

Examen sobre Relaciones Saludables

Instrucciones: Lea las siguientes preguntas y haga un círculo en la respuesta correcta.

1. ¿Qué factores son importantes para tener una relación saludable?

- a. Miedo y sumisión
- b. Comunicación, igualdad, respeto, honestidad, identidad propia, responsabilidad, confianza, límites y acuerdos.
- c. Tenacidad y control
- d. Todos los de arriba

2. ¿Cuáles son las señales de una relación saludable?

- a. Se siente cómodo/a, feliz, y puede expresar positivamente sus sentimientos
- b. Puede compartir sus problemas y sus éxitos
- c. No se siente amenazado/a
- d. Todos los de arriba

3. ¿Cómo puede resolver un conflicto sin usar la violencia?

- a. Respire profundo, piense, sea respetuoso/a, escuche, y hablen de ello.
- b. Responder del mismo modo que la otra persona
- c. Compartir su punto de vista e ignorar el de la otra persona
- d. Todos los de arriba

4. ¿Cómo se demuestran la violencia o los abusos en una relación?

- a. Cuando alguien abusa físicamente de usted
- b. Cuando alguien abusa verbalmente de usted
- c. Cuando alguien abusa sexualmente de usted
- d. Todos los de arriba

5. ¿Cómo define tener una buena comunicación?

- a. Cuando no puede compartir su felicidad o tristeza
- b. Cuando una persona comparte su punto de vista pero no permite hacer lo mismo a la otra persona
- c. Cuando dos o más personas escuchan y comparten sus ideas en un ambiente respetuoso
- d. Todas las de arriba

6. ¿Cómo comienza la violencia en relaciones que no son saludables?

- a. Aislamiento
- b. Miedo e intimidación
- c. Baja autoestima y humillación
- d. Todas las de arriba

7. ¿Cuál es el papel del género?

- a. Es un término que define biológicamente el sexo de una persona
- b. Es la idea que los hombres son agresivos y las mujeres pasivas
- c. El comportamiento y actitud asignados por la sociedad al modo en que hombres y mujeres deben comportarse
- d. Todas las de arriba

8. ¿Cuáles son los límites de una relación saludable?

- a. Tolerancia cero para la violencia
- b. Respeto y confianza
- c. Igualdad
- d. Todas las de arriba

9. ¿Qué significa la presión de los demás?

- a. Cuando se siente forzado/a a hacer algo que va en contra de sus valores.
- b. Cuando quiere hacer algo que no puede hacer
- c. Cuando siente que tiene la libertad para cambiar sus ideas o pensamientos aunque nadie esté de acuerdo con usted
- d. Todas las de arriba

10. ¿Con qué individuos puede establecer relaciones saludables?

- a. Amigos
- b. Su madre y/o padre
- c. Su novio/novia
- d. Todos las de arriba

Respuestas para el facilitador de “Relaciones Saludables”

A continuación están las respuestas del examen sobre “Relaciones Saludables”.

- 1. ¿Qué factores son importantes para tener una relación saludable?**
b. Comunicación, igualdad, respeto, honestidad, identidad propia, responsabilidad, confianza, límites y acuerdos.
- 2. ¿Cuáles son los signos de una relación saludable?**
d. Todas las de arriba
- 3. ¿Cómo puede resolver un conflicto sin usar la violencia?**
a. Respire profundo, piense, sea respetuoso/a, escuche, y hablen de ello.
- 4. ¿Cómo se demuestran la violencia o los abusos en una relación?**
d. Todas las de arriba
- 5. ¿Cómo define tener una buena comunicación?**
c. Cuando dos o más personas escuchan y comparten sus ideas en un ambiente respetuoso
- 6. ¿Cómo comienza la violencia en relaciones que no son saludables?**
d. Todas las de arriba
- 7. ¿Cuál es el papel del género?**
c. El comportamiento y actitud asignados por la sociedad al modo en que hombres y mujeres deben comportarse
- 8. ¿Cuáles son los límites de una relación saludable?**
d. Todas las de arriba
- 9. ¿Qué significa la presión de los demás?**
a. Cuando se sienten forzados a hacer algo que va en contra de sus valores.
- 10. ¿Con qué individuos puede establecer relaciones saludables?**
d. Todas las de arriba