

ANEXOS

Actitudes hacia las relaciones tóxicas

Esta escala tiene por objetivo “Determinar cuál es la actitud hacia las relaciones tóxicas que tienen los estudiantes de la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho de la ciudad de Tarija”, se solicita su colaboración para contestar a la encuesta, por lo que se garantiza su anonimato, se agradece de antemano su colaboración.

Sexo: Mujer Hombre **Edad:** _____ **Carrera:** _____

Estado Civil: Soltero En pareja Casado Divorciado

Lea atentamente cada ítem, y marque con una ✓ o ✗ el grado de aprobación con los ítems planteados, donde:

- 1 es Muy de acuerdo
- 2 es De acuerdo
- 3 es Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- 4 es Desacuerdo
- 5 es Muy desacuerdo

A. Componente cognitivo

Ítem	1	2	3	4	5
1. En las relaciones tóxicas, las parejas sufren más que gozan al estar juntos					
2. Las parejas con relaciones tóxicas tienen la necesidad de saber qué está haciendo su pareja cuando no responde sus mensajes.					
3. Las relaciones tóxicas de pareja, tienden a aislar a la pareja de sus amigos, familia o compañeros de clase.					
4. Los celos son una forma de demostrar amor en las relaciones de pareja tóxicas.					
5. El primer paso para la violencia de género, son las relaciones tóxicas.					

6. En las parejas de relaciones tóxicas existe dependencia emocional por parte de ambos					
7. Las parejas que terminan y vuelven reiteradas veces son tóxicas.					
8. Las parejas con relaciones tóxicas una de las partes tiene baja autoestima.					
9. Las parejas de relaciones tóxica se descalifican constantemente frente sus amigos, familiares, en público.					
10. Las relaciones tóxicas son es común en parejas jóvenes					

B. Componente Afectivo

Ítem	1	2	3	4	5
1. Me siento tranquila/o y más seguro al saber con quién habla mi pareja en todo momento					
2. Siento ira cuando mi pareja no me deja revisar su celular					
3. Me angustia pensar que cuando mi pareja no me responde, esta con otra persona					
4. Me enoja cuando mi pareja no reconoce sus errores dentro de la relación					
5. Me entristece que mi pareja no tenga confianza en mi					
6. Me pone feliz cuando mi pareja me cela, porque eso significa que me ama					
7. Siento culpa cuando mi pareja se enoja al no decirle dónde estaba y que estaba haciendo					
8. Me molesta que mi pareja tenga amigos/as del sexo opuesto					
9. A pesar de sufrir con el estilo de mi relación, siento que no puedo vivir sin mi pareja.					
10. Me enoja si mi pareja no elimina a sus amigos de las redes sociales cuando le pido					

C. Componente comportamental

Ítem	1	2	3	4	5
------	---	---	---	---	---

1. Terminaría con mi pareja si me revisara constantemente el celular					
2. Buscaría a mi pareja en lugares que frecuenta cuando no me responde.					
3. Eliminaría amigos de mis redes sociales si mi pareja me lo pide porque no le agradan					
4. Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja					
5. Buscaría ayuda profesional para poner fin a una relación tóxica.					
6. Intervendría si viera que una amiga estuviera siendo agredida por su novio o viceversa					
7. Pondría reglas para mejorar la relación con mi pareja si considero que restringe mi libertad.					
8. Me cambiara de ropa si a mi pareja no le gusta mi forma de vestir.					
9. Acompañaría a una amiga o amigo a poner una denuncia si es agredida físicamente					
10. Si mi pareja me propone una actividad dejo todo para estar con ella o el					

Gracias por responder.

Entrevista hacia las relaciones tóxicas

A continuación se presentara una definición de relaciones tóxicas, si luego de leer la misma consideran que, alguna vez lo han vivido o actualmente la viven, pedirle su colaboración para profundizar el tema, respondiendo a las siguientes preguntas, garantizando su anonimato:

Sabías que las relaciones tóxicas en pareja, es aquella en que las parejas sufren más que gozan al estar juntos, donde existe el control de amigos, redes sociales, forma de vestir y en las actividades que realiza el otro, existe dependencia emocional, considerando que no pueden vivir sin la otra persona. *¿Has tenido, o tienes una relación tóxica?*

- 1. ¿Cuáles fueron las primeras conductas que identificaste y que te hicieron notar que estabas ante una relación tóxica aunque en ese momento no sabías exactamente cuál era el problema que enfrentabas?**
- 2. ¿Cómo era al principio la relación que tenías y cómo fue cambiando la misma?**
- 3. ¿Qué cosas te prohibió tu pareja y por qué?**
- 4. ¿Cuáles fueron los principales motivos para las discusiones o peleas que tenían?**
- 5. ¿Tus amigos/as, familiares te decían o dicen que termines con tu pareja? ¿Por qué?**
- 6. ¿Qué cosas hiciste o hicieron para salvar la relación?**
- 7. ¿Hiciste algo para salir de la relación/pudiste salir de la relación? (si no, porque)**
- 8. ¿Cuál fue el motivo por el cuales decidiste poner fin a una relación tóxica?**
- 9. ¿Buscaste ayuda profesional, con amigos, familiares para salir de la relación?**

10. ¿Cuándo terminabas con tu pareja, cuáles eran o son las razones por las cuales volvían? ¿Con que frecuencia ocurría esto?

11. ¿Cómo afectó tu relación a nivel personal, social, familiar y académico?

<https://forms.gle/8JbdkS68QV9FLQE97>