



Spring 2024 Panorama Social-Emotional Learning: Student Competency & Well-Being

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!

Tu clase

Cuéntanos cómo te sientes en tu clase actual.

1. ¿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

2. 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

3. ¿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

4. ¿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

5. ¿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

Tu comportamiento

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

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

Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi todo el tiempo

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

Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi todo el tiempo

8. ¿Con cuánta frecuencia seguiste instrucciones en clase?

Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi todo el tiempo



9. ¿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

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

Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi todo el tiempo

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

Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi todo el tiempo

12. ¿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

13. ¿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

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

Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi todo el tiempo

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

Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi todo el tiempo

Aprendizaje

En esta sección, nos gustaría que pensaras en términos generales sobre tu experiencia de aprendizaje en la escuela. Responde las siguientes preguntas para ayudarnos a entender mejor la manera en que aprendes en general.

16. Cuando te bloqueas mientras aprendes algo nuevo, ¿qué tan probable es que trates de aprenderlo de una manera distinta?

Para nada probable

Un poco probable

Relativamente probable

Bastante probable

Altamente probable

17. ¿Qué tan seguro/a estás de encontrar una buena manera de poder hacer bien las tareas escolares?

Para nada seguro/a

Un poco seguro/a

Relativamente seguro/a

Bastante seguro/a

Extremadamente seguro/a

18. Antes de comenzar un proyecto difícil, ¿con cuánta frecuencia piensas en la mejor manera de hacerlo?

Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi siempre



19. En términos generales, ¿qué tan bien puedes descubrir la mejor manera de aprender cosas?

- Para nada bien
 Algo bien
 Relativamente bien
 Bastante bien
 Extremadamente bien

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).

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

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

21. 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

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

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

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

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

24. 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

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?

25. Entusiasmado/a

- Casi nunca
 Una vez cada tanto
 A veces
 Con frecuencia
 Casi siempre

26. Contenta/o

- Casi nunca
 Una vez cada tanto
 A veces
 Con frecuencia
 Casi siempre



27. Querido/a

Casi nunca

Una vez cada tanto

A veces

Con frecuencia

Casi siempre

28. Seguro/a

Casi nunca

Una vez cada tanto

A veces

Con frecuencia

Casi siempre

29. Enojado/a

Casi nunca

Una vez cada tanto

A veces

Con frecuencia

Casi siempre

30. Solo/a

Casi nunca

Una vez cada tanto

A veces

Con frecuencia

Casi siempre

31. Triste

Casi nunca

Una vez cada tanto

A veces

Con frecuencia

Casi siempre

32. Preocupado/a

Casi nunca

Una vez cada tanto

A veces

Con frecuencia

Casi siempre

33. Si piensas en todos los aspectos de tu vida en este momento, ¿qué es lo que te hace sentir más feliz?

34. Si piensas en todos los aspectos de tu vida en este momento, ¿qué es lo más difícil para ti?

Ayuda de otras personas

En esta sección queremos saber sobre cómo te ayudan otras personas.

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

No

Sí

36. ¿Hay algún miembro de tu familia u otro adulto fuera de la escuela con quien puedas contar para que te ayude, pase lo que pase?

No

Sí



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

No

Sí

38. ¿Qué pueden hacer los maestros u otros adultos de la escuela para ayudarte mejor?

SAMPLE FORM