. No existe

2. La diferencia entre tristeza y depresión es:

A. No hay diferencia
B. La depresión es más intensa y duradera
C. La tristeza es más grave
D. Son iguales

3. ¿Cuál es un signo de depresión?

A. Energía constante
B. Pérdida de interés en actividades
C. Felicidad continua
D. Ninguno

4. Una persona con depresión puede:

A. Dormir demasiado o muy poco
B. No cambiar
C. Estar siempre igual
D. No sentir nada

5. La depresión puede afectar:

A. Solo el cuerpo
B. Solo los pensamientos
C. La vida diaria de la persona
D. Nada

Powered by CamScanner

6. El tratamiento de la depresión incluye:

A. Ignorar el problema
B. Apoyo profesional y emocional
C. Aislarse
D. No hacer nada

7. ¿Qué debo hacer si alguien tiene depresión?

A. Juzgar
B. Escuchar y orientar a buscar ayuda
C. Ignorar
D. Criticar

8. Buscar ayuda significa:

A. Debilidad
B. Falta de control
C. Cuidar la salud mental
D. No sirve

9. ¿Qué puede ayudar a mejorar la depresión?

A. Aislarse
B. Hablar y recibir apoyo
C. Guardar todo
D. Evitar a todos

10. Mencione una acción que puede ayudar a alguien con depresión:

buscar ayuda, contarle a las personas cercanas lo que me esta sucediendo

Marina Gutierrez
FIRMA USUARIOS

Claudia Jimena Grajales
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: Depresión

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre la depresión, sus signos, síntomas y tratamiento.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. La depresión es:

A. Una emoción pasajera
B. Un problema leve
C. Un trastorno del estado de ánimo
D. No existe

2. La diferencia entre tristeza y depresión es:

A. No hay diferencia
B. La depresión es más intensa y duradera
C. La tristeza es más grave
D. Son iguales

3. ¿Cuál es un signo de depresión?

A. Energía constante
B. Pérdida de interés en actividades
C. Felicidad continua
D. Ninguno

4. Una persona con depresión puede:

A. Dormir demasiado o muy poco
B. No cambiar
C. Estar siempre igual
D. No sentir nada

5. La depresión puede afectar:

A. Solo el cuerpo
B. Solo los pensamientos
C. La vida diaria de la persona
D. Nada

Powered by CamScanner

6. El tratamiento de la depresión incluye:

A. Ignorar el problema
B. Apoyo profesional y emocional
C. Aislarse
D. No hacer nada

7. ¿Qué debo hacer si alguien tiene depresión?

A. Juzgar
B. Escuchar y orientar a buscar ayuda
C. Ignorar
D. Criticar

8. Buscar ayuda significa:

A. Debilidad
B. Falta de control
C. Cuidar la salud mental
D. No sirve

9. ¿Qué puede ayudar a mejorar la depresión?

A. Aislarse
B. Hablar y recibir apoyo
C. Guardar todo
D. Evitar a todos

10. Mencione una acción que puede ayudar a alguien con depresión:

Hablar de lo que me esta sucediendo y buscar ayuda.

Ana Maria Lopez
FIRMA USUARIOS

Sandra Jimena Grajales
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: Depresión

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre la depresión, sus signos, síntomas y tratamiento.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. La depresión es:

A. Una emoción pasajera
B. Un problema leve
X C. Un trastorno del estado de ánimo
D. No existe

2. La diferencia entre tristeza y depresión es:

A. No hay diferencia
X B. La depresión es más intensa y duradera
C. La tristeza es más grave
D. Son iguales

3. ¿Cuál es un signo de depresión?

A. Energía constante
X B. Pérdida de interés en actividades
C. Felicidad continua
D. Ninguno

4. Una persona con depresión puede:

X A. Dormir demasiado o muy poco
B. No cambiar
C. Estar siempre igual
D. No sentir nada

5. La depresión puede afectar:

A. Solo el cuerpo
B. Solo los pensamientos
X C. La vida diaria de la persona
D. Nada

Powered by CamScanner

6. El tratamiento de la depresión incluye:

A. Ignorar el problema
B. Apoyo profesional y emocional
C. Aislarse
D. No hacer nada

7. ¿Qué debo hacer si alguien tiene depresión?

A. Juzgar
B. Escuchar y orientar a buscar ayuda
C. Ignorar
D. Criticar

8. Buscar ayuda significa:

A. Debilidad
B. Falta de control
C. Cuidar la salud mental
D. No sirve

9. ¿Qué puede ayudar a mejorar la depresión?

A. Aislarse
B. Hablar y recibir apoyo
C. Guardar todo
D. Evitar a todos

10. Mencione una acción que puede ayudar a alguien con depresión:

buscaria ayuda

claudia
FIRMA USUARIOS

Sandra Jimena Grijales
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: Depresión

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre la depresión, sus signos, síntomas y tratamiento.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. La depresión es:

A. Una emoción pasajera
B. Un problema leve
C. Un trastorno del estado de ánimo
D. No existe

2. La diferencia entre tristeza y depresión es:

A. No hay diferencia
B. La depresión es más intensa y duradera
C. La tristeza es más grave
D. Son iguales

3. ¿Cuál es un signo de depresión?

A. Energía constante
B. Pérdida de interés en actividades
C. Felicidad continua
D. Ninguno

4. Una persona con depresión puede:

A. Dormir demasiado o muy poco
B. No cambiar
C. Estar siempre igual
D. No sentir nada

5. La depresión puede afectar:

A. Solo el cuerpo
B. Solo los pensamientos
C. La vida diaria de la persona
D. Nada

Powered by CamScanner

6. El tratamiento de la depresión incluye:

A. Ignorar el problema
B. Apoyo profesional y emocional
C. Aislarse
D. No hacer nada

7. ¿Qué debo hacer si alguien tiene depresión?

A. Juzgar
B. Escuchar y orientar a buscar ayuda
C. Ignorar
D. Criticar

8. Buscar ayuda significa:

A. Debilidad
B. Falta de control
C. Cuidar la salud mental
D. No sirve

9. ¿Qué puede ayudar a mejorar la depresión?

A. Aislarse
B. Hablar y recibir apoyo
C. Guardar todo
D. Evitar a todos

10. Mencione una acción que puede ayudar a alguien con depresión:

Hablar del tema

Lida Posada
FIRMA USUARIOS

Saudy Jimena Grajales
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: Depresión

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre la depresión, sus signos, síntomas y tratamiento.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. La depresión es:

A. Una emoción pasajera
B. Un problema leve
X C. Un trastorno del estado de ánimo
D. No existe

2. La diferencia entre tristeza y depresión es:

A. No hay diferencia
X B. La depresión es más intensa y duradera
C. La tristeza es más grave
D. Son iguales

3. ¿Cuál es un signo de depresión?

A. Energía constante
X B. Pérdida de interés en actividades
C. Felicidad continua
D. Ninguno

4. Una persona con depresión puede:

X A. Dormir demasiado o muy poco
B. No cambiar
C. Estar siempre igual
D. No sentir nada

5. La depresión puede afectar:

A. Solo el cuerpo
B. Solo los pensamientos
X C. La vida diaria de la persona
D. Nada

Powered by CamScanner

6. El tratamiento de la depresión incluye:

A. Ignorar el problema
B. Apoyo profesional y emocional
C. Aislarse
D. No hacer nada

7. ¿Qué debo hacer si alguien tiene depresión?

A. Juzgar
B. Escuchar y orientar a buscar ayuda
C. Ignorar
D. Criticar

8. Buscar ayuda significa:

A. Debilidad
B. Falta de control
C. Cuidar la salud mental
D. No sirve

9. ¿Qué puede ayudar a mejorar la depresión?

A. Aislarse
B. Hablar y recibir apoyo
C. Guardar todo
D. Evitar a todos

10. Mencione una acción que puede ayudar a alguien con depresión:

Buscar ayuda

FIRMA USUARIOS

FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: ¿QUIÉN SOY YO?

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre autoconocimiento e identidad personal.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. Conocer quién soy implica:

A. Solo saber mi nombre
(B) Reconocer mis emociones, valores y cualidades
C. Copiar a otros
D. Ignorar mis sentimientos

2. El autoconocimiento permite:

(A) Tomar decisiones más conscientes
B. Depender más de otros
C. Evitar pensar
D. Confundirse

3. Las emociones:

A. Se deben ocultar
B. No importan
(C) Son importantes para entendernos
D. Son malas

4. Una persona con buena autoestima:

A. Se rechaza
(B) Se valora y se respeta
C. No se conoce
D. Depende de otros

5. Reconocer mis debilidades sirve para:

A. Sentirme mal
B. No cambiar
(C) Mejorar y aprender
D. Ignorarlas

6. Mis pensamientos influyen en:

A. Nada
(B) Mis decisiones y acciones
C. Solo en otros
D. No importa

7. ¿Qué ayuda a fortalecer mi identidad?

Powered by CamScanner

A. Imitar a otros
(B) Conocerme y aceptarme
C. Ignorarme
D. No pensar

8. Escuchar a los demás y a mí mismo ayuda a:

A. Generar conflictos
(B) Mejorar mis relaciones
C. Evitar problemas
D. No aprender

9. Yo soy una persona:

A. Sin valor
B. Igual a todos
(C) Única y con cualidades propias
D. Sin importancia

10. Escriba tres palabras que lo describan:

1. Respetuosa
2. Honrada
3. Alegre

NiNi

FIRMA USUARIOS

Claudia Jimenez Grajales

FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: ¿QUIÉN SOY YO?

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre autoconocimiento e identidad personal

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta

1. Conocer quién soy implica:

A. Solo saber mi nombre
(B) Reconocer mis emociones, valores y cualidades
C. Copiar a otros
D. Ignorar mis sentimientos

2. El autoconocimiento permite:

(A) Tomar decisiones más conscientes
B. Depender más de otros
C. Evitar pensar
D. Confundirse

3. Las emociones:

A. Se deben ocultar
B. No importan
(C) Son importantes para entendernos
D. Son malas

4. Una persona con buena autoestima:

A. Se rechaza
(B) Se valora y se respeta
C. No se conoce
D. Depende de otros

5. Reconocer mis debilidades sirve para:

A. Sentirme mal
B. No cambiar
(C) Mejorar y aprender
D. Ignorarlas

6. Mis pensamientos influyen en:

A. Nada
(B) Mis decisiones y acciones
C. Solo en otros
D. No importa

7. ¿Qué ayuda a fortalecer mi identidad?

Powered by CamScanner

A. Imitar a otros
(B) Conocerme y aceptarme
C. Ignorarme
D. No pensar

8. Escuchar a los demás y a mí mismo ayuda a:

A. Generar conflictos
(B) Mejorar mis relaciones
C. Evitar problemas
D. No aprender

9. Yo soy una persona:

A. Sin valor
B. Igual a todos
(C) Única y con cualidades propias
D. Sin importancia

10. Escriba tres palabras que lo describan:

1. Resilcente
2. Valiente
3. Trabajadora

Yuley Luisa Gomez C
FIRMA USUARIOS

Sandra Jimena Rojales
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: ¿QUIÉN SOY YO?

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre autoconocimiento e identidad personal.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. Conocer quién soy implica:

A. Solo saber mi nombre
B. Reconocer mis emociones, valores y cualidades
C. Copiar a otros
D. Ignorar mis sentimientos

2. El autoconocimiento permite:

A. Tomar decisiones más conscientes
B. Depender más de otros
C. Evitar pensar
D. Confundirse

3. Las emociones:

A. Se deben ocultar
B. No importan
C. Son importantes para entendernos
D. Son malas

4. Una persona con buena autoestima:

A. Se rechaza
B. Se valora y se respeta
C. No se conoce
D. Depende de otros

5. Reconocer mis debilidades sirve para:

A. Sentirme mal
B. No cambiar
C. Mejorar y aprender
D. Ignorarlas

6. Mis pensamientos influyen en:

A. Nada
B. Mis decisiones y acciones
C. Solo en otros
D. No importa

7. ¿Qué ayuda a fortalecer mi identidad?

Powered by CamScanner

A. Imitar a otros
B. Conocerme y aceptarme
C. Ignorarme
D. No pensar

8. Escuchar a los demás y a mí mismo ayuda a:

A. Generar conflictos
B. Mejorar mis relaciones
C. Evitar problemas
D. No aprender

9. Yo soy una persona:

A. Sin valor
B. Igual a todos
C. Única y con cualidades propias
D. Sin importancia

10. Escriba tres palabras que lo describan:

1. inteligente
2. responsable
3. Feliz

Lucidia López
FIRMA USUARIOS

Sandra Jimena Bedoya Gales
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: ¿QUIÉN SOY YO?

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre autoconocimiento e identidad personal.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. Conocer quién soy implica:

A. Solo saber mi nombre
(B) Reconocer mis emociones, valores y cualidades
C. Copiar a otros
D. Ignorar mis sentimientos

2. El autoconocimiento permite:

(A) Tomar decisiones más conscientes
B. Depender más de otros
C. Evitar pensar
D. Confundirse

3. Las emociones:

A. Se deben ocultar
B. No importan
(C) Son importantes para entendernos
D. Son malas

4. Una persona con buena autoestima:

A. Se rechaza
(B) Se valora y se respeta
C. No se conoce
D. Depende de otros

5. Reconocer mis debilidades sirve para:

A. Sentirme mal
B. No cambiar
(C) Mejorar y aprender
D. Ignorarlas

6. Mis pensamientos influyen en:

A. Nada
(B) Mis decisiones y acciones
C. Solo en otros
D. No importa

7. ¿Qué ayuda a fortalecer mi identidad?

Powered by CamScanner

A. Imitar a otros
(B) Conocerme y aceptarme
C. Ignorarme
D. No pensar

8. Escuchar a los demás y a mí mismo ayuda a:

A. Generar conflictos
(B) Mejorar mis relaciones
C. Evitar problemas
D. No aprender

9. Yo soy una persona:

A. Sin valor
B. Igual a todos
(C.) Única y con cualidades propias
D. Sin importancia

10. Escriba tres palabras que lo describan:

1. Feliz
2. alegre
3. respetuosa

María Paz Hurtado
FIRMA USUARIOS

Sandra Jimena Grajales
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: ¿QUIÉN SOY YO?

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre autoconocimiento e identidad personal.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. Conocer quién soy implica:

A. Solo saber mi nombre
B. Reconocer mis emociones, valores y cualidades
C. Copiar a otros
D. Ignorar mis sentimientos

2. El autoconocimiento permite:

A. Tomar decisiones más conscientes
B. Depender más de otros
C. Evitar pensar
D. Confundirse

3. Las emociones:

A. Se deben ocultar
B. No importan
C. Son importantes para entendernos
D. Son malas

4. Una persona con buena autoestima:

A. Se rechaza
B. Se valora y se respeta
C. No se conoce
D. Depende de otros

5. Reconocer mis debilidades sirve para:

A. Sentirme mal
B. No cambiar
C. Mejorar y aprender
D. Ignorarlas

6. Mis pensamientos influyen en:

A. Nada
B. Mis decisiones y acciones
C. Solo en otros
D. No importa

7. ¿Qué ayuda a fortalecer mi identidad?

Powered by CamScanner

A. Imitar a otros
B. Conocerme y aceptarme
C. Ignorarme
D. No pensar

8. Escuchar a los demás y a mí mismo ayuda a:

A. Generar conflictos
B. Mejorar mis relaciones
C. Evitar problemas
D. No aprender

9. Yo soy una persona:

A. Sin valor
B. Igual a todos
C. Única y con cualidades propias
D. Sin importancia

10. Escriba tres palabras que lo describan:

1. Alegre
2. Trabajadora
3. Perfeccionista

Lida posada — FIRMA USUARIOS

Sandra Jimena Grajales — FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: ¿QUIÉN SOY YO?

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre autoconocimiento e identidad personal.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. Conocer quién soy implica:

A. Solo saber mi nombre
X B. Reconocer mis emociones, valores y cualidades
C. Copiar a otros
D. Ignorar mis sentimientos

2. El autoconocimiento permite:

X A. Tomar decisiones más conscientes
B. Depender más de otros
C. Evitar pensar
D. Confundirse

3. Las emociones:

A. Se deben ocultar
B. No importan
X C. Son importantes para entendernos
D. Son malas

4. Una persona con buena autoestima:

A. Se rechaza
X B. Se valora y se respeta
C. No se conoce
D. Depende de otros

5. Reconocer mis debilidades sirve para:

A. Sentirme mal
B. No cambiar
X C. Mejorar y aprender
D. Ignorarlas

6. Mis pensamientos influyen en:

A. Nada
X B. Mis decisiones y acciones
C. Solo en otros
D. No importa

7. ¿Qué ayuda a fortalecer mi identidad?

Powered by CamScanner

A. Imitar a otros
B. Conocerme y aceptarme
C. Ignorarme
D. No pensar

8. Escuchar a los demás y a mi mismo ayuda a:

A. Generar conflictos
B. Mejorar mis relaciones
C. Evitar problemas
D. No aprender

9. Yo soy una persona:

A. Sin valor
B. Igual a todos
C. Unica y con cualidades propias
D. Sin importancia

10. Escriba tres palabras que lo describan:

1. Inteligente
2. Disciplinada
3. Responsable

Luciana Grajales
FIRMA USUARIOS

Sandra Jimena Bridges
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: ¿QUIÉN SOY YO?

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre autoconocimiento e identidad personal.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. Conocer quién soy implica:

A. Solo saber mi nombre
X B. Reconocer mis emociones, valores y cualidades
C. Copiar a otros
D. Ignorar mis sentimientos

2. El autoconocimiento permite:

X A. Tomar decisiones más conscientes
B. Depender más de otros
C. Evitar pensar
D. Confundirse

3. Las emociones:

A. Se deben ocultar
B. No importan
X C. Son importantes para entendernos
D. Son malas

4. Una persona con buena autoestima:

A. Se rechaza
X B. Se valora y se respeta
C. No se conoce
D. Depende de otros

5. Reconocer mis debilidades sirve para:

A. Sentirme mal
B. No cambiar
X C. Mejorar y aprender
D. Ignorarlas

6. Mis pensamientos influyen en:

A. Nada
X B. Mis decisiones y acciones
C. Solo en otros
D. No importa

7. ¿Qué ayuda a fortalecer mi identidad?

Powered by CamScanner

A. Imitar a otros
B. Conocerme y aceptarme
C. Ignorarme
D. No pensar

8. Escuchar a los demás y a mí mismo ayuda a:

A. Generar conflictos
B. Mejorar mis relaciones
C. Evitar problemas
D. No aprender

9. Yo soy una persona:

A. Sin valor
B. Igual a todos
C. Única y con cualidades propias
D. Sin importancia

10. Escriba tres palabras que lo describan:

1. Amigable
2. Respetuosa
3. Responsable

Ana victoria
FIRMA USUARIOS

Sandra Jimenez Bagdales
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: ¿QUIÉN SOY YO?

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre autoconocimiento e identidad personal.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. Conocer quién soy implica:

A. Solo saber mi nombre
B. Reconocer mis emociones, valores y cualidades
C. Copiar a otros
D. Ignorar mis sentimientos

2. El autoconocimiento permite:

A. Tomar decisiones más conscientes
B. Depender más de otros
C. Evitar pensar
D. Confundirse

3. Las emociones:

A. Se deben ocultar
B. No importan
C. Son importantes para entendernos
D. Son malas

4. Una persona con buena autoestima:

A. Se rechaza
B. Se valora y se respeta
C. No se conoce
D. Depende de otros

5. Reconocer mis debilidades sirve para:

A. Sentirme mal
B. No cambiar
C. Mejorar y aprender
D. Ignorarlas

6. Mis pensamientos influyen en:

A. Nada
B. Mis decisiones y acciones
C. Solo en otros
D. No importa

7. ¿Qué ayuda a fortalecer mi identidad?

Powered by CamScanner

A. Imitar a otros
X. Conocerme y aceptarme
C. Ignorarme
D. No pensar

8. Escuchar a los demás y a mí mismo ayuda a:

A. Generar conflictos
X. Mejorar mis relaciones
C. Evitar problemas
D. No aprender

9. Yo soy una persona:

A. Sin valor
B. Igual a todos
X. Única y con cualidades propias
D. Sin importancia

10. Escriba tres palabras que lo describan:

1. Respetuosa
2. feliz
3. amable

FIRMA USUARIOS

Sandra Jimena Cadales
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: ¿QUIÉN SOY YO?

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre autoconocimiento e identidad personal.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. Conocer quién soy implica:

A. Solo saber mi nombre
B. Reconocer mis emociones, valores y cualidades
C. Copiar a otros
D. Ignorar mis sentimientos

2. El autoconocimiento permite:

A. Tomar decisiones más conscientes
B. Depender más de otros
C. Evitar pensar
D. Confundirse

3. Las emociones:

A. Se deben ocultar
B. No importan
C. Son importantes para entendernos
D. Son malas

4. Una persona con buena autoestima:

A. Se rechaza
B. Se valora y se respeta
C. No se conoce
D. Depende de otros

5. Reconocer mis debilidades sirve para:

A. Sentirme mal
B. No cambiar
C. Mejorar y aprender
D. Ignorarlas

6. Mis pensamientos influyen en:

A. Nada
B. Mis decisiones y acciones
C. Solo en otros
D. No importa

7. ¿Qué ayuda a fortalecer mi identidad?

Powered by CamScanner

A. Imitar a otros
B. Conocerme y aceptarme
C. Ignorarme
D. No pensar

8. Escuchar a los demás y a mí mismo ayuda a:

A. Generar conflictos
B. Mejorar mis relaciones
C. Evitar problemas
D. No aprender

9. Yo soy una persona:

A. Sin valor
B. Igual a todos
C. Única y con cualidades propias
D. Sin importancia

10. Escriba tres palabras que lo describan:

1. Respetuoso
2. Amable
3. Honrado

Jose EDGar

FIRMA USUARIOS

Sandra Jimena Grajales

FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner

POSTEST: ¿QUIÉN SOY YO?

Objetivo

Evaluar los aprendizajes adquiridos sobre autoconocimiento e identidad personal.

Instrucciones

Marque con una (X) la respuesta correcta.

1. Conocer quién soy implica:

A. Solo saber mi nombre
B. Reconocer mis emociones, valores y cualidades
(C) Copiar a otros
D. Ignorar mis sentimientos

2. El autoconocimiento permite:

(A) Tomar decisiones más conscientes
B. Depender más de otros
C. Evitar pensar
D. Confundirse

3. Las emociones:

A. Se deben ocultar
B. No importan
(C) Son importantes para entendernos
D. Son malas

4. Una persona con buena autoestima:

A. Se rechaza
(B) Se valora y se respeta
C. No se conoce
D. Depende de otros

5. Reconocer mis debilidades sirve para:

A. Sentirme mal
B. No cambiar
(C) Mejorar y aprender
D. Ignorarlas

6. Mis pensamientos influyen en:

A. Nada
(B) Mis decisiones y acciones
C. Solo en otros
D. No importa

7. ¿Qué ayuda a fortalecer mi identidad?

Powered by CamScanner

A. Imitar a otros
B. Conocerme y aceptarme
C. Ignorarme
D. No pensar

8. Escuchar a los demás y a mí mismo ayuda a:

A. Generar conflictos
B. Mejorar mis relaciones
C. Evitar problemas
D. No aprender

9. Yo soy una persona:

A. Sin valor
B. Igual a todos
C. Única y con cualidades propias
D. Sin importancia

10. Escriba tres palabras que lo describan:

1. Feliz
2. cuidada
3. amorosa

Claudia
FIRMA USUARIOS

Sandra Jimena Morales
FIRMAPROFESIONAL

Powered by CamScanner