

INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA PAREJA

El presente trabajo de reflexión es muy útil para “poner a prueba” -y al mismo tiempo incrementar- su identificación con su pareja. Si cada uno de ustedes responde individualmente a las siguientes preguntas y luego comparan sus respuestas, puede hacerse una idea bastante clara sobre si está o no próximo a comprender lo que siente su compañero/a.

PROCEDA ASI: *Sobre una hoja en blanco, escriba el número de la pregunta y a continuación la respuesta. No repita la pregunta. Una vez finalizado, intercambie su hoja de respuestas con la de su pareja y analicen juntos cada respuesta. La respuesta 1 de su hoja, debe compararse con la respuesta 2 de su pareja, la 3 con la 4, la 5 con la 6 y así sucesivamente. Luego compare la respuesta 1 de su pareja con la 2 suya, la 3 con la 4, la 5 con la 6 y así sucesivamente. Cuanto más se asemejen las respuestas, mayor será la identificación entre ustedes.*

1. ¿Qué le hace feliz en su relación de pareja?
2. ¿Qué cree usted que le hace feliz a su compañero/a en su relación de pareja?
3. ¿Qué le agrada a usted compartir con su pareja?
4. ¿Qué cree usted que le agrada a su pareja compartir con usted?
5. ¿Qué es lo que prefiere usted no compartir con su pareja?
6. ¿Qué cree que su pareja no quiere compartir con usted?
7. Me sentiría más feliz si mi pareja...
8. Mi pareja se sentiría más feliz si yo...
9. Me sentiría más feliz si mi pareja no...
10. Mi pareja se sentiría más feliz si yo no...
11. Imagínesse a usted mismo dentro de cinco años. Describa el lugar en que le gustaría estar viviendo, las personas que le agradaría tratar y las cosas que desearía hacer.
12. Imagínesse a su pareja dentro de cinco años. Describa el lugar que supone a él o a ella le gustaría estar viviendo, las personas que a él o a ella le agradaría tratar y las cosas que él o ella desearía hacer.