



Panorama Social-Emotional Learning: Student Competency Measures

To better support you, your school and teachers would like to ask you some questions about how you think and feel. Only your teachers and school leaders will be able to see your responses, which will not affect your class grades. Please respond honestly—there are no right or wrong answers!

Your Goals

We would like for you to think about the goals you set for yourself.

1. How often do you stay focused on the same goal for several months at a time?

- Almost never
 Once in a while
 Sometimes
 Frequently
 Almost always

2. If you fail to reach an important goal, how likely are you to try again?

- Not at all likely
 Slightly likely
 Somewhat likely
 Quite likely
 Extremely likely

3. When you are working on a project that matters a lot to you, how focused can you stay when there are lots of distractions?

- Not at all focused
 Slightly focused
 Somewhat focused
 Quite focused
 Extremely focused

4. If you have a problem while working towards an important goal, how well can you keep working?

- Not well at all
 Slightly well
 Somewhat well
 Quite well
 Extremely well

5. Some people pursue some of their goals for a long time, and others change their goals frequently. Over the next several years, how likely are you to continue to pursue one of your current goals?

- Not at all likely
 Slightly likely
 Somewhat likely
 Quite likely
 Extremely likely

Performance in School

Whether a person does well or poorly in school may depend on a lot of different things. You may feel that some of these things are easier for you to change than others. **In school, how possible is it for you to change:**

6. Being talented

- Not at all possible to change
 A little possible to change
 Somewhat possible to change
 Quite possible to change
 Completely possible to change

In school, how possible is it for you to change:

7. Putting forth a lot of effort

- Not at all possible to change
 A little possible to change
 Somewhat possible to change
 Quite possible to change
 Completely possible to change



In school, how possible is it for you to change:

8. Behaving well in class

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Not at all possible to change	A little possible to change	Somewhat possible to change	Quite possible to change	Completely possible to change

In school, how possible is it for you to change:

9. Liking the subject

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Not at all possible to change	A little possible to change	Somewhat possible to change	Quite possible to change	Completely possible to change

In school, how possible is it for you to change:

10. How easily you give up

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Not at all possible to change	A little possible to change	Somewhat possible to change	Quite possible to change	Completely possible to change

In school, how possible is it for you to change:

11. Your level of intelligence

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Not at all possible to change	A little possible to change	Somewhat possible to change	Quite possible to change	Completely possible to change

Your Behavior

Please answer the following questions about how you respond to different situations. During the past 30 days...

12. How carefully did you listen to other people's points of view?

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Not carefully at all	Slightly carefully	Somewhat carefully	Quite carefully	Extremely carefully

13. How often did you come to class prepared?

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Almost never	Once in a while	Sometimes	Frequently	Almost all the time

14. How much did you care about other people's feelings?

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Did not care at all	Cared a little bit	Cared somewhat	Cared quite a bit	Cared a tremendous amount

15. How often did you follow directions in class?

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Almost never	Once in a while	Sometimes	Frequently	Almost all the time



16. How well did you get along with students who are different from you?

Did not get along at all

Got along a little bit

Got along somewhat

Got along pretty well

Got along extremely well

17. How often did you get your work done right away, instead of waiting until the last minute?

Almost never

Once in a while

Sometimes

Frequently

Almost all the time

18. How often were you polite to adults?

Almost never

Once in a while

Sometimes

Frequently

Almost all the time

19. How often did you compliment others' accomplishments?

Almost never

Once in a while

Sometimes

Frequently

Almost all the time

20. How often did you pay attention and resist distractions?

Almost never

Once in a while

Sometimes

Frequently

Almost all the time

21. How clearly were you able to describe your feelings?

Not at all clearly

Slightly clearly

Somewhat clearly

Quite clearly

Extremely clearly

22. When you were working independently, how often did you stay focused?

Almost never

Once in a while

Sometimes

Frequently

Almost all the time

23. When others disagreed with you, how respectful were you of their views?

Not at all respectful

Slightly respectful

Somewhat respectful

Quite respectful

Extremely respectful

24. How often did you remain calm, even when someone was bothering you or saying bad things?

Almost never

Once in a while

Sometimes

Frequently

Almost all the time

25. To what extent were you able to stand up for yourself without putting others down?

Not at all

A little bit

Somewhat

Quite a bit

A tremendous amount

26. How often did you allow others to speak without interruption?

Almost never

Once in a while

Sometimes

Frequently

Almost all the time



27. To what extent were you able to disagree with others without starting an argument?

Not at all

A little bit

Somewhat

Quite a bit

A tremendous amount

28. How often were you polite to other students?

Almost never

Once in a while

Sometimes

Frequently

Almost all the time

29. How often did you keep your temper in check?

Almost never

Once in a while

Sometimes

Frequently

Almost all the time

SAMPLE FORM



Panorama Social-Emotional Learning: Student Supports + Environment

For the following questions, we are interested in learning more about how you think about your school. Please give us your honest opinions so that we can better understand your experience and work to make the school a better place.

Your Current Classes

Please tell us about how you feel about your current teachers and classes.

1. How many of your teachers are respectful towards you?

- None of my teachers
 A few of my teachers
 About half of my teachers
 Most of my teachers
 All of my teachers

2. If you walked into class upset, how many of your teachers would be concerned?

- None of my teachers
 A few of my teachers
 About half of my teachers
 Most of my teachers
 All of my teachers

3. If you came back to visit class three years from now, how many of your teachers would be excited to see you?

- None of my teachers
 A few of my teachers
 About half of my teachers
 Most of my teachers
 All of my teachers

4. When your teachers ask how you are doing, how many of them are really interested in your answer?

- None of my teachers
 A few of my teachers
 About half of my teachers
 Most of my teachers
 All of my teachers

5. How many of your teachers would you be excited to have again in the future?

- None of my teachers
 A few of my teachers
 About half of my teachers
 Most of my teachers
 All of my teachers

Feelings About Being at School

In this section, we would like to understand how you feel about your school.

6. How often are people disrespectful to others at your school?

- Almost never
 Once in a while
 Sometimes
 Frequently
 Almost always

7. How positive or negative is the energy of the school?

- Very negative
 Somewhat negative
 Slightly negative
 Neither negative nor positive
 Slightly positive
 Somewhat positive
 Very positive

8. How often do students get into physical fights at your school?

- Almost never
 Once in a while
 Sometimes
 Frequently
 Almost always



9. How pleasant or unpleasant is the physical space at your school?

Very unpleasant

Somewhat
unpleasant

Slightly
unpleasant

Neither pleasant
nor unpleasant

Slightly pleasant

Somewhat
pleasant

Very pleasant

10. How likely is it that someone from your school will bully you online?

Not at all likely

Slightly likely

Somewhat likely

Quite likely

Extremely likely

11. How fair or unfair are the rules for the students at this school?

Very unfair

Somewhat unfair

Slightly unfair

Neither unfair
nor fair

Slightly fair

Somewhat fair

Very fair

12. How often do you worry about violence at your school?

Almost never

Once in a while

Sometimes

Frequently

Almost always

13. At your school, how much does the behavior of other students hurt or help your learning?

Hurts my
learning a
tremendous
amount

Hurts my
learning some

Hurts my
learning a little
bit

Neither helps nor
hurts my
learning

Helps my
learning a little
bit

Helps my
learning some

Helps my
learning a
tremendous
amount

14. If a student is bullied in school, how difficult is it for him/her to get help from an adult?

Not at all difficult

Slightly difficult

Somewhat difficult

Quite difficult

Extremely difficult

15. How often do your teachers seem excited to be teaching your classes?

Almost never

Once in a while

Sometimes

Frequently

Almost always

16. At your school, how unfairly do the adults treat the students?

Not at all unfairly

Slightly unfairly

Somewhat unfairly

Quite unfairly

Extremely unfairly



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!

Tus metas

En esta primera sección, nos gustaría que pensaras sobre las metas que estableces para ti mismo/a.

1. ¿Con cuánta frecuencia te mantienes concentrado/a en la misma meta durante varios meses seguidos?

Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi siempre

2. Si fallas al tratar de alcanzar una meta importante, ¿qué tan probable es que lo intentes de nuevo?

Para nada probable

Un poco probable

Relativamente probable

Bastante probable

Altamente probable

3. Cuando trabajas en un proyecto que te importa mucho, ¿qué tan concentrado/a te mantienes cuando hay muchas distracciones?

Para nada concentrado/a

Un poco concentrado/a

Relativamente concentrado/a

Bastante concentrado/a

Extremadamente concentrado/a

4. Si tienes un problema mientras intentas alcanzar una meta importante, ¿qué tan bien puedes seguir intentando?

Para nada bien

Un poco bien

Relativamente bien

Bastante bien

Muy bien

5. Algunas personas persiguen algunas de sus metas por un tiempo prolongado, y otros cambian sus metas con frecuencia. Dentro de los siguientes años, ¿qué tan probable es que sigas tratando de alcanzar una de tus metas actuales?

Para nada probable

Un poco probable

Relativamente probable

Bastante probable

Altamente probable

Desempeño escolar

Que a una persona le vaya bien o mal en la escuela depende de muchas cosas. Es posible que sientas que algunas de estas cosas las puedes cambiar de manera más fácil que otras. En la escuela, ¿qué tan posible es para ti cambiar:

6. ¿Tener talento?

Para nada posible de cambiar

Poco posible de cambiar

Relativamente posible de cambiar

Bastante posible de cambiar

Completamente posible de cambiar

En la escuela, ¿qué tan posible es para ti cambiar:

7. ¿Hacer mucho esfuerzo?

Para nada posible de cambiar

Poco posible de cambiar

Relativamente posible de cambiar

Bastante posible de cambiar

Completamente posible de cambiar



En la escuela, ¿qué tan posible es para ti cambiar:

8. ¿Portarte bien en clase?

Para nada posible de cambiar

Poco posible de cambiar

Relativamente posible de cambiar

Bastante posible de cambiar

Completamente posible de cambiar

En la escuela, ¿qué tan posible es para ti cambiar:

9. ¿Demostrar gusto por la asignatura?

Para nada posible de cambiar

Poco posible de cambiar

Relativamente posible de cambiar

Bastante posible de cambiar

Completamente posible de cambiar

En la escuela, ¿qué tan posible es para ti cambiar:

10. ¿Qué tan fácil te rindes?

Para nada posible de cambiar

Poco posible de cambiar

Relativamente posible de cambiar

Bastante posible de cambiar

Completamente posible de cambiar

En la escuela, ¿qué tan posible es para ti cambiar:

11. ¿Tu nivel de inteligencia?

Para nada posible de cambiar

Poco posible de cambiar

Relativamente posible de cambiar

Bastante posible de cambiar

Completamente posible de cambiar

Tu comportamiento

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

12. ¿Con cuánto cuidado escuchaste los puntos de vista de otras personas?

Sin ningún cuidado

Con un poco de cuidado

Con relativo cuidado

Con bastante cuidado

Con mucho cuidado

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

Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi todo el tiempo

14. ¿Qué tanto te importaron los sentimientos de las otras personas?

No me importaron para nada

Me importaron un poco

Me importaron más o menos

Me importaron bastante

Me importaron muchísimo

15. ¿Con cuánta frecuencia seguiste instrucciones en clase?

Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi todo el tiempo



16. ¿Qué tan bien te llevaste con los estudiantes que son distintos a ti?

- Para nada bien
 Un poco bien
 Relativamente bien
 Bastante bien
 Extremadamente bien

17. ¿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

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

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi todo el tiempo

19. ¿Con cuánta frecuencia felicitaste a otras personas por sus logros?

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi todo el tiempo

20. ¿Con cuánta frecuencia prestaste atención y resististe las distracciones?

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi todo el tiempo

21. ¿Con cuánta claridad pudiste describir tus sentimientos?

- Sin ninguna claridad
 Con un poco de claridad
 Con relativa claridad
 Con bastante claridad
 Con muchísima claridad

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

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi todo el tiempo

23. Cuando otras personas no estaban de acuerdo contigo, ¿qué tan respetuoso/a te mostraste de sus puntos de vista?

- Para nada respetuoso/a
 Un poco respetuoso/a
 Relativamente respetuoso/a
 Bastante respetuoso/a
 Extremadamente respetuoso/a

24. ¿Con cuánta frecuencia mantuviste la calma, aun cuando alguien te estaba molestando o diciéndote cosas negativas?

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi todo el tiempo

25. ¿En qué medida pudiste defenderte sin insultar a otras personas?

- Para nada
 Un poco
 Más o menos
 Bastante
 Muchísimo

26. ¿Con cuánta frecuencia les permitiste a las otras personas hablar sin interrupciones?

- Casi nunca
 De vez en cuando
 A veces
 Frecuentemente
 Casi todo el tiempo



27. ¿En qué medida pudiste estar en desacuerdo con otras personas sin comenzar a discutir?

Para nada

Un poco

Más o menos

Bastante

Muchísimo

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

Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi todo el tiempo

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

Casi nunca

De vez en cuando

A veces

Frecuentemente

Casi todo el tiempo

SAMPLE FORM



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!

Tus clases

Cuéntanos cómo te sientes con tus clases y maestros/as.

1. ¿Cuántos de tus maestros/as son respetuosos/as contigo?

- | | | | | |
|----------------------------|----------------------------|----------------------------------|-------------------------------|--------------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ninguno de mis maestros/as | Algunos de mis maestros/as | Como la mitad de mis maestros/as | La mayoría de mis maestros/as | Todos/as mis maestros/as |

2. Si llegaras a clase molesto/a, ¿cuántos de tus maestros/as estarían preocupados/as?

- | | | | | |
|----------------------------|----------------------------|----------------------------------|-------------------------------|--------------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ninguno de mis maestros/as | Algunos de mis maestros/as | Como la mitad de mis maestros/as | La mayoría de mis maestros/as | Todos/as mis maestros/as |

3. Si vinieras de visita en tres años, ¿cuántos de tus maestros/as estarían emocionados/as de verte?

- | | | | | |
|----------------------------|----------------------------|----------------------------------|-------------------------------|--------------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ninguno de mis maestros/as | Algunos de mis maestros/as | Como la mitad de mis maestros/as | La mayoría de mis maestros/as | Todos/as mis maestros/as |

4. Cuando tus maestros/as te preguntan cómo estás, ¿a cuántos de ellos les interesa tu respuesta?

- | | | | | |
|-------------------------|----------------------------|----------------------------------|-------------------------------|--------------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ninguno de mis maestros | Algunos de mis maestros/as | Como la mitad de mis maestros/as | La mayoría de mis maestros/as | Todos/as mis maestros/as |

5. ¿Cuántos de tus maestros/as estarías emocionado/a de tener de nuevo en el futuro?

- | | | | | |
|----------------------------|----------------------------|----------------------------------|-------------------------------|--------------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ninguno de mis maestros/as | Algunos de mis maestros/as | Como la mitad de mis maestros/as | La mayoría de mis maestros/as | Todos/as mis maestros/as |

Percepciones acerca de estar en la escuela

En esta sección, nos gustaría entender cómo te sientes con respecto a tu escuela.

6. ¿Con cuánta frecuencia son irrespetuosas las personas en tu escuela?

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Casi nunca | De vez en cuando | A veces | Frecuentemente | Casi siempre |

7. ¿La energía de tu escuela es negativa o positiva?

- | | | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Muy negativa | Un poco negativa | Un poco negativa | Ni negativa ni positiva | Un poco positiva | Bastante positiva | Muy positiva |

8. ¿Con cuánta frecuencia hay peleas físicas en tu escuela?

- | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Casi nunca | De vez en cuando | A veces | Frecuentemente | Casi siempre |



9. La mayoría de los días, ¿qué tan agradable o desagradable es el espacio físico de tu escuela?

- Muy desagradable
 Algo desagradable
 Un poco desagradable
 Ni agradable ni desagradable
 Un poco agradable
 Algo agradable
 Muy agradable

10. ¿Qué tan probable es que alguien de tu escuela te intimide por Internet?

- Para nada probable
 Un poco probable
 Relativamente probable
 Bastante probable
 Altamente probable

11. ¿Qué tan justas o injustas son las reglas para los estudiantes en esta escuela?

- Muy injustas
 Algo injustas
 Un poco injustas
 Ni justas ni injustas
 Un poco justas
 Algo justas
 Muy justas

12. ¿Con cuánta frecuencia te preocupas por la violencia en tu escuela?

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

13. ¿En tu escuela, la conducta de otros estudiantes, afecta o ayuda tu aprendizaje?

- Afecta mucho mi aprendizaje
 Afecta algo mi aprendizaje
 Afecta un poco mi aprendizaje
 No afecta ni ayuda mi aprendizaje
 Ayuda poco mi aprendizaje
 Ayuda algo mi aprendizaje
 Ayuda mucho mi aprendizaje

14. Si a un estudiante le intimidan en la escuela, ¿qué tan difícil es que él/ella obtenga la ayuda de un adulto?

- No es para nada difícil
 Un poco difícil
 Relativamente difícil
 Bastante difícil
 Extremadamente difícil

15. ¿Cuántas veces tus maestros/as parecen estar contentos/as de enseñar tus clases?

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

16. En tu escuela, ¿qué tan injustamente tratan los adultos a los estudiantes?

- Para nada injustamente
 Con algo de injusticia
 Con relativa injusticia
 Con bastante injusticia
 Con muchísima injusticia