TUS RESPUESTAS. TU PERSPECTIVA.

Compatibilidad

Reflexión personal cotidiana

Ejemplo completamente ficticio. Los valores ilustran un informe y no dicen nada sobre ti.

RESPONDIDAS: 30 / 30 | 6 ÁREAS DEL PERFIL

1

Valores

En «Valores», tus respuestas muestran mayor acuerdo con las afirmaciones de este ámbito. Describe si, desde tu perspectiva, prioridades y criterios importantes conviven. Diferencias no implican automáticamente incompatibilidad. Este patrón destaca en tus respuestas; no es una comparación con otras personas.

2

Comunicación

En «Comunicación», tus respuestas muestran mayor acuerdo con las afirmaciones de este ámbito. Trata de sentirte escuchado y comprendido. No evalúa objetivamente la habilidad comunicativa de ninguna persona. Este patrón destaca en tus respuestas; no es una comparación con otras personas. Algunas respuestas difieren notablemente de esta dirección.

3

Las respuestas individuales importan

Comunicación: Las respuestas puntuadas van de 2 a 5/5 (preguntas 9 & 10).

Tu primer pequeño paso

Elige un momento habitual al hablar. ¿Qué quieres expresar mejor y cómo sabrás si se entendió?

02 / TU INFORME

Tu perfil de un vistazo

Cada punto muestra el promedio de un área de 1 a 5. Solo se comparan tus propias respuestas.



Cómo leer el gráfico

1 = acuerdo bajo, 3 = intermedio, 5 = alto en la dirección puntuada. Más alto no es siempre mejor. El centro no es el promedio de otras personas; pequeñas diferencias pueden no ser significativas.

No se muestra valor si se responde menos del 80 % del área. Es una regla para datos incompletos, no un umbral de rendimiento o salud.

03 / TU INFORME

Relacionar tus respuestas

Observaciones de tus respuestas, no características fijas.

Muestra dónde percibes coincidencia o coordinación pendiente. Una sola perspectiva no da un porcentaje de compatibilidad, juzga al otro ni predice el futuro.

Tu resultado en palabras

Valores: En «Valores», tus respuestas muestran mayor acuerdo con las afirmaciones de este ámbito. Describe si, desde tu perspectiva, prioridades y criterios importantes conviven. Diferencias no implican automáticamente incompatibilidad. Este patrón destaca en tus respuestas; no es una comparación con otras personas.

Comunicación: En «Comunicación», tus respuestas muestran mayor acuerdo con las afirmaciones de este ámbito. Trata de sentirte escuchado y comprendido. No evalúa objetivamente la habilidad comunicativa de ninguna persona. Este patrón destaca en tus respuestas; no es una comparación con otras personas.

Comunicación: una mirada más cercana

El promedio reúne respuestas diferentes. Estas dos preguntas muestran por qué un número no refleja por sí solo toda tu perspectiva:

Pregunta 9: Después de una conversación importante, normalmente sé qué hemos acordado. | Más bien falso

Pregunta 10: Dejo temas importantes sin hablar porque no encuentro una manera adecuada de abordarlos. | Nada cierto

Piensa en una situación cotidiana posible

Elige un momento habitual al hablar. ¿Qué quieres expresar mejor y cómo sabrás si se entendió?

04 / TU INFORME

Valores

Sigue tus respuestas y relaciónalas con situaciones cotidianas.

Describe si, desde tu perspectiva, prioridades y criterios importantes conviven. Diferencias no implican automáticamente incompatibilidad.

Tu valor de respuesta **4.2 / 5**



1 5 / 5 respondidas 5

Qué significa en la práctica

En «Valores», tus respuestas muestran mayor acuerdo con las afirmaciones de este ámbito. Describe si, desde tu perspectiva, prioridades y criterios importantes conviven. Diferencias no implican automáticamente incompatibilidad. Este patrón destaca en tus respuestas; no es una comparación con otras personas.

Dirección de la escala: menor coincidencia percibida en valores / mayor coincidencia percibida en valores.

Dos respuestas concretas

Pregunta 3: Reconozco valores importantes para mí en nuestras decisiones compartidas.

Tu respuesta: En parte cierto

Pregunta 5: A menudo debo dejar de lado un valor personal importante para ponernos de acuerdo.

Tu respuesta: Nada cierto (puntuación invertida en el cálculo)

Una propuesta para seguir reflexionando

¿Qué valor te importa especialmente? Da un ejemplo visible en vuestra vida cotidiana.

¿Cuándo me describe y cuándo no?

05 / TU INFORME

Comunicación

Sigue tus respuestas y relaciónalas con situaciones cotidianas.

Trata de sentirte escuchado y comprendido. No evalúa objetivamente la habilidad comunicativa de ninguna persona.

Tu valor de respuesta **3.8 / 5**



1 5 / 5 respondidas 5

Qué significa en la práctica

En «Comunicación», tus respuestas muestran mayor acuerdo con las afirmaciones de este ámbito. Trata de sentirte escuchado y comprendido. No evalúa objetivamente la habilidad comunicativa de ninguna persona. Este patrón destaca en tus respuestas; no es una comparación con otras personas.

Tus respuestas individuales difieren mucho. La interpretación describe solo su dirección media, no cada afirmación. Estas respuestas muestran ambos lados.

Dirección de la escala: menor comprensión mutua percibida / mayor comprensión mutua percibida.

Dos respuestas concretas

Pregunta 9: Después de una conversación importante, normalmente sé qué hemos acordado.

Tu respuesta: Más bien falso

Pregunta 10: Dejo temas importantes sin hablar porque no encuentro una manera adecuada de abordarlos.

Tu respuesta: Nada cierto (puntuación invertida en el cálculo)

Una propuesta para seguir reflexionando

Elige un momento habitual al hablar. ¿Qué quieres expresar mejor y cómo sabrás si se entendió?

¿Cuándo me describe y cuándo no?

06 / TU INFORME

Reparación de conflictos

Sigue tus respuestas y relaciónalas con situaciones cotidianas.

Explora desacuerdos y lo que ocurre después. Tener pocos conflictos no demuestra por sí solo una buena relación.

Tu valor de respuesta **4.4 / 5**



1 5 / 5 respondidas 5

Qué significa en la práctica

En «Reparación de conflictos», tus respuestas muestran mayor acuerdo con las afirmaciones de este ámbito. Explora desacuerdos y lo que ocurre después. Tener pocos conflictos no demuestra por sí solo una buena relación. Este patrón destaca en tus respuestas; no es una comparación con otras personas.

Dirección de la escala: menos oportunidades percibidas de reparación / más oportunidades percibidas de reparación.

Dos respuestas concretas

Pregunta 15: Vivo repetidamente el mismo conflicto sin encontrar nuevas formas de responder.

Tu respuesta: En parte cierto (puntuación invertida en el cálculo)

Pregunta 14: He vivido una disculpa que se tradujo en un cambio concreto en el día a día.

Tu respuesta: Muy cierto

Una propuesta para seguir reflexionando

¿Qué acuerdo ayudaría en una conversación difícil, por ejemplo una pausa con hora para retomarla?

¿Cuándo me describe y cuándo no?

07 / TU INFORME

Afecto

Sigue tus respuestas y relaciónalas con situaciones cotidianas.

Explora tu experiencia de afecto y capacidad de expresar deseos. Ninguna frecuencia ni forma de cercanía es un estándar universal.

Tu valor de respuesta **2.8 / 5**

1 — 5 / 5 respondidas — 5

Qué significa en la práctica

En «Afecto», el promedio no muestra una dirección clara. Explora tu experiencia de afecto y capacidad de expresar deseos. Ninguna frecuencia ni forma de cercanía es un estándar universal. Revisa las respuestas individuales: respuestas intermedias y respuestas opuestas pueden dar el mismo promedio.

Dirección de la escala: menor coincidencia percibida en afecto / mayor coincidencia percibida en afecto.

Dos respuestas concretas

Pregunta 16: Reconozco en el día a día formas de afecto significativas para mí.

Tu respuesta: Más bien falso

Pregunta 18: Siento que nuestro tiempo juntos incluye la atención que necesito.

Tu respuesta: Más bien cierto

Una propuesta para seguir reflexionando

¿Qué forma concreta de afecto te llega? Exprésala como deseo, no como obligación ajena.

¿Cuándo me describe y cuándo no?

08 / TU INFORME

Independencia

Sigue tus respuestas y relaciónalas con situaciones cotidianas.

Describe el encaje percibido entre intereses personales, límites y vida compartida. Más independencia no es siempre mejor que más tiempo juntos.

Tu valor de respuesta **4.2 / 5**



1 5 / 5 respondidas 5

Qué significa en la práctica

En «Independencia», tus respuestas muestran mayor acuerdo con las afirmaciones de este ámbito. Describe el encaje percibido entre intereses personales, límites y vida compartida. Más independencia no es siempre mejor que más tiempo juntos. Este patrón destaca en tus respuestas; no es una comparación con otras personas.

Dirección de la escala: menor espacio percibido para independencia / mayor espacio percibido para independencia.

Dos respuestas concretas

Pregunta 24: En esta relación, me cuesta querer algo distinto de la otra persona.

Tu respuesta: En parte cierto (puntuación invertida en el cálculo)

Pregunta 25: Puedo sentir conexión aunque pasemos un tiempo haciendo cosas diferentes.

Tu respuesta: Muy cierto

Una propuesta para seguir reflexionando

¿Qué tiempo o actividad quieres organizar por tu cuenta? ¿Qué acuerdo lo combinaría con vuestra vida común?

¿Cuándo me describe y cuándo no?

09 / TU INFORME

Planes de futuro

Sigue tus respuestas y relaciónalas con situaciones cotidianas.

Trata de si acuerdos cotidianos y expectativas de futuro parecen compatibles y conversables. No predice la duración de la relación.

Tu valor de respuesta **4.2 / 5**



1 5 / 5 respondidas 5

Qué significa en la práctica

En «Planes de futuro», tus respuestas muestran mayor acuerdo con las afirmaciones de este ámbito. Trata de si acuerdos cotidianos y expectativas de futuro parecen compatibles y conversables. No predice la duración de la relación. Este patrón destaca en tus respuestas; no es una comparación con otras personas.

Dirección de la escala: menor coincidencia percibida en planes / mayor coincidencia percibida en planes.

Dos respuestas concretas

Pregunta 28: En temas como el dinero, dónde vivir o cómo repartir el tiempo, puedo expresar mis necesidades.

Tu respuesta: En parte cierto

Pregunta 30: Evito un tema de futuro importante porque aún no hemos encontrado espacio para nuestros deseos conjuntos.

Tu respuesta: Nada cierto (puntuación invertida en el cálculo)

Una propuesta para seguir reflexionando

¿Qué tema de futuro necesita conversación? Separa deseo, pregunta abierta y acuerdo existente.

10 / TU INFORME

Tus valores explicados con claridad

Valores

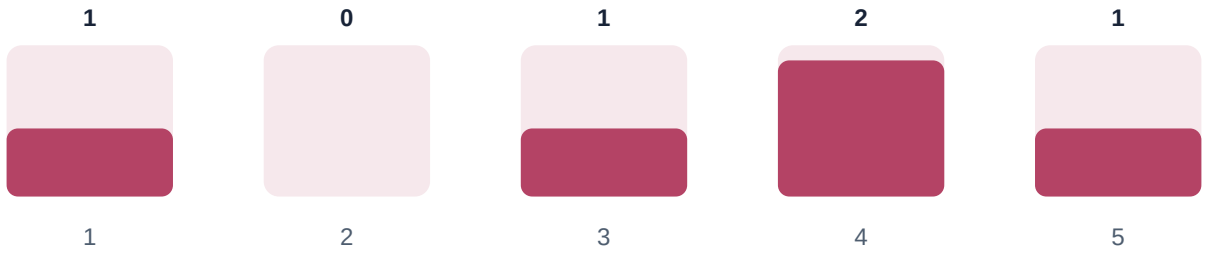
Las posiciones de respuesta van de 1 a 5. La suma se divide por las afirmaciones respondidas del área.

En afirmaciones invertidas, 1 pasa a 5 y 2 a 4, y viceversa; 3 sigue igual. Así se ajusta la dirección indicada. Tu respuesta original no cambia en el anexo.

Calculado a partir de tus respuestas reales

4 + 5 + 3 + 4 + 5 = 21. 21 / 5 = 4.2 / 5.

Distribución de tus respuestas



Las columnas cuentan las posiciones elegidas de 1 a 5 antes de invertir. Respuestas muy distintas pueden dar el mismo promedio.

En los textos, promedios inferiores a 2,5 indican menor acuerdo; superiores a 3,5, mayor; entre ambos, intermedio. Son bandas editoriales, no umbrales validados científicamente. Distintas respuestas pueden dar promedios idénticos.

Un perfil sin clasificación

No asignamos rango poblacional ni tipo fijo. Las escalas describen respuestas a afirmaciones concretas. Elige tus prioridades; un valor alto o bajo no exige cambiar.

11 / TU INFORME

Tu próximo paso personal

Una idea cotidiana opcional, sin objetivo de rendimiento.

1

Hoy: anota una situación

Punto de partida: Comunicación. Elige una respuesta del área y anota cuándo encajó por última vez. Un contraejemplo también ayuda.

2

Esta semana: explora una perspectiva

Elige un momento habitual al hablar. ¿Qué quieres expresar mejor y cómo sabrás si se entendió?

3

Después: decide por ti

¿Qué te encaja y qué no? Anota una observación y decide si conservar algo. No necesitas una puntuación mayor ni otra compra.

Mi situación y lo que me importa:

Mi idea opcional y un momento adecuado:

Lo que me gustaría sacar de esto:

12 / TU INFORME

Método y limitaciones

En qué se basa el informe

Preguntas originales de reflexión no validadas desde la perspectiva de una persona. Este perfil solo recoge tu percepción de una relación concreta, no los pensamientos ni las respuestas de la otra persona. No ofrece una puntuación objetiva de pareja, una predicción de éxito ni una recomendación de iniciar, continuar o terminar una relación.

Tus respuestas se resumen con las reglas fijas explicadas aquí. Los ejemplos remiten a los números mostrados. No hay detección ni evaluación automatizada de enfermedades.

Tener presentes las limitaciones

El cribado y la autorreflexión no sustituyen una evaluación médica o psicológica. Las preguntas de reflexión propias no están validadas clínicamente. Cada página explica su método y sus limitaciones.

Un perfil no cubre todos los aspectos de una persona. Es una instantánea de respuestas. Las decisiones importantes de pareja, trabajo o vida no deberían depender solo de él.

Si deseas apoyo

Si los síntomas te afectan, busca apoyo de un profesional sanitario cualificado. En caso de peligro inmediato, contacta con los servicios de emergencia de tu zona o acude a urgencias. La información de ayuda está disponible sin correo ni pago.

Abrir información general de apoyo

Versión del cuestionario: 2026-10-29.26 | Formato del informe: 2026-10-29.28

ANEXO / TU INFORME

Todas tus respuestas

Cada respuesta puntuada es verificable. Se identifican expresamente las omitidas.

1	**En esta relación, puedo decir abiertamente qué me importa de verdad.**	Valores | Más bien cierto
2	**Siento que nuestras ideas de trato justo son compatibles.**	Valores | Muy cierto
3	**Reconozco valores importantes para mí en nuestras decisiones compartidas.**	Valores | En parte cierto
4	**Puedo permitir que coexistan creencias diferentes sin negar las mías.**	Valores | Más bien cierto
5	**A menudo debo dejar de lado un valor personal importante para ponernos de acuerdo.**	Valores | Nada cierto | puntuación invertida
6	**Puedo expresar una petición de forma que podamos hablar de ella concretamente.**	Comunicación | En parte cierto
7	**Siento que mi perspectiva tiene espacio en conversaciones importantes.**	Comunicación | Muy cierto
8	**Puedo pedir aclaraciones cuando no entiendo algo que dice la otra persona.**	Comunicación | Más bien cierto
9	**Después de una conversación importante, normalmente sé qué hemos acordado.**	Comunicación | Más bien falso
10	**Dejo temas importantes sin hablar porque no encuentro una manera adecuada de abordarlos.**	Comunicación | Nada cierto | puntuación invertida
11	**Puedo expresar una opinión distinta sin cuestionar toda la relación.**	Reparación de conflictos | Muy cierto
12	**Cuando una conversación se tensa demasiado, puedo hacer una pausa acordada.**	Reparación de conflictos | Más bien cierto
13	**Puedo reconocer mi parte en un conflicto sin asumir toda la responsabilidad.**	Reparación de conflictos | Muy cierto
14	**He vivido una disculpa que se tradujo en un cambio concreto en el día a día.**	Reparación de conflictos | Muy cierto

Todas tus respuestas / CONTINUACIÓN

15 **Vivo repetidamente el mismo conflicto sin encontrar nuevas formas de responder.**
Reparación de conflictos | En parte cierto | puntuación invertida

16 **Reconozco en el día a día formas de afecto significativas para mí.**
Afecto | Más bien falso

17 **Puedo decir qué tipo de cercanía quiero en este momento.**
Afecto | En parte cierto

18 **Siento que nuestro tiempo juntos incluye la atención que necesito.**
Afecto | Más bien cierto

19 **Echo de menos una forma de afecto importante para mí sin encontrar cómo abordarlo juntos.**
Afecto | En parte cierto | puntuación invertida

20 **Puedo hablar de necesidades de cercanía distintas sin considerar automáticamente que alguna está mal.**
Afecto | Más bien falso

21 **En esta relación, tengo espacio para intereses que no compartimos.**
Independencia | Más bien cierto

22 **Puedo pedir tiempo a solas sin tener que justificarlo extensamente.**
Independencia | Más bien cierto

23 **Puedo expresar un límite personal y tenerlo en cuenta en el día a día.**
Independencia | Muy cierto

24 **En esta relación, me cuesta querer algo distinto de la otra persona.**
Independencia | En parte cierto | puntuación invertida

25 **Puedo sentir conexión aunque pasemos un tiempo haciendo cosas diferentes.**
Independencia | Muy cierto

26 **Puedo aportar mis deseos para el futuro cercano a nuestra reflexión compartida.**
Planes de futuro | Más bien cierto

27 **En planes compartidos importantes, sé qué está acordado y qué sigue abierto.**
Planes de futuro | Muy cierto

28 **En temas como el dinero, dónde vivir o cómo repartir el tiempo, puedo expresar mis necesidades.**
Planes de futuro | En parte cierto

29 **He vivido situaciones en las que adaptamos un plan a circunstancias nuevas.**
Planes de futuro | Más bien cierto

Todas tus respuestas / CONTINUACIÓN

30 **Evito un tema de futuro importante porque aún no hemos encontrado espacio para nuestros deseos conjuntos.**

Planes de futuro | Nada cierto | puntuación invertida