



CUADERNO DE PRÁCTICAS DE PSICOLOGÍA SOCIAL Y CULTURA

Encuestas y escalas

Itziar Fernández, Darío Páez, Silvia Ubillos y Elena Zubieta

**Departamento de Psicología Social y Metodología de las
Ciencias del Comportamiento**

**Universidad del País Vasco
UPV/EHU**

San Sebastián, 2001

Este documento no podrá ser
reproducido, ni total ni parcialmente,
sin el previo permiso escrito de los editores.
Todos los derechos reservados.

Primera edición: noviembre del 2000

Imprime: Fotocopias Zorroaga
 Avenida Tolosa, 70
 20018 San Sebastián

Depósito legal: M.
I.S.B.N.: 84-
Printed in Spain

Psicología Social y Cultura

PRESENTACIÓN	5
PRIMERA PRÁCTICA: VALORES	6
<i>Tiempo ocupado en actividades.</i>	<i>6</i>
<i>Valores de Grimm.....</i>	<i>6</i>
<i>Hoja de respuestas Practica Valores (Auto-aplicación).....</i>	<i>7</i>
<i>Hoja de respuestas Practica Valores (Hetero-Aplicación).....</i>	<i>8</i>
SEGUNDA PRÁCTICA: IMAGEN DE SI INDIVIDUALISTA-COLECTIVISTA Y AUTO-CONCEPTO Y TST	9
<i>Imagen de si individualista-colectivista (Singelis)</i>	<i>9</i>
<i>Auto-Concepto (TST)</i>	<i>9</i>
<i>Hoja de respuestas Singelis y auto-concepto (TST) (Auto-aplicación)</i>	<i>11</i>
<i>Hoja de respuestas Singelis y auto-concepto (TST) (Hetero-aplicación).....</i>	<i>12</i>
TERCERA PRÁCTICA: SATISFACCIÓN Y LOCUS	13
<i>Entrevista sobre la satisfacción con la vida "SLSW"</i>	<i>13</i>
<i>AFECTIVIDAD "BRADBURN".....</i>	<i>13</i>
<i>PANAS.....</i>	<i>13</i>
<i>Locus de Control</i>	<i>14</i>
<i>Falsa unicidad y Primus Inter-Pares.....</i>	<i>14</i>
<i>Hoja de respuestas satisfacción y locus (Auto-Aplicación)</i>	<i>15</i>
<i>Hoja de respuestas satisfacción y locus (Hetero-Aplicación).....</i>	<i>17</i>
CUARTA PRÁCTICA: VIVENCIA EMOCIONAL PROTOTÍPICA	19
QUINTA PRACTICA: ACTITUDES SOBRE EL AMOR Y PREFERENCIAS EN LA ELECCIÓN DE PAREJA	37
<i>Escala de actitudes sobre el amor.....</i>	<i>37</i>
<i>Preferencias en la elección de pareja</i>	<i>41</i>
<i>Hoja de respuestas actitudes ante el amor y preferencias en la elección de pareja</i> <i>(Auto-Aplicación).....</i>	<i>42</i>
<i>Hoja de respuestas actitudes ante el amor y preferencias en la elección de pareja</i> <i>(Hetero-Aplicación)</i>	<i>43</i>
SEXTA PRÁCTICA: CULTURA RETROSPECTIVA	44
SÉPTIMA PRÁCTICA: ENCUESTA SOBRE MASCULINIDAD-FEMINIDAD (BSRI).....	61
<i>Hoja de respuestas: Practica Masculinidad-Feminidad, BSRI (Auto-Aplicación).....</i>	<i>62</i>
<i>Hoja de respuestas: Práctica Masculinidad-Feminidad, BSRI (Hetero-Aplicación)</i>	<i>63</i>

OCTAVA PRÁCTICA: ENCUESTA INTERCAMBIO CULTURAL	65
CUESTIONARIOS AUTO-APLICACIÓN	65
<i>Colectivismo/Individualismo, Alta/Baja Distancia al Poder, Masculinidad/Femineidad Cultural y Alta/Baja Evitación de la Incertidumbre</i>	65
<i>Comunicación Indirecta, de Valoración de la Comunicación Verbal, de Comunicación Deferente y de Comunicación vinculada a la Tolerancia a la Incertidumbre</i>	66
<i>Similitud percibida y comunicativa</i>	67
<i>Incertidumbre percibida y comunicativa</i>	68
<i>Ansiedad percibida y comunicativa</i>	69
<i>Concepto de Meta-cognición comunicativa y de tolerancia a la ambigüedad</i>	70
<i>Empatía comunicativa, Habilidad de Adaptación y Habilidad Predictiva</i>	71
CUESTIONARIOS HETERO-APLICACIÓN.....	72
<i>Colectivismo/Individualismo, Alta/Baja Distancia al Poder, Masculinidad/Femineidad Cultural y Alta/Baja Evitación de la Incertidumbre</i>	72
<i>Comunicación Indirecta, de Valoración de la Comunicación Verbal, de Comunicación Deferente y de Comunicación vinculada a la Tolerancia a la Incertidumbre</i>	73
<i>Similitud percibida y comunicativa</i>	74
<i>Incertidumbre percibida y comunicativa</i>	75
<i>Ansiedad percibida y comunicativa</i>	76
<i>Concepto de Meta-cognición comunicativa y de tolerancia a la ambigüedad</i>	77
<i>Empatía comunicativa, Habilidad de Adaptación y Habilidad Predictiva</i>	78

Presentación

A continuación se presenta una serie de escalas, las cuales corresponden a las siete prácticas.

Las normas de cumplimentación son las siguientes:

1. Auto-aplicación: Las contestaciones se indicarán en las hojas de respuesta, en las cuales se incluirá el **código** que tendrá que ser **el mismo para todas las prácticas**. En general, se analizan los ítems que componen cada cuestionario y se resolverán las dudas.
2. Hetero-aplicación: el alumno tendrá que aplicar la práctica a otra persona de su mismo rango de edad y del otro género, por ejemplo si el alumno es chico tendrá que pedir la colaboración de una chica, la cual tendrá que cumplimentar a lo largo del cuatrimestre todas las prácticas.

La asistencia a las prácticas es obligatoria, así como la entrega de las hojas de respuesta (auto y hetero-aplicación) en las fechas que se irán fijando.

El cuaderno con los cuestionarios y las escalas servirá para ir analizando el contenido de las preguntas. Así, después de la cumplimentación de cada práctica, con la ayuda del cuaderno de fichas técnicas, se discutirá en las clases teóricas las respuestas normativas para una muestra universitaria. Asimismo, se estudiarán los ítems que componen cada factor y los valores que los autores han establecido para muestras masculinas y femeninas. Estas claves de corrección y resultados aparecen en el cuaderno de fichas técnicas.

Hoja de respuestas Practica Valores (Auto-aplicación)

CÓDIGO	
EDAD	
SEXO	1=Hombre 2=Mujer
Estado Civil	1=Soltero 2=Casado 3=Separado 4=Viudo
Situación Laboral	1=Trabajador 2=Parado 3=Estudiante 4=Ama de Casa
Nivel de Instrucción	1=Estudios Primarios 2= EGB 3=BUP 4=Diplomado, 5=Licenciado
Ciudad de residencia	

<i>Tiempo que has estado</i>	Horas/ Minutos		Porcentajes	
	Normal	Festivo	Normal	Festivo
Sólo				
Con Familia				
Con Pares				
Otro Sexo				

<i>Tiempo que has utilizado en:</i>	Horas/ Minutos		Porcentajes	
	Normal	Festivo	Normal	Festivo
Trabajo Doméstico				
Trabajo Pagado				
Trabajo Estudios				

	Horas/ Minutos		Porcentajes	
	Normal	Festivo	Normal	Festivo
Total Tiempo Trabajo				
Viendo TV				
Hablando				
Deportes				
Otros Ocios				
Total Tiempo libre				

	Más Importante					Menos Importante				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.- Seguridad Nacional (proteger la nación de enemigos)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2.- Libertad(libertad personal de acción y pensamiento)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3.- Seguridad Familiar (seguridad para personas cercanas)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4.- Vida Excitante (experiencias estimulantes)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5.- Honrar a Padres y Ancianos (mostrar respeto)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6.- Vida variada (gozar de la variedad)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7.- Obediente (cumplir su deber, obligaciones)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8.- Elegir sus propias metas (auto-dirección)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9.- Auto-disciplina (autocontrol, resistir tentaciones)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10.- Independiente (hacer mi propia vida)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Hoja de respuestas Practica Valores (Hetero-Aplicación)

CÓDIGO	
EDAD	
SEXO	1=Hombre 2=Mujer
Estado Civil	1=Soltero 2=Casado 3=Separado 4=Viudo
Situación Laboral	1=Trabajador 2=Parado 3=Estudiante 4=Ama de Casa
Nivel de Instrucción	1=Estudios Primarios 2= EGB 3=BUP 4=Diplomado, 5=Licenciado
Ciudad de residencia	

<i>Tiempo que has estado</i>	Horas/ Minutos		Porcentajes	
	Normal	Festivo	Normal	Festivo
Sólo				
Con Familia				
Con Pares				
Otro Sexo				

<i>Tiempo que has utilizado en:</i>	Horas/ Minutos		Porcentajes	
	Normal	Festivo	Normal	Festivo
Trabajo Doméstico				
Trabajo Pagado				
Trabajo Estudios				

	Horas/ Minutos		Porcentajes	
	Normal	Festivo	Normal	Festivo
Total Tiempo Trabajo				
Viendo TV				
Hablando				
Deportes				
Otros Ocios				
Total Tiempo libre				

	Más Importante							Menos Importante		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.- Seguridad Nacional (proteger la nación de enemigos)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2.- Libertad(libertad personal de acción y pensamiento)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3.- Seguridad Familiar (seguridad para personas cercanas)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4.- Vida Excitante (experiencias estimulantes)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5.- Honrar a Padres y Ancianos (mostrar respeto)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6.- Vida variada (gozar de la variedad)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7.- Obediente (cumplir su deber, obligaciones)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8.- Elegir sus propias metas (auto-dirección)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9.- Auto-disciplina (autocontrol, resistir tentaciones)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10.- Independiente (hacer mi propia vida)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

SEGUNDA PRÁCTICA: Imagen de si individualista–colectivista y auto–concepto Y TST

Imagen de si individualista–colectivista (Singelis)

En el Departamento de Psicología Social de la Universidad del País Vasco estamos realizando una Investigación sobre la **IMAGEN DE SI INDIVIDUALISTA–COLECTIVISTA**.

Recuerde que no existen respuestas correctas ni incorrectas, lo que realmente nos interesa es su sinceridad y espontaneidad en sus contestaciones.

POR FAVOR, ANOTE SUS CONTESTACIONES EN LA HOJA DE RESPUESTAS.

SINGELIS

Le pedimos que evalúe a continuación en qué medida usted está de acuerdo o en desacuerdo con cada una de las afirmaciones siguientes (rodee con un círculo la opción elegida).

	Muy en desacuerdo			Muy de acuerdo
1. Es importante para mí el mantener la armonía dentro de mi grupo.		1	2 3 4	
2. Mi felicidad depende de la felicidad de aquellos que están cerca de mí.		1	2 3 4	
3. Respeto a la gente que es modesta.		1	2 3 4	
4. Sacrificaría mi propio interés por el beneficio del grupo del cual formo parte.		1	2 3 4	
5. A menudo, tengo la sensación de que las relaciones que mantengo con otras personas son más importantes que mis propios logros.		1	2 3 4	
6. Es importante para mí, respetar las decisiones tomadas por el grupo.		1	2 3 4	
7. Permanecería en un grupo si éste me necesita, aún cuando no estuviera contento, satisfecho con él.		1	2 3 4	
8. Preferiría decir "no" directamente, antes de arriesgarme a ser mal interpretado.		1	2 3 4	
9. Me siento cómodo, a gusto, cuando yo, de forma individual, soy objeto de elogios o premios.		1	2 3 4	
10. Actúo de la misma manera no importándome con quién esté.		1	2 3 4	
11. Disfruto cuando soy único y diferente de otros en muchos aspectos.		1	2 3 4	
12. Tener una identidad personal (personalidad) independiente de los demás, es muy importante para mí.		1	2 3 4	
13. Prefiero ser directo y franco cuando trato con personas que acabo de conocer.		1	2 3 4	

Auto–Concepto (TST)

Describese a sí mismo lo más profundamente que pueda. Responda con frases a la pregunta ¿Quién Soy yo? Trate de rellenar 20 frases.

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....
- 7.....
- 8.....
- 9.....
- 10.....
- 11.....
- 12.....
- 13.....
- 14.....
- 15.....
- 16.....
- 17.....
- 18.....
- 19.....
- 20.....

Describa a una persona conocida por un periodo de tiempo relativamente breve (alrededor de un año) de su misma edad y sexo lo más profundamente que pueda. Responda con frases a la pregunta ¿Quién soy yo?. En relación a esa persona conocida alrededor de un año. Trate de rellenar 20 frases.

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....
- 7.....
- 8.....
- 9.....
- 10.....
- 11.....
- 12.....
- 13.....
- 14.....
- 15.....
- 16.....
- 17.....
- 18.....
- 19.....
- 20.....

Hoja de respuestas Singelis y auto-concepto (TST) (Auto-aplicación)

CÓDIGO	
EDAD	
SEXO	1=Hombre, 2=Mujer
Estado Civil	1=Soltero, 2=Casado, 3=Separado, 4=Viudo
Situación Laboral	1=Trabajador, 2=Parado, 3=Estudiante, 4=Ama de Casa
Nivel de Instrucción	1=Estudios Primarios, 2= EGB, 3=BUP, 4=Diplomado, 5=Licenciado
1. SINGELIS	1 2 3 4
2. SINGELIS	1 2 3 4
3. SINGELIS	1 2 3 4
4. SINGELIS	1 2 3 4
5. SINGELIS	1 2 3 4
6. SINGELIS	1 2 3 4
7. SINGELIS	1 2 3 4
8. SINGELIS	1 2 3 4
9. SINGELIS	1 2 3 4
10. SINGELIS	1 2 3 4
11. SINGELIS	1 2 3 4
12. SINGELIS	1 2 3 4
13. SINGELIS	1 2 3 4
SINGELIS Individualista	
SINGELIS Colectivista	
1. TST (AUTO)	
2. TST (AUTO)	
3. TST (AUTO)	
4. TST (AUTO)	
5. TST (AUTO)	
6. TST (AUTO)	
7. TST (AUTO)	
8. TST (AUTO)	
9. TST (AUTO)	
10. TST (AUTO)	
11. TST (AUTO)	
12. TST (AUTO)	
13. TST (AUTO)	
14. TST (AUTO)	
15. TST (AUTO)	
16. TST (AUTO)	
17. TST (AUTO)	
18. TST (AUTO)	
19. TST (AUTO)	
20. TST (AUTO)	
1. TST (Persona conocida)	
2. TST (Persona conocida)	
3. TST (Persona conocida)	
4. TST (Persona conocida)	
5. TST (Persona conocida)	
6. TST (Persona conocida)	
7. TST (Persona conocida)	
8. TST (Persona conocida)	
9. TST (Persona conocida)	
10. TST (Persona conocida)	
11. TST (Persona conocida)	
12. TST (Persona conocida)	
13. TST (Persona conocida)	
14. TST (Persona conocida)	
15. TST (Persona conocida)	
16. TST (Persona conocida)	
17. TST (Persona conocida)	
18. TST (Persona conocida)	
19. TST (Persona conocida)	
20. TST (Persona conocida)	

Hoja de respuestas Singelis y auto-concepto (TST) (Hetero-aplicación)

CÓDIGO	
EDAD	
SEXO	1=Hombre, 2=Mujer
Estado Civil	1=Soltero, 2=Casado, 3=Separado, 4=Viudo
Situación Laboral	1=Trabajador, 2=Parado, 3=Estudiante, 4=Ama de Casa
Nivel de Instrucción	1=Estudios Primarios, 2= EGB, 3=BUP, 4=Diplomado, 5=Licenciado
1. SINGELIS	1 2 3 4
2. SINGELIS	1 2 3 4
3. SINGELIS	1 2 3 4
4. SINGELIS	1 2 3 4
5. SINGELIS	1 2 3 4
6. SINGELIS	1 2 3 4
7. SINGELIS	1 2 3 4
8. SINGELIS	1 2 3 4
9. SINGELIS	1 2 3 4
10. SINGELIS	1 2 3 4
11. SINGELIS	1 2 3 4
12. SINGELIS	1 2 3 4
13. SINGELIS	1 2 3 4
SINGELIS Individualista	
SINGELIS Colectivista	
1. TST (AUTO)	
2. TST (AUTO)	
3. TST (AUTO)	
4. TST (AUTO)	
5. TST (AUTO)	
6. TST (AUTO)	
7. TST (AUTO)	
8. TST (AUTO)	
9. TST (AUTO)	
10. TST (AUTO)	
11. TST (AUTO)	
12. TST (AUTO)	
13. TST (AUTO)	
14. TST (AUTO)	
15. TST (AUTO)	
16. TST (AUTO)	
17. TST (AUTO)	
18. TST (AUTO)	
19. TST (AUTO)	
20. TST (AUTO)	
1. TST (Persona conocida)	
2. TST (Persona conocida)	
3. TST (Persona conocida)	
4. TST (Persona conocida)	
5. TST (Persona conocida)	
6. TST (Persona conocida)	
7. TST (Persona conocida)	
8. TST (Persona conocida)	
9. TST (Persona conocida)	
10. TST (Persona conocida)	
11. TST (Persona conocida)	
12. TST (Persona conocida)	
13. TST (Persona conocida)	
14. TST (Persona conocida)	
15. TST (Persona conocida)	
16. TST (Persona conocida)	
17. TST (Persona conocida)	
18. TST (Persona conocida)	
19. TST (Persona conocida)	
20. TST (Persona conocida)	

TERCERA PRÁCTICA: Satisfacción y locus

Entrevista sobre la satisfacción con la vida "SLSW"

Por favor, a continuación te pedimos que evalúes cuan satisfactoria consideras tu vida en relación con los siguientes aspectos:

Utiliza la siguiente escala: 1= Muy Insatisfactoria
4= Intermedia
7= Muy satisfactoria

A) Familia	1	2	3	4	5	6	7
B) Dinero e Ingresos	1	2	3	4	5	6	7
C) Amistades	1	2	3	4	5	6	7
D) Tu persona	1	2	3	4	5	6	7
E) Tu salud	1	2	3	4	5	6	7
F) La vida en general	1	2	3	4	5	6	7

AFECTIVIDAD "BRADBURN"

Le mostramos a continuación una serie de frases que expresan diversos estados de ánimo que ha podido tener **DURANTE EL ÚLTIMO MES**. En caso negativo señale el 0 y en caso afirmativo señale el 1.

	NO	SI
1. La persona más feliz del mundo	0	1
2. Solo/-a o aislado/-a del resto de las personas	0	1
3. Muy interesado/-a por alguna cosa en particular	0	1
4. Deprimido/-a o muy desgraciado/-a	0	1
5. Feliz de haber terminado aquello que me traía entre manos	0	1
6. Aburrido/-a	0	1
7. Contento porque me han valorado aquello que he realizado	0	1
8. Tan inquieto que no podía estar 2 minutos sentado	0	1
9. Que todo va "viento en popa"	0	1
10. Molesto porque alguien me ha criticado	0	1

PANAS

Responda a las siguientes preguntas en función de lo que le ha sucedido en el **ÚLTIMO MES**.

Marque con un círculo el número apropiado, atendiendo al criterio siguiente.

1=Ligeramente o nada 2=Un poco 3=Moderadamente 4=Bastante 5=Mucho

1. Atento	1	2	3	4	5
2. Angustiado	1	2	3	4	5
3. Interesado	1	2	3	4	5
4. Preocupado, alterado	1	2	3	4	5
5. Alerta	1	2	3	4	5
6. Hostil	1	2	3	4	5
7. Excitado	1	2	3	4	5
8. Irritable	1	2	3	4	5
9. Entusiasmado	1	2	3	4	5
10. Asustado	1	2	3	4	5

11. Inspirado	1	2	3	4	5
12. Temeroso	1	2	3	4	5
13. Orgullosa	1	2	3	4	5
14. Avergonzado	1	2	3	4	5
15. Resuelto, decidido	1	2	3	4	5
16. Culpable	1	2	3	4	5
17. Fuerte	1	2	3	4	5
18. Nervioso	1	2	3	4	5
19. Activo	1	2	3	4	5
20. Ansioso	1	2	3	4	5

Locus de Control

Algunas personas sienten que tienen completa libertad y control sobre sus vidas, mientras que otras sienten que lo que ellas hagan no tiene ningún efecto sobre lo que les ocurre o pasa. Por favor, utilice la escala para indicar cuánta libertad de elección y control Ud. siente que tiene sobre cómo evoluciona su vida (1=Nada, 10=Total).

Ningún Control										Total Control	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

Falsa unicidad y Primus Inter-Pares

Por favor, estima el porcentaje de la población de la misma edad y sexo que es superior o mejor que usted en relación a los siguientes rasgos de personalidad – por ejemplo, si usted cree que está entre el 10% de los mejores conductores, es decir, maneja o conduce un coche o automóvil mejor que el 90% de la población, debería marcar un 10 o 9%. También estime el porcentaje de la población que es superior a la persona de su familia que Ud. se sienta más cercana. Describa cual es la persona más cercana e indique de 1 (Nada próximo) a 10 (muy próximo) su cercanía a esta persona.

Persona _____

Cercanía 1 _____ 10

	Población mejor que Ud.	Mejor que persona cercana
1. Independiente	%	%
2. Seguro de sí mismo	%	%
3. Atractivo	%	%
4. Inteligente	%	%
5. Interesante	%	%
	Población mejor que Ud.	Mejor que persona cercana
6. Cooperativo	%	%
7. Leal	%	%
8. Trabajador	%	%
9. Considerado	%	%
10. Interdependiente	%	%

Hoja de respuestas satisfacción y locus (Auto- Aplicación)

<i>Práctica 3: Locus y satisfacción</i>	
CÓDIGO	
EDAD	
SEXO	1=Hombre 2=Mujer
Estado Civil	1=Soltero 2=Casado 3=Separado 4=Viudo
Situación Laboral	1=Trabajador 2=Parado 3=Estudiante 4=Ama de Casa
Nivel de Instrucción	1=Estudios Primarios 2= EGB 3=BUP 4=Diplomado 5=Licenciado
A) Familia	1 2 3 4 5 6 7
B) Dinero e ingresos	1 2 3 4 5 6 7
C) Amistades	1 2 3 4 5 6 7
D) Tu persona	1 2 3 4 5 6 7
E) Tu salud	1 2 3 4 5 6 7
F) La vida en general	1 2 3 4 5 6 7
1. Bradburn	0= No 1= Si
2. Bradburn	0= No 1= Si
3. Bradburn	0= No 1= Si
4. Bradburn	0= No 1= Si
5. Bradburn	0= No 1= Si
6. Bradburn	0= No 1= Si
7. Bradburn	0= No 1= Si
8. Bradburn	0= No 1= Si
9. Bradburn	0= No 1= Si
10. Bradburn	0= No 1= Si
1. PANAS	1 2 3 4 5
2. PANAS	1 2 3 4 5
3. PANAS	1 2 3 4 5
4. PANAS	1 2 3 4 5
5. PANAS	1 2 3 4 5
6. PANAS	1 2 3 4 5
7. PANAS	1 2 3 4 5
8. PANAS	1 2 3 4 5
9. PANAS	1 2 3 4 5
10. PANAS	1 2 3 4 5
11. PANAS	1 2 3 4 5
12. PANAS	1 2 3 4 5
13. PANAS	1 2 3 4 5
14. PANAS	1 2 3 4 5
15. PANAS	1 2 3 4 5
16. PANAS	1 2 3 4 5
17. PANAS	1 2 3 4 5
18. PANAS	1 2 3 4 5
19. PANAS	1 2 3 4 5
20. PANAS	1 2 3 4 5
PANAS +	
PANAS -	
BALANZA	
Bradburn +	
Bradburn -	

Ningún Control										Total Control	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

Persona _____

Cercanía 1 _____ 10

	Población mejor que Ud.	Mejor que persona cercana
1. Independiente	%	%
2. Seguro de sí mismo	%	%
3. Atractivo	%	%
4. Inteligente	%	%
5. Interesante	%	%

	Población mejor que Ud.	Mejor que persona cercana
6. Cooperativo	%	%
7. Leal	%	%
8. Trabajador	%	%
9. Considerado	%	%
10. Interdependiente	%	%

Hoja de respuestas satisfacción y locus (Hetero-Aplicación)

<i>Práctica 3: Locus y satisfacción</i>	
CÓDIGO	
EDAD	
SEXO	1=Hombre 2=Mujer
Estado Civil	1=Soltero 2=Casado 3=Separado 4=Viudo
Situación Laboral	1=Trabajador 2=Parado 3=Estudiante 4=Ama de Casa
Nivel de Instrucción	1=Estudios Primarios 2= EGB 3=BUP 4=Diplomado 5=Licenciado
A) Familia	1 2 3 4 5 6 7
B) Dinero e ingresos	1 2 3 4 5 6 7
C) Amistades	1 2 3 4 5 6 7
D) Tu persona	1 2 3 4 5 6 7
E) Tu salud	1 2 3 4 5 6 7
F) La vida en general	1 2 3 4 5 6 7
11. Bradburn	0= No 1= Si
12. Bradburn	0= No 1= Si
13. Bradburn	0= No 1= Si
14. Bradburn	0= No 1= Si
15. Bradburn	0= No 1= Si
16. Bradburn	0= No 1= Si
17. Bradburn	0= No 1= Si
18. Bradburn	0= No 1= Si
19. Bradburn	0= No 1= Si
20. Bradburn	0= No 1= Si
21. PANAS	1 2 3 4 5
22. PANAS	1 2 3 4 5
23. PANAS	1 2 3 4 5
24. PANAS	1 2 3 4 5
25. PANAS	1 2 3 4 5
26. PANAS	1 2 3 4 5
27. PANAS	1 2 3 4 5
28. PANAS	1 2 3 4 5
29. PANAS	1 2 3 4 5
30. PANAS	1 2 3 4 5
31. PANAS	1 2 3 4 5
32. PANAS	1 2 3 4 5
33. PANAS	1 2 3 4 5
34. PANAS	1 2 3 4 5
35. PANAS	1 2 3 4 5
36. PANAS	1 2 3 4 5
37. PANAS	1 2 3 4 5
38. PANAS	1 2 3 4 5
39. PANAS	1 2 3 4 5
40. PANAS	1 2 3 4 5
PANAS +	
PANAS -	
BALANZA	
Bradburn +	
Bradburn -	

Ningún Control										Total Control	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

Persona _____

Cercanía 1 _____ 10

	Población mejor que Ud.	Mejor que persona cercana
11. Independiente	%	%
12. Seguro de sí mismo	%	%
13. Atractivo	%	%
14. Inteligente	%	%
15. Interesante	%	%

	Población mejor que Ud.	Mejor que persona cercana
16. Cooperativo	%	%
17. Leal	%	%
18. Trabajador	%	%
19. Considerado	%	%
20. Interdependiente	%	%

CUARTA PRÁCTICA: Vivencia emocional prototípica

En el Departamento de Psicología Social de la Universidad del País Vasco estamos realizando una Investigación sobre la vivencia emocional prototípica.

Recuerde que no existen respuestas correctas ni incorrectas, lo que realmente nos interesa es su sinceridad y espontaneidad en sus contestaciones.

POR FAVOR, ANOTE SUS CONTESTACIONES EN LA HOJA DE RESPUESTAS.

Piense en una experiencia de **cólera, enfado o enojo**, que usted haya vivido.

Describa brevemente qué sucedió, qué lo causó o provocó:

.....
.....

Diga con detalle

1. Qué sentía o pensaba
2. Qué se decía a sí mismo/a
3. Qué señales físicas sintió
4. Qué hizo, cómo actuó
5. Cuánto duró.....

6. Con qué intensidad vivió usted esta experiencia emocional

Poco intenso 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Muy intenso

Evalúe la situación emocional descrita, mediante las siguientes cuestiones:

- 1.- En qué medida esta situación le resultó inesperada, imprevista?
Nada 1 2 3 4 Mucho
- 2.- En qué medida la situación fue placentera?
Nada 1 2 3 4 Mucho
- 3.- En qué medida las consecuencias, resultados o efectos de la situación fueron importantes?
Nada 1 2 3 4 Mucho
- 4.- En qué medida fue posible controlar o enfrentar la situación?
Nada 1 2 3 4 Mucho
- 5.- En qué medida estaba usted de acuerdo con las normas sociales (es decir, como se espera socialmente que reaccione)?
Nada 1 2 3 4 Mucho

Evalúe a continuación, en qué medida cada atributo, elemento o característica es típica/o de la emoción **RABIA-COLERA-ENOJO-ENFADO**. Dele una nota o evaluación de:

- 1 = nada típico
- 2 = poco típico
- 3 = bastante típico
- 4 = muy típico

ANTECEDENTES

- 1.- Predisposición a sentir cólera, a causa de experiencias similares previas, o a causa del estrés, la fatiga, etc. (Se hace referencia a una experiencia repetitiva) 1 2 3 4
- 2.- Pérdida repentina de poder, status, respeto, etc. 1 2 3 4
- 3.- Cuando las cosas no marchan como se planeó (se planeó realizar algo que no se pudo hacer). 1 2 3 4
- 4.- Interrupción de una actividad (cuando ésta ya se está realizando). 1 2 3 4
- 5.- Dolor físico o psíquico real o temido (amenazante). 1 2 3 4
- 6.- Juzgar que la situación es errónea, ilegítima, injusta, contraria a lo que debería ser (cuando no hay control sobre la situación. Por ejemplo, cuando pequeño tener que ir todas las tardes a pasear, aunque no se deseara). 1 2 3 4

RESPUESTAS FÍSICAS

- 7.- Movimientos agitados, rígidos, tensión, tirantez o rigidez del cuerpo. 1 2 3 4
- 8.- Ponerse colorado, ruborizarse 1 2 3 4
- 9.- Llorar 1 2 3 4
- 10.- Sentir calor. 1 2 3 4
- 11.- Elevada tasa cardíaca. 1 2 3 4
- 12.- Sentir síntomas musculares. 1 2 3 4
- 13.- Cambios en la respiración 1 2 3 4
- 14.- Nudo en la garganta. 1 2 3 4
- 15.- Sensaciones en el estómago. 1 2 3 4
- 16.- Sensación de frío, escalofríos. 1 2 3 4
- 17.- Sentir relajación muscular, músculos distendidos, relajados. 1 2 3 4

RESPUESTAS ABIERTAS INTERPERSONALES

- 18.- Atacar físicamente la causa de su cólera. 1 2 3 4
- 19.- Atacar físicamente a OTRO OBJETO que la causa. 1 2 3 4
- 20.- Estar fuera de control, conductas emocionales fuertes. 1 2 3 4
- 21.- Comunicar no verbalmente la desaprobación de la causa de la cólera, su desacuerdo (marcharse fuera, dar portazos, etc.) 1 2 3 4
- 22.- Abandono del contacto social. 1 2 3 4
- 23.- Atacar verbalmente la causa de la cólera. 1 2 3 4

RESPUESTAS ABIERTAS EXPRESIVAS

- 24.– Chillar, levantar la voz, gritar. 1 2 3 4
- 25.– Discutir, plantar cara, enfrentarse, estar de mal genio
(hablar de lo mal que están las cosas) 1 2 3 4
- 26.– Blasfemar (jurar, decir tacos, decir groserías, etc.) 1 2 3 4
- 27.– Apretar las manos, cerrar los puños 1 2 3 4
- 28.– Gestos amenazadores, agresivos 1 2 3 4
- 29.– No sonreír, fruncir el ceño. 1 2 3 4
- 30.– Pisar fuerte al andar. 1 2 3 4
- 31.– Hacer rechinar los dientes, enseñar los dientes. 1 2 3 4

REACCIONES MENTALES DE PENSAMIENTO y SENTIMIENTO

- 32.– Imaginar que atacas o dañas la causa de la cólera. 1 2 3 4
- 33.– Nerviosismo, ansiedad, disconformidad, agobio
(indicar aquí aunque parezca una reacción física,
si se describe en general y sin referencias somáticas–físicas). 1 2 3 4
- 34.– Pensar que usted está en lo cierto y que todo lo demás
es erróneo ("inflamar" afectivamente su idea y percibirla
como central y correcta; "no hay derecho, es injusto,
no hay razón. para hacer o no hacer algo). 1 2 3 4
- 35.– Centrar su atención en la situación colérica sin atender a nada más 1 2 3 4
- 36.– Sensación de impotencia, de no poder controlar ni resolver la situación. 1 2 3 4
- 37.– Tristeza, depre, etc 1 2 3 4

MECANISMOS DE AUTOCONTROL

- 38.– Tratar de no expresar o mostrar la cólera. 1 2 3 4
- 39.– Autorreconfortarse: decirse que el problema no es tan importante,
abandonarlo, cerrar los ojos ante él, etc 1 2 3 4
- 40.– Redefinir la situación o tratar de verla de otra forma,
de modo que su reacción de cólera no sea la más apropiada
(Por ejemplo, pensar que un amigo/a no ha llegado a la hora a la
cita porque el autobús se ha retrasado y no es su responsabilidad). 1 2 3 4
- 41.– Buscar soluciones a la situación conflictiva 1 2 3 4
- 42.– Búsqueda de explicaciones (indagando de forma activa, no sólo a nivel de
pensamiento, como redefinición y diferente de búsquedas de soluciones
concretas. Por ejemplo, indagar porqué ocurrió el problema aunque no
sea solución: ir a preguntar por qué no llega el autobús en el ejemplo
del punto 40). 1 2 3 4
- 43.– Pasear para tranquilizarse 1 2 3 4
- 44.– Ignorar o abandonar la situación 1 2 3 4
- 45.– Aguantar, tirar para adelante, echar para adelante, voluntad de encajar 1 2 3 4

Piense en una experiencia de **alegría** que usted haya vivido.

Describa brevemente qué sucedió, qué lo causó o provocó:

.....
.....

Diga con detalle

1. Qué sentía o pensaba

2. Qué se decía a sí mismo/a

3. Qué señales físicas sintió

4. Qué hizo, cómo actuó

5. Cuánto duró.....

6. Con qué intensidad vivió usted esta experiencia emocional

Poco intenso 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Muy intenso

Evalúe la situación emocional descrita, mediante las siguientes cuestiones:

1.- En qué medida esta situación le resultó inesperada, imprevista?
Nada 1 2 3 4 Mucho

2.- En qué medida la situación fue placentera?
Nada 1 2 3 4 Mucho

3.- En qué medida las consecuencias, resultados o efectos de la situación fueron importantes?
Nada 1 2 3 4 Mucho

4.- En qué medida fue posible controlar o enfrentar la situación?
Nada 1 2 3 4 Mucho

5.- En qué medida estaba usted de acuerdo con las normas sociales (es decir, como se espera socialmente que reaccione)?
Nada 1 2 3 4 Mucho

Evalúe a continuación, en qué medida cada atributo, elemento o característica es típica/o de la emoción **ALEGRÍA**. Dele una nota o evaluación de:

- 1 = nada típico
- 2 = poco típico
- 3 = bastante típico
- 4 = muy típico

ANTECEDENTES

- 1.- Tarea de éxito, logro (premio a un esfuerzo, por ejemplo) 1 2 3 4
- 2.- Consecuencias deseables, obtener lo que se deseaba. 1 2 3 4
- 3.- Recibir estima, respeto, elogios. 1 2 3 4
- 4.- Obtener algo que estaba por conseguir..... 1 2 3 4
- 5.- Recibir una maravillosa sorpresa (implica un cierto grado de incertidumbre)..... 1 2 3 4
- 6.- Experimentar sensaciones muy agradables (bienestar, satisfacción a nivel físico). 1 2 3 4
- 7.- Ser aceptado, correspondido. 1 2 3 4
- 8.- Recibir amor, afecto. 1 2 3 4
- 9.- Participar en una reunión familiar y/o social..... 1 2 3 4
- 10.- Alegrarse por el éxito de los demás 1 2 3 4
- 11.- Recibir regalos. 1 2 3 4
- 12.- La realidad excede a las expectativas. 1 2 3 4

REACCIONES FÍSICAS

- 13.- Sentirse excitado, emocionado. 1 2 3 4
- 14.- Enérgico, activo. 1 2 3 4
- 15.- Brincar de alegría (bailar, moverse, danzar). 1 2 3 4
- 16.- Dar saltos. 1 2 3 4
- 17.- Brillo en la cara..... 1 2 3 4
- 18.- Sentir calor..... 1 2 3 4
- 19.- Sentir relajación muscular, músculos distendidos, relajados. 1 2 3 4
- 20.- Excitación, nerviosismo, mayor actividad psicomotora (respiración acelerada, ganas de llorar, temblor). 1 2 3 4
- 21.- Cambios en la respiración 1 2 3 4
- 22.- Nudo en la garganta..... 1 2 3 4
- 23.- Sensaciones en el estómago. 1 2 3 4
- 24.- Sensación de frío, escalofríos. 1 2 3 4
- 25.- Elevada tasa cardíaca. 1 2 3 4
- 26.- Tensión muscular, rigidez 1 2 3 4
- 27.- Ponerse colorado, ruborizarse. 1 2 3 4

REACCIONES ABIERTAS INTERPERSONALES

- 28.– Ser cortés, amistoso hacia otros. 1 2 3 4
- 29.– No apartarse de la gente. 1 2 3 4
- 30.– Hacer cosas agradables para otros. 1 2 3 4
- 31.– Compartir sentimientos (para hacer que los demás se sientan bien)..... 1 2 3 4
- 32.– Comunicar (o tratar de) buenos sentimientos a otros. 1 2 3 4
- 33.– Decir cosas positivas. 1 2 3 4
- 34.– Estar comunicativo, hablar mucho. 1 2 3 4

REACCIONES EXPRESIVAS

- 35.– Risa..... 1 2 3 4
- 36.– Voz entusiasta y excitada. 1 2 3 4
- 37.– Sonreír..... 1 2 3 4

REACCIONES DE PENSAMIENTO Y SENTIMIENTO

- 38.– Olvidarse de los problemas u otros problemas. 1 2 3 4
- 39.– Pensar que ha habido suerte. 1 2 3 4
- 40.– Actitud positiva, fijarse en el aspecto bueno de las cosas. 1 2 3 4
- 41.– Umbral alto para preocupación o enojo (sentirse invulnerable)..... 1 2 3 4
- 42.– Elevar la autoestima, sentirse importante, inteligente, necesario. 1 2 3 4

Piense en una experiencia de **tristeza** que usted haya vivido.

Describa brevemente qué sucedió, qué lo causó o provocó:

.....

.....

Diga con detalle

1. Qué sentía o pensaba

2. Qué se decía a sí mismo/a

3. Qué señales físicas sintió

4. Qué hizo, cómo actuó

5. Cuánto duró.....

.....

6. Con qué intensidad vivió usted esta experiencia emocional

Poco intenso 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Muy intenso

Evalúe la situación emocional descrita, mediante las siguientes cuestiones:

1.- En qué medida esta situación le resultó inesperada, imprevista?

Nada 1 2 3 4 Mucho

2.- En qué medida la situación fue placentera?

Nada 1 2 3 4 Mucho

3.- En qué medida las consecuencias, resultados o efectos de la situación fueron importantes?

Nada 1 2 3 4 Mucho

4.- En qué medida fue posible controlar o enfrentar la situación?

Nada 1 2 3 4 Mucho

5.- En qué medida estaba usted de acuerdo con las normas sociales (es decir, como se espera socialmente que reaccione)?

Nada 1 2 3 4 Mucho

Evalúe a continuación, en qué medida cada atributo, elemento o característica es típica/o de la emoción **TRISTEZA**. Dele una nota o evaluación de:

- 1 = nada típica
- 2 = poco típica
- 3 = bastante típica
- 4 = muy típica.

ANTECEDENTES

- 1.- Resultado indeseable, negativo..... 1 2 3 4
- 2.- Muerte de alguien querido 1 2 3 4
- 3.- Pérdida de una relación, separación..... 1 2 3 4
- 4.- Rechazo, desaprobación..... 1 2 3 4
- 5.- Descubrir que uno es impotente, incapaz..... 1 2 3 4
- 6.- Empatizar (identificarse) con alguien que está triste, lastimado..... 1 2 3 4
- 7.- No conseguir lo que se quería, lo que se deseaba..... 1 2 3 4
- 8.- Sentir que las cosas van peor de lo que se esperaba..... 1 2 3 4
- 9.- Muertes por negligencias (por tragedias)..... 1 2 3 4
- 10.- Enterarse de enfermedades graves relacionadas con personas significativas para el sujeto..... 1 2 3 4
- 11.- Momentos de soledad, estar solitario..... 1 2 3 4
- 12.- Injusticia como causa o antecedente..... 1 2 3 4

REACCIONES FÍSICAS

- 13.- Inactivo, apático..... 1 2 3 4
- 14.- Cansado, bajo en energía..... 1 2 3 4
- 15.- Movimientos lentos..... 1 2 3 4
- 16.- Postura decaída..... 1 2 3 4
- 17.- Cambios en la respiración..... 1 2 3 4
- 18.- Nudo en la garganta..... 1 2 3 4
- 19.- Sensaciones en el estómago..... 1 2 3 4
- 20.- Sensación de frío, escalofríos..... 1 2 3 4
- 21.- Sentir relajación muscular, músculos distendidos, relajados..... 1 2 3 4
- 22.- Sensación de calor, calor en las mejillas..... 1 2 3 4
- 23.- Elevada tasa cardíaca..... 1 2 3 4
- 24.- Tensión muscular, rigidez..... 1 2 3 4
- 25.- Ponerse colorado, ruborizarse..... 1 2 3 4

REACCIÓN ABIERTA EXPRESIVA

- 26.- Hablar poco o nada..... 1 2 3 4
- 27.- Hablar en voz baja, monótona..... 1 2 3 4

28.– Expresar cosas tristes.....	1	2	3	4
29.– Llorar, gimotear, ganas de llorar.....	1	2	3	4
30.– No sonreír, fruncir el ceño.	1	2	3	4
REACCIÓN ABIERTA INTERPERSONAL				
31.– Comunicar sentimientos o acontecimientos tristes.....	1	2	3	4
32.– Abandono del contacto social.	1	2	3	4
REACCIONES MENTALES DE SENTIMIENTO Y PENSAMIENTO				
33.– Sensación de impotencia.	1	2	3	4
34.– Irritable, susceptible, malhumorado.	1	2	3	4
35.– Melancólico. (sentimiento de melancolía).	1	2	3	4
36.– Visión negativa de las cosas (parte cognitiva, pensamiento, percepción).	1	2	3	4
37.– Rendirse (no hacer nada), no tratar de controlar la situación.	1	2	3	4
38.– Autocriticarse.....	1	2	3	4
39.– Sentir añoranza, nostalgia.	1	2	3	4
40.– Creer que hay injusticia, que suceden cosas injustas.	1	2	3	4
41.– Sentirse o estar nervioso.....	1	2	3	4
FORMAS DE AUTOCONTROL.				
42.– Hacerse activo, enérgico (como forma de afrontar la situación). Búsqueda de soluciones (querer hacer algo).	1	2	3	4
43.– Suprimir sentimientos negativos, mirar el lado positivo de las cosas, actuar felizmente (como forma de afrontar la situación).	1	2	3	4
44.– Autorreconfortarse (decirse a sí mismo que lo ha hecho lo mejor posible, reevaluarse positivamente, relativizar el alcance del mal momento: "no es tan grave ").	1	2	3	4

Prototipos emocionales (Auto-aplic)	
CÓDIGO	
EDAD	
SEXO	1=Hombre 2=Mujer
Estado Civil	1=Soltero 2=Casado 3=Separado 4=Viudo
Situación Laboral	1=Trabajador 2=Padorado 3=Estudiante 4=Ama de Casa
Nivel de Instrucción	1=Estudios Primarios 2= EGB, 3=BUP 4=Diplomado 5=Licenciado
COLERA	Dé la vuelta a la página y responde allí
Intensidad	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Inesperada	1 2 3 4
Placentera	1 2 3 4
Consecuencias	1 2 3 4
Control	1 2 3 4
Normas soc.	1 2 3 4
COLERA 1	1 2 3 4
COLERA 2	1 2 3 4
COLERA 3	1 2 3 4
COLERA 4	1 2 3 4
COLERA 5	1 2 3 4
COLERA 6	1 2 3 4
COLERA 7	1 2 3 4
COLERA 8	1 2 3 4
COLERA 9	1 2 3 4
COLERA 10	1 2 3 4
COLERA 11	1 2 3 4
COLERA 12	1 2 3 4
COLERA 13	1 2 3 4
COLERA 14	1 2 3 4
COLERA 15	1 2 3 4
COLERA 16	1 2 3 4
COLERA 17	1 2 3 4
COLERA 18	1 2 3 4
COLERA 19	1 2 3 4
COLERA 20	1 2 3 4
COLERA 21	1 2 3 4
COLERA 22	1 2 3 4

COLERA 23	1 2 3 4
COLERA 24	1 2 3 4
COLERA 25	1 2 3 4
COLERA 26	1 2 3 4
COLERA 27	1 2 3 4
COLERA 28	1 2 3 4
COLERA 29	1 2 3 4
COLERA 30	1 2 3 4
COLERA 31	1 2 3 4
COLERA 32	1 2 3 4
COLERA 33	1 2 3 4
COLERA 34	1 2 3 4
COLERA 35	1 2 3 4
COLERA 36	1 2 3 4
COLERA 37	1 2 3 4
COLERA 38	1 2 3 4
COLERA 39	1 2 3 4
COLERA 40	1 2 3 4
COLERA 41	1 2 3 4
COLERA 42	1 2 3 4
COLERA 43	1 2 3 4
COLERA 44	1 2 3 4
COLERA 45	1 2 3 4
ALEGRIA	Dé la vuelta a la página y responde allí
Intensidad	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Inesperada	1 2 3 4
Placentera	1 2 3 4
Consecuencias	1 2 3 4
Control	1 2 3 4
Normas soc.	1 2 3 4
ALEGRIA 1	1 2 3 4
ALEGRIA 2	1 2 3 4
ALEGRIA 3	1 2 3 4
ALEGRIA 4	1 2 3 4
ALEGRIA 5	1 2 3 4
ALEGRIA 6	1 2 3 4
ALEGRIA 7	1 2 3 4
ALEGRIA 8	1 2 3 4
ALEGRIA 9	1 2 3 4
ALEGRIA 10	1 2 3 4
ALEGRIA 11	1 2 3 4

ALEGRIA 12	1 2 3 4
ALEGRIA 13	1 2 3 4
ALEGRIA 14	1 2 3 4
ALEGRIA 15	1 2 3 4
ALEGRIA 16	1 2 3 4
ALEGRIA 17	1 2 3 4
ALEGRIA 18	1 2 3 4
ALEGRIA 19	1 2 3 4
ALEGRIA 20	1 2 3 4
ALEGRIA 21	1 2 3 4
ALEGRIA 22	1 2 3 4
ALEGRIA 23	1 2 3 4
ALEGRIA 24	1 2 3 4
ALEGRIA 25	1 2 3 4
ALEGRIA 26	1 2 3 4
ALEGRIA 27	1 2 3 4
ALEGRIA 28	1 2 3 4
ALEGRIA 29	1 2 3 4
ALEGRIA 30	1 2 3 4
ALEGRIA 31	1 2 3 4
ALEGRIA 32	1 2 3 4
ALEGRIA 33	1 2 3 4
ALEGRIA 34	1 2 3 4
ALEGRIA 35	1 2 3 4
ALEGRIA 36	1 2 3 4
ALEGRIA 37	1 2 3 4
ALEGRIA 38	1 2 3 4
ALEGRIA 39	1 2 3 4
ALEGRIA 40	1 2 3 4
ALEGRIA 41	1 2 3 4
ALEGRIA 42	1 2 3 4
TRISTEZA	Dé la vuelta a la página y responde allí
Intensidad	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Inesperada	1 2 3 4
Placentera	1 2 3 4
Consecuencias	1 2 3 4
Control	1 2 3 4
Normas soc.	1 2 3 4
TRISTEZA 1	1 2 3 4
TRISTEZA 2	1 2 3 4
TRISTEZA 3	1 2 3 4

TRISTEZA 4	1 2 3 4
TRISTEZA 5	1 2 3 4
TRISTEZA 6	1 2 3 4
TRISTEZA 7	1 2 3 4
TRISTEZA 8	1 2 3 4
TRISTEZA 9	1 2 3 4
TRISTEZA 10	1 2 3 4
TRISTEZA 11	1 2 3 4
TRISTEZA 12	1 2 3 4
TRISTEZA 13	1 2 3 4
TRISTEZA 14	1 2 3 4
TRISTEZA 15	1 2 3 4
TRISTEZA 16	1 2 3 4
TRISTEZA 17	1 2 3 4
TRISTEZA 18	1 2 3 4
TRISTEZA 19	1 2 3 4
TRISTEZA 20	1 2 3 4
TRISTEZA 21	1 2 3 4
TRISTEZA 22	1 2 3 4
TRISTEZA 23	1 2 3 4
TRISTEZA 24	1 2 3 4
TRISTEZA 25	1 2 3 4
TRISTEZA 26	1 2 3 4
TRISTEZA 27	1 2 3 4
TRISTEZA 28	1 2 3 4
TRISTEZA 29	1 2 3 4
TRISTEZA 30	1 2 3 4
TRISTEZA 31	1 2 3 4
TRISTEZA 32	1 2 3 4
TRISTEZA 33	1 2 3 4
TRISTEZA 34	1 2 3 4
TRISTEZA 35	1 2 3 4
TRISTEZA 36	1 2 3 4
TRISTEZA 37	1 2 3 4
TRISTEZA 38	1 2 3 4
TRISTEZA 39	1 2 3 4
TRISTEZA 40	1 2 3 4
TRISTEZA 41	1 2 3 4
TRISTEZA 42	1 2 3 4
TRISTEZA 43	1 2 3 4
TRISTEZA 44	1 2 3 4

Responda a continuación las siguientes cuestiones referidas a la emoción de **CÓLERA**

Describa brevemente qué sucedió, qué lo causó o provocó:

.....
.....

Diga con detalle

1. Qué sentía o pensaba.....
.....
2. Qué se decía a sí mismo/a.....
.....
3. Qué señales físicas sintió.....
.....
4. Qué hizo, cómo actuó.....
.....
5. Cuánto duró.....
.....

Vuelva la página, por favor, y continúe respondiendo al cuestionario

Responda a continuación las siguientes cuestiones referidas a la emoción de **ALEGRÍA**

Describa brevemente qué sucedió, qué lo causó o provocó:

.....
.....

Diga con detalle

1. Qué sentía o pensaba.....
.....
2. Qué se decía a sí mismo/a.....
.....
3. Qué señales físicas sintió.....
.....
4. Qué hizo, cómo actuó.....
.....
5. Cuánto duró.....
.....

Vuelva la página, por favor, y continúe respondiendo al cuestionario.

Responda a continuación las siguientes cuestiones referidas a la emoción de **TRISTEZA**

Describa brevemente qué sucedió, qué lo causó o provocó:

.....
.....

Diga con detalle

1. Qué sentía o pensaba.....

2. Qué se decía a sí mismo/a.....

3. Qué señales físicas sintió.....

4. Qué hizo, cómo actuó.....

5. Cuánto duró.....

Vuelva la página, por favor, y continúe respondiendo al cuestionario.

Prototipos emocionales (Hetero-apl)	
CÓDIGO	
EDAD	
SEXO	1=Hombre 2=Mujer
Estado Civil	1=Soltero 2=Casado 3=Separado 4=Viudo
Situación Laboral	1=Trabajador 2=Padorado 3=Estudiante 4=Ama de Casa
Nivel de Instrucción	1=Estudios Primarios 2= EGB 3=BUP 4=Diplomado 5=Licenciado
COLERA	Dé por favor la vuelta a la página y responda allí
Intensidad	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Inesperada	1 2 3 4
Placentera	1 2 3 4
Consecuencias	1 2 3 4
Control	1 2 3 4
Normas soc.	1 2 3 4
COLERA 1	1 2 3 4
COLERA 2	1 2 3 4
COLERA 3	1 2 3 4
COLERA 4	1 2 3 4
COLERA 5	1 2 3 4
COLERA 6	1 2 3 4
COLERA 7	1 2 3 4
COLERA 8	1 2 3 4
COLERA 9	1 2 3 4
COLERA 10	1 2 3 4
COLERA 11	1 2 3 4
COLERA 12	1 2 3 4
COLERA 13	1 2 3 4
COLERA 14	1 2 3 4
COLERA 15	1 2 3 4
COLERA 16	1 2 3 4
COLERA 17	1 2 3 4
COLERA 18	1 2 3 4
COLERA 19	1 2 3 4
COLERA 20	1 2 3 4
COLERA 21	1 2 3 4

COLERA 22	1 2 3 4
COLERA 23	1 2 3 4
COLERA 24	1 2 3 4
COLERA 25	1 2 3 4
COLERA 26	1 2 3 4
COLERA 27	1 2 3 4
COLERA 28	1 2 3 4
COLERA 29	1 2 3 4
COLERA 30	1 2 3 4
COLERA 31	1 2 3 4
COLERA 32	1 2 3 4
COLERA 33	1 2 3 4
COLERA 34	1 2 3 4
COLERA 35	1 2 3 4
COLERA 36	1 2 3 4
COLERA 37	1 2 3 4
COLERA 38	1 2 3 4
COLERA 39	1 2 3 4
COLERA 40	1 2 3 4
COLERA 41	1 2 3 4
COLERA 42	1 2 3 4
COLERA 43	1 2 3 4
COLERA 44	1 2 3 4
COLERA 45	1 2 3 4
ALEGRIA	Dé por favor la vuelta a la página y responda allí
Intensidad	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Inesperada	1 2 3 4
Placentera	1 2 3 4
Consecuencias	1 2 3 4
Control	1 2 3 4
Normas soc.	1 2 3 4
ALEGRIA 1	1 2 3 4
ALEGRIA 2	1 2 3 4
ALEGRIA 3	1 2 3 4
ALEGRIA 4	1 2 3 4
ALEGRIA 5	1 2 3 4
ALEGRIA 6	1 2 3 4
ALEGRIA 7	1 2 3 4
ALEGRIA 8	1 2 3 4
ALEGRIA 9	1 2 3 4

ALEGRIA 10	1 2 3 4
ALEGRIA 11	1 2 3 4
ALEGRIA 12	1 2 3 4
ALEGRIA 13	1 2 3 4
ALEGRIA 14	1 2 3 4
ALEGRIA 15	1 2 3 4
ALEGRIA 16	1 2 3 4
ALEGRIA 17	1 2 3 4
ALEGRIA 18	1 2 3 4
ALEGRIA 19	1 2 3 4
ALEGRIA 20	1 2 3 4
ALEGRIA 21	1 2 3 4
ALEGRIA 22	1 2 3 4
ALEGRIA 23	1 2 3 4
ALEGRIA 24	1 2 3 4
ALEGRIA 25	1 2 3 4
ALEGRIA 26	1 2 3 4
ALEGRIA 27	1 2 3 4
ALEGRIA 28	1 2 3 4
ALEGRIA 29	1 2 3 4
ALEGRIA 30	1 2 3 4
ALEGRIA 31	1 2 3 4
ALEGRIA 32	1 2 3 4
ALEGRIA 33	1 2 3 4
ALEGRIA 34	1 2 3 4
ALEGRIA 35	1 2 3 4
ALEGRIA 36	1 2 3 4
ALEGRIA 37	1 2 3 4
ALEGRIA 38	1 2 3 4
ALEGRIA 39	1 2 3 4
ALEGRIA 40	1 2 3 4
ALEGRIA 41	1 2 3 4
ALEGRIA 42	1 2 3 4
TRISTEZA	Dé por favor la vuelta a la página y responda allí
Intensidad	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Inesperada	1 2 3 4
Placentera	1 2 3 4
Consecuencias	1 2 3 4
Control	1 2 3 4
Normas soc.	1 2 3 4
TRISTEZA 1	1 2 3 4

TRISTEZA 2	1 2 3 4
TRISTEZA 3	1 2 3 4
TRISTEZA 4	1 2 3 4
TRISTEZA 5	1 2 3 4
TRISTEZA 6	1 2 3 4
TRISTEZA 7	1 2 3 4
TRISTEZA 8	1 2 3 4
TRISTEZA 9	1 2 3 4
TRISTEZA 10	1 2 3 4
TRISTEZA 11	1 2 3 4
TRISTEZA 12	1 2 3 4
TRISTEZA 13	1 2 3 4
TRISTEZA 14	1 2 3 4
TRISTEZA 15	1 2 3 4
TRISTEZA 16	1 2 3 4
TRISTEZA 17	1 2 3 4
TRISTEZA 18	1 2 3 4
TRISTEZA 19	1 2 3 4
TRISTEZA 20	1 2 3 4
TRISTEZA 21	1 2 3 4
TRISTEZA 22	1 2 3 4
TRISTEZA 23	1 2 3 4
TRISTEZA 24	1 2 3 4
TRISTEZA 25	1 2 3 4
TRISTEZA 26	1 2 3 4
TRISTEZA 27	1 2 3 4
TRISTEZA 28	1 2 3 4
TRISTEZA 29	1 2 3 4
TRISTEZA 30	1 2 3 4
TRISTEZA 31	1 2 3 4
TRISTEZA 32	1 2 3 4
TRISTEZA 33	1 2 3 4
TRISTEZA 34	1 2 3 4
TRISTEZA 35	1 2 3 4
TRISTEZA 36	1 2 3 4
TRISTEZA 37	1 2 3 4
TRISTEZA 38	1 2 3 4
TRISTEZA 39	1 2 3 4
TRISTEZA 40	1 2 3 4
TRISTEZA 41	1 2 3 4
TRISTEZA 42	1 2 3 4
TRISTEZA 43	1 2 3 4

TRISTEZA 44	1 2 3 4
-------------	---------

Responda a continuación las siguientes cuestiones referidas a la emoción de **CÓLERA**

Describa brevemente qué sucedió, qué lo causó o provocó:

.....
.....

Diga con detalle

1. Qué sentía o pensaba
2. Qué se decía a sí mismo/a
3. Qué señales físicas sintió.....
4. Qué hizo, cómo actuó.....
5. Cuánto duró.....

Vuelva la página, por favor, y continúe respondiendo al cuestionario

Responda a continuación las siguientes cuestiones referidas a la emoción de **ALEGRÍA**

Describa brevemente qué sucedió, qué lo causó o provocó:

.....
.....

Diga con detalle

1. Qué sentía o pensaba
2. Qué se decía a sí mismo/a
3. Qué señales físicas sintió.....
4. Qué hizo, cómo actuó.....
5. Cuánto duró.....

Vuelva la página, por favor, y continúe respondiendo al cuestionario.

Responda a continuación las siguientes cuestiones referidas a la emoción de **TRISTEZA**

Describa brevemente qué sucedió, qué lo causó o provocó:

.....
.....

Diga con detalle

1. Qué sentía o pensaba
2. Qué se decía a sí mismo/a
3. Qué señales físicas sintió
4. Qué hizo, cómo actuó
5. Cuánto duró

Vuelva la página, por favor, y continúe respondiendo al cuestionario.

A continuación te presentamos los atributos típicos de la emoción de Cólera-Enojo. Evalúa cada uno de ellos con una puntuación de 1 a 4 (Nada Típico a Muy Típico), dando una respuesta autoreferente (aplicada a uno mismo, yo) y otras dos respuestas heteroreferentes (aplicadas a una persona “media” del otro sexo y otra persona “media” del mismo sexo: otros y otras).

	YO	OTRAS	OTROS
ANTECEDENTES			
1. Predisposición a sentir cólera			
2. Pérdida repentina de poder, status			
3. Las cosas no marchan como se planearon			
4. Interrupción de una actividad			
5. Dolor físico o psicológico			
6. Juzgar que la situación es errónea			
RESPUESTAS FÍSICAS			
7. Movimientos agitados			
8. Ponerse colorado			
9. Llorar			
10. Sentir calor			
11. Elevada tasa cardíaca			
12. Sentir síntomas musculares			
13. Cambios de respiración			
14. Nudo en la garganta			
15. Sensaciones en el estómago			
16. Sensación de frío, escalofríos			
17. Sentir relajación muscular			
REACCIONES CONDUCTUALES			
18. Atacar físicamente la causa de su cólera			
19. Atacar físicamente a otro objeto que la causa			
20. Estar fuera de control, conductas emocionales fuertes			
21. Comunicar no verbalmente la causa (marcharse fuera. etc.)			
22. Abandono del contacto social			
23. Atacar verbalmente la causa de la cólera			
REACCIONES ABIERTAS EXPRESIVAS			
24. Chillar, gritar			
25. Discutir, plantar cara			
26. Blasfemar			
27. Apretar las manos, cerrar los puños			
28. Gestos amenazantes, agresivos			
29. No sonreír, fruncir el ceño			
30. Pisar fuerte al andar			
31. Hacer rechinar los dientes.			
REACCIONES MENTALES			
32. Imaginar que atacas o dañas la causa de cólera			
33. Nerviosismo, ansiedad			
34. Pensar que estas en lo cierto			
35. Centrar la atención en la situación			
36. Sensación de impotencia			
37. Tristeza, depresión			
MECANISMOS DE AUTOCONTROL			
38. Tratar de no expresar cólera			
39. Autorreconfortarse			
40. Redefinir la situación			
41. Buscar soluciones			
42. Búsqueda de explicaciones			
43. Pasear para tranquilizarse			
44. Ignorar la situación			
45. Aguantar, tirar para adelante			

QUINTA PRACTICA: Actitudes sobre el amor y preferencias en la elección de pareja

Escala de actitudes sobre el amor

AR

Lea atentamente cada una de las frases expuestas a continuación.

Para cada frase, elija una de las cinco modalidades de respuesta, la que interprete mejor su opinión.

No hay respuestas buenas ni malas, lo que nos interesa es su opinión.

Le agradecemos de antemano su colaboración en esta encuesta.

Se presentan abajo varias frases que reflejan diferentes actitudes en relación con el amor.

Para cada frase, señale hasta qué punto está de acuerdo o en desacuerdo con ella. Algunos ítems se refieren a una relación amorosa específica, otros se refieren a actitudes y creencias generales en el amor.

Siempre que sea posible responda a estas preguntas teniendo en mente a su pareja; si no está enamorado actualmente, responda a las preguntas teniendo en consideración a su pareja más reciente. Si nunca ha tenido pareja, responda pensando cuáles serían sus respuestas en el caso de que la tuviera.

- 1-. Con mi pareja, nos sentimos atraídos físicamente desde la primera vez que nos vimos.
- | | | | | |
|---|---|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien de acuerdo | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo |
|---|---|---|--|--|
- 2-. Mi pareja y yo tenemos buen contacto físico.
- | | | | | |
|---|---|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien de acuerdo | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo |
|---|---|---|--|--|
- 3-. Las relaciones físicas con mi pareja son muy intensas y satisfactorias.
- | | | | | |
|---|---|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien de acuerdo | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo |
|---|---|---|--|--|
- 4-. Siento que mi pareja y yo estamos hechos el uno para el otro.
- | | | | | |
|---|---|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien de acuerdo | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo |
|---|---|---|--|--|
- 5-. Mi pareja y yo nos hemos implicado emocionalmente muy rápido.
- | | | | | |
|---|---|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien de acuerdo | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo |
|---|---|---|--|--|
- 6-. Mi pareja y yo nos entendemos realmente bien.
- | | | | | |
|---|---|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien de acuerdo | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo |
|---|---|---|--|--|
- 7-. Mi pareja responde a mi ideal de belleza física.
- | | | | | |
|---|---|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien de acuerdo | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo |
|---|---|---|--|--|
- 8-. Trato que mi pareja esté algo insegura en relación a mi compromiso con ella.
- | | | | | |
|---|---|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien de acuerdo | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo |
|---|---|---|--|--|
- 9-. Lo que mi pareja desconoce de mí, no debería llamarle la atención particularmente.
- | | | | | |
|---|---|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien de acuerdo | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo |
|---|---|---|--|--|
- 10-. A veces evito que mis parejas sepan la existencia el uno del otro.
- | | | | | |
|---|---|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo | <input type="checkbox"/> Más bien de acuerdo | <input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo |
|---|---|---|--|--|

- 11-. Me recupero de las decepciones amorosas rápido y fácilmente.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 12-. Pienso que mi pareja se enojaría si supiera cosas que he hecho con otras personas.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 13-. Al percibir que mi pareja depende de mi, prefiero poner distancia entre ambos.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 14-. Me gusta jugar al juego del amor con diferentes parejas.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 15-. Es difícil decir exactamente dónde termina la amistad y empieza el amor.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 16-. No puedo amar a alguien sin primero haber sentido durante cierto tiempo afecto por esta persona.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 17-. Espero permanecer para siempre junto a mi pareja.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 18-. El amor más profundo nace de una larga amistad.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 19-. Entre mi pareja y yo, nuestra amistad inicial se transformó gradualmente en amor.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 20-. El amor es realmente una amistad profunda y no algo misterioso y místico.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 21-. Mis relaciones amorosas más satisfactorias se han realizado a partir de relaciones de amistad.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 22-. Antes de comprometerse con una persona hay que considerar.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 23-. Hay que planificar cuidadosamente la vida antes de elegir pareja.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 24-. Es preferible amar a alguien que proviene del mismo medio
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 25-. Una de las cosas esenciales a la hora de elegir pareja es la aceptación de nuestra familia hacia él/ella.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo

- 26-. Un criterio importante en la elección de pareja es saber si él/ella podrá ser un buen/a padre/madre.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 27-. Un criterio importante a la hora de elegir pareja es saber si él/ella podrá o no ayudarnos en nuestra carrera profesional.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 28-. Antes de comprometerme con alguien trato de ver en qué medida sus genes son compatibles con los míos, en caso de decidir tener hijos.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 29-. Cuando algo no va bien con mi pareja, se me hace un nudo en el estómago.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 30-. Tras una ruptura, me deprimó tanto que puedo llegar a pensar incluso en el suicidio.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 31-. A veces estoy tan excitado/a de estar enamorado/a que no logro dormir.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 32-. Cuando mi pareja no me hace caso, me enfermo.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 33-. Cuando estoy enamorado/a me cuesta concentrarme sobre cualquier tema que no sea mi pareja.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 34-. Si sospecho que mi pareja está con otro/a, no consigo estar realmente relajado/a o tranquilo/a.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 35-. Si mi pareja me ignora durante cierto tiempo, hago cosas estúpidas para tratar de atraer de nuevo su atención.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 36-. Trato siempre de ayudar a mi pareja a sobrellevar los momentos difíciles.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 37-. Prefiero sufrir yo antes de que sufra mi pareja.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 38-. No puedo ser feliz sin poner la felicidad de mi pareja por encima de la mía.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo
- 39-. Estoy generalmente dispuesto a sacrificar mis propios deseos para que mi pareja pueda realizar los suyos.
- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo

40-. Mi pareja puede disponer de todo lo que yo poseo.

- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo

41-. Cuando mi pareja se enfada conmigo, sigo amándole completa e incondicionalmente.

- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo

42-. Estoy dispuesto a soportar cualquier cosa por estar con mi pareja.

- Totalmente en desacuerdo Más bien en desacuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo Más bien de acuerdo Totalmente de acuerdo

43-. ¿Cuántas veces se ha enamorado usted? _____.

44-. En total, a lo largo de su vida, ¿con cuántas personas ha tenido relaciones sexuales? _____

45-. ¿Está usted enamorado actualmente? :

- Si No

46-. Si un/a hombre/mujer posee enteramente todas las características que usted considera como deseables, viviría usted con él/ella, aún sin estar enamorado.

- Si No No sabe
No contesta

47-. Si el amor desapareciera totalmente de una pareja, ¿piensa usted que sería preferible para ambos separarse y comenzar cada uno una vida nueva?.

- De acuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo En desacuerdo

48-. La desaparición del amor no es razón suficiente para poner fin a una relación de pareja y no debe ser un motivo de separación.

- De acuerdo Ni de acuerdo ni en desacuerdo En desacuerdo

49-. En relación a mí mismo, me siento habitualmente:

- Muy positivo Positivo Ni positivo ni negativo Negativo Muy negativo

50. ¿Cuál, de entre estas descripciones, describe mejor sus sentimientos?:

_____ Encuentro bastante fácil tener relaciones íntimas con otros. Siento la necesidad de estar estrechamente unido a otras personas y también saber que otras personas están íntimamente unidas a mí. Sin embargo, no me preocupa el ser abandonado por los otros ó que los otros tengan relaciones demasiado íntimas conmigo.

_____ No me siento muy a gusto con la idea de intimar mucho con las personas. Encuentro difícil confiar totalmente en la gente. Me siento tenso cuando alguien intima mucho conmigo. Mis parejas hubieran querido que yo hubiera estado más cercano/a a ellas, pero esto me hace sentir incomodo/a.

_____ Encuentro que los otros dudan antes de intimar conmigo como yo quisiera que lo hicieran. Tengo, a veces, la impresión de que mi pareja no me ama realmente, o no lo suficiente, y tengo miedo de que él/ella me abandone. Quisiera ser con mi pareja una sola persona, pero ese deseo asusta a veces a algunas personas, que intentan huir.

Preferencias en la elección de pareja

Debajo están enumeradas un conjunto de características. Por favor, ordénelas en base a cuán deseable es esta característica en una persona con la que usted pudiera casarse. Otórguele un 1 a la característica más deseable de una pareja potencial; un 2 a la segunda característica más deseable en una pareja potencial, un 3 a la tercera característica más deseable y así sucesivamente hasta llegar a 18, para la característica de menor importancia en una pareja potencial.

a) *Atributos:*

- Actitudes políticas similares _____
- Castidad (No experiencia sexual previa) _____
- Creencias religiosas similares _____
- Buen status social _____
- Que cocine bien y le guste las tareas domésticas _____
- Buena situación económica _____
- Nivel de Educación similar _____
- Físicamente atractivo _____
- Ambicioso y Trabajador _____
- Ordenado, Prolijo _____
- Desea formar una familia y tener hijos _____
- Que sea sociable _____
- De buena salud _____
- Educación e Inteligencia _____
- Que sea agradable _____
- Estabilidad y madurez emocional _____
- Persona en la que se pueda confiar _____
- Atracción mutua, amor _____

b) Si un hombre o una mujer tiene todas las cualidades que Ud. desea, se casaría Ud. con esta persona si no estuviera enamorado/a de él o ella?

- Sí _____
- No _____
- Indeciso _____

c) Estime el porcentaje de la población de su país que respondería a cada una de estas alternativas:

- Sí _____
- No _____
- Indeciso _____

Total: 100%

Hoja de respuestas actitudes ante el amor y preferencias en la elección de pareja (Auto- Aplicación)

Práctica Amor	
CÓDIGO	
EDAD	
SEXO	1=Hombre 2=Mujer
Estado Civil	1=Soltero 2=Casado 3=Separado 4=Viudo
Situación Laboral	1=Trabajador 2=Parado, 3=Estudiante 4=Ama de Casa
Nivel de Instrucción	1=Estudios Primarios 2= EGB, 3=BUP 4=Diplomado 5=Licenciado
1. Ar	1 2 3 4 5
2. Ar	1 2 3 4 5
3. Ar	1 2 3 4 5
4. Ar	1 2 3 4 5
5. Ar	1 2 3 4 5
6. Ar	1 2 3 4 5
7. Ar	1 2 3 4 5
8. Ar	1 2 3 4 5
9. Ar	1 2 3 4 5
10. Ar	1 2 3 4 5
11. Ar	1 2 3 4 5
12. Ar	1 2 3 4 5
13. Ar	1 2 3 4 5
14. Ar	1 2 3 4 5
15. Ar	1 2 3 4 5
16. Ar	1 2 3 4 5
17. Ar	1 2 3 4 5
18. Ar	1 2 3 4 5
19. Ar	1 2 3 4 5
20. Ar	1 2 3 4 5
21. Ar	1 2 3 4 5
22. Ar	1 2 3 4 5
23. Ar	1 2 3 4 5
24. Ar	1 2 3 4 5
25. Ar	1 2 3 4 5
26. Ar	1 2 3 4 5
27. Ar	1 2 3 4 5
28. Ar	1 2 3 4 5
29. Ar	1 2 3 4 5
30. Ar	1 2 3 4 5

31. Ar	1 2 3 4 5
32. Ar	1 2 3 4 5
33. Ar	1 2 3 4 5
34. Ar	1 2 3 4 5
35. Ar	1 2 3 4 5
36. Ar	1 2 3 4 5
37. Ar	1 2 3 4 5
38. Ar	1 2 3 4 5
39. Ar	1 2 3 4 5
40. Ar	1 2 3 4 5
41. Ar	1 2 3 4 5
42. Ar	1 2 3 4 5
AR43CUAN	
AR44RELA	
AR45ENA	SI NO
AR46	SI NO NO SABE
AR47	1 2 3
AR48	1 2 3
AR49	1 2 3 4 5
AR50	1 ^a 2 ^a 3 ^a
Preferencias en la elección de pareja	
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	
11.	
12.	
13.	
14.	
15.	
16.	
17.	
18.	
b)	
	Si No Indeciso
c)	
	Si No Indeciso

Hoja de respuestas actitudes ante el amor y preferencias en la elección de pareja (Hetero- Aplicación)

Práctica Amor	
CÓDIGO	
EDAD	
SEXO	1=Hombre 2=Mujer
Estado Civil	1=Soltero 2=Casado 3=Separado 4=Viudo
Situación Laboral	1=Trabajador 2=Parado, 3=Estudiante 4=Ama de Casa
Nivel de Instrucción	1=Estudios Primarios 2= EGB, 3=BUP 4=Diplomado 5=Licenciado
1. Ar	1 2 3 4 5
2. Ar	1 2 3 4 5
3. Ar	1 2 3 4 5
4. Ar	1 2 3 4 5
5. Ar	1 2 3 4 5
6. Ar	1 2 3 4 5
7. Ar	1 2 3 4 5
8. Ar	1 2 3 4 5
9. Ar	1 2 3 4 5
10. Ar	1 2 3 4 5
11. Ar	1 2 3 4 5
12. Ar	1 2 3 4 5
13. Ar	1 2 3 4 5
14. Ar	1 2 3 4 5
15. Ar	1 2 3 4 5
16. Ar	1 2 3 4 5
17. Ar	1 2 3 4 5
18. Ar	1 2 3 4 5
19. Ar	1 2 3 4 5
20. Ar	1 2 3 4 5
21. Ar	1 2 3 4 5
22. Ar	1 2 3 4 5
23. Ar	1 2 3 4 5
24. Ar	1 2 3 4 5
25. Ar	1 2 3 4 5
26. Ar	1 2 3 4 5
27. Ar	1 2 3 4 5
28. Ar	1 2 3 4 5
29. Ar	1 2 3 4 5

30. Ar	1 2 3 4 5
31. Ar	1 2 3 4 5
32. Ar	1 2 3 4 5
33. Ar	1 2 3 4 5
34. Ar	1 2 3 4 5
35. Ar	1 2 3 4 5
36. Ar	1 2 3 4 5
37. Ar	1 2 3 4 5
38. Ar	1 2 3 4 5
39. Ar	1 2 3 4 5
40. Ar	1 2 3 4 5
41. Ar	1 2 3 4 5
42. Ar	1 2 3 4 5
AR43CUAN	
AR44RELA	
AR45ENA	SI NO
AR46	SI NO NO SABE
AR47	1 2 3
AR48	1 2 3
AR49	1 2 3 4 5
AR50	1 ^a 2 ^a 3 ^a
Preferencias en la elección de pareja	
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	
11.	
12.	
13.	
14.	
15.	
16.	
17.	
18.	
b)	
	Si No Indeciso
c)	
	Si No Indeciso

SEXTA PRÁCTICA: Cultura retrospectiva

Las siguientes preguntas hacen referencia a las formas de vida del barrio, pueblo, ciudad o localidad en las que vivió durante las décadas cuando tenía 10-20 años. Si Ud. por ejemplo tiene 59 años en la actualidad, debe contestar refiriéndose a los años 50-60, si tiene 19 años, a los años 90-99, etc.

Si Ud. cambio de lugar de residencia entre los 10 y 20 años, responda desde la perspectiva de su lugar de origen.

Si cambio indique, por favor, a que edad lo hizo: _____ años.

- Recuerde que no existen respuestas correctas ni incorrectas, lo que realmente nos interesa es su sinceridad y espontaneidad en sus contestaciones.
- Le garantizamos el carácter anónimo de la encuesta.
- Si le surge alguna duda, consulte a su encuestador.
- Le agradecemos de antemano su colaboración.

Nombre localidad: _____ Barrio . Pueblo . Caserío/Aldea . Ciudad .

Provincia: _____ Comunidad Autónoma: _____

Años de referencia: 40/50 50/60 60/70 70/80 80/90

Clima dominante: Cálido Templado Frío Muy Frío

[puedes indicar dos o tres alternativas]

Humedad: Seco Moderado Húmedo Muy húmedo

Tamaño aproximado de habitantes: _____

Distancia localidad más próxima en Kms _____

Distancia casa/trabajo principal en Kms _____ Casa escuela en Kms _____

Casa familiares más cercanos en metros _____ Casa amigos infantiles en metros.

Casa amigos 10-20 años en metros _____

Distancia casa padre/madre (cuando novios) en metros _____

SEXO: Hombre Mujer ~ EDAD: _____ años

NIVEL EDUCACION: PRIMARIA BASICA SECUNDARIA TECNICA

UNIVERSITARIA OTRA _____

Localidad: Monte/sierra Meseta Valle Puerto/marítima

Evalúa la localidad tal y como la percibías cuando tenías entre 10 y 20 años:

Fea	1 2 3 4 5 6 7	Bonita
Fría	1 2 3 4 5 6 7	Acogedora
Débil Económicamente	1 2 3 4 5 6 7	Fuerte Económicamente
Ritmo de Vida Lento	1 2 3 4 5 6 7	Ritmo de Vida Rápido
Peligrosa, Hostil	1 2 3 4 5 6 7	Segura, Calma

Identificación personal con barrio/aldea/caserío/localidad más pequeña de residencia, durante los 10-20 años.

Débil Identificación 1 2 3 4 5 6 7 **Fuerte Identificación**

Identificación con región o autonomía de residencia, durante los 10-20 años.

Débil Identificación 1 2 3 4 5 6 7 **Fuerte Identificación**

VIDA FAMILIAR [durante la década de los 10-20 años]

En su casa vivían:

- a) Padre, madre e hijos
- Padre, madre, tío/as e hijos
- b) Padres, Abuelos paternos e hijos
- Padres, Abuelos maternos e hijos
- c) Abuelos, Padres y Tíos, Hermanos y Primos

En su familia habían propiedades agrícolas SI NO

En su familia había personas que trabajaran como:

- Jornalero, trabajador agrícola sin tierra
- Aparcero, arrendatario, cultivaba tierra alquilada
- Cultivaba tierra propia
- Pastor
- Pescadores
- Marineros
- Comerciantes, "mercaderes"
- Artisanos (albañiles, herreros, etc.)

En su localidad, tradicionalmente, la propiedad y casa se:

- Daban en herencia al hijo/a mayor y no se dividía
- Se dividían entre todos los hijos
- Se dividían entre todos aunque uno de los hijos recibía una parte superior

Cuántos de sus hermanos (tíos/as) eran solteros/as pasados los 40

Soltero/as: ____ . /Total: ____

Cuántos de sus hermanos (tíos/as) eran curas/monjas

Religiosos/as: ____

TRABAJO COMUNIDAD [durante la década de los 10-20 años]

En su localidad habían tierras comunales, de uso colectivo de los residentes

NO

SI Cultivo Pastoreo Bosque

Habían trabajos colectivos de los residentes de la localidad

NO SI

CONDUCTAS SOCIALES [durante la década de los 10-20 años]

En las siguientes cuestiones le pedimos que estime la conducta dominante en su localidad utilizando una escala de:

Nada Frecuente

Muy Frecuentes

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

Si nadie llevaba a cabo la conducta indique 0%. Si todo el mundo actuaba como se dice, indique 100%. Si lo hacía según su impresión la mitad, indique 50%. Puede contestar entre 0 y 100%. Por ejemplo una persona que diga "casi todos los matrimonios los arreglaban los padres sin que los cónyuges se enteraran" respondió 90%.

HERENCIA, NOVIAZGO Y MATRIMONIO [durante la década de los 10-20 años]

1. Había fuertes tensiones familiares por los problemas de herencia. Era:

Nada Frecuente

Muy Frecuentes

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

2. *El matrimonio por acuerdo de los padres (los padres elegían al esposo o esposa si intervención de los hijos). Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

3. *El matrimonio con personas de otras localidades o pueblos. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

4. *La dote de la novia (en tierras, dinero, etc.). Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

5. *Tener relaciones sexuales prematrimoniales durante el noviazgo. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

6. *Una mujer que era abandonada por su novio no se casaba y se quedaba soltera. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

7. *Ser madre soltera. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

8. *La infidelidad femenina (tener amantes después de estar casados). Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

9. *La infidelidad masculina (tener amantes después de estar casados). Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

10. *Manifestar públicamente afecto entre novios/as o cónyuges (abrazarse, besarse).*

Era:

Nada Frecuente

Muy Frecuentes

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

Indique en su percepción cuántas personas estarían de acuerdo con casarse con una persona que tuviera todas las características deseables para ser un buen cónyuge, sin estar enamorados/as de el o ella. En otras palabras, cuántas personas estarían dispuestas a casarse sin que el estar enamorados del novio/a fuera un prerequisite indispensable: 0 5 10 15 20 25 30 35 40 45 50 55 60 65 70 75 80 85 90 95 100

VIDA SOCIAL [durante la década de los 10-20 años]

Recuerde que le pedimos que responda la impresión que tiene sobre lo que hacía la gente en general - no su propio caso. Por ejemplo, con respecto a la pregunta "Las mujeres salían poco de casa, para ir a misa o visitar a la familia", si cree que todas las mujeres salían mucho y no sólo a misa o a visitar a la familia, quiere decir que nadie llevaba a cabo la conducta descrita y debe indicar 0%. Si todo el mundo actuaba como se dice, indique 100%. Si lo hacía según su impresión la mitad, indique 50%. Puede contestar entre 0 y 100%. Por ejemplo una persona que cree que "la mayoría de las mujeres salían mucho y adonde querían" marcará un 10% (sólo una minoría salía poco), mientras que una persona que crea que "la mayoría de las mujeres salían poco" marcará un 90%.

1. *Que los hombres se encargaran de cuidar (alimentar, vestir, entretener) a los hijos.*

Era:

Nada Frecuente

Muy Frecuentes

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

2. *Que los hombres se encargaran de la administración del dinero de la casa (alimentación, vestido, educación). Era:*

Nada Frecuente

Muy Frecuentes

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

3. *Las mujeres salían poco de casa (por ej. para ir a misa y visitar a la familia).*

Era:

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

4. *Los hombres salían mucho de casa, a la plaza o bar. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

5. *Las esposas/mujeres manifestaban su enojo por la gran cantidad de tiempo que los hombres pasaban fuera de casa, en el bar. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

6. *Los hombres venían a casa sólo para comer y descansar. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

7. *Los domingos se visitaba a la familia (parientes, hijos casados, etc.). Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

8. *Los domingos se hacían actividades de tiempo libre y recreativas públicas, no familiares. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

9. *Ir a comer o almorzar o merendar a casas de amigos (sin lazos familiares).*

Era:

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

10. *Tener invitados a comer a casa (sin lazos familiares). Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

11. *El padre controlaba las actividades de la esposa e hija.*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

12. *Ir a comer o almorzar o merendar toda la familia a bares, restaurantes, etc.*

Era:

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

CLIMA SOCIAL [durante la década de los 10-20 años]

1. *En general, había Desconfianza, recelo ante los vecinos, mucha envidia.*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

2. *En general, había cotilleo, rumores y control sobre lo que hacían los vecinos, mucho sentido de la vergüenza y temor al que dirán.*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

3. *Echarse ligués/novios/as fuera de la cuadrilla de conocidos y vecinos. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

4. *Las salidas de novios se hacían en grupo (parejas dobles, cuadrilla de amigos).*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

5. *Hacerse amigos espontáneamente, fuera de la cuadrilla de conocidos y vecinos.*

Era:

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

VIDA LABORAL [durante la década de los 10-20 años]

1. *Las mujeres trabajaban remuneradamente fuera de casa.*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

2. *Para obtener empleo, lo más importante era tener enchufes, conocidos y amigos.*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

3. *Las relaciones entre empleador y trabajador eran familiares, de confianza personal.*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

4. *Para obtener empleo, lo más importante era tener relaciones personales con notables o personas importantes, que daban cartas de recomendación y movían los papeles.*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

5. *Emigrar a América por falta de trabajo en el pueblo o localidad. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

6. *Emigrar a Europa por falta de trabajo en el pueblo o localidad. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

7. *Emigrar a otra región por falta de trabajo en el pueblo o localidad. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

COMPADRAZGO Y PATRONAZGO [durante la década de los 10-20 años]

1. *Elegir un padrino de bautizo de los hijos de status superior. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

2. *Establecer con el padrino una relación de "compadrazgo", que el padrino ayude al ahijado o compadre mediante cartas de recomendación, enchufes. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

3. *En la localidad se rechazaba a los que ostentaban, mostraban diferencias y querían ser superiores.*

Nada Frecuente Muy Frecuentes

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

4. *"Todos somos iguales" o expresiones similares referidas a la igualdad (de status y moralidad) de los residentes en la localidad. Eran:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

5. *Se trataba de Ud., Don, etc. a las personas de mayor status y notables.*

Nada Frecuente Muy Frecuentes

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

Cuánto tiempo duró el noviazgo en su caso (responde desde el punto de vista de tus padres si no eres casado):

Años: _____ Meses: _____

A que edad se casó (o padres): _____

Sus hermanos (o tíos) como media: _____

Sus hermanas (o tías) como media: _____

Los noviazgos eran en general

Muy cortos 1 2 3 4 5 6 7 **Muy largos**

Había asociaciones únicamente masculinas

cofradías SI No

peñas SI No

casinos SI No

hermandades SI No

otras _____ SI No

Eran Abiertas (todo el mundo tenía acceso)

Cerradas (había que ser socio para entrar)

VIDA RELIGIOSA [durante la década de los 10-20 años]

1. *El patrón/patrona religiosa de su localidad era* (puede marcar más de una opción si su localidad tenía varios patrones):

Un Cristo: Una Virgen: Un Santo:

2. *Que las mujeres fueran todos los domingos a misa. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

3. *Que los hombres fueran todos los domingos a misa. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

4. *Que los hombres fueran a entierros, funerales, conmemoraciones religiosas.*

Era:

Nada Frecuente Muy Frecuentes

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

5. *Que los hombres participaran en fiestas religiosas (cofradías, romerías, etc.).*

Era:

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

SALUD Y ENFERMEDAD [durante la década de los 10-20 años]

1. *Que las personas hablaran de enfermedades y problemas de salud. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

2. *Que las mujeres de su entorno íntimo manifestaran que sufrían o sentían molestias (dolores, etc.) antes de la menstruación o regla. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

3. *Que las personas utilizaran remedios naturales (hierbas, infusiones) para molestias leves, dolores de cabeza, etc. Era*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

4. *Que las personas utilizaran remedios farmacéuticos (aspirinas etc.) para molestias leves, dolores de cabeza, etc. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

5. *Que las personas manifestaran su preocupación por tener una buena figura y un cuerpo atractivo. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

6. *Que las personas de su entorno intimo hicieran dieta o regimen para mejorar su figura.*

Era:

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

7. *Que las personas rezaran como una forma de apoyar la mejoría de un enfermo. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

8. *Que las personas rezaran como una forma de sobrellevar o de afrontar una enfermedad grave y la amenaza de la muerte. Era:*

Nada Frecuente Muy Frecuentes
0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

En las siguientes preguntas, le pedimos que nos dé **NO su opinión personal**, sino lo que era la **opinión dominante**, lo que la gente de su localidad decía públicamente opinar sobre diferentes aspectos. Si ser honrado y formal era bien considerado y se creía que era muy importante y bien visto, y la mayoría de la gente decía que ser honrado y formal era algo positivo e importante, marque un 7. Si la gente consideraba de poca importancia, no le parecía tan positivo ser formal, ponga un 1. Si lo consideraban de media importancia, era bien considerado de forma media, ponga un 4.

IMAGEN IDEAL DE LOS HOMBRES/MUJERES [durante la década de los 10-20 años]

1. *Ser honrado, formal era considerado*

Nada Importante Muy Importante
1 2 3 4 5 6 7

2. *Ser seguro de sí, duro, fuerte, "ser un hombre"*

Nada Importante Muy Importante
1 2 3 4 5 6 7

3. *Ser violento, agresivo, era considerado*

Nada Importante Muy Importante
1 2 3 4 5 6 7

4. *Defender a la familia contra las habladurías, defender la honra familiar. Era:*

Nada Importante							Muy Importante
	1	2	3	4	5	6	7

5. *Ser formal, autocontrolarse y no perder los estribos, no emborracharse. Era:*

Nada Importante							Muy Importante
	1	2	3	4	5	6	7

6. *Ser sociable, gracioso y divertido. Era:*

Nada Importante							Muy Importante
	1	2	3	4	5	6	7

7. *Saber hablar bien, tener labia, tener inteligencia verbal. Era:*

Nada Importante							Muy Importante
	1	2	3	4	5	6	7

8. *La castidad, virginidad femenina, la honra sexual de la mujer (llegar virgen al matrimonio, no tener amantes). Eran considerados:*

Nada Importante							Muy Importante
	1	2	3	4	5	6	7

9. *La castidad, virginidad masculina, la honra sexual del hombre (llegar virgen al matrimonio, no tener amantes). Eran:*

Nada Importante							Muy Importante
	1	2	3	4	5	6	7

10. *La muestras de "potencia" sexual del hombre (ser seductor, tener novias, hijos). Eran:*

Nada Importante							Muy Importante
	1	2	3	4	5	6	7

11. *La maternidad de la mujer (ser esposa, tener hijos). Eran:*

Nada Importante							Muy Importante
1	2	3	4	5	6	7	

CONCIENCIA Y PERTENENCIA LOCALIDAD [durante la década de los 10-20 años]

1. *La pertenencia o identificación con el pueblo. Eran considerados:*

Nada Importante							Muy Importante
1	2	3	4	5	6	7	

2. *La participación en las fiestas religiosas del pueblo. Eran consideradas:*

Nada Importante							Muy Importante
1	2	3	4	5	6	7	

3. *Las relaciones con la/s localidad/es vecina/s eran de conflicto y se les ponía verdes (como ocurre entre guipuzcoanos y vizcaínos por ejemplo).*

En desacuerdo							De Acuerdo
1	2	3	4	5	6	7	

4. *Se desconfiaba de los forasteros, de la gente que no fuera del pueblo o localidad.*

En desacuerdo							De Acuerdo
1	2	3	4	5	6	7	

5. *En la comunidad misma, se criticaba a la localidad por atrasada, tradicional, convencional, provinciana.*

En desacuerdo							De Acuerdo
1	2	3	4	5	6	7	

6. *En la localidad o comunidad se criticaba a los de las grandes ciudades por arrogantes, chulos, pedantes.*

En desacuerdo							De Acuerdo
1	2	3	4	5	6	7	

7. *En su localidad o comunidad se criticaba a los de las grandes ciudades por aprovechados, competitivos, explotadores*

En desacuerdo De Acuerdo
1 2 3 4 5 6 7

CREENCIAS SOBRE HOMBRES Y MUJERES [durante la década de los 10-20 años]

1. *Se creía que una mujer que se quedaba embarazada estando soltera era una mancha, una deshonra, para toda la familia*

En desacuerdo De Acuerdo
1 2 3 4 5 6 7

2. *Se creía que los hombres eran superiores a las mujeres, en fuerza e inteligencia*

En desacuerdo De Acuerdo
1 2 3 4 5 6 7

3. *Se creía que los hombres controlaban menos su sexualidad que las mujeres*

En desacuerdo De Acuerdo
1 2 3 4 5 6 7

4. *Se creía que las mujeres eran más astutas que los hombres y los podían manejar*

En desacuerdo De Acuerdo
1 2 3 4 5 6 7

5. *Un hombre que estuviera mucho en su casa, que saliera poco a los bares y con amigos*

Estaba mal visto Estaba bien visto
1 2 3 4 5 6 7

5. Ser heredero de caserío o tierras, tener "buena familia", tener propiedades era algo

Nada Importante Muy Importante
1 2 3 4 5 6 7

6. Los ricos tenían una actitud negativa ante el trabajo manual

No existía Era algo frecuente
1 2 3 4 5 6 7

7. Actuar de forma deferente ante los notables y gente de status superior, para obtener trabajo o ayuda

Estaba mal visto Estaba bien visto
1 2 3 4 5 6 7

8. Pagar solo su parte de consumición en el bar, dividir la cuenta "a la catalana"

Estaba mal visto Estaba bien visto
1 2 3 4 5 6 7

9. Preferir a "uno de fuera" para un trabajo por ser mejor que "uno de la localidad"

Estaba mal visto Estaba bien visto
1 2 3 4 5 6 7

Lugar Nacimiento Padre Provincia: _____

Lugar Nacimiento Madre Provincia: _____

Lugar Nac. Abuelo Paterno: _____

Lugar Nac. Abuela Paterna: _____

Lugar Nac. Abuelo Materno: _____

Lugar Nac. Abuela Materna: _____

Reside ahora en el lugar en que vivió durante su adolescencia: SI NO

Si no vive en ese lugar, cuántas veces ha ido los últimos diez años: _____

Distancia entre residencia actual y residencia adolescencia en Kms.: _____

SÉPTIMA PRÁCTICA: Encuesta sobre masculinidad–feminidad (BSRI)

En el Departamento de Psicología Social de la Universidad del País Vasco estamos realizando una Investigación sobre los **ROLES SEXUALES**. Para ello, le pedimos su colaboración respondiendo al siguiente cuestionario.

Recuerde que no existen respuestas correctas ni incorrectas, lo que realmente nos interesa es su sinceridad y espontaneidad en sus contestaciones.

Para que sus respuestas sean codificadas, es importante que responda a todas y cada una de las cuestiones que se le plantean, sin dejar ninguna en blanco. **POR FAVOR, ANOTE SUS CONTESTACIONES EN LA HOJA DE RESPUESTAS.**

Le garantizamos el carácter anónimo de la encuesta.

Si le surge alguna duda, consulte a su encuestador.

Le agradecemos de antemano su colaboración.

Las siguientes expresiones sirven para describir **al hombre y mujer típicos**.

POR EJEMPLO:

Hombre	Mujer
Nunca Siempre	Nunca Siempre
Impaciente 1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7

- Una persona que considera a la mujer típica como muy impaciente, señalaría el número 7.
- Una persona que considera al hombre típico como muy impaciente, señalaría el número 7.
- Una persona que considera a la mujer típica como nada impaciente, señalaría el número 1.
- Una persona que considera al hombre típico como nada impaciente, señalaría el número 1.
- Los restantes números (2, 3, 4, 5, 6) se señalarán según se aproxime su opinión a un extremo o al otro

Además, le pedimos, por favor, que se describa a **sí mismo**.

	<i>Imagen prototípica</i>		<i>Imagen de si mismo</i>						
	<i>Hombre</i>	<i>Mujer</i>	1	2	3	4	5	6	7
1. Atlético/a deportivo/a	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7
2. Cariñoso/a	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7
3. Personalidad fuerte	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7
4. Sensible a las necesidades de los demás	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7
5. Desea arriesgarse. amante del peligro	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7
6. Comprensivo/a	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7
7. Compasivo/a	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7
8. Dominante	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7
9. Cálido/a. afectuoso/a	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7
10. Tierno/a. delicado/a. suave	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7
11. Agresivo/a. combativo/a	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7
12. Actúa como líder	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7
13. Individualista	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7
14. Amante de los niños	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7
15. Lloro fácilmente	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7
16. Duro/a	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7
17. Sumiso/a	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7
18. Egoísta	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1	2	3	4	5	6	7

Hoja de respuestas: Practica Masculinidad–Feminidad, BSRI (Auto–Aplicación)

Práctica: BSRI	
CÓDIGO	
EDAD	
SEXO	1=Hombre 2=Mujer
Estado Civil	1=Soltero 2=Casado 3=Separado 4=Viudo
Situación Laboral	1=Trabajador 2=Parado, 3=Estudiante 4=Ama de Casa
Nivel de Instrucción	1=Estudios Primarios 2= EGB, 3=BUP 4=Diplomado 5=Licenciado
1. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
2. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
3. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
4. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
5. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
6. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
7. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
8. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
9. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
10. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
11. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
12. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
13. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
14. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
15. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
16. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
17. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
18. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
1. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
2. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
3. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
4. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
5. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
6. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
7. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
8. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7

9. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
10. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
11. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
12. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
13. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
14. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
15. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
16. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
17. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
18. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
1. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
2. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
3. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
4. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
5. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
6. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
7. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
8. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
9. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
10. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
11. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
12. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
13. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
14. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
15. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
16. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
17. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
18. BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
BemFem (Hombres)	
BemMas (Hombres)	
BemFem (Mujeres)	
BemMas (Mujeres)	
BemFem (Imagen de si)	
BemMas (Imagen de si)	

Hoja de respuestas: Práctica Masculinidad–Feminidad, BSRI
(Hetero–Aplicación)

Práctica: BSRI	
CÓDIGO	
EDAD	
SEXO	1=Hombre 2=Mujer
Estado Civil	1=Soltero, 2=Casado 3=Separado, 4=Viudo
Situación Laboral	1=Trabajador 2=Parado, 3=Estudiante 4=Ama de Casa
Nivel de Instrucción	1=Estudios Primarios 2= EGB, 3=BUP 4=Diplomado 5=Licenciado
1. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
2. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
3. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
4. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
5. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
6. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
7. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
8. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
9. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
10. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
11. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
12. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
13. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
14. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
15. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
16. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
17. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
18. BSRI Imagen Prototípica Hombre	1 2 3 4 5 6 7
1. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
2. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
3. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
4. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
5. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
6. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
7. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
8. BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7

9.	BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
10.	BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
11.	BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
12.	BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
13.	BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
14.	BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
15.	BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
16.	BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
17.	BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
18.	BSRI Imagen Prototípica Mujer	1 2 3 4 5 6 7
1.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
2.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
3.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
4.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
5.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
6.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
7.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
8.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
9.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
10.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
11.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
12.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
13.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
14.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
15.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
16.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
17.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
18.	BSRI Imagen de si mismo	1 2 3 4 5 6 7
BemFem (Hombres)		
BemMas (Hombres)		
BemFem (Mujeres)		
BemMas (Mujeres)		
BemFem (Imagen de si)		
BemMas (Imagen de si)		

OCTAVA PRÁCTICA: Encuesta intercambio cultural

Cuestionarios Auto-aplicación

Colectivismo/Individualismo, Alta/Baja Distancia al Poder,
Masculinidad/Femineidad Cultural y Alta/Baja Evitación de la Incertidumbre

El siguiente ejercicio sirve para que:

- Entiendas los conceptos de **Colectivismo/Individualismo, Alta/Baja Distancia al Poder, Masculinidad/Femineidad Cultural y Alta/Baja Evitación de la Incertidumbre**;
- Autoevalúes tu nivel en estas dimensiones. No hay respuestas buenas ni malas. Intenta ser lo más espontáneo y honesto en tus respuestas.

Responda a cada frase indicando el grado en que cree que los valores reflejados en ella **son importantes para tí y para la persona media de tu cultura**.

Si cree que el contenido de **la frase es opuesto** a sus valores o a los de la persona media, ponga **1**, si **No es importante**, ponga **2**, si es **Algo Importante**, ponga **3**, si es **Importante**, ponga **4** y si es **Muy Importante** ponga **5**.

	<i>Opinión Personal</i>	<i>Media Grupo Personal</i>
1. Obtener Placer y Gratificaciones	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
2. Preservar el Bienestar de los Otros	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
3. Tener éxito en demostrar mis competencias individuales	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
4. Ser independiente en mi forma de pensar y actuar	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
5. Obtener seguridad y estabilidad para los miembros de mi grupo	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
6. Obtener Status y Prestigio	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
7. Preservar la Harmonía en mis relaciones con los Otros	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
8. Tener una vida excitante y llena de desafíos, de pruebas que enfrentar y ganar	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
9. Aceptar y asumir las tradiciones culturales	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
10. Ser reconocido por mi trabajo individual	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
11. Evitar la violación de normas culturales	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
12. Vivir en una sociedad estable, segura	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
13. Ser amable, bien educado	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
14. Vivir una vida confortable	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
15. Ser autocontrolado, equilibrado	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
16. Ser ambicioso	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
17. Ser capaz de elegir lo que se quiere hacer	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
18. Ser modesto	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
19. Evitar las contradicciones, inconsistencias	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
20. Tener certezas ideológicas y científicas, conocer la verdad	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

Comunicación Indirecta, de Valoración de la Comunicación Verbal, de Comunicación Deferente y de Comunicación vinculada a la Tolerancia a la Incertidumbre

El siguiente ejercicio sirve para que:

- Entiendas los conceptos de Comunicación Indirecta, de Valoración de la Comunicación Verbal, de Comunicación Deferente y de Comunicación vinculada a la Tolerancia a la Incertidumbre;
- Pongas en relación estilos comunicativos y Dimensiones Culturales de Alto/Bajo Contexto Comunicativo, Colectivismo/Individualismo, Alta/Baja Distancia al Poder y Alta/Baja Evitación de la Incertidumbre;
- Autoevalúes tu nivel en estas dimensiones de comunicación. No hay respuestas buenas ni malas. Intenta ser lo más espontáneo y honesto en tus respuestas.

Responda a cada frase indicando el grado en cree que esta se aplica **a tu persona o forma de ser, a tus opiniones**.

Si **Nunca experimenta** el contenido de la frase, ponga **1**, si lo hace **Casi Nunca**, ponga **2**, si lo ocurre **A Veces**, ponga **3**, si le ocurre **Casi Siempre**, ponga **4** y si experimenta **Siempre** el contenido de la frase ponga **5**.

1. Me gusta mucho hablar y compartir en situaciones sociales.	1 2 3 4 5
2. No hablo cuando no tengo nada importante que decir.	1 2 3 4 5
3. Pienso que las personas que hablan poco son aburridas y poco interesantes.	1 2 3 4 5
4. No me gusta la cháchara banal e insustancial (hablar del tiempo, fútbol, etc.).	1 2 3 4 5
5. Cuando otras personas manifiestan una opinión contraria a la mía o estoy en desacuerdo, lo manifiesto abiertamente, de forma emocional (hablando fuerte y cargado afectivamente).	1 2 3 4 5
6. Espero que los otros infieran o sepan deducir mi opinión sin que yo tenga que decírsela directamente.	1 2 3 4 5
7. Voy directo al grano cuando hablo con las personas.	1 2 3 4 5
8. Uso expresiones que matizan lo que digo (p.e. uso "puede ser", "quizás") cuando hablo	1 2 3 4 5
9. Me oriento o focaliza más en darme cuenta de lo que las personas no dicen o dejan de decir, que en lo que explícitamente dicen.	1 2 3 4 5
10. Uso formas de cortesía y rituales de saludo cuando hablo con personas que conozco poco o extranjeros.	1 2 3 4 5
11. Delante de personas mayores o de mayor status, utilizo generalmente frases de cortesía y un trato deferente (los trato de Ud.,etc.).	1 2 3 4 5
12. Cuando recibo una orden de una persona de mayor status, generalmente pido que se me explique porque hay que actuar como se dice.	1 2 3 4 5

Similitud percibida y comunicativa

El siguiente ejercicio sirve para que:

- Entiendas el concepto de similitud percibida;
- Autoevalúes tu nivel de similitud comunicativa.

No hay respuestas buenas ni malas. Intenta ser lo más espontáneo y honesto en tus respuestas.

Evalúe el grado de similitud o parecido que siente cuando comunica con personas de otro país o cultura.

Elija el país o grupo cultural con el que trabaja o trabajara más frecuentemente.

Piense en una persona típica del grupo de otro país. Ponga el nombre del país.....

Piense en una persona típica de su propio país. Ponga el nombre del país.....

Responda a cada frase indicando el grado en cree que esta se aplica cuando comunica con la persona de su propio país o grupo cultural y cuando comunica con una persona del otro país o grupo cultural. Si **Nunca** experimenta el contenido de la frase, ponga **1**, si lo hace **Casi Nunca**, ponga **2**, si lo ocurre **A Veces**, ponga **3**, si le ocurre **Casi Siempre**, ponga **4** y si experimenta **Siempre** el contenido de la frase ponga **5**.

	<i>Persona de otro grupo</i>	<i>Persona de su grupo</i>
1. Percibo que... y yo tenemos estilos de vida similares (normas de conductas, opiniones, creencias, actitudes y valores)	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
2. Creo que...y yo tenemos formas diferentes de contar bromas, anécdotas e historias	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
3. Creo que.... y yo enfrentamos o manejamos los conflictos y discusiones de forma similar o parecida	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
4. Creo que...y yo tenemos formas diferentes de apoyarnos, consolarnos, de dar apoyo y comprensión	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
5. Creo que.... y yo tratamos de convencernos, persuadirnos, de argumentar para cambiar nuestras opiniones de forma similar o parecida	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

Incertidumbre percibida y comunicativa

El siguiente ejercicio sirve para que:

- Entiendas el concepto de incertidumbre;
- Autoevalúes tu nivel de incertidumbre comunicativa. No hay respuestas buenas ni malas. Intenta ser lo más espontáneo y honesto en tus respuestas.

Evalúe la Incertidumbre que siente cuando comunica con personas de otro país o cultura.

Elija el país o grupo cultural con el que trabaja o trabajara más frecuentemente.

Piense en una persona típica del grupo de otro país. Ponga el nombre del país.....

Piense en una persona típica de su propio país. Ponga el nombre del país.....

Responda a cada frase indicando el grado en cree que esta se aplica cuando comunica con la persona de su propio país o grupo cultural y cuando comunica con una persona del otro país o grupo cultural. Si **Nunca** experimenta el contenido de la frase, ponga **1**, si lo hace **Casi Nunca**, ponga **2**, si lo ocurre **A Veces**, ponga **3**, si le ocurre **Casi Siempre**, ponga **4** y si experimenta **Siempre** el contenido de la frase ponga **5**.

	<i>Persona de otro grupo</i>	<i>Persona de su grupo</i>
1. No me siento seguro cuando hablo con....	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
2. Puedo interpretar, entender el sentido de la conducta de...cuando hablamos	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
3. Puedo explicar porque....actúa como lo hace cuando comunicamos o hablamos	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
4. No soy capaz de entender a...cuando me habla	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
5. Puedo comprender la conducta de... cuando nos comunicamos o hablamos. Puedo comprender, asumir el significado, de lo que....hace cuando hablamos	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
6. No soy capaz de predecir como va a actuar....cuando interactuamos y hablamos	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

Ansiedad percibida y comunicativa

El siguiente ejercicio sirve para que:

- Entiendas el concepto de ansiedad comunicativa;
- Autoevalúes tu nivel de incertidumbre comunicativa.

No hay respuestas buenas ni malas. Intenta ser lo más espontáneo y honesto en tus respuestas.

Evalúe la Ansiedad que siente cuando comunica con personas de otro país o cultura.

Elija el país o grupo cultural con el que trabaja o trabajara más frecuentemente.

Piense en una persona típica del grupo de otro país. Ponga el nombre del país.....

Piense en una persona típica de su propio país. Ponga el nombre del país.....

Responda a cada frase indicando el grado en cree que esta se aplica cuando comunica con la persona de su propio país o grupo cultural y cuando comunica con una persona del otro país o grupo cultural. Si **Nunca** experimenta el contenido de la frase, ponga **1**, si lo hace **Casi Nunca**, ponga **2**, si lo ocurre **A Veces**, ponga **3**, si le ocurre **Casi Siempre**, ponga **4** y si experimenta **Siempre** el contenido de la frase ponga **5**.

	<i>Persona de otro grupo</i>	<i>Persona de su grupo</i>
1. Me siento tranquilo cuando hablo con....	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
2. Me siento frustrado cuando hablo con....	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
3. Me siento inseguro cuando comunicamos o hablamos con...	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
4. No me altero, no me siento tenso cuando.... me habla	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
5. Me siento ansioso, nervioso cuando nos comunicamos o hablamos con...	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
6. Me siento relajado cuando interactuamos y hablamos con....	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

Concepto de Meta-cognición comunicativa y de tolerancia a la ambigüedad

El siguiente ejercicio sirve para que:

- Entiendas el concepto de Meta-cognición comunicativa y de Tolerancia a la ambigüedad;
- Autoevalúes tu nivel de Metacognición comunicativa y de Tolerancia a la ambigüedad.

No hay respuestas buenas ni malas. Intenta ser lo más espontáneo y honesto en tus respuestas.

Evalúe **lo que siente** cuando comunica con personas poco conocidas o de otro grupo cultural.

Indica el grupo cultural o persona poco conocida a la que te refieres:.....

Responda a cada frase indicando el grado en cree que esta se aplica cuando comunica con una persona. Si **Nunca experimenta** el contenido de la frase, ponga **1**, si lo hace **Casi Nunca**, ponga **2**, si lo ocurre **A Veces**, ponga **3**, si le ocurre **Casi Siempre**, ponga **4** y si experimenta **Siempre** el contenido de la frase ponga **5**.

1. Pienso en como voy a quedar ante la otra persona, que imagen le voy a dar, cuando hablo con ella.	1 2 3 4 5
2. Me doy cuenta, reconozco, cuando la persona con la que hablo tiene un punto de vista diferente al mío.	1 2 3 4 5
3. Soy capaz de describir con detalle a las personas con las que hablo	1 2 3 4 5
4. Me cuesta mucho decir o darme cuenta si las otras personas me han entendido o	1 2 3 4 5
5. Me siento incomodo ante situaciones nuevas, que no conozco	1 2 3 4 5
6. Me siento tranquilo cuando tengo que resolver problemas o trabajar con tareas sobre las que no tengo toda la información necesaria	1 2 3 4 5
7. Me siento ansioso en situaciones en las que no estoy seguro que es lo que hay que hacer como hay que actuar	1 2 3 4 5
8. Me siento bien en situaciones en las que no hay reglas claras o normas que indiquen como hay que actuar	1 2 3 4 5

Empatía comunicativa, Habilidad de Adaptación y Habilidad Predictiva

El siguiente ejercicio sirve para que:

- Entiendas el concepto de Empatía comunicativa, Habilidad de Adaptación y Habilidad Predictiva;
- Autoevalúes tu nivel de Empatía comunicativa, Habilidad de Adaptación y Habilidad Predictiva.

No hay respuestas buenas ni malas. Intenta ser lo más espontáneo y honesto en tus respuestas.

Evalúe lo que siente cuando comunica con personas poco conocidas o de otro grupo cultural – si es pertinente para la pregunta. Indica el grupo cultural o persona poco conocida a la que te refieres:.....

Responda a cada frase indicando el grado en cree que esta se aplica cuando comunica con una persona. Si **Nunca experimenta** el contenido de la frase, ponga **1**, si lo hace **Casi Nunca**, ponga **2**, si lo ocurre **A Veces**, ponga **3**, si le ocurre **Casi Siempre**, ponga **4** y si experimenta **Siempre** el contenido de la frase ponga **5**.

1. Puedo "sintonizar" con las emociones que sienten las personas con las que hablo	1 2 3 4 5
2. Cuando intento saber como siente la persona con la que hablo, me imagino como me sentiría yo en su situación	1 2 3 4 5
3. Soy capaz de describir o saber que emociones sienten las personas con las que hablo sin que ellas me lo digan explícitamente	1 2 3 4 5
4. No logro saber o entender lo que están pensando las personas con las que hablo	1 2 3 4 5
5. Utilizo la misma forma de gesticular y expresarme no verbalmente con todas las personas con las que hablo	1 2 3 4 5
6. Soy capaz de cambiar las maneras o formas con las que me expreso y presento ante las personas con las que hablo	1 2 3 4 5
7. Tiendo a utilizar el mismo estilo de hablar todo el tiempo	1 2 3 4 5
8. Me expreso y hablo de forma diferente ante los conocidos y los amigos íntimos	1 2 3 4 5
9. Soy incapaz de predecir o prever como va a actuar la persona con la que interactuo o hablo si tenemos un desacuerdo o discusión	1 2 3 4 5
10. Soy capaz de interpretar, entender de manera exacta o precisa los mensajes que recibo de personas con las que hablo	1 2 3 4 5
11. Soy capaz de describir con certeza y precisión la conducta de la persona con la que hablo	1 2 3 4 5
12. No soy capaz de explicar porque las otras personas malinterpretan lo que yo digo o los mensajes que les quiero transmitir	1 2 3 4 5

Cuestionarios Hetero-aplicación

Colectivismo/Individualismo, Alta/Baja Distancia al Poder, Masculinidad/Femineidad Cultural y Alta/Baja Evitación de la Incertidumbre

El siguiente ejercicio sirve para que:

- c) Entiendas los conceptos de **Colectivismo/Individualismo, Alta/Baja Distancia al Poder, Masculinidad/Femineidad Cultural y Alta/Baja Evitación de la Incertidumbre**;
- d) Autoevalúes tu nivel en estas dimensiones. No hay respuestas buenas ni malas. Intenta ser lo más espontáneo y honesto en tus respuestas.

Responda a cada frase indicando el grado en que cree que los valores reflejados en ella **son importantes para tí y para la persona media de tu cultura**.

Si cree que el contenido de **la frase es opuesto** a sus valores o a los de la persona media, ponga **1**, si **No es importante**, ponga **2**, si es **Algo Importante**, ponga **3**, si es **Importante**, ponga **4** y si es **Muy Importante** ponga **5**.

	<i>Opinión Personal</i>	<i>Media Grupo Personal</i>
1. Obtener Placer y Gratificaciones	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
2. Preservar el Bienestar de los Otros	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
3. Tener éxito en demostrar mis competencias individuales	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
4. Ser independiente en mi forma de pensar y actuar	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
5. Obtener seguridad y estabilidad para los miembros de mi grupo	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
6. Obtener Status y Prestigio	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
7. Preservar la Harmonía en mis relaciones con los Otros	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
8. Tener una vida excitante y llena de desafíos, de pruebas que enfrentar y ganar	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
9. Aceptar y asumir las tradiciones culturales	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
10. Ser reconocido por mi trabajo individual	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
11. Evitar la violación de normas culturales	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
12. Vivir en una sociedad estable, segura	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
13. Ser amable, bien educado	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
14. Vivir una vida confortable	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
15. Ser autocontrolado, equilibrado	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
16. Ser ambicioso	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
17. Ser capaz de elegir lo que se quiere hacer	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
18. Ser modesto	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
19. Evitar las contradicciones, inconsistencias	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
20. Tener certezas ideológicas y científicas, conocer la verdad	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

Comunicación Indirecta, de Valoración de la Comunicación Verbal, de Comunicación Deferente y de Comunicación vinculada a la Tolerancia a la Incertidumbre

El siguiente ejercicio sirve para que:

- d) Entiendas los conceptos de Comunicación Indirecta, de Valoración de la Comunicación Verbal, de Comunicación Deferente y de Comunicación vinculada a la Tolerancia a la Incertidumbre;
- e) Pongas en relación estilos comunicativos y Dimensiones Culturales de Alto/Bajo Contexto Comunicativo, Colectivismo/Individualismo, Alta/Baja Distancia al Poder y Alta/Baja Evitación de la Incertidumbre;
- f) Autoevalúes tu nivel en estas dimensiones de comunicación. No hay respuestas buenas ni malas. Intenta ser lo más espontáneo y honesto en tus respuestas.

Responda a cada frase indicando el grado en cree que esta se aplica **a tu persona o forma de ser, a tus opiniones**.

Si **Nunca experimenta** el contenido de la frase, ponga **1**, si lo hace **Casi Nunca**, ponga **2**, si lo ocurre **A Veces**, ponga **3**, si le ocurre **Casi Siempre**, ponga **4** y si experimenta **Siempre** el contenido de la frase ponga **5**.

1. Me gusta mucho hablar y compartir en situaciones sociales.	1 2 3 4 5
2. No hablo cuando no tengo nada importante que decir.	1 2 3 4 5
3. Pienso que las personas que hablan poco son aburridas y poco interesantes.	1 2 3 4 5
4. No me gusta la cháchara banal e insustancial (hablar del tiempo, fútbol, etc.).	1 2 3 4 5
5. Cuando otras personas manifiestan una opinión contraria a la mía o estoy en desacuerdo, lo manifiesto abiertamente, de forma emocional (hablando fuerte y cargado afectivamente).	1 2 3 4 5
6. Espero que los otros infieran o sepan deducir mi opinión sin que yo tenga que decírsela directamente.	1 2 3 4 5
7. Voy directo al grano cuando hablo con las personas.	1 2 3 4 5
8. Uso expresiones que matizan lo que digo (p.e. uso "puede ser", "quizás") cuando hablo	1 2 3 4 5
9. Me oriento o focaliza más en darme cuenta de lo que las personas no dicen o dejan de decir, que en lo que explícitamente dicen.	1 2 3 4 5
10. Uso formas de cortesía y rituales de saludo cuando hablo con personas que conozco poco o extranjeros.	1 2 3 4 5
11. Delante de personas mayores o de mayor status, utilizo generalmente frases de cortesía y un trato deferente (los trato de Ud.,etc.).	1 2 3 4 5
12. Cuando recibo una orden de una persona de mayor status, generalmente pido que se me explique porque hay que actuar como se dice.	1 2 3 4 5

Similitud percibida y comunicativa

El siguiente ejercicio sirve para que:

- c) Entiendas el concepto de similitud percibida;
- d) Autoevalúes tu nivel de similitud comunicativa.

No hay respuestas buenas ni malas. Intenta ser lo más espontáneo y honesto en tus respuestas.

Evalúe el grado de similitud o parecido que siente cuando comunica con personas de otro país o cultura.

Elija el país o grupo cultural con el que trabaja o trabajara más frecuentemente.

Piense en una persona típica del grupo de otro país. Ponga el nombre del país.....

Piense en una persona típica de su propio país. Ponga el nombre del país.....

Responda a cada frase indicando el grado en cree que esta se aplica cuando comunica con la persona de su propio país o grupo cultural y cuando comunica con una persona del otro país o grupo cultural. Si **Nunca** experimenta el contenido de la frase, ponga **1**, si lo hace **Casi Nunca**, ponga **2**, si lo ocurre **A Veces**, ponga **3**, si le ocurre **Casi Siempre**, ponga **4** y si experimenta **Siempre** el contenido de la frase ponga **5**.

	<i>Persona de otro grupo</i>	<i>Persona de su grupo</i>
1. Percibo que... y yo tenemos estilos de vida similares (normas de conductas, opiniones, creencias, actitudes y valores)	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
2. Creo que...y yo tenemos formas diferentes de contar bromas, anécdotas e historias	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
3. Creo que.... y yo enfrentamos o manejamos los conflictos y discusiones de forma similar o parecida	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
4. Creo que...y yo tenemos formas diferentes de apoyarnos, consolarnos, de dar apoyo y comprensión	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
5. Creo que.... y yo tratamos de convencernos, persuadirnos, de argumentar para cambiar nuestras opiniones de forma similar o parecida	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

Incertidumbre percibida y comunicativa

El siguiente ejercicio sirve para que:

- c) Entiendas el concepto de incertidumbre;
- d) Autoevalúes tu nivel de incertidumbre comunicativa. No hay respuestas buenas ni malas. Intenta ser lo más espontáneo y honesto en tus respuestas.

Evalúe la Incertidumbre que siente cuando comunica con personas de otro país o cultura.

Elija el país o grupo cultural con el que trabaja o trabajara más frecuentemente.

Piense en una persona típica del grupo de otro país. Ponga el nombre del país.....

Piense en una persona típica de su propio país. Ponga el nombre del país.....

Responda a cada frase indicando el grado en cree que esta se aplica cuando comunica con la persona de su propio país o grupo cultural y cuando comunica con una persona del otro país o grupo cultural. Si **Nunca** experimenta el contenido de la frase, ponga **1**, si lo hace **Casi Nunca**, ponga **2**, si lo ocurre **A Veces**, ponga **3**, si le ocurre **Casi Siempre**, ponga **4** y si experimenta **Siempre** el contenido de la frase ponga **5**.

	<i>Persona de otro grupo</i>	<i>Persona de su grupo</i>
1. No me siento seguro cuando hablo con....	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
2. Puedo interpretar, entender el sentido de la conducta de...cuando hablamos	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
3. Puedo explicar porque....actúa como lo hace cuando comunicamos o hablamos	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
4. No soy capaz de entender a...cuando me habla	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
5. Puedo comprender la conducta de... cuando nos comunicamos o hablamos. Puedo comprender, asumir el significado, de lo que....hace cuando hablamos	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
6. No soy capaz de predecir como va a actuar....cuando interactuamos y hablamos	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

Ansiedad percibida y comunicativa

El siguiente ejercicio sirve para que:

- c) Entiendas el concepto de ansiedad comunicativa;
- d) Autoevalúes tu nivel de incertidumbre comunicativa.

No hay respuestas buenas ni malas. Intenta ser lo más espontáneo y honesto en tus respuestas.

Evalúe la Ansiedad que siente cuando comunica con personas de otro país o cultura.

Elija el país o grupo cultural con el que trabaja o trabajara más frecuentemente.

Piense en una persona típica del grupo de otro país. Ponga el nombre del país.....

Piense en una persona típica de su propio país. Ponga el nombre del país.....

Responda a cada frase indicando el grado en cree que esta se aplica cuando comunica con la persona de su propio país o grupo cultural y cuando comunica con una persona del otro país o grupo cultural. Si **Nunca** experimenta el contenido de la frase, ponga **1**, si lo hace **Casi Nunca**, ponga **2**, si lo ocurre **A Veces**, ponga **3**, si le ocurre **Casi Siempre**, ponga **4** y si experimenta **Siempre** el contenido de la frase ponga **5**.

	<i>Persona de otro grupo</i>	<i>Persona de su grupo</i>
1. Me siento tranquilo cuando hablo con....	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
2. Me siento frustrado cuando hablo con....	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
3. Me siento inseguro cuando comunicamos o hablamos con...	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
4. No me altero, no me siento tenso cuando.... me habla	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
5. Me siento ansioso, nervioso cuando nos comunicamos o hablamos con...	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
6. Me siento relajado cuando interactuamos y hablamos con....	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

Concepto de Meta-cognición comunicativa y de tolerancia a la ambigüedad

El siguiente ejercicio sirve para que:

- c) Entiendas el concepto de Meta-cognición comunicativa y de Tolerancia a la ambigüedad;
- d) Autoevalúes tu nivel de Metacognición comunicativa y de Tolerancia a la ambigüedad.

No hay respuestas buenas ni malas. Intenta ser lo más espontáneo y honesto en tus respuestas.

Evalúe **lo que siente** cuando comunica con personas poco conocidas o de otro grupo cultural.

Indica el grupo cultural o persona poco conocida a la que te refieres:.....

Responda a cada frase indicando el grado en cree que esta se aplica cuando comunica con una persona. Si **Nunca experimenta** el contenido de la frase, ponga **1**, si lo hace **Casi Nunca**, ponga **2**, si lo ocurre **A Veces**, ponga **3**, si le ocurre **Casi Siempre**, ponga **4** y si experimenta **Siempre** el contenido de la frase ponga **5**.

1. Pienso en como voy a quedar ante la otra persona, que imagen le voy a dar, cuando hablo con ella.	1 2 3 4 5
2. Me doy cuenta, reconozco, cuando la persona con la que hablo tiene un punto de vista diferente al mío.	1 2 3 4 5
3. Soy capaz de describir con detalle a las personas con las que hablo	1 2 3 4 5
4. Me cuesta mucho decir o darme cuenta si las otras personas me han entendido o	1 2 3 4 5
5. Me siento incomodo ante situaciones nuevas, que no conozco	1 2 3 4 5
6. Me siento tranquilo cuando tengo que resolver problemas o trabajar con tareas sobre las que no tengo toda la información necesaria	1 2 3 4 5
7. Me siento ansioso en situaciones en las que no estoy seguro que es lo que hay que hacer como hay que actuar	1 2 3 4 5
8. Me siento bien en situaciones en las que no hay reglas claras o normas que indiquen como hay que actuar	1 2 3 4 5

Empatía comunicativa, Habilidad de Adaptación y Habilidad Predictiva

El siguiente ejercicio sirve para que:

- c) Entiendas el concepto de Empatía comunicativa, Habilidad de Adaptación y Habilidad Predictiva;
- d) Autoevalúes tu nivel de Empatía comunicativa, Habilidad de Adaptación y Habilidad Predictiva.

No hay respuestas buenas ni malas. Intenta ser lo más espontáneo y honesto en tus respuestas.

Evalúe lo que siente cuando comunica con personas poco conocidas o de otro grupo cultural – si es pertinente para la pregunta. Indica el grupo cultural o persona poco conocida a la que te refieres:.....

Responda a cada frase indicando el grado en cree que esta se aplica cuando comunica con una persona. Si **Nunca experimenta** el contenido de la frase, ponga **1**, si lo hace **Casi Nunca**, ponga **2**, si lo ocurre **A Veces**, ponga **3**, si le ocurre **Casi Siempre**, ponga **4** y si experimenta **Siempre** el contenido de la frase ponga **5**.

1. Puedo "sintonizar" con las emociones que sienten las personas con las que hablo	1 2 3 4 5
2. Cuando intento saber como siente la persona con la que hablo, me imagino como me sentiría yo en su situación	1 2 3 4 5
3. Soy capaz de describir o saber que emociones sienten las personas con las que hablo sin que ellas me lo digan explícitamente	1 2 3 4 5
4. No logro saber o entender lo que están pensando las personas con las que hablo	1 2 3 4 5
5. Utilizo la misma forma de gesticular y expresarme no verbalmente con todas las personas con las que hablo	1 2 3 4 5
6. Soy capaz de cambiar las maneras o formas con las que me expreso y presento ante las personas con las que hablo	1 2 3 4 5
7. Tiendo a utilizar el mismo estilo de hablar todo el tiempo	1 2 3 4 5
8. Me expreso y hablo de forma diferente ante los conocidos y los amigos íntimos	1 2 3 4 5
9. Soy incapaz de predecir o prever como va a actuar la persona con la que interactuo o hablo si tenemos un desacuerdo o discusión	1 2 3 4 5
10. Soy capaz de interpretar, entender de manera exacta o precisa los mensajes que recibo de personas con las que hablo	1 2 3 4 5
11. Soy capaz de describir con certeza y precisión la conducta de la persona con la que hablo	1 2 3 4 5
12. No soy capaz de explicar porque las otras personas malinterpretan lo que yo digo o los mensajes que les quiero transmitir	1 2 3 4 5