

Anexos.

V. Anexos.

Datos sobre las parejas.

	Nombre	Edad	Escolaridad	Tiempo de relación al inicio	Tiempo de relación al final
Pareja 1	S.G	30	Téc. Química	5 meses	1 año 3 meses
	A.F	31	Lic. Biología	5 meses	1 año 3 meses
Pareja 2	E.A	18	Est. Psicología	8 meses	1 año 6 meses
	I.V	23	Est. Psicología	8 meses	1 año 6 meses
Pareja 3	A.S	21	Est. Estomatología	7 meses	1 año 4 meses
	B.P	25	Est. Estomatología	7 meses	1 año 4 meses
Pareja 4	M.R	21	Est. Enfermería	3 meses	1 año 2 meses
	M.H	29	Est. Biología	3 meses	1 año 2 meses
Pareja 5	A.P	21	Est. Farmacia	7 meses	1 año 5 meses
	J.G	21	Téc. Electrónica	7 meses	1 año 5 meses
Pareja 6	G.G	20	Est. Eléctrica	5 meses	9 meses
	J.H	20	Est. Estomatología	5 meses	9 meses

TECNICAS UTILIZADAS PARA EL ESTUDIO DE PERSONALIDAD.

. Composición "El sentido de mi vida"

. Escala de los indicadores funcionales de Personalidad.

Lea cuidadosamente las proposiciones que le presentamos a continuación y responda a continuación con exactitud sobre la valoración que le pedimos en relación a la frecuencia con que percibe en su persona las cuestiones que le exponemos. Utilice los símbolos siguientes.

Nunca=1 Casi nunca=2 A veces=3 Casi siempre=4 Siempre=5

O sea, en la raya que aparece al final de cada frase ponga el número que corresponda a la frecuencia con que percibe en su persona la cuestión mencionada.

1. Me gusta actuar sobre normas ya establecidas. __
2. Soy dado a elaborar planes futuros. __
3. Me siento seguro de mí mismo. __
4. Después que tomo una decisión me cuesta mucho trabajo cambiarla. __
5. Me siento desorientado en relación a mi vida futura. __
6. Mis criterios coinciden con la mayoría de las personas. __
7. Evito las contradicciones. __
8. Cuando tengo que hablar en público me altero. __
9. Defiendo con fuerza mis puntos de vista. __
10. Ante las contradicciones me es difícil elegir el camino de solución. __
11. Soy optimista, pienso que mis cosas saldrán bien. __
12. El futuro me resulta incierto. __
13. El criterio de los demás me afecta mucho. __
14. Cuando incumplo algo me siento mal mucho tiempo. __
15. Siento que los demás son injustos conmigo. __
16. Me es difícil cuestionarme lo establecido. __
17. Tomar decisiones me resulta difícil. __
18. Siento que tengo conflictos. __
19. Me gusta cumplir con todas las exigencias que me plantean. __
20. Tengo estados de ánimo cuyas causas me resultan inexplicables. __
21. Tengo dificultades para expresar mis criterios. __
22. Cuando fracaso me altero mucho. __
23. Trato de orientarme por los criterios de quienes me rodean. __
24. Mis amigos cumplen mis expectativas. __
25. Necesito que los demás compartan mis puntos de vista. __
26. Tengo claros mis planes para la vida futura. __
27. Necesito obtener resultados perfectos. __
28. Tengo una fuerte tendencia a pensar sobre mi persona. __
29. Me es difícil cumplir lo que me propongo. __

30. Creo que me merezco más de lo que tengo. ___
31. Pienso en cuestiones ya pasadas. ___
32. Me es difícil cambiar un criterio después que lo tomo. ___
33. Busco información para fundamentar mis decisiones. ___
34. Me es difícil dominar mis emociones. ___
35. Me es difícil discrepar de otros. ___
36. Soy fácil de convencer. ___
37. Trato de conformarme un criterio propio de las cosas. ___
38. En lo que me interesa elaboro planes futuros. ___
39. Me cuesta trabajo realizar iniciativas personales. ___
40. Me irrito con facilidad. ___
41. Me altero cuando las cosas no me salen bien. ___
42. Cuando tengo que hacer varias cosas al mismo tiempo me desconcierto. ___
43. Me cuesta trabajo tomar decisiones frente a mis conflictos. ___
44. El futuro lo veo claro. ___
45. Tengo lo que soy capaz de ganarme. ___
46. Puedo discrepar de los demás y sentirme tranquilo. ___
47. Me altero cuando mis criterios no son aceptados. ___
48. Discrepo con los demás pero puedo expresarme. ___
49. Tengo ideas que me afectan y no puedo apartarlas de mi cabeza. ___
50. Muchas de las cosas que hago no deseo hacerlas ___
51. Tengo estados de ánimo negativos. ___
52. Me afecta mucho no lograr el éxito que espero en algo. ___
53. La valoración de los demás hacia mi persona no es justa. ___
54. Me siento molesto sin causas aparentes. ___
55. Me es difícil cambiar mis planes aunque comprenda que debo hacerlo. ___

Test de Completamiento de frases.

Nombre: _____

Edad: _____

Complete o termine estas frases para que expresen sus verdaderos sentimientos. Ideas u opiniones.

1. Me gusta _____
2. El tiempo más feliz _____
3. Quisiera saber _____
4. Lamento _____
5. Mi mayor temor _____
6. En la escuela _____
7. No puedo _____
8. Sufro _____
9. Fracasé _____
10. Mi futuro _____
11. El matrimonio _____
12. Estoy mejor cuando _____
13. Algunas veces _____
14. Este lugar _____
15. La preocupación principal _____
16. Deseo _____
17. Yo secretamente _____
18. Yo _____
19. Mi mayor problema es _____
- 20. El trabajo _____
21. Amo _____
22. Mi principal ambición _____
23. Yo prefiero _____
24. Mi problema principal _____
25. Quisiera ser _____
- 26. Creo que mis mejores aptitudes son _____
27. La felicidad _____
28. Considero que puedo _____
29. Me esfuerzo diariamente por _____
30. Me cuesta trabajo _____
31. Mi mayor deseo _____
32. Siempre he querido _____
33. Me cuesta mucho _____
- 34. Mis aspiraciones son _____
- No 35. Mis estudios _____
- No 36. Mi vida futura _____
- 37. Trataré de lograr _____
- 38. A menudo reflexiono sobre _____

39. Me he propuesto _____
40. Mi mayor tiempo lo dedico _____
41. Siempre que puedo _____
42. Lucho _____
43. A menudo _____
44. El pasado _____
45. Me esfuerzo _____
46. Las contradicciones _____
47. Mi opinión _____
48. Pienso que los demás _____
49. El hogar _____
50. Me fastidio _____
51. Al acostarme _____
52. Los hombres _____
53. La gente *No* _____
54. Una madre _____
55. Siento *No* _____
56. Los hijos _____
57. Cuando era niño *No* _____
58. Cuando tengo dudas _____
59. En el futuro *No* _____
60. Necesito _____
61. Mi mayor placer _____
62. Odio _____
63. Cuando estoy solo _____
64. Cuando me equivoco _____
65. Si trabajo _____
66. Me deprimó cuando *No* _____
67. El estudio *No* _____
68. Mis amigos _____
69. Mi grupo _____

No

•

Los
hombres

•

en
papel

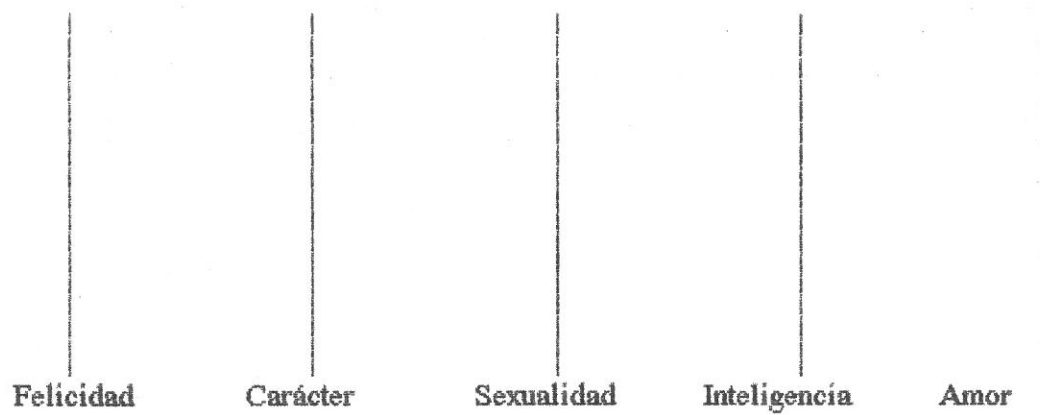
•

Técnica del dibujo.

Realiza un dibujo que te represente para cada uno de los siguientes títulos.

- Este soy yo
- Este es mi cuerpo
- Este soy yo cuando me enamoro
- Este soy yo cuando me separo
- Este es mi mundo

Escala de autoestima.



TECNICA DE ELECCION DE VALORES

intimidad
diversión
cine
calificación
fama
niños
canto
placer
salario
pena
tranquilidad
viaje
libros
salud
bailes
joyas
deportes
flores
comida
agilidad
mar
automóvil
amor
trabajo
vida
vino
suerte

fuerza
belleza
dinero
museos
ropas
amigos
música
juventud
teatro
riqueza
familia
silencio
apartamento
comprensión
enamorar
matrimonio
sexo
tolerancia
novio
conquistar
tristeza
estudio
pareja
cariño
dependencia
independencia

TECNICAS UTILIZADAS PARA EL ESTUDIO DE CONFIGURACION DEL VINCULO.

Test de comunicación

A continuación le presentamos una lista de temas o asuntos sobre los cuales ud puede conversar con su pareja, deseamos nos señale en qué medida ud. conversa sobre estos temas Lee cuidadosamente cada afirmación y señale en los espacios el número de las alternativas que se corresponde con su criterio. Hágalo según la siguiente escala.

F-- Frecuentemente.

AV-- A veces.

RV-- Rara vez.

N--Nunca.

- 1) _____ Los asuntos y responsabilidades que tengo en mi trabajo.
- 2) _____ El tipo de música y las canciones que me gustan.
- 3) _____ Mis inquietudes y preocupaciones acerca de mi salud.
- 4) _____ Mis actos políticos en las organizaciones.
- 5) _____ Lo que me agrada en nuestras relaciones sexuales.
- 6) _____ Mis lecturas preferidas.
- 7) _____ Mi opinión sobre lo que pasa en mi país.
- 8) _____ Mis amistades o relaciones con los compañeros de trabajo o estudio.
- 9) _____ Los deportes que me gustan.
- 10) _____ El tema y la calidad de las películas que vemos.
- 11) _____ Las necesidades materiales que tenemos en nuestra familia.
- 12) _____ Lo que me desagrada de nuestras relaciones sexuales.
- 13) _____ Los problemas que tenemos con otros familiares.
- 14) _____ Lo que aparece en la prensa acerca de otros países.
- 15) _____ Las dificultades que tengo en mi trabajo o en mis estudios.
- 16) _____ Cómo me siento, lo que me gusta o disgusta.
- 17) _____ Los aspectos de nuestra relación que son importantes para mí.
- 18) _____ Las personas que considero más importantes en mi vida.
- 19) _____ Los aspectos de mi persona y de mi forma de ser que me disgustan o con los cuales estoy satisfecho(a).
- 20) _____ Mis principales errores y fracasos.
- 21) _____ Lo que necesito para ser feliz.

Test de comunicación

A continuación le presentamos una lista de temas o asuntos sobre los cuales ud puede conversar con su pareja, deseamos nos señale en qué medida ud. conversa sobre estos temas Lee cuidadosamente cada afirmación y señale en los espacios el número de las alternativas que se corresponde con su criterio. Hágalo según la siguiente escala.

F-- Frecuentemente.

AV-- A veces.

RV-- Rara vez.

N--Nunca.

- 1) _____ Los asuntos y responsabilidades que tengo en mi trabajo.
- 2) _____ El tipo de música y las canciones que me gustan.
- 3) _____ Mis inquietudes y preocupaciones acerca de mi salud.
- 4) _____ Mis actos políticos en las organizaciones.
- 5) _____ Lo que me agrada en nuestras relaciones sexuales.
- 6) _____ Mis lecturas preferidas.
- 7) _____ Mi opinión sobre lo que pasa en mi país.
- 8) _____ Mis amistades o relaciones con los compañeros de trabajo o estudio.
- 9) _____ Los deportes que me gustan.
- 10) _____ El tema y la calidad de las películas que vemos.
- 11) _____ Las necesidades materiales que tenemos en nuestra familia.
- 12) _____ Lo que me desagrada de nuestras relaciones sexuales.
- 13) _____ Los problemas que tenemos con otros familiares.
- 14) _____ Lo que aparece en la prensa acerca de otros países.
- 15) _____ Las dificultades que tengo en mi trabajo o en mis estudios.
- 16) _____ Cómo me siento, lo que me gusta o disgusta.
- 17) _____ Los aspectos de nuestra relación que son importantes para mí.
- 18) _____ Las personas que considero más importantes en mi vida.
- 19) _____ Los aspectos de mi persona y de mi forma de ser que me disgustan o con los cuales estoy satisfecho(a).
- 20) _____ Mis principales errores y fracasos.
- 21) _____ Lo que necesito para ser feliz.

. Autopercepción respecto a algunas capacidades comunicativas

A continuación le brindamos las definiciones de 4 tipos de capacidades comunicativas que brindan a la persona la posibilidad de expresar sus emociones, sus estados de ánimo, demostrar sus afectos, escuchar y respetar al otro. Deseando conocer en que magnitud éstas se manifiestan o no en tí, deberás ubicarte en una de las opciones que aparecen a continuación de cada uno de los conceptos. Argumente en cada caso:

1-- Autenticidad : mostrarse tal cual es, sin dobleces, siendo congruente con lo que se piensa, se siente y la forma en que se actúa en cada momento de la vida.

Poseo _____ Medianamente poseo _____ No poseo _____

2-- Tolerancia : respetar la individualidad, reconocer que el otro posee una personalidad diferente a la nuestra, con defectos y virtudes.

Poseo _____ Medianamente poseo _____ No poseo _____

3-- Comprensión empática : ser capaz de ocupar el lugar de la otra persona, entenderlo desde de su posición y visión de las cosas.

Poseo _____ Medianamente poseo _____ No poseo _____

4-- Expresividad afectiva : facilidad de transmitir al otro miembro de la pareja de forma verbal y extraverbal nuestros sentimientos, emociones, etc.

Poseo _____ Medianamente poseo _____ No poseo _____

Cuestionario de intimidad.

A continuación le presentamos una serie de frases que usted debe responder con la alternativa que se ajusta más a su relación de pareja, de acuerdo a los siguientes criterios.

- 1- Siempre.
- 2- Casi siempre.
- 3- A veces.
- 4- Casi nunca.
- 5- Nunca.

- 1) ___ Mi pareja me escucha cuando necesito a alguien con quien hablar.
- 2) ___ Disfrutamos cuando pasamos el tiempo con otra pareja.
- 3) ___ Me siento satisfecho(a) con nuestra vida sexual.
- 4) ___ Mi compañero(a) me ayuda a esclarecer mis pensamientos.
- 5) ___ Disfrutamos las mismas actividades recreativas.
- 6) ___ Puedo declarar mis sentimientos sin que ella (él) esté a la defensiva.
- 7) ___ Generalmente somos reservados el uno con el otro.
- 8) ___ Creo que nuestra actividad sexual marcha normalmente.
- 9) ___ Cuando sucede que tenemos una discusión seria después me parece que tenemos más en común.
- 10) ___ Comparto los intereses de mi compañero(a).
- 11) ___ Me siento distante de mi compañero(a).
- 12) ___ Tenemos amigos en común.
- 13) ___ Soy capaz de decirle a mi compañero(a) cuándo deseo tener relaciones sexuales.
- 14) ___ Me siento en desventaja en una conversación seria con mi compañero(a).
- 15) ___ Nos gusta divertirnos juntos.
- 16) ___ Mi compañero(a) puede realmente comprender mis penas y mis alegrías.
- 17) ___ Para mí pasar el tiempo junto con nuestros amigos es una parte importante de nuestras actividades compartidas.
- 18) ___ Freno mi interés sexual porque mi compañero(a) me hace sentir mal.
- 19) ___ Siento que es inútil discutir algunas cosas con mi compañero(a).
- 20) ___ Disfrutamos las salidas juntos.
- 21) ___ Me siento poco querido(a) por mi compañera(o).
- 22) ___ Muchos de los más íntimos amigos de mi compañero(a) son también mis más íntimos amigos.
- 23) ___ La expresión sexual es parte esencial de nuestras relaciones.
- 24) ___ Mi compañero(a) trata de cambiar mis ideas.
- 25) ___ Encontramos tiempo para divertirnos juntos.
- 26) ___ Cuando estamos juntos me siento solo(a).
- 27) ___ Mi compañero(a) no simpatiza con algunos de mis amigos.
- 28) ___ Tenemos un gran número de cosas de que hablar.
- 29) ___ Pienso que compartimos intereses comunes.
- 30) ___ No creo que nadie pueda ser más feliz que mi pareja o yo cuando estamos juntos.
- 31) ___ Mi pareja parece desinteresada(o) por el sexo.
- 32) ___ Tengo algunas necesidades que no son satisfechas en mi relación.

Encuesta de Satisfacción.

A continuación le presentamos una serie de afirmaciones a las cuales debe responder con las siguientes alternativas.

- 1- Me gusta como está pasando.
- 2- Me gustaría algo diferente.
- 3- Me gustaría muy diferente.

- 1) ___ El tiempo que mi pareja dedica a nuestra relación.
- 2) ___ La frecuencia con que mi pareja me dice algo bonito.
- 3) ___ El grado con que mi pareja me atiende.
- 4) ___ La frecuencia con que mi pareja me abraza.
- 5) ___ La atención que mi pareja pone en mi apariencia.
- 6) ___ La comunicación con mi pareja.
- 7) ___ La conducta de mi pareja frente a otras personas.
- 8) ___ La forma con que me pide que tengamos relaciones sexuales.
- 9) ___ El tiempo que dedica a sí mismo.
- 10) ___ El tiempo que me dedica.
- 11) ___ La forma como se comporta cuando está triste.
- 12) ___ La forma como se comporta cuando está enojado.
- 13) ___ La forma como se comporta cuando está preocupado.
- 14) ___ La forma como se comporta cuando está de mal humor.
- 15) ___ La forma como se organiza mi pareja.
- 16) ___ Las prioridades que mi pareja tiene en la vida.
- 17) ___ La forma como pasa su tiempo libre.
- 18) ___ La reacción de mi pareja cuando no quiero tener relaciones sexuales.
- 19) ___ La puntualidad de mi pareja.
- 20) ___ El interés que mi pareja pone en lo que hago.
- 21) ___ La forma en que tiene relaciones sexuales conmigo.
- 22) ___ El cuidado que mi pareja pone a su salud.
- 23) ___ El tiempo que pasamos juntos.
- 24) ___ La forma como mi pareja trata de solucionar los problemas.
- 25) ___ Las reglas que mi pareja pone para que se sigan en casa.
- 26) ___ Las restricciones que mi pareja me pone.

Test de los Modelos de relación.

A continuación le presentamos ciertos elementos que caracterizan las relaciones de pareja en sus extremos opuestos. Marque con una X donde ubicaría usted su relación de pareja actual, atendiendo a la siguiente escala.

MC- Muy cierto.

C- Cierto.

T- Término medio.

1. Cada uno tiene el derecho de establecer prohibiciones siempre que sea necesario para el buen funcionamiento de la relación.

MC C T C MC

No tenemos derecho a establecer prohibiciones en torno al comportamiento de cada uno, nuestras decisiones son puramente personales.

2. Cada miembro influye en la elección de las amistades y en la forma de vestir de su pareja llegando a prohibir lo que considere inadecuado.

MC C T C MC

Ninguno de nosotros cuenta con el derecho de influir sobre la vida íntima de nuestra pareja (forma de vestir, elección de amigos, etc.)

3. Mi pareja tiene el derecho de intervenir en las decisiones que tomo con respecto al estudio, la profesión o el trabajo que desempeño

MC C T C MC

Mi pareja no tiene el derecho de intervenir en las decisiones con respecto al estudio, profesión o trabajo que desempeño

4. Yo trato de modificar a mi pareja con el propósito de que este se acerque cada vez más al ideal de pareja (mujer, hombre) que siempre tuve.

MC C T C MC

No me esfuerzo por cambiar a mi pareja o hacer que este se acerque a mi ideal de pareja, lo acepto tal y como es.

5. Yo trato de modificar mi propio comportamiento o forma de ser, con el objetivo de acercarme al ideal de pareja que tiene mi compañero.

MC C T C MC

Yo no trato de modificar mi comportamiento con el objetivo de acercarme al ideal de pareja que tiene mi compañero(a), actúo solo tomando en cuenta mi modo de ser.

6. Nos basamos en el principio, yo para ti y tú para mí, y no admitimos la intervención de terceras personas.

MC C T C MC

No soy solo de mi pareja ni aspira a que él (ella) sea solo mío, no nos pertenecemos el uno al otro.

7. No son aceptadas las salidas independientes (a solas) de cualquiera de nosotros, y en caso de que esto ocurra podemos interpretarlo como signo de infidelidad.

MC C T C MC
____ _

Aceptamos que cada uno salga solo, tenemos plena libertad para estar solos incluso en lugares geográficamente diferentes sin que interpretemos esto como un signo de infidelidad.

8. Aparecen frecuentemente los celos, los cuales consideramos como algo natural pues son una manifestación de amor

MC C T C MC
____ _

El tema de los celos no encuentra cabida entre nosotros, no consideramos que existan razones que justifiquen los celos

9. Tenemos un gran número de preocupaciones, gustos e intereses comunes lo cual consideramos imprescindible para la marcha exitosa de nuestra relación.

MC C T C MC
____ _

Compartimos muy pocas preocupaciones, gustos e intereses comunes y no consideramos que esto sea un problema para la marcha exitosa de nuestra relación.

10. Entiendo como un rechazo hacia mi persona el hecho de que mi pareja dedique el tiempo libre en actividades o aficiones personales, en las cuales yo no tengo participación.

MC C T C MC
____ _

Entiendo perfectamente el hecho de que mi pareja dedique el tiempo libre a actividades o aficiones personales y no lo interpreto como un rechazo hacia mi persona.

11. Considero que la infidelidad es imperdonable, que trae consigo conflictos muy serios o el fin de la relación.

MC C T C MC
____ _

No considero la infidelidad como algo imperdonable, que pueda significar el fin de la relación o conflictos muy serios.

12. Lo más importante para mí es ser capaz de satisfacer todas las necesidades de mi pareja.

MC C T C MC
____ _

No me he propuesto ni aspiro satisfacer todas las necesidades de mi pareja.

13. Renunció a varias de mis libertades personales con el objetivo de garantizar nuestra relación.

MC C T C MC
____ _

No renunció a ninguna de mis libertades personales por garantizar el mantenimiento de nuestra relación.

14. Mi ideal de pareja incluye el deseo de una relación constante con mi compañero(a), de estar siempre juntos y dar una imagen de pareja más que de dos

MC C T C MC
____ _

Mi ideal de pareja no incluye el deseo de una unión constante con mi pareja, de estar siempre juntos, me interesa más dar una imagen individual que de pareja.

personas diferentes.

5. Frecuentemente experimento na gran necesidad de contarle a mi pareja todo lo que me sucede lo que siento, aunque no guarde relación con la pareja.

MC C T C MC

No experimento la necesidad de contarle a mi pareja todo lo que me sucede y lo que siento.

6. Le cuento a mi pareja todo o que me sucede, sin excluir sentimiento alguno.

MC C T C MC

Hay ciertas experiencias individuales que no le cuento a mi pareja porque pudiera dañarlo.

7. Mi pareja es la persona que siempre busco cuando necesito a alguien con quien hablar, pues es él (ella) quien puede comprenderme realmente.

MC C T C MC

Mi pareja no es la persona que busco siempre que necesito a alguien con quien hablar, pues existen varias personas que pueden comprenderme.

8. Los temas que converso o analizo con mi pareja son más íntimos que los temas que abordo con mis amistades

MC C T C MC

Los temas que analizo con mi pareja son los mismos que abordo con mis amistades.

9. Nuestras experiencias íntimas, de pareja, no las comento con mis amistades.

MC C T C MC

Nuestras experiencias íntimas, de pareja, las comento con algunas de mis amistades pues no lo considero inapropiado

10. Establezco intimidad, confianza y cercanía en el trato solamente con mi pareja.

MC C T C MC

Establezco intimidad, confianza y cercanía en el trato con muchas personas.

11.No tenemos igual participación a la hora de tomar decisiones, uno de los dos tiene mayor responsabilidad y poder en cuanto a esto.

MC C T C MC

Cada uno de nosotros tiene igual participación a la hora de tomar decisiones, ambos tenemos la misma responsabilidad y el mismo poder en cuanto a esto.

12. Dentro del hogar hay tareas diferentes para el hombre y la mujer y no aceptamos asumir aquellas que no nos corresponden según esa división.

MC C T C MC

Dentro del hogar hay tareas diferentes para el hombre y la mujer, pero cada vez que la situación lo exige asumimos tareas de nuestra pareja que no nos correspondían.

23. Las tareas más importantes del hombre son mantener el sostén económico y hacer reparaciones en la casa.

MC C T C MC

Mantener nuestro sostén económico y hacer reparaciones en la casa no son las tareas más importantes del hombre, pues este tiene otras responsabilidades en el hogar.

24. El hombre es quien toma las decisiones más importantes y la mujer las acepta.

MC C T C MC

La mujer es quien toma las decisiones más importantes y el hombre las acepta.

25. No permito que ninguna persona que no sea mi pareja intervenga en nuestros asuntos privados y nuestras decisiones.

MC C T C MC

Permito que otras personas, que considero las más indicadas, intervengan en los asuntos concernientes a nuestra relación.

26. Rechazo y considero una promisión el hecho de que los amigos tomen participación en cuestiones relacionadas con nuestra vida de pareja.

MC C T C MC

Acepto y considero natural el hecho de que los amigos tomen participación en cuestiones relacionadas con nuestra vida de pareja.

27. No apruebo que mis padres intervengan en mis decisiones con respecto a mi decisión amorosa.

MC C T C MC

Mis padres continúan ocupando un lugar privilegiado en mi vida, por eso les doy el derecho de intervenir en mis decisiones con respecto a la pareja.

28. Dentro de todos los intereses que tengo como persona, los relacionados con mi relación ocupan el lugar más importante.

MC C T C MC

Dentro de todos los intereses que tengo como persona, los vinculados con mi relación tienen la misma importancia que los demás.

29. Por la forma que me comporto y relaciono, un observador cualquiera podría diferenciar sin ningún tipo de dudas quién es mi pareja y quienes mis amigos.

MC C T C MC

La forma en que me comporto y relaciono con mi pareja no se diferencia significativamente de la que empleo con otras relaciones, por lo que un observador no sabría distinguir quién es mi pareja y quienes son mis amigos.

30. En cualquier situación

MC C T C MC

En situaciones conflictivas entre

conflictiva entre mi pareja y mis padres, apoyo a mi pareja.

mi pareja y mis padres, decido apoyar a mis padres.

31. Cuando tengo algún conflicto entre mi pareja y alguna responsabilidad social, elijo a mi pareja.

MC C T C MC

Cumplo con todas mis responsabilidades sociales y esto no me genera conflictos con mi pareja.

32. Soy capaz de renunciar a algunas amistades, vínculos con compañeros de trabajo, etc, con tal de cuidar la felicidad de mi relación de pareja.

MC C T C MC

No renunciaría nunca a algunas amistades, Vínculos con compañeros de trabajo, etc, con tal de cuidar la felicidad de mi relación de pareja.

33. Mi felicidad depende en primer lugar y casi totalmente del éxito de nuestra relación amorosa.

MC C T C MC

Mi felicidad depende de múltiples factores entre los cuales la relación de pareja tiene igual peso que las demás.

34. Pienso que todas mis necesidades individuales pueden ser satisfechas solo en el marco de mi relación de pareja.

MC C T C MC

Pienso que un gran número de necesidades individuales las puedo satisfacer fuera del marco de la relación (en la vida profesional, en vínculos con las amistades, en la recreación individual)

35. No respondo a las exigencias sociales o profesionales cuando esto implica sacrificar planes o proyectos de nuestra relación.

MC C T C MC

Siempre que es necesario respondo a las exigencias sociales o profesionales, aunque esto implique sacrificar ciertos planes o proyectos de nuestra relación.

Técnica de los mitos en la relación de pareja.

A continuación le presentamos una serie de ideas que aparecen en las relaciones de pareja. Denos su criterio personal con respecto a cada una de ellas.

1. La relación será para siempre.
2. Existe una total comunión.
3. La relación nos traerá felicidad, seguridad y bienestar.
4. Tu pareja te pertenece.
5. Se deberá tener constante atención, admiración y consideración por la pareja.
6. Con la relación no te sentirás solo otra vez.
7. Tu pareja estará contigo todo el tiempo más que con ninguna otra persona.
8. Tu pareja nunca se sentirá atraída por otra persona y siempre te dirá la verdad.
9. Los celos significa que se quieren.
10. La fidelidad es expresión del amor que siente uno por el otro.
11. El buen sexo, si conoces la posición adecuada y lo que más le gusta a tu pareja resuelve todos los problemas de la relación.
12. Todos los problemas de la relación son resueltos por el amor y el sexo.
13. No serán personas completas hasta que no se hagan padres.
14. La meta suprema de la relación es tener un niño.
15. Tener un niño es la expresión más elevada del amor que siente uno por el otro.
16. Uno se va ajustando a la relación de forma gradual sin peleas, conversaciones o mal entendidos.
17. Si tienen algún conflicto significa que no se quieren.
18. Cualquier cambio en tu pareja significa que el amor se va perdiendo.
19. El papel que cada cual tiene dentro de la relación está definido desde la diferencia entre los sexos.
20. El sacrificio es expresión de que se aman.
21. Tu pareja es capaz de satisfacer todas tus necesidades físicas, económicas, sexuales, intelectuales y emocionales.