



Rellene la información personal en los recuadros grises


DESTAPANDO TU RUPTURA

¿Quién dejó la relación de pareja? 

¿De qué manera a dejado la relación? 


¿Cuáles fueron los motivos para ello?


¿Qué cosas buenas había en tu relación? 

¿Cuales eran las cosas malas? 

¿Cual era el % de cosas buenas?


¿Cual era el % de cosas malas?

¿Eras consciente de las cosas malas que había en tu relación antes de romper? 


¿Crees que tu enamoramiento pudo cegarte e impedirte ver esas inconveniencias? 

¿Qué puedes concluir a la luz de tus propias respuestas?

DESTAPANDO A TU EX

¿Qué decían sus palabras durante la relación? 


¿Qué decían sus actos? ¿Cómo resolvía conflictos? 

¿Existe relación entre sus palabras o sus actos? 

¿Qué adjetivos puedes atribuirle a tu expareja?

¿Qué puedes concluir sobre tu expareja a la luz de tus propias respuestas?

DESTAPANDO VUESTRA COMPATIBILIDAD

¿De 0 a 10 que grado de compatibilidad crees que tenéis? 

¿De 0 a 10 que grado de compatibilidad crees que tiene tu ex con otras parejas?


¿De 0 a 10 que grado de compatibilidad crees que tú tienes con otras futuras parejas?

¿Qué obtienes de tus propias respuestas en conclusión?

EL TEST




DESTAPANDO LA EXPECTATIVA

¿Volverías con tu ex si te lo pidiera? 

¿Sigues sufriendo cuando ves alguna imagen o recibes alguna información sobre tu ex?



¿Te sientes angustiado cuando imaginas a tu ex teniendo sexo o intimidad con otra persona?

¿Deseas que a tu expareja le vaya bien y que reconstruya su vida? 

Si la respuesta en dos o más preguntas es afirmativa significa que todavía tienes que esforzarte por superar tu ruptura de pareja.