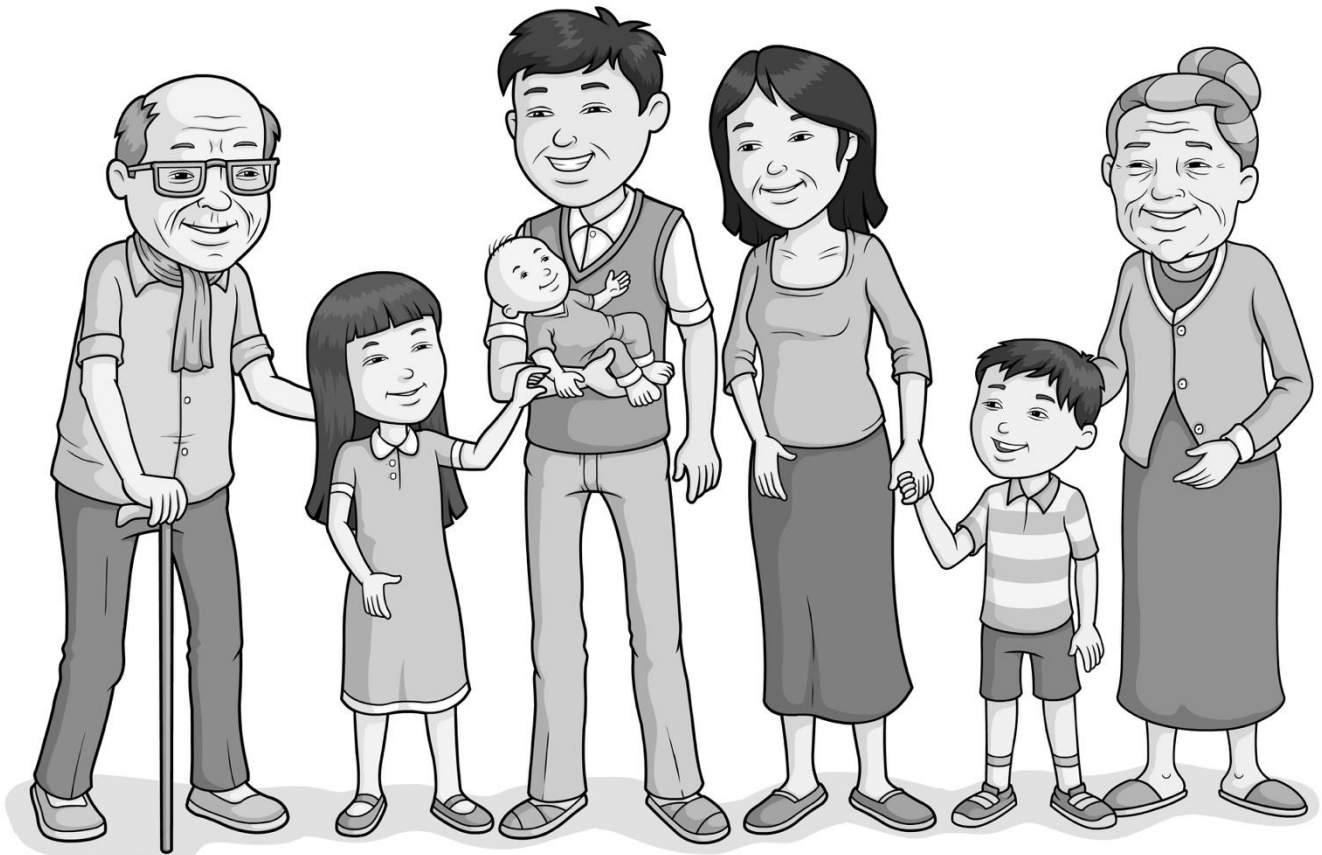


LA TRANSFORMACIÓN
CENTRADA
EN LA VERDAD

MÓDULO



EL MATRIMONIO Y LA FAMILIA GUÍA DEL ESTUDIANTE

Lección 1: Los roles de los esposos y esposas

El rol del esposo

Lea 1 Corintios 13:4-8, Filipenses 2:1-8 y Juan 13:2-17 y responda las siguientes preguntas:

- 1 ¿De qué manera se describe el amor de Dios en cada uno de estos versículos?
 - 1 Corintios: 13:4-8
 - Filipenses 2:1-8
 - Juan 13:2-17
- 2 ¿Cómo hubiera podido Timoteo demostrar amor a su esposa Lea tal como lo enseña la Biblia en estos versículos? En sus grupos propongan 10 cosas prácticas que un esposo puede hacer para demostrar este tipo de amor a su esposa.
- 3 ¿Cuáles son las consecuencias si un esposo no cumple con su rol tal como lo describe la Biblia?
- 4 Si el esposo hiciera este tipo de cosas, ¿qué efecto creen ustedes que habría en un matrimonio?

El rol de la esposa

- 1 ¿Cuáles serían algunas cosas que Lea debería haber hecho para ser “una ayuda” y tratar a Timoteo con respeto?
- 2 ¿Cuáles son algunas maneras de ser “una ayuda” y de demostrar una sumisión piadosa y respeto al esposo? En grupos, traten de pensar en 10 ejemplos.
- 3 ¿Cómo influiría en un matrimonio si la esposa hiciera este tipo de cosas?
- 4 ¿Cuáles serían las consecuencias si una esposa no cumple su rol tal como la Biblia lo describe?

Lección 1: El artículo del amor y respeto

La mayoría de la gente está de acuerdo en que el matrimonio no es siempre fácil. Muchas veces puede ser muy, pero muy difícil. Nuestro cónyuge supuestamente debe ser nuestro amigo más cercano y nuestro mayor apoyo en el mundo. Pero no siempre es así, con demasiada frecuencia nos herimos el uno al otro o peleamos. ¿Por qué ocurren las peleas con tanta facilidad y cómo podemos evitarlas?

Dios nos ha dado respuestas en la Biblia. Uno de los pasajes clave se encuentra en Efesios 5. Muchos cristianos conocen bien este versículo pero tenemos que volver a revisar el último versículo.

En todo caso, cada uno de ustedes ame también a su esposa como a sí mismo, y que la esposa respete a su esposo. Efesios 5:33

Se nos han dado dos mandamientos sencillos; uno para el esposo y otro para la esposa. Esposos, AMEN a sus esposas. Esposas, RESPETEN a sus esposos. ¿Por qué cree usted que es la diferencia? ¿Por qué se le dice a las esposas que respeten y a los esposos que amen? Porque Dios nos conoce. Él sabe exactamente qué necesitamos. Él sabe que el hombre necesita respeto y que la mujer necesita amor. También a los hombres les gusta ser amados y a las mujeres respetadas, pero los hombres prefieren respeto y las mujeres amor.

Esto puede ser noticias chocantes para las mujeres. La mayoría de las mujeres asumen que, así como ellas, los hombres también desean ser amados. De hecho, la mayor parte de lo que se enseña se enfoca solamente en el amor. La enseñanza de que las mujeres deben respetar a sus esposos ha sido olvidada. Usualmente, las mujeres asumen que sus esposos desean ser amados más que ser respetados, pero eso no es correcto. No es así.

Si damos una mirada alrededor nuestro, vemos muchos ejemplos de la necesidad de respeto que tienen los hombres y la necesidad de amor que tienen las mujeres. En el ejército, que es un lugar donde los hombres dominan, el respeto y el honor son importantes. Los hombres aspiran a ascender de rango para ser más respetados. El comportamiento irrespetuoso no es tolerado. Que a usted no le guste su comandante no es un problema. Los comandantes no desean caer bien, ellos desean ser respetados.

Alternativamente, si usted ve una revista para mujeres, notará que muchas de las mujeres se enfocan en ser amadas haciéndose más agradables y bonitas. Las mujeres hacen todo tipo de cosas para ser más amadas. El temor más grande de las mujeres es no caer bien a la gente. No es así con los hombres, su mayor temor es el que no los respeten.

Si queremos ver que nuestro matrimonio mejore entonces debemos asegurarnos de estar obedeciendo este mandamiento básico. Hombres amen a sus esposas, mujeres respeten a sus esposos.

Desafíos de comunicación

Para hacer esto, necesitamos entender otra área – la de la comunicación. Los hombres y mujeres comunican su deseo de respeto/amor de manera completamente diferente. Lo que las mujeres están diciendo a menudo no es lo que los hombres están escuchando, y lo que los hombres tratan de comunicar no es lo que las mujeres están escuchando.

¿Sabía usted que la manera en que las mujeres comunican que no se sienten amadas hace que con frecuencia los hombres sientan que no los respetan? Y la forma en que los hombres responden cuando sienten que no son respetados hace que las mujeres sientan aún más que no las aman. Algunas personas llaman a esto el ciclo loco – queremos ser amados y respetados pero nuestra comunicación hace que ambas personas se sientan cada vez menos amadas y respetadas.

La locura es cuando seguimos haciendo la misma cosa — vez tras vez — con el mismo efecto negativo. ¡No funciona! Tenemos que hacer un cambio para obtener un resultado diferente donde los hombres se sientan respetados y las mujeres amadas.

Para ayudarnos a entender esto mejor, veamos la siguiente historia:

Había sido una semana muy dura trabajando en el campo. El sol parecía especialmente sofocante y el calor era insoportable allá en el campo donde había muy poco alivio. Víctor estaba contento porque pronto regresaría a casa para ver a su esposa. Había estado afuera 10 días, era mucho tiempo para estar lejos de la familia. Mientras manejaba por la carretera, esperaba que su esposa estuviera tan entusiasmada por verlo, como él estaba por verla a ella.

Teresa estaba en casa, y estaba cansada después de cuidar a los hijos sin contar con mucha ayuda, se sentía frustrada porque no se portaban bien. Esperaba con ansias que su esposo llegara a casa. Ella lo había llamado más temprano para hacerle recordar que trajera a casa leche para la bebé. Ella no había podido salir porque le era muy difícil llevar a los niños a cualquier parte ya que eran pequeños. Esperaba que pronto estuviera él de regreso, la bebé ya se estaba poniendo inquieta y no tenía nada para darle de comer.

“Ya llegué” gritó Víctor.

“Al fin,” dijo Teresa “¿dónde está la leche de la bebé?”

“Oh,” respondió Víctor “La olvidé, tenía tanto que recordar hoy día.”

“¡Cómo pudiste hacer eso!” Teresa sintió que su voz subía de tono.

“¿Qué va a comer la bebé?”

“¿No tienes otra cosa que darle? ¿Acaso no puede comer lo mismo que nosotros?”

“Por supuesto que no, ¿quieres que se enferme? Ella es tan solo una bebé. Algunas veces pienso que te importan más tus amigos que tu propia familia. Nunca te olvidas de ir a tomar un café con ellos.”

“Ya, está bien, iré a comprarla” gritó Víctor mientras salía rápidamente por la puerta. La felicidad que ambos tenían de volverse a ver ya se había desvanecido y fue reemplazada por cólera y dolor.

Cuando las mujeres empiezan a sentirse tristes o con cólera, normalmente significa que no se sienten amadas. Cuando los hombres se enojan o no hablan, usualmente es porque no se sienten respetados.

Si bien el escenario en nuestros hogares puede ser diferente, la riña con frecuencia es similar. Necesitamos ver más allá de lo que se está diciendo para entender lo que está pasando. Lo que necesitamos recordar es la importancia del **amor para la mujer y el respeto al hombre**. Cuando las mujeres empiezan a sentirse tristes o con cólera, normalmente significa que no se sienten amadas. Cuando los hombres se enojan o no hablan, usualmente es porque no se sienten respetados.

Veamos nuevamente este escenario a través de los lentes del amor y el respeto.

Victor se olvidó de la leche para la bebé. Este es un pequeño problema y normalmente no es motivo para tener una discusión grande. Victor puede simplemente ir a la tienda y comprarla. Con frecuencia los hombres se sienten confundidos de por qué algo tan pequeño puede convertirse en algo tan grande. Lo que Victor necesita entender es que cuando él se olvidó de la leche Teresa se sintió que no la amaba. Ella solo pidió una cosa y él había estado ausente por días. ¿Por qué no pudo él recordar tan solo una cosa? ¿O es que también se olvidó de ella? ¿Acaso era tan poco importante? Por lo tanto, ella respondió con críticas. “¿Cómo pudiste hacer eso?” Victor no se da cuenta que ella siente que él no la ama. Él solo ve su irritación y siente que ella no lo respeta. Se siente irritado. Fue un error involuntario, no fue su intención olvidarse de la leche. Debido a que él no le asegura nuevamente que él la ama, Teresa lo vuelve a atacar. “Nosotros no te importamos a ti. A ti te importan más tu amigos.” Ahora, está siendo aún más hiriente, lo está atacando en su forma de ser, en su carácter. Ella le quiere demostrar cuán herida se siente y cuán no amada.

Sin embargo, Victor responde enojándose y saliendo furioso. Con las críticas de su esposa, él siente que ella no lo respeta en absoluto. No podía creer que ella fuera a decir cosas como esas. ¿Por qué querría ella acusarlo de que no se preocupa por ellos, cuando acaba de trabajar toda una semana para proveer para su familia? Se va rápidamente antes de decir algo de lo cual después se arrepienta o, peor aún, se vuelva violento. A menudo las mujeres malinterpretan por qué los hombres se alejan o se niegan a hablar. Las mujeres no pueden creer que a los hombres les importe tan poco que no quieran solucionar el conflicto. A las mujeres les encanta hablar, y cuando tienen un problema usualmente lo hablan con sus amigas y todo se soluciona. Pero los hombres se marchan. Así que las mujeres asumen que sus esposos no las aman lo suficiente como para tratar de resolver las cosas. El sentimiento de no ser amadas aumenta. Lo que las mujeres necesitan entender es que los hombres a menudo se marchan porque se sienten tan heridos y molestos que no saben cómo responder o no confían en sí mismos para responder correctamente. ¡Se marchan porque están buscando proteger a sus esposas porque las aman!

Victor se quedó preguntándose por qué Teresa hizo tanto laberinto por la leche. Lo que Victor y los hombres en general necesitan entender es que la leche no era el problema, el problema era que Teresa quería desesperadamente una vez más tener la seguridad del amor de él. Ella quería que Victor estuviera genuinamente arrepentido y que le pidiera perdón, pero como él se sintió atacado y que le habían faltado el respeto, reaccionó con cólera. Lo tonto de esto es que ambos estaban ansiosos por verse. Lamentablemente, sus planes de tener una noche feliz se arruinaron y probablemente pasen el resto de la noche enojados.

Los hombres y las mujeres ven las cosas de manera diferente. Si usted es mujer, probablemente sienta simpatía por Teresa. Ella llevaba 10 días sola en casa. Necesitaba algo de ayuda. Si usted es hombre, entonces probablemente sienta simpatía por Victor. Él estaba cansado, había tenido una semana larga, trabajando en el campo para mantener a su familia. ¡Simplemente se le olvidó! ¿Acaso no se da cuenta Teresa que él hizo todo ese trabajo para ella y la familia?

Es fácil simpatizar con la persona que es del mismo sexo que uno porque entendemos su punto de vista. Las mujeres entienden cómo piensan las mujeres. Los hombres entienden cómo piensan los hombres. **Pero si queremos tener un matrimonio feliz, necesitamos entender mejor cómo piensa el sexo opuesto.** Las mujeres necesitan darse cuenta de que las críticas suenan como falta de

respeto para los hombres. Los hombres también necesitan darse cuenta de que, por lo general, cuando las mujeres se quejan, critican o lloran es porque sienten que no las aman.

Como se puede ver, esto se convierte fácilmente en un ciclo loco. Cuanto más siente una mujer que no la quieren, más critica y más se queja. Cuanto más ella critica y se queja, más se siente el hombre que no lo respetan y la trata de manera poco afectuosa.

El secreto para un matrimonio feliz es invertir el ciclo. Necesitamos caminar en obediencia a Dios sea fácil o no. Recuerde el versículo en Efesios 5:33. Hombres, amen a su esposa, mujeres deben respetar a su esposo. Esto es lo que Dios ha mandado.

- Esposas – traten de recordar que cuando se quejan y critican los hombres sienten que no son respetados. Si ellos se retiran/retraen o hablan con dureza es porque sienten que no son respetados. Pregúntense “¿lo que estoy por decir o hacer suena respetuoso o como una falta de respeto?”
- Hombres – traten de recordar que cuando su esposa se queja lo hace porque se siente no amada. Cuando ustedes se retiran/retraen o hablan con dureza la hacen sentir menos amada. Antes de hablar o actuar pregúntense “¿lo que estoy por decir o hacer suena como amor o desamor?”

Lección 2: Reconociendo nuestras diferencias

1. Por cada tema marque en la línea con una "X" donde se ubican **sus** preferencias.
2. Por cada tema marque en la línea con una "O" donde se ubican las preferencias de su cónyuge o amigo/a.

Solucionándolo de inmediato	Desacuerdos	Mantener la paz
Gastar	Dinero	Ahorrar
Pasar tiempo con los demás	Gente	Pasar tiempo a solas
Hacer planes y llevarlos a cabo	Planificación	Ser espontáneo
Llegar temprano	Puntualidad	Llegar justo a tiempo o tarde
Salir	Esparcimiento	Quedarse en casa
Acostarse tarde	Dormir	Levantarse temprano
Entusiasta	Deportes	Sin interés
Formal	Ropa	Casual
Muy pulcro	Aseo	Desaseado
La mantiene	T.V.	La desecha

3. Enséñense lo que cada uno puso en su respectiva hoja y dialoguen sobre lo siguiente:
 - a. ¿Tenía usted una comprensión correcta de las preferencias de la otra persona? ¿Se sorprendió de algo?
 - b. ¿Tiene usted y su cónyuge/amigo siempre las mismas respuestas para cada uno de estos temas?
 - c. ¿En qué áreas son más similares?
 - d. ¿En qué áreas son más diferentes?
 - e. Conversen sobre cómo podrían manejar las áreas donde tienen diferencias.
 - f. ¿Cómo podría utilizar las fortalezas de cada persona para edificar su matrimonio o relación?

Si no ha estado casado mucho tiempo, es muy probable que sean diferentes en muchos de los puntos. En lugar de tratar de cambiar a la otra persona, usted necesita buscar sus fortalezas y ayudarla en aquellas áreas que son más débiles.

4. Hagan un plan sobre cómo van a resolver aquellas áreas donde son diferentes. Selecciones 2 áreas donde tengan diferencias y escriba su plan de cómo lo resolverán.

Ejemplo 1 – Dinero

Si a su cónyuge le gusta gastar y a usted le gusta ahorrar, entonces haga un plan de cómo gastarán algo de dinero y cómo ahorrarán algo también. Quizás puedan llegar a un acuerdo sobre un monto específico para ahorrar, mientras su cónyuge puede recibir una asignación cada semana o mes para gastar en las necesidades de la familia. Dicha asignación estaría basada en lo que ustedes en conjunto hayan acordado.

Ejemplo 2 – Esparcimiento

Si su forma de relajarse y descansar es quedándose en casa y a su cónyuge le gusta salir, entonces acuerden una manera en que ambos puedan sentirse contentos. Pueden acordar salir juntos una noche a la semana y quedarse en casa y descansar juntos una noche a la semana. O, pueden llegar a un acuerdo de que una o dos noches por semana su cónyuge saldrá y usted se quedará en casa.

Nuestro plan:

1.

2.

Lección 2: Solucionando nuestras diferencias

Lea cada versículo. Por cada versículo escriba el principio importante que está relacionado a solucionar las diferencias.

VERSÍCULO	EL PRINCIPIO IMPORTANTE
Mateo 7:3-5	
Mateo 18:15	
Proverbios 15:1	
Colosenses 4:6	
Filipenses 2:3	
Efesios 4:26	
Proverbios 19:11	

Lección 3: Identificando las heridas

“Por lo tanto, si estás presentando tu ofrenda en el altar y allí recuerdas que tu hermano tiene algo contra ti, deja tu ofrenda allí delante del altar. Ve primero y reconcíliate con tu hermano; luego vuelve y presenta tu ofrenda. Mateo 5:23-24

Reflexión personal

Pida a Dios que le muestre si de alguna manera usted ha herido a su cónyuge. (Si no está casado, piense en algún amigo cercano o miembro de la familia.) Reflexione sobre las siguientes áreas y escriba sus pensamientos:

- ¿Hay algo que ha dejado de hacer que debiera estar haciendo?
- ¿Hay algo que ha hecho (o está haciendo) que no debiera hacer?
- ¿Hay algo que usted no ha hecho y que sabe que su cónyuge quiere que haga?
- ¿Ha dicho usted algo que ha sido hiriente?
- Ha fallado en demostrar amor y aliento?

“Si tu hermano peca contra ti, ve a solas con él y hazle ver su falta.” Mateo 18:15

Reflexión personal

¿Han habido maneras en que usted ha sido lastimado por su cónyuge? Puede ser algo que su pareja no esté consciente que le está haciendo daño.

Poniendo en práctica

Ore y propóngase comenzar a discutir estas cosas con su cónyuge esta semana.

Lección 3: Pasos para pedir disculpas

Pasos para pedir perdón para restaurar las relaciones que han sido dañadas:

1. **Confesar a Dios** – Cuando herimos a nuestra pareja también estamos desobedeciendo a Dios. Necesitamos ir donde Dios y pedirle perdón por lo que hemos hecho mal.
2. **Confesar a la otra persona sin dar excusas** – A menudo cuando confesamos queremos explicar por qué hicimos lo que hicimos. Sin embargo, esto puede hacer que sea difícil para la otra persona perdonarnos.

Ejemplo 1:

Culpando: Sé que te critiqué ayer delante de tus amigos, pero no lo hubiera hecho si no nos hubieses hecho retrasar una hora.

Lo correcto: Te herí al criticarte ayer delante de tus amigos; fue algo malo de mi parte.

Ejemplo 2:

Culpando: Sé que anoche estuve malhumorado y grosero contigo, pero debiste haber recordado que tu mamá ha estado criticándome un montón últimamente, además estoy cansado por todo el trabajo.

Lo correcto: Fue egoísta e insensible de mi parte el ser grosero y malhumorado contigo anoche. Lamento haberte herido.

3. **Disculpase** – Asegúrese de ser específico sobre lo que usted lamenta y exprese su pesar sinceramente. Diga algo como “Lamento muchísimo lo que hice” o “Me siento muy mal por la manera en que te traté”
4. **Pida perdón** – Tenemos que darnos cuenta que necesitamos perdón. Puede ser que nuestra pareja no esté lista para perdonarnos inmediatamente, por lo que necesitamos tener paciencia. Ore que Dios ayude a su pareja a perdonarlo. Usted no puede obligarlo a que le diga que él/ella lo perdona si va en contra de su voluntad.
5. **Cambie su conducta** – No es suficiente confesar y disculparse si no planeamos cambiar y tenemos la intención de seguir cometiendo el mismo error. Parte de restaurar la relación es el asegurarse que usted esté dispuesto y tenga la intención de cambiar su conducta. Haga el mejor esfuerzo y, con toda su habilidad, trate de no hacerlo nuevamente.
6. **Acepte las consecuencias** – La persona puede necesitar tiempo para perdonarlo. Tiene usted que tener paciencia y pedirle a Dios que ayude a esa persona a perdonarlo. Algunos daños en una relación pueden destruir la confianza. Debe tomar en cuenta que su cónyuge puede ya no confiar en usted tan fácilmente como antes. Esta es una consecuencia del accionar suyo. El disculparse no hace que todo sea nuevo automáticamente. Algunas veces usted tiene que vivir con las consecuencias de lo que hizo. Toma tiempo para que la herida que usted causó sane y desaparezca.

Lección 4: Pasos hacia el perdón

Si el daño que usted experimentó fue pequeño, entonces puede ser más fácil revisar estos pasos. Si el daño fue más significativo, entonces este proceso puede tomar más tiempo.

1. Reconozca que lo que le hicieron fue injusto
2. Admita cualquier enojo y el deseo de herir a la persona
3. Pida a Dios que le ayude a perdonar
4. Elija no tomar venganza
5. Deje ir el deseo de lastimar a la persona
6. Déjele a Dios la responsabilidad del juicio
7. Pida a Dios que le quite cualquier amargura y resentimiento
8. Pida a Dios que sane su dolor y todas las consecuencias de la injusticia en su vida

Diálogo en grupos pequeños

- ¿Qué pasos son los más difíciles de dar para usted?
- ¿Qué le ayudaría para que ese paso le sea más fácil?

Practicando los pasos del perdón

¿Qué sería una cosa que tendría que perdonarle a su cónyuge?

Si no puede pensar en algo con su cónyuge, entonces piense en alguna otra persona que haya podido tratarla a usted injustamente. Si aún no puede pensar en algo, entonces ore en silencio por aquellos que sí están pasando por el proceso.

Cierre sus ojos y escuche y piense mientras se lee cada paso.

Lección 5: Los cinco lenguajes del amor

Cinco lenguajes diferentes

Cada persona es única y diferente, por lo tanto recibimos amor de otras personas de maneras diferentes. Si mostramos amor de manera diferente a la que nuestro cónyuge esperaría para sentirse más amado, entonces sería como si estuviéramos hablándole en un idioma diferente y puede causar que él o ella no se sienta amado/a. Podemos estar hablando, pero no entiende. Si queremos hablar a nuestro cónyuge, necesitamos hablar su idioma. Lo mismo sucede con el amor, necesitamos aprender el lenguaje de amor de la otra persona para que podamos expresarle amor de una manera que ella lo pueda mejor entender

Hay cinco diferentes lenguajes de amor. Lenguajes. Lea cada uno de ellos y piense en 2-4 maneras específicas en que usted puede llevar a cabo esto en su propio matrimonio.

1. **Servirse mutuamente** – Algunas personas se sienten amadas cuando se hace algo por ellas. Pueden ser cosas sencillas como limpiar la casa, lavar los platos, o arrancar la mala hierba.
2. **Palabras de afirmación** – Algunas personas se sienten amadas cuando se les dice cosas positivas. Pueden ser cumplidos como “tú cocinas delicioso” o “tienes un pelo hermoso” o “eres una madre fantástica.” Pueden ser palabras de gratitud o aprecio. “Gracias por cocinar la cena.” “Gracias por trabajar tan duro para proveer para la familia.”
3. **Regalos** – Algunas personas se sienten amadas cuando les damos cosas. Los regalos no tienen que ser caros, incluso pueden no costar dinero. Puede ser simplemente una flor que usted recogió camino a casa o un poema que haya escrito.
4. **Contacto físico** – Algunas personas se sienten amadas a través del contacto físico. Esto incluye cualquier cosa, desde tomarse las manos, darse abrazos o acariciar el cabello de la otra persona.
5. **Pasando un tiempo especial juntos** – Algunas persona se sienten amadas cuando pasan un tiempo especial junto con la otra persona. Esto no quiere decir que estén juntos en la misma habitación sino haciendo diferentes cosas. Significa que se dan mutuamente una atención bien enfocada. En nuestros hogares tan ocupados, podría significar el dar una caminata juntos y compartir sobre el día que tuvimos.

Usted podrá darse cuenta que su cónyuge responde más favorablemente a un lenguaje de amor que a otros. Cada persona tiene su propia diferencia. Trate de descubrir qué demostración de amor significa más para su cónyuge y haga más el tipo de cosas que le agradan.

Lección 6: Las mujeres y las niñas

Lea Génesis 1:27-28.

Este versículo muestra que tanto los hombres como las mujeres fueron creados a imagen de Dios.

Haga una lista de las características que revelan la manera en que las mujeres y las niñas nos muestran la imagen de Dios.

Luego lea cada uno de los siguientes enunciados y discuta si está o no de acuerdo con ello y por qué.

Enunciados	¿Está de acuerdo o en desacuerdo y por qué?
"Las mujeres deben ser vistas pero no escuchadas."	
"Las niñas son una carga para sus familias."	
"Las mujeres no deben ser propietarias de tierras ni recibir herencia."	
"Está bien dar una paliza a la esposa que no está siendo obediente."	

¿En qué otros tipos de dichos puede usted pensar, dentro de su propia cultura, que muestren las diferentes expectativas que existen para los hombres y las mujeres? ¿Está usted de acuerdo con ellos?

¿Qué sucede si una mujer no sigue las reglas culturales y las expectativas?

¿Cómo reaccionarían los diferentes miembros de su familia (esposo, padres, familia política)?

Lección 6: La cultura de Jesús y sus formas

Hoy vamos a ver la manera en que las mujeres eran vistas en los tiempos de Jesús y la forma en que Jesús las trataba. Lean esto en sus grupos pequeños y dialoguen sobre las preguntas en la segunda página.

La cultura de Jesús:

Las leyes y tradiciones judías y romanas daban poco valor a las mujeres. Las mujeres eran vistas como inferiores a los hombres.

- **Las mujeres eran tratadas como posesiones.** No eran independientes. Ellas pertenecían ya sea a la casa de su padre o a la de su esposo. Los hombres judíos estaban hasta prohibidos de hablar con toda mujer en la calle. La presencia de las mujeres no se registraba o se reconocía en eventos importantes.
- **Las mujeres estaban restringidas en su adoración a Dios.** A ellas solo se les permitía ir al “patio o a la corte de mujeres” en el templo. Se les negaba acceso inmediato a la Palabra de Dios y a los niveles de adoración a Dios que eran significativos.
- **Por lo general las mujeres eran excluidas de tener una educación.** Debido a que la educación se daba en la escuela de las sinagogas, las niñas no estaban permitidas de participar.
- **Las mujeres no tenía derechos legales.** No podían poseer tierras, ni recibir herencia, ni divorciarse de su esposo. No se les permitía a las mujeres testificar en un tribunal de justicia, salvo que un hombre pudiera confirmar su historia.

En general, en la cultura de la época de Jesús a las mujeres se les consideraba menos confiables, menos inteligentes y menos espirituales que los hombres.

Las formas de Jesús:

La actitud de Jesús hacia las mujeres era radical para Su cultura. Él trataba a los hombres y a las mujeres con igual respeto y dignidad. Las mujeres de Su tiempo nunca habían conocido un hombre como Jesús.

- **Jesús trató a las mujeres con increíble respeto y dignidad.** Él le hablaba a las mujeres públicamente. Jesús habló con la mujer samaritana que era una extranjera y “pecadora” (Juan 4:7). Él habló directamente a la mujer encontrada en adulterio (Juan 8:1-11). Jesús inició Su ministerio por sugerencia de Su madre (Juan 2:1-11).
- **Jesús ministró a las mujeres y trató a cada una como persona.** Jesús se acercó a ellas como personas que eran dignas igual que los hombres de ser sanadas y salvadas. No hizo caso a las leyes que le dieron a Moisés que decían que no se podía tocar a una mujer que sangraba (Marcos 5:25-34. El sanó a una mujer que estuvo parálitica por 18 años debido a un espíritu

demoniaco y la llamó “hija de Abraham” (Lucas 13:10-17). Él sanó a la hija de la mujer cananea (Mateo 15:22-28).


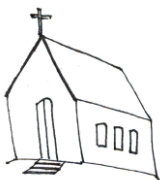
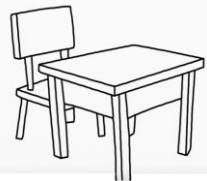

- **Enseñaba a las mujeres.** Él tomó en serio sus preguntas y argumentos. Jesús le confiaba tanto a hombres como a mujeres importantes verdades espirituales. Jesús le enseñó a María, la hermana de Marta (Lucas 10:38-42). Las mujeres fueron las primeras en ver al Señor resucitado y se les encomendó llevar la grandiosa noticia a los discípulos (Juan 20:1-18). Muchas mujeres viajaron con Jesús y apoyaron Su ministerio (Lucas 8:1-31) mientras enseñaba a Sus discípulos y a las multitudes.

Preguntas para dialogar:

1. ¿Cómo describiría usted la manera en que las mujeres eran tratadas en la cultura de Jesús?
2. ¿Cuáles eran algunas de las diferencias en cuanto a cómo trataba Jesús a las mujeres y cómo las trataba Su cultura?
3. ¿Cómo cree que las mujeres se sentían cuando Jesús las trataba de esa manera?
4. ¿Hay algunas similitudes entre cómo su cultura trata a las mujeres y cómo las trataba la cultura de Jesús?

Lección 6: Nuestra comunidad

Dialoguen todos juntos sobre cada una de las áreas y llenen este cuadro con los problemas que vean en su comunidad en cuanto a cómo son tratadas las mujeres y las niñas. Dé 1-2 ideas por cada área sobre lo que usted puede hacer para tratar a las mujeres y a las niñas con dignidad, respeto y valor.

Área	Maltratos y desigualdades	Lo que podemos hacer (1-2 ideas para cada área)
 <p>Familia</p>		
 <p>Iglesia</p>		
 <p>Escuela</p>		
 <p>Comunidad</p>		

- ¿Cuáles serían dos cosas que usted podría hacer diferente en su hogar para honrar a su esposa e hijas?
- ¿Cuáles serían dos cosas que usted podría hacer diferente en su comunidad para honrar a las mujeres y niñas que viven allí?

Compartan entre ustedes lo que se están comprometiendo a hacer. Oren los unos por los otros y pidan a Dios que los ayude a llevar a cabo estas cosas.

Lección 7: Ayudando a los hijos a crecer

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

Proverbios 22:6

Creciendo espiritualmente

“Grábate en el corazón estas palabras que hoy te mando. Incúlcalas continuamente a tus hijos. Háblales de ellas cuando estés en tu casa y cuando vayas por el camino, cuando te acuestes y cuando te levantes.” Deuteronomio 6:6-7

- 1. Devocionales familiares o lectura bíblica** Trate de separar tiempo cada día para leer la Biblia a sus hijos y contarles historias bíblicas. Ayúdelos a que entiendan las historias. Una vez que haya terminado el pasaje o la historia, hágales preguntas, como --¿Qué podemos aprender de esta historia sobre Dios? ¿Qué podemos aprender sobre cómo debemos comportarnos?
- 2. Orando con nuestros hijos** Necesitamos separar tiempo para orar con nuestros hijos. Escoja un momento en que usted normalmente esté libre. Asegúrese de pasar ese tiempo con sus hijos escuchando sus preocupaciones y orando con ellos. Cuando son muy pequeños, ellos podrán decirle por qué cosa orar y usted podrá hacer una breve oración. A medida que crecen, ellos pueden comenzar a orar también. Ayúdeles a ver cuando Dios conteste sus oraciones.
- 3. Pasando tiempo con nuestros hijos** Hable de Dios todo el tiempo. Cuando vaya afuera y vea un árbol puede hacer un comentario acerca de cómo Dios nos ama tanto que nos dio árboles para darnos abrigo, madera, alimentos y para que nuestra tierra sea hermosa. Comente que la tierra le pertenece a Dios y que se nos ha dado la responsabilidad de cuidarla. Siempre busque formas de ayudar a sus hijos a que vean a Dios.

Creciendo mentalmente

“Hijo mío, escucha las correcciones de tu padre y no abandones las enseñanzas de tu madre.”

Proverbios 1:8

- 1. Enseñe a los niños más pequeños en casa** Trate de explicar las cosas cuando son pequeños y curiosos. Enséñeles el ABC y los números, los nombres de los colores y las formas (triángulo, cuadrado, círculo, etc.). A los niños pequeños, permítales elegir entre dos opciones cuando la decisión no es de importancia. Por ejemplo, “¿Qué quieres ponerte hoy, la camisa azul o la roja?”
- 2. Envíe a la escuela a los niños en edad escolar** Algunas veces se necesita hacer sacrificios para enviar a nuestros hijos a la escuela, pero esto también es una parte importante de ser padres. A través de la educación podemos dar a nuestros hijos oportunidades para el futuro. No sabemos los planes que Dios tiene para nuestros hijos, pero debemos asegurarnos de que ellos tengan la oportunidad de explorar sus opciones. Dios puede escoger a su hijo para traer grandes cambios en su localidad. Con frecuencia, ellos requieren educación y capacitación para que esto suceda. El sacrificio que usted haga ahora podría permitirle a su

hijo hasta ir a la universidad y ayudar a su familia en el futuro. Adicionalmente a desarrollar una relación con Dios, la educación es una llave importante para ayudarlo a tener una mejor vida. Asegúrese de darle ambas cosas a su hijo.

Creciendo socialmente

*“No hagan nada por egoísmo o vanidad; más bien, con humildad consideren a los demás como superiores a ustedes mismos. **Filipenses 2:3.***

1. Enseñe a sus hijos cómo Dios quiere que ellos se relacionen con los demás.

Lea cada versículo. ¿Qué aprendemos de estos versículos que sea importante enseñar a nuestros hijos?

- Filipenses 2:3
- Colosenses 3:13, 15
- Mateo 5:44
- 1 Corintios 13:4-5
- Mateo 7:12

La Biblia nos ayuda a entender la importancia de vivir en paz con los demás, amando a todos, siendo pacientes, bondadosos, perdonando y tratando a otros tal como quisiéramos que nos traten. Es necesario hablar sobre esto cuando sus niños son pequeños y cuando crecen y sus relaciones cambian.

2. Sea un ejemplo. Los niños aprenden habilidades sociales observando a otros, en especial a sus padres. La manera en que usted se relacione con los demás es un ejemplo diario para sus hijos.

Considere cómo se relaciona usted con otras personas y cómo Dios querría que usted se relacione con ellos conforme a lo que hemos aprendido en la Biblia.

- ¿De qué manera es usted un buen ejemplo para sus hijos?
- ¿En qué aspectos le gustaría ser un mejor ejemplo con la ayuda de Dios?

3. Ayude a sus hijos a lidiar con los desafíos en sus relaciones cuando dichos desafíos se presenten.

Muchas veces, los hijos no le dirán los problemas que están teniendo con otras personas, pero pueden empezar a actuar de manera diferente. Tal vez usted note un mayor grado de enojo, violencia física o que esté inusualmente callado y retraído. Estas son señales de que pueden estar teniendo algunos problemas con otras personas. Los hijos necesitan apoyo y ser alentados para que hablen de estos problemas y aprendan a tratar bien a los demás aunque hayan sido heridos, estén enojados o hayan sido mal tratados por otros. Deje que compartan lo que les ha sucedido, cómo se sienten y cómo lo han manejado. Este tipo de conversación es un ejemplo para el niño de una relación amable, amorosa y de aceptación. Esto es especialmente importante que suceda a una edad temprana para que puedan tener la confianza de que usted los podrá ayudar en estas situaciones.

¿Cuáles son otras maneras en que usted puede ayudar a sus hijos a que aprendan a pensar bien de los demás y a tratarlos con amor y bondad?

Nuestras relaciones con los demás son muy importantes. Ser egoísta es una conducta normal del ser humano pero no le agrada a Dios. Queremos enseñar a nuestros hijos que piensen bien de los demás y que los traten mejor de lo que ellos mismos quieren ser tratados. Este principio necesita ser enseñado y modelado para nuestros hijos.

Creciendo físicamente

- ¿Cuáles son algunas formas en que podemos ayudar a nuestros hijos a crecer físicamente?

Todas estas cosas ayudan a nuestros hijos a estar físicamente saludables. Una de las cosas más importantes que necesitamos hacer para permitir que nuestros hijos crezcan sanos es asegurarnos que reciban alimentos nutritivos todos los días. Para que su cerebro se desarrolle bien necesitamos asegurarnos de que tengan una dieta saludable.

La Reglas 1+3:

- El Uno representa el arroz o un sustituto similar. Necesitamos comer diariamente arroz o un sustituto junto con algo de cada uno de los otros tres grupos de comida.
- El Tres representa los otros tres grupos de alimentos que se debe tratar de incluir todos los días:
 - Grupo 1 – Proteínas (construye el cuerpo) como los huevos, leche, frijoles, pescado y carne
 - Grupo 2 – Frutas y verduras (llenas de vitaminas y nutrientes)
 - Grupo 3 – Aceites y grasas (solo se necesita una pequeña cantidad)

Lección 8: Formas de responder a los hijos

- ¡No me gusta la nueva bebé! ¡Es bien fea!
- ¡Mi profesora es una tonta!
- ¡Me dio un puñetazo! ¡Nunca más volveré a jugar con él!

Hay una variedad de maneras en que normalmente respondemos. Por lo general, no intentamos ayudar a los hijos a entender sus pensamientos. Más bien optamos por una de las siguientes acciones:

- **Negación:** ‘Vamos, no puede ser tan malo.’ ‘No es posible que puedas pensar eso’
- **Respuesta racional:** ‘No hay nada que puedas hacer al respecto—deja de quejarte- ‘¡No seas tonto! Sabes muy bien que debes ir a la escuela.’ ‘Si quieres un buen trabajo tienes que ir a la escuela’
- **Consejo:** ‘Necesitarás trabajar duro para mantener a tus amigos o te quedarás solo.’ ‘Tienes que aprender a responder y pelear.’
- **Emitiendo juicio:** ‘¡Cómo puedes decir una cosa tan terrible!’ ‘Seguro que le has hecho algo.’
- **Preguntas:** ‘¿Qué hiciste?’ ‘¿Por qué dices esas cosas tan terribles?’
- **En defensa de la otra persona:** ‘Ella es una niña buena.’ ‘Estoy seguro que él no lo hizo a propósito.’

¿Cuáles son otros ejemplos de formas de responder en cuanto a cada una las acciones descritas más arriba?

Reflexión personal:

¿Cuál cree que sería su respuesta a su hijo en relación a cada uno de los ejemplos y situaciones arriba mencionados?

¿Piensa que tendría usted la misma respuesta a cualquiera de aquellas situaciones que se han planteado?

Lección 8: Los principios para escuchar

Escuchando con atención

El escuchar con atención a un hijo lo ayuda a manejar sus sentimientos de buena manera en lugar de que se comporte mal. Lo ayuda a aprender cómo resolver problemas y le da las habilidades necesarias para que sea un adulto maduro. Lo ayuda a sentirse mejor consigo mismo y a aprender cómo comportarse bien. Es una de las habilidades más importantes para criar a los hijos.

Cuando tratamos de animar a un niño a descartar un sentimiento malo, usualmente el niño se enoja más. Los niños pueden lidiar con muchos sentimientos y encontrar sus propias soluciones cuando los escuchamos con atención y practicamos estos principios:

Principios para escuchar los sentimientos de los hijos

Escuche con absoluta atención:

- Es más fácil para el hijo si usted hace algo para mostrarle que le está prestando total atención. Por ejemplo, poner de lado el periódico y mirar al niño, volteándose para mirarlo a la cara; salir de la cocina y sentarse a escucharlo.
- Es difícil para los niños manejar sentimientos fuertes por sí solos. Si nadie los ayuda, los sentimientos se vuelvan más fuertes y a menudo se expresan a través de un mal comportamiento.

Reconozca sus sentimientos:

- Utilice una frase o palabra – ‘Oh’ o ‘Mmm’ o ‘Wow’ o ‘Sí’ o ‘Entiendo’.
- Utilice alguna señal no verbal – moviendo la cabeza, haciendo contacto visual, o con una expresión facial.
- No los haga sentir mal por tener esos sentimiento. Con los hijos, necesitamos aceptar sus sentimientos y ayudarlos a lidiar con ellos sin que se porten mal.

Ayúdelos a saber lo que están sintiendo:

- Ayúdelos utilizando palabras con sentimientos que expresen lo que su comportamiento le está mostrando a usted.
- Los hijos a menudo no pueden decir cómo se sienten. Si usted lo hace por ellos, sentirán que usted los entiende y los acepta. Normalmente se sentirán consolados y se calmarán. No se preocupe si no entiende la situación. Su hijo le dirá si usted entendió mal.

Lección 9: Comunicación positiva

Versículos bíblicos clave

- Colosenses 3:21 y Efesios 6:4
La Biblia nos dice que no debemos hacer que nuestros hijos se exasperen, se amarguen o se desalienten.
- Proverbios 12:18
Este versículo nos recuerda que necesitamos ser cuidadosos en seleccionar palabras que traigan sanidad y no sean hirientes.

Palabras hirientes

Las palabras hirientes son cosas que decimos para lastimar a alguien. Con frecuencia no es nuestra intención lastimar a la persona. De hecho, normalmente, estas cosas se dicen para motivar a un hijo a que cambie, pero la realidad es que eso lastima al niño. En lugar de cambiar, el niño cree lo que está escuchando, se desanima y deja de intentar ser mejor

La mayoría de las palabras hirientes encajan en una de estas categorías:

- **Palabras dichas con cólera y frustración**
A menudo, no queremos decir o no sentimos realmente lo que hemos dicho (p.ej., “¡Ojalá nunca hubieras nacido!”).
- **Calificativos que damos a los hijos**
Cuando los niños hacen algo que no nos gusta, a menudo decimos algo sobre el niño en lugar de hacerlo sobre su comportamiento.
(p.ej., “Eres un fracaso,” o “Eres un tonto”)
- **Comparaciones**
Es muy fácil comparar a un niño con sus hermanos y hermanas (p.ej., “Me gustaría que fueras más como tu hermano,” o “No es tan inteligente como su hermana”).
- **Predicciones**
Algunas veces les decimos lo que pasará en el futuro (p.ej., “Tú nunca encontrarás un trabajo,” o “eres igual que tu tío. Te volverás cada vez más como él”).
- **Hablar negativamente con otros**
Algunas veces hablamos de manera negativa sobre nuestros hijos con los demás cuando ellos nos pueden oír (p.ej., “A mi hijo lo jalaron en su examen de nuevo. No se esfuerza lo suficiente,” o, “Ella es mi hija [y es tan malcriada!”)

Normalmente, las palabras hirientes cumplen lo opuesto a lo que queremos en nuestros hijos. Por ejemplo, queremos ver que nuestros hijos se esfuercen más, pero estas palabras los hacen creer que ellos no pueden hacer nada bien así que dejan de tratar de hacerlo. Las palabras hirientes impiden a los niños ser lo que Dios designó que sean.

Principios para una comunicación positiva

1. **Explique al niño lo más pronto posible lo que quiso realmente decir usted si dijo algo que no era verdad.** Esto evitará un malentendido a largo plazo.
2. **Discúlpese y comuníquese de manera positiva después de haber usado con cólera palabras muy hirientes.** Esto le dará a su hijo un modelo para pedir disculpas el cual puede imitar. También le da la oportunidad de disculparse, si fuera apropiado, por haber hecho lo que lo hizo enojar a usted. Los niños lo respetarán más si se disculpa cuando usted se equivoca y estarán motivados para complacerlo.
3. **Describa el comportamiento que a usted lo decepciona o lo enoja en lugar de poner etiqueta o calificativo a su hijo.** Diciendo, “¡Eso que hiciste fue una estupidez!” Es más efectivo y menos hiriente que decir, “¡Eres un estúpido!”
4. **Nunca compare a sus hijos entre ellos.** Las comparaciones hacen sentir mal a los niños consigo mismos y causa resentimiento. Eso dificulta que sus hijos se lleven bien.
5. **Solo diga cosas positivas de su hijo cuando exista la posibilidad de que él lo escuche.**
6. **Nunca presente a su hijo con características negativas.**

Dando palabras de aliento

En lugar de utilizar palabras dañinas, necesitamos encontrar oportunidades para alentar a nuestros hijos. Tome 5 minutos para pensar en 5 cosas que podría decirle a cada uno de sus hijos para alentarlos. Cuanto más específico será mejor.

Por ejemplo, “Aprecio mucho la manera en que me ayudas normalmente en la cocina cuando regresas a casa del colegio. Me encanta pasar tiempo contigo y además haces que mi trabajo sea más fácil.”(Es mejor ser más específica y mejor que tan solo decir “Eres una buena chica.”)

Lección 10: Disciplinando a los hijos

El castigo físico NO es la única manera de disciplinar a los hijos. He aquí algunas alternativas al castigo físico que pueden ser aún más efectivas:

Alternativas de disciplina para castigar

- Dar al niño **una tarea para que ayude** en lugar de que tenga un comportamiento inaceptable
- Expresar **una fuerte desaprobación** (sin atacar el carácter del niño)
- Indicar **claramente sus expectativas** (dar límites claros)
- Mostrar al niño **cómo puede enmendar/reparar**
- Dar una opción** – un comportamiento aceptable o una consecuencia /restricción
- Hacer cumplir la consecuencia**
- Permitir que el niño **sufra las consecuencias** de su comportamiento.

Vea cada dramatización y piense en situaciones similares con sus hijos en su hogar. Imagínese cómo podría utilizar con ellos cada alternativa al castigo físico:

Drama 1 – *Dar una tarea para que ayude*

El niño está golpeando el plato en el suelo exigiendo comida

La madre dice: “Deja de hacer ese ruido. Puedes ayudar trayendo el agua para nuestra cena.”

Drama 2 – *Fuerte desaprobación y claras expectativas*

El niño está sacando las tapas de los lapiceros y las está tirando por todas partes.

La madre dice: “Esa no es la forma de tratar los lapiceros de tu hermana. Si pides prestado algo, lo que espero de ti es que lo cuides. Pon inmediatamente las tapas donde deben estar y regresa los lapiceros a la caja.”

Drama 3 – *Mostrar cómo él puede enmendar / reparar*

El niño está en la tienda y accidentalmente rompe algo.

La madre dice calmadamente: “Recoge los pedazos e iremos donde el administrador de la tienda para que te disculpes. Luego, yo pagaré por ello.”

Drama 4 – *Dar una elección, hacer cumplir las consecuencias, y dejar que el niño sufra las consecuencias.*

La madre se está alistando para ir al mercado.

El niño pregunta: “Ma, ¿ puedo ir también?”

La madre dice: “La última vez te portaste mal y gritaste porque querías un carrito nuevo cuando pasábamos por la juguetería. Puedes venir esta vez, pero tienes que escoger: portarte bien sin llorar, o la próxima vez te quedas en casa. ¿Entiendes?”

El niño grita por un nuevo auto en la juguetería camino al mercado. **La madre**, calmadamente, lo regresa a casa.

Al siguiente día la madre se alista para ir al mercado

El niño corre hacia ella y le dice: “¿Puedo ir contigo?”

La madre dice: “No—ayer tuviste la oportunidad de escoger: que te portaras bien o quedarte en casa la siguiente vez. Ayer te portaste mal, así que ahora tienes que quedarte en casa con la abuelita. Podrás venir conmigo otro día si te portas bien.”