



## Perguntas de Autoavaliação LS&W para Alunos do 3º ao 12º Ano

### Instruções para os Alunos:

1. Hoje estamos coletando informações sobre como você toma decisões, relaciona-se com as pessoas ao seu redor e lida com seu trabalho escolar. Isso nos ajudará a ser professores e alunos mais efetivos. Uma vez iniciado, o exercício levará cerca de 15 minutos para ser concluído.
2. Não é um teste. Não há resposta certa ou errada. Não há como falhar neste exercício ou obter uma pontuação alta. Basta responder às perguntas da forma mais honesta possível.
3. Haverá 45 afirmações neste exercício. Em cada uma das afirmações, será perguntado o quanto você concorda ou discorda com a afirmação. Você terá cinco opções de resposta. Ouça atentamente enquanto explico estas cinco opções. Por favor, não hesite em fazer perguntas a qualquer momento se você estiver confuso com algo que eu disser.
4. Por exemplo, uma afirmação pode dizer: "Sou capaz de ficar atento ao que meu professor diz para a classe".
5. Você tem cinco opções de resposta. Se esta afirmação o descreve bem, então você pode dizer: "Concordo". Se você acha que esta afirmação o descreve muito bem, você pode dizer: "Concordo plenamente". Se isso não o descreve – se, por exemplo, às vezes você se distrai e não consegue se concentrar no que seu professor está dizendo – você pode dizer: "Eu discordo". Se você acha que não é capaz de ficar atento ao que seu professor diz, você pode dizer: "Discordo totalmente". Se você está indeciso e não sabe como responder, então você pode dizer que é "neutro" nessa questão – em outras palavras, você não concorda e nem discorda.
6. Novamente, em cada afirmação você tem cinco possíveis respostas: concordo plenamente, concordo, discordo, discordo totalmente, ou neutro.
7. Não há respostas certas ou erradas neste exercício. Você deve simplesmente responder às afirmações de forma honesta e de sua própria perspectiva. É isso que é mais importante.

Strongly Disagree	Disagree	Neutral	Agree	Strongly Agree
<b>Discordo Totalmente</b>	<b>Discordo</b>	<b>Neutro</b>	<b>Concordo</b>	<b>Concordo Plenamente</b>
1	2	3	4	5



### Perguntas de Autoavaliação LS&W para Alunos do 3º ao 5º Ano

1. Fico calmo e concentrado quando faço meu trabalho escolar.
2. Tenho muitas ideias boas.
3. Quando tenho um problema na escola, sou capaz de procurar uma solução.
4. Penso bem antes de agir.
5. Consigo me concentrar na aula por longos períodos de tempo.
6. Sou bem-comportado na escola.
7. Mesmo quando estou entusiasmado, ainda consigo me sentar quieto e ouvir.
8. Quando estou chateado com algo, sou mais cuidadoso com o que digo ou faço.
9. Quando outra criança está chateada, normalmente consigo entender por que ela se sente assim.
10. Evito comportamentos que possam magoar outras pessoas.
11. Tenho uma boa noção de como as outras pessoas estão se sentindo.
12. Sou um bom membro de equipe.
13. Meus professores diriam que eu tomo boas decisões.
14. Sou melhor em segurança do que outras crianças da minha classe.
15. Sou capaz de controlar meus sentimentos durante um teste ou exame.
16. Sei como me comportar na maioria das situações.
17. Estou confiante de que posso lidar com os problemas da minha vida.
18. Gosto de quem sou como pessoa.
19. Meus professores me descreveriam como alguém que é muito prestativo.
20. Peço ajuda quando preciso.
21. Percebo quando magoo alguém.
22. Percebo se alguém com quem estou falando parece estar entediado.
23. Sei como evitar que discussões com outras crianças saiam fora do controle.
24. Sou capaz de me acalmar se me sentir estressado na escola.
25. Eu me dou bem com outras crianças.
26. Serei feliz e bem-sucedido em minha vida.
27. Peço desculpas quando machuco alguém sem querer.
28. Sou capaz de aprender coisas novas.
29. Consigo manter minhas emoções sob controle.
30. Eu gosto de praticar coisas novas que aprendi.
31. Meu professor acha que eu tenho bons modos.
32. Fico incomodado quando outras crianças desrespeitam as regras da escola.
33. Na aula eu sei como expressar minhas ideias de forma muito clara.
34. Evito fazer coisas que são perigosas.
35. Eu sei como meus professores esperam que eu me comporte.
36. Penso bem em todas as minhas opções quando tenho que tomar uma decisão.
37. Sinto pena de crianças que parecem estar tristes ou infelizes com algo.



38. Estou confiante de que consigo fazer o que me pedem na escola.
39. Sou capaz de entender como as outras crianças estão se sentindo.
40. Tenho cuidado com a forma como ajo quando estou zangado ou chateado.
41. Quando me sinto triste ou com raiva, entendo por que me sinto assim.
42. Ouço atentamente quando meus professores explicam algo para a classe.
43. Tenho muito a contribuir para minha classe.
44. Sou um bom ouvinte.
45. Eu trabalho muito bem com outros alunos.



### Perguntas de Autoavaliação LS&W para Alunos do 6º ao 8º Ano

1. Quando outras crianças estão chateadas, normalmente consigo entender por que elas se sentem assim.
2. Tenho uma boa noção de como as outras crianças estão se sentindo.
3. Sou um bom ouvinte.
4. Meus professores diriam que eu tomo boas decisões.
5. Sei muito bem como resistir à pressão dos colegas.
6. Eu sei como meus professores esperam que eu me comporte.
7. Evito fazer coisas que são perigosas.
8. Penso nas consequências antes de decidir fazer algo.
9. Meu professor acha que eu tenho bons modos.
10. Eu ajudo os colegas que me pedem ajuda na escola.
11. Eu trabalho muito bem com outros alunos.
12. Sou capaz de me concentrar na aula por longos períodos de tempo.
13. Eu presto muita atenção aos detalhes em meu trabalho escolar.
14. Quando me sinto triste ou com raiva, entendo por que me sinto assim.
15. Sou capaz de entender situações complicadas.
16. Fico calmo quando me deparo com um problema que é difícil de resolver.
17. Fico muito incomodado quando um dos meus amigos está chateado.
18. Estou confiante de que consigo fazer o que me pedem na escola.
19. Quando tenho um problema na escola, sou capaz de procurar uma solução.
20. Penso se um comportamento é seguro ou não antes de decidir fazê-lo.
21. Sei como evitar que discussões com outras crianças saiam fora do controle.
22. Sou capaz de me acalmar se me sentir estressado na escola.
23. Eu me dou bem com outras crianças.
24. Quando estou chateado com algo, sou mais cuidadoso com o que digo ou faço.
25. Sei como me comportar na maioria das situações.
26. Ouço atentamente quando meus professores explicam algo para a classe.
27. Sou bem-comportado na escola.
28. Sou um bom membro de equipe.
29. Na escola, sou capaz de fazer qualquer coisa bem se me dedicar a isso.
30. Consigo manter minhas emoções sob controle.
31. Sou capaz de aprender coisas novas.
32. Tenho uma boa noção de como as outras pessoas estão se sentindo.
33. Tenho cuidado com a forma como ajo quando estou zangado ou chateado.
34. Penso bastante antes de tomar uma decisão importante.
35. Estou entusiasmado com meu futuro.
36. Sinto pena de crianças que parecem estar tristes ou infelizes com algo.
37. Sou capaz de controlar meus sentimentos durante um teste ou exame.



38. Peço desculpas quando magoo alguém sem querer.
39. Sei o que preciso fazer quando me sinto estressado ou nervoso na escola.
40. Tenho muito a contribuir para minha classe.
41. Eu me esforço muito para evitar repetir uma má decisão.
42. Estou confiante de que posso lidar com os problemas da minha vida.
43. Meus professores me descreveriam como alguém que é muito prestativo.
44. Quando me sinto triste ou irritado, não deixo que minhas emoções influenciem meu comportamento.
45. Quando meus amigos estão tristes, eu tento animá-los.



### Perguntas de Autoavaliação LS&W para Alunos do 9º ao 12º Ano

1. Sei como evitar que discussões com outras pessoas saiam fora do controle.
2. Sou capaz de entender como outras pessoas estão se sentindo.
3. Tenho consciência de minhas emoções.
4. Tenho muito a contribuir para minha classe.
5. Eu me mantenho concentrado na aula, mesmo quando tenho muitas preocupações.
6. Sou capaz de aprender coisas novas.
7. Penso nas consequências antes de decidir fazer algo.
8. Fico muito incomodado quando um dos meus amigos está chateado.
9. Fico incomodado quando outras pessoas fazem coisas que são erradas ou antiéticas.
10. Sou capaz de me acalmar se me sentir estressado na escola.
11. Eu me dou bem com outras pessoas.
12. Evito fazer coisas que são perigosas.
13. Sou um bom ouvinte.
14. Meus professores diriam que tomo boas decisões.
15. Quando tenho um problema na escola, sou capaz de procurar uma solução.
16. Meus professores me descreveriam como alguém que é muito prestativo.
17. Posso entender como outra pessoa vê uma situação, mesmo que eu a veja de forma diferente.
18. Estou entusiasmado com meu futuro.
19. Minha maneira de estudar para testes é muito eficaz.
20. Eu trabalho muito bem com outros alunos.
21. Fico calmo quando me deparo com um problema difícil de resolver.
22. Tenho cuidado com a forma como ajo quando estou zangado ou chateado.
23. Gosto de quem sou como pessoa.
24. Tenho uma noção muito clara do que preciso fazer para ter sucesso em todas as minhas classes.
25. Quando trabalho em grupo ou em equipe, dou-me bem com todos.
26. Meus colegas diriam que sou bom em tomar boas decisões.
27. Sou capaz de me concentrar na aula por longos períodos de tempo.
28. Estou confiante de que consigo lidar com os problemas da minha vida.
29. Presto muita atenção aos detalhes em meu trabalho escolar.
30. Peço desculpas quando magoo alguém sem querer.
31. Eu ajudo pessoas que me pedem ajuda com algo na escola.
32. Sinto pena de pessoas que parecem estar tristes ou infelizes com algo.
33. Sou bem-comportado na escola.
34. Sei muito bem como resistir à pressão dos colegas.
35. Sou muito motivado a aprender o máximo que puder em todas as minhas classes.
36. Peço ajuda quando preciso.



37. Na escola, sou capaz de fazer qualquer coisa bem se me dedicar a isso.
38. Quando me sinto triste ou com raiva, entendo por que me sinto assim.
39. Preocupo-me constantemente com os sentimentos de meus amigos.
40. Penso se um comportamento é seguro ou não antes de decidir fazê-lo.
41. Eu me esforço muito para evitar repetir uma má decisão.
42. Meus pais podem contar comigo para tomar decisões responsáveis.
43. Se eu visse dois de meus amigos discutindo, eu tentaria parar a discussão.
44. Sei como me comportar na maioria das situações.
45. Sou capaz de manter minhas emoções sob controle.