

## Examen Universal de Tumwater para el Aprendizaje Socioemocional (TUSSEL)

### Objetivo

Para garantizar que este año escolar tenga un inicio sólido, estamos atentos al bienestar de los estudiantes y del personal. El objetivo de esta encuesta es aprender más sobre la mejor forma de apoyar a los estudiantes con destrezas relacionadas con el aprendizaje socioemocional. Puede decidir no responder las preguntas o responder solo algunas. Las respuestas de los estudiantes están protegidas por las leyes federales de privacidad de los estudiantes.

### Instrucciones

Responda a los enunciados de abajo usando la escala siguiente.

Rara vez o nunca      A veces      A menudo      Casi siempre

### Autoconocimiento

- Hay al menos un adulto en mi vida a quien puedo acudir si necesito ayuda.
- Puedo describir mis sentimientos y expresárselos a otros.
- Tengo la habilidad de lograr mis metas.

### Autogestión

- Me adapto bien a las transiciones y tengo la habilidad de adaptarme a las situaciones y responsabilidades que cambian.
- Se me ocurren varias formas de conseguir cosas en mi vida que son importantes para mí.

### Autoeficacia

- Me esfuerzo para lograr mis metas de corto y largo plazo, incluso cuando es difícil.
- Terminó las tareas que estoy haciendo. Presto buena atención.
- Mantengo la calma cuando me enfrento a un desafío.
- Digo lo que pienso y pido lo que necesito cuando es necesario.

### Conciencia social

- Entiendo lo que las otras personas piensan y sienten.

### El trato social

- Puedo resolver conflictos.
- Puedo decirles a otras personas lo que quiero y necesito.

### Participación social

- Sé cómo trabajar en equipo.

### Esperanza

- Mi futuro me entusiasma.
- Tengo al menos un amigo de mi edad a quien puedo recurrir.
- Espero que me pasen cosas buenas.
- Me siento bien conmigo mismo.