



## Hablemos del Tema

Oración y Bienvenida.

1. Objetivo:

Lograr tener una comunicación más profunda en el área de nuestra sexualidad.

2. El y Ella 3 min. c/u.

¿Cuáles son tus pensamientos acerca de esta área? ¿Qué influyó en ti hacia este pensamiento?

¿Qué barreras existen en ti para dialogar sobre esto? Ejemplo: piensas que hablar sobre el sexo es pecado, vergonzoso, divertido, obligatorio, frustrante, inalcanzable, solo para los recién casados.

¿Qué influencia ha tenido en ti el medio ambiente para la manera como miras el área del sexo en tu relación? Como la escuela, revistas, comentarios, papa y mama si alguna vez tocaron este punto. Existían barreras, temor, vergüenza, no saber como hablar de esto. Poco interés, baja estima, etc.

3. El y Ella 3 min. c/u.

¿Cuál era mi mentalidad sobre el sexo antes de vivir nuestro FDS? ¿Qué hacías o no hacías para mantenerlo en ese nivel o estado?

4. El y Ella 3 min. c/u.

Comparte alguna de las actitudes que tenias en el área sexual. ¿Qué impedía la satisfacción?

¿Cansancio, falta de interés, presiones, falta de comunicación? Compartir si estabas satisfecho/a en tu relación sexual o no estabas satisfecho/a, y comparte cuales eran esas actitudes que ayudaban a mantener su relación satisfecha.

5. El o Ella Leer Textual:

Como se nos presentó en nuestro FDS, nuestras relaciones sexuales van más allá del mero acto sexual e incluyen ternura, gentileza, atención, presencia, escucha, responsabilidad, romance y todas las formas en que nos demostramos cariño diariamente.

El acto sexual en el matrimonio es de mucha importancia porque nos da la oportunidad de entregarnos de la forma más íntima e incondicional, el uno al otro. Pero dependiendo de cómo estemos viviendo nuestra sexualidad plenamente así será de satisfactorio nuestro acto sexual.

Leer Primera Carta a Los Corintios 7: 1-5

6. El y Ella 2 min. c/u.

¿Qué cambios has hecho después de vivir tu FDS para que tu relación sexual sea satisfactoria para los dos? Comparte también las barreras que has tenido que vencer para lograrlo. Comparte ¿cuáles son tus pensamientos ahora acerca del sexo y en que lugar está Dios en esto?

7. Diálogo 10 + 10:

¿Qué me gustaría que tú hicieras para que nuestra relación sexual sea más satisfactoria?  
¿CMSADE?

8. Compartir Abierto:

¿De qué me hizo consiente esta charla? ¿CSMS?

9. Oración Final.

Pilar Comunidad Sección XIV – USA

Febrero 2005, Rev. Agosto 2006