

APÉNDICE C
ESCALA DE AJUSTE DIÁDICO

Nombre: _____

La mayoría de las personas tienen desacuerdos con sus relaciones. Por favor indique a continuación la medida o extensión apropiada del acuerdo o desacuerdo entre usted y su pareja para cada reactivo de la siguiente lista:

- 5=Siempre estamos de acuerdo
- 4=Casi siempre estamos de acuerdo
- 3=Ocasionalmente estamos de acuerdo
- 2=Frecuentemente estamos de acuerdo
- 1=Casi siempre estamos en desacuerdo
- 0=Siempre estamos en desacuerdo

- ___1. El manejo de las finanzas familiares
- ___2. Cuestiones de entretenimiento
- ___3. Asuntos religiosos
- ___4. Demostración de afecto
- ___5. Amigos
- ___6. Relaciones sexuales
- ___7. Convencionalidad (conducta correcta o propia)
- ___8. Filosofía de la vida
- ___9. Manera de enfrentar las normas internas
- ___10. Objetivos, metas y cosas consideradas importantes
- ___11. Cantidad de tiempo que pasan juntos
- ___12. Toma de decisiones importantes
- ___13. Tareas del hogar
- ___14. Intereses de tiempo libre
- ___15. Decisiones de carrera

Por favor indique a continuación la frecuencia aproximada con que las siguientes cosas ocurren entre usted y su pareja.

- 0=Todo el tiempo
- 1=La mayor parte del tiempo
- 2=Más bien frecuentemente
- 3=Ocasionalmente
- 4=Rara vez
- 5=Nunca

- ___16. ¿Con qué frecuencia discuten acerca o han considerado el divorcio, la separación o la terminación de la relación?
- ___17. ¿Con qué frecuencia usted o su pareja abandonan la casa después de una pelea?

- ___18. En general ¿Con qué frecuencia piensa que las cosas entre usted y su pareja van bien?
- ___19. ¿Le hace confidencias a su compañero?
- ___20. ¿Alguna vez se ha sentido arrepentido por haberse casado?
- ___21. ¿Con qué frecuencia pelean usted y su pareja?
- ___22. ¿Con qué frecuencia hace cada uno que el otro se desespere?

23. ¿Besa usted a su compañero?

Todos los días	Casi todos los días	Ocasionalmente	Rara vez	Nunca
4	3	2	1	0

24. ¿Se involucran juntos en intereses externos?

En todos ellos	En la mayoría	En algunos	En muy pocos	En ninguno
4	3	2	1	0

¿Con qué frecuencia diría usted que los siguientes eventos ocurren entre usted y su compañero?

- 0=Nunca
 1=Menos de una vez al mes
 2=Una o dos veces al mes
 3=Una o dos veces por semana
 4=Una vez al día
 5=Con mayor frecuencia

- ___25. Tienen un estimulante intercambio de ideas
- ___26. Se ríen juntos
- ___27. Discuten las cosas con calma
- ___28. Trabajan juntos en un proyecto

Hay algunas cosas acerca de las cuales las parejas a veces están de acuerdo y a veces en desacuerdo. Indique si cualquiera de los reactivos que se presentan a continuación fue causa de diferencias de opiniones o problemas en su relación durante las últimas semanas (Circule Sí o No).

- SI NO 29. Estar demasiado cansados para el sexo.
 SI NO 30. No demostrar amor.

31. Los números en la siguiente línea presentan diferentes grados de felicidad en su relación. El punto medio, "feliz", representa el grado de felicidad de la mayoría de las relaciones. Por favor, circule el número que mejor describa, considerándolo todo, el grado de felicidad de su relación. El 0 indica extrema infelicidad, y el 6 una relación perfecta.

0	1	2	3	4	5	6
Bastante infeliz		Un poco feliz	Feliz		Muy feliz	Extremadamente feliz

32. Por favor, circule el número de una de las siguientes afirmaciones, de la que mejor describa como se siente acerca del futuro de su relación.

- 5 Deseo con desesperación que mi relación tenga éxito y llegaría hasta casi cualquier extremo para asegurarme de que así sea.
- 4 Deseo mucho que mi relación tenga éxito y haré todo lo que pueda para asegurarme de que así sea.
- 3 Deseo mucho que mi relación tenga éxito y pondré de mi parte para que así sea.
- 2 Sería bueno que tuviera éxito, pero no puedo hacer mucho más de lo que estoy haciendo para que mi relación tenga éxito.
- 1 Sería bueno que mi relación tuviera éxito pero me rehúso a hacer nada más de lo que ya estoy haciendo para que la relación siga funcionando.
- 0 Mi relación jamás tendrá éxito, y ya nada puedo hacer para que siga funcionando.