

ANEXOS

ANEXO N° 1: ESCALA DE SELECCIÓN DE PAREJA

Javier Antón Romero (2016)

A continuación vas a completar un cuestionario de selección de pareja. La tarea consiste en que valores lo importante que consideras que han sido en tu caso los siguientes ítems a la hora de tomar la decisión de seleccionar a tu actual pareja como compañero/a con quien formar un proyecto de vida.

	Nada Importante	Algo Importante	Bastante Importante	Muy Importante
1) Pertenecer a la misma raza				
2) Pertenecer a la misma clase social				
3) Tener un nivel educativo similar				
4) Tener un nivel económico parecido				
5) Pertenecer a la misma generación				
6) Compartir aficiones e intereses.				
7) Considerarse similar en atractivo				
8) Compartir sentimientos de Religiosidad				
9) Tener valores, actitudes o creencias parecidas				
10) Pertenecer al mismo entorno cultural				
11) Atractivo Físico				
<i>12) Torso-Pecho</i>				
<i>13) Cara</i>				
<i>14) Pelo</i>				
<i>15) Ojos</i>				
<i>16) Nariz</i>				
<i>17) Boca</i>				

	Nada Importante	Algo Importante	Bastante Importante	Muy Importante
18) <i>Cuerpo</i>				
19) <i>Piernas</i>				
20) <i>Nalgas</i>				
21) <i>Caderas</i>				
22) Aspectos no-verbales				
23) <i>Mirada</i>				
24) <i>Sonrisa</i>				
25) <i>Tono de voz</i>				
26) <i>Manera de moverse</i>				
27) <i>Aroma</i>				
28) <i>Contacto físico (caricias, abrazos...)</i>				
29) Forma de ser				
30) <i>Simpatía</i>				
31) <i>Dulzura</i>				
32) <i>Discreción</i>				
33) <i>Sentido del Humor</i>				
34) <i>Inteligencia</i>				
35) <i>Carácter</i>				

A continuación vas a leer una serie de motivos que influyen a la hora de tomar la decisión de establecer una relación de pareja. En este caso señala en una escala de 1 (nada de acuerdo) a 7 (totalmente de acuerdo) en qué medida te identificas con cada una de esas afirmaciones.

36) Mi pareja me sirve de soporte para hacer cosas que yo sería incapaz de hacer si no tuviera su apoyo.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

37) Yo sirvo de soporte a mi pareja para que pueda lograr cosas que sería incapaz de hacer si no tuviera mi apoyo.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

38) Para mí es importante sentir que contribuyo a los éxitos de la otra persona.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

39) Para mí pareja es importante sentir que contribuye activamente a mis éxitos.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

40) Mi pareja me aporta cosas que yo no tengo.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

41) Yo le apporto a mi pareja cosas que por si sola no tiene.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

42) Con mi pareja consigo sentirme completado.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

43) Mi pareja consigue sentirse completada conmigo.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

44) En una relación uno de los miembros debe de cuidar al otro siempre y de manera incondicional.

1 2 3 4 5 6 7

45) En una relación uno de los miembros debe de ser cuidado por el otro siempre y de manera incondicional.

1 2 3 4 5 6 7

46) Para que una pareja funcione uno de los miembros tiene que mandar.

1 2 3 4 5 6 7

47) Para que una relación de pareja funcione uno de los dos tiene que obedecer.

48) La pareja tiene que ser un espacio donde el hombre demuestre su virilidad.

1 2 3 4 5 6 7

49) La pareja tiene que ser un espacio donde la mujer demuestre su feminidad.

1 2 3 4 5 6 7

50) A través de los ojos de mi pareja puedo verme como realmente me gusta ser.

1 2 3 4 5 6 7

51) Para mí es importante que mi pareja destaque aunque yo quede en segundo plano.

1 2 3 4 5 6 7

52) En esta relación puedo dar todo el afecto que necesito.

1 2 3 4 5 6 7

53) En esta relación recibo todo el afecto que necesito.

1 2 3 4 5 6 7

54) En esta relación puedo entender a mi pareja.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

55) En esta relación me siento comprendido/a por mi pareja.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

56) Una razón para haber escogido a mi pareja es que yo estaba enamorado/a de él/ella.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

57) Una razón para haber escogido a mi pareja es que el/ella estaba enamorado/a de mí.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

58) Si no hubiera sido por esta relación, no hubiera podido emanciparme.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

59) Con esta pareja no me siento solo/a.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

60) Para mí es más importante sentirme amado y estimado por mi pareja, que sentir yo lo mismo por ella.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

61) Mi relación me hace sentir cosas diferentes (excitación, aceleración del pulso o incremento de los niveles de energía...).

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

ANEXO N° 2: CUESTIONARIO DE PERSONALIDAD BIG FIVE

(BFQ)

(Caprara, Barbaranelli y Borgogni, 1993)

	Completa mente Verdadero para mí	Bastante Verdade ro para mí	Ni Verdade ro ni Falso para mí	Bastante Falso para mí	Completa mente Falso para mí
1. Creo que soy una persona activa y vigorosa.	5	4	3	2	1
2. No me gusta hacer las cosas razonando demasiado sobre ellas.	5	4	3	2	1
3. Tiendo a implicarme demasiado cuando alguien me cuenta sus problemas.	5	4	3	2	1
4. No me preocupan especialmente las consecuencias que mis actos puedan tener sobre los demás.	5	4	3	2	1
5. Estoy siempre informado sobre lo que sucede en el mundo.	5	4	3	2	1
6. Nunca he dicho una mentira.	5	4	3	2	1
7. No me gustan las actividades que exigen empeñarse y esforzarse hasta el agotamiento.	5	4	3	2	1
8. Tiendo a ser muy reflexivo.	5	4	3	2	1
9. No suelo sentirme tenso.	5	4	3	2	1
10. Noto fácilmente cuándo las personas necesitan mi ayuda.	5	4	3	2	1
11. No recuerdo fácilmente los números de teléfono que son largos.	5	4	3	2	1
12. Siempre he estado completamente de acuerdo con los demás.	5	4	3	2	1
13. Generalmente tiendo a imponerme a las otras personas, más que a condescender con ellas.	5	4	3	2	1
14. Ante los obstáculos grandes, no conviene empeñarse en conseguir los objetivos propios.	5	4	3	2	1
15. Soy más bien susceptible.	5	4	3	2	1
16. No es necesario comportarse cordialmente con todas las personas.	5	4	3	2	1
17. No me siento atraído por las situaciones nuevas e inesperadas.	5	4	3	2	1
18. Siempre he resuelto de inmediato todos los problemas que he encontrado.	5	4	3	2	1

19. No me gustan los ambientes de trabajo en los que hay mucha competitividad.	5	4	3	2	1
20. Llevo a cabo las decisiones que he tomado.	5	4	3	2	1
21. No es fácil que alguien me haga perder la paciencia.	5	4	3	2	1
22. Me gusta mezclarme con la gente.	5	4	3	2	1
23. Toda novedad me entusiasma.	5	4	3	2	1
24. Nunca me he asustado ante un peligro, aunque fuera grave.	5	4	3	2	1

	Completa mente Verdadero para mí	Bastante Verdade ro para mí	Ni Verdade ro ni Falso para mí	Bastante Falso para mí	Completa mente Falso para mí
25. Tiendo a 115uena115r rápidamente.	5	4	3	2	1
26. Antes de tomar cualquier iniciativa, me tomo tiempo de valorar las posibles consecuencias.	5	4	3	2	1
27. No creo ser una persona ansiosa.	5	4	3	2	1
28. No suelo saber cómo actuar ante las desgracias de mis amigos.	5	4	3	2	1
29. Tengo muy 115uena memoria.	5	4	3	2	1
30. Siempre he estado absolutamente seguro de todas mis acciones.	5	4	3	2	1
31. En mi trabajo no le concedo especial importancia a rendir mejor que los demás.	5	4	3	2	1
32. No me gusta vivir de manera demasiado metódica y ordenada.	5	4	3	2	1
33. Me siento vulnerable a las críticas de los demás.	5	4	3	2	1
34. Si es preciso, no tengo inconveniente en ayudar a un desconocido.	5	4	3	2	1
35. No me atraen las situaciones en constante cambio.	5	4	3	2	1
36. Nunca he desobedecido las órdenes recibidas, ni siquiera siendo niño.	5	4	3	2	1
37. No me gustan aquellas actividades en las que es preciso ir de un sitio a otro y moverse continuamente.	5	4	3	2	1
38. No creo que sea preciso esforzarse más allá del límite de las propias fuerzas, incluso aunque haya que cumplir algún plazo.	5	4	3	2	1
39. Estoy dispuesto a esforzarme al máximo con tal de destacar.	5	4	3	2	1

40.	Si tengo que criticar a los demás, lo hago, sobre todo cuando se lo merecen.	5	4	3	2	1
41.	Creo que no hay valores y costumbres totalmente válidos y eternos.	5	4	3	2	1
42.	Para enfrentarse a un problema no es efectivo tener presentes muchos puntos de vista diferentes	5	4	3	2	1
43.	En general no me irrito, ni siquiera en situaciones en las que tendría motivos suficientes para ello.	5	4	3	2	1
44.	Si me equivoco, siempre me resulta fácil admitirlo.	5	4	3	2	1
45.	Cuando me enfado manifiesto mi malhumor.	5	4	3	2	1
46.	Llevo a cabo lo que he decidido, aunque me suponga un esfuerzo no previsto.	5	4	3	2	1
47.	No pierdo tiempo en aprender cosas que no estén estrictamente relacionadas con mi campo de intereses.	5	4	3	2	1
48.	Casi siempre sé cómo ajustarme a las exigencias de los demás.	5	4	3	2	1

	Completa mente Verdadero para mí	Bastante Verdade ro para mí	Ni Verdade ro ni Falso para mí	Bastante Falso para mí	Completa mente Falso para mí	
49.	Llevo adelante las tareas emprendidas, aunque los resultados iniciales parezcan negativos.	5	4	3	2	1
50.	No suelo sentirme sólo y triste.	5	4	3	2	1
51.	No me gusta hacer varias cosas al mismo tiempo.	5	4	3	2	1
52.	Habitualmente muestro una actitud cordial, incluso con las personas que me provocan cierta antipatía.	5	4	3	2	1
53.	A menudo estoy completamente absorbido por mis compromisos y actividades.	5	4	3	2	1
54.	Cuando algo entorpece mis proyectos, no insisto en conseguirlos e intento otros.	5	4	3	2	1
55.	No me interesan los programas televisivos que me exigen esfuerzo en implicación.	5	4	3	2	1
56.	Soy una persona que siempre busca nuevas experiencias.	5	4	3	2	1
57.	Me molesta mucho el desorden.	5	4	3	2	1
58.	No suelo reaccionar de modo impulsivo.	5	4	3	2	1
59.	Siempre encuentro buenos argumentos para sostener mis propuestas y convencer a los demás de su validez.	5	4	3	2	1
60.	Me gusta estar bien informado, incluso sobre temas alejados de mi ámbito de competencia.	5	4	3	2	1

61. No doy mucha importancia a demostrar mis capacidades.	5	4	3	2	1
62. Mi humor pasa por altibajos frecuentes..	5	4	3	2	1
63. A veces me enfado por cosas de poca importancia.	5	4	3	2	1
64. No hago fácilmente un préstamo, ni siquiera a personas que conozco bien.	5	4	3	2	1
65. No me gusta estar en grupos numerosos.	5	4	3	2	1
66. No suelo planificar mi vida hasta en los más pequeños detalles.	5	4	3	2	1
67. Nunca me han interesado la vida y costumbres de otros pueblos.	5	4	3	2	1
68. No dudo en decir lo que pienso.	5	4	3	2	1
69. A menudo me noto inquieto.	5	4	3	2	1
70. En general no es conveniente mostrarse sensible a los problemas de los demás.	5	4	3	2	1
71. En las reuniones no me preocupo especialmente por llamar la atención.	5	4	3	2	1
72. Creo que todo problema puede ser resuelto de varias maneras.	5	4	3	2	1

	Completa mente Verdadero para mí	Bastante Verdade ro para mí	Ni Verdade ro ni Falso para mí	Bastante Falso para mí	Completa mente Falso para mí
73. Si creo que tengo razón, intento convencer a los demás aunque me cueste tiempo y energía.	5	4	3	2	1
74. Normalmente tiendo a no fiarme mucho de mi prójimo.	5	4	3	2	1
75. Difícilmente desisto de una actividad que he comenzado.	5	4	3	2	1
76. No suelo perder la calma.	5	4	3	2	1
77. No dedico mucho tiempo a la lectura	5	4	3	2	1
78. Normalmente no entablo conversación con compañeros ocasionales de viaje.	5	4	3	2	1
79. A veces soy tan escrupuloso que puedo resultar pesado.	5	4	3	2	1
80. Siempre me he comportado de modo totalmente desinteresado.	5	4	3	2	1
81. No tengo dificultad para controlar mis sentimientos.	5	4	3	2	1

82. Nunca he sido un perfeccionista.	5	4	3	2	1
83. En diversas circunstancias me he comportado impulsivamente.	5	4	3	2	1
84. Nunca he discutido o peleado con otra persona.	5	4	3	2	1
85. Es inútil empeñarse totalmente en algo, porque la perfección no se alcanza nunca.	5	4	3	2	1
86. Tengo en gran consideración el punto de vista de mis compañeros.	5	4	3	2	1
87. Siempre me han apasionado las ciencias.	5	4	3	2	1
88. Me resulta fácil hacer confidencias a los demás.	5	4	3	2	1
89. Normalmente no reacciono de modo exagerado, ni siquiera ante las emociones fuertes.	5	4	3	2	1
90. No creo que conocer la historia sirva de mucho.	5	4	3	2	1
91. No suelo reaccionar a las provocaciones.	5	4	3	2	1
92. Nada de lo que he hecho podría haberlo hecho mejor.	5	4	3	2	1
93. Creo que todas las personas tienen algo de bueno.	5	4	3	2	1
94. Me resulta fácil hablar con personas que no conozco.	5	4	3	2	1
95. No creo que haya posibilidad de convencer a otro cuando no piensa como nosotros.	5	4	3	2	1
96. Si fracaso en algo, lo intento de nuevo hasta conseguirlo.	5	4	3	2	1

	Completa mente Verdadero para mí	Bastante Verdade ro para mí	Ni Verdade ro ni Falso para mí	Bastante Falso para mí	Completa mente Falso para mí
97. Siempre me han fascinado las culturas muy diferentes a la mía.	5	4	3	2	1
98. A menudo me siento nervioso.	5	4	3	2	1
99. No soy una persona habladora.	5	4	3	2	1
100. No merece mucho la pena ajustarse a las exigencias de los compañeros, cuando ello supone una disminución en el propio ritmo de trabajo.	5	4	3	2	1
101. Siempre he comprendido de inmediato todo lo que he leído.	5	4	3	2	1
102. Siempre estoy seguro de mí mismo.	5	4	3	2	1

103. No comprendo qué empuja a las personas a comportarse de modo diferente a la norma.	5	4	3	2	1
104. Me molesta mucho que me interrumpen mientras estoy haciendo algo que me interesa	5	4	3	2	1
105. Me gusta mucho ver programas de información cultural o científica	5	4	3	2	1
106. Antes de entregar un trabajo, dedico mucho tiempo a revisarlo.	5	4	3	2	1
107. Si algo no se desarrolla tan pronto como deseaba, no insisto demasiado.	5	4	3	2	1
108. Si es preciso, no dudo en decir a los demás que se metan en sus asuntos.	5	4	3	2	1
109. Si alguna acción mía puede llegar a desagradar a alguien, seguramente dejo de hacerla.	5	4	3	2	1
110. Cuando un trabajo está terminado, no me pongo a repasarlo en sus mínimos detalles.	5	4	3	2	1
111. Estoy convencido de que se obtienen mejores resultados cooperando con los demás, que compitiendo.	5	4	3	2	1
112. Prefiero leer a practicar alguna actividad deportiva.	5	4	3	2	1
113. Nunca he criticado a otra persona.	5	4	3	2	1
114. Afronto todas mis actividades y experiencias con gran entusiasmo.	5	4	3	2	1
115. Sólo quedo satisfecho cuando veo los resultados de lo que había programado.	5	4	3	2	1
116. Cuando me critican, no puedo evitar exigir explicaciones.	5	4	3	2	1
117. No se obtiene nada en la vida sin ser competitivo.	5	4	3	2	1
118. Siempre intento ver las cosas desde distintos enfoques.	5	4	3	2	1
119. Incluso en situaciones muy difíciles, no pierdo el control.	5	4	3	2	1
120. A veces incluso pequeñas dificultades pueden llegar a preocuparme.	5	4	3	2	1

	Completa mente Verdadero para mí	Bastante Verdade ro para mí	Ni Verdade ro ni Falso para mí	Bastante Falso para mí	Completa mente Falso para mí
121. Generalmente no me comporto de manera abierta con los extraños.	5	4	3	2	1
122. No suelo cambiar de humor bruscamente.	5	4	3	2	1
123. No me gustan las actividades que implican riesgo.	5	4	3	2	1

124. Nunca he tenido mucho interés por los temas científicos o filosóficos.	5	4	3	2	1
125. Cuando empiezo a hacer algo, nunca sé si lo terminaré.	5	4	3	2	1
126. Generalmente confío en los demás y en sus intenciones	5	4	3	2	1
127. Siempre he mostrado simpatía por todas las personas que he conocido.	5	4	3	2	1
128. Con ciertas personas no es necesario ser demasiado tolerante.	5	4	3	2	1
129. Suelo cuidar todas las cosas hasta en sus mínimos detalles.	5	4	3	2	1
130. No es trabajando en grupo como se pueden desarrollar mejor las propias capacidades.	5	4	3	2	1
131. No suelo buscar soluciones nuevas a problemas para los que ya existe una solución eficaz.	5	4	3	2	1
132. No creo que sea útil perder tiempo repasando varias veces el trabajo hecho.	5	4	3	2	1

ANEXO N° 3: CUESTIONARIO DE APEGO ADULTO

(Brennan, Clark y Shaver, 1998)

Las siguientes frases se refieren a cómo se siente usted en las relaciones de pareja. NOS INTERESA CÓMO VIVE USTED LAS RELACIONES DE PAREJA EN GENERAL, NO COMO SE ESTÁ SINTIENDO EN UNA ACTUAL RELACION. Responda a cada frase indicando en qué grado está de acuerdo o en desacuerdo con cada una de ellas rodeando el número según el grado de acuerdo o de desacuerdo.

Totalmente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Un poco en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Un poco de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo					
1	2	3	4	5	6	7					
1) Prefiero no mostrar a mi pareja cómo me siento por dentro.					1	2	3	4	5	6	7
2) Me preocupa que me abandonen.					1	2	3	4	5	6	7
3) Me siento muy cómodo/a teniendo un alto grado de intimidad con mi pareja. *					1	2	3	4	5	6	7
4) Me preocupo mucho por mis relaciones.					1	2	3	4	5	6	7
5) Cuando mi pareja comienza a establecer mayor intimidad conmigo, me doy cuenta que me suelo cerrar.					1	2	3	4	5	6	7
6) Me preocupa que mi pareja no se interese por mí tanto como yo me					1	2	3	4	5	6	7

intereso yo por ella							
7) Me siento violento/a cuando mi pareja quiere demasiada intimidad afectiva.	1	2	3	4	5	6	7
8) Me preocupa bastante el hecho de perder a mi pareja.	1	2	3	4	5	6	7
9) No me siento cómodo abriéndome a mi pareja.	1	2	3	4	5	6	7
10) A menudo deseo que los sentimientos de mi pareja hacia mí fueran tan fuertes como mis sentimientos hacia él/ella.	1	2	3	4	5	6	7
11) Quiero acercarme afectivamente a mi pareja, pero a la vez marco las distancias con él/ella.	1	2	3	4	5	6	7
12) A menudo quiero fusionarme completamente con mi pareja, pero me doy cuenta que esto a veces le asusta.	1	2	3	4	5	6	7
13) Me pongo nervioso/a cuando mi pareja consigue demasiado intimidad conmigo.	1	2	3	4	5	6	7
14) Me preocupa estar solo/a	1	2	3	4	5	6	7
15) Me siento a gusto compartiendo mis sentimientos y pensamientos íntimos con mi pareja. *	1	2	3	4	5	6	7
16) A veces mi deseo de excesiva intimidad asusta a la gente.	1	2	3	4	5	6	7
17) Intento evitar establecer un grado de intimidad muy elevado con mi pareja.	1	2	3	4	5	6	7
18) Necesito que mi pareja me confirme constantemente que me ama.	1	2	3	4	5	6	7

Totalmente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Un poco en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Un poco de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo					
1	2	3	4	5	6	7					
19) Encuentro relativamente fácil establecer intimidad afectiva con mi pareja. *					1	2	3	4	5	6	7
20) A veces siento que presiono a mi pareja para que muestre más sentimientos, más compromiso.					1	2	3	4	5	6	7
21) Encuentro difícil permitirme depender de mi pareja.					1	2	3	4	5	6	7
22) No me preocupa a menudo la idea de ser abandonado/a. *					1	2	3	4	5	6	7
23) Prefiero no tener demasiada intimidad afectiva con mi pareja.					1	2	3	4	5	6	7
24) Si no puedo hacer que mi pareja muestre interés por mí, me disgusta o me enfada.					1	2	3	4	5	6	7
25) Se lo cuento todo a mi pareja. *					1	2	3	4	5	6	7
26) Creo que mi pareja no quiere tener tanta intimidad afectiva conmigo como a mí me gustaría.					1	2	3	4	5	6	7
27) Normalmente discuto mis problemas y preocupaciones con mi pareja. *					1	2	3	4	5	6	7
28) Cuando no tengo una relación, me siento un poco ansioso/a e inseguro/a.					1	2	3	4	5	6	7
29) Me siento bien dependiendo de mi pareja. *					1	2	3	4	5	6	7
30) Me siento frustrado/a cuando mi pareja no me hace tanto caso como a mí me gustaría.					1	2	3	4	5	6	7
31) No me importa pedirle a mi pareja consuelo, consejo, o ayuda. *					1	2	3	4	5	6	7
32) Me siento frustrado/a si mi pareja no está disponible cuando la necesito.					1	2	3	4	5	6	7

33) Ayuda mucho recurrir a la pareja en épocas de crisis. *	1	2	3	4	5	6	7
34) Cuando mi pareja me critica, me siento muy mal.	1	2	3	4	5	6	7
35) Recorro a mi pareja para muchas cosas, entre otras, consuelo y tranquilidad. *	1	2	3	4	5	6	7
36) Me tomo a mal que mi pareja pase tiempo lejos de mí.	1	2	3	4	5	6	7

ANEXO 4. ESCALA DE ALEXITIMIA DE TORONTO TAS-20

Toronto Alexithymia Scale (TAS-20),

(Parker, Bagby, Taylor, Ender y Schmitz, 1993)

	MUY DE ACUE RDO	DEAC UERD O	IND ECIS O	EN DES ACU ERD O	MUY EN DES A CUER DO
1) A menudo estoy confuso con las emociones que siento.	5	4	3	2	1
2) Me es difícil encontrar las palabras correctas para mis sentimientos.	5	4	3	2	1
3) Tengo sensaciones físicas que incluso ni los doctores entienden.	5	4	3	2	1
4) Soy capaz de expresar mis sentimientos fácilmente.	5	4	3	2	1
5) Prefiero analizar los problemas mejor que sólo describirlos.	5	4	3	2	1
6) Cuando estoy mal no se si estoy triste, asustado o enfadado.	5	4	3	2	1
7) A menudo estoy confundido con las sensaciones de mi cuerpo.	5	4	3	2	1
8) Prefiero dejar que las cosas sucedan solas, mejor que preguntarme por qué suceden de ese modo.	5	4	3	2	1
9) Tengo sentimientos que casi no puedo identificar.	5	4	3	2	1
10) Estar en contacto con las emociones es esencial.	5	4	3	2	1
11) Me es difícil expresar lo que siento acerca de los problemas.	5	4	3	2	1
12) La gente me dice que exprese más mis sentimientos.	5	4	3	2	1
13) No sé qué pasa dentro de mí.	5	4	3	2	1
14) A menudo no sé por qué estoy enfadado.	5	4	3	2	1
15) Prefiero hablar con la gente de sus actividades diarias mejor que de sus sentimientos.	5	4	3	2	1
16) Prefiero ver espectáculos simples, pero entretenidos, que dramas psicológicos.	5	4	3	2	1
17) Me es difícil revelar mis sentimientos más profundos incluso a mis amigos más íntimos.	5	4	3	2	1
18) Puedo sentirme cercano a alguien, incluso en momentos de silencio.	5	4	3	2	1
19) Encuentro útil examinar mis sentimientos para resolver problemas personales.	5	4	3	2	1
20) Buscar significados ocultos a películas o juegos disminuye el placer de disfrutarlos.	5	4	3	2	1