



Redescubriendo Nuestras Barreras en el Diálogo Diario

Oración y Bienvenida

Objetivo: El objetivo de esta charla es encontrar las causas o motivos por los cuales se dificulta dialogar diariamente. Por ejemplo: no se escoge la pregunta adecuada, no entienden los pasos del diálogo, falta de riesgo en el diálogo, etc.

I. Comparte la ilusión que tenías al diálogo diario al salir del FDS. (Por ejemplo: como te fue en los 90 días de garantía, los logros que tuviste durante los primeros días al salir de FDS, etc.)

(E/E 3 minutos c/u)

II. Comparte:

A. Las barreras, obstáculos que tuviste para no dialogar a diario (manipulación, no ser honesto al no que querer arriesgarse, temor a que te miren/mires ridículo, rechazo a tus sentimientos, etc.)

(E/E 3 minutos c/u)

B. Los efectos negativos que esto trajo a tu relación, incluyendo paz barata, tolerancia, sarcasmo, etc.

(E/E 2 minutos c/u)

III. Que fue lo que los llevo a redescubrir los pasos correctos del dialogo. Por ejemplo ponernos de acuerdo sobre la pregunta que nos trae más crecimiento y/o sanación en ese día del diálogo). Comparte la apertura que viviste con tu pareja al haberte arriesgado a compartir con honestidad y de tu corazón.

Comparte tus sentimientos al verte escuchado.

(E/E 3 minutos c/u)

IV. Dialogo 10 + 10:

¿Qué es lo que nos esta impidiendo dialogar diariamente? ¿CMSCMR?

V. Compartir abierto:
¿Qué reto me llevo de esta charla?

Oración final

Pilar Comunidad Sección XIV – USA
Marzo 2004