



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!

Tus metas

En esta primera sección, nos gustaría que reflexionaras sobre las metas que estableces para ti mismo/a.

1. ¿Con cuánta frecuencia te mantienes concentrado/a en la misma meta por más de 3 meses a la vez?

- Casi nunca De vez en cuando A veces Frecuentemente Casi siempre

2. 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

3. Cuando trabajas en un proyecto que te importa mucho, ¿qué tan concentrado/a te mantienes cuando hay muchas distracciones?

- Para nada concentrado/a Un poco concentrado/a Relativamente concentrado/a Bastante concentrado/a Extremadamente concentrado/a

4. Si tienes un problema mientras intentas alcanzar una meta importante, ¿qué tan bien puedes seguir haciéndolo?

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

Tu clase

Cuéntanos cómo te sientes en tu clase actual.

5. ¿Qué tan seguro/a estás de poder terminar todas las tareas que se te asignan en clase?

- Para nada seguro/a Un poco seguro/a Relativamente seguro/a Bastante seguro/a Extremadamente seguro/a

6. Cuando se discuten ideas complejas en clase, ¿qué tan seguro/a estás de poder entenderlas?

- Para nada seguro/a Un poco seguro/a Relativamente seguro/a Bastante seguro/a Extremadamente seguro/a

7. ¿Qué tan seguro/a estás de poder aprender todos los temas que se enseñan en tu clase?

- Para nada seguro/a Un poco seguro/a Relativamente seguro/a Bastante seguro/a Extremadamente seguro/a

8. ¿Qué tan seguro/a estás de poder hacer las tareas más difíciles que se te asignan en esta clase?

- Para nada seguro/a Un poco seguro/a Relativamente seguro/a Bastante seguro/a Extremadamente seguro/a



9. ¿Qué tan seguro/a estás de que vas a recordar el próximo año lo que aprendiste en tu clase actual?

Para nada seguro/a

Un poco seguro/a

Relativamente seguro/a

Bastante seguro/a

Extremadamente
seguro/a

Desempeño escolar

Que a una persona le vaya bien o mal en la escuela depende de muchas cosas. Es posible que sientas que algunas de estas cosas las puedes cambiar de manera más fácil que otras. En la escuela, ¿qué tan posible es para ti cambiar:

10. ¿Tener talento?

Para nada posible de
cambiar

Poco posible de cambiar

Relativamente posible de
cambiar

Bastante posible de
cambiar

Completamente posible de
cambiar

11. ¿Esforzarte mucho?

Para nada posible de
cambiar

Poco posible de cambiar

Relativamente posible de
cambiar

Bastante posible de
cambiar

Completamente posible de
cambiar

12. ¿Portarte bien en clase?

Para nada posible de
cambiar

Poco posible de cambiar

Relativamente posible de
cambiar

Bastante posible de
cambiar

Completamente posible de
cambiar

13. ¿Tener gusto por las asignaturas que estudias?

Para nada posible de
cambiar

Poco posible de cambiar

Relativamente posible de
cambiar

Bastante posible de
cambiar

Completamente posible de
cambiar

14. ¿Qué tan fácil te rindes?

Para nada posible de
cambiar

Poco posible de cambiar

Relativamente posible de
cambiar

Bastante posible de
cambiar

Completamente posible de
cambiar

15. ¿Tu nivel de inteligencia?

Para nada posible de
cambiar

Poco posible de cambiar

Relativamente posible de
cambiar

Bastante posible de
cambiar

Completamente posible de
cambiar

Tu comportamiento

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

16. ¿Con cuánta frecuencia fuiste cortés con los adultos?

Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi todo el tiempo



17. ¿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

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

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi todo el tiempo

19. ¿Qué tanto te importaron los sentimientos de las otras personas?

- No me importaron para nada
 Me importaron un poco
 Me importaron más o menos
 Me importaron bastante
 Me importaron muchísimo

20. ¿Con cuánta frecuencia seguiste instrucciones en clase?

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi todo el tiempo

21. ¿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

22. ¿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

23. ¿Con cuánta frecuencia prestaste atención e ignoraste las distracciones?

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi todo el tiempo

24. ¿Con cuánta claridad pudiste describir lo que sentías?

- Con ninguna claridad
 Con algo de claridad
 Con relativa claridad
 Con bastante claridad
 Con muchísima claridad

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

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi todo el tiempo

26. Cuando otras personas no estaban de acuerdo contigo, ¿qué tan respetuoso/a te mostraste de sus puntos de vista?

- Para nada respetuoso/a
 Un poco respetuoso/a
 Relativamente respetuoso/a
 Bastante respetuoso/a
 Extremadamente respetuoso/a

27. ¿Con cuánta frecuencia mantuviste la calma, aún cuando alguien te estaba molestando o diciéndote cosas negativas?

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi todo el tiempo



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

- Para nada
 Un poco
 Más o menos
 Bastante
 Muchísimo

29. ¿Con cuánta frecuencia les permitiste a las otras personas hablar sin interrumpirlos?

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi todo el tiempo

30. ¿En qué medida pudiste estar en desacuerdo con otras personas sin comenzar a discutir?

- Para nada
 Un poco
 Más o menos
 Bastante
 Muchísimo

31. ¿Con cuánta frecuencia fuiste cortés con otros estudiantes?

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi todo el tiempo

32. ¿Con cuánta frecuencia felicitaste a otras personas por sus logros?

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi todo el tiempo

33. ¿Con cuánta frecuencia pudiste mantener tu temperamento bajo control?

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi todo el tiempo

Esfuerzo

Cuéntanos qué tanto te esfuerzas en tu clase.

34. ¿Qué tanto tratas de involucrarte en las discusiones en clase?

- Para nada
 Trato un poco
 Trato hasta cierto punto
 Trato bastante duro
 Trato extremadamente duro

35. Cuando tu maestro/a habla, ¿qué tanto tratas de prestar atención?

- Para nada
 Trato un poco
 Trato hasta cierto punto
 Trato bastante duro
 Trato extremadamente duro

36. ¿Qué tanto esfuerzo le pones a las tareas para esta clase?

- Casi ningún esfuerzo
 Un poco de esfuerzo
 Algún esfuerzo
 Bastante esfuerzo
 Una gran cantidad de esfuerzo

37. En términos generales, ¿qué tanto te esfuerzas en esta clase?

- No me esfuerzo para nada
 Me esfuerzo un poco
 Trabajo relativamente duro
 Me esfuerzo bastante
 Trabajo extremadamente duro



38. ¿Qué tanto te esfuerzas en aprender todo el material para esta clase?

- Casi ningún esfuerzo
 Un poco de esfuerzo
 Algún esfuerzo
 Bastante esfuerzo
 Muchísimo esfuerzo

Percepciones generales

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

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

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi siempre

40. Cuando todo el mundo se molesta, ¿qué tan relajado/a puedes mantenerte?

- Para nada relajado/a
 Un poco relajado/a
 Relativamente relajado/a
 Bastante relajado/a
 Extremadamente relajado/a

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

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi siempre

42. Una vez molesto/a, ¿con cuánta frecuencia puedes volver a relajarte?

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi siempre

43. Cuando las cosas te salen mal, ¿qué tan calmado/a puedes mantenerte?

- Para nada calmado/a
 Un poco calmado/a
 Relativamente calmado/a
 Bastante calmado/a
 Extremadamente calmado/a

44. How often do you talk to adults in school about your passions and future goals?

- Almost never
 Once in a while
 Sometimes
 Frequently
 Almost always

45. How often do you get to learn about the things that you are passionate about?

- Almost never
 Once in a while
 Sometimes
 Frequently
 Almost always

46. How often does your classroom participate in activities that allow you to discover new things you are passionate about?

- Almost never
 Once in a while
 Sometimes
 Frequently
 Almost always



46. How often do you talk to adults in school about your passions and future goals?

Almost never

Once in a while

Sometimes

Frequently

Almost always

47. How often do you get to learn skills that will help you be successful in the careers that you are passionate about?

Almost never

Once in a while

Sometimes

Frequently

Almost always

48. How often does your class participate in activities that allow you to discover new careers you are passionate about?

Almost never

Once in a while

Sometimes

Frequently

Almost always

SAMPLE FORM