**Preguntas del líder de grupo** 

Guía para la reunión, luego resuma la reunión e informe a Wanda London

DESPUÉS DE LA REUNIÓN

a) Cuál era el nivel de conocimiento del grupo.

 b) ¿Qué conocimientos necesitaban para mejorar su bienestar en salud mental?

c) Sugerencias para los siguientes grupos

**¿Alguna pregunta para tu grupo?**

¿Qué nos puedes contar o sugerir sobre cómo el arte ayuda a la salud mental en PLH?

Planeo hacer flyers una vez que confirmemos la fecha con Alfonso.

**Preguntas para todos los grupos:**

¿En qué piensas cuando escuchas "bienestar de salud mental"?

¿Qué problemas de salud mental has tenido y qué funcionó y qué no funcionó? ¿Qué sugiere para ayudar a mejorar la salud mental en PLH?

¿Tienes sugerencias sobre qué y cómo investigar soluciones o mejoras en la salud mental en PLH?

¿Has participado en investigaciones sobre salud mental?

**El cuestionario guiado **

1. Accesibilidad a la salud mental: ¿pueden acceder a ella? ¿Están abiertos a sesiones virtuales? ¿Pueden permitírselo o se limitan a conseguirlo en un lugar como CP?

2. ¿Qué narrativa tienen en torno a la salud mental: creen que es buena para todos o solo para las personas "rotas"?

3. ¿Cuáles son sus expectativas en torno a la salud mental? ¿Entienden el proceso?

4. ¿Saben cómo entrevistar a un terapeuta (esto puede no importar si no tienen opción en cuanto a quién ver)?

5. ¿Entienden que tendrán que abrirse, ser vulnerables y trabajar duro para hacer los cambios que quieren? ¿Es esto parte de lo que los está frenando?

6. ¿Cómo es para ellos el compromiso con la salud mental?

7. ¿Cuáles son sus ideas sobre la confidencialidad cuando se trata de salud mental? ¿Entienden las limitaciones?

8. ¿Cuáles son sus ideas sobre la terapia individual frente a la terapia grupal frente a los grupos de apoyo?

9. ¿Cuáles son sus ideas sobre lo que se puede lograr en grupos de apoyo individuales, grupales y grupales?

10. ¿Acudirían a terapia si estuviera disponible para ellos?

11. ¿Ven una conexión entre la salud mental y navegar sus vidas de manera más saludable?

12. ¿Qué querrían que su terapeuta supiera sobre ellos que creen que los terapeutas no saben o entienden?

Experiencia personal:

1. ¿Han estado en un estudio que en realidad es un estudio de salud mental con intervencionistas que tienen licencia y se reúnen con ellos uno a uno?

2. ¿Qué les parecería ligero tener grupos de apoyo continuos?

3. Si han participado, ¿qué aprendieron o ganaron? ¿Y qué esperaban que no obtuvieran/aprendieran?