



Discipulado Nazareno Internacional (DNI)



Ministerio entre Adultos

Manual para CAsados FElices 2025

Por Ángel Rodríguez Gómez
Región Mesoamérica. Área México.

Manual para CAsados FElices

Ángel Rodríguez Gómez

Iglesia del Nazareno

Región Mesoamérica

Área México



Título: ***Manual para Casados Felices 2025***
Guía de estudio para Matrimonios

Compilador: *Ángel Rodríguez Gómez*
Diseño: B. Patricia Rubio de Rodríguez

Material producido por: Iglesia del Nazareno, Región Mesoamérica.
Discipulado Nazateno Internacional

Publica y distribuye: DNI, Región Mesoamérica.

Copyright © 2025 Derechos reservados

Se permite la reproducción de este material sin fines comerciales, únicamente para ser utilizado para discipulado en las iglesias.

Todas las citas son tomadas de la Biblia Reina-Valera 1960 (RV1960) por la Sociedad Bíblica Internacional, a menos que se indique lo contrario.

Tabla de contenido

Presentación vii

Introducción ix

Lección 1.	<i>Fortaleciendo las relaciones saludables en familia. Parte 1</i>	1
1.1	Introducción.....	1
1.2	Desarrollo	1
1.2.1	Elementos clave para construir relaciones significativas	1
1.3	Conclusiones	5
Lección 2.	<i>Fortaleciendo las relaciones saludables en familia. Parte 2</i>	8
2.1	Introducción.....	8
2.2	Desarrollo	8
2.2.1	Importancia de la comunicación en el matrimonio.....	8
2.2.2	La importancia de la empatía en el matrimonio.....	10
2.2.3	La importancia de buscar soluciones juntos	11
2.2.4	La importancia de la paciencia y la tolerancia.....	12
2.3	Conclusiones	13
Lección 3.	<i>Aprendizaje bíblico integral en la familia</i>	15
3.1	Introducción.....	15
3.2	Desarrollo	15
3.2.1	Importancia del aprendizaje bíblico en la familia	15
3.2.2	Estrategias para el aprendizaje bíblico en la familia	16
3.2.3	Superando desafíos en el aprendizaje bíblico familiar	17
3.2.4	Enseñando valores bíblicos en la familia	18
3.2.5	Integrando el aprendizaje bíblico en la vida cotidiana	19
3.2.6	Fomentando la participación activa de los niños en el aprendizaje bíblico.....	20
3.3	Conclusiones	21
Lección 4.	<i>La Oración Ferviente en la familia cristiana</i>	23
4.1	Introducción.....	23
4.2	Desarrollo	23
4.2.1	Beneficios de la oración en la familia.....	23
4.2.2	Cómo establecer un tiempo de oración en familia.....	25
4.2.3	La oración como herramienta para resolver conflictos familiares.....	26
4.2.4	La oración como fuente de fortaleza y esperanza en tiempos difíciles	27
4.2.5	La oración como forma de agradecimiento y alabanza a Dios.....	28
4.3	Conclusiones	29

Lección 5.	<i>Matrimonios Alcanzando Compasivamente a otros para Cristo.....</i>	31
5.1	Introducción	31
5.2	Desarrollo.....	31
5.2.1	La importancia del testimonio cristiano en el matrimonio	31
5.2.2	Cómo alcanzar a otros para Cristo como matrimonio cristiano	32
5.2.3	Superando obstáculos y desafíos al alcanzar a otros para Cristo	33
5.2.4	La importancia de la unidad y el compromiso en el matrimonio cristiano	34
5.2.5	Cómo mantener el enfoque en el propósito de alcanzar a otros para Cristo.....	35
5.3	Conclusiones	36
Lección 6.	<i>Equipando a la familia para Servir.....</i>	38
6.1	Introducción	38
6.2	Desarrollo.....	38
6.2.1	Importancia de involucrar a la familia en los ministerios cristianos.	38
6.2.2	Preparación espiritual de la familia	39
6.2.3	Identificación de los dones y talentos familiares	40
6.2.4	Capacitación y formación en los ministerios cristianos.....	41
6.2.5	Integración de la familia en los ministerios de la iglesia	42
6.3	Conclusiones	43
Lección 7.	<i>Tomando Decisiones Sabias.....</i>	45
7.1	Introducción	45
7.2	Desarrollo.....	45
7.2.1	Principios bíblicos para tomar decisiones.....	45
7.2.2	La importancia de tomar decisiones sabias.....	48
7.2.3	Buscando la sabiduría divina	48
7.2.4	Proceso para tomar decisiones sabias.....	49
7.2.5	Enseñando a nuestros hijos a tomar decisiones.....	50
7.3	Conclusiones	52
Lección 8.	<i>Venciendo juntos los obstáculos</i>	54
8.1	Introducción	54
8.2	Desarrollo.....	54
8.2.1	La unidad, ante todo.....	54
8.2.2	Desarrollando nuestra fe para vencer las dificultades.....	55
8.2.3	La perseverancia como clave del éxito.....	56
8.2.4	El apoyo mutuo con otras familias de la fe.....	57
8.3	Conclusiones	58
Lección 9.	<i>Apoyo Emocional en el matrimonio.....</i>	60
9.1	Introducción	60
9.2	Desarrollo.....	60
9.2.1	El apoyo emocional en el matrimonio	60
9.2.2	Principios bíblicos para brindar y recibir apoyo emocional.....	62
9.2.3	Herramientas Prácticas para Fortalecer el Apoyo Emocional	63
9.3	Conclusiones	65

Lección 10.	<i>Educando a nuestros hijos con amor</i>	67
10.1	Introducción	67
10.2	Desarrollo	67
10.2.1	Desarrollando la comunicación adecuada	68
10.2.2	La paciencia y la comprensión en la educación amorosa	69
10.2.3	Disciplina amorosa	71
10.2.4	Invierta tiempo con sus hijos	72
10.3	Conclusiones	73
Lección 11.	<i>Enseñando a los hijos a portarse responsablemente</i>	75
11.1	Introducción	75
11.2	Desarrollo	75
11.2.1	¿Qué es ser persona responsable?	75
11.2.2	Ayudas para desarrollar la responsabilidad de los hijos	76
11.2.3	Diferentes maneras de ser responsable	79
11.3	Conclusiones	79
Lección 12.	<i>Aprendiendo a manejar el enojo</i>	82
12.1	Introducción	82
12.2	Desarrollo	82
12.2.1	El enojo y sus consecuencias	82
12.2.2	Cómo manejar nuestro enojo	84
12.2.3	Cómo ayudar a nuestros hijos a manejar su enojo	86
12.3	Conclusiones	87

Presentación

El Discipulado Nazareno Internacional (DNI) de la Iglesia del Nazareno se organiza desarrollando los Ministerios entre Adultos, Ministerios entre Jóvenes y Ministerios entre los Niños.

Este material es parte del Ministerio entre Adultos del DNI y tiene como objetivo ayudar a los miembros de la Iglesia del Nazareno a conocer la enseñanza bíblica sobre la vida santa del matrimonio y llevarla a la práctica en su diario vivir, a fin de crecer a semejanza de Jesucristo.

Las áreas de este ministerio para los matrimonios y sus objetivos son los siguientes:

A. Área espiritual:

- Motivar a las parejas a consagrarse bajo la dirección del Espíritu Santo.
- Hacer evangelismo personal con otras parejas.
- Fortalecer la adoración a Dios y la vida devocional.

B. Área ministerial:

- Reconocer que los matrimonios tienen responsabilidad para la preservación y crecimiento de la obra de Dios.
- Trabajar en la edificación familiar y de la iglesia.
- Facilitar el servicio de los matrimonios en la iglesia.

C. Área familiar:

- Construir su hogar sobre los principios y valores del Reino de Dios manifestados en la Biblia.
- Aplicar principios y valores bíblicos para la buena relación matrimonial.
- Aplicar principios y valores bíblicos para la crianza de los hijos.

El libro contiene 12 lecciones que pueden ser compartidas una por mes en las reuniones de los matrimonios. Cada lección contiene:

Objetivos de aprendizaje.

Se refieren a los logros que se esperan del alumno al terminar el estudio de la lección.

Introducción.

Es una presentación inicial que contextualiza el tema a abordar, a fin de poner en antecedente al lector.

Desarrollo del tema.

Estas lecciones se han escrito en lenguaje sencillo, dinámico y conectado con las ideas del mundo contemporáneo, a fin de facilitar su uso para la enseñanza.

Conclusión de la enseñanza principal.

Al final de cada lección se provee una conclusión breve de lo aprendido, que puede ser usada al final de la clase como cierre y en la siguiente sesión para recordar los temas tratados.

Dinámicas o actividades:

Se sugieren actividades o dinámicas de aprendizaje individuales o grupales relativas al tema estudiado. Estas pueden reproducirse para los participantes, aunque lo más recomendable es que cada participante tenga su propio libro.

Introducción

De acuerdo con nuestro nuevo Reglamento de DNI, podemos recordar nuestro propósito:

El propósito de DNI es ayudar a las iglesias locales a:

- a. Alcanzar a los no creyentes para Jesús*
- b. Establecer a los nuevos creyentes en su fe en Cristo*
- c. Caminar con los creyentes hacia una vida totalmente entregada, de corazón limpio, que dé frutos y sea llena del Espíritu.*

Para el logro de tal propósito debemos promover los siguientes Principios medulares.

DNI promueve los siguientes cinco principios medulares que son esenciales para el proceso del discipulado:

- a. Oración ferviente*
- b. Alcance compasivo*
- c. Aprendizaje bíblico integral*
- d. Mentoría y capacitación intencionales*
- e. Relaciones auténticas*

En este año eclesiástico vamos a estudiar a través de las lecciones de nuestro Manual de CaFe cómo podemos poner en práctica dichos valores, de tal forma que impactemos en una mejor formación de discípulos con los cuales recorrer juntos el Sendero de la Gracia.

Lección 1. **Fortaleciendo las relaciones saludables en familia. Parte 1.**

Texto Bíblico: Filipenses 2:3-4 NTV

Sean humildes, es decir, considerando a los demás como mejores que ustedes. No se ocupen solo de sus propios intereses, sino también procuren interesarse en los demás.

Competencias:

- **Practica** el respeto y fomentar el respeto en su familia.
- **Evalúa** si ha desarrollado confianza en la familia.
- **Practica** el perdón y la reconciliación en el seno familiar.

1.1 Introducción

El matrimonio cristiano es de vital importancia porque refleja la relación entre Cristo y su iglesia, y es considerado sagrado y bendecido por Dios. Es una institución divina que promueve la unidad, el compañerismo y el amor entre un hombre y una mujer.

Además, el matrimonio cristiano ofrece un entorno propicio para criar hijos en un ambiente de fe y valores cristianos, y es una oportunidad para crecer en santidad. Por lo tanto, es fundamental valorar y cultivar el matrimonio cristiano para experimentar una relación plena y significativa.

El propósito del matrimonio cristiano es vivir en unidad y armonía, ayudándose mutuamente a crecer en la fe, honrando a Dios con nuestras acciones y palabras, y compartiendo su amor con aquellos que nos rodean. Como esposos cristianos, tenemos la responsabilidad de cuidar y fortalecer nuestra relación para cumplir este propósito divino y alcanzar una plenitud y felicidad duradera.

Como un apoyo para lograr lo anterior, en esta lección vamos a aprender algunas bases para desarrollar relaciones saludables dentro del matrimonio y en la familia.

1.2 Desarrollo

1.2.1 Elementos clave para construir relaciones significativas

Construir relaciones significativas en el matrimonio es fundamental para fortalecer la unión de la pareja. Para lograrlo, se requieren algunos elementos clave:

- a) el respeto mutuo.
- b) la confianza y
- c) el perdón y la reconciliación.

De ellos hablaremos a continuación.

A. La importancia del respeto mutuo

El amor debe ser sincero. Aborrezcan el mal; aférrense al bien. Ámense los unos a los otros con amor fraternal, respetándose y honrándose mutuamente. Romanos 12:8-9 NVI

El respeto mutuo implica valorar y apreciar a nuestra pareja como persona, reconociendo su dignidad, derechos y opiniones. Esto implica tratarlo con cortesía, amabilidad y consideración en todo momento.

Demostrar respeto mutuo implica evitar insultos, críticas destructivas o descalificaciones. En cambio, debemos fomentar un clima de respeto en el que la comunicación sea abierta y respetuosa. Cuando nos tratamos con respeto, promovemos la confianza y fortalecemos el amor y la unidad en el matrimonio.

El respeto nos lleva a aceptar a la persona aun cuando sus opiniones no concuerden con la nuestra. Ello es porque valoramos a cada integrante de la familia. Al respecto, Sara Tarrés (s.f.) nos da algunos consejos sobre cómo podemos como padres inculcar el respeto en los hijos. Estos son parte de sus consejos:

1. Ofrecer el mejor ejemplo. Cuando los hijos viven en un entorno respetuoso y tranquilo es más probable que ellos lo sean también. Recuerden que ellos aprenden desde niños por imitación. Si las faltas de respeto entre los padres son frecuentes generan el clima propicio para que surja la intolerancia y la agresividad en nuestros hijos.
2. Escuchar sin interrumpir sus opiniones. Debemos dar la misma importancia a ellos y a sus problemas. Aprendamos a escucharlos y seamos empáticos con ellos.
3. Ser sinceros en nuestros mensajes. Debemos cuidar de no o mentirles, ni engañarles. De no hacer esto, se reducirá su respeto y provocará que no vuelvan a confiar en nosotros.
4. Ser amables en el trato con ellos. Enfoquémonos en enseñar expresiones atentas en ellos, tales como "por favor", "gracias", "lo siento". Debemos ser humildes y pedir perdón en caso al equivocarnos, reconocer nuestros errores y agradecerles su esfuerzo al ayudarnos.
5. Evitar gritarles. Los gritos no aumentan nuestra autoridad ni credibilidad ni infunden respeto. Los gritos y las malas formas fomentan el miedo y produce un alejamiento de nuestros hijos hacia nosotros.

B. La confianza como base fundamental

Para cultivar la confianza, es importante ser honestos y transparentes en nuestras acciones y palabras. Cumplir nuestras promesas y compromisos fortalece la confianza mutua. Además, es fundamental respetar la privacidad del otro y mantener la confidencialidad de las conversaciones íntimas. La confianza se construye a través de la fidelidad y la lealtad, demostrando que somos dignos de confianza en todos los aspectos de la vida conyugal. Cuando confiamos en nuestra pareja y nos sentimos confiados en nosotros mismos, se fortalece el

vínculo matrimonial y se crea un ambiente de seguridad y estabilidad emocional. Algunas razones por las cuales es importante generar confianza en el matrimonio y en la familia son:

- Fortalece vínculos. Al enseñar enseñan a sus hijos a tener confianza en ellos, sin importar la situación que está pasando y lo demuestran con hechos, se irán fortaleciendo los lazos entre ellos. Tanto el padre como la madre se deben ganar su propia confianza. Usualmente los hijos perciben que su mamá está más cercana y disponible, por lo que el padre debe esforzarse por ganar también esa confianza
- Todos pueden expresarse sin miedo. El expresar los sentimientos, emociones, pensamientos e ideas personales sin temor al rechazo hace que cada integrante pueda ir confiando más en los otros. Ello hará que exista la confianza para buscar su apoyo en los temas más difíciles.
- Ayuda a la autoestima. Un buen ambiente de confianza en la familia nutre y fortalece la autoestima de cada integrante, pues ellos se sentirán apoyados y aceptados por el resto de la familia.
- Mejora la inteligencia emocional. También por la confianza familiar, la inteligencia emocional de cada integrante de la familia va mejorando. Para ello es necesario que sepan identificar los sentimientos de los demás y aceptarlos, sepan expresar los propios, entre otros aspectos más.

Es bueno identificar si existe confianza en nuestro matrimonio. Podemos evaluar si hay falta de ésta. Algunos síntomas de falta de confianza pueden ser (Terapia familiar, s.f.):

- Hay falta de comunicación. ¿Adolecen de habilidades comunicativas sean orales o verbales? ¿Practican la comunicación asertiva?
- Te da miedo expresar tus ideas. ¿Han observado como los demás integrantes se retienen para no expresar lo que piensan, ya sea en temas importantes o triviales?
- No se permiten expresar las emociones. Es visible que en ocasiones al mostrar alguien sus emociones se generan rechazo y malestar.
- Todo parece estar bien. Si cuando preguntas a tu familia sobre cómo les fue en su día y responden siempre que “está todo perfecto”, es muy probable que ellos no tengan la confianza para compartir con los demás miembros si algo malo está pasando.

Elizabeth McBride (s.f.) nos comparte los siguientes consejos para generar autoconfianza en nuestros hijos:

- Prepárelos para el éxito. Ayuden a sus hijos, aun desde niños a aceptar retos adecuados a su edad y madurez. Ayúdelos a aceptar retos que estén justo fuera de sus habilidades o zona de comodidad actual, para que sigan con su desarrollo.
- Aproveche sus fortalezas. Anime a sus hijos a explorar sus intereses. De esa manera su autoestima crecerá mientras descubren sus propias fortalezas y talentos.
- Anímelos a perseverar. Cuando sus hijos se topan con un obstáculo y quieran rendirse, apóyelos con suave tono de voz para que lo vuelvan a intentar. Se sorprenderá que, desde temprana edad, incluso a los dos años, se puede lograr esto. Personalmente lo he visto con mi nieto mayor y sus padres.

- Halague su esfuerzo. Me encanta escuchar a mi hija y mi yerno expresar al nieto "Buen trabajo", "Buen intento" y animarlo a hacer nuevamente alguna actividad. Elizabeth McBride (s.f.) nos pide centrarnos en el esfuerzo que han demostrado diciendo algo como "¡Estudiaste tanto! De verdad que estoy muy orgulloso de ti".
- Enséñeles a recuperarse de los problemas. Cuando sus hijos se sientan frustrados escúchenlos y traten de entender sus sentimientos. Aquí será de gran ayuda apoyarlo para con palabras tales como "Esto está bien difícil, ¿verdad?". Luego, ayúdele a explorar otras posibilidades para lograr lo que pretendía.
- No critique. Cuando su hijo se equivoque no lo condene con una crítica. En su lugar mejor pregúntele cómo se siente sobre su error y escuche sus respuestas. Ayúdelo a pensar en lo que podría hacer la próxima vez que le pase.
- Modele la autoconfianza. Muestrea sus hijos cómo ustedes manejan nuevos retos. Pídales ideas sobre cómo podría abordar el reto.

C. La importancia del perdón y la reconciliación

Para ayudarles a meditar en el perdón que nos debemos conceder en el matrimonio y en la familia, los animamos a meditar en los siguientes pasajes de la Biblia junto a tu cónyuge:

Sopórtense unos a otros, y perdónense si alguno tiene una queja contra otro. Así como el Señor los perdonó, perdonen también ustedes. Colosenses 3:13 DHH

Tener amor es saber soportar; es ser bondadoso; es no tener envidia, ni ser presumido, ni orgulloso, ni grosero, ni egoísta; es no enojarse ni guardar rencor; es no alegrarse de las injusticias, sino de la verdad. Tener amor es sufrirlo todo, creerlo todo, esperarlo todo, soportarlo todo. 1 Corintios 13:4-7 DHH

Sean buenos y compasivos unos con otros, y perdónense mutuamente, como Dios los perdonó a ustedes en Cristo. Efesios 4:32 NVI

El perdón desempeña un papel fundamental en el matrimonio, ya que permite sanar las heridas emocionales y fortalecer el vínculo de confianza entre los cónyuges. Sin el perdón, los resentimientos y las amarguras pueden acumularse, creando barreras en la comunicación y generando conflictos constantes. Es necesario reconocer que, en cualquier relación, habrá errores y acciones que puedan lastimar, pero es importante tener la disposición de perdonar y dejar el pasado atrás para construir un futuro basado en el perdón.

1. **Reconocer la necesidad de perdonar** es el primer paso para sanar las heridas emocionales en el matrimonio. Es importante comprender que el perdón no implica olvidar lo sucedido, sino liberarse del peso emocional que genera el resentimiento y abrir la puerta a una reconciliación genuina. Hay que reconocer que todos somos seres imperfectos y que cometeremos errores puede ayudarnos a comprender la importancia de perdonar y brindar una oportunidad para reconstruir la confianza en la relación matrimonial.

2. **Aprender a perdonar y dejar ir el resentimiento.** Ello requiere tiempo y esfuerzo, pero es esencial para la salud del matrimonio. Es importante reflexionar sobre nuestras propias emociones y buscar comprender los motivos detrás de las acciones de nuestra pareja. Practicar la empatía y ponerse en el lugar del otro puede ayudarnos a encontrar compasión y comprensión, facilitando así el proceso de perdón. Además, debemos comunicar nuestros sentimientos y permitir que nuestra pareja exprese su arrepentimiento y deseo de cambio.
3. **Construir un futuro basado en el perdón.** Esto implica dejar las heridas del pasado atrás y comprometerse a trabajar juntos para fortalecer la relación matrimonial. Esto implica establecer límites claros, respetar y perdonar los errores del otro, y comprometerse a no utilizar el pasado como arma en futuras discusiones. Al construir un futuro basado en el perdón, se crea un ambiente de confianza y seguridad que permite a ambos cónyuges crecer como individuos y fortalecer su compromiso mutuo.

Reconocer nuestros errores y pedir perdón a nuestra pareja nos ayuda a sanar heridas y a fortalecer el lazo marital. Asimismo, es fundamental ser capaces de perdonar a nuestra pareja cuando comete errores. El perdón no significa olvidar, sino dejar de alimentar sentimientos de resentimiento y rencor.

La reconciliación implica restaurar la armonía y la unidad en la relación, superando los conflictos y buscando soluciones juntos. El perdón y la reconciliación nos permiten crecer como individuos y como pareja, fortaleciendo nuestros lazos espirituales y emocionales en el matrimonio.

Como lo expresa Juan Rojas (2016):

Desde la cruz podemos entrever la eficacia del amor que se entrega, del perdón que duele, de las consecuencias últimas del verdadero amor. Que nuestra vida como pareja refleje la verdadera reconciliación cristiana donde se reconoce los errores, se pide perdón por ellos, se aprende de esa experiencia y se toma la decisión de no cometerlos de nuevo. Una transformación a través de la gracia en la que cada perdón es un paso hacia una mejor vida de pareja

1.3 Conclusiones

Hemos valorado la importancia de las relaciones saludables en el matrimonio y en la familia. Sin duda que de lograrlo seremos más eficientes para criar de manera saludable a nuestros hijos. Pero no solo eso, sino que también podremos impactar a otros matrimonios con nuestro testimonio, para que conozcan de Cristo.

Para ello debemos trabajar en nuestra familia en aspectos tales como el respeto mutuo, la confianza, así como el perdón y la reconciliación. Oremos para que con ayuda de Dios lo logremos en cada una de nuestras familias.

Mi compromiso con Dios

Ejercicios de reflexión y aplicación práctica

1. ¿Cómo pueden fomentar el respeto mutuo en tu familia?

2. ¿Cuáles de los consejos de Elizabeth McBride para generar autoconfianza en nuestros hijos crees que te falta aplicar en tu familia?

3. ¿De qué forma practicas el perdón y la reconciliación en tu matrimonio y con tu familia?

Referencias bibliográficas

McBride, Elizabeth. (s.f.). **Logre que su hijo tenga más confianza en sí mismo.**

<https://getparentingtips.com/espanol/ninos/desarrollo/logre-que-su-hijo-tenga-mas-confianza-en-si-mismo/>

Rojas Hernández, Juan. (2016). **En el amor bíblico, el perdón de la pareja es cosa diaria.**

<https://blog.bible/blog-de-la-biblia/entry/en-el-amor-biblico-el-perdon-de-la-pareja-es-cosa-diaria>

SAFE. (s.f.). **Cómo Desarrollar Relaciones Saludables.** <https://www.safeaustin.org/es/our-issues/how-to-develop-healthy->

[relationships/#:~:text=Las%20relaciones%20sanas%20se%20construyen,ser%20f%C3%ADsicos%2C%20emocionales%20y%20sexuales.](#)

Tarrés, Sara. (s.f.). **10 consejos para que los niños respeten a sus padres.**

<https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/conducta/10-consejos-para-que-los-ninos-respeten-a-sus-padres/>

Terapia de familia (s.f.). **Confianza en la familia: Su importancia y beneficios.**

<https://blog.psicocentrofc.com/terapia-de-familia/confianza-en-la-familia/>

Lección 2. **Fortaleciendo las relaciones saludables en familia. Parte 2.**

Texto Bíblico: Efesios 4:29 TLA

No digan malas palabras. Al contrario, digan siempre cosas buenas, que ayuden a los demás a crecer espiritualmente, pues eso es muy necesario.

Competencias:

- **Practica** la empatía en el matrimonio y la familia.
- **Busca** solución en aquellos temas que causan conflicto en el matrimonio.
- **Explica** cómo la paciencia y tolerancia contribuyen a una buena comunicación.

2.1 Introducción

Hemos venido estudiando como fortalecer las relaciones saludables y auténticas en el matrimonio y en la familia. Este valor medular del Discipulado Nazareno Internacional (DNI) es fundamental para construir matrimonios saludables en los cuales los hijos puedan ser discipulados.

También es de gran relevancia pues al construir matrimonios con relaciones saludables, estamos preparados para compartir con otros acerca de nuestra fe en Cristo Jesús.

Por ello en esta segunda parte vamos a abordar otros elementos que contribuyen a construir relaciones saludables. En esta lección nos vamos a concentrar en la buena comunicación, la empatía, así como en buscar soluciones juntos.

2.2 Desarrollo

2.2.1 Importancia de la comunicación en el matrimonio

La comunicación en el matrimonio es fundamental para mantener una relación sólida y saludable. A través de una comunicación abierta y honesta, las parejas pueden resolver conflictos, expresar sus sentimientos y construir un vínculo más estrecho.

Su comunicación puede determinar la dirección de su matrimonio. Por eso deben tener mucho cuidado con sus palabras y con la manera en la que se comunican con su cónyuge. Ámense el uno al otro y asegúrense de que sus palabras siempre confirmen ese amor.

Manzana de oro con figuras de plata es la palabra dicha como conviene. Proverbios 25:11

El hombre bueno, del buen tesoro del corazón saca buenas cosas; y el hombre malo, del mal tesoro saca malas cosas. Mas yo os digo que de toda palabra ociosa

que hablen los hombres, de ella darán cuenta en el día del juicio. Porque por tus palabras serás justificado, y por tus palabras serás condenado. Mateo 12:35-37

Es importante dedicar tiempo para hablar y escuchar activamente a tu pareja, ya que esto fortalecerá la conexión emocional y mejorará la comprensión mutua. Además, expresar tus sentimientos de manera asertiva te permitirá comunicar tus necesidades y deseos de manera efectiva, evitando malentendidos y promoviendo la armonía en el matrimonio.

A) Fortaleciendo el vínculo a través del diálogo

Sea vuestra palabra siempre con gracia, sazonada con sal, para que sepáis cómo debéis responder a cada uno. Colosenses 4:6

El diálogo constante y abierto es una herramienta poderosa para fortalecer el vínculo en el matrimonio. Al dedicar tiempo para conversar sobre diversos temas, las parejas pueden conocerse mejor, comprender sus pensamientos y emociones, y construir una relación más profunda. El diálogo también brinda la oportunidad de resolver problemas y conflictos de manera pacífica y constructiva, evitando que se acumulen resentimientos y tensiones. Al comprometerse a mantener una comunicación fuerte, las parejas pueden cultivar un matrimonio sólido y duradero.

B) Escuchando activamente a tu pareja

Escuchar activamente a tu pareja es esencial para una comunicación efectiva en el matrimonio. Esto implica prestar atención plena a lo que tu pareja está diciendo, sin interrupciones ni distracciones. Al escuchar activamente, puedes comprender mejor los pensamientos, sentimientos y necesidades de tu cónyuge, lo que fortalece la conexión emocional y promueve una mayor intimidad.

La escucha activa también evita malentendidos y conflictos, ya que demuestra respeto y interés genuino por lo que el otro tiene que decir. Al practicar este tipo de escucha, puedes enriquecer tu matrimonio y construir una base sólida para una comunicación abierta y efectiva.

C) Expresando tus sentimientos de manera asertiva

Expresar tus sentimientos de manera asertiva es clave para una comunicación saludable en el matrimonio. Esto implica comunicar tus pensamientos y emociones de manera clara, honesta y respetuosa, sin ser agresivo ni pasivo. Al expresar tus sentimientos de manera asertiva, tu pareja podrá entender tus necesidades y deseos, lo que facilita la resolución de conflictos y el fortalecimiento del vínculo.

Es importante evitar suposiciones y generalizaciones, comunicándote de manera específica y concreta. Al practicar la comunicación asertiva en el matrimonio, puedes construir una relación basada en la confianza, la comprensión y el respeto mutuo.

2.2.2 La importancia de la empatía en el matrimonio

La empatía es la capacidad de comprender los sentimientos, pensamientos o actitudes de otra persona. En la Biblia hay varios ejemplos de empatía que se ponen en práctica.

- Jesús siempre se mostró sensible a la situación de los demás.
- El apóstol Pedro aconsejó a los cristianos diciendo: "sed todos de un mismo sentir, compasivos, amándoos fraternalmente, misericordiosos, amigables" (1 Pedro 3:8).
- El apóstol Pablo también recomendó la empatía cuando exhortó a los cristianos: "Gozaos con los que se gozan; llorad con los que lloran" (Romanos 12:15).

La empatía es fundamental en el matrimonio para fortalecer la conexión emocional entre los cónyuges. Al practicar la empatía, se muestra comprensión y respeto hacia las necesidades emocionales de la pareja, lo cual crea un ambiente de apoyo y comprensión mutua. La empatía permite que ambos se sientan escuchados y comprendidos, lo que a su vez promueve la comunicación abierta y honesta en situaciones difíciles.

A) Comprendiendo las necesidades emocionales de tu pareja

Comprender las necesidades emocionales de tu pareja es esencial para mantener una relación matrimonial saludable y sólida. Al estar atento a las emociones y preocupaciones de tu cónyuge, puedes proporcionar el apoyo y la comodidad que necesita. Esto implica escuchar activamente, validar sus sentimientos y mostrar interés genuino en sus necesidades emocionales. Al comprender y responder de manera empática a las necesidades emocionales de tu pareja, estarás cultivando un ambiente de confianza y cercanía en tu matrimonio.

B) Practicando la empatía en situaciones difíciles

La empatía juega un papel vital al enfrentar situaciones difíciles en el matrimonio. En lugar de buscar culpar o juzgar a tu pareja, practicar la empatía te permitirá ponerse en sus zapatos y comprender su perspectiva. Esto fomenta una comunicación más efectiva y constructiva, ya que evita conflictos y aborda los problemas desde una posición de comprensión mutua. La empatía te permite responder con calma y compasión, lo que puede disminuir la intensidad de las situaciones difíciles y fortalecer la conexión emocional en el matrimonio.

C) Evitando el juicio y mostrando comprensión

Evitar el juicio es crucial para fomentar la empatía en el matrimonio. En lugar de criticar o condenar las reacciones, opiniones o comportamientos de tu pareja, debes esforzarte por comprenderlos. Al hacerlo, estás demostrando respeto y consideración hacia su persona, creando un ambiente de aceptación y apoyo. Mostrar comprensión implica escuchar sin prejuicios, tratar de entender el contexto y las razones detrás de las acciones de tu pareja, y brindar apoyo emocional cuando sea necesario. Esto fortalecerá la confianza y la conexión en el matrimonio.

2.2.3 La importancia de buscar soluciones juntos

Así que, sigamos lo que contribuye a la paz y a la mutua edificación. Romanos 14:19
NTV

En muchos matrimonios se procura evitar abordar aquellos temas que nos causan dificultades por no estar de acuerdo ambas partes en ello. Sin embargo, como lo señala el Blog Got Question (s.f.) "El evitar los conflictos posterga una respuesta adecuada y agrava el problema, porque si se permite que los conflictos empeoren y se queden sin resolver, siempre aumentarán y tendrán efectos negativos en las relaciones".

Por ello, buscar soluciones juntos es fundamental para fortalecer el matrimonio. Cuando ambos cónyuges se comprometen a resolver los problemas de manera conjunta, se crea un ambiente de colaboración y apoyo mutuo. Esto implica reconocer que los desafíos y problemas son responsabilidad de ambos y que ambos tienen la capacidad de encontrar soluciones. Al abordar los problemas juntos, se fortalece la comunicación y se promueve un sentido de trabajo en equipo y solidaridad en el matrimonio.

A) Identificando los problemas y desafíos en el matrimonio

Identificar los problemas y desafíos en el matrimonio es el primer paso para encontrar soluciones. Esto requiere una comunicación abierta y honesta entre los cónyuges, donde cada uno pueda expresar sus preocupaciones y necesidades. Es importante ser consciente de que los problemas pueden ser diversos, como la falta de comunicación, conflictos de intereses, diferencias en los valores o problemas de confianza. Identificar estos problemas permitirá focalizar los esfuerzos en buscar las soluciones adecuadas.

B) Trabajando en equipo para encontrar soluciones

Trabajar en equipo es esencial para encontrar soluciones en el matrimonio. Esto implica compartir responsabilidades y participar activamente en la búsqueda de soluciones. Ambos cónyuges deben estar dispuestos a comprometerse y aportar ideas para resolver los problemas. Es importante recordar que no se trata de ganar una discusión, sino de encontrar soluciones que beneficien a ambos. Al trabajar en equipo, se fomenta el respeto mutuo y se fortalece la conexión emocional en el matrimonio.

C) Comprometiéndose mutuamente a implementar cambios

Para que las soluciones sean efectivas, ambos cónyuges deben comprometerse mutuamente a implementar los cambios necesarios. Esto implica estar dispuestos a dejar atrás viejos patrones y hábitos que puedan estar contribuyendo a los problemas en el matrimonio. El compromiso implica trabajar juntos para establecer metas concretas y realistas, y estar dispuestos a hacer los sacrificios necesarios. Al comprometerse mutuamente, se demuestra el deseo de mejorar y fortalecer la relación, y se crea un ambiente de confianza y crecimiento en el matrimonio.

2.2.4 La importancia de la paciencia y la tolerancia

Las escrituras nos dicen: "Quítense de vosotros toda amargura, enojo, ira, gritería y maledicencia, y toda malicia" (Efesios 4:31).

La paciencia y la tolerancia son fundamentales en el matrimonio para mantener la armonía y superar los desafíos. Es necesario comprender que cada persona tiene diferencias y límites, y aprender a aceptarlos y respetarlos.

Al practicar la paciencia en momentos de conflicto, se evita caer en discusiones acaloradas y se busca una solución de manera calmada. Cultivar la tolerancia implica mostrar comprensión y empatía hacia la perspectiva del otro, lo que promueve un ambiente de armonía y entendimiento mutuo.

A) Aceptando las diferencias y respetando los límites

Aceptar las diferencias entre los cónyuges y respetar los límites de cada uno es esencial para tener un matrimonio saludable. Cada persona tiene su propia personalidad, intereses y formas de ser.

Al reconocer y valorar estas diferencias, se crea un ambiente de respeto y aceptación mutua. Es importante establecer límites claros y respetarlos, lo que garantiza el bienestar emocional y físico de ambos. Aprendiendo a aceptar y respetar las diferencias, se fortalece la conexión entre los esposos y se promueve un matrimonio basado en la igualdad y el respeto.

B) Practicando la paciencia en momentos de conflicto

Y que el Dios de la paciencia y del consuelo os conceda tener el mismo sentir los unos para con los otros conforme a Cristo Jesús. Romanos 15:5 LBLA

En los momentos de conflicto en el matrimonio, la paciencia juega un papel crucial. En lugar de ceder ante la frustración y expresar ira, es necesario practicar la paciencia para mantener la calma y buscar una solución de manera constructiva.

La paciencia evita que las discusiones se conviertan en argumentos destructivos y permite que ambos cónyuges puedan expresar sus puntos de vista de forma tranquila. Al practicar la paciencia, se fomenta un ambiente de entendimiento y se establecen las bases para una comunicación efectiva y respetuosa entre los esposos.

C) Cultivando la tolerancia para fomentar la armonía

La tolerancia es clave para fomentar la armonía en el matrimonio. Cultivar la tolerancia implica comprender y aceptar las diferencias de tu pareja, incluso cuando puedan resultar desafiantes.

Al mostrar tolerancia, se crea un espacio seguro donde ambos cónyuges se sienten valorados y respetados. La tolerancia también implica ser flexible y comprensivo al abordar los conflictos,

buscando siempre una solución que beneficie a ambas partes. Al cultivar la tolerancia, se fortalecen los lazos afectivos y se construye una relación sólida basada en el respeto y la armonía.

2.3 Conclusiones

Hemos estudiado como mejorar la comunicación en el matrimonio y en la familia. Ello nos demanda mejorar nuestras capacidades de saber escuchar activamente a la otra persona, saber expresarnos en un dialogo constructivo y en los mejores términos, así como poder gestionar nuestras emociones para comunicarnos adecuadamente.

También se requiere que podamos practicar la empatía en nuestras relaciones dentro del matrimonio y la familia. Ello nos exige tratar de comprender los sentimientos y emociones de quien se expresa, no emitir juicios condenatorios en aquello en lo que diferimos. Si no, comprender lo ellos piensan y sientan. Eso es una forma de mostrar que en realidad nos importan.

También hemos meditado en la importancia de buscar solución en aquellos temas que causan conflicto en el matrimonio. En el matrimonio y en la familia habrá temas en que tengamos puntos de vista diferentes, pero con la ayuda de Dios podemos encontrar la justa y adecuada solución en medio de cualquier conflicto.

Explicar como la paciencia y tolerancia contribuyen a una buena comunicación.

Mi compromiso con Dios

Ejercicios de reflexión y aplicación práctica

1. ¿De qué manera pueden mejorar la comunicación actual dentro de su matrimonio?

2. ¿Cómo pueden desarrollar una mejor empatía dentro del matrimonio y la familia?

Ejercicios de reflexión y aplicación práctica

3. Identifica un tema en el que usualmente tengan grandes desacuerdos en el matrimonio ¿Cuáles serían los pasos por seguir para poder resolver el conflicto que tienen en esa área?

Referencias bibliográficas

Blog Got Question. (s.f.a). ***¿Qué dice la Biblia sobre la empatía?***

<https://www.gotquestions.org/Espanol/Biblia-empatia.html>

Blog Got Question. (s.f.b) ***¿Qué dice la biblia acerca de la resolución de conflictos?***

<https://www.gotquestions.org/Espanol/14esolución-conflictos.html>

Counseling and family services. (s.f.). ***La comunicación dentro del matrimonio.***

Lección 3.

Aprendizaje bíblico integral en la familia

Texto Bíblico: Deuteronomio 6:6-7

Y estas palabras que yo te mando hoy, estarán sobre tu corazón; y las repetirás a tus hijos, y hablarás de ellas estando en tu casa, y andando por el camino, y al acostarte, y cuando te levantes.

Competencias:

- **Valora** la importancia del estudio bíblico en la familia.
- **Establece** un plan de estudio bíblico en la familia adecuado para cada edad.

3.1 Introducción

El aprendizaje bíblico en la familia es de suma importancia, ya que promueve la transmisión de la fe de generación en generación. La Biblia es la Palabra de Dios y contiene valiosas enseñanzas para guiar nuestras vidas.

Al involucrar a toda la familia en el estudio de la Biblia, se fortalece el conocimiento y comprensión de los principios bíblicos, lo que a su vez fomenta la comunión con Dios y el crecimiento espiritual. Este aprendizaje no solo se basa en adquirir conocimiento, sino también en aplicar los valores y enseñanzas bíblicas en la vida diaria, lo que permite a la familia vivir según la voluntad de Dios.

Por ello en esta lección vamos a estudiar ¿Quién es el principal responsable de la educación bíblica? ¿Cuáles son los principales beneficios del estudio bíblico en familia? ¿Cómo podemos fomentar el estudio bíblico en la familia?

3.2 Desarrollo

3.2.1 Importancia del aprendizaje bíblico en la familia

A. Fundamentos bíblicos para la educación familiar

La educación familiar tiene sus fundamentos en la Biblia, que nos insta a enseñar a nuestros hijos los caminos del Señor. En *Deuteronomio 6:6-7*, se nos manda a que las palabras de Dios estén en nuestros corazones y las enseñemos constantemente a nuestros hijos, en cualquier momento del día y en cualquier situación.

La Biblia contiene principios que nos guían en la crianza de los hijos y nos muestra cómo transmitirles valores éticos y morales desde temprana edad. Estos fundamentos establecen una base sólida para que la educación familiar sea efectiva y trascienda en la vida de todos los miembros de la familia.

B. El papel de los padres en la enseñanza de la Biblia

Los padres tienen un papel fundamental en la enseñanza de la Biblia en la familia. Son los principales modelos y líderes espirituales para sus hijos, y su compromiso con el aprendizaje bíblico influye directamente en la formación de su fe. *Los padres deben asumir la responsabilidad de instruir a sus hijos en los caminos del Señor, dedicando tiempo para leer y estudiar la Biblia juntos, orar en familia y participar activamente en la vida de la iglesia.* Al ser diligentes en la enseñanza bíblica, los padres cultivan un ambiente propicio para el crecimiento espiritual de sus hijos y fortalecen los lazos familiares en torno a la fe cristiana.

C. Beneficios del aprendizaje bíblico en la familia

El aprendizaje bíblico en la familia brinda numerosos beneficios.

- Permite a los miembros de la familia desarrollar un conocimiento profundo de las enseñanzas y valores bíblicos, lo que les ayuda a afrontar desafíos y tomar decisiones basadas en principios sólidos.
- Promueve la unidad familiar al centrarse en la Palabra de Dios, fortaleciendo los lazos entre padres e hijos.
- Crea oportunidades para reflexionar sobre la fe, orar juntos y experimentar un crecimiento espiritual conjunto.
- Este enfoque integral enriquece la vida cotidiana y permite vivir conforme a los mandatos bíblicos, experimentando una vida plena y bendecida por Dios.

3.2.2 Estrategias para el aprendizaje bíblico en la familia

A. Lectura y estudio de la Biblia en familia

La lectura y el estudio de la Biblia en familia son fundamentales para un aprendizaje bíblico integral. Esto *implica dedicar tiempo regularmente para leer las Escrituras juntos, discutir su significado y aplicar sus enseñanzas en la vida cotidiana.* Es importante seleccionar un momento y un lugar adecuados, donde todos los miembros de la familia puedan participar y concentrarse.

Al leer y estudiar la Biblia en familia, se fortalecen los lazos espirituales, se promueve la comprensión y se estimula la reflexión y el diálogo. Además, se crea un ambiente propicio para que los niños y jóvenes puedan hacer preguntas y aprender de la sabiduría y experiencia de sus padres.

B. Devocionales y oración en familia

Los devocionales y la oración en familia son momentos esenciales para fortalecer la vida espiritual en el hogar. Realizar devocionales juntos *implica dedicar un tiempo diario para adorar a Dios, meditar en su Palabra y recibir inspiración espiritual.* Estos momentos pueden incluir cantos, lecturas bíblicas, reflexiones y testimonios personales.

También es importante fomentar la oración en familia, tanto individualmente como en conjunto. A través de la oración, se establece una conexión directa con Dios, se expresan necesidades, se dan gracias y se busca su guía y protección. Los devocionales y la oración en familia promueven la comunión con Dios y fortalecen el vínculo familiar a través de la fe y la confianza en Él.

C. Participación en actividades de la iglesia

La participación en actividades de la iglesia es una estrategia importante para el aprendizaje bíblico en la familia. Asistir a los servicios regulares, grupos de estudio bíblico y programas para niños y jóvenes brinda oportunidades para recibir enseñanza, aprender de otros creyentes y servir a la comunidad de fe.

La iglesia también organiza eventos especiales y actividades temáticas que fortalecen el conocimiento bíblico y fomentan la comunión entre las familias cristianas. Participar en estas actividades proporciona un ambiente de apoyo y crecimiento espiritual, donde la familia puede aprender de líderes y pastores capacitados, establecer relaciones significativas y vivir la fe de manera práctica y relevante.

D. Uso de recursos y materiales didácticos

El uso de recursos y materiales didácticos es una estrategia efectiva para enriquecer el aprendizaje bíblico en la familia. En nuestra Región Mesoamérica existe una amplia variedad de recursos disponibles, como libros, guías de estudio, videos y aplicaciones móviles, que ofrecen diferentes enfoques y formatos de enseñanza. Estos recursos brindan información adicional, ilustraciones visuales y actividades interactivas que ayudan a comprender y aplicar las enseñanzas bíblicas. Puedes accederlos en el siguiente enlace:

<https://www.mesonaz.org/ministerios/discipulado-nazareno-internacional/recursos-dni/>

Al utilizar estos materiales didácticos, se promueve la participación activa de todos los miembros de la familia, se fomenta el aprendizaje práctico y se hace más divertido y atractivo el proceso de adquirir conocimiento bíblico. Además, estos recursos pueden adaptarse a diferentes edades y niveles de comprensión, permitiendo que cada miembro de la familia se beneficie y crezca espiritualmente.

3.2.3 Superando desafíos en el aprendizaje bíblico familiar

El aprendizaje bíblico en la familia puede enfrentar diversos desafíos, pero es importante encontrar formas de superarlos para asegurar que la enseñanza de la Palabra de Dios sea efectiva. A continuación estudiaremos algunos de esos desafíos.

A. Falta de tiempo y prioridades

La falta de tiempo y las prioridades pueden ser un obstáculo para el aprendizaje bíblico en la familia, pero es esencial superar este desafío. Para ello, es importante *establecer una rutina*

familiar que incluya un tiempo específico destinado a estudiar la Biblia. Esto puede implicar ajustar horarios y organizarse de manera eficiente para hacer tiempo para el aprendizaje.

Asimismo, es crucial tener claras las prioridades y reconocer que el crecimiento espiritual y el conocimiento de la Palabra de Dios deben tener un lugar destacado en la vida familiar. Al hacer de esto una prioridad, se podrá superar la falta de tiempo y destinar momentos de calidad al aprendizaje bíblico en familia.

B. Dificultades en la comprensión de la Biblia

La comprensión de la Biblia puede resultar desafiante para algunas familias, pero existen estrategias para superar estas dificultades. Una forma de abordar este desafío es *utilizar recursos y materiales didácticos que faciliten la comprensión*, como versiones de la Biblia adaptadas para niños, guías de estudio o ilustraciones.

Además, es importante fomentar el diálogo en familia y discutir los pasajes bíblicos para aclarar dudas y fortalecer la comprensión. También se pueden buscar herramientas en línea, como videos explicativos o podcasts, que brinden explicaciones adicionales sobre los conceptos más complejos. Los comentarios bíblicos también están disponibles en Internet y son de gran valía al explicarnos los pasajes y el contexto en que sucede.

Con perseverancia y el uso de recursos adecuados, las dificultades en la comprensión de la Biblia pueden ser superadas en la familia cristiana.

C. Motivación y perseverancia en el aprendizaje

La motivación y la perseverancia son aspectos fundamentales para el éxito del aprendizaje bíblico en la familia. Es fundamental mantener una actitud positiva y recordar constantemente la importancia de estudiar la Biblia en el crecimiento espiritual de cada miembro de la familia. Para fomentar la motivación, se pueden establecer metas realistas y recompensar los logros alcanzados. También es valioso *crear un ambiente de aprendizaje emocionante y divertido, utilizando juegos, actividades interactivas y premios simbólicos.*

La perseverancia se logra a través de la constancia en el estudio bíblico, incluso cuando surjan obstáculos o dificultades. Al mantener la motivación y perseverancia, el aprendizaje bíblico se convertirá en una parte integral y enriquecedora de la vida familiar cristiana.

3.2.4 Enseñando valores bíblicos en la familia

Proverbios 1:8 "Escucha, hijo mío, la instrucción de tu padre y no abandones la enseñanza de tu madre". NVI

A. La importancia de los valores en la formación cristiana

Los valores desempeñan un papel crucial en la formación cristiana de las personas. La importancia de *los valores radica en que son la guía moral que nos permite tomar decisiones correctas y actuar de manera justa y bondadosa.*

Los valores bíblicos nos ayudan a distinguir entre el bien y el mal, a amar a nuestros semejantes y a vivir de acuerdo a los principios de la fe. Al inculcar estos valores en la familia, estamos promoviendo una formación sólida en la fe cristiana, que perdurará a lo largo de la vida de nuestros hijos.

B. Transmitiendo valores a través del ejemplo

La mejor manera de transmitir valores bíblicos es a través del ejemplo. Nuestros hijos aprenden más por lo que ven que por lo que se les dice. Por lo tanto, es fundamental que nosotros, como padres, vivamos de acuerdo a los valores que queremos impartir.

Si queremos enseñarles sobre el amor, debemos amar a nuestros semejantes de manera genuina. Si queremos enseñarles sobre la honestidad, debemos ser honestos en nuestras palabras y acciones. Nuestro ejemplo es poderoso y dejará una huella duradera en la formación de los valores de nuestros hijos.

C. Disciplinando con amor y sabiduría según la Biblia

La disciplina es un componente esencial en la formación de los valores bíblicos en la familia. Sin embargo, la disciplina debe ir acompañada de amor y sabiduría, siguiendo los principios que encontramos en la Biblia.

La disciplina no debe ser punitiva, sino educativa. Es importante corregir y guiar a nuestros hijos de manera amorosa y respetuosa, brindándoles enseñanzas y oportunidades para crecer. Al disciplinar con amor y sabiduría, estamos modelando el carácter de Cristo y ayudando a nuestros hijos a desarrollar una conciencia y un entendimiento de los valores bíblicos.

3.2.5 Integrando el aprendizaje bíblico en la vida cotidiana

A. Relación entre la fe y las actividades diarias

La relación entre la fe y las actividades diarias es fundamental para vivir una vida cristiana coherente. Esto implica que la fe no se limita a los momentos de oración o asistencia a la iglesia, sino que se refleja en cada acción y en cada decisión que se toma durante el día.

Desde las labores del hogar hasta las interacciones con los demás, el aprendizaje bíblico nos muestra cómo podemos vivir de una manera que honre a Dios en todo momento. Al integrar este aprendizaje en la vida cotidiana, se fortalece el carácter cristiano de la familia y se establece un testimonio poderoso para los demás.

B. Aplicación práctica de los principios bíblicos

La aplicación práctica de los principios bíblicos es esencial para que el aprendizaje bíblico sea efectivo en la vida cotidiana de la familia cristiana. No basta con conocer la Palabra de Dios, sino que se debe buscar cómo poner en práctica los valores y enseñanzas contenidas en ella. Esto implica tomar decisiones basadas en los principios bíblicos, actuar con amor y compasión hacia los demás, perdonar y pedir perdón, y buscar la justicia y la paz en todos los aspectos de la vida. Al aplicar estos principios, la familia cristiana será un testimonio vivo del amor y la gracia de Dios en el mundo.

C. Celebrando festividades y momentos especiales desde una perspectiva bíblica

Celebrar festividades y momentos especiales desde una perspectiva bíblica es una forma de enriquecer el aprendizaje bíblico en la vida cotidiana de la familia cristiana. Estas ocasiones son oportunidades para recordar y reflexionar sobre las enseñanzas de la Biblia, y cómo estas se relacionan con la festividad o el evento en cuestión.

Al celebrar la Navidad, por ejemplo, se puede enfocar en el verdadero significado de la venida de Jesús y su salvación para la humanidad. De esta manera, se fortalece la fe de la familia y se crea un ambiente de adoración y gratitud hacia Dios en cada celebración.

3.2.6 Fomentando la participación activa de los niños en el aprendizaje bíblico

Instruye al niño en el camino correcto, y aun en su vejez no lo abandonará.

Proverbios 22:6 NVI

Es fundamental fomentar la participación activa de los niños en el aprendizaje bíblico para que puedan desarrollar un vínculo personal y significativo con la Palabra de Dios. Esto se logra a través de las siguientes acciones-

A. Adaptando la enseñanza a diferentes edades

Para que el aprendizaje bíblico sea efectivo, es esencial adaptar la enseñanza a las diferentes edades de los niños. Los conceptos y las lecciones deben presentarse de manera accesible y comprensible para cada etapa de desarrollo.

Los niños más pequeños pueden beneficiarse de historias bíblicas ilustradas y actividades prácticas, mientras que los adolescentes pueden participar en discusiones más profundas y estudios bíblicos más avanzados. Al personalizar la enseñanza según las necesidades de cada grupo de edad, se promoverá un mayor nivel de participación y comprensión en el aprendizaje bíblico familiar.

B. Actividades y juegos para aprender la Biblia de manera divertida

Aprender la Biblia no tiene por qué ser aburrido. Es importante incorporar actividades y juegos divertidos en el proceso de enseñanza para hacer que el aprendizaje sea entretenido y atractivo para los niños. Se pueden organizar juegos de preguntas y respuestas, representaciones

teatrales, manualidades y competencias bíblicas que fomenten el conocimiento de las Escrituras de una manera lúdica. Estas actividades no solo mantendrán el interés de los niños, sino que también les ayudarán a retener los conceptos bíblicos de manera más efectiva a largo plazo.

C. Involucrando a los niños en la toma de decisiones espirituales

Es esencial involucrar a los niños en la toma de decisiones espirituales para que sean participantes activos en su propia fe. Esto implica proporcionarles oportunidades para expresar sus opiniones, hacer preguntas y tomar decisiones fundamentadas sobre su relación con Dios. Ya sea en la elección de sus devocionales diarios o en la participación en actividades de servicio en la iglesia, los niños deben ser alentados a tomar decisiones espirituales basadas en su comprensión de la Biblia y en su guía personal del Espíritu Santo. Al hacerlo, se promoverá una fe auténtica y arraigada en los corazones de los niños en el contexto de la familia cristiana.

3.3 Conclusiones

Implementar estrategias efectivas para el aprendizaje bíblico en la familia es fundamental para crecer espiritualmente juntos. La lectura y el estudio de la Biblia en familia, los devocionales y la oración en familia, así como asistir y participar activamente en actividades de la iglesia brindan oportunidades para aprender y servir, fomentando el crecimiento espiritual individual y en familia.

La enseñanza de valores bíblicos en la familia es fundamental para la formación cristiana de los hijos. Estos valores, basados en la palabra de Dios, les brindarán un sólido fundamento moral y espiritual en su vida. Los valores bíblicos, como el amor, la honestidad, la bondad y la humildad, son indispensables para vivir una vida conforme a los principios cristianos. Al enseñar estos valores en la familia, estamos contribuyendo a formar individuos íntegros que reflejen el carácter de Cristo en todas sus acciones.

Integrar el aprendizaje bíblico en la vida cotidiana es fundamental para fortalecer la fe y el crecimiento espiritual en la familia cristiana. Es importante que cada miembro de la familia vea cómo la Palabra de Dios se aplica en su día a día, en cada actividad y en cada decisión que se toma. Esto implica reconocer que la fe no solo se vive en el ámbito religioso, sino también en el mundo secular. Es un estilo de vida en el cual se busca vivir de acuerdo con los principios y enseñanzas bíblicas en cada situación que se presente.

Mi compromiso con Dios

Ejercicios de reflexión y aplicación práctica

1. ¿Cuáles consideras que son los principales beneficios del estudio bíblico en familia?

2. ¿Cuáles son los principales obstáculos para implementar un plan de estudio bíblico familiar?
¿Cómo podrían vencer esas barreras?

3. ¿Cómo se podría aplicar en la vida cotidiana lo aprendido en el estudio bíblico con tu familia? Da tres ejemplos de ello.

Referencias bibliográficas

Aust, Jerold. (2014). ***El propósito fundamental de la familia***. <https://espanol.ucg.org/las-buenas-noticias/el-proposito-fundamental-de-la-familia>

Blog Vida Esperanza y verdad. (s.f.). ***Estudio bíblico en familia***.
<https://vidaesperanzayverdad.org/relaciones/crianza/estudio-biblico-en-familia/>

Focus on the family. (2023). ***El Propósito de la Familia***.
<https://www.enfoquealafamilia.com/crianza/el-proposito-de-la-familia/>

Lifeway. (2023). ***Cómo estudiar la biblia con tus hijos***.
<https://recursos.lifeway.com/familia/como-estudiar-la-biblia-con-tus-hijos/>

Lección 4. *La Oración Ferviente en* **la familia cristiana**

Texto Bíblico: Hebreos 11:6b NTV

Él recompensa a los que lo buscan con sinceridad.

Competencias:

- **Valora** los beneficios de desarrollar la oración ferviente en la familia.
- **Adopta** un plan para desarrollar la oración ferviente en familia.
- **Emplea** la oración para resolver sus conflictos familiares.

4.1 Introducción

Una de las formas de lograr formar discípulos que desarrollen la disciplina espiritual de la oración ferviente es hacer que cada familia practique la oración ferviente de manera constante, específica e intencional.

A través de la oración construimos una relación con Dios. También a través de ella mostramos que lo necesitamos, que no somos autosuficientes para vivir la vida sin Él. Lo necesitamos para que nos de dirección, sabiduría y aun fortaleza en los tiempos difíciles.

Por ello, en esta lección vamos a estudiar ¿Cuáles son los beneficios de una oración ferviente? ¿Cómo desarrollar la disciplina de la oración en la familia? ¿Cómo orar en medio de los conflictos? ¿Cómo buscar fortaleza a través de la oración?

4.2 Desarrollo

4.2.1 Beneficios de la oración en la familia

La oración en la familia trae consigo numerosos beneficios. En primer lugar, fortalece el vínculo familiar, creando un sentido de unidad y amor entre todos sus miembros. Además, la oración fomenta el crecimiento espiritual individual de cada miembro de la familia, permitiéndoles profundizar su relación con Dios.

Asimismo, la oración contribuye a la paz y armonía en el hogar, ya que invoca la presencia divina y elimina tensiones y conflictos. Finalmente, la oración brinda una protección divina sobre la familia, garantizando su seguridad y bienestar en todos los aspectos de la vida.

A. La oración fortalece el vínculo familiar.

Eso se produce al crear un espacio de conexión espiritual entre todos sus integrantes. Al orar juntos, la familia comparte momentos de intimidad y confianza con Dios, lo que fortalece los lazos familiares.

Además, la oración promueve la comunicación abierta y sincera entre los miembros de la familia, permitiéndoles expresar sus preocupaciones, bendiciones y gratitud. Este fortalecimiento del vínculo familiar crea un ambiente de amor y apoyo, donde todos se sienten valorados y amados.

B. Crecimiento espiritual individual de cada miembro.

A través de la oración, cada persona puede conectar con su fe, reflexionar sobre su relación con Dios y profundizar en su conocimiento espiritual. La oración promueve la introspección y el encuentro personal con lo divino, lo que conduce a un crecimiento espiritual significativo. Al cultivar una vida de oración en la familia, se brinda a cada miembro la oportunidad de desarrollar su espiritualidad de manera personal y única.

Como lo señala Bret Eckelberry (2022), al orar juntos como familia se desarrolla una mayor probabilidad de que sus hijos aborden las situaciones desde una perspectiva espiritual.

El Blog Incomparable eternal (s.f.) nos sugiere algunas cosas por las cuales orar en el área espiritual, especialmente en cuanto a ser restauradas cada familia:

- Que venga una renovación de santidad en las vidas de cada familia.
- Que los matrimonios y familia sean ejemplo de Santidad, pues se necesitan modelos para las nuevas generaciones que han perdido el sentido de santidad.
- Que cada Familia renuncie a toda decadencia espiritual en la cual se han acomodado, para que vuelvan al plan original de Dios.
- Que los Matrimonios sean estables y permanentes, que sean como un muro para sus hijos donde estos crezcan seguros.
- Que los hijos sean más sensibles a la voz de Dios, y puedan responder como Samuel: "Habla, SEÑOR, que tu siervo oye".

C. Paz y armonía en el hogar.

La oración en la familia es un poderoso medio para obtener paz y armonía en el hogar. Al invocar la presencia de Dios en los momentos de oración, se crea un ambiente de serenidad y tranquilidad. La oración calma los corazones, disipa los conflictos y promueve la comprensión mutua.

Además, la oración en familia permite expresar las necesidades y preocupaciones de cada miembro, abriendo así un espacio para encontrar soluciones pacíficas y promover la reconciliación. En consecuencia, la oración fomenta un ambiente de paz y armonía dentro del hogar.

D. Protección divina sobre la familia.

La oración en la familia establece una conexión directa con Dios, lo que resulta en una protección divina sobre la familia. Al orar juntos, se invoca la guía y el cuidado de Dios, tanto en los momentos de alegría como en los desafíos. La oración fortalece la fe y la confianza en

Dios, asegurando que la familia esté protegida de cualquier peligro o adversidad. Además, la protección divina se extiende a todas las áreas de la vida familiar, incluyendo la salud, las finanzas, las relaciones y cualquier otro aspecto que requiera seguridad y resguardo.

4.2.2 Cómo establecer un tiempo de oración en familia

Tener un tiempo de oración en familia es fundamental para fortalecer los lazos espirituales entre sus miembros. Para establecer este tiempo, es importante que todos estén de acuerdo y comprometidos. Se puede escoger un momento adecuado, como después de la cena o antes de dormir, donde todos puedan participar. Es necesario encontrar un equilibrio entre elegir un horario conveniente para todos y asegurarse de que no haya distracciones durante este momento sagrado.

¿Cómo sería la oración en su familia? Empiece por establecer una costumbre de oración en su hogar. Es posible que ya esté haciendo esto, pero si no es así, no se preocupe, puede comenzar hoy. En Efesios, dice:

Oren en el Espíritu en todo momento, con peticiones y ruegos. Efesios 6: 18a NVI

Haga de su casa un lugar lleno de todo tipo de oraciones. A continuación, se establecen algunos pasos prácticos para ello.

A. Escoger un momento adecuado.

Elegir un momento adecuado para la oración en familia es esencial para asegurar la participación de todos. Puede ser útil identificar un horario en el que todos estén disponibles, como después de la cena o antes de acostarse.

Al establecer una rutina diaria, se crea un hábito que permite a los miembros de la familia anticipar y prepararse para este tiempo de comunión con Dios. Además, al escoger un momento apropiado, se evitan interrupciones o distracciones que podrían afectar la concentración y la conexión en la oración familiar.

B. Crear un ambiente propicio para la oración.

Crear un ambiente propicio para la oración en familia es fundamental para fomentar la intimidad y la reverencia durante este momento especial. Se puede decorar un área específica con símbolos religiosos, como una cruz o imágenes sagradas, para recordar la presencia de Dios.

Además, es importante asegurarse de que el lugar esté limpio y ordenado, lo cual ayuda a mantener la concentración y el respeto. Apagar los dispositivos electrónicos y evitar distracciones externas también contribuye a crear un ambiente de paz y conexión espiritual.

C. Designar un líder de oración en la familia.

Cuando ores con tu familia, elige a una persona para orar y pídeles a los demás que escuchen, se arrodillen e inclinen sus cabezas en reverencia mientras esa persona ora. Enseña a los miembros de tu familia a orar y tomen turnos para hacerlo cada día. (Iglesia de Jesucristo, s.f.)

Designar un líder de oración en la familia puede ayudar a organizar y guiar el tiempo de oración de manera efectiva. Esta persona puede ser responsable de dirigir las oraciones, seleccionar las intenciones y asegurarse de que todos los miembros tengan la oportunidad de participar.

Al designar un líder de oración, se promueve la responsabilidad y el compromiso en la vida espiritual familiar. También se pueden alternar los roles de líder de oración entre los miembros, lo que fomenta la participación y fortalece el sentido de unidad en la familia cristiana.

4.2.3 La oración como herramienta para resolver conflictos familiares

Por eso, confíesense unos a otros sus pecados, y oren unos por otros, para que sean sanados. La oración del justo es poderosa y eficaz. Santiago 5:16 NVI

La oración es una poderosa herramienta que puede ayudar a las familias cristianas a resolver conflictos de manera efectiva. Cuando enfrentamos dificultades y desacuerdos en el hogar, podemos acudir a la oración para buscar la guía de Dios. La comunicación con Él nos permite obtener claridad y perspectiva en situaciones difíciles, lo cual nos ayuda a encontrar soluciones pacíficas y armoniosas. Al orar juntos como familia, podemos fortalecer nuestros lazos y cultivar un ambiente de perdón y reconciliación, lo cual es esencial para mantener la unidad y la paz en el hogar.

A. Buscar la guía de Dios en situaciones difíciles.

En momentos de adversidad y situaciones complicadas, la oración nos brinda la oportunidad de buscar la guía de Dios. Al acudir a Él con humildad y sinceridad, podemos recibir sabiduría divina para enfrentar los conflictos familiares. Dios conoce nuestras circunstancias y tiene el poder de mostrarnos el camino correcto. Mediante la oración ferviente, podemos confiar en que Él nos dará las respuestas y soluciones que necesitamos para resolver las dificultades que enfrentamos como familia. La oración nos permite recordar que no estamos solos, que contamos con la ayuda y el amor de nuestro Padre celestial.

B. Pedir perdón y perdonar en oración.

La oración también nos proporciona un espacio para pedir perdón y perdonar a los demás en situaciones de conflicto familiar. La humildad y la disposición para reconocer nuestros errores son fundamentales para lograr la reconciliación y restaurar la armonía dentro del hogar.

Al orar juntos, podemos expresar nuestro arrepentimiento y pedir perdón a Dios por nuestras faltas, así como también perdonar a nuestros seres queridos por las heridas que nos han causado. La oración nos brinda la fuerza y la capacidad para liberar el resentimiento y cultivar el perdón, creando un ambiente de amor y unidad en nuestra familia cristiana.

C. Encontrar soluciones pacíficas a través de la oración.

Al presentar nuestras preocupaciones y diferencias a Dios, podemos recibir su guía y sabiduría para resolver los problemas de manera justa y equitativa. La oración nos ayuda a mantener la calma, a controlar nuestras emociones y a buscar soluciones que promuevan la reconciliación y el entendimiento mutuo.

Además, la oración fortalece nuestra fe y confianza en Dios, recordándonos que Él tiene el poder de transformar cualquier situación difícil en una oportunidad para crecer y fortalecer los lazos familiares. Al buscar su dirección en oración, podemos encontrar la paz y la armonía que necesitamos en nuestra familia cristiana.

4.2.4 La oración como fuente de fortaleza y esperanza en tiempos difíciles

La oración es una poderosa fuente de fortaleza y esperanza para las familias cristianas en tiempos difíciles. A través de la oración, podemos encontrar consuelo y dirección en medio de las adversidades. Nos permite acercarnos a Dios y depositar nuestras preocupaciones y cargas en Él. Al orar fervientemente, nuestra fe se fortalece y recordamos que Dios está presente en cada situación. Nos permite confiar en que Él tiene control sobre nuestras vidas y nos dará la fuerza necesaria para superar las dificultades. La oración nos brinda la seguridad de que no estamos solos y que Dios está obrando a nuestro favor.

Bret Eckelberry (2022) señala que:

Al orar con su familia, también está fortaleciendo su relación con ellos. Tal vez ore con ellos por algo que les preocupa o se una a ellos en alabanza a Dios por los buenos acontecimientos. Cualquiera que sea el caso, usted está pasando tiempo con ellos, compartiendo experiencias y apoyándolos.

A. Enfrentar enfermedades o crisis familiares en oración.

Enfrentar enfermedades o crisis familiares en oración es de vital importancia para la familia cristiana. A través de la oración, podemos buscar la sanidad y el consuelo divino en medio de la enfermedad. Al orar juntos como familia, fortalecemos los lazos familiares y encontramos apoyo mutuo. La oración nos ayuda a mantener la esperanza y a confiar en que Dios tiene poder para sanar y restaurar. Nos acerca a Él en busca de dirección y paz en momentos de incertidumbre. Mantener una actitud de oración constante nos ayuda a enfrentar las crisis con fortaleza y a encontrar consuelo en la presencia de Dios.

B. Mantener la fe y confianza en Dios durante las pruebas.

La oración nos fortalece y nos ayuda a recordar las promesas de Dios en medio de las dificultades. A través de la oración, podemos renovar nuestra fe y reafirmar nuestra confianza en el poder y la fidelidad de Dios. Alentándonos unos a otros en la oración, podemos encontrar consuelo y esperanza incluso en los momentos más difíciles. La oración nos conecta con la fortaleza divina y nos ayuda a no desfallecer en nuestra fe, sino a permanecer firmes confiando en que Dios tiene un plan y nos llevará a través de las pruebas.

C. Recibir consuelo y consuelo divino a través de la oración.

A través de la oración, podemos recibir consuelo y consuelo divino en momentos de angustia y dolor. La oración nos permite acercarnos a Dios y expresarle nuestras preocupaciones, tristezas y ansiedades. Al derramar nuestro corazón delante de Él, encontramos consuelo y paz que solo pueden provenir de Su amor y gracia.

La oración nos ayuda a encontrar alivio en medio de las dificultades al confiar en que Dios está presente y nos cuida. Al recibir el consuelo divino, somos fortalecidos y capaces de sobrellevar los desafíos que enfrentamos. La oración es un instrumento poderoso para recibir la paz y el consuelo que solo Dios puede brindar.

4.2.5 La oración como forma de agradecimiento y alabanza a Dios

La oración es una poderosa forma de expresar nuestro agradecimiento y alabanza a Dios. A través de ella, podemos reconocer las bendiciones y provisiones que Dios nos ha dado en nuestra familia. Cuando nos detenemos a orar y reflexionar sobre todas las buenas cosas que Dios ha hecho por nosotros, cultivamos un corazón agradecido. La oración nos permite expresar gratitud y alabanza por su amor y misericordia, y nos ayuda a mantenernos conectados con Él en todo momento.

A. Reconocer las bendiciones y provisiones de Dios en oración.

En la oración de agradecimiento y alabanza, es importante reconocer las bendiciones y provisiones que Dios ha dado a nuestra familia. Podemos enfocarnos en aspectos como la salud, la provisión diaria, las oportunidades, el amor y la protección divina que nos rodea. Al reconocer estas bendiciones en oración, fortalecemos nuestra fe y confianza en Dios, y nos damos cuenta de cuánto nos ama y cuida. La oración nos permite valorar y agradecer cada bendición que recibimos de su mano generosa.

B. Expresar gratitud y alabanza por su amor y misericordia.

La oración de agradecimiento y alabanza nos brinda la oportunidad de expresar nuestra gratitud a Dios por su inmenso amor y misericordia. Podemos alabarle por su fidelidad en nuestras vidas, por su perdón y por su compasión.

Cuando dirigimos nuestra oración hacia la gratitud y la alabanza, reconocemos que todo lo bueno que tenemos proviene de Él y nos permite fortalecer nuestra relación con Dios y experimentar su amor de manera más profunda. La oración nos permite expresarle cuánto le amamos y valoramos su presencia en nuestras vidas.

C. Cultivar un corazón agradecido a través de la oración.

La oración nos ayuda a cultivar un corazón profundamente agradecido. Cuando nos acercamos a Dios en oración, aprendemos a valorar las pequeñas cosas y reconocer sus bondades en nuestra vida cotidiana. La acción de dar gracias a Dios constantemente nos ayuda a mantener

una actitud positiva y optimista, incluso en los momentos difíciles. A través de la oración, podemos enfocarnos en las bendiciones en lugar de los problemas, lo que nos brinda fortaleza y nos llena de esperanza. Cultivar un corazón agradecido a través de la oración transforma nuestra perspectiva y nos ayuda a vivir una vida de gratitud y alegría.

4.3 Conclusiones

A través de este estudio hemos recordado los múltiples beneficios que tenemos al desarrollar el hábito espiritual de la oración ferviente en la familia. Algunos de los beneficios que destacamos son el crecimiento espiritual de cada miembro de la familia, el fortalecimiento del vínculo familiar, lograr la paz y armonía en el hogar.

Vimos también un proceso sencillo a través del cual podemos en cada familia empezar a desarrollar el hábito de la oración ferviente. Ello requiere buscar el tiempo adecuado, crear el ambiente propicio, así como contar con un líder. Los padres deben modelar al principio como hacerlo, pero deben dar oportunidad de dirigir la oración también a los hijos. También debemos tener la lista específica de necesidades de la familia. Hagámoslo de manera continua hasta que se haga un hábito.

También hemos aprendido a buscar la guía de Dios en situaciones difíciles, Para ello debemos aprender a pedir perdón y perdonar en oración. Así, en la oración podremos encontrar respuesta a los conflictos, pero en medio de una armonía, que nos permita salir fortalecidos de cualquier dificultad.

La oración es también una manera de dar gracias a Dios por las bendiciones que tenemos. Tomar tiempo para meditar con un corazón de gratitud nos ayuda a sentir el amor de Dios y de nuestra familia.

Cuando ores con tu familia, recuerden las necesidades de otros. Ayuda a los miembros de la familia a darse cuenta de que hay personas a su alrededor que tienen necesidades, entre las que destacan la necesidad de salvación.

Mi compromiso con Dios

Ejercicios de reflexión y aplicación práctica

1. ¿Cuáles son las principales barreras que les impiden desarrollar el hábito de la oración ferviente en la salud? ¿Cómo pueden superar esas barreras?

2. ¿Cuáles son las oraciones específicas que puedes hacer para el desarrollo saludable de tu familia?

3. ¿Cómo contribuye la oración al desarrollo espiritual de cada integrante de la familia?

Referencias bibliográficas

Blog Incomparable eternal. (s.f.). ***Puntos de Oración por La Familia.***

<https://incomparableeternal.wordpress.com/2015/06/17/puntos-clave-de-oracion-y-suplica-por-la-familia/>

Eckelberry, Bret. (2022). ***Una guía esencial para la oración eficaz en familia.***

<https://www.enfoquealafamilia.com/crianza/una-guia-esencial-para-la-oracion-eficaz-en-familia/>

La iglesia de Jesucristo. (s.f.) ***¿Por qué es importante la oración familiar?***

<https://www.veniracristo.org/la-comunidad/familias/la-oracion-familiar>

Lección 5.

Matrimonios Alcanzando Compasivamente a otros para Cristo

Texto Bíblico: Mateo 5:15-16 NTV

Nadie enciende una lámpara y luego la pone debajo de una canasta. En cambio, la coloca en un lugar alto donde ilumina a todos los que están en la casa. De la misma manera, dejen que sus buenas acciones brillen a la vista de todos, para que todos alaben a su Padre celestial.

Competencias:

- **Reconoce** la importancia de ser una familia enfocada en alcanzar a otros para Cristo.
- **Desarrolla** un plan para compartir el evangelio con otros matrimonios.

5.1 Introducción

Es una realidad que la familia en la sociedad actual está en crisis. Pocas de ellas están buscando a Dios, y muchas no lo están haciendo de la manera correcta. Por ello urge que cuenten con modelos de familias cristianas que estén dispuestas a compartir su testimonio con ellas y les ayuden a recorrer juntas el Sendero de la Gracia.

En este contexto, es necesario que las familias de nuestra iglesia local crezcan de manera saludable. Al hacerlo, estarán dispuestas a compartir las buenas nuevas del Evangelio. Por esta razón, en la presente lección vamos a estudiar como cada familia cristiana nos podemos convertir en una familia evangelizadora y discipuladora de otras familias.

5.2 Desarrollo

5.2.1 La importancia del testimonio cristiano en el matrimonio

Que, si confesares con tu boca que Jesús es el Señor, y creyeres en tu corazón que Dios le levantó de los muertos, serás salvo. Porque con el corazón se cree para justicia, pero con la boca se confiesa para salvación. Romanos 10:9-10

El testimonio cristiano en el matrimonio es de vital importancia, ya que a través de nuestras acciones y palabras podemos influir en la vida de otros y dar testimonio del amor y la gracia de Cristo. Nuestra relación matrimonial debe reflejar los principios cristianos, demostrando un compromiso amoroso y fiel el uno con el otro. Al vivir de manera coherente con nuestra fe, podemos inspirar a otros a buscar a Dios y experimentar el poder transformador de Jesús en sus vidas.

A. Vivir una vida ejemplar en el matrimonio

Uno de los pilares fundamentales para alcanzar a otros para Cristo como matrimonio cristiano es vivir una vida ejemplar en nuestro propio matrimonio. Esto implica honrar a Dios en nuestras

acciones, tener un compromiso mutuo de fidelidad y respeto, y buscar constantemente el crecimiento y la santificación. Al vivir de acuerdo con los principios bíblicos, estamos mostrando un testimonio visible de la obra redentora de Cristo en nuestras vidas y brindando un ejemplo positivo y atractivo para otros matrimonios.

B. Comunicación efectiva y amorosa con la pareja

La comunicación efectiva y amorosa es clave para alcanzar a otros para Cristo como matrimonio cristiano. Es importante aprender a escuchar y comprender a nuestra pareja, expresar nuestros sentimientos de manera respetuosa y honesta, y resolver los conflictos de manera pacífica.

Una comunicación saludable y amorosa en el matrimonio muestra el amor de Cristo y puede impactar positivamente en otros, al mostrarles cómo pueden tener relaciones saludables y edificantes basadas en el amor y la comprensión mutua.

C. Mostrar compasión y empatía hacia los demás

Mostrar compasión y empatía hacia los demás es esencial para alcanzar a otros para Cristo como matrimonio cristiano. Debemos esforzarnos por entender las necesidades emocionales, físicas y espirituales de las personas que nos rodean y estar dispuestos a brindarles apoyo y consuelo en momentos de dificultad.

Al mostrar compasión y empatía, estamos reflejando el carácter de Cristo y demostrando el amor incondicional que Dios tiene por cada persona. Esto puede abrir puertas para compartir el mensaje del Evangelio y guiar a otros hacia una relación con Jesús.

5.2.2 Cómo alcanzar a otros para Cristo como matrimonio cristiano

A. Orar por oportunidades y sabiduría para compartir el evangelio

Sabemos que alcanzar a otros para Cristo como matrimonio cristiano requiere de oportunidades y sabiduría. Por eso, es fundamental dedicar tiempo diario a la oración, pidiendo a Dios que abra puertas y nos brinde oportunidades para compartir el evangelio con aquellos que aún no conocen a Jesús.

Debemos pedir también por sabiduría y discernimiento para saber cómo comunicar el mensaje de salvación de manera efectiva y amorosa. Al orar constantemente por estas dos cosas, estaremos preparados para aprovechar cada oportunidad que Dios nos dé y compartir el amor de Cristo de manera genuina y persuasiva.

B. Invitar a otras parejas a eventos y actividades de la iglesia

Al invitar a otras parejas a eventos y actividades de la iglesia, estamos brindando una oportunidad de encuentro con Dios y un espacio donde puedan experimentar el amor y la comunidad cristiana.

Al participar juntos en eventos como servicios de adoración, grupos de estudio bíblico o actividades de servicio a la comunidad, estamos creando un ambiente propicio para que otras parejas puedan conocer el mensaje del evangelio y sentirse parte de la familia cristiana.

Al invitarles, les mostramos que nos importa su relación con Dios y su crecimiento espiritual, y les damos la oportunidad de formar parte de una comunidad que les apoyará en su camino junto a Cristo. Además, al compartir nuestras experiencias y testimonios de fe, podemos motivar e inspirar a otras parejas a seguir a Cristo y a vivir según sus enseñanzas. Únete a nosotros para ser portadores de la esperanza y el amor de Cristo, invitando a otras parejas a los eventos y actividades de la iglesia.

C. Servir a la comunidad como matrimonio cristiano

Como matrimonio cristiano, es crucial comprender la importancia de servir a la comunidad en el nombre de Cristo. Esto implica estar dispuestos a dedicar tiempo y esfuerzo para ayudar, apoyar y bendecir a aquellos que nos rodean. Podemos buscar oportunidades en nuestra iglesia local para participar en proyectos de servicio comunitario, como distribuir alimentos a familias necesitadas, visitar a los ancianos en hogares de cuidado y organizar eventos para la comunidad.

A través de nuestro servicio, podemos demostrar el amor y la compasión de Cristo a quienes todavía no lo conocen. Al servir juntos como matrimonio, fortalecemos nuestra relación con Dios y también damos testimonio del amor y la unidad que proviene de Él. Recordemos siempre que nuestro propósito es alcanzar a otros para Cristo a través de nuestras acciones y palabras compasivas.

5.2.3 Superando obstáculos y desafíos al alcanzar a otros para Cristo

Al alcanzar a otros para Cristo, es común encontrarse con obstáculos y desafíos que podrían dificultar nuestro propósito. Sin embargo, debemos perseverar y superar estas dificultades con determinación y fe. A continuación, vamos a revisar algunos obstáculos y veremos como vencerlos para poder compartir con otros nuestra fe en Cristo Jesús.

A. Lidar con la resistencia o rechazo de otros

Al buscar alcanzar a otros para Cristo, es común encontrarse con resistencia o rechazo. Sin embargo, es importante mantener una actitud perseverante y compasiva. A veces, las personas pueden tener prejuicios o ideas erróneas sobre el cristianismo, por lo que es fundamental escuchar sus preocupaciones y responder con amor y sabiduría. No te desanimes si enfrentas rechazo, ya que no es personal.

Recuerda que el Espíritu Santo trabaja en los corazones y no debemos tomar la resistencia como un fracaso. Continúa orando por esas personas y sé un ejemplo viviente del amor de Cristo, mostrándoles paciencia, amabilidad y compasión en todo momento.

B. Mantener una actitud de amor y paciencia en medio de dificultades

En el camino de alcanzar a otros para Cristo como matrimonio cristiano, es crucial mantener una actitud de amor y paciencia en medio de las dificultades que puedan surgir. A medida que nos esforzamos por compartir nuestra fe y vivir como testimonio de Cristo, algunos encontrarán resistencia o rechazo. Es en estos momentos que debemos recordar el amor incondicional y la paciencia que Dios nos ha mostrado a nosotros.

Al mantenernos firmes en nuestra fe y confiar en el poder transformador del Evangelio, podemos transmitir esa misma compasión y paciencia a los demás. Reconociendo que cada persona tiene su propio camino y tiempo, debemos ser pacientes y comprensivos, brindando apoyo y orando por aquellos que aún no han experimentado el amor de Cristo.

Además, es importante recordar que el proceso de alcanzar a otros para Cristo puede llevar tiempo y esfuerzo, pero debemos perseverar con amor y paciencia, confiando en que el Espíritu Santo obra en los corazones de aquellos a quienes compartimos el mensaje del Evangelio.

C. Buscar apoyo y consejería cristiana para fortalecer el matrimonio

Buscar apoyo y consejería cristiana es fundamental para fortalecer el matrimonio. Al buscar apoyo, las parejas pueden recibir orientación y sabiduría proveniente de la fe cristiana, lo cual les permitirá enfrentar los desafíos y obstáculos que surgen en el camino. A través de la consejería, podrán aprender herramientas prácticas para mejorar la comunicación, resolver conflictos y fortalecer su compromiso mutuo.

Además, el apoyo de otros matrimonios cristianos que han pasado por situaciones similares puede ser invaluable. Encontrar una comunidad de apoyo dentro de la iglesia les brindará la oportunidad de compartir experiencias, recibir aliento y crecer juntos en su matrimonio y en su relación con Cristo. Buscar apoyo y consejería cristiana es un paso significativo para alcanzar una relación matrimonial sólida y exitosa, centrada en los principios bíblicos y en el amor de Cristo.

5.2.4 La importancia de la unidad y el compromiso en el matrimonio cristiano

Uno solo puede ser vencido, pero dos pueden resistir. ¡La cuerda de tres hilos no se rompe fácilmente! Eclesiastés 4:12 NVI

La unidad y el compromiso son fundamentales en un matrimonio cristiano. La Biblia nos enseña que dos se vuelven uno cuando se casan, y esto implica trabajar juntos en todos los aspectos de la vida, incluyendo el alcance evangelístico. Cuando un matrimonio está unido y comprometido, pueden enfrentar los desafíos y obstáculos juntos, fortaleciendo su testimonio y su relación con Cristo. La unidad también les permite ser un ejemplo en su ministerio, inspirando a otros matrimonios a seguir su ejemplo.

D. Trabajar juntos como equipo en el alcance evangelístico

El trabajo en equipo es esencial en el alcance evangelístico como matrimonio cristiano. Al trabajar juntos, pueden combinar sus habilidades y dones para maximizar su impacto en el mundo.

Pueden planificar estrategias, buscar oportunidades y apoyarse mutuamente en cada paso del proceso de evangelización. Además, al trabajar en equipo, pueden brindarse mutuo apoyo y aliento, lo que fortalece su matrimonio y su testimonio. Juntos, como equipo, pueden lograr mucho más que si actúan por separado.

E. Mantener una relación sólida con Dios como base del matrimonio

Una relación sólida con Dios es la base de un matrimonio cristiano fuerte y comprometido. Al mantener una conexión constante con Dios a través de la oración, la lectura de la Biblia y la adoración, fortalecen su fe y su vínculo como pareja. Al tener a Dios como centro de su matrimonio, encuentran sabiduría, dirección y fortaleza para enfrentar cualquier desafío que se les presente. Además, al crecer juntos espiritualmente, también crecen en su capacidad para alcanzar compasivamente a otros para Cristo.

F. Apoyarse mutuamente en el crecimiento espiritual y ministerio

El apoyo mutuo en el crecimiento espiritual y el ministerio es crucial en un matrimonio cristiano. Cada cónyuge tiene una responsabilidad de alentar y motivar al otro en su relación con Dios. Pueden orar juntos, estudiar la Biblia, asistir a servicios religiosos y cultivar una vida de adoración compartida. Además, al apoyarse mutuamente en su ministerio, pueden trabajar juntos para alcanzar a otros para Cristo de manera efectiva. Esto implica animarse y apoyarse en las tareas y desafíos del ministerio, recordándose mutuamente la importancia y el propósito de su labor en el Reino de Dios.

5.2.5 Cómo mantener el enfoque en el propósito de alcanzar a otros para Cristo

Para mantener el enfoque en el propósito de alcanzar a otros para Cristo como matrimonio cristiano, es fundamental recordar constantemente la misión y el llamado de Dios. Es importante tener presente que nuestra responsabilidad como seguidores de Cristo es compartir el amor y la salvación que hemos recibido. La oración y la reflexión diaria nos ayudarán a mantenernos conscientes de este propósito y a buscar oportunidades para ser testigos de Cristo en nuestra vida diaria.

A. Recordar constantemente la misión y el llamado de Dios

Recordar constantemente la misión y el llamado de Dios es esencial para mantener el enfoque en el propósito de alcanzar a otros para Cristo. Debemos recordar que Dios nos ha llamado a ser sus embajadores en el mundo y a compartir el evangelio con amor y compasión. Podemos hacerlo al recordar las Escrituras y los versículos que nos motivan a seguir adelante, y al mantener una relación íntima con Dios a través de la oración y el estudio de la Palabra. Al

hacer esto, estaremos fortaleciendo nuestra convicción y compromiso de alcanzar a otros para Cristo.

B. Establecer metas y objetivos claros en el alcance evangelístico

Para mantener el enfoque en el propósito de alcanzar a otros para Cristo, es importante establecer metas y objetivos claros en el alcance evangelístico. Estas metas pueden incluir el número de personas a las que queremos compartir el evangelio en un determinado período de tiempo, la participación en eventos y actividades de la iglesia para conectarse con nuevas personas, o la formación de grupos de estudio bíblico en el hogar. Al establecer metas concretas, nos damos dirección y un sentido de propósito en nuestro ministerio evangelístico como matrimonio.

C. Evaluar y ajustar estrategias para maximizar el impacto

Para maximizar el impacto en el alcance evangelístico como matrimonio cristiano, es necesario evaluar y ajustar constantemente nuestras estrategias. Esto implica analizar los resultados de nuestras acciones evangelísticas, identificar lo que ha funcionado y lo que no, y hacer los ajustes necesarios para mejorar nuestra efectividad. Podemos realizar encuestas o solicitar retroalimentación a las personas con las que hemos compartido el evangelio para obtener diferentes perspectivas. Al adaptar nuestras estrategias según las necesidades y características de las personas a las que queremos alcanzar, podremos lograr un mayor impacto en la expansión del reino de Dios.

5.3 Conclusiones

En esta lección hemos aprendido acerca de la importancia de asumir que como familias también podemos ser agentes de la Misión de Dios. El compartir el Evangelio con otros matrimonios debe ser una prioridad en cada matrimonio. Al hacerlo estaremos creciendo en la Gracia hacia la estatura de Cristo.

Para ello se requiere que nuestro testimonio como matrimonio sea agradable delante de Dios. Debemos ir siendo transformados por su gracia. Si caminamos en obediencia a Cristo podremos ser de inspiración a la vida de otros matrimonios. También hemos estudiado que la unidad en el matrimonio es fundamental para poder cumplir con este mandato que tenemos de compartir a otros el Evangelio.

El contar con metas e ir evaluando los resultados nos ayudará a modificar algunas de las estrategias que vayamos implementando al evangelizar a otros. Lo importante es continuar enfocados como matrimonio en el cumplimiento de la Misión.

Mi compromiso con Dios

Ejercicios de reflexión y aplicación práctica

1. ¿Cuáles son los principales obstáculos que tienen para compartir con otros matrimonios el Evangelio? ¿Cómo podrían superarlos?

2. Piensen en tres matrimonios a los cuales les gustaría compartirles de Cristo ¿Cuáles podrían ser las acciones para llevar a cabo para empezar a sembrar en ellos el interés por el Evangelio?

3. ¿Cuáles podrían ser algunos ministerios de alcance compasivos en los que te puedes involucrar con tu familia?

Referencias bibliográficas

- Blog Compelling Truth. (s.f.). **¿Cuál es la clave para evangelizar a amigos y familiares sin ofenderlos?** <https://www.compellingtruth.org/Espanol/evangelizar-amigos-familiares.html>
- Blog Got Question. (s.f.). **¿Cómo puedo evangelizar a mis amigos y familiares sin ofenderlos o alejarlos?** <https://www.gotquestions.org/Espanol/evangelizar-amigos-familia.html>
- Blog La Alianza. (s.f.). **¿Cómo evangelizar a mi familia?** <https://laalianza.co/blog/como-evangelizar-mi-familia>
- Iglesia Bautista Reformada. (s.f.). **Evangelizando a los miembros de la familia.** <https://www.ibrpg.org/evangelizando-a-los-miembros-de-la-familia/>

Lección 6. Equipando a la familia *para Servir*

Texto Bíblico: Mateo 5:14 NTV

Ustedes son la luz del mundo. Una ciudad en lo alto de una colina no puede esconderse.

Competencias:

- **Reconoce** que la familia es la base para formar y equipar a sus integrantes.
- **Fortalece** la formación espiritual de cada integrante de la familia.
- **Promueve** que cada integrante de la familia participe en algún ministerio de la iglesia.

6.1 Introducción

Dentro de la Iglesia cada uno tiene un propósito de acuerdo con el llamado específico que Dios nos hace. Los discípulos debemos reconocer la necesidad de estar equipados para servir en el ministerio para el cual Dios nos ha llamado.

Aparte de la iglesia, la familia es otra opción para ser capacitado adecuadamente para hacer el ministerio de la iglesia o vivir verdaderamente una vida de amor.

Por ello en la presente lección vamos a estudiar cómo podemos cada familia equipar a los integrantes de esta para que cumplan el propósito que Dios tiene para cada uno.

6.2 Desarrollo

6.2.1 Importancia de involucrar a la familia en los ministerios cristianos

Es fundamental involucrar a la familia en los ministerios cristianos, ya que esto fortalece la fe familiar, desarrolla valores cristianos en los hijos y fomenta la unidad familiar. Al participar juntos en las actividades y servir a Dios en conjunto, se crea un ambiente de crecimiento espiritual y compromiso mutuo. La familia se convierte en un apoyo emocional y un ejemplo vivo de la fe cristiana para toda la congregación. Además, al involucrarse en los ministerios, la familia tiene la oportunidad de usar sus dones y talentos para servir a Dios y a la comunidad.

A. Fortalecimiento de la fe familiar.

Si Dios no construye la casa, de nada sirve que se esfuercen los constructores. Si Dios no vigila la ciudad, de nada sirve que se desvelen los vigilantes. Salmo 127:1
TLA

El fortalecimiento de la fe familiar es esencial para enfrentar los desafíos y dificultades de la vida. Al involucrar a la familia en los ministerios cristianos:

- Se promueve la oración en familia,
- Se fomenta el estudio de la Biblia en conjunto y

- Se involucra en actividades de la iglesia.

Estas prácticas fortalecen la relación con Dios y entre los miembros de la familia, creando un ambiente de fe sólida y confianza en la providencia divina. Además, la participación en los ministerios brinda oportunidades para aplicar la fe en acciones concretas, generando un crecimiento espiritual significativo.

B. Desarrollo de valores cristianos en los hijos.

El desarrollo de valores cristianos en los hijos es una responsabilidad crucial de los padres. Al involucrar a la familia en los ministerios cristianos, se enseña a los hijos la importancia de la generosidad, el amor al prójimo, la humildad y la compasión.

Mediante la participación en el servicio a la comunidad y el cuidado de los más necesitados, los niños aprenden a vivir los principios fundamentales del cristianismo. Esto les ayuda a construir una base sólida de principios éticos y morales que los guiará a lo largo de su vida.

C. Fomento de la unidad familiar.

Al involucrar a la familia en los ministerios cristianos, se promueve la unidad familiar. La participación conjunta en actividades de servicio y adoración crea momentos de intimidad y conexión entre los miembros de la familia.

El trabajo en equipo fortalece los lazos familiares y fomenta la comunicación efectiva, la resolución de conflictos y el apoyo mutuo. La familia se convierte en un pilar de apoyo emocional y espiritual para enfrentar los desafíos de la vida. Además, al servir juntos, la familia se convierte en un testimonio vivo del amor de Dios y su poder transformador.

6.2.2 Preparación espiritual de la familia

Y estas palabras que yo te mando hoy, estarán sobre tu corazón; y las repetirás a tus hijos, y hablarás de ellas estando en tu casa, y andando por el camino, y al acostarte, y cuando te levantes. Y las atarás como una señal en tu mano, y estarán como frontales entre tus ojos; y las escribirás en los postes de tu casa, y en tus puertas. Deuteronomio 6:6-9

La preparación espiritual de la familia es fundamental para involucrarse en los ministerios cristianos. Es importante que cada miembro de la familia dedique tiempo:

- Para el estudio de la Biblia,
- Para orar en familia y
- Para participar en actividades de la iglesia.

Estas prácticas fortalecerán su fe y proporcionarán una base sólida para servir en los ministerios. Al comprometerse juntos en estas actividades, la familia crecerá espiritualmente y podrá enfrentar cualquier desafío que se presente en el servicio cristiano.

A. Estudio de la Biblia en familia.

El estudio de la Biblia es una forma efectiva de prepararse espiritualmente para los ministerios cristianos. Al estudiar juntos las Escrituras, la familia adquiere un mayor conocimiento de la Palabra de Dios y desarrolla una comprensión más profunda de su fe.

Además, el estudio bíblico en familia fomenta la comunión y el crecimiento espiritual mutuo. Esta práctica les permitirá alinear sus vidas con los principios bíblicos y les dará una base sólida para servir en los ministerios de la iglesia.

B. Oración en familia.

La oración en familia es esencial para la preparación espiritual de la familia en los ministerios cristianos. Al orar juntos, la familia fortalece su conexión con Dios y busca su guía y dirección en todas las actividades que emprenderán.

La oración en familia les brinda la oportunidad de compartir sus preocupaciones, sueños y deseos con Dios, confiando en su provisión y sabiduría. A través de la oración, la familia se une en un propósito común y se prepara para servir de manera efectiva en los ministerios cristianos de la iglesia.

C. Participación en actividades de la iglesia.

La participación en actividades de la iglesia es una parte crucial de la preparación espiritual de la familia para los ministerios cristianos. Al involucrarse en actividades como estudios bíblicos, grupos de oración y servicios de adoración, la familia se sumerge en la vida de la comunidad cristiana. Esto les permite aprender de otros creyentes, compartir sus dones y talentos, y encontrar formas prácticas de servir a otros.

La participación en actividades de la iglesia fortalece el compromiso de la familia con el ministerio y les proporciona experiencias enriquecedoras que los prepararán para ser instrumentos eficaces en los ministerios cristianos.

6.2.3 Identificación de los dones y talentos familiares

La identificación de los dones y talentos familiares es esencial para el servicio en los ministerios cristianos. Cada miembro de la familia tiene habilidades únicas y capacidades que pueden ser utilizadas para la gloria de Dios. Al reconocer y cultivar estos dones, la familia puede trabajar juntos de manera efectiva y complementaria en los ministerios de la iglesia.

A. Descubrimiento de habilidades individuales.

El descubrimiento de habilidades individuales es un paso importante en la identificación de los dones y talentos familiares. Cada miembro de la familia debe tomarse el tiempo para explorar sus propias habilidades y talentos.

Esto se puede lograr a través de actividades prácticas, como la participación en diferentes tareas y roles dentro de la comunidad de fe. El descubrimiento de las habilidades individuales ayudará a determinar en qué áreas cada miembro puede contribuir de manera más efectiva en los ministerios cristianos.

B. Evaluación de los intereses de cada miembro.

La evaluación de los intereses de cada miembro de la familia también es importante en la identificación de los dones y talentos familiares. Es fundamental conocer las áreas de interés y pasión de cada persona, ya que esto les dará motivación y satisfacción al servir en los ministerios cristianos.

Realizar conversaciones abiertas y escuchar atentamente las aspiraciones de cada miembro de la familia puede ayudar a determinar dónde pueden encontrar su propósito y contribuir significativamente.

C. Promoción de los dones espirituales.

La promoción de los dones espirituales en la familia es vital para el crecimiento y desarrollo en los ministerios cristianos. Una vez que se han identificado los dones y talentos individuales, es necesario fomentar y fortalecer estos dones a través de la educación y la práctica.

Esto se puede lograr alentando a cada miembro a participar en actividades relacionadas con sus dones, brindándoles oportunidades para servir y crecer en su fe. Además, la familia puede buscar recursos y capacitación adicional para mejorar y utilizar plenamente los dones que Dios les ha dado.

6.2.4 Capacitación y formación en los ministerios cristianos

La capacitación y formación en los ministerios cristianos es fundamental para que la familia pueda desempeñarse de manera eficaz y efectiva en su servicio. A través de cursos y talleres diseñados específicamente para la familia, se brinda la oportunidad de adquirir conocimientos y habilidades necesarias para servir en diferentes áreas de la iglesia. Estas capacitaciones abarcan temas como liderazgo, enseñanza bíblica, consejería, adoración y servicio comunitario, fortaleciendo así la preparación de los miembros de la familia.

A. Cursos y talleres para la familia.

Los cursos y talleres para la familia son una excelente manera de capacitarse y adquirir nuevas habilidades en los ministerios cristianos. Estas actividades proporcionan conocimientos teóricos y prácticos sobre temas como la Biblia, la oración, el discipulado y el servicio en la iglesia.

Además, permiten el desarrollo de habilidades específicas, como la enseñanza, el liderazgo y la consejería, que son fundamentales para desempeñarse de manera efectiva en los ministerios. Estos cursos y talleres son impartidos por líderes expertos en cada área y fomentan el crecimiento espiritual y ministerial de toda la familia.

B. Mentoría y discipulado.

La mentoría y el discipulado son importantes herramientas de crecimiento y formación en los ministerios cristianos. A través de la mentoría, los miembros de la familia pueden recibir guía y apoyo de personas con experiencia en el servicio cristiano. Estos mentores brindan consejos prácticos, comparten sus conocimientos y animan a la familia a crecer espiritualmente y a desarrollar sus dones y talentos.

Por otro lado, el discipulado permite un seguimiento más cercano y personalizado, donde se profundiza en el estudio de la Biblia, se fortalece la relación con Dios y se enfatiza la importancia de vivir una vida de acuerdo con los principios cristianos.

C. Participación en equipos de servicio.

La participación en equipos de servicio es una valiosa oportunidad para la familia de involucrarse activamente en los ministerios cristianos. Al formar parte de equipos de servicio, la familia puede contribuir con sus dones y talentos para cumplir con las necesidades de la iglesia y de la comunidad.

Estos equipos pueden incluir ministerios como adoración, enseñanza, niñez, juventud, servicio social, entre otros. Al participar en equipos de servicio, la familia no solo se beneficia al poner en práctica lo aprendido, sino que también fortalece la unidad familiar al servir juntos y compartir experiencias significativas en el campo ministerial.

6.2.5 Integración de la familia en los ministerios de la iglesia

Para fortalecer el vínculo familiar a través del servicio en la iglesia y fomentar la participación de todos los miembros, es fundamental integrar a la familia en los diferentes ministerios. Esto permite que los padres y los hijos trabajen juntos en la obra de Dios, fortaleciendo su fe y creciendo espiritualmente como familia.

Además, al ser parte de los ministerios de la iglesia, la familia se convierte en un ejemplo vivo de devoción y compromiso, impactando positivamente a la comunidad y atrayendo a otros a conocer a Cristo.

Es muy necesario involucrarnos como familia también en ministerios hacia afuera de la iglesia, que estén enfocados a alcanzar de manera compasiva a los no creyentes. Si en tu iglesia local aun no cuentan con algunos de estos ministerios, pueden hablar con su pastor y llevarle la propuesta. Es muy necesario que entre varias familias podamos apoyar cada ministerio que se genere. Otra forma de organizarse es a través de nuestros grupos pequeños. Algunos posibles ministerios con que podamos empezar serían:

- Ministerio hospitalario donde podamos compartir la Palabra y alimentos con familias que van a visitar a familiares en un hospital.

- Ofrecer almuerzos una vez a la semana (posiblemente sábados) a niños con escasos recursos. EL propósito es sembrar la Palabra en el corazón de estos pequeños.
- Visitar periódicamente un Asilo de niños o de ancianos.
- Ofrecer apoyo académico a niños y adolescentes para que mejoren en su escuela. Se puede programar en la Iglesia un día o dos a la semana donde se les apoye a los pequeños a realizar sus tareas, estudiar sus temas, etc.
- Ofrecer servicio de consejería a familias de la comunidad donde ministramos.
- Visitar a personas enfermas.

6.3 Conclusiones

Hay que reconocer que la familia, junto a la iglesia, son la base para formar y equipar a sus integrantes. Por tanto, nos corresponde en la familia empezar a equipar a cada integrante para servir en algún ministerio de la iglesia.

En esa formación y capacitación de nuestros miembros, resulta fundamental fortalecer la formación espiritual de cada integrante de la familia. Es muy importante que cada uno vaya siendo transformado a la imagen de Cristo. Luego, podríamos capacitarnos para servir.

La identificación de los dones de cada integrante de la familia es necesaria para poder ubicar a cada uno en el ministerio al que cada uno ha sido llamado por Dios. Nuestra responsabilidad es promover que cada integrante de la familia participe en algún ministerio de la iglesia

Mi compromiso con Dios

Ejercicios de reflexión y aplicación práctica

1. ¿Cómo puedes ayudar a tu familia a descubrir cuáles son sus dones? ¿Por qué esto es importante?

2. ¿Cómo pueden fortalecer la formación espiritual en la familia? Haga un pequeño plan.

Ejercicios de reflexión y aplicación práctica

3. ¿Cómo puede animar a cada integrante de tu familia, de acuerdo a su edad y dones, a involucrarse en algún ministerio en la Iglesia local?

Referencias bibliográficas

- Rabbitt, Josie. (2016). **7 maneras en las que su iglesia puede comenzar un ministerio de compasión.** <https://www.baptistpress.com/resource-library/espanol/7-maneras-en-las-que-su-iglesia-puede-comenzar-un-ministerio-de-compasion/>
- Waggoner, Bert. (2016). **Ministerio compasivo.** <https://vineyardusa.org/es/compassionate-ministry/>

Lección 7. **Tomando** *Decisiones Sabias*

Texto Bíblico: Jeremías 17:9

Engañoso es el corazón más que todas las cosas, y perverso; ¿Quién lo conocerá?

Competencias:

- **Toma** decisiones sabias como matrimonio y familia.
- **Buscan** la sabiduría de Dios para sus decisiones.
- **Enseñan** a sus hijos a tomar decisiones.

7.1 Introducción

Diversas investigaciones muestran que cada día tomamos muchas decisiones. Algunas muy sencillas como por ejemplo de qué manera me voy a vestir. Pero hay otras, a veces pocas, pero que resultan de gran trascendencia para la persona y la familia entera.

Solemos tomar decisiones más basados en sentimientos y emociones del momento. Por ejemplo, solemos hacer una compra de algo que no teníamos pensado adquirir, pero al verlo y escuchar al vendedor ofrecer “todo lo que conseguiremos” si obtenemos el producto, terminamos por comprarlo. En ocasiones tal vez nos arrepintamos al tercer día.

Es una realidad que en muchas ocasiones las personas y las familias enteras se encuentran en situaciones difíciles que han sido producto de malas decisiones tomadas. Eso acaba afectando todas las áreas de la vida, incluida la parte espiritual.

Por ello resulta de gran importancia estudiar en esta lección ¿Cuáles son los principios bíblicos para tomar decisiones? ¿Cómo podremos obtener sabiduría para tomar decisiones? ¿Cuál puede ser el proceso para tomar decisiones? ¿Cómo podemos ayudar a nuestros hijos a aprender a tomar decisiones?

7.2 Desarrollo

7.2.1 Principios bíblicos para tomar decisiones

La buena toma de decisiones comienza por discernir la voluntad de Dios. Nuestro Señor Jesús nos dio ejemplo sobre cuál debe ser nuestra actitud en la toma de decisiones cuando afirmó:

Pero no se haga mi voluntad, sino la tuya. Lucas 22:42b

A. Tomemos decisiones basadas en principios bíblicos

Tomar decisiones basadas en principios bíblicos es fundamental para vivir una vida sabia y en alineación con la voluntad de Dios. La Palabra de Dios nos proporciona un claro camino a seguir

y nos guía en cada área de nuestra vida. Al tomar decisiones basadas en principios bíblicos, estamos asegurándonos de tomar las decisiones correctas que agradan a Dios y nos benefician a nosotros y a quienes nos rodean.

a) Estableciendo una base sólida en la Palabra de Dios.

Para tomar decisiones sabias basadas en principios bíblicos, es fundamental establecer una base sólida en la Palabra de Dios. Esto implica estudiar y meditar en las Escrituras y comprender profundamente los mandamientos y enseñanzas de Dios. Al conocer la Palabra de Dios, podemos tener una comprensión clara de Su voluntad y aplicarla a nuestras decisiones diarias.

b) Aplicando principios bíblicos a situaciones cotidianas

Hay camino que al hombre le parece derecho; Pero su fin es camino de muerte.
Proverbios 14:12

Aplicar los principios bíblicos a nuestras decisiones cotidianas nos permite tomar decisiones sabias y alineadas con la voluntad de Dios. La Biblia nos proporciona principios claros y atemporales que podemos aplicar a cualquier situación que enfrentemos. Al considerar los mandamientos y los ejemplos de fe presentes en la Palabra de Dios, podemos tomar decisiones que reflejen la justicia, el amor y la sabiduría divina.

El pastor Charles Stanley (2022) nos da las siguientes ayudas para llegar a desarrollar nuestras convicciones que ayuden en el proceso de toma de decisiones a la familia.

- Vivir por una causa mayor que nosotros. Debemos decidir vivir para Cristo y para el Reino de Dios.
- Estar seguros de lo que creemos. Debemos ser firmes en obedecer lo que la Palabra nos pide que hagamos y evitar aquello que la Biblia prohíbe.
- Obedecer a Dios y dejar todas las consecuencias en sus manos. Seamos fieles a su Palabra, aun cuando esto nos genere problemas. El Señor siempre está con nosotros, sin importar lo que suceda.
- Recordar la soberanía de Dios. Tener presente que él tiene todo el control y autoridad sobre lo que sucede en el mundo. Él nos dará salida cuando enfrentemos dificultades por obedecerle.
- Estar consciente de que enfrentaremos conflictos por seguir nuestros valores cristianos. Al vivir de acuerdo con los principios bíblicos, no todos estarán de acuerdo con nosotros. Algunos no estarán de acuerdo con nuestro estilo de vida y nos rechazarán.

c) Buscando consejo sabio de líderes espirituales

El camino del necio es derecho en su opinión; Mas el que obedece al consejo es sabio. Proverbios 12:15

Buscar el consejo de líderes espirituales sabios es esencial al tomar decisiones basadas en principios bíblicos. Estos líderes, que tienen un profundo entendimiento de la Palabra de Dios,

pueden brindarnos orientación y perspectiva divina en nuestras situaciones específicas. Al buscar su consejo, podemos obtener sabiduría adicional y considerar diferentes puntos de vista antes de tomar una decisión importante. La sabiduría de los líderes espirituales nos ayuda a discernir la voluntad de Dios y nos fortalece en nuestro caminar de fe.

B. Confía en la guía de Dios

Confiar en la guía de Dios es fundamental para tomar decisiones sabias. Debemos reconocer que Él tiene el conocimiento perfecto y la sabiduría divina para dirigir nuestras vidas. Al confiar en Dios, podemos estar seguros de que Él nos guiará por el camino correcto. Esto implica creer en su poder para intervenir en nuestras decisiones y confiar en que nos llevará por el camino que mejor se alinee con sus planes y propósitos para nosotros.

d) Reconociendo la voz de Dios en nuestras decisiones

Reconocer la voz de Dios en nuestras decisiones es esencial para tomar decisiones sabias. Esto se logra a través de una relación constante con Él a través de la oración y la meditación en su Palabra. Al tener una comunicación directa con Dios, podemos discernir su voluntad y escuchar sus instrucciones.

Además, es importante estar atentos a las señales y las formas en que Dios nos habla, ya sea a través de su Palabra, circunstancias o el consejo de líderes espirituales. Al reconocer su voz, estaremos en el camino correcto para tomar decisiones sabias.

e) Dejando de lado el miedo y la incertidumbre

Para tomar decisiones sabias, debemos dejar de lado el miedo y la incertidumbre. El miedo puede paralizarnos y llevarnos a tomar decisiones impulsivas o faltar de confianza en nosotros mismos. Sin embargo, al confiar en Dios y en su guía, podemos superar el miedo y la incertidumbre. Debemos recordar que Dios está con nosotros y que nos capacitará para tomar decisiones sabias. Al dejar de lado el miedo y la incertidumbre, estaremos más abiertos a escuchar la voz de Dios y seguir su dirección en nuestras decisiones.

f) Confía en que Dios tiene un plan perfecto para ti

Pues yo sé los planes que tengo para ustedes—dice el Señor—. Son planes para lo bueno y no para lo malo, para darles un futuro y una esperanza. Jeremías 29:11

NTV

Es vital confiar en que Dios tiene un plan perfecto para nosotros. Aunque a veces no entendamos las circunstancias o el propósito detrás de ciertas decisiones, debemos confiar en que Dios tiene un plan más grande y mejor. Él sabe lo que es mejor para nosotros y siempre tiene nuestros mejores intereses en mente. Al confiar en su plan, podemos tener la seguridad de que la dirección que nos guíe será la correcta. Esto nos permite tomar decisiones con confianza sabiendo que Dios está obrando en nuestras vidas.

7.2.2 La importancia de tomar decisiones sabias

A. Impacto de las decisiones en nuestra vida

El impacto de nuestras decisiones en nuestra vida es innegable. Cada elección que hacemos puede tener consecuencias tanto positivas como negativas. Una decisión sabia puede llevarnos por el camino correcto, ayudándonos a alcanzar nuestras metas y objetivos.

Por otro lado, una decisión impulsiva o irresponsable puede traer consigo consecuencias no deseadas que nos alejen de nuestros sueños. Es crucial comprender que nuestras decisiones moldean nuestro destino y tomarlas conscientemente nos permite abrir puertas hacia el éxito y la realización personal.

B. Beneficios de tomar decisiones sabias

Tomar decisiones sabias trae consigo una serie de beneficios significativos. Cuando tomamos decisiones bien fundamentadas, podemos evitar situaciones problemáticas y conflictos innecesarios.

Además, nos sentimos más seguros en nuestras elecciones y ganamos confianza en nosotros mismos. Las decisiones sabias también nos brindan la oportunidad de crecer y aprender, ya que cada elección acertada nos impulsa hacia delante. A medida que tomamos decisiones sabias de manera consistente, también cultivamos una reputación de confiabilidad y sabiduría entre aquellos que nos rodean.

C. Consecuencias de tomar decisiones impulsivas

Tomar decisiones impulsivas puede tener consecuencias negativas en distintos aspectos de nuestra vida. Una decisión tomada sin reflexión ni consideración puede llevarnos a situaciones difíciles o incluso peligrosas. Podemos lamentarnos de las decisiones impulsivas y enfrentar el arrepentimiento y las dificultades que estas conllevan.

Además, las decisiones impulsivas pueden dañar nuestras relaciones e impactar negativamente en nuestra salud y bienestar general. Es importante recordar que nuestras elecciones impulsivas tienen el potencial de afectar no solo a nosotros mismos, sino también a las personas cercanas a nosotros.

7.2.3 Buscando la sabiduría divina

Y si alguno de vosotros tiene falta de sabiduría, pídala a Dios, el cual da a todos abundantemente y sin reproche, y le será dada. Santiago 1:5

Para tomar decisiones sabias, es fundamental buscar la sabiduría divina que viene de Dios. Hay que reconocer que necesitamos la sabiduría de Dios es el primer paso. Al hacerlo, reconocemos nuestra limitación y dependencia de Él. Esto nos abre a recibir su guía y dirección en nuestras

decisiones. Al buscar la sabiduría divina, estamos asegurándonos de tomar decisiones que estén alineadas con su voluntad y plan para nuestra vida.

A. Reconociendo la necesidad de la sabiduría de Dios

Es importante reconocer que necesitamos la sabiduría de Dios para tomar decisiones sabias. Nuestra propia sabiduría es limitada y nuestras decisiones pueden estar influenciadas por nuestras emociones y deseos personales. Al reconocer nuestra necesidad de la sabiduría divina, nos abrimos a recibir la dirección y el discernimiento que solo Dios puede darnos. Esto nos permite tomar decisiones más acertadas y que estén en línea con sus planes para nosotros.

B. Orando por dirección y discernimiento

Nuestro Señor Jesús oró muchas veces para pedir la dirección del Padre. Un ejemplo fue cuando iba a llamar a sus discípulos (Marcos 3:13-19). Los reyes en el Antiguo Testamento oraron también para saber si deberían ir a una batalla o saber cómo ganarla.

La oración es una herramienta poderosa para buscar la sabiduría divina. Al orar, estamos pidiendo a Dios que nos guíe y nos dé discernimiento en nuestras decisiones. Es importante tomarnos el tiempo para orar y buscar la dirección de Dios antes de tomar decisiones importantes. Al hacerlo, estamos entregando nuestras decisiones a Dios y confiando en su sabiduría. La oración nos conecta con Dios y nos permite recibir su dirección en todas las áreas de nuestra vida, incluyendo nuestras decisiones.

C. Estudiando la Palabra de Dios para obtener sabiduría

El estudio de la Palabra de Dios es clave para obtener sabiduría divina. La Biblia es una fuente inagotable de sabiduría y nos enseña los principios y valores de Dios. Al estudiar la Palabra de Dios, podemos aprender de personajes bíblicos que tomaron decisiones sabias en sus vidas. Esto nos muestra cómo podemos aplicar esos principios a nuestras propias decisiones. El estudio de la Palabra de Dios nos capacita para discernir entre el bien y el mal, y nos brinda la sabiduría necesaria para tomar decisiones acertadas y alineadas con la voluntad de Dios.

7.2.4 Proceso para tomar decisiones sabias

El pastor Rick Warren (2024) nos ofrece la siguiente propuesta para tomar decisiones sabias:

A. Dedicar el tiempo necesario para tomar la decisión correcta.

Ya que vivimos por el Espíritu, sigamos la guía del Espíritu en cada aspecto de nuestra vida. Gálatas 5:25 NTV

Eviten tomar decisiones apresuradas. Muchas veces nos dejamos llevar por las emociones, o el estrés de una situación no nos permite pensar bien en lo que vamos a decidir. En otras ocasiones no hemos obtenido la información suficiente para tomar una decisión.

B. Dedicar tiempo a escuchar la Palabra de Dios.

Consideraré el rumbo de mi vida y decidí volver a tus leyes. Salmo 119:59 NTV

Deben consultar lo que la Palabra dice al respecto. Por ejemplo, si nos ofrecen un negocio que parece muy rentable, pero se trata de comercializar algo que no va con la voluntad de Dios, de antemano podemos decidir no invertir en ese negocio.

C. Oren los unos por los otros.

Mis amados hermanos, les pido encarecidamente en el nombre de nuestro Señor Jesucristo que se unan a mi lucha orando a Dios por mí. Háganlo por el amor que me tienen, ese amor que el Espíritu Santo les ha dado. Romanos 15:30 NTV

Deben poner en oración el asunto a decidir. Como familia, lleven a Dios en oración buscando la respuesta a lo que han de hacer. Pueden pedirle a Dios que les dé enfoque y claridad.

D. Busca el consejo de amigos sabios.

Sin liderazgo sabio, la nación se hunde; la seguridad está en tener muchos consejeros. Proverbios 11:14 NTV.

Consulten con otras personas cristinas sobre el tema. Pueden buscar personas que sepan más del tema acerca del cual van a tomar una decisión. Por ejemplo, si se trata de finanzas familiares, de ayudar a escoger a un hijo su futura carrera profesional, etc. Encuentra a las personas más sabias que conoces y escucha sus consejos.

7.2.5 Enseñando a nuestros hijos a tomar decisiones

En el Blog La Roca (s.f.). se nos comparten algunos consejos sobre cómo apoyar a nuestros hijos a aprender a tomar decisiones. Aquí hay algunas de esas ideas:

A. Modela tu propio proceso de toma de decisiones.

De acuerdo con la edad de sus hijos, explíqueles como usted toma decisiones en su vida cotidiana. Por ejemplo, si vas a ir a la tienda y está lloviendo, pídele a tu hijo que te ayude a pensar cómo lograrlo sin mojarte. Puedes compartir tus pasos para llegar a una decisión y lograrlo. Pídeles siempre su opinión.

El Blog La Roca (s.f.) nos sugiere que es si estamos orando por decisiones más complejas como comprar un carro, debemos aprovechar para orar con ellos sobre esa decisión mientras le pides sabiduría a Dios. Cuando tus hijos te vean tomar decisiones sabias, será más probable que tomen la decisión sabia ellos mismos.

B. Contar historias.

La Biblia está llena de personas que tuvieron éxito y otras que fracasaron en la sabiduría. Lean esas historias juntos y hablen de las consecuencias que experimentaron. Por ejemplo, cuando

Roboam, hijo de Salomón, pide consejo a los ancianos y luego a los jóvenes como él, para ver si debería subir los impuestos (2 Crónicas 10).

También pueden aprovechar otras oportunidades que se presenten en la vida cotidiana e incluso al ver un programa de televisión. Aprovechen y hablen de las decisiones que estás viendo que se desarrollan en la historia. Úsalos para enseñar y para ayudar a los niños a descubrir más sobre la sabiduría.

C. Dales la oportunidad de tomar la sabia decisión.

Debemos permitir que ellos vayan tomando sus propias decisiones. En lugar de darles la respuesta a la decisión, podemos guiarlos a través del proceso de tomar la sabia decisión. Por ejemplo, si ellos tienen un dinero ahorrado y quieren comprar varias cosas, pero no les alcanza para todo ¿Qué deben hacer para tomar su decisión sobre qué comprar?

Puedes ayudarles haciendo preguntas que los guíen a través del tipo de ideas que deben tener en cuenta al tomar una decisión. Con el tiempo empezarán a hacerse esos mismos tipos de preguntas. El Blog La Roca (s.f.) nos dice:

Puede que todavía no hagan la elección que te gustaría que hicieran, pero al menos están pensando en ello. Y quién sabe, pueden sorprenderte y considerar algo que no tenías.

D. Deja que se equivoquen.

Traten de resistir el impulso de rescatar a tus hijos de las consecuencias de sus elecciones. En ocasiones necesitamos dejar que nuestros hijos elijan las opciones equivocadas, pero eso les ayudará para obtener sabiduría que les ayude el resto de su vida.

El Blog La Roca (s.f.) nos recomienda que:

Cuando se equivocan, no les quites la responsabilidad. Deja que aprendan de su error y vuelvan a ello. Muéstrales que todavía puedes confiar en ellos incluso cuando se estropean. Esto les ayudará a darles confianza para volver a ello y crecer en sabiduría.

E. Celebrar las victorias.

Cuando tus hijos hagan la sabia decisión, celébralo con ellos. Hay expresiones sencillas que puedes expresar para mostrar tu celebración como un abrazo, con una nota en su mochila de la escuela, o aun con ir a celebrarlos con una nieve.

Es bueno celebrar que eligieron terminar su tarea antes de jugar a videojuegos toda la semana, y el mostrarles aprecio afirmará esas opciones y reforzará a sus hijos que valió la pena el esfuerzo de tomar la sabia decisión.

7.3 Conclusiones

Tomar decisiones sabias es fundamental para nuestra vida. Las decisiones que tomamos tienen un impacto significativo en nuestra vida y pueden determinar nuestro futuro. Al tomar decisiones sabias, podemos obtener muchos beneficios, como una mayor paz y satisfacción, relaciones saludables y logros personales.

Por otro lado, tomar decisiones impulsivas puede llevarnos a enfrentar consecuencias negativas y arrepentirnos en el futuro. Por lo tanto, es importante buscar la sabiduría que viene de Dios. Reconociendo la necesidad de la sabiduría divina, podemos orar por dirección y discernimiento, estudiar la Palabra de Dios y evitar las influencias negativas que pueden afectar nuestras decisiones.

Además, es importante aprender un proceso de toma de decisiones basado en principios bíblicos, estableciendo una base sólida en la Palabra de Dios y buscando consejo sabio de líderes espirituales.

Aprendimos que es necesario empezar a enseñar a nuestros hijos a tomar decisiones desde su corta edad. Para ello deben ver en nosotros la forma en que tomamos decisiones, darles oportunidad de que se equivoquen en sus decisiones y celebrar con ellos cuando tomen buenas decisiones.

Finalmente, debemos confiar en la guía de Dios, reconocer su voz en nuestras decisiones y confiar en que Él tiene un plan perfecto para nosotros. En resumen, al buscar la sabiduría que viene de Dios y seguir estos principios, podemos tomar decisiones sabias que nos conducirán a una vida plena y satisfactoria.

Mi compromiso con Dios

Ejercicios de reflexión y aplicación práctica

1. ¿Cuál es la forma en que actualmente toman sus decisiones más importantes? ¿Cuáles han sido los resultados?

Ejercicios de reflexión y aplicación práctica

2. ¿Qué puedes hacer para mejorar tu proceso de toma de decisiones en familia?

3. ¿Cómo pueden ayudarle a sus hijos a aprender a tomar decisiones? De tres ejemplos.

Referencias bibliográficas

- Blog Got Question. (s.f.). **¿Cuáles son los principios bíblicos para una buena toma de decisiones?** <https://www.gotquestions.org/Espanol/toma-de-decisiones.html>
- Blog Gracia a vosotros. (s.f.). **Decisiones: ¿Cómo puede un cristiano tomar decisiones que honren a Dios?** <https://www.gracia.org/library/bibleqnas-library/GAV-R040/decisiones-decisiones-c%C3%B3mo-puede-un-cristiano-tomar-decisiones-que-honren-a-dios->
- Blog La Roca. (s.f.). **Cinco maneras de ayudar a tus hijos a tomar decisiones sabias.** <https://www.larocacc.com/uno-impact/5-maneras-de-ayudar-a-tus-hijos-a-tomar-decisiones-sabias/>
- Stanley, Charles. (2022). **La clave para tomar decisiones sabias.** <https://www.encontacto.org/vea/sermons/la-clave-para-tomar-decisiones-sabias>
- Warren, Rick (2024). **Cinco pasos para tomar decisiones sabias.** <https://pastorrick.com/cinco-pasos-para-tomar-decisiones-sabias/>

Lección 8. *Venciendo juntos* los obstáculos

Texto Bíblico: Santiago 1:2-4 NVI

Hermanos míos, considérenlo un gran gozo cuando tengan que enfrentar diversas pruebas, porque ya saben que la prueba de su fe produce constancia. Y la constancia debe llevar a feliz término la obra, para que sean perfectos e íntegros, sin que les falte nada.

Competencias:

- **Trabajan** en unidad ante los obstáculos.
- **Desarrollan** su fe para vencer las dificultades de la vida
- **Son perseverantes** hasta lograr los propósitos que Dios tiene para ustedes.

8.1 Introducción

El Sendero de la Gracia está lleno de momentos difíciles que ponen a prueba nuestra resistencia y nuestra fe. Solemos enfrentar problemas de salud, problemas económicos, dificultades en nuestras relaciones, problemas laborales, la pérdida de un ser querido y muchas más situaciones que ponen estrés en nuestra vida.

Para sortear con éxito cada una de las situaciones difíciles que se enfrentan en el matrimonio y en la familia es necesario que exista unidad y un respaldo mutuo entre ellos. De otra manera nuestra fe se va a deteriorar dañando nuestra vida espiritual de manera severa.

Por ello, en esta lección vamos a estudiar ¿Cómo podemos vencer juntos los obstáculos que se nos presentan en el matrimonio y en la familia?

8.2 Desarrollo

8.2.1 La unidad, ante todo

Solicitos en guardar la unidad del Espíritu en el vínculo de la paz. Efesios 4:3

Nuestro Señor Jesús consideró vital el fortalecimiento de la unidad en los discípulos. El oró al Padre para que pudieran ser uno como Jesús y el Padre lo son. (Juan 17:6-19). También Jesús nos advirtió que:

Y una casa dividida contra sí misma, cae. Lucas 11:17

Una familia en la que cada miembro está buscando lo propio sin pensar en los demás está dividida, por tanto, no puede prevalecer. Por ello, debemos ocuparnos en desarrollar la unidad dentro del matrimonio y la familia. Al respecto, Josman Proudinat (s.f.) nos comparte cinco consejos para fortalecer la unidad familiar:

- **Hablando la verdad en amor.** En cambio, hablaremos la verdad con amor y así creceremos en todo sentido hasta parecernos más y más a Cristo, quien es la cabeza de su cuerpo, que es la iglesia. Efesios 4:15 NTV
- **Perdonando las ofensas.**
- **Recordando las cosas en común.**
- **Orando por unidad.** No te pido solo por estos discípulos, sino también por todos los que creerán en mí por el mensaje de ellos. 21 Te pido que todos sean uno, así como tú y yo somos uno, es decir, como tú estás en mí, Padre, y yo estoy en ti. Y que ellos estén en nosotros, para que el mundo crea que tú me enviaste. Juan 17:20-21 NTV

Si permanecemos unidos a Jesús, podemos encontramos la fuerza para superar los obstáculos más grandes. Juntos, todo es posible.

También podemos atender los siguientes consejos clave para fortalecer esos lazos y cultivar una unidad familiar sólida, que nos comparte el Blog Family Playland (2023).

- **Pasar tiempo de calidad en familia.** Dediquemos momentos sin distracciones para jugar, hablar y compartir momentos inolvidables. También se recomienda establecer tradiciones familiares como noches de juegos, de ver una película o cenar juntos. Todo ello contribuye a crear recuerdos valiosos.
- **Practique una comunicación abierta.** Desarrollen un ambiente donde todos puedan expresar sus pensamientos y sentimientos. Cuando ustedes escuchan activamente a sus hijos y responden con empatía, ustedes los hacen sentirse valorados y amados.
- **Realicen actividades compartidas.** Participar en actividades juntos, ya sea cocinar, hacer manualidades o deportes, crea oportunidades para unir lazos.
- **Enseñen valores.** Hablen con sus hijos sobre la importancia de la unidad familiar, la responsabilidad y el respeto hacia los demás. Estos valores contribuirán a desarrollar un sentido de identidad y pertenencia.

8.2.2 Desarrollando nuestra fe para vencer las dificultades.

En el mundo tendréis aflicción; pero confiad, yo he vencido al mundo. Juan 16:33b

La fe es un poderoso motor que impulsa a las personas a superar cualquier obstáculo que se les presente. Es creer en Dios como fuente de fortaleza y confiar plenamente en su divinidad. Cuando se tiene fe, se adquiere una seguridad y convicción que permiten enfrentar los desafíos con valentía y determinación. La fe nos fortalece y nos da la fuerza necesaria para no rendirnos ante las dificultades. Además, la oración se convierte en una herramienta fundamental para superar obstáculos, ya que nos conecta con lo divino y nos brinda la guía y el apoyo necesarios.

A. Creer en Dios como fuente de fortaleza

Cuando se cree en Dios como fuente de fortaleza, se encuentra un poder ilimitado que ayuda a vencer cualquier obstáculo. La fe en Él nos brinda la confianza y seguridad necesaria para enfrentar los desafíos de la vida. Sabemos que no estamos solos, que podemos apoyarnos en

su amor y poder. Creer en Dios nos da la fortaleza interior para perseverar y no rendirnos ante las dificultades. Él nos fortalece y nos da la fuerza para seguir adelante, confiando en su bondad y en su plan para nuestras vidas.

B. Enfrentar los desafíos con confianza en la divinidad

Enfrentar los desafíos con confianza en la divinidad implica creer que Dios está presente en todo momento y que nos acompaña en cada paso del camino. La certeza de su amor y poder nos da la seguridad necesaria para enfrentar cualquier obstáculo que se presente.

Confiar en Dios significa saber que no estamos solos, que tenemos a alguien más grande que nosotros que vela por nuestro bienestar. Esta confianza nos impulsa a no tener miedo, a perseverar y a no rendirnos ante las dificultades, sabiendo que Dios está con nosotros y nos dará la fuerza necesaria para superarlas.

C. La oración como herramienta para superar obstáculos

La oración es una poderosa herramienta que nos permite superar obstáculos. A través de la oración nos conectamos con lo divino, nos acercamos a Dios y recibimos su guía y apoyo. En momentos de dificultad, la oración nos brinda consuelo, fortaleza y nos llena de esperanza. Nos ayuda a mantener la fe y la confianza en que podemos superar cualquier obstáculo.

La oración nos proporciona la paz interior y nos permite renovar nuestras fuerzas para seguir luchando. Es un momento de intimidad con Dios en el cual podemos expresar nuestras preocupaciones y pedir su ayuda y dirección.

8.2.3 La perseverancia como clave del éxito

Aunque caigas siete veces, te levantarás. Proverbios 24:16

La perseverancia es fundamental para alcanzar el éxito en la vida de un hombre cristiano. A pesar de los obstáculos que se presenten, es importante no rendirse y seguir adelante con determinación. La perseverancia nos permite mantenernos firmes en nuestra fe y confiar en que Dios nos guiará en el camino hacia la victoria.

A. No rendirse ante las dificultades

No rendirse ante las dificultades es esencial para superar los obstáculos que se presentan en la vida. Un hombre cristiano debe mantenerse firme en su fe y confiar en que Dios tiene un propósito mayor en medio de las dificultades. A través de la confianza en la divinidad y la perseverancia, se puede encontrar la fuerza para seguir adelante y vencer cualquier adversidad.

B. Mantener la determinación a pesar de los fracasos

A veces, los fracasos pueden desmotivar a un hombre cristiano, pero es importante mantener la determinación y no permitir que los fracasos nos detengan. Dios nos fortalece en nuestras

debilidades y nos da la capacidad de aprender de nuestros errores. Manteniendo la determinación a pesar de los fracasos, podremos seguir adelante y alcanzar el éxito que Dios tiene preparado para nosotros.

C. Aprender de los errores y seguir adelante

Los errores son oportunidades de aprendizaje en la vida de un hombre cristiano. Aprender de ellos nos permite crecer y mejorar, evitando cometer los mismos errores en el futuro. No debemos permitir que los errores nos detengan, sino que debemos seguir adelante con determinación, confiando en que Dios nos dará la sabiduría y la fuerza necesaria para perseverar y alcanzar el éxito.

8.2.4 El apoyo mutuo con otras familias de la fe.

A. El apoyo de otros creyentes en momentos difíciles

El apoyo de otros creyentes juega un papel crucial en los momentos difíciles que enfrenta cada cristiano. La comunidad proporciona un respaldo emocional y espiritual, ofreciendo consuelo y aliento basados en la fe en Dios. Los otros creyentes pueden compartir experiencias similares y comprender las luchas y desafíos que se presentan en la vida cristiana. A través de la compañía y el apoyo de la comunidad, el hombre cristiano encuentra fuerza y esperanza para superar cualquier obstáculo, sabiendo que no está solo en su camino.

B. Compartir experiencias y fortalecer la fe en comunidad

Compartir experiencias y fortalecer la fe en comunidad es esencial para el hombre cristiano. Al intercambiar testimonios y vivencias con otros creyentes, se fortalece la fe y se estimula el crecimiento espiritual.

La comunidad ofrece un espacio seguro y de confianza donde se pueden discutir dudas, inquietudes y reflexiones. A través de la comunión con otros creyentes, se adquiere una perspectiva más amplia de la fe y se consolida el fundamento en Dios. El intercambio de ideas y la vivencia compartida fortalecen la relación con Dios y fomentan un sentido de unidad y solidaridad que impulsa al hombre cristiano a perseverar y superar los obstáculos con confianza.

C. La responsabilidad de ayudar a otros en su camino de fe

La comunidad cristiana tiene la importante responsabilidad de ayudar a otros en su camino de fe. Esto implica brindar apoyo emocional, espiritual y práctico a aquellos que enfrentan dificultades en su vida cristiana. A través de la oración, el consejo y la actuación amorosa, los hombres cristianos pueden guiar a aquellos que están pasando por momentos difíciles.

La responsabilidad de ayudar a otros en su camino de fe se basa en la idea de que el amor cristiano se manifiesta en acciones concretas. Al ofrecer ayuda y mostrar un compromiso genuino, se fortalece la comunidad y se inspira a otros a seguir adelante en su propia fe.

8.3 Conclusiones

Todas las familias enfrentamos diversas dificultades en la vida. Dios las permite para que nuestra fe crezca y tengamos un crecimiento espiritual.

Pero como familia debemos promover la unidad y estar preparados para enfrentar juntos las diversas adversidades que se le presentan a toda familia.

También, la fe es un poderoso motor de superación que impulsa al hombre cristiano a perseverar y vencer a pesar de los obstáculos. Creer en Dios como fuente de fortaleza y confiar en la divinidad al enfrentar desafíos son fundamentales. La oración se convierte en una herramienta poderosa para superar cualquier obstáculo. Además, basar nuestras acciones y decisiones en principios bíblicos nos guía hacia el éxito.

La perseverancia es clave para no rendirse ante las dificultades y aprender de los errores para seguir adelante. La esperanza nos motiva a mantener una actitud positiva y visualizar un futuro mejor en tiempos difíciles. La influencia de la fe en nuestras acciones y la importancia de la comunidad en el camino del hombre cristiano son aspectos fundamentales.

También, el testimonio cristiano tiene un impacto significativo en nuestro entorno, al inspirar a otros a través del ejemplo de vida y vivir de acuerdo con los valores cristianos.

En resumen, el matrimonio cristiano que vence a pesar de los obstáculos se sostiene en la fe, la perseverancia, la esperanza, las decisiones basadas en la fe y la influencia de la comunidad, dejando un impacto positivo en su entorno.

Mi compromiso con Dios

Ejercicios de reflexión y aplicación práctica

1. ¿Cómo podemos fortalecer la unidad para vencer todo tipo de obstáculo como familia?

Ejercicios de reflexión y aplicación práctica

2. ¿Cuáles consideran que son las dificultades más comunes que enfrenta cada familia?

3. ¿Cómo pueden ayudarle a otras familias a resolver sus problemas? De tres ejemplos.

Referencias bibliográficas

Blog La Voz. (2024). ***Cómo superar los fracasos juntos en familia.***

<https://cvclavoz.com/blog/familia/como-superar-los-fracasos-juntos-en-familia/>

Blog Family Playland. (2023). ***5 claves para fortalecer los vínculos familiares.***

Proudinat, Josman. (s.f.). ***Cinco consejos bíblicos para fortalecer la unidad en la familia.***

<https://josmanproudinat.com/posts/5-consejos-biblicos-para-fortalecer-la-unidad-en-la-familia>

Lección 9. *Apoyo Emocional* en el matrimonio

Texto Bíblico: Efesios 4:2-3 NTV

Sean siempre humildes y amables. Sean pacientes unos con otros y tolérense las faltas por amor. Hagan todo lo posible por mantenerse unidos en el Espíritu y enlazados mediante la paz.

Competencias:

- **Explica** la importancia del apoyo emocional en el matrimonio.
- **Desarrolla** estrategias para fomentar el apoyo emocional con su pareja.

9.1 Introducción

En el contexto actual, el matrimonio se enfrenta a numerosos desafíos que ponen a prueba la relación entre las parejas. La importancia del apoyo emocional en el matrimonio es un tema relevante y oportuno, ya que puede marcar la diferencia en la estabilidad y fortaleza en el matrimonio. Desde una perspectiva bíblica, el apoyo emocional es fundamental para promover el amor, la comprensión y la solidaridad dentro del matrimonio.

En esta lección, exploraremos la importancia del apoyo emocional en el matrimonio desde una perspectiva bíblica, analizando cómo este concepto puede fortalecer la relación entre esposos y esposas, fomentando un ambiente de respeto mutuo y empatía.

Además, examinaremos cómo los principios bíblicos pueden proporcionar una base sólida para comprender y practicar el apoyo emocional en el matrimonio. También veremos algunas ayudas prácticas para desarrollar de mejor forma el apoyo emocional.

9.2 Desarrollo

9.2.1 El apoyo emocional en el matrimonio

A. Concepto de apoyo emocional

El apoyo emocional en el matrimonio puede definirse como la provisión de empatía, cuidado, estímulo y comprensión al cónyuge en todo momento, especialmente en aquellos de necesidad o angustia. Este apoyo se basa en el amor, la compasión y el compromiso de apoyar al cónyuge en las alegrías y los desafíos de la vida.

El apoyo emocional requiere un profundo nivel de comprensión y una voluntad de brindar amor y estímulo inquebrantables. Al ofrecer apoyo emocional, las parejas pueden construir una base segura y enriquecedora para su relación, fomentando la confianza, la intimidad y la resiliencia.

Desde una perspectiva bíblica, el apoyo emocional se considera un componente esencial del amor, como se describe en pasajes como 1 Corintios 13:7, que afirma que el amor "siempre protege, siempre confía, siempre espera, siempre persevera".

B. Importancia del apoyo emocional

Comprender la importancia del apoyo emocional en el matrimonio es crucial para nutrir una relación centrada en Cristo. El apoyo emocional fomenta un entorno seguro y protegido en el que ambos cónyuges pueden expresar abiertamente sus sentimientos, temores y necesidades. Esto no sólo fortalece el vínculo emocional entre marido y mujer, sino que también promueve un nivel más profundo de intimidad y comprensión.

El apoyo emocional desempeña un papel vital en el fomento de la intimidad, la confianza y el respeto mutuo entre los miembros de la pareja. Proporciona un espacio seguro para que las personas expresen sus vulnerabilidades y temores, sabiendo que serán atendidas con compasión y comprensión.

A través del apoyo emocional, las parejas pueden afrontar los desafíos y los conflictos de manera más eficaz, sabiendo que tienen un compañero que los apoyará en las buenas y en las malas. En última instancia, el concepto de apoyo emocional en el matrimonio tiene sus raíces en el principio bíblico del amor desinteresado y el cuidado sacrificial del uno por el otro, que constituye la base de una relación matrimonial próspera y duradera.

C. Beneficios del Apoyo Emocional en la Relación de Pareja

Algunos beneficios que se obtienen a través del mutuo apoyo emocional en la pareja son:

- Contribuye a fortalecer el vínculo entre los cónyuges.
- Fomenta un sentido de seguridad y confianza, creando un espacio seguro para la comunicación abierta y la vulnerabilidad.
- Permite a las parejas afrontar mejor los desafíos y los conflictos, lo que en última instancia conduce a una relación más armoniosa y satisfactoria.
- Contribuye a una mejor salud mental y física para ambos. Las investigaciones han demostrado que las personas que mantienen relaciones de apoyo experimentan niveles más bajos de estrés y ansiedad, así como un menor riesgo de depresión.
- Además, el apoyo y el estímulo mutuos dentro de la relación pueden conducir a una mayor resiliencia y capacidad para afrontar los altibajos de la vida.

En general, los beneficios del apoyo emocional en una relación matrimonial se extienden más allá de las personas involucradas, contribuyendo al bienestar general y la fortaleza del matrimonio y de los hijos. También influirán en gran manera en las relaciones que construyamos con los demás.

9.2.2 Principios bíblicos para brindar y recibir apoyo emocional

La Biblia nos brinda principios claros sobre cómo brindar y recibir apoyo emocional en el matrimonio. A continuación, vamos a mencionar solo algunos de ellos.

A. Amar al prójimo como a uno mismo. (Mateo 22:39)

Esto significa que debemos cuidar de las necesidades emocionales de nuestra pareja de la misma manera en que cuidamos de las nuestras. Es importante mostrar empatía, comprensión y estar dispuestos a ayudar en momentos de dificultad. Este principio nos insta a estar presentes emocionalmente para nuestra pareja, ofreciendo consuelo, apoyo y ánimo en todo momento.

Amar al prójimo como a uno mismo también implica cultivar un profundo sentido de cuidado y preocupación por la salud emocional del cónyuge. Esto puede implicar escuchar activamente sus sentimientos, ofrecer una presencia reconfortante o brindar palabras de afirmación.

Al adoptar este principio, las parejas pueden fomentar un vínculo emocional fuerte, creando un entorno seguro y amoroso donde ambos miembros de la pareja se sientan valorados, comprendidos y apoyados en su camino emocional.

B. Ser pacientes. (Proverbios 14:29).

Este mandato nos llama a ser pacientes y compasivos, reconociendo que todos pasamos por momentos de debilidad emocional y necesitamos el apoyo de nuestro cónyuge. La Biblia nos insta a ser comprensivos y pacientes con nuestro cónyuge, mostrando empatía y buscando entender sus necesidades emocionales.

C. Llevar las cargas unos de otros. (Gálatas 6:2).

La Biblia nos exhorta a llevar las cargas de los demás, a consolarnos mutuamente y a edificar y fortalecer nuestra relación a través del apoyo emocional. Este principio enfatiza la importancia de permanecer unidos como uno solo para enfrentar los desafíos de la vida. Así, al aplicar este principio bíblico en nuestro matrimonio, podemos crear un entorno emocionalmente saludable y amoroso donde ambos cónyuges se sientan seguros y comprendidos, fortaleciendo así el vínculo matrimonial.

D. No guardar rencor. (Eclesiastés 7:9).

Asimismo, se nos enseña a no guardar rencor ni resentimiento, sino a perdonar y mostrar gracia, lo cual es fundamental para mantener un ambiente de apoyo emocional en el matrimonio.

En resumen, la Biblia nos ofrece principios claros y sólidos para recibir apoyo emocional en el matrimonio, que van desde la importancia de la comunicación efectiva hasta la necesidad de mostrar compasión, paciencia y gracia hacia nuestra pareja. Estos principios bíblicos no solo fortalecen la relación matrimonial, sino que también promueven un ambiente de amor, cuidado y apoyo mutuo.

9.2.3 Herramientas Prácticas para Fortalecer el Apoyo Emocional

Para fortalecer el apoyo emocional en el matrimonio desde una perspectiva bíblica, es crucial contar con herramientas prácticas que se puedan implementar en la vida cotidiana. A continuación, vamos a presentar algunas de ellas.

A. Estrategias de Comunicación Efectiva

La comunicación eficaz es crucial en cualquier matrimonio, y es especialmente importante cuando se trata de brindar apoyo emocional. En el contexto de un matrimonio cristiano, la comunicación eficaz implica no solo compartir pensamientos y sentimientos, sino también escuchar y comprender al cónyuge.

Una estrategia para lograr esto es escuchar activamente, lo que implica prestarle toda la atención a su pareja, hacer preguntas aclaratorias y resumir lo que ha dicho para asegurarse de que lo haya entendido.

Otra estrategia importante es utilizar declaraciones en primera persona en lugar de declaraciones en segunda persona al expresar sentimientos o preocupaciones. Esto puede ayudar a evitar la actitud defensiva y promover la empatía y la comprensión entre los miembros de la pareja.

Además, reservar tiempo dedicado a la comunicación abierta y honesta, ya sea un control semanal o conversaciones diarias, puede ayudar a fortalecer el apoyo emocional en el matrimonio.

Por último, mantener una actitud respetuosa y sin prejuicios durante las conversaciones, incluso cuando se discuten temas difíciles, puede fomentar una sensación de seguridad y confianza entre los cónyuges. Al implementar estas estrategias para una comunicación eficaz, las parejas pueden brindarse mejor apoyo emocional entre sí de acuerdo con los principios bíblicos de amor, bondad y comprensión.

B. Entender nuestras emociones

El Blog Mind and Body Counseling nos comparte algunas estrategias para tener mayor responsabilidad emocional, que se presentan a continuación:

- Reconozca e identifique sus emociones. Tómese el tiempo para observar y etiquetar sus sentimientos a medida que surgen. ¿Se siente feliz, triste, enojado o ansioso? Al nombrar sus emociones, comprenderá mejor sus experiencias internas.
- Comprenda las causas raíz de sus emociones. Luego de identificar sus emociones, trate de comprender sus causas fundamentales. ¿Qué desencadenó estos sentimientos? ¿Proviene de experiencias pasadas, situaciones actuales o necesidades insatisfechas? Comprender los orígenes de sus emociones lo ayudará

a abordarlas de manera más eficaz. Reflexionemos sobre que nos generó el enojo, para identificar de qué me puedo hacer responsable y de qué no.

- Aprenda a expresar sus emociones de forma saludable. Debemos aprender a expresar las emociones de manera saludable y constructiva. En lugar de reprimirlas o arremeter, encuentre salidas adecuadas para comunicar sus sentimientos. Esto puede implicar hablar con un amigo de confianza, escribir un diario o participar en actividades creativas que le permitan procesar sus emociones.

C. Identificar sus necesidades emocionales

Sabrina Romanoff, sugiere un proceso de cuatro pasos para pensar en sus propias necesidades emocionales. Estos pasos se describen a continuación (Stritof, 2023).

1º Pare: cuando sienta que sus necesidades emocionales no están siendo satisfechas, deténgase. Romanoff declara "Quedarse quieto por un momento le ayuda a evitar hacer algo impulsivo, descartar sus necesidades o actuar sin pensar".

2º Dar un paso atrás: si se siente abrumado, es difícil identificar sus necesidades. Dice Romanoff. "Dé un paso atrás, ya sea mental o físicamente, de la situación". Use la respiración profunda para ayudar a regular sus emociones.

3º Observar: observe lo que está sucediendo a su alrededor y dentro de usted. ¿Quién está involucrado? ¿Qué están haciendo o diciendo? "Es importante no sacar conclusiones apresuradas", aconseja Romanoff. "En lugar de eso, reúna los hechos relevantes para comprender qué está sucediendo y qué necesita".

4º Proceder con atención plena: Romanoff sugiere preguntarse: "¿Qué necesito de esta situación? ¿Cuál es mi objetivo? ¿Qué decisión o comportamiento mejoraría o empeoraría esta situación?"

D. El Rol de la Fe y la Oración en el Apoyo Emocional

Creer en Dios nos brinda consuelo y fortaleza durante los momentos difíciles, y puede ayudar a las parejas a permanecer unidas en su camino juntos. En el contexto de una perspectiva bíblica, la fe a menudo se considera como una base para la estabilidad personal y relacional. Puede brindar esperanza, orientación y un sentido de propósito que, en última instancia, puede fortalecer el apoyo emocional entre los cónyuges.

La oración, como práctica espiritual, también desempeña un papel importante en la provisión de apoyo emocional en el matrimonio. Permite que las parejas se conecten entre sí en un nivel más profundo, mientras buscan la guía y el apoyo de Dios.

A través de la oración, las parejas pueden expresar sus preocupaciones, temores y deseos, y pueden encontrar consuelo en el acto de compartir estas emociones entre sí y con Dios (Filipenses 4:6-7). Esta práctica espiritual compartida puede crear un sentido de unidad e intimidad emocional que puede apoyar y fortalecer el vínculo matrimonial. Por lo tanto, integrar la fe y la oración en el sistema de apoyo emocional de un matrimonio puede proporcionar una base sólida para que las parejas superen los desafíos que enfrentan y, en última instancia, puede contribuir a la salud general y la sostenibilidad de la relación.

9.3 Conclusiones

Hemos estudiado que la importancia del apoyo emocional en el matrimonio desde una perspectiva bíblica radica en el papel fundamental que desempeña en el fortalecimiento de la relación. A través del amor, la comprensión y la empatía, las parejas pueden cultivar un ambiente de confianza y seguridad mutua, que les permitirá enfrentar los desafíos con mayor resiliencia.

También exploramos los beneficios del apoyo emocional en la vida matrimonial, así como los principios bíblicos que sustentan esta idea. Hemos visto cómo el amor, la compasión, la empatía y la paciencia son esenciales para brindar apoyo emocional a nuestra pareja, y cómo esto puede fortalecer el vínculo matrimonial y promover la armonía en el hogar.

Para fortalecer el apoyo emocional en el matrimonio desde una perspectiva bíblica, es fundamental contar con herramientas prácticas que se puedan implementar en la vida cotidiana. Una de las herramientas clave para fortalecer el apoyo emocional son las estrategias de comunicación efectivas, que incluyen escuchar activamente, ser empático y expresar sentimientos y necesidades de manera respetuosa.

Las parejas también pueden beneficiarse de reservar un tiempo dedicado a conversaciones abiertas y honestas, libres de distracciones. Además, pueden identificar sus necesidades emocionales. En general, estas herramientas prácticas son esenciales para construir y mantener un fuerte apoyo emocional en el matrimonio, ya que brindan formas tangibles para que las parejas se conecten y se apoyen mutuamente de acuerdo con los principios bíblicos.

Mi compromiso con Dios

Ejercicios de reflexión y aplicación práctica

1. ¿Cuáles son los beneficios del apoyo emocional?

2. ¿Cuáles son algunas bases bíblicas del apoyo emocional?

3. ¿De qué forma práctica se puede mejorar el apoyo emocional en la pareja?

Referencias bibliográficas

- Albarracín, Laura. (2023). **Así puede brindar apoyo emocional a su pareja durante un momento difícil.** <https://www.eltiempo.com/vida/tendencias/asi-puede-brindar-apoyo-emocional-a-su-pareja-durante-un-momento-dificil-805530#:~:text=El%20primer%20paso%20para%20brindar,vaya%20liberando%20la%20carga%20emocional>.
- Alejandra Zuleta (s.f.). **Responsabilidad afectiva en la relación de pareja.**
- Guillén, Angel. (2024). **Terapia de Pareja – Responsabilidad Afectiva en la relación de pareja.** <https://www.psicopartner.com/responsabilidad-afectiva-en-la-relacion-de-pareja/#:~:text=La%20responsabilidad%20afectiva%20implica%20ser,de%20manera%20saludable%20y%20comprensiva>.
- Mind and Body Counseling. (s.f.) **Tips to Become Emotionally Responsible.** <https://mindbodycounselingreno.com/blog/relationships/tips-to-become-emotionally-responsible/>
- Stritof, Sheri. (2023). **Fulfilling Your Needs in a Relationship.** <https://www.verywellmind.com/emotional-needs-not-filled-marriage-partner-2303305>

Lección 10. *Educando a nuestros hijos con amor*

Texto Bíblico: Colosenses 3:12 NVI

Por lo tanto, como escogidos de Dios, santos y amados, revístanse de afecto entrañable y de bondad, humildad, amabilidad y paciencia, de modo que se toleren unos a otros y se perdonen si alguno tiene queja contra otro. Así como el Señor los perdonó, perdonen también ustedes.

Competencias:

- Se comunican amorosamente con sus hijos.
- Son pacientes en el trato amoroso.
- Explican cómo se puede ejercer una disciplina positiva.

10.1 Introducción

Los matrimonios que hemos sido bendecidos con hijos reconocemos el gran desafío que es la adecuada crianza de los hijos. Sin duda, ser padres implica la gran responsabilidad de poder educar a los hijos de tal forma que crezcan en su vida espiritual, emocional y física de manera saludable.

Un fundamento para la sana educación de los hijos es el amor. Como padres debemos ser capaces educarlos en amor. Eso va a hacer que los hijos amen a Dios, amen a sus padres, a sus hermanos y aprendan a amar a su prójimo.

Como padres cristianos, debemos ser un ejemplo viviente del amor y la compasión de Cristo. Nuestros hijos aprenden más de lo que les decimos cuando ven cómo vivimos nuestras vidas y cómo tratamos a los demás. Les mostramos amor y paciencia en cada interacción, y les enseñamos a perdonar como Dios nos ha perdonado. Al mostrarles un amor incondicional basado en la fe, les ayudamos a comprender el amor de Dios y cómo deben tratar a los demás. Nuestro ejemplo es fundamental para su crecimiento y desarrollo espiritual.

Por ello en esta lección vamos a estudiar ¿Cuáles son algunas formas en las que podemos educar en amor a nuestros hijos?

10.2 Desarrollo

Como padres cristianos, debemos esforzarnos por ser ejemplos de amor y bondad hacia nuestros hijos. Esto implica mostrarles un amor incondicional, escucharlos con empatía y tratarlos con respeto y ternura. Al actuar de esta manera, les enseñamos valores fundamentales del cristianismo como el amor al prójimo y la importancia de tratar a los demás

con compasión y amabilidad. En esta sección vamos a estudiar formas amorosas de educar a nuestros hijos.

10.2.1 Desarrollando la comunicación adecuada

A. Aspectos que contribuyen a una buena comunicación amorosa

La comunicación juega un papel fundamental para fortalecer los vínculos familiares y transmitir los valores y enseñanzas de la fe. A través de una comunicación efectiva, podemos entender las necesidades y preocupaciones de nuestros hijos, brindarles apoyo y orientación, y fomentar su crecimiento espiritual y emocional. La comunicación abierta y honesta nos permite estar presentes en la vida de nuestros hijos, compartir nuestros propios sentimientos y experiencias, y crear un ambiente de confianza y amor.

a) Escuchar activamente a nuestros hijos

Escuchar activamente a nuestros hijos es una habilidad crucial en la crianza amorosa. Esto implica prestarles atención plena, sin distracciones, y mostrar interés genuino por lo que tienen que decir.

Al escuchar atentamente, mostramos respeto hacia ellos y les brindamos la oportunidad de expresar sus pensamientos, sentimientos y preocupaciones. Además, al escuchar activamente, podemos identificar sus necesidades emocionales y espirituales, ofreciéndoles consuelo, consejo y apoyo en su caminar de fe.

La Iglesia de Jesucristo (s.f.) señalan al respecto que:

Los hijos normalmente se portan bien cuando sienten que se les valora y se les respeta. Los padres pueden ayudar a sus hijos a tener esos sentimientos si los escuchan y aceptan lo que están sintiendo. A veces, los hijos tienen sentimientos que a sus padres no les agradan; no obstante, esos sentimientos indeseables a menudo cambian cuando a los hijos se les permite hablar acerca de ellos.

b) Fomentar el diálogo abierto y honesto

En la crianza cristiana, es importante fomentar el diálogo abierto y honesto con nuestros hijos. Esto implica crear un ambiente seguro y libre de juicio donde puedan expresar sus ideas y opiniones sin temor. Alentémosles a hacer preguntas y a compartir sus inquietudes sobre la fe, brindándoles respuestas basadas en la Biblia y la enseñanza cristiana. A través del diálogo abierto, podemos fortalecer su comprensión de los principios cristianos y ayudarles a desarrollar su relación personal con Dios.

c) Mostrar afecto

Digámosles a nuestros hijos cuánto los amamos y abracémosles cuanto podamos. En todo tiempo emplea muestras de afecto, caricias, sonrisas, palabras agradables, etc. Vilma Medina señala que “El simple hecho de recibir un abrazo nos hace sentirnos queridos, protegidos, comprendidos, arropados, reconfortados...”.

Vilma Medina (s.f.) nos comparte algunos beneficios de abrazar a nuestros hijos (que se extienden muy bien al cónyuge):

1. **Generan una sensación de protección y seguridad en los niños.** Les ayuda a sentirse seguros y a tener más confianza en sí mismos.
2. **Estimula la autoestima de los niños.** Transmiten afecto y apoyo, por lo que el niño se sentirá más seguro de sí mismo y tendrá mayor autoestima.
3. **Niños más felices.** Los abrazos activan las endorfinas, responsables de aumentar la sensación de alegría y plenitud, y disminuir la de ansiedad o tristeza.
4. **Aporta calma.** Los niños experimentan más tranquilidad y quietud cuando sus padres les toman entre sus brazos. Los abrazos les aportan paz y serenidad.
5. **Fortalece el vínculo.** Mejora la unión entre padres e hijos y fomenta el apego en la familia. Construye lazos de cariño, afecto y confianza.
6. **Reduce el estrés.** El contacto físico reduce la producción de una hormona, cortisol, que favorece el estrés, y aumenta las hormonas encargadas de producir sensaciones de bienestar.
7. **Mejora el estado de ánimo.** Si el niño se siente triste o decaído, al abrazarlos se sentirán reconfortados.

B. Malas prácticas de comunicación a evitar

Algunas prácticas de la comunicación que alejan a los hijos, y por lo tanto debemos evitar, son (Iglesia de Jesucristo, s.f.):

- Sermonear; moralizar; predicar; interrogar.
 - *"Deberías estar avergonzado. Mira ahora lo que has hecho".*
 - *"¿En qué estabas pensando cuando hiciste eso?"*
- No tener en cuenta lo que dicen; apaciguar; usar palabras tranquilizantes sin sentido.
 - *"Cálmate. No tienes motivos para estar molesto".*
 - *"No pasa nada. Muchas personas han sufrido más que eso".*
- Juzgar; condenar; amenazar.
 - *"El problema es que tú..."*
 - *"Nunca llegarás a nada".*
- Culpar; criticar; ridiculizar.
 - *"Todo es culpa tuya".*
 - *"No lo tolero cuando lloriqueas así".*
- Hablar de los sentimientos propios cuando un hijo necesita compartir los suyos.
 - *"Sé exactamente cómo te sientes. Cuando yo tenía tu edad, yo..."*

10.2.2 La paciencia y la comprensión en la educación amorosa

La paciencia y la comprensión son fundamentales en la crianza amorosa. Cuando nos encontramos en momentos de desafío con nuestros hijos, es crucial mantener la calma y ser pacientes. Podemos recordar que nuestros hijos aún están aprendiendo y creciendo, y que necesitan nuestro amor y apoyo incondicional.

A. Ser pacientes en momentos de desafío

Quiero que sepan, mis queridos hermanos, que todos deben ser rápidos para escuchar, pero lentos para hablar y lentos para la ira. Santiago 1:19

En la crianza amorosa, ser pacientes en momentos de desafío es esencial. Los niños pueden poner a prueba nuestra paciencia con su comportamiento desafiante o sus acciones impulsivas. Sin embargo, es importante recordar que somos modelos por seguir para ellos.

Al mantener la calma y responder con paciencia, les estamos enseñando a manejar sus emociones y a encontrar soluciones pacíficas. La paciencia nos permite darles el tiempo que necesitan para aprender y crecer, sin perder la confianza en su capacidad de mejorar. A través de nuestra paciencia, podemos mostrarles el amor incondicional de Dios y ayudarles a desarrollar virtudes como la perseverancia y la resiliencia.

El que los padres sean pacientes con sus hijos no quiere decir que les consientan en todo. Un proverbio bíblico hace esta advertencia:

Disciplinar a un niño produce sabiduría, pero un hijo sin disciplina avergüenza a su madre. Proverbios 29:15 NTV

En ocasiones, los hijos van a cuestionar el derecho de sus padres a corregirlos. Pero las familias cristianas deben aplicar su autoridad. Para poder aplicar sus normas, los padres no tienen que pedir permiso a los hijos.

B. Mostrar comprensión y empatía hacia nuestros hijos

En la crianza amorosa, es fundamental mostrar comprensión y empatía hacia nuestros hijos. Como padres, debemos esforzarnos por comprender sus sentimientos y perspectivas, incluso cuando no estemos de acuerdo con ellos. Al ponerse en su lugar y escuchar activamente, les mostramos que valoramos sus emociones y que estamos dispuestos a entender sus preocupaciones.

La empatía nos permite fortalecer nuestra conexión con nuestros hijos y construir un ambiente de confianza y amor. Al mostrarles comprensión y empatía, estamos reflejando el amor y la compasión de Dios hacia ellos, y les enseñamos a ser compasivos con los demás.

C. Buscar la guía de Dios en momentos de dificultad

En la crianza amorosa, debemos buscar la guía de Dios en momentos de dificultad. Criar a nuestros hijos puede ser desafiante y puede haber situaciones en las que nos sentimos perdidos o abrumados. Sin embargo, en lugar de aferrarnos a nuestro propio entendimiento limitado, podemos confiar en la sabiduría infinita de Dios.

A través de la oración y la conexión con Dios, podemos encontrar consuelo, dirección y respuestas a nuestras preguntas. Dios es nuestro Padre celestial amoroso, dispuesto a guiarnos en cada paso del camino. Al buscar la guía de Dios, mostramos a nuestros hijos humildad y dependencia de Dios, cultivando así su propia relación con Él.

10.2.3 Disciplina amorosa

Hijo mío, presta atención cuando tu padre te corrige; no descuides la instrucción de tu madre. Proverbios 1:8 NTV

La disciplina amorosa desde una perspectiva cristiana es fundamental para guiar a nuestros hijos por el camino correcto. A través del amor y la comprensión, podemos establecer límites claros y consistentes que les ayuden a entender qué comportamientos son apropiados y cuáles no.

La disciplina no solo se trata de corregir comportamientos negativos, sino también de enseñar a nuestros hijos sobre el arrepentimiento y el perdón. Utilizar la disciplina como una oportunidad para enseñar valores cristianos nos permite transmitirles la importancia de vivir según los principios de amor, perdón y humildad que Jesús nos enseñó.

A. Establecer límites claros y consistentes

Establecer límites claros y consistentes es esencial en la disciplina amorosa desde una perspectiva cristiana. Nuestros hijos necesitan saber qué conductas son aceptables y cuáles no lo son. Al establecer límites firmes y comunicarlos de manera amorosa, les proporcionamos estructura y seguridad.

Además, ser consistentes en la aplicación de los límites nos ayuda a enseñarles la importancia de la obediencia y la responsabilidad. A través de una disciplina amorosa y firme, les mostramos cómo vivir de acuerdo con los valores cristianos y les ayudamos a crecer y desarrollarse de manera saludable.

B. Enseñar a nuestros hijos sobre el arrepentimiento y el perdón

Enseñar a nuestros hijos sobre el arrepentimiento y el perdón es fundamental en la disciplina amorosa desde una perspectiva cristiana. Les enseñamos la importancia de reconocer cuando han cometido errores y de pedir perdón a Dios y a las personas a quienes han lastimado.

Además, les mostramos cómo perdonar a aquellos que nos han fallado, siguiendo el ejemplo de Jesús. Encontrar oportunidades para enseñarles sobre el arrepentimiento y el perdón en momentos de disciplina les ayuda a comprender la importancia de vivir una vida basada en los principios cristianos de amor y reconciliación.

C. Utilizar la disciplina como una oportunidad para enseñar valores cristianos

Utilizar la disciplina como una oportunidad para enseñar valores cristianos es esencial en la crianza de hijos amorosos y comprometidos con su fe. Cada vez que disciplinamos a nuestros hijos, podemos aprovechar la situación para enseñarles sobre los valores cristianos como el amor, la paciencia, la humildad y la compasión. Les mostramos cómo sus acciones tienen consecuencias y cómo pueden aprender y crecer a través de la disciplina amorosa. Al integrar los valores cristianos en la disciplina, estamos construyendo una base sólida para que nuestros hijos desarrollen una vida de fe y obediencia a Dios.

D. Recomendaciones para ejercer una disciplina positiva

Algunas recomendaciones para ejercer la disciplina positiva son (Similac, s.f.):

- Evita el maltrato físico y emocional. Esto dejará secuelas negativas y no enseñanzas.
- Evita insultar con adjetivos calificativos. Muchas veces en un momento de enojo se suelen expresar cosas como "Eres un inútil", "Nos tienes hartos". Esas expresiones producen heridas que permanecen en el corazón de nuestros hijos por largo tiempo.
- Papá y mamá deben elaborar los acuerdos previos y deben estar siempre de acuerdo. Ambos deben ser coherentes entre el decir y el hacer, lo cual generará credibilidad en los hijos.
- Eduque siempre con el ejemplo. Ellos deben aprender viendo a sus padres hacer lo que se les pide que hagan.
- Evite advertir una consecuencia y no llevarla a cabo. Eso hará que ellos duden si lo que hacen mal tendrá repercusiones.
- Corrige la acción inadecuada y no desvirtúes al niño que la realiza. Por ejemplo: ¿Por qué hoy estás grosero si tú eres educado?
- Algunas acciones no apropiadas pueden ser ignoradas con amor, otras requieren una consecuencia inmediata.

Para una disciplina positiva, concreta con tu pareja un manual de acuerdos para las acciones que requieran de una retroalimentación. Este debe constar de tres partes: Comportamiento / Frase de abordaje sin adjetivos calificativos / consecuencia.

10.2.4 Invierta tiempo con sus hijos

*Mirad, pues, con diligencia cómo andéis, no como necios sino como sabios, 16
aprovechando bien el tiempo, porque los días son malos. Efesios 5:15*

Hoy en día hay muchas familias que por sus ocupaciones solo ven a sus hijos por la mañana para llevarlos a la escuela y luego al recogerlos. Eso es una tragedia en la formación integral de nuestros hijos.

Como familia debemos aprender a invertir tiempo con los hijos. Para debemos pedir sabiduría a Dios para ajustar nuestras agendas diarias. Pero sobre todo debemos comprender lo valioso que es pasar tiempo con nuestros hijos.

Al hacerlo tome en cuenta lo siguiente:

- Digámosle cuánto los amamos y abracémosles cuanto podamos. En todo tiempo emplea muestras de afecto, caricias, sonrisas, palabras agradables, etc. Vilma Medina señala que “El simple hecho de recibir un abrazo nos hace sentirnos queridos, protegidos, comprendidos, arropados, reconfortados...”.
- Tome tiempo para ayudarlos en sus quehaceres escolares.
- Tome tiempo para jugar con ellos, de acuerdo con la edad de cada hijo
- Tomen tiempo para salir juntos a algún lugar.
- Muestre siempre el sentido del humor durante todo tiempo. No permita que las dificultades de la vida le roben el gozo de disfrutar su tiempo con los hijos. Ellos deben percibir que eso es para usted muy grato. La alegría genera sensaciones de bienestar que generan vínculos afectivos.
- Incluya en su agenda el tiempo que va a invertir con sus hijos.
- Compartamos una comida mínima al día.
- Si no podemos salir de casa, incentivemos actividades para quemar energía.

10.3 Conclusiones

En conclusión, ser padres cristianos amorosos es de suma importancia para transmitir los valores cristianos a nuestros hijos, guiarlos hacia una vida de fe y ser un ejemplo de amor y compasión.

Para ello, es fundamental utilizar la disciplina como una oportunidad para enseñarles valores cristianos, estableciendo límites claros y consistentes, y enseñándoles sobre el arrepentimiento y el perdón.

La comunicación desempeña un papel crucial en la crianza amorosa cristiana. Debemos escuchar activamente a nuestros hijos, fomentar el diálogo abierto y honesto y enseñarles a comunicarse con Dios a través de la oración.

Además, la paciencia y la comprensión son fundamentales, debemos ser pacientes en momentos de desafío y mostrar comprensión y empatía hacia nuestros hijos. Muestra paciencia y comprensión. Es importante tener presente que tus hijos están en proceso de desarrollo y en él enfrentarán dificultades. También la disciplina positiva es importante en la educación amorosa de los hijos.

En todo momento, debemos buscar la guía de Dios en momentos de dificultad. Ser padres cristianos amorosos es una tarea exigente pero gratificante, y al aplicar estos principios, podemos criar hijos que sigan el camino de la fe y el amor de Dios.

Mi compromiso con Dios

Ejercicios de reflexión y aplicación práctica

1. ¿Cuáles son los límites claros y consistentes que hemos establecido en la disciplina amorosa?

2. ¿Estamos utilizando la disciplina como una oportunidad para enseñar valores cristianos? Describa un ejemplo de cómo hacerlo.

3. ¿Estamos escuchando activamente a nuestros hijos y brindándoles un espacio seguro para expresarse?

Referencias bibliográficas

Ateneo School. (s.f.). **10 consejos para comenzar a educar con amor a nuestros hijos.**

<https://ateneoschool.edu.pe/tips/10-consejos-para-educar-con-amor/>

Blog Guía Infantil. (s.f.). **13 sencillas formas de educar con amor a nuestros hijos.**

<https://www.guiainfantil.com/familia/padres/13-sencillas-formas-de-educar-con-amor-a-nuestros-hijos/>

Iglesia de Jesucristo. (s.f.). **Cómo fortalecer a la familia.**

Medina, Vilma. (s.f.). **7 beneficios de los abrazos para los niños.**

<https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/autoestima/7-beneficios-de-los-abrazos-en-los-ninos/>

Similac Mamá. (s.f.). **Disciplina positiva, educando con amor.**

https://www.similacmama.ec/blog/disciplina_positiva_educando_con_amor.html

Lección 11. *Enseñando a los hijos* a portarse responsablemente

Texto Bíblico: **Colosenses 3:23 DHH**

Todo lo que hagan, háganlo de buena gana.

Competencias:

- **Comprende** el valor de formar hijos responsables.
- **Desarrolla** hijos responsables.

11.1 Introducción

A todos nos gustaría que nuestros hijos fueran responsables y recogieran sus juguetes al terminar de jugar, hicieran sus tareas académicas, ayudarán en las labores del hogar. También que empezaran a atender su higiene personal y fueran a la hora que les corresponde a dormirse. La pregunta es ¿Cómo podemos conseguir todo esto?

Como padres debemos comprender que el niño no es un adulto en pequeño, sino que es un ser humano en proceso de formación y desarrollo. Por lo tanto, todo lo que ha asimilado, o es capaz de hacer hasta ahora, lo ha aprendido a través del ejemplo que recibe en casa principalmente. (Storybook, 2024).

Por ello, en esta lección vamos a estudiar ¿Qué es una persona responsable? ¿Cómo podemos ayudar a nuestros hijos a ser personas responsables?

11.2 Desarrollo

11.2.1 ¿Qué es ser persona responsable?

Para Storybook (2024), "Una persona responsable es quien cumple con su palabra, con sus obligaciones, con lo prometido, que asume las consecuencias de sus actos, cuando los hace de una manera reflexiva y con un propósito definido".

Para World Visión (2021):

La responsabilidad es un valor que define nuestra capacidad de decidir razonadamente y asumir las consecuencias de nuestros actos. Es una cualidad que se enseña, idealmente desde la infancia y se adquiere y perfecciona con el tiempo y la experiencia.

La responsabilidad es un valor que puede, y debe, enseñarse desde pequeños ya que aporta múltiples beneficios. Algunos de ellos son (Compartir en Familia, s.f.):

- Permite evitar ciertos peligros al reflexionar antes de actuar.
- Ayuda a valorar las consecuencias de cada acto y a aceptar la responsabilidad por las mismas.
- Permite tomar decisiones sin la ayuda de otros, apropiadamente y dentro de las normas.
- Nos ayuda a superarnos y mejorar, así como a ser autosuficientes y tener más autoestima.

11.2.2 Ayudas para desarrollar la responsabilidad de los hijos

A. Siendo un Modelo para ellos

Nuestro Señor Jesús nos mostró que la mejor manera de enseñar a otros es a través del ejemplo. Ya próximo a poner su vida por nosotros en la cruz, Jesús les pide a los discípulos que hagan lo que Él les había enseñado a través de su ejemplo.

Juan 13:15 Les di mi ejemplo para que lo sigan. Hagan lo mismo que yo he hecho con ustedes Reflexionemos primero como lo estamos haciendo actualmente. Piensen en lo siguiente:

- ¿Cómo nos expresamos acerca de cumplir con nuestras obligaciones? ¿Soy positivo?
- ¿Expreso que siento satisfacción por hacer las cosas bien, aunque implique trabajar duro?
- O, por el contrario, ¿Siempre estoy quejándome de lo fácil que parecen tenerlo otros en comparación con mis deberes?
- ¿Exijo a mi pequeño más de lo que yo mismo estoy dispuesto a hacer?
- ¿Realizo mis labores a tiempo y conscientemente?

Así que empecemos a modelar como asumir con gusto nuestras responsabilidades es parte de la vida cotidiana. Los invitamos a empezar desde ya con toda oportunidad que se les presente de hacerlo. Por ejemplo:

- Muestre gozo al hacer las tareas que tienen que ver con el quehacer del hogar.
- Aunque llegue cansado de su trabajo, exprese que se siente bendecido por tener ese trabajo.
- Comparta su gozo al participar en un ministerio de la iglesia y ellos vean como lo disfruta.

B. Tenga expectativas razonables

Jesús sabía que sus discípulos no podrían asumir de la noche a la mañana todas las responsabilidades que él esperaba de ellos. En una ocasión les dijo:

Muchas cosas me quedan aún por decirles, que por ahora no podrían soportar. Juan 16:12 NVI

Por eso, antes de encargarles una tarea determinada, el Señor Jesús dedicó suficiente tiempo a capacitarlos. Y solo hasta que consideró que estaban preparados, los dejó por su cuenta. De igual forma, como padres tampoco debemos esperar que nuestros hijos hagan cosas para las que no están preparados. Nuestros hijos podrán ir asumiendo mayores responsabilidades a medida que van creciendo. Poco a poco, los padres les podemos enseñar a:

- Cuidar su higiene personal,
- Ordenar su habitación,
- Ser puntuales
- Administrar bien el dinero.
- Cumplir con sus tareas escolares

Es importante señalar que no basta con que los padres les indiquen sus obligaciones. Además, tienen que ayudarles a cumplir con ellas.

C. Establecer límites y normas

Es importante poner límites, y establecer normas para un desarrollo adecuado de hábitos. Debemos hablar con ellos acerca de lo que esperamos que hagan, así como de aquellas cosas que no les está permitido hacer.

También es importante que sepan lo que obtendrán por ser responsables, así como cuáles son las consecuencias por no atender sus responsabilidades. Es mejor que sepan de manera positiva las ventajas de ser responsable. También debemos estar dispuestos a decir: No, cuando eso es lo indicado.

D. Fijar consecuencias

Nuevamente el Señor Jesús nos muestra el ejemplo de cómo debemos actuar cuando se ha cumplido con las responsabilidades, pero también estableciendo las consecuencias de no hacerlo. Lo podemos ver en la Parábola de los talentos (Mateo 25: 14-30) cuando dice:

- 23 Su señor respondió: "¡Hiciste bien, siervo bueno y fiel! En lo poco has sido fiel; te pondré a cargo de mucho más. ¡Ven a compartir la felicidad de tu señor!".
- 30 Y a ese siervo inútil échelo afuera, a la oscuridad, donde habrá llanto y crujir de dientes".

Así que como padres debemos establecer las consecuencias de no cumplir con las responsabilidades asignadas a los hijos. Debemos mantenernos firmes en aplicar lo establecido en cada caso.

E. Asignando tareas. Dar instrucciones específicas

Jesús, el Maestro por excelencia, sabía muy bien que la mejor manera de aprender a hacer algo es con la práctica. Por eso, cuando se dio cuenta de que sus discípulos ya estaban listos, los mandó "de dos en dos delante de sí a toda ciudad y lugar adonde él mismo iba a ir" (Lucas 10:1).

Pero no se limitó a enviarlos y dejar que se las arreglaran como pudieran; antes les dio instrucciones muy específicas (Lucas 10:2-12).

Y usted, ¿cómo reacciona cuando sus hijos se ven ante algún desafío? ¿Deja que se enfrenten a lo que les asusta, o los protege intentando evitarles cualquier fracaso que los desanime? Tal vez su reacción más inmediata sea querer “salvarlos” y, por eso, usted mismo asume la tarea. Pero piénselo por unos instantes. Si cada vez que ellos se encuentran con un obstáculo, usted va corriendo a salvarlos, ¿qué mensaje les está dando? ¿Que confía en que sabrán resolver el problema? ¿O que todavía los ve como niños indefensos que dependen de usted para todo?

F. Establezcan tareas de acuerdo con la edad

La enseñanza de la responsabilidad debe comenzar desde que son muy pequeños. Al asignarles tareas sencillas, estaremos favoreciendo el desarrollo de sus habilidades motrices, motivando su colaboración, mientras aumenta su confianza, la capacidad de organización al mismo tiempo que se proporciona la instauración de hábitos.

Algunas tareas que un niño puede realizar de acuerdo con su edad son (Storybook, 2024):

- Un niño de un año y que ya camina, puede guardar sus juguetes.
- De dos a tres años, ya pueden colaborar en guardar los juguetes en su lugar, tirar la basura en el cesto correspondiente, traer los pañales o las toallitas. Ahora mismo lo veo en el caso de mi nieto de dos años.
- Cuatro a cinco años, pueden colaborar con recoger su habitación, tender la cama, limpiar un derrame, regar una planta.
- Seis a siete años, pueden colaborar con cambiar el rollo de papel higiénico, recoger las hojas secas, juntar los calcetines.
- Ocho a nueve años, pueden colaborar con sacar al perro, cargar la lavadora de ropa o el lavavajillas, limpiar la mesa.
- Diez a doce, pueden colaborar con barrer el patio, limpiar la cocina, ayudar a guardar las compras.

G. Reconócele la conducta responsable

Cuando los setenta y dos enviados por Jesús a compartir el evangelio regresaron felices por el éxito que habían tenido, Jesús los felicitó (Lucas 10:17-24). Les demostró que confiaba en ellos y que estaba contento con lo que habían hecho. La Palabra menciona que:

- Jesús estaba lleno de alegría por el Espíritu Santo
- Volviéndose a sus discípulos, les dijo aparte: «¡Dichosos los ojos que ven lo que ustedes ven!

Así que, como padres debemos reconocerles cada vez que ellos vayan mostrando cumplir con sus responsabilidades. El felicitar los logros, animar con un abrazo, un beso, u otras demostraciones de cariño, le motivará a explorar nuevas áreas, donde podrá seguir aprendiendo a ser responsable (Vega, 2024).

Aish Latino (s.f.) señala que “En cualquier momento en que tu hijo actúe con responsabilidad, describe lo que está haciendo bien y llénalo de alabanzas. Esto ayudará a reforzar positivamente dicha conducta”:

- “Aprecio que le ayudaste a tu mami a limpiar la mesa. Eso se llama ser responsable”.
- “Terminaste a tiempo tus tareas de la escuela. Eso se llama ser responsable”.
- “Guardaste tus juguetes. Eso muestra responsabilidad”

Mostrarnos contentos y orgullosos de ellos cuando hacen sus responsabilidades hace que a ellos les estimule el seguir haciéndolo.

11.2.3 Diferentes maneras de ser responsable

El concepto de responsabilidad es más amplio que cumplir adecuadamente con las tareas y obligaciones. El niño debe aprender a tomar compromisos de acuerdo con su edad y su capacidad de hacer frente a problemas, circunstancias o decisiones. Es importante que se tengan en cuenta las características propias de cada uno. Que las responsabilidades que se le atribuyen, las pueda asumir y cumplir (Vega, 2024):

- *El cuidado de sí mismo*, de su higiene personal, de su tiempo de descanso, incluyendo lo que come.
- Dentro de la familia, con sus amigos, compañeros, aprender a *relacionarse con respeto*, comprender que su conducta afecta a los demás. La importancia del cumplimiento de las promesas y compromisos. El respeto por las opiniones diferentes.
- *El cuidado del medio ambiente*, que comienzan con pequeñas cosas, como apagar las luces y evitar que se desperdicie el agua.
- *Con la naturaleza*, a través de cuidar una plantita o una mascota.
- *La importancia de asistir a la escuela*, cumplir con los deberes, aprender a gestionar su tiempo.

Daniela Vega (2024) destaca que:

La paciencia y el cariño serán necesarios para enseñar la responsabilidad, al igual que los otros aspectos de la crianza. Darte cuenta y saber reconocer cuando todavía tu pequeño no tiene la destreza todavía, para hacer bien las cosas, es sembrar amor y confianza en su corazón.

11.3 Conclusiones

Hemos aprendido la importancia de ir ayudando a nuestros hijos a ser responsables. Para ello hay que modelarles como padres que asumir nuestras responsabilidades es algo que debemos hacer de buena gana (Col. 3:23)

También hemos visto que debemos establecer límites y normas. Junto a ello debemos especificar bien que tareas le corresponde hacer a cada uno. Para que ellos empiecen a asumir

sus responsabilidades es necesario que establezcamos las recompensas y por cumplir y las consecuencias por no hacerlo.

Por último, es necesario empezar con ellos a temprana edad (incluso desde los dos años), asignando tareas de acuerdo con su edad y sus capacidades. No olvidemos celebrar con ellos sus avances, al igual que hacerlos que asuman las consecuencias de sus actos.

Mi compromiso con Dios

Ejercicios de reflexión y aplicación práctica

1. Explique por qué es importante ayudar a que nuestros hijos desde pequeños desarrollen la cualidad de ser responsables.

2. Describa el proceso de cómo hacer que los hijos vayan desarrollando su cualidad de ser responsables.

3. Liste las tareas básicas que cada uno de sus hijos debe asumir de acuerdo con su edad y sus capacidades.

Referencias bibliográficas

Blog Aish Latino. (s.f.) **5 formas simples de enseñar a los niños a ser responsables.**
<https://aishlatino.com/5-formas-simples-de-ensenar-a-los-ninos-a-ser-responsables/>

Referencias bibliográficas

Compartir en Familia. (s.f.). **5 consejos para enseñar a tu hijo a ser responsable.**
<https://compartirenfamilia.com/aprendizaje/ensena-a-tu-hijo-a-ser-responsable.html>

Testigos de Jehová. (s.f.). **Cómo criar hijos responsables.**
<https://www.jw.org/es/biblioteca/revistas/wp20100501/c%C3%B3mo-criar-hijos-responsables/>

Vega, Daniela. (2024). **¿Cómo enseñar de responsabilidad a los hijos?**
<https://www.storybook-app.com/es/bienestar/como-ensenar-responsabilidad-a-los-hijos>

Lección 12. **Aprendiendo a** *manejar el enojo*

Texto Bíblico: Salmo 37:8 NTV

Ya no sigas enojado! ¡Deja a un lado tu ira! No pierdas los estribos, que eso únicamente causa daño.

Competencias:

- Tienen conciencia de los efectos que el enojo descontrolado provoca en los miembros de la familia.
- Entienden cómo llegan a enojarse y la necesidad de aceptar la responsabilidad de los problemas resultantes del enojo.
- Practican maneras de controlar y superar el enojo.

12.1 Introducción

La crianza amorosa de nuestros hijos constituye todo un desafío, por lo complejo que resulta. Pero si a ello agregamos que en ocasiones andamos enojados, de mal humor, eso sin duda resulta mucho más complicado.

Desafortunadamente en el día a día enfrentamos muchas cosas que nos pueden hacer enojar. A veces cosas pequeñas como el hecho de que encontramos mucho tráfico al transportarnos, haber llegado tarde al trabajo, o que se nos quemó algún alimento. En otras ocasiones puede haber razones de más peso como estar sufriendo maltrato en el trabajo o en la escuela, no tener el dinero necesario para cubrir los gastos del mes o del día, etc.

Reconocemos que, si queremos tener una crianza amorosa de nuestros hijos, es muy importante que aprendamos a manejar el enojo. Por ello, en esta lección vamos a aprender ¿Cuáles pueden ser las consecuencias de un enojo no controlado? ¿Cómo podemos manejar de una mejor manera el enojo? ¿Cómo podemos ayudar a nuestros hijos a manejar su enojo?

12.2 Desarrollo

12.2.1 El enojo y sus consecuencias

Además no pequen al dejar que el enojo los controle". No permitan que el sol se ponga mientras siguen enojados. Efesios 4:26

De acuerdo con el Diccionario de las emociones (2022), el enojo

Es una emoción que surge cuando enfrentamos una situación que consideramos que está "mal" o cuando nos sentimos contrariados por palabras, acciones o actitudes de

otras personas. Va desde una irritación leve hasta una emoción más intensa, como la furia o la ira. Enojarse es una respuesta natural. Aunque no siempre controlamos nuestras reacciones, sí podemos enfocar nuestra mente para actuar de una mejor manera.

La Enciclopedia de significados (s.f.) menciona que el enojo, por lo general, nos predispone el ánimo contra otra persona o contra una situación dada que se nos ha vuelto desagradable o injusta. En este sentido, las causas de un enojo pueden ser tanto externas como internas.

- **Son externas** cuando están relacionadas con situaciones que ocurren a nuestro alrededor. Como una falta de respeto, una actitud de desobediencia, un malentendido o un error.
- **Son internas** cuando las experimentamos dentro de nosotros mismos. Como problemas personales, situaciones del pasado no resueltas o recuerdos desagradables de eventos traumáticos, que cuando vuelven a la memoria nos despiertan sentimientos de enojo.

Por otra parte, la ira es una emoción compuesta por un conjunto de sentimientos negativos, que puede conllevar actos de violencia. La ira es la emoción que emerge cuando una persona se ve sometida a situaciones que le producen frustración o que le resultan aversivas. Se expresa a través del resentimiento y la irritabilidad y causa síntomas como dolor de cabeza, respiración acelerada y agitación cardíaca.

Compelling Truth (s.f.) nos dice que la ira es una emoción difícil de manejar para muchos de nosotros. Hay dos palabras griegas que se usan para "ira" en el Nuevo Testamento.

- Una se define como "pasión, energía"
- La otra es "agitado, hirviendo".

No toda la ira es pecado. A menudo la ira resulta de una actitud pecaminosa. Otras veces, nuestra ira tiene una fuente justa (por ejemplo generada por un abuso). La ira puede convertirse rápidamente en pecado si no se maneja adecuadamente.

Las consecuencias del enojo

Una de las cosas que más afectan entre padres e hijos es la ira mal manejada de los padres. Cuando sentimos enfado con nuestros hijos, los sentimientos se quedan en nuestro interior. Salen de nuestra boca palabras y frases que acaban asustando a nuestros hijos, hiriéndoles en el alma y destrozando nuestro prestigio.

Muchas veces como padres no estamos conscientes de la gravedad de las consecuencias que trae el mal manejo de la ira. Por ello, lo primero es tomar conciencia de cuál es el costo de no saber controlar nuestro enojo.

Al conocer ese costo, es nuestra esperanza que sea menos probable que le respondan a sus hijos con ira. Lamentablemente, muchos padres se enojan con sus hijos para descargar su enojo que tienen contra un amigo, un jefe en el trabajo, un oficial de policía o un líder de la iglesia. Veamos cuales son algunas consecuencias, todas ellas nocivas, de no manejar adecuadamente nuestro enojo. Ese costo incluye lo siguiente:

- Pérdida de nuestra comunión con Dios.
- Pérdida de respeto (de uno mismo y de los miembros de la familia).
- Pérdida de amistad y de cooperación.
- Pérdida de confianza en sí mismo.
- Culpabilidad y soledad.
- Se produce daño a sí mismo y a otras personas.
- Se genera temor en los hijos, en lugar de amor.
- Puede producir que los hijos se rebelen, al punto de incurrir en conducta delincuente y pueden llegar a abandonar su hogar.
- Un mayor riesgo de problemas, tales como depresión, mala salud, conducta adictiva y problemas relacionados con el empleo.

12.2.2 Cómo manejar nuestro enojo

A. Manejo inadecuado del enojo

Hay tres maneras en que suele manejarse inadecuadamente la ira: mediante la agresión, la interiorización y la conducta pasivo-agresiva (Iglesia de Cristo, s.f.).

- **Agresión.** La ira (enojo) se expresa por medio de la violencia física (al golpear, patear, dar bofetadas, pegar en el trasero, tirar del cabello); el maltrato emocional y verbal (el gritar, insultar, blasfemar, amenazar, culpar, ridiculizar, manipular y degradar); el abuso sexual (el incesto, acoso y la humillación); y el control y el dominio de otra persona.
- **Interiorización.** La ira se dirige hacia uno mismo, lo cual conduce al menosprecio de sí mismo, a la depresión o a los actos autodestructivos (beber alcohol, consumir drogas, atentar contra uno mismo, mutilar el propio cuerpo).
- **Conducta pasivo-agresiva.** La ira se expresa con hechos indirectos (la falta de puntualidad, la irresponsabilidad, la terquedad, el sarcasmo, la deshonestidad, la irritabilidad, el descontento, las críticas, la desidia).

B. Manejo adecuado del enojo

Por eso, amados hermanos míos, todos ustedes deben estar dispuestos a oír, pero ser lentos para hablar y para enojarse, porque quien se enoja no promueve la justicia de Dios. Santiago, 1:19-20

La Iglesia de Jesucristo (s.f.) en su obra "Cómo fortalecer a la familia" nos lo explica cómo manejar el enojo a la luz de este texto.

a) ¿Qué significa ser rápido para oír?

Primero, responda escuchando en lugar de enfadarse. Aprenda a escuchar con atención. Nada disipa la ira más eficazmente que escuchar. Luego, haga preguntas para comprender la perspectiva y los sentimientos de la otra persona (Prov. 18:13, 15) sin responder a la defensiva o con enojo.

b) ¿Qué significa ser lento para hablar?

Manejar la ira bíblicamente sigue cuatro reglas de comunicación. Efesios 4:15, 25–32 los describe.

- 1º ***Sea honesto y hable la verdad con amor*** (Efesios 4:15). Procure ser amable y reconocer las emociones de la otra persona (1 Pedro 3:8-17).
- 2º ***Resuelva los desacuerdos rápidamente*** (Efesios 4:26) y no guarde su enojo. Concéntrate sólo en el problema actual (Santiago 3:13-18).
- 3º ***Ataque el problema, no a la persona*** (Efesios 4:29, 31). Asegúrese de que la otra persona comprenda que usted está respondiendo únicamente a sus acciones. No los estás atacando personalmente (Proverbios 15:1). El objetivo aquí es restaurar la relación.
- 4º ***Actúe, no reaccione*** (Efesios 4:31-32). Controla tu espíritu (Proverbios 25:28) obedeciendo la Palabra de Dios sin importar cómo te sientas (Hebreos 12:15).

c) ¿Cómo podemos responder lentamente a la ira?

- 1º ***Controle rápidamente su ira*** (Efesios 4:26-27) respirando profundamente o contando hasta diez.
- 2º ***Utilice la energía que proporciona la ira para resolver problemas*** y no crear otros más grandes.
- 3º ***Mantenga una sana distancia con la otra persona mientras esté enojado.*** E interactúe con ellos sólo cuando pueda hablar de manera constructiva.

d) Tenga un plan de contingencia

Cuando la ira pecaminosa comienza a crecer dentro de ti, es bueno tener un plan de contingencia. Ora inmediatamente pidiendo discernimiento (Santiago 1:5), recordando que puedes controlar tus pensamientos (1 Corintios 10:13; 1 Pedro 1:13).

Enfoca tus pensamientos, palabras y acciones en la Palabra (2 Tim 3:16-17) repasando las Escrituras memorizadas (Sal. 119:9, 11, 16). Especialmente versos que tratan sobre la ira. También es útil concentrarse en las cualidades positivas de la persona que le frustra.

e) Planificación del cambio a largo plazo con ira

- El primer paso es comprometerse a cambiar (Colosenses 3:23-24) independientemente de cómo se sienta (Gálatas 5:16-17).
- Identifica todas las situaciones, lugares y personas que te hacen enojar (2 Timoteo 2:22). Luego elimínalos, huya o resista.

- Aprenda a ignorar los pequeños desacuerdos (Proverbios 19:11). Y manténgase alejado de las personas habitualmente enojadas (Proverbios 22:24-25).
- Si sus hábitos no cambian o se convierte en un peligro para los demás o para ustedes mismo, busque asesoramiento.

f) Perdonar como Jesús

La ira es una emoción natural que necesita una respuesta piadosa. Este es un viaje largo y no una solución rápida (Fil. 1:6). Habrá momentos en nuestras vidas en los que cada uno de nosotros lidiará con sentimientos de ira. Pero es la forma en que elegimos lidiar con esa ira lo que determina su efecto en nosotros.

No somos víctimas de nuestras circunstancias sino vencedores a través de Jesucristo. Es posible que las personas o los acontecimientos nos hayan herido, pero podemos responder con perdón a través de nuestra nueva vida en Cristo.

Al controlar nuestro temperamento y perdonar a los demás, seguimos el ejemplo de Jesús. Después de todo, él nos perdonó a cada uno de nosotros.

12.2.3 Cómo ayudar a nuestros hijos a manejar su enojo

El Blog de Bienestar emocional (2019) nos comparte las siguientes ayudas para apoyar a nuestros hijos en el manejo de su enojo.

1. Ayúdale a actuar de forma calmada ante las confrontaciones y conflictos con otras personas.

Haga saber a sus hijos que a veces es más saludable alejarse de lo que les está molestando. Requiere mucho valor reconocer que algo nos molesta y decidir retirarnos a tiempo. Es importante hacerle saber a tu hijo que las peleas no resuelven los problemas.

2. Explícale que a veces es complicado llevarse bien con otras personas.

Hay niños que pelean cuando se enojan, o que molestan a otros y se burlan e incluso a los que en sus casas los animan a pelear. En estos casos hay que dejar en claro, que, para ustedes, pelear es inaceptable y que siempre van a preferir y apoyar que su hijo se retire del conflicto sin pelear.

3. Enséñale a reconocer sus emociones y sentimientos.

Todos podemos sentirnos tristes, frustrados o decepcionados. A veces, "a los sentimientos no les gusta asomarse porque pueden hacer ver vulnerable al niño". Así que el más fuerte de todos: el enojo, sale a defenderlo. Por eso los niños se enojan cuando los lastiman, cuando no pueden hacer lo que les gustaría, cuando les mienten o cuando les excluyen. Un niño se puede enojar por muchos motivos. Por eso, para ayudar al enojo a irse, hay que poner los sentimientos en palabras.

4. El enojo no se va a ir solo.

Cuando los niños se enojan hay que reconocerlo y validar su emoción. No es necesario validar sus razones (que pueden ser erróneas) para enojarse, solo validar que está enojado. Para ayudar a la razón, hay que respirar y contar o alejarse unos momentos. Una vez que pueda escuchar, hay que pensar en la causa del problema y formas de solucionarlo. Hay que ayudar al pequeño a expresarse y hacer preguntas hasta que logre comunicar su molestia.

5. Si alguien inicia una pelea hay que reaccionar y alejarse.

Si otra persona quiere iniciar una pelea, será necesario que tu hijo aprenda a calmarse y no confrontar. Es mejor mantener una distancia prudente, respirar, mantenerse de pie y alejarse poco a poco.

6. Pide a tu hijo que evite contraatacar.

Tus hijos deben evitar insultar o devolver los insultos a quien le busca pleito. Eso sólo empeoraría las cosas.

7. Aprender a escuchar.

Algunos niños no saben pedir las cosas por la buena, y eso tampoco es su culpa, pues tal vez no se los han enseñado. Si tu hijo aprende a escuchar lo que la otra persona realmente busca y quiere, le será más fácil evitar conflictos. Oriéntale a que pregunte "¿Qué necesitas?", antes de suponer que le están buscando pleitos.

8. Sé su mejor modelo.

Enséñale a resolver conflictos resolviendo tú los tuyos por la buena. Si te ve pelear en la calle ante la menor provocación, es seguro que tu hijo hará lo mismo. Enséñale a tomar las cosas con humor, a alejarse de situaciones innecesariamente violentas y a responder siempre con una sonrisa ante cualquier circunstancia.

12.3 Conclusiones

Hemos aprendido que el enojo es algo que puede aparecer en cualquiera de nosotros. En ocasiones el enojo se puede intensificar haciendo que experimentemos la ira. El enojo y la ira pueden tener algunas razones justificables como cuándo somos víctimas de una injusticia o al ver que la cometen sobre otros.

Sin embargo, debemos tener conciencia de los efectos que el enojo descontrolado provoca en los miembros de la familia. Ello nos hará estar más conscientes de la necesidad que existe de tener un control adecuado del enojo. También debemos aceptar la responsabilidad de los problemas resultantes del enojo.

Finalmente hemos estudiado como podemos aprender maneras de controlar y superar el enojo. También como ayudar a nuestros hijos a manejar su enojo. Si lo hacemos adecuadamente,

estaremos sentando las bases para fortalecer nuestras relaciones saludables en el matrimonio y en la familia.

Mi compromiso con Dios

Ejercicios de reflexión y aplicación práctica

1. ¿Cuáles son los límites claros y consistentes que hemos establecido en la disciplina amorosa?

2. ¿Estamos utilizando la disciplina como una oportunidad para enseñar valores cristianos? Describa un ejemplo de cómo hacerlo.

3. ¿Estamos escuchando activamente a nuestros hijos y brindándoles un espacio seguro para expresarse?

Referencias bibliográficas

- Bienestar emocional. (2019). **Enséñales a manejar el enojo a tus hijos con estos 8 consejos.** <https://www.univision.com/estilo-de-vida/madres/ensenales-a-manejar-el-enojo-a-tus-hijos-con-estos-8-consejos>
- Compelling Truth. (s.f.). **¿Qué enseña la Biblia acerca de la ira?** <https://www.compellingtruth.org/Espanol/ira-en-la-Biblia.html>
- Enciclopedia de significados (s.f.). **Enojo.** <https://www.significados.com/enojo/>
- Family Life. (s.f.). **7 Effective Ways to Control Anger.** https://www.myflr.org/7-effective-ways-to-control-anger/?gad_source=1
- Iglesia de Jesucristo. (s.f.) **Cómo fortalecer a la familia.**
- Martin III, Bob. (2021). **Anger and Overcoming It: A 7-Step Christian Approach.** <https://binmin.org/anger-and-overcoming-it-a-christian-approach/>

