

Construyendo un matrimonio

Guía para el líder

Autor: Roy Rotz

Editores: Larry Morris, Shirley Smith



Casa Nazarena de Publicaciones

Contenido

Introducción	5
Reunión 1: Reunión de apertura	9
Reunión 2: Una perspectiva bíblica del matrimonio	15
Reunión 3: Los compromisos de un matrimonio perdurable	17
Reunión 4: Comunicación básica en el matrimonio	21
Reunión 5: El camino hacia la resolución del conflicto	25
Reunión 6: Control del estrés en el matrimonio	29
Reunión 7: Edificando y manteniendo una relación íntima	33
Reunión 8: Encuentre la intimidad espiritual en su matrimonio	37
Reunión 9: Reunión de cierre: Finalizando con estilo	41
Apéndice 1	45
Apéndice 2	47
Apéndice 3	53
Notas	55

Introducción

Preparándose para enseñar este estudio

Mientras usted lee la Guía para el líder aparte un tiempo para revisar los recursos disponibles en www.editorialcnp.com bajo la categoría Matrimonio y Familia. Allí encontrará totalmente gratis folletos, materiales de presentación y pruebas para usar en el desarrollo de las sesiones.

La Guía para el líder se ha preparado para facilitar una experiencia de nueve semanas, la cual consiste en una sesión de introducción al estudio y planteamiento de las expectativas del grupo, luego le siguen siete semanas de exploración del contenido y una sesión final para concluir.

El diseño de la Guía para el líder es específico e intencionalmente interactivo. Los mejores resultados ocurrirán si usted, en lugar de enseñar el curso, le facilita al grupo la posibilidad de experimentar.

Requisitos de los líderes

Los líderes de este estudio deben ser cristianos firmes, maduros, con una relación matrimonial estable. El tiempo que llevan de casados, no tiene que ser el factor decisivo, pero debe tomarse en consideración. Si usted ha tomado la responsabilidad de guiar el estudio, es muy recomendable que se haga un análisis personal mientras se prepara. (Vea el apéndice 1).

Los líderes deben tener un fuerte compromiso con la iglesia local y su liderazgo. Es esencial para los líderes de grupo ser de apoyo al pastor y liderazgo de su iglesia. Esto es especialmente importante si algunos de los participantes son nuevos en la iglesia o no están familiarizados con los principios cristianos. Se puede hacer un tremendo daño si los líderes de grupo comprometen al liderazgo de la iglesia por la crítica o la indiferencia.

Es imperativo que usted establezca una atmósfera agradable y positiva para los que participan en este estudio. La confiabilidad es parte indispensable de ser un buen líder. Usted indudablemente escuchará algunas historias muy tiernas y dolorosas de personas que

quieren ser mejores. Aun algunos podrán buscarle fuera del grupo para discutir asuntos personales muy difíciles de hablar incluso en los momentos más seguros de la sesión. La manera como usted maneje estos asuntos puede hacer mucho en determinar la efectividad de su ministerio y el potencial para cambios positivos a largo plazo en los matrimonios de su grupo. Su habilidad para mantener estricta confidencialidad es decisiva en la efectividad del liderazgo.

Preparándose para enseñar

Mantenga en mente las siguiente guía al tiempo que se prepara para impartir este estudio:

- Lea toda la Guía para el líder para tener una idea completa del estudio.
- Escriba los recursos de enseñanza necesarios para cada sesión mientras piensa en ellos (tisa o yeso y borrador, cartulina o papel para gráficas, marcadores, proyector, computadora, papel para notas, etc.)
- Ordene los libros de texto *Construyendo un matrimonio de la Casa Nazarena* de Publicaciones con sus distribuidores, por lo menos tres meses antes de la fecha de inicio.
- Vaya a <www.editorialcnp.com> para ver de antemano y descargar gratis los folletos para imprimir (Apéndice 3).
- Piense en la gente de su grupo a quien va a necesitar contactar con anticipación para asegurarse que tiene permiso para usar sus historias personales, para pedirles a ellos si pueden compartir sus testimonios personales, o pedirles que lean los pasajes del libro de estudio o de la Biblia.
- Si su grupo va a reunirse en los hogares, asegúrese que el lugar de cada reunión se programe por lo menos con una semana de anticipación.
- Si alguna persona va a tener la responsabilidad de preparar los refrescos o bebidas, permita que las personas escojan la semana en que les gustaría participar. (Que las bebidas y los refrescos sean sencillos)
- Bosqueje el plan de cada lección con sus propias palabras o trace el plan en papel para darse a usted mismo un sentido de dirección para cada sesión.

- Ore pidiéndole al Espíritu Santo que le dirija (1) en la forma que usted se prepare, (2) en lo que usted dice en clase, (3) en la forma que usted responde a los comentarios o preguntas de los miembros de la clase, y (4) en la manera que usted le da tiempo al Espíritu para que hable a los corazones de los miembros del grupo mientras cada sesión progresa.

Involucre a los participantes

Acentúe la importancia de leer con anticipación los capítulos asignados, de esta manera cada uno estará preparado y la discusión fluirá del material que el autor ha escrito. Los estudios muestran de sobra que las mujeres leen los libros de ayuda más que los hombres. Usted podrá señalar esto en una manera alegre y decirles a los hombres que también necesitan leer sin confiar en sus esposas para “predigerir” lo que leen.

Las reuniones están interconectadas para facilitar la transición de manera informal, sin la amenaza de abrir con preguntas y actividades que permitan la comparación de ideas y percepciones. Finalmente, las parejas se ven a sí mismas en un ambiente de apoyo con la opción de escoger comportamientos y actitudes que tendrán un impacto positivo en su relación. Se han provisto múltiples opciones y usted está en libertad de escoger la opción que se adapte mejor a usted y a su grupo.

Sumario de la reunión

- **Capte el interés:** Dinámica de presentación.
- **Trabajando juntos:** El grupo compara ideas y percepciones. (Vea el Apéndice 2 para información más profunda acerca de cómo facilitar las discusiones y actividades en el grupo).
- **Tiempo en pareja:** Las parejas individualmente intercambian ideas y pensamientos basados en lo que han aprendido en la sesión. ¡Cuidado! En esta sección probablemente se producirán algunas respuestas emocionales. No se apresure para interferir. Comunique esta posibilidad a su grupo para que si sucede, no los agarre desprevenidos.
- **Viendo hacia adelante:** Distribuya los folletos “Tome tiempo para ser un matrimonio”. Estos folletos incluyen una variedad

de actividades que pueden ayudar a las parejas a aplicar lo que han aprendido en la sesión. **IMPORTANTE:** Estas asignaciones, a menudo, son muy personales y están destinadas para que los participantes las hagan en sus casas.

- **Cierre:** Oración por el líder del grupo.

Arreglos del ambiente

Asegúrese que los lugares estén arreglados para que cada uno tenga acceso visual entre sí, frente a frente, en el grupo. Se creará un ambiente que no dependa de un patrón predecible de la respuesta de los miembros del grupo. Por ejemplo, si el grupo siempre está en círculo, será fácil solamente sentarse alrededor del círculo. El principal problema con esto es que hay veces cuando un miembro en particular puede que no desee responder, pero siente que lo debe hacer porque es su turno. También, pruebe evitar colocar las sillas en fila.

Dé tiempo a las parejas para que hablen en voz baja y directamente entre sí en respuesta a alguna de las preguntas. (Vea “Tiempo en pareja” en la sección “Sumario de la reunión”).

Asegúrese de un ambiente bien iluminado y cómodo, donde las temperaturas extremas o una luz muy pobre no lleguen a ser elementos distractores.

Tecnología multimedia

Ya sea que usted reciba a su grupo en la iglesia o en un hogar, siempre prepare todo con anticipación y use presentaciones multimedia y videoclips entre otros. ¡Cuidado! Siempre existirá la probabilidad de problemas técnicos. Sería sabio tener siempre otra opción en caso de que la tecnología no funcione.

Recursos

El sitio de Internet <www.editorialcnp.com> tiene muchos otros recursos que puede usar para implementar los asuntos discutidos en la Guía para el líder.

Reunión

2

Capítulo 1

Una perspectiva bíblica del matrimonio

Objetivo de la reunión: Desafiar a las parejas a examinar lo sublime y santo de la visión del matrimonio presentados en la Biblia; y descubrir cómo, aplicando esas verdades bíblicas, pueden nutrir y hacer crecer un matrimonio que refleje la imagen de Dios.

Prepárese para dirigir

- Asigne a alguno que prepare el café, agua, etc.
- Esté preparado para compartir qué fue lo que le gusto de su cónyuge “a primera vista”.
- Pida a alguna persona que comparta uno o dos puntos de vista bíblicos nuevos descubiertos en este capítulo.
- Haga copias del folleto 3 “El hace - ella hace” para cada participante.
- Haga copias de la sesión 2 “Tome tiempo para ser un matrimonio” (folleto 4).

*Notas
del líder*

Capte el interés

Comparta brevemente qué fue lo que hizo que su cónyuge lo cautivara “a primera vista”. Pida a cada pareja que reflexione en qué fue lo que les cautivó “a primera vista”. Invite a las parejas a que compartan las respuestas con el grupo.

Trabajando juntos

Pida, a la persona con la cuál arregló con anterioridad, que comparta uno o dos puntos de vista bíblicos nuevos descubiertos mientras leían el capítulo.

Pregunte: “¿Hubo alguna verdad que usted ya creía y le ha sido confirmada?”

Hable acerca del significado del término hebreo “ezer” (pp.14-17) en la idea tradicional que los hombres son dominantes de alguna forma.

Diga: “Nuestra sociedad está presta a ofrecer opiniones y sugerencias para los roles que piensan que los hombres y las mujeres deben jugar”.

- Pida a los participantes que mencionen algunas de esas opiniones o sugerencias.
- Comparen esas opiniones o sugerencias con el punto de vista bíblico en Efesios 5:21-33 presentado en el libro de estudio (pp.26-28).
- Pregunte: “¿Cómo ha cambiado su comprensión acerca de la intención de Dios para el matrimonio?”

Tiempo en pareja

Distribuya el folleto 3 “El hace... ella hace”. Instruya a las parejas para que completen el estudio y las preguntas para discusión.

Viendo hacia delante

Pida al grupo que lea el capítulo 2, “Los compromisos de un matrimonio perdurable.” Sugiera que hagan algunas notas para discutir o compartir con el grupo.

Distribuya el folleto 4 “Tome tiempo para ser un matrimonio” de la reunión 2. Anime a las parejas a hacer por lo menos una de las opciones antes de la próxima reunión.

Cierre

Termine con oración pidiendo a Dios que bendiga los matrimonios de las parejas que se han comprometido a participar en el estudio de este libro. Pida su divina presencia y las bendiciones mientras estas parejas trabajan para crear matrimonios de acuerdo a la voluntad de Dios.

Control del estrés en el matrimonio

Objetivo de la reunión: Ayudar a las parejas a entender que el estrés es una experiencia común e inevitable en el matrimonio, y darles maneras para manejarlo.

Prepárese para dirigir

Notas del líder

- Asigne a alguno que prepare el café, agua, etc.
- Haga una copia del folleto 14, “La esposa”.
- Asigne a alguno para que lea “La esposa” (Folleto 14).
- Esté preparado o haga arreglos para que una pareja comparta acerca de sus vacaciones y cómo esto impactó su perspectiva en la vida, nivel de estrés, etc.
- Esté preparado o haga arreglos para que una pareja comparta acerca de alguna situación “tsunami” que hayan experimentado en su matrimonio.
- Esté preparado o haga arreglos para que una pareja hable acerca de una “ola de calor” que hayan experimentado en su matrimonio.
- Consiga tres pelotas u otros objetos que no se quiebren para que cada pareja use en el “Acto de malabarismo”.
- Tenga disponible papel y lápiz para que las parejas hagan una lista de prioridades (vea el Acto de malabarismo”).
- Haga copias el folleto 15 “Tome tiempo para ser un matrimonio” de la sesión 6.

Capte el interés

Escoja una de las siguientes opciones.

- Cuente (o asigne de antemano a una pareja) las vacaciones o el viaje más sobresalientes que hayan

tenido. Comparta cómo esto impactó su perspectiva en la vida, nivel de estrés, etc.

- Pida a algún miembro del grupo que lea la historia “La esposa” (Folleto 14).

La esposa

Una mujer acompañó a su esposo a la oficina del doctor. Después de un chequeo, el doctor llamó a la esposa para hablarle a solas.

Él le dijo: “Su esposo está sufriendo de un desorden muy severo de estrés. Si usted no sigue mis instrucciones cuidadosamente, su esposo seguramente morirá”.

“Cada mañana hágale un desayuno saludable” continuó. “Sea complaciente todo el tiempo. Para el almuerzo hágale una comida nutritiva. Para la cena prepare una buena y especial comida para él”. No lo cargue con quejas. No discuta sus problemas con él; esto sólo lo hará estresarse más. No lo regañe. Y lo más importante, haga el amor con él regularmente”.

“Si usted puede hacer esto por los próximos 10 meses a un año, yo pienso que su esposo recuperará su salud completamente”.

En el camino de regreso a la casa, el esposo le preguntó a su esposa: “¿Qué dijo el doctor?”

Ella respondió: “Él dijo que te vas a morir”.

Diga: “Esperamos que mientras usted lee el capítulo esta semana y mientras discute este capítulo, podamos encontrar mejores soluciones para el estrés”.

Que el grupo participe en el ejercicio sugerido para bajar el estrés, el cual aparece en la página 90 del libro:

Baje los hombros y deje que sus codos reposen en los huesos de sus caderas. Luego cierre su boca (con los hombros relajados), y respire profundamente por la nariz desde el diafragma. Haga diez respiraciones profundas. Deje que su cabeza caiga hacia su pecho para relajar los músculos del cuello. Permita que sus

manos y brazos caigan a los costados. Progresivamente tense y luego relaje los músculos en su cuerpo, comenzando con sus pies y trabajando hacia arriba.

Trabajando juntos

Que una pareja (puede ser usted y su cónyuge) comparta acerca de alguna vez en que sintieron la amenaza de un “tsunami”. Pregunte: “¿Cómo respondió usted al estrés?” “¿Qué notó usted en su cónyuge durante el estrés?”

Que una pareja (puede ser usted y su cónyuge) hable acerca de alguna “ola de calor” que experimentaron en el matrimonio. Pregunte: “¿Cómo respondió usted al estrés?” “¿Qué notó usted en su cónyuge durante el estrés?”

Revise y discuta “El método AAA” para manejar el estrés (pp.99-104).

Anticipe

Admita

Ajuste

Tiempo en pareja

Acto de Malabares. Distribuya tres pelotas pequeñas u otros artículos pequeños que no se quiebren) a cada pareja. Que uno de cada pareja principie por tirar y agarrar una pelota a la vez. Agregue una segunda pelota y entonces la tercera (si fuera posible). Ahora que la otra persona pruebe a hacer lo mismo.

Después que la pareja haya “probado” a mantener las tres bolas jugando al mismo tiempo, diga: “Probar a hacer malabares es similar a manejar las responsabilidades matrimoniales de día a día.

Distribuya papel y lápices. Que las parejas recopilen una lista de las responsabilidades de cada día que les toca “hacer malabares”. Pida que ellos las pongan en una lista de prioridades. Instruya que ellos dialoguen acerca de cómo pueden ayudarse mutuamente para eliminar algo de su estrés.

*Notas
del líder*

Listo (o no) Aquí viene. Describa tan cuidadosa y específicamente como pueda qué intenta hacer para prepararse para el próximo: Tsunami. En la próxima “ola de calor”, ¿qué necesitará usted de su cónyuge?

Viendo hacia adelante

Pida al grupo que lea el capítulo 6, “Edificando y manteniendo una relación íntima.” Sugiera que hagan algunas notas que podrían discutir o compartir con el grupo.

Distribuya el folleto 15 “Tome tiempo para ser un matrimonio” de la reunión 6. Anime a las parejas a completar las tareas antes de la próxima reunión.

Cierre

Ore admitiendo la realidad del estrés en nuestro mundo. Pida a Dios gracia y paz sobre las parejas mientras ellas luchan con el estrés diario. Ore pidiendo a Dios su misericordia y fortaleza para los inesperados tsunamis que vendrán a sus vidas.