

Inventario de Vida en Pareja

Este cuestionario exploratorio describe las principales áreas de dificultad de una pareja: comunicación, conflictos, ternura, sexualidad, confianza, reparto de tareas y decisiones, proyectos comunes. Cuando cada miembro de la pareja lo responde por separado, pone de manifiesto los puntos de sufrimiento y de desacuerdo que conviene abordar en terapia de pareja o en un seguimiento individual.

Número de preguntas	28 preguntas
Duración estimada	7 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Couple Relationship Inventory
Población destinataria	Adultos
Categoría	Relación de pareja

Vista previa de las 28 preguntas

Durante los últimos meses, ¿con qué frecuencia le ha ocurrido esto?

Nos cuesta hablar de lo que de verdad nos preocupa.

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Muy a menudo

Durante los últimos meses, ¿con qué frecuencia le ha ocurrido esto?

Nuestras conversaciones acaban en discusión.

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Muy a menudo

Durante los últimos meses, ¿con qué frecuencia le ha ocurrido esto?

Echo en falta ternura por parte de mi pareja.

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Muy a menudo

Durante los últimos meses, ¿con qué frecuencia le ha ocurrido esto?

Me siento insatisfecho/a con nuestra vida sexual.

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Muy a menudo

Durante los últimos meses, ¿con qué frecuencia le ha ocurrido esto?

Me cuesta confiar en mi pareja.

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Muy a menudo

Administra tus cuestionarios en línea

Envía un enlace a tu paciente: responde desde el móvil o el ordenador, y recibes los resultados corregidos por email.

Ver el cuestionario en mentaal.org ›

Corrección e interpretación

Corrección

Cada afirmación se puntúa de 0 (nunca) a 4 (muy a menudo) según su frecuencia durante los últimos meses. Cada dominio agrupa 4 afirmaciones repartidas a lo largo del cuestionario, lo que da una puntuación de 0 a 16.

Lectura del perfil

No hay puntuación global: los dominios se ordenan del más al menos elevado, cada uno con lo que abarca y los aspectos a explorar en la entrevista. El perfil sitúa las áreas de dificultad de la pareja tal como las vive la persona. Cuando ambos miembros de la pareja lo han respondido, la diferencia entre sus dos perfiles suele ser tan reveladora como los dominios más elevados.

Precauciones

El cuestionario no explora la violencia en la pareja. Ante conflictos intensos, miedo o control por parte de uno de los miembros de la pareja, conviene indagar sobre ella en una entrevista individual.

Limitaciones

Este cuestionario exploratorio no cuenta con validación psicométrica ni con puntos de corte. Sirve de apoyo a la entrevista clínica y no establece diagnósticos.

Ejemplo de corrección

Corrección

Proyectos y compromiso 15 / 16

Dudas sobre el futuro de la pareja, proyectos divergentes, deseo de separarse.

Aspectos a explorar: los proyectos de cada uno (hijos, lugar de residencia, trabajo), el grado de compromiso, la ambivalencia sobre continuar la relación.

Conflictos y escalada 10 / 16

Discusiones que se enconan: críticas, desprecio, actitud defensiva o cierre.

Aspectos a explorar: cómo se desarrolla una discusión típica, las palabras que hieren, cómo terminan las discusiones y cómo se reparan.

Reparto de tareas y decisiones 10 / 16

Sentimiento de injusticia en el reparto de las tareas, la carga mental, el dinero o las decisiones.

Aspectos a explorar: quién hace qué en el día a día, la carga mental, las decisiones importantes (dinero, hijos, vivienda).

Ternura y cercanía 7 / 16

Distancia afectiva, falta de gestos de cariño, de momentos compartidos y de complicidad.

Aspectos a explorar: los momentos compartidos, las muestras de atención, lo que ha cambiado desde el principio de la relación.

Sexualidad 7 / 16

Insatisfacción o dificultades en la vida sexual e íntima de la pareja.

Aspectos a explorar: la diferencia de deseo, posibles dificultades sexuales, la posibilidad de hablar de ello, una derivación a sexología si es necesario.

Comunicación y escucha 6 / 16

Dificultades para hablar, escucharse y abordar los temas importantes.

Aspectos a explorar: los temas que se evitan, cómo expresa cada uno sus necesidades, el tiempo dedicado a hablar.

Confianza y celos 6 / 16

Dudas sobre la fidelidad o la sinceridad de la otra persona, celos, necesidad de comprobar.

Aspectos a explorar: el origen de la desconfianza (infidelidad pasada, historia personal), las comprobaciones, las conductas de control por ambas partes.

Por el momento, no se han establecido puntos de corte clínicos ni psicométricos validados para este cuestionario. Por tanto, los resultados deben considerarse indicadores exploratorios, destinados a apoyar la entrevista clínica, y no conclusiones diagnósticas.

¿Eres profesional de la psicología?

Con Mentaal, obtén información útil para acompañar a tus pacientes.

- Tests estandarizados
- Corrección automática
- Resultados por correo electrónico

Probar gratis | Ver todos los cuestionarios

★★★★★

“La corrección automática me ahorra muchísimo tiempo y mis pacientes están mucho más dispuestos a responder los cuestionarios.”

 Natalia A. - Psicóloga online