



CENTROS DE FAMILIA

Cartilla

Fase 2

Especialización Matrimonios

Familias que cambian sociedades

PREPARADO POR

FUNDACION
DETRAS DE CAMARAS

DTC

TEMA 4



DEBILIDADES DE MI CÓNNYUGE

ACTIVIDAD



EL CAMBIO EMPIEZA POR MI

Puede parecer una frase cliché pero es cierto, cuando trabajamos en nuestras propias debilidades ayudamos a nuestro cónyuge y generamos un espacio de amor y paz. Los invitamos a que como esposos dispongan de un tiempo para hablar sobre las debilidades no desde una actitud de juicio o reproche sino desde la confidencialidad, el amor y la ayuda.

Instrucciones

1. Para iniciar esta actividad escojan un lugar donde puedan estar a solas e inicien el tiempo en oración, no es recomendable realizar esta actividad si han tenido alguna discusión al respecto de alguna debilidad recientemente, escojan el momento ideal.
2. En una hoja cada uno escribirá una lista de 10 cualidades de su pareja y representará con un dibujo esas cualidades, cuando terminen guarden esa hoja para el final, no la dejen ver a su pareja.
3. Después en otra hoja cada uno escribirá una lista de 5 cosas que debe mejorar de sí mismo, puedes usar un cuadro como este:

DEBILIDAD	RAZÓN O RAÍZ	COMO PUEDO MEJORAR
Mal genio	Muchas personas me han hecho daño y cualquier cosa me indispone, además cuando era niño me trataban con golpes y malas palabras.	Primero sanar en Dios y perdonar las situaciones del pasado y aprendiendo a escuchar a mi cónyuge, no malinterpretando las situaciones sino escuchando sus razones.

4. Luego compartan sus listas de cosas que consideran deben mejorar y sus compromisos, pueden aprovechar para ofrecer su ayuda a su cónyuge si lo consideran necesario.
5. Ahora cada uno revise la lista de debilidades de su cónyuge y si identifican algo más en lo que consideran que el otro podría mejorar mencionarlo con amor y expliquen la situación.
6. Terminen el ejercicio pidiendo perdón por esas dos cosas que hacías pero que te vas a comprometer a cambiar y que pudieron afectar a tu cónyuge.
7. Finalmente compartan la hoja de cualidades y el dibujo y recuérdense cuánto se aman, aprovecha para reafirmar a tu cónyuge y cierren esta actividad en oración.

