



Руководство вашей школы и учителя хотели бы задать вам несколько вопросов о ваших мыслях и чувствах, чтобы более эффективно оказывать вам поддержку. Ответы увидят только учителя, руководство школы, а также ваши родители или опекуны. Это никак не повлияет на ваши оценки. Просим вас отвечать честно, поскольку на эти вопросы не существует правильных или неправильных ответов.

### Ваше поведение

Пожалуйста, ответьте на следующие вопросы о том, как вы ведете себя в разных ситуациях. За последние 30 дней...

1. Как часто вы были вежливы со взрослыми?

Почти никогда

Очень редко

Иногда

Часто

Почти все время

2. Насколько внимательно вы выслушивали мнение других людей?

Совсем невнимательно

В небольшой степени  
внимательно

В какой-то степени  
внимательно

Довольно внимательно

Очень внимательно

3. Как часто вы приходили в класс подготовленным(-ой) к занятиям?

Почти никогда

Очень редко

Иногда

Часто

Почти все время

4. В какой степени вы заботились о чувствах других людей?

Нисколько

Немного

В какой-то степени

В достаточной степени

В чрезвычайной степени

5. Как часто вы следовали указаниям преподавателя в классе?

Почти никогда

Очень редко

Иногда

Часто

Почти все время

6. Насколько хорошо вы ладили с учениками, которые отличаются от вас?

Нисколько

Немного

В какой-то степени

Достаточно хорошо

Отлично

7. Как часто вы выполняли свою работу сразу, а не тянули до последней минуты?

Почти никогда

Очень редко

Иногда

Часто

Почти все время

8. Как часто вы работали сосредоточенно, игнорируя отвлекающие факторы?

Почти никогда

Очень редко

Иногда

Часто

Почти все время

9. Насколько точно вы были способны описывать свои чувства и ощущения?

Совсем не точно

Немного

В какой-то степени

Достаточно точно

Очень точно

10. Когда вы работали самостоятельно, как часто вы сохраняли сосредоточенность?

Почти никогда

Очень редко

Иногда

Часто

Почти все время



11. Когда другие не соглашались с вами, насколько уважительно вы относились к их мнению?

Совсем неуважительно

Немного уважительно

С долей уважения

Достаточно уважительно

Очень уважительно

12. Как часто вы сохраняли спокойствие, даже когда кто-то надоедал или докучал вам или говорил обидные слова?

Почти никогда

Очень редко

Иногда

Часто

Почти все время

13. В какой степени вы могли постоять за себя, не унижая других?

Нисколько

Немного

В какой-то степени

В значительной степени

В огромной степени

14. Как часто вы позволяли другим говорить, не прерывая их?

Почти никогда

Очень редко

Иногда

Часто

Почти все время

15. В какой степени вы могли выразить несогласие с другими, не начав с ними спорить или ссориться?

Нисколько

Немного

В какой-то степени

В значительной степени

В огромной степени

16. Как часто вы были вежливы с другими учащимися?

Почти никогда

Очень редко

Иногда

Часто

Почти все время

17. Как часто вы хвалили достижения других учащихся?

Почти никогда

Очень редко

Иногда

Часто

Почти все время

18. Как часто вам удавалось держать себя в руках?

Почти никогда

Очень редко

Иногда

Часто

Почти все время

### Общие впечатления

С помощью вопросов этого раздела мы надеемся узнать, как вы испытываете различные эмоции в своей жизни (как в школе, так и за ее пределами).

19. Как часто у вас получается справиться с плохим настроением?

Почти никогда

Очень редко

Иногда

Часто

Почти всегда

20. Когда все вокруг злятся, насколько вам удастся сохранять спокойствие и невозмутимость?

Нисколько

Немного

В какой-то степени

В достаточной степени

В наивысшей степени

21. Как часто у вас получается контролировать свои эмоции, когда это необходимо?

Почти никогда

Очень редко

Иногда

Часто

Почти всегда



22. Когда вы расстроены, как часто вам удается сохранять невозмутимость?

- Почти никогда     
  Очень редко     
  Иногда     
  Часто     
  Почти всегда

23. Когда у вас что-то не получается, насколько вы способны сохранять спокойствие?

- Нисколько     
  Немного     
  В какой-то степени     
  Довольно хорошо     
  Очень хорошо

### Комфортно ли Вам находиться в школе

В этом разделе мы хотели бы понять Ваше отношение к своей школе в целом.

С помощью следующих вопросов мы хотим больше узнать о том, что Вы думаете о своей школе. Пожалуйста, отвечайте честно, чтобы мы смогли лучше понять Ваш процесс обучения и сделать школу лучше.

24. Хорошо ли люди в Вашей школе понимают Вас как личность?

- Совершенно не понимают     
  Едва понимают     
  В некоторой степени понимают     
  Довольно хорошо понимают     
  Полностью понимают

25. Оказывают ли Вам поддержку взрослые в Вашей школе?

- Совершенно никакой поддержки     
  Мало поддержки     
  Немного поддержки     
  Достаточная поддержка     
  Огромная поддержка

26. Уважают ли Вас ученики Вашей школы?

- Совершенно не уважают     
  Едва уважают     
  В некоторой степени уважают     
  В достаточной степени уважают     
  Очень уважают

27. В целом, чувствуете ли Вы себя частью Вашей школы?

- Совершенно не чувствую     
  Немного чувствую     
  В некоторой степени чувствую     
  В достаточной степени чувствую     
  В полной степени чувствую

### Эмоции и чувства

Эти вопросы касаются эмоций и чувств, которые ты недавно испытывал (-а). Отвечай честно: здесь нет правильных или неправильных ответов, потому что не бывает правильных или неправильных эмоций и чувств! Твои ответы помогут нам лучше поддерживать тебя и других учеников. Они не повлияют на твои оценки и не появятся в твоем отчете об успеваемости. Если ты не хочешь отвечать на какие-то вопросы, ты можешь их пропустить.

Как часто на прошлой неделе ты чувствовал (-а) себя \_\_\_\_\_?

28. сердитым (-ой)

- Почти никогда     
  Очень редко     
  Иногда     
  Часто     
  Почти всегда

29. одиноким (-ой)

- Почти никогда     
  Очень редко     
  Иногда     
  Часто     
  Почти всегда



30. грустным (-ой)

Почти никогда

Очень редко

Иногда

Часто

Почти всегда

31. обеспокоенным (-ой)

Почти никогда

Очень редко

Иногда

Часто

Почти всегда

Помощь других людей

В этом разделе расскажи нам, как тебе помогают другие люди.

32. Есть ли в школе учитель или другой взрослый, на помощь которого ты можешь рассчитывать в любой ситуации?

Нет

Да

33. Есть ли у тебя член семьи или другой взрослый не из школы, на помощь которого ты можешь рассчитывать в любой ситуации?

Нет

Да

34. Есть ли у тебя в школе друг, на помощь которого ты можешь рассчитывать в любой ситуации?

Нет

Да