

# CONSTRUYE TUS PROPIOS MAPAS DE AMOR

---

## Introducción al ejercicio:

Ahora que comprenden bien el concepto de mapa de amor, es el momento en que deben concentrarse en los mapas de amor sobre la vida cotidiana de su pareja.

Aunque estos mapas están en la mente, será de mucha ayuda para ustedes el tenerlos por escrito. Para esto, dediquen un tiempo extra a este ejercicio, en especial si tú o tu pareja creen que sus actuales mapas de amor son poco precisos o, como suele suceder, se han quedado **desfasados** (que uno de los dos tiene mapas de amor más precisos que el otro).

Si tu pareja no está disponible, puedes rellenar el cuestionario por tu cuenta, pero evidentemente los mayores beneficios se obtienen compartiendo la información como pareja.

## Instrucciones:

Hagan el uno al otro las siguientes preguntas y escriban las respuestas.

Es mejor que utilicen distintas hojas, o mejor un cuaderno para cada una de las secciones y cuestionarios.

## Importante a tomar en cuenta:

- **No juzguen** lo que les diga su pareja.
- **No traten de darse consejos.**
- Recuerden que el objetivo consiste en obtener información y nada más.
- Se trata de **escuchar y aprender** sobre su pareja.

### Sección 1: Personajes en la vida de mi pareja

- ¿Quiénes son los amigos cercanos de mi pareja?
- ¿Quiénes son los amigos potenciales de mi pareja?
- ¿Quiénes son los rivales, competidores, enemigos de mi pareja?

Hazle las preguntas a tu pareja y anota las respuestas en una libreta que puedas repasar en el futuro.

### Sección 2: Recientes eventos en la vida de mi pareja

- ¿Qué es lo que mi pareja espera con ilusión?
- ¿Qué es lo que mi pareja espera con temor?
- ¿Cuáles son las tensiones o presiones que mi pareja tiene actualmente?
- ¿Qué esperanzas o aspiraciones tiene mi pareja actualmente?

Hazle las preguntas a tu pareja y anota las respuestas en una libreta que puedas repasar en el futuro.

Aunque estos ejercicios ofrecen una visión superficial de la vida de la pareja, pueden ser muy reveladores. Las parejas que los han realizado afirman que el ejercicio les proporcionó muchas sorpresas que los ayudaron a comprenderse mejor mutuamente.

Esta fórmula de mapa de amor es útil para crear un perfil amplio de sus vidas. Pero los mapas de amor no deberían ser sólo amplios, sino también profundos.

El siguiente ejercicio tratará de eso mismo, profundizar en la información de cada uno para tener mapas de amor más completos.