**Cuestionario Diagnóstico del Problema**

Cuándo comenzaron a cambiar las cosas para empeorar la relación para? Qué estaba pasando en tu familia en ese momento (factores estresantes internos y externos)? Qué fue lo que contribuyó al cambio?

Qué mantiene la relación de la manera como es? Cuál es tu contribución en eso?

Qué te mantiene en la relación? Si pudieras irte sin repercusiones o dificultades financieras, te irías?

Cómo quieres que sea tu relación? Cuál es tu visión acerca de la relación? Cuáles son tus esperanzas, deseos y sueños?

Cuál es el problema? Cuál es el enredo por detrás del problema? (Ver el título de la página “Asuntos básicos que causan problemas en la relación.”)

Qué te gustaría cambiar? Cómo se vería y sentiría la relación cuando mejore?

Cómo se fue desarrollando el problema?

De qué forma se mantiene el problema? Cuál es tu papel o contribución? Estas son las cosas que tú repites y sobre las cuales te sientes como que te estás golpeando contra una pared?

Cuál es el papel de tu pareja en el problema?

Cuáles son tus cualidades, fortalezas y recursos? Y las de tu pareja?

Cuáles son las excepciones al problema?

Cuando las cosas funcionan bien y los dos se llevan bien, en qué contribuyes para que sea así? Y cuáles son las contribuciones de tu pareja?

Nombra una sola cosa que tú harías para mejorar la situación? Algo que tu pareja podría hacer?

Haz más de lo que funciona y menos de lo que no ha funcionado. Menciona Metas de Comportamiento: Las acciones hablan más fuerte que las palabras.

**Ofrecemos Terapia de Parejas, Orientación de Parejas, Orientación Matrimonial, Terapia Matrimonial, en Reston, Va., y en Bethesda, Md.**