



Para ofrecerte un mejor servicio, tu escuela y tus maestros desean formularte algunas preguntas sobre lo que piensas y sientes. Únicamente los maestros y directivos de la escuela podrán ver tus respuestas que no afectarán las calificaciones de tu clase. Por favor, respóndelas con honestidad - ¡no hay respuestas correctas o incorrectas!

1. ¿Tienes algún maestro u otro adulto de la escuela con quien puedas contar para que te ayude, pase lo que pase?

No       Sí

2. ¿Tienes algún amigo de la escuela con quien puedas contar para que te ayude, pase lo que pase?

No       Sí

3. ¿Qué tan bien te entienden como persona la gente de tu escuela?

No me entienden para nada       Me entienden un poco       Me entienden relativamente bien       Me entienden bastante bien       Me entienden completamente

4. En términos generales, ¿qué tanto sientes que perteneces a tu escuela?

No pertenezco para nada       Pertenezco un poco       Pertenezco hasta cierto punto       Pertenezco bastante bien       Pertenezco completamente

**Tu comportamiento**

Por favor, responde las siguientes preguntas sobre cómo reaccionas a situaciones distintas. Durante los últimos 30 días...

5. ¿Con cuánto cuidado escuchaste los puntos de vista de otras personas?

Sin ningún cuidado       Con un poco de cuidado       Con relativo cuidado       Con bastante cuidado       Con mucho cuidado

6. ¿Qué tan bien te llevaste con los estudiantes que son distintos a ti?

Para nada bien       Un poco bien       Relativamente bien       Bastante bien       Extremadamente bien

7. ¿Con cuánta claridad pudiste describir tus sentimientos?

Sin ninguna claridad       Con un poco de claridad       Con relativa claridad       Con bastante claridad       Con muchísima claridad

8. ¿En qué medida pudiste defenderte sin molestar a otras personas?

Para nada       Un poco       Más o menos       Bastante       Muchísimo

9. Si fallas al tratar de alcanzar una meta importante, ¿qué tan probable es que lo intentes de nuevo?

Para nada probable       Un poco probable       Relativamente probable       Bastante probable       Altamente probable



10. ¿Qué tan seguro/a estás de poder elegir una estrategia efectiva para hacer bien las tareas escolares?






Para nada seguro/a

Un poco seguro/a

Relativamente seguro/a

Bastante seguro/a

Extremadamente  
seguro/a

Por favor, responde las siguientes preguntas sobre cómo reaccionas a situaciones distintas. Durante los últimos 30 días...

11. ¿Con cuánta frecuencia viniste preparado/a a clase?






Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi todo el tiempo

12. ¿Con cuánta frecuencia hiciste tu tarea de inmediato, en vez de esperar hasta el último minuto?






Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi todo el tiempo

13. Cuando estudiabas solo, ¿con cuánta frecuencia te mantuviste concentrado/a?






Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi todo el tiempo

14. ¿Qué tan emocionado/a estás de asistir a tus clases?






Para nada  
emocionado/a

Un poco emocionado/a

Relativamente  
emocionado/a

Bastante emocionado/a

Extremadamente  
emocionado/a

15. En tus clases, ¿qué tan ansioso/a estás de participar?






Para nada ansioso/a

Un poco ansioso/a

Relativamente ansioso/a

Bastante ansioso/a

Extremadamente  
ansioso/a

16. Cuando no estás en la escuela, ¿con cuánta frecuencia hablas de las ideas de tus clases?






Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi siempre

17. ¿Qué tan importante es para ti tener un buen rendimiento en tus clases?






Para nada importante

Un poco importante

Relativamente  
importante

Bastante importante

Extremadamente  
importante

18. ¿Qué tan útil crees que la escuela te será en el futuro?






Para nada útil

Un poco útil

Relativamente útil

Bastante útil

Extremadamente útil

### Tus sentimientos

Estas son preguntas sobre cómo te has sentido últimamente. Por favor responde sinceramente; ¡no hay respuestas correctas o incorrectas, porque no hay sentimientos correctos o incorrectos! Tus respuestas nos ayudarán a brindarles mejor apoyo a ti y a los demás alumnos, y no afectarán a tus calificaciones ni figurarán en tu boletín. Puedes saltarte cualquier pregunta que no te sientas cómodo/a respondiendo.



¿Cuántas veces te sentiste de la siguiente manera en la última semana?

19. Entusiasmado/a

Casi nunca

Una vez cada tanto

A veces

Con frecuencia

Casi siempre

20. Contenta/o

Casi nunca

Una vez cada tanto

A veces

Con frecuencia

Casi siempre

21. Querido/a

Casi nunca

Una vez cada tanto

A veces

Con frecuencia

Casi siempre

22. Seguro/a

Casi nunca

Una vez cada tanto

A veces

Con frecuencia

Casi siempre

23. Esperanzado/a

Casi nunca

Una vez cada tanto

A veces

Con frecuencia

Casi siempre

24. Enojado/a

Casi nunca

Una vez cada tanto

A veces

Con frecuencia

Casi siempre

25. Solo/a

Casi nunca

Una vez cada tanto

A veces

Con frecuencia

Casi siempre

26. Triste

Casi nunca

Una vez cada tanto

A veces

Con frecuencia

Casi siempre

27. Preocupado/a

Casi nunca

Una vez cada tanto

A veces

Con frecuencia

Casi siempre

28. Frustrado/a

Casi nunca

Una vez cada tanto

A veces

Con frecuencia

Casi siempre



### Percepciones generales

En esta sección, esperamos aprender de qué manera sientes las distintas emociones sobre cosas que pueden suceder en tu vida (ya sea dentro o fuera de la escuela).

29. Cuando te sientes presionado/a, ¿qué tan fácil puedes mantener el control?

Me es difícil mantener el control

Un poco fácil

Relativamente fácil

Bastante fácil

Extremadamente fácil

30. ¿Con cuánta frecuencia puedes cambiar de mal a buen humor?

Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi siempre

31. ¿Con cuánta frecuencia puedes controlar tus emociones cuando es necesario?

Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi siempre

SAMPLE FORM