



Atentos a las Fortalezas

Tanto las de la pareja como las propias

Este cuestionario deberán responderlo separadamente.

Tomar conciencia de sus propias fortalezas promueve la motivación y la confianza en sí mismo.

Este ejercicio te ayudará a identificar tus propias fortalezas y las de tu pareja. Las fortalezas comunes como pareja también se descubren y te muestran el valor de su relación.

El ejercicio también ayuda a descubrir cómo tu pareja evalúa sus fortalezas. A veces estamos seguros de que tenemos ciertas fortalezas, pero nuestra pareja ni siquiera las nota o las da por sentado.

Entonces es posible que nuestra pareja los vea de manera completamente diferente sin que nosotros lo sepamos.

Ejemplo: "Soy una persona muy bien organizada", mientras que nuestra pareja puede incluso percibirlo negativamente como una ilusión de orden.

Por favor, contesta a las siguientes preguntas:

¿Cuáles son mis tres mayores fortalezas?

¿Cuáles son las tres mayores fortalezas de mi pareja?

¿Cuáles son mis tres mayores fortalezas (ponte en el lugar de tu pareja)?

¿Cuáles son nuestras tres mayores fortalezas como pareja?

¿Qué fortalezas debíamos desarrollar juntos como pareja?