



## **Cuestionario de Autoevaluación de Competencias Socioemocionales (LS&W) del Estudiante - Grados 3 o -12o**

### **Instrucciones para los estudiantes:**

1. El día de hoy, reuniremos información sobre tus formas de tomar decisiones, relacionarte con las personas que te rodean y realizar tus tareas escolares. Esto nos permitirá ser maestros y estudiantes más efectivos. Una vez que empecemos, el ejercicio nos llevará unos 15 minutos.
2. Esto no es una prueba. No hay respuestas correctas o incorrectas. No hay forma de equivocarse u obtener un puntaje alto. Simplemente, responde las preguntas con honestidad.
3. El ejercicio contiene 45 declaraciones. En cada una de ellas, se te preguntará tu grado de acuerdo o desacuerdo. Tienes cinco opciones para responder. Por favor, escucha cuidadosamente mientras explico las cinco opciones. Si te confundes con algo que dije, puedes hacer preguntas en cualquier momento.
4. Este es el ejemplo de una declaración: “Me resulta fácil escuchar lo que mi maestro(a) dice a la clase”.
5. Tienes cinco opciones para responder. Si la declaración te describe bien, entonces debes responder, “De acuerdo”. Si crees que esta declaración te describe muy bien, entonces debes responder, “Totalmente de acuerdo”. Si no te describe bien — ya que, a veces te distraes y no te puedes concentrar en lo que el maestro dice, — puedes responder, “En desacuerdo”. Si crees que no te resulta fácil escuchar lo que el maestro dice, puedes responder, “Totalmente en desacuerdo” Si no sabes qué responder, entonces puedes marcar “neutro” — en otras palabras, ni estás de acuerdo ni en desacuerdo con esta pregunta.
6. Repitiendo, para cada declaración tienes cinco posibles respuestas: totalmente de acuerdo, de acuerdo, totalmente en desacuerdo, en desacuerdo o neutro.
7. En este ejercicio no hay respuestas correctas o incorrectas. Solo debes responder con honestidad y desde tu propia perspectiva. Esto es lo más importante.

Strongly Disagree	Disagree	Neutral	Agree	Strongly Agree
<b>Totalmente en desacuerdo</b>	<b>En desacuerdo</b>	<b>Neutro</b>	<b>De acuerdo</b>	<b>Totalmente de acuerdo</b>
1	2	3	4	5



### **Cuestionario de Autoevaluación de Competencias Socioemocionales (LS&W) del Estudiante - Grados 3-5**

1. Permanezco tranquilo(a) y concentrado(a) cuando termino mi tarea escolar.
2. Tengo muchas buenas ideas.
3. Cuando tengo un problema en la escuela, me resulta fácil saber qué hacer.
4. Pienso bien antes de actuar.
5. Puedo concentrarme en la clase por largos periodos de tiempo.
6. Me comporto bien en la escuela.
7. Puedo mantenerme quieto(a) y escuchar, aun cuando estoy entusiasmado(a).
8. Tengo mucho cuidado con las cosas que digo o hago, cuando me enojo por algo.
9. Por lo general, entiendo cuando un(a) compañero(a) está alterado(a) y por qué se siente de esa forma.
10. Evito comportamientos que pueden perjudicar a otras personas.
11. Suelo darme cuenta de cómo se sienten los demás.
12. Soy un(a) buen(a) integrante del equipo.
13. Mis maestros dirían que tomo buenas decisiones.
14. Presto más atención a la seguridad que otros chicos de mi clase.
15. Soy capaz de controlar mis emociones durante una prueba o examen.
16. Sé cómo comportarme en la mayoría de las situaciones.
17. Tengo la seguridad de que puedo lidiar con problemas en mi vida.
18. Me gusta quien soy.
19. Mis maestros me describirían como alguien muy servicial.
20. Pido ayuda cuando la necesito.
21. Me doy cuenta cuando hiero los sentimientos de alguien.
22. Me doy cuenta cuando la persona con la que estoy hablando está aburrida.
23. Sé cómo impedir que las discusiones con otros chicos se salgan de control.
24. Puedo calmarme cuando siento estrés en la escuela.
25. Me llevo bien con otros chicos.
26. Seré feliz y exitoso(a) en mi vida.
27. Pido disculpas cuando hiero accidentalmente a alguien.
28. Soy capaz de aprender cosas nuevas.
29. Puedo mantener mis emociones bajo control.
30. Me gusta practicar las cosas nuevas que aprendo.
31. Mi maestro(a) piensa que tengo buenas maneras.
32. Me molesta cuando otros chicos rompen las reglas de la escuela.
33. Sé cómo describir mis ideas con claridad en la clase.
34. Evito hacer cosas peligrosas.
35. Sé lo que mis maestros esperan de mi comportamiento.
36. Pienso cuidadosamente en todas mis opciones cuando tengo que tomar una decisión.



37. Me siento mal por los chicos que se ven tristes o insatisfechos por algo.
38. Tengo la seguridad de que puedo hacer lo que se me pide en la escuela.
39. Me resulta fácil darme cuenta cómo se sienten otros chicos.
40. Tengo cuidado con mi manera de actuar cuando siento enojo o alguna inquietud.
41. Cuando siento tristeza o enojo, sé por qué me siento de esta manera.
42. Escucho cuidadosamente cuando mis maestros explican algo a la clase.
43. Tengo mucho que aportar en mi clase.
44. Soy un(a) buen(a) oyente.
45. Trabajo muy bien con otros estudiantes.



## Cuestionario de Autoevaluación de Competencias Socioemocionales (LS&W) del Estudiante - Grados 6-8

1. Cuando otros chicos están alterados, por lo general, entiendo por qué se sienten de esa forma.
2. Puedo percibir bien lo que otros muchachos están sintiendo.
3. Soy un(a) buen(a) oyente.
4. Mis maestros dirían que tomo buenas decisiones.
5. Soy capaz de resistir la presión de grupo.
6. Sé lo que mis maestros esperan de mi comportamiento.
7. Evito hacer cosas peligrosas.
8. Pienso en las consecuencias antes de decidir algo.
9. Mi maestro(a) piensa que tengo buenas maneras.
10. Ayudo a otros chicos que solicitan mi ayuda en la escuela.
11. Trabajo muy bien con otros estudiantes.
12. Puedo concentrarme en la clase por largos periodos de tiempo.
13. Presto mucha atención a los detalles en mi trabajo escolar.
14. Cuando siento tristeza o enojo, sé por qué me siento de esta manera.
15. Suelo entender situaciones complicadas.
16. Permanezco con calma cuando hay un problema difícil de resolver.
17. Me molesta mucho cuando uno de mis amigos está alterado(a).
18. Tengo la seguridad de que puedo hacer lo que se me pide en la escuela.
19. Cuando tengo un problema en la escuela, se me hace fácil saber qué hacer.
20. Analizo si un comportamiento es o no es seguro antes de hacerlo.
21. Sé cómo impedir que las discusiones con otras personas se salgan de control.
22. Puedo calmarme cuando siento estrés en la escuela.
23. Me llevo bien con otros chicos.
24. Cuando me enojo por algo, tengo mucho cuidado con las cosas que digo o hago.
25. Sé cómo comportarme en la mayoría de las situaciones.
26. Escucho cuidadosamente cuando mis maestros explican algo a la clase.
27. Me comporto bien en la escuela.
28. Soy un(a) buen(a) integrante del equipo.
29. En la escuela, puedo lograr cualquier cosa cuando me lo propongo.
30. Puedo mantener mis emociones bajo control.
31. Me resulta fácil aprender cosas nuevas.
32. Suelo darme cuenta de cómo se sienten los demás.
33. Tengo cuidado con mi manera de actuar cuando siento enojo o alguna inquietud.
34. Pienso bien antes de tomar una decisión importante.
35. Me entusiasma mi futuro.
36. Me siento mal por los chicos que se ven tristes o insatisfechos por algo.



37. Soy capaz de controlar mis emociones durante una prueba o examen.
38. Pido disculpas cuando hiero accidentalmente a alguien.
39. Sé lo que tengo que hacer cuando siento estrés o nerviosismo en la escuela.
40. Tengo mucho que aportar en mi clase.
41. Trabajo duro para evitar cometer el mismo error dos veces.
42. Tengo la seguridad de que puedo lidiar con problemas en mi vida.
43. Mis maestros me describirían como alguien muy servicial.
44. Cuando siento tristeza o enojo, no dejo que mis emociones afecten mi comportamiento.
45. Cuando mis amigos no están bien, trato de darles ánimo.



## **Cuestionario de Autoevaluación de competencias socioemocionales (LS&W) del Estudiante Grados 9-12**

1. Sé cómo impedir que las discusiones con otras personas se salgan de control.
2. Soy capaz de entender cómo se sienten los demás.
3. Estoy muy consciente de mis emociones.
4. Tengo mucho que aportar en mi clase.
5. Mantengo mi concentración en la clase, aun cuando tengo muchas preocupaciones.
6. Me resulta fácil aprender cosas nuevas.
7. Pienso en las consecuencias antes de decidir algo.
8. Me molesta mucho cuando uno de mis amigos está alterado(a).
9. Me molesta cuando otras personas hacen cosas indebidas o con poca ética.
10. Puedo calmarme cuando siento estrés en la escuela.
11. Me llevo bien con otras personas.
12. Evito hacer cosas peligrosas.
13. Soy un(a) buen(a) oyente.
14. Mis maestros dirían que tomo buenas decisiones.
15. Cuando tengo un problema en la escuela, me resulta fácil saber qué hacer.
16. Mis maestros me describirían como alguien muy servicial.
17. Entiendo cómo otra persona puede ver una situación, aunque yo la vea diferente.
18. Me entusiasma mi futuro.
19. Mi método de estudio para los exámenes es muy efectivo.
20. Trabajo muy bien con otros estudiantes.
21. Permanezco con calma cuando hay un problema difícil de resolver.
22. Tengo cuidado con mi manera de actuar cuando siento enojo o alguna inquietud.
23. Me gusta quien soy.
24. Tengo una muy buena idea de lo que necesito para tener éxito en todas mis clases.
25. Me llevo bien con todos mis compañeros de grupo o equipo cuando trabajamos juntos.
26. Mis compañeros de clase dirían que tomo buenas decisiones.
27. Puedo concentrarme en la clase por largos periodos de tiempo.
28. Tengo la seguridad de que puedo lidiar con problemas en mi vida.
29. Presto mucha atención a los detalles en mi trabajo escolar.
30. Pido disculpas cuando hiero accidentalmente a alguien.
31. Ayudo a personas cuando me lo piden en la escuela.
32. Me siento mal por las personas que se ven tristes o insatisfechas por algo.
33. Me comporto bien en la escuela.
34. Soy capaz de resistir la presión de grupo.
35. Tengo mucha motivación por aprender al máximo en todas mis clases.
36. Pido ayuda cuando la necesito.



37. En la escuela, puedo hacer bien cualquier cosa cuando me lo propongo.
38. Cuando siento tristeza o enojo, sé por qué me siento de esta manera.
39. A menudo me preocupo por los sentimientos de mis amistades.
40. Analizo si un comportamiento es o no es seguro antes de hacerlo.
41. Trabajo duro para evitar cometer el mismo error dos veces.
42. Mis padres pueden contar conmigo para tomar decisiones responsables.
43. Si veo a dos de mis amigos discutiendo, trato de detener la discusión.
44. Sé cómo comportarme en la mayoría de las situaciones.
45. Puedo mantener mis emociones bajo control.