



Để hỗ trợ các em tốt hơn, nhà trường và giáo viên muốn hỏi các em một vài câu hỏi về suy nghĩ và cảm nhận của các em. Chỉ có các giáo viên, lãnh đạo nhà trường và phụ huynh hoặc người giám hộ của các em mới có thể xem các câu trả lời của các em. Các câu trả lời này sẽ không ảnh hưởng đến điểm số trên lớp của các em. Vui lòng trả lời thành thật—không có câu trả lời nào là đúng hay sai!

Hành Vi của Bạn

Vui lòng trả lời những câu hỏi sau đây về cách em phản ứng với các tình huống khác nhau. Trong 30 ngày vừa qua...

1. Em đã lắng nghe những quan điểm của người khác một cách cẩn thận ở mức độ nào?

Không hề cẩn thận

Có chút cẩn thận

Phần nào cẩn thận

Khá cẩn thận

Vô cùng cẩn thận

2. Mức độ thường xuyên bạn chuẩn bị sẵn sàng trước khi đến lớp học như thế nào?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như mọi lúc

3. Mức độ quan tâm của bạn đến cảm xúc của người khác như thế nào?

Không hề quan tâm

Có chút quan tâm

Phần nào quan tâm

Khá quan tâm

Rất quan tâm

4. Tần suất bạn làm theo hướng dẫn trong lớp học như thế nào?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như mọi lúc

5. Mức độ hòa đồng của bạn với những bạn khác biệt với bạn như thế nào?

Không hề hòa đồng

Có chút hòa đồng

Phần nào hòa đồng

Khá hòa đồng

Rất hòa đồng

6. Mức độ thường xuyên bạn hoàn thành công việc của mình ngay lập tức, thay vì đợi đến phút chót như thế nào?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như mọi lúc

7. Mức độ thường xuyên bạn thể hiện thái độ lịch sự với người lớn như thế nào?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như mọi lúc

8. Mức độ thường xuyên bạn khen ngợi những thành tích của người khác như thế nào?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như mọi lúc

9. Mức độ thường xuyên bạn tập trung và loại bỏ các yếu tố gây xao nhãng như thế nào?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như mọi lúc

10. Bạn có thể miêu tả cảm xúc của mình rõ ràng ở mức độ nào?

Không hề rõ ràng

Có chút rõ ràng

Phần nào rõ ràng

Khá rõ ràng

Vô cùng rõ ràng



11. Khi làm việc độc lập, bạn duy trì độ tập trung thường xuyên như thế nào?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như mọi lúc

12. Khi những người khác không đồng ý với bạn, mức độ tôn trọng của bạn đối với quan điểm của họ như thế nào?

Không hề tôn trọng

Có chút tôn trọng

Phần nào tôn trọng

Khá tôn trọng

Rất tôn trọng

13. Mức độ thường xuyên bạn giữ bình tĩnh, ngay cả khi ai đó đang làm phiền bạn hoặc nói những điều xấu như thế nào?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như mọi lúc

14. Bạn có thể tự bảo vệ cho chính mình mà không làm ảnh hưởng đến người khác ở mức độ nào?

Không hề

Có chút

Phần nào

Khá nhiều

Rất nhiều

15. Mức độ thường xuyên bạn để cho người khác nói mà không ngắt lời như thế nào?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như mọi lúc

16. Bạn có thể không đồng ý với những người khác nhưng không để xảy ra tranh cãi ở mức độ nào?

Không hề

Có chút

Phần nào

Khá nhiều

Rất nhiều

17. Mức độ thường xuyên bạn thể hiện thái độ lịch sự với các học sinh khác như thế nào?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như mọi lúc

18. Mức độ thường xuyên bạn giữ bình tĩnh như thế nào?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như mọi lúc

Cảm Nhận Chung

Trong phần này, chúng tôi hy vọng sẽ biết được cách các em trải nghiệm những cảm xúc khác nhau trong cuộc sống của mình (dù ở trong hay ngoài trường học).

19. Khi em cảm thấy áp lực, em có thể duy trì kiểm soát bản thân ở mức độ dễ dàng như thế nào?

Không hề dễ dàng

Có chút dễ dàng

Phần nào dễ dàng

Khá dễ dàng

Vô cùng dễ dàng

20. Em có thể tự thoát khỏi tâm trạng tồi tệ ở mức độ thường xuyên như thế nào?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như luôn luôn

21. Khi mọi người xung quanh em trở nên giận dữ, em có thể duy trì cảm giác thoải mái ở mức độ nào?

Không hề thoải mái

Có chút thoải mái

Phần nào thoải mái

Khá thoải mái

Vô cùng thoải mái



22. Em có thể kiểm soát cảm xúc của mình khi cần ở mức độ thường xuyên như thế nào?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như luôn luôn

23. Khi em buồn, em có thể tự làm mình thoải mái ở mức độ thường xuyên như thế nào?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như luôn luôn

24. Khi mọi thứ trở nên tồi tệ với em, em có thể giữ bình tĩnh ở mức độ nào?

Không hề bình tĩnh

Có chút bình tĩnh

Phần nào bình tĩnh

Khá bình tĩnh

Vô cùng bình tĩnh

Suy nghĩ về việc học ở trường

Trong phần này, chúng tôi muốn hiểu về suy nghĩ của bạn đối với trường học nói chung.

Đối với những câu hỏi sau đây, chúng tôi muốn tìm hiểu thêm về suy nghĩ của bạn đối với trường học của bạn. Vui lòng trình bày ý kiến trung thực nhất của bạn để chúng tôi có thể hiểu rõ hơn về trải nghiệm của bạn và thực hiện để giúp trường học trở thành nơi tốt hơn.

25. Những người trong trường của bạn hiểu bạn với tư cách là một con người như thế nào?

Hoàn toàn không hiểu

Hiểu đôi chút

Hơi hiểu

Hiểu khá nhiều

Hoàn toàn hiểu rõ

26. Bạn cảm thấy kết nối với người lớn trong trường của mình như thế nào?

Hoàn toàn không kết nối

Kết nối đôi chút

Hơi kết nối

Khá kết nối

Cực kỳ kết nối

27. Những học sinh trong trường học của bạn thể hiện sự tôn trọng bạn như thế nào?

Hoàn toàn không tôn trọng

Tôn trọng một chút

Hơi tôn trọng

Khá tôn trọng

Rất tôn trọng

28. Bạn quan trọng đối với những người khác trong trường học này như thế nào?

Hoàn toàn không quan trọng

Quan trọng đôi chút

Hơi quan trọng

Khá quan trọng

Rất quan trọng

29. Nói chung, bạn cảm thấy hòa nhập với trường học của bạn như thế nào?

Hoàn toàn không hòa nhập

Hòa nhập đôi chút

Hơi hòa nhập

Khá hòa nhập

Hoàn toàn hòa nhập

30. Giáo viên có thường xuyên khuyến khích bạn tìm hiểu về người thuộc các chủng tộc, dân tộc hoặc văn hóa khác nhau không?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như luôn luôn

31. Bạn có thường xuyên nghĩ đến những việc mà một người thuộc chủng tộc, dân tộc hoặc văn hóa khác trải qua không?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như luôn luôn



32. Bạn tự tin ở mức độ nào về việc các học sinh trong trường của bạn có thể có những cuộc trò chuyện trung thực với nhau về chủng tộc?

Không hề tự tin

Có chút tự tin

Phần nào tự tin

Khá tự tin

Rất tự tin

33. Ở trường của bạn, bạn có thường xuyên được khuyến khích đào sâu suy nghĩ về các chủ đề liên quan đến chủng tộc không?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như luôn luôn

34. Bạn cảm thấy thoải mái ở mức độ nào khi chia sẻ suy nghĩ của bạn về các chủ đề liên quan đến chủng tộc với các học sinh khác trong trường của bạn?

Không hề thoải mái

Có chút thoải mái

Phần nào thoải mái

Khá thoải mái

Vô cùng thoải mái

35. Học sinh ở trường của bạn có thường xuyên có những cuộc trò chuyện quan trọng về chủng tộc, ngay cả khi họ có thể thấy không thoải mái, không?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như luôn luôn

36. Khi có những sự kiện tin tức lớn liên quan đến chủng tộc, người lớn trong trường bạn có thường xuyên trao đổi về những tin tức đó với học sinh không?

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Khá thường xuyên

Thường xuyên

Hầu như luôn luôn

37. Trường học của bạn giúp học sinh lên tiếng chống phân biệt chủng tộc ở mức độ nào?

Không hề tốt

Có chút tốt

Phần nào tốt

Khá tốt

Rất tốt

Cảm Giác Của Các Em

Những câu hỏi này hỏi về cảm giác của các em trong thời gian gần đây. Vui lòng trả lời thành thật—không có câu trả lời nào là đúng hay sai vì không có cảm giác nào là đúng hay sai! Câu trả lời của em sẽ giúp chúng tôi hỗ trợ em và những học sinh khác tốt hơn, và câu trả lời này sẽ không ảnh hưởng đến điểm số hoặc thể hiện trên học bạ của em. Em có thể bỏ qua bất kỳ câu hỏi nào mà em không muốn trả lời.

Trong tuần vừa qua, em có thường xuyên cảm thấy _____ không?

38. tức giận

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Thỉnh thoảng

Thường xuyên

Hầu như luôn luôn

39. cô đơn

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Thỉnh thoảng

Thường xuyên

Hầu như luôn luôn

40. buồn

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Thỉnh thoảng

Thường xuyên

Hầu như luôn luôn



41. lo lắng

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Thỉnh thoảng

Thường xuyên

Hầu như luôn luôn

42. nản chí

Hầu như không bao giờ

Đôi khi

Thỉnh thoảng

Thường xuyên

Hầu như luôn luôn

Sự Giúp Đỡ Từ Người Khác

Trong phần này, hãy cho chúng tôi biết người khác đã giúp đỡ em như thế nào.

43. Em có giáo viên hoặc người lớn khác ở trường mà em có thể tin tưởng nhờ giúp đỡ bất kể chuyện gì không?

Không

Có

44. Em có thành viên gia đình hoặc người lớn khác bên ngoài trường mà em có thể tin tưởng nhờ giúp đỡ bất kể chuyện gì không?

Không

Có

45. Em có bạn bè ở trường mà em có thể tin tưởng nhờ giúp đỡ bất kể chuyện gì không?

Không

Có

46. Em có giáo viên hoặc người lớn khác ở trường mà khi ở cạnh họ, em có thể hoàn toàn là chính mình không?

Không

Có

47. Em có thành viên gia đình hoặc người lớn khác bên ngoài trường mà khi ở cạnh họ, em có thể hoàn toàn là chính mình không?

Không

Có

48. Em có bạn bè ở trường mà khi ở cạnh họ, em có thể hoàn toàn là chính mình không?

Không

Có