

## Apéndice 6 Áreas de Fortaleza

Estos elementos a continuación, representan áreas potenciales de fortaleza en una relación. Si el elemento refleja un área que ya es una fortaleza en su relación, encierre en un círculo el número de ese elemento y pase al siguiente elemento.

Para cada elemento que refleje un área que no es una fortaleza, encierre en un círculo un número del 1 al 5 para indicar cuán importante es fortalecer esa parte de su relación. Si cree que es muy importante desarrollar fuerza en esa área, circule un 5. Si cree que no es importante desarrollar fuerza en esa área, circule un 1.

Áreas de Fortaleza	No importante			Muy importante	
	1	2	3	4	5
1. Tenemos muy buena comunicación.					
2. Tenemos una vida sexual satisfactoria.					
3. Nos permitimos mucha independencia unos a otros.					
4. Nuestra casa está bastante bien organizada.					
5. Ambos estamos muy involucrados en esta relación y somos un gran equipo.					
6. Ambos ayudamos con las tareas domésticas.					
7. Tenemos buenas relaciones con nuestras familias.					
8. Tenemos creencias similares en valores básicos y metas en la vida.					
9. Tenemos ideas similares sobre cómo pasar un buen rato y disfrutar de la vida.					
10. Necesita fortalecimiento					
11. Somos muy buenos amigos.					
12. Mi pareja no me da motivos para sentir celos.					
13. Somos muy buenos ayudándonos mutuamente para reducir el estrés.					
14. Me siento respetado en esta relación.					
15. Me siento amado en esta relación.					
16. Me gusta cómo soy en esta relación.					
17. Nos admiramos unos a otros.					
18. Estoy bastante seguro de que podríamos manejar cualquier problema que pudiéramos					
19. cara juntos.					
20. Me siento seguro en esta relación.					
21. Nos llevamos bien con nuestros suegros.					

22. Compartimos puntos de vista similares sobre cuestiones religiosas o filosóficas básicas. Coincidimos en cuestiones relacionadas con la infancia.					
23. Tenemos opiniones similares sobre el dinero.					
24. Nos las arreglamos bastante bien con el estrés diario de nuestro trabajo.					
25. Nos divertimos mucho en la vida.					
26. Mi pareja me conoce y me comprende.					
27. Tengo toda la independencia que necesito.					
28. Me gusta a dónde vamos en el futuro.					
29. Nuestras vidas juntas tienen un propósito y un significado.					
30. Tenemos un sentido de aventura en nuestras vidas.					
31. Ambos se esfuerzan mucho por ser buenos padres y tener buenas relaciones con nuestros hijos.					