

## ¿Estoy preparado/a para estudiar a distancia/en línea? Are you ready to study online?

Cuestionario adaptado de la comunidad virtual de acogida de estudiantes de movilidad internacional de la UNED

### Instrucciones / Instructions

Por favor, responde las siguientes preguntas, en una escala que va desde 1= *No, en absoluto* a 4= *Sí, totalmente*. Cuanto más alto sea el resultado obtenido, mejor dispuesto te encontrarás para estudiar en modalidades de enseñanza en línea.

Please, select answers from 1 to 4 after reading each question. The higher your total score, the better prepared you are for online studies.

### Preguntas / Questions

1. Me siento capaz de usar las nuevas tecnologías sin dificultad, y dispongo de ordenador y conexión a internet en casa.  
I'm able to manage new technologies without difficulties and I have a computer with Internet connection at home.
  - 1 - No, en absoluto / Not at all
  - 2 - Algo / A little
  - 3 - Bastante / Quite a lot
  - 4 - Sí, totalmente / Totally
2. Me siento cómodo/a utilizando internet para navegar y buscar información, enviar correos electrónicos y utilizar redes sociales (Facebook, Instagram, Twitter, etc.).  
I feel comfortable with the Internet to browse and search for information, send emails and use social networks (Facebook, Instagram, Twitter, etc.).
  - 1 - No, en absoluto / Not at all
  - 2 - Algo / A little
  - 3 - Bastante / Quite a lot
  - 4 - Sí, totalmente / Totally
3. Me siento cómodo/a utilizando el ordenador para actividades como el procesamiento de textos, las hojas de cálculo o haciendo presentaciones (PowerPoint, por ejemplo).  
I feel comfortable with the computer for activities such as word processing, spreadsheets or presentations (PowerPoint, for example).
  - 1 - No, en absoluto / Not at all
  - 2 - Algo / A little
  - 3 - Bastante / Quite a lot
  - 4 - Sí, totalmente / Totally
4. Suelo manejar bien mi tiempo y cumplir con las fechas propuestas y los compromisos adquiridos.  
I'm used to managing my time in an effective way, meeting deadlines and fulfilling commitments.
  - 1 - No, en absoluto / Not at all
  - 2 - Algo / A little
  - 3 - Bastante / Quite a lot
  - 4 - Sí, totalmente / Totally

5. Soy una persona que puede aprender de forma autónoma, marcándome mis propias pautas.

I am a person who can learn independently at my own pace.

1 - No, en absoluto / Not at all

2 - Algo / A little

3 - Bastante / Quite a lot

4 - Sí, totalmente / Totally

6. Soy una persona disciplinada.

I am a disciplined person.

1 - No, en absoluto / Not at all

2 - Algo / A little

3 - Bastante / Quite a lot

4 - Sí, totalmente / Totally

7. Cuando trabajo en equipo puedo expresar fácilmente mis ideas, comentarios, hacer preguntas, etc.

When working in a group, I have no trouble expressing my ideas, comments, questions, etc.

1 - No, en absoluto / Not at all

2 - Algo / A little

3 - Bastante / Quite a lot

4 - Sí, totalmente / Totally

8. Suelo ser una persona flexible y que se adapta a los cambios que van surgiendo (por ejemplo en horarios, calendario, etc.).

I'm usually a flexible person who adapts to changes as they arise (for instance, in schedules, calendar, etc.).

1 - No, en absoluto / Not at all

2 - Algo / A little

3 - Bastante / Quite a lot

4 - Sí, totalmente / Totally

9. Tengo tiempo disponible para la realización de las actividades que me planteen.

I have enough available time to carry out the activities that are part of the different subjects.

1 - No, en absoluto / Not at all

2 - Algo / A little

3 - Bastante / Quite a lot

4 - Sí, totalmente / Totally

10. Suelo iniciar las actividades y tareas por mi mismo/a.

I usually start the activities and tasks myself.

1 - No, en absoluto / Not at all

2 - Algo / A little

3 - Bastante / Quite a lot

4 - Sí, totalmente / Totally

11. Me gusta planificar previamente las actividades que debo realizar.  
I like to plan the activities that I have to carry out beforehand.
- 1 - No, en absoluto / Not at all
  - 2 - Algo / A little
  - 3 - Bastante / Quite a lot
  - 4 - Sí, totalmente / Totally
12. Suelo tener objetivos claros y frecuentemente los consigo.  
I usually have clear objectives and I often reach them.
- 1 - No, en absoluto / Not at all
  - 2 - Algo / A little
  - 3 - Bastante / Quite a lot
  - 4 - Sí, totalmente / Totally
13. Me gusta hacer las cosas por el placer de aprender cosas nuevas, de desarrollar mis potencialidades y tener nuevas habilidades.  
I like doing activities for the joy of learning new things, to develop my potential and gain new skills
- 1 - No, en absoluto / Not at all
  - 2 - Algo / A little
  - 3 - Bastante / Quite a lot
  - 4 - Sí, totalmente / Totally
14. Soy una persona realista, y confío en mis capacidades para desarrollar las tareas que me propongo o me proponen.  
I am a realistic person and I trust my own abilities in order to perform the tasks that I set myself or that are presented to me.
- 1 - No, en absoluto / Not at all
  - 2 - Algo / A little
  - 3 - Bastante / Quite a lot
  - 4 - Sí, totalmente / Totally
15. Cuando no puedo resolver un problema por mí mismo/a, busco la ayuda que necesito en aquellas personas más preparadas para ello que me puedan auxiliar.  
When I cannot solve a problem myself, I seek the help I need from those more qualified than me that can help me.
- 1 - No, en absoluto / Not at all
  - 2 - Algo / A little
  - 3 - Bastante / Quite a lot
  - 4 - Sí, totalmente / Totally
16. Soy persistente y no suelo pararme ante los obstáculos.  
I am a persistent person and I do not usually give up when facing obstacles.
- 1 - No, en absoluto / Not at all
  - 2 - Algo / A little
  - 3 - Bastante / Quite a lot
  - 4 - Sí, totalmente / Totally

17. Creo que debo responsabilizarme de mi propio aprendizaje.  
I believe that I must take charge of my own learning.
- 1 - No, en absoluto / Not at all
  - 2 - Algo / A little
  - 3 - Bastante / Quite a lot
  - 4 - Sí, totalmente / Totally
18. Suelo buscar motivos para hacer las cosas porque me resulten interesantes, más que porque sean mi obligación.  
I usually look for reasons to do things because I find them interesting, rather than because they are my duty.
- 1 - No, en absoluto / Not at all
  - 2 - Algo / A little
  - 3 - Bastante / Quite a lot
  - 4 - Sí, totalmente / Totally
19. Estoy abierto a aprender cosas nuevas.  
I'm open to learning new things.
- 1 - No, en absoluto / Not at all
  - 2 - Algo / A little
  - 3 - Bastante / Quite a lot
  - 4 - Sí, totalmente / Totally
20. Estoy dispuesto a trabajar en un entorno flexible, no muy estructurado.  
I'm willing to work in a flexible, not very structured environment.
- 1 - No, en absoluto / Not at all
  - 2 - Algo / A little
  - 3 - Bastante / Quite a lot
  - 4 - Sí, totalmente / Totally
21. Me gusta intercambiar mis opiniones, participar en debates y enriquecerme personalmente con las ideas y las aportaciones de otras personas.  
I like sharing my opinions, participating in debates and enriching myself personally with the ideas and contributions of others.
- 1 - No, en absoluto / Not at all
  - 2 - Algo / A little
  - 3 - Bastante / Quite a lot
  - 4 - Sí, totalmente / Totally
22. Me estimula y me gusta trabajar en equipo, realizar proyectos en colaboración con los demás, etc.  
I like and find stimulating working in a team and carrying out projects in collaboration with others, etc.
- 1 - No, en absoluto / Not at all
  - 2 - Algo / A little
  - 3 - Bastante / Quite a lot
  - 4 - Sí, totalmente / Totally