

## Módulo de Salud Socio–Emocional

## SUPLEMENTO 1

Por favor, dínos qué tan **CIERTA** es cada una de estas frases sobre ti ...

	No es cierto en absoluto	Un poco cierto	Bastante cierto	Muy cierto
X1. . Puedo solucionar mis problemas.	A	B	C	D
X2. Puedo hacer la mayoría de las cosas si lo intento.	A	B	C	D
X3. . Hay muchas cosas que hago bien.	A	B	C	D
X4. Hay un propósito en mi vida.	A	B	C	D
X5. Mi inteligencia es algo que no puedo cambiar mucho.	A	B	C	D
X6. Entiendo mi estado de ánimo y mis sentimientos.	A	B	C	D
X7. Entiendo por qué hago lo que hago.	A	B	C	D
X8. Me gusta trabajar con otros estudiantes en las actividades de clase.	A	B	C	D
X9. Cuando no entiendo algo, le pregunto a mi maestro/a repetidamente hasta que lo entiendo.	A	B	C	D
X10. Trato de responder todas las preguntas que se hacen en clase	A	B	C	D
X11. Cuando trato de solucionar un problema de matemáticas, no paro hasta encontrar la solución final.	A	B	C	D
X12. Acepto responsabilidad por mis acciones.	A	B	C	D
X13. Estoy esperando tener una carrera exitosa.	A	B	C	D
X14. Cuando cometo un error, lo admito.	A	B	C	D
X15. Puedo aceptar cuando los demás me dicen “no.”	A	B	C	D
X16. Me siento mal cuando lastiman los sentimientos de otra persona.	A	B	C	D
X17. Cuando necesito ayuda yo encuentro a alguien con quien hablar.	A	B	C	D
X18. Trato de entender lo que otras personas están sintiendo.	A	B	C	D
X19. Tengo metas y expectativas altas para mí.	A	B	C	D
X20. Trato de entender cómo se sienten y qué piensan otras personas.	A	B	C	D
X21. Puedo esperar por lo que quiero.	A	B	C	D
X22. Desafiando a mí mismo no me hará más inteligente.	A	B	C	D
X23. No molesto a otros cuando están ocupados.	A	B	C	D
X24. Pienso antes de actuar.	A	B	C	D
X25. Cada día espero divertirme mucho.	A	B	C	D
X26. Cuando trabajo en grupos escolares, hago mi parte justa.	A	B	C	D
X27. Por lo general, espero tener un buen día.	A	B	C	D
X28. Por lo general, espero que me sucedan más cosas buenas que cosas malas.	A	B	C	D

## Módulo de Salud Socio–Emocional

## SUPLEMENTO 1

Por favor, dínos qué tan **CIERTA** es cada una de estas frases sobre ti ...

	No es cierto en absoluto	Un poco cierto	Bastante cierto	Muy cierto
<b>X29.</b> Trato de resolver mis problemas hablando o escribiendo sobre ellos.	A	B	C	D
<b>X30.</b> Hay algunas cosas que no soy capaz de aprender.	A	B	C	D
<b>X31.</b> Me gusta escuchar las ideas de otros estudiantes en la clase.	A	B	C	D
<b>X32.</b> No espero mucho de mí mismo en el futuro.	A	B	C	D
<b>X33.</b> Confío en mi capacidad para resolver problemas difíciles.	A	B	C	D
<b>X34.</b> Si no soy naturalmente inteligente en una materia, nunca voy a hacer bien en ella.	A	B	C	D
<b>X35.</b> En la mayoría de los días me siento <b>AGRADECIDO</b> .	A	B	C	D
<b>X36.</b> En la mayoría de los días me siento <b>COMPLACIDO</b> .	A	B	C	D
<b>X37.</b> En la mayoría de los días me siento <b>APRECIATIVO</b> .	A	B	C	D
<b>X38.</b> En la mayoría de los días me siento <b>ENERGETICO</b> .	A	B	C	D
<b>X39.</b> En la mayoría de los días me siento <b>ACTIVO</b> .	A	B	C	D
<b>X40.</b> En la mayoría de los días me siento <b>ENTUSIÁSTICO</b> .	A	B	C	D

Durante el mes pasado, ¿qué tan cierto sientes que estas frases son sobre ti?

	No es cierto en absoluto	Un poco cierto	Bastante cierto	Muy cierto
<b>X41.</b> Tuve problemas respirando porque estaba ansioso.	A	B	C	D
<b>X42.</b> Me preocupaba que me avergüenzala delante de los demás.	A	B	C	D
<b>X43.</b> Estaba tenso y apretado.	A	B	C	D
<b>X44.</b> Tuve un tiempo difícil relajándome.	A	B	C	D
<b>X45.</b> Me sentí triste y derrumbado.	A	B	C	D
<b>X46.</b> Me irritaba fácilmente.	A	B	C	D
<b>X47.</b> Era difícil para mí aguantarme y pensé que iba a entrar en pánico.	A	B	C	D
<b>X48.</b> Era difícil entusiasmarme con cualquier cosa.	A	B	C	D
<b>X49.</b> Yo estaba fácilmente molesto y sensible.	A	B	C	D
<b>X50.</b> Yo estaba asustado por ninguna buena razón.	A	B	C	D

## Módulo de Salud Socio–Emocional

## SUPLEMENTO 1

¿Qué tan ciertas son las siguientes frases sobre tu familia y amigos?

	No es cierto en absoluto	Un poco cierto	Bastante cierto	Muy cierto
	A	B	C	D
<b>X51.</b> Los miembros de mi familia realmente se ayudan y se apoyan uno al otro.	A	B	C	D
<b>X52.</b> Hay un sentimiento de unidad en mi familia.	A	B	C	D
<b>X53.</b> Los miembros de mi familia realmente se llevan bien entre ellos.	A	B	C	D
<b>X54.</b> Tengo un amigo/a de mi edad que se preocupa realmente por mí.	A	B	C	D
<b>X55.</b> Tengo un amigo/a de mi edad que habla conmigo sobre mis problemas.	A	B	C	D
<b>X56.</b> Tengo un amigo/a de mi edad que me ayuda cuando estoy pasando por momentos difíciles.	A	B	C	D