



Tutoria para Matrimonios

*Dr. Chris Grace
con el Dr. Tim Muehlhoff y Alisa Grace*

Índice

INTRODUCCIÓN

- 3 El centro para matrimonios y relaciones de la universidad de biola
- 4 Bienvenidos a la tutoría para matrimonios
- 5 Cómo usar su libro de trabajo
- 6 ¿Cuál es el propósito del matrimonio?
- 7 ¿Qué es la tutoría para matrimonios?
- 7 13 Características de los tutores ideales

12 SESIONES

- 8 Sesión 1: Establecer expectativas
- 13 Sesión 2: Conocer su matrimonio
- 19 Sesión 3: Cómo las similitudes y las diferencias dan forma a los matrimonios
- 24 Sesión 4: El ambiente de la comunicación
- 28 Sesión 5: Rebosar con gratitud
- 32 Sesión 6: El perdón
- 36 Sesión 7: Las emociones
- 40 Sesión 8: La comunicación saludable
- 43 Sesión 9: Escuchar
- 46 Sesión 10: Conflictos saludables y no saludables
- 52 Sesión 11: La intimidad sexual
- 55 Sesión 12: La intimidad espiritual

ANEXOS MATERIALES ADICIONALES

- 60 Apéndice
- 61 Pacto del mentor de matrimonios
- 63 El corazón de un mentor: Haciendo buenas preguntas
- 64 Los ciclos y señales del abuso doméstico
- 66 Cuándo y cómo consultar a un profesional
- 68 Ejercicio en pareja: preguntas de cita nocturna para aumentar la intimidad
- 70 10 Maneras de amar a su pareja
- 71 Libros recomendados



Biola University
CENTRO para el MATRIMONIO
y las RELACIONES

El Centro para el Matrimonio y las Relaciones de la Universidad de Biola (CMR) pretende aportar una perspectiva bíblica al matrimonio y las relaciones, equipar a personas, parejas y familias con herramientas, recursos y sabiduría para ayudarlas a prosperar en la manera en que Dios los creó.

Nuestra misión es crear y mantener relaciones y matrimonios saludables en la Iglesia y en la sociedad en general, combinando la sabiduría intemporal, transcultural de la Sagrada Escritura con la investigación académica, conocimientos y herramientas.

Aspiramos a ser un recurso confiable para proveer las herramientas y perspectivas relacionales de manera oportuna y pertinente, equipando a los matrimonios y relaciones que modelan el amor de Cristo para la Iglesia, e impactar a la cultura en general para ver las relaciones y los matrimonios desde una perspectiva bíblicamente cristiana.

El CMR ofrece perspectivas relacionales encontradas en la sabiduría de las Escrituras, con perspectivas pertinentes y oportunas sobre las relaciones y matrimonios saludables basadas en los resultados de la investigación académica y aplicada. Proporcionamos un importante medio que brinda herramientas relacionales y recursos de nivel popular y estudiados, dando lugar a conexiones profundas con otras personas a través del poder transformador de

Dios. Nos centramos en diversos temas integradores, como una sólida teología de matrimonio y una espiritualidad de matrimonio. Nuestro sitio web ofrece videos, entrevistas, artículos de blogs, podcasts creados por destacados profesionales y académicos en la Universidad de Biola.

El Centro organiza presentaciones públicas, eventos y conferencias sobre relaciones cada año, enfocadas en parejas prometidas, en relaciones formales y casadas, en iglesias, universidades y centros de conferencias; además, provee oportunidades anuales de entrenamiento y certificación en tutoría de mentor de parejas, educación pre-matrimonial y recursos en consejería matrimonial, y así ayudar a promover perspectivas cristianas sobre relaciones y matrimonios saludables.

Estamos convencidos de que, si se hacen inversiones claves, los matrimonios y las relaciones pueden florecer en la manera que Dios diseñó. Trabajando en estas relaciones exigirá disciplina, gracia e intencionalidad, pero el resultado valdrá la pena; usted ganará un creciente amor por nuestro Dios relacional y creciente amor del uno para el otro.

Permanezca conectado con nosotros en Facebook, Twitter e Instagram @BiolaCMR

**Por favor no copie ni distribuya este material sin el permiso de los autores y el Centro para Matrimonios y Relaciones.*

BIENVENIDOS A LA TUTORÍA PARA MATRIMONIOS

¡Felicitaciones por invertir el tiempo y esfuerzo necesarios para hacer crecer su matrimonio e involucrarse en la tutoría para matrimonios! El tiempo que invierte es un esfuerzo que vale la pena. Aunque requiere trabajo crecer matrimonios más íntimos, el resultado de estar más estrechamente conectados como una pareja es profundo. Los matrimonios saludables, felices y Cristo-céntricos tienen un impacto sobre quienes están cerca de nosotros, incluso en nuestra cultura inmediata y, en última instancia, en el reino de Cristo.

El matrimonio es digno de nuestras mayores esperanzas y nuestra mayor atención, precisamente porque es uno de los mayores regalos de Dios.

Dr. Chris Grace, Alisa Grace y Dr. Tim Muehlhoff del Centro para Matrimonios y Relaciones de la Universidad de Biola esperan que este material los una más cerca como pareja y más cerca a Dios – nuestro maravilloso Redentor y Salvador. Hemos estado orando por todas las parejas que utilizan este material, y queremos animarlos en este viaje.

Que este tiempo que dedica a su matrimonio sea bendecido, y que tenga un impacto eterno en el reino de Dios.

Si, pues, coméis o bebéis, o hacéis otra cosa, hacedlo todo para la gloria de Dios. 1 Corintios 10:31



**Christopher
Grace,**
Director

Christopher Grace es el director del Centro para Matrimonios y Relaciones de la Universidad de Biola y profesor en Rosemead, Escuela de Psicología. El Dr. Grace obtuvo su Maestría y Doctorado en psicología social experimental de la Universidad del Estado de Colorado. Desde 1988, ha enseñado psicología y servido en muchas funciones de liderazgo administrativo en Biola. El Dr. Grace y su esposa, Alisa, hablan frecuentemente en conferencias, iglesias y universidades sobre el matrimonio y las relaciones. Con su formación profesional y experiencia práctica de casi 30 años de matrimonio, han aconsejado a miles de parejas, compartiendo ideas prácticas y fundamentales para aumentar la intimidad.



**Tim
Muehlhoff,**
Autor/Orador

Tim Muehlhoff es profesor de comunicación en la Universidad de Biola, donde imparte clases de comunicación familiar, comunicación interpersonal, género y resolución de conflictos. Completó su doctorado en teoría de la comunicación en la Universidad de Carolina del Norte en Chapel Hill, donde su tesis doctoral se centró en ayudar a las parejas a superar el punto muerto (bloqueo) conyugal- cuestiones difíciles en el matrimonio que no desaparecen a pesar del tiempo y esfuerzo. El Dr. Muehlhoff ha escrito varios libros, entre ellos, I Beg to Differ y Marriage Forecasting. Durante casi 20 años, el Dr. Muehlhoff y su esposa, Noreen, han sido oradores frecuentes en conferencias sobre matrimonios de Family Life.



Alisa Grace,
Directora de
Consultoría

Alisa Grace es consultora en el Centro para el Matrimonio y Relaciones de la Universidad de Biola y también co-enseña un curso de perspectivas sobre matrimonios y relaciones. Obtuvo una licenciatura en comunicaciones de la Universidad de Biola, y anteriormente se desempeñó como directora del ministerio para mujeres en Redemption Hill Church - Whittier Hills, fue directora de relaciones públicas en Far East Broadcasting Co., y fue directora de comunicaciones internas y eventos en la Universidad de Biola. Aunque ella habla regularmente sobre temas tales como el noviazgo, el matrimonio y el amor, también le encanta ser mentora de las mujeres más jóvenes y a las parejas recién casadas, y proporciona asesoramiento prematrimonial.

CÓMO USAR SU LIBRO DE TRABAJO

Antes de Comenzar (Mentores Solamente):

1. Revise todo el libro de trabajo para que se familiarice con su contenido o diseño.
2. Lea y firme el *Pacto del Mentor de Matrimonio*. Entréguelo a los líderes.
3. Lea *El Corazón de un Mentor: Haciendo Buenas Preguntas* le ayudará a saber cómo estimular y llevar una buena conversación con su pareja.
4. Lea todo el material en el apéndice.

Las Páginas de Apertura Incluyen:

- Una bienvenida y biografía de los autores
- El propósito bíblico del matrimonio
- Una explicación de lo que es la tutoría para matrimonios y lo que no es
- Las características de un mentor ideal
- Una guía para saber utilizar el libro de trabajo

Cada Capítulo Contiene lo Siguiente:

- *Propósito*: Describe el resultado práctico que se puede esperar de ese capítulo en particular.
- *Idea clave*: Enseña la idea o concepto principal que debe aprender, practicar y aplicar.
- *Tarea*: Las evaluaciones, preguntas de conversación, preguntas de aplicación, y unas actividades que la pareja necesiten completar en casa antes de la próxima reunión, todas diseñadas para reforzar la Idea Clave.
- *Evaluaciones/Escalas/Cuestionarios*: Herramientas científicamente diseñadas que se han sometido a una rigurosa evaluación por homólogos de la comunidad científica para garantizar una buena metodología para medir la información deseada.

Notas Importantes Acerca de las Evaluaciones/ Escalas/ Cuestionarios:

1. *La Escala de las Dinámicas en la Relación*, página 10, y la Escala de Calidad Matrimonial, página 11, contienen instrucciones que dictan que la pareja complete la escala individualmente y NO compartan sus respuestas punto por punto el uno con el otro. Sin embargo, las parejas pueden compartir las zonas generales o los rangos de su puntuación. Esto se debe a que las preguntas en estas evaluaciones

particulares fomentan la reflexión realista y sincera que a veces puede ser vulnerable en las primeras etapas de la tutoría. Animamos encarecidamente a las parejas a observar esta restricción y a evitar pedirse entre sí que revelen sus respuestas privadas cuando se indique lo contrario.

2. El *Cuestionario de Agradecimiento*, página 30, contiene una “calificación invertida” en las preguntas #3 y #6. Esto significa que, si circuló un “7”, dése 1 punto. Si circuló un “6”, dése 2 puntos. Asegúrese de que entienda este proceso de calificación. Todas las otras herramientas de evaluación y preguntas de discusión en el libro de trabajo deberían ser compartidas.

Apéndice:

- Pacto con el Mentor de Matrimonio (mentores solamente)
- El corazón de un mentor: haciendo buenas preguntas
- *Los ciclos y señales del abuso*
- *Cuándo y cómo consultar a un profesional*

Antes de Cada Reunión:

1. Tanto los mentores como las parejas deberían leer detenidamente el capítulo asignado y completar todas las evaluaciones, preguntas de discusión, preguntas de aplicación y las actividades de la pareja incluidas para la próxima reunión.

Recomendamos encarecidamente que los mentores completen todos los trabajos asignados de manera que estén totalmente familiarizados con todo lo contenido en el presente capítulo, así como preparados con preguntas directivas que pudieran ser aplicables durante cada sesión.

2. Los mentores deben orar por la pareja que están guiando. Pidan y confíen en que el Espíritu Santo les dé oídos para oír, ojos para ver, palabras de sabiduría y entendimiento para guiar y aconsejar. (Is. 50:4; Col. 4:6).

¿CUÁL ES EL PROPÓSITO DEL MATRIMONIO?

Cuando el matrimonio se hace bien, las parejas experimentan la maravillosa intimidad emocional y física de ser una sola carne, junto con una conexión espiritual profunda y aún más honda. Si bien cada pareja lo experimentará de manera distinta, no cabe duda de que el matrimonio involucra más de lo que parece. El propio diseño y finalidad del matrimonio se destaca por ser un regalo magnífico e incluso eterno.

El Regalo de la Compañía

En la Biblia leemos de la gloria de Dios y Su amor apasionado por su creación. La primera pareja disfrutó de Su compañerismo, caminando y hablando con Él en lo que fue sin duda el más increíble jardín que jamás haya existido. Ellos lo conocían, y se conocían. Eran confidentes y compañeros, bendecidos con afecto y deleite en la compañía del uno al otro. La frase inicial de sus votos matrimoniales -“hueso de mis huesos y carne de mi carne”- ilustra el gozo supremo de estar conectados juntos como uno. Las analogías a lo largo del Antiguo y el Nuevo Testamento describen amor de Dios para nosotros como el amor de un esposo a su esposa, comparando el cielo a un banquete de bodas, y Cristo, el único Hijo de Dios, como el máximo ejemplo de esposo quien fue enviado a morir en la cruz por su novia, la Iglesia.

El Regalo de la Pasión

Una de las mejores canciones de todos los tiempos- el cantar de los cantares en la Biblia fue compuesta por Salomón, el hombre más sabio que haya existido. En ésta se ensalza el gozo supremo de una íntima unión, describiendo un amor y una atracción que es tanto intensa como profunda. Salomón retrata la preciosidad del amor profundo - su belleza, sus deleites y su poder abrumador, y dice que todo lo que uno posee no puede comprar tal amor - es un regalo de Dios para nosotros, que se manifiesta en su forma más plena en nuestras uniones conyugales.

El Regalo del Propósito

El Apóstol Pablo declara este profundo y maravilloso regalo como el “gran misterio” finalmente revelado. Es la unión entre Cristo y Su pueblo, como una sola carne. Tal compañerismo e intimidad son bendiciones, a admirarse y disfrutarse, trayendo el contentamiento y la felicidad. Y al disfrutar esto, traemos gloria a Él, el creador de quizás el regalo más grande del mundo.

Estar estrechamente conectados y ser afectuosos el uno con el otro trae satisfacción y gozo, y a veces, profunda alegría y felicidad. Estos estados agradables de bienestar y conexión están caracterizados

por un sentido de significado y de pertenencia a algo mayor en la vida. Y este es entonces el propósito y el significado del matrimonio final - es un regalo de Dios para nosotros, diseñado para traernos gozo y gloria a Él. Con este regalo Él cubrió nuestra soledad, dándonos la esperanza del compañerismo, y la alegría de la intimidad conectada; con Él y uno con el otro.

*“¡Al fin!”
el hombre
exclamó. “¡Esto
es hueso de mi
hueso, y carne
de mi carne!”*

Génesis 2:23

¿QUÉ ES LA TUTORÍA PARA MATRIMONIOS?

“Una relación donde una pareja más experimentada camina junto a otra pareja y 1) ofrece estímulo y apoyo; 2) crea un espacio seguro para profundizar las conversaciones; 3) comparte sus experiencias de vida y perspectivas; 4) actúa como un conducto del amor y bendiciones de Cristo; 5) modela la gracia y esperanza que mejora la intimidad conyugal y trae gloria a Dios”.
Grace, C. (2015)

1. Caminando al lado y animando
2. Lugares seguros para conversaciones profundas
3. Compartiendo experiencias de vida
4. Contando con Su presencia
5. Modelando la gracia y esperanza
6. Trayendo la gloria a Dios

En un estudio* realizado por investigadores asociados con un programa de preparación para el matrimonio (PREPARE), el 86% de los participantes estuvieron de acuerdo o completamente de acuerdo en que la utilización de parejas mentoras fue valiosa y eficaz para su matrimonio. Cuando las parejas toman pasos proactivos para crecer en la intimidad, para buscar otras parejas más experimentadas, suelen encontrar

que sus matrimonios van, de la lucha a la dicha, hacia el ser más saludables, felices y como Cristo.

Todas las parejas mentoras buscan modelar los componentes de la definición anterior y cumplir con los mismos. Es importante señalar que estas parejas mentoras (entrenadoras) no son (necesariamente) terapeutas ni consejeros licenciados. La tutoría para matrimonios no es una terapia ni asesoría profesional, y si la situación surge, las parejas mentoras tendrán que consultar a profesionales o terapeutas licenciados. También, los mentores no son (necesariamente) pastores ni profesores.

Mientras puede haber alguna instrucción sobre ciertas habilidades del matrimonio, el enfoque principal de la tutoría para matrimonios no es la enseñanza, crítica ni arreglo de matrimonios; es principalmente el caminar al lado y alentar a otra pareja.

**Wages, S. Anderson Darling, C. A. (2004) Evaluation of a marriage preparation program (PREPARE) using marriage mentors. Marriage & Family Journal 7(2), 103-121*

13 CARACTERÍSTICAS DE LOS MENTORES IDEALES

(Adaptado de Brad Johnson, 2002)

- | | | |
|----------------|-------------------------------------|--|
| 1. Cariñosos | 6. Comprensivos | 10. Emocionalmente inteligentes |
| 2. Solidarios | 7. Competentes | 11. Buenos oyentes |
| 3. Alentadores | 8. Pacientes | 12. Espiritualmente maduros |
| 4. Amables | 9. Graciosos, aunque apropiadamente | 13. Apasionados por ayudar a las parejas |
| 5. Centrados | | |



Establecer expectativas

Propósito

El objetivo de este tiempo es hablar sobre las próximas 12 sesiones y prepararse para las mismas, establecer expectativas e instaurar un patrón para reunirse como parejas. Se espera que van a conocerse, animarse y caminar uno al lado del otro, acercándose en su matrimonio, y también a Dios.

Idea clave

Como se dijo anteriormente, la tutoría para matrimonios es una relación en la que una pareja más experimentada camina junto a otra pareja y 1) ofrece aliento y apoyo; 2) crea un lugar seguro para profundizar las conversaciones; 3) comparte sus experiencias de vida y conocimientos; 4) es un conducto del amor y las bendiciones de Cristo; y 5) modela la gracia y la esperanza que mejoran la intimidad conyugal y trae gloria a Dios.

Y todo lo que hacéis, sea de palabra o de hecho, hacedlo todo en el nombre del Señor Jesús, dando gracias a Dios Padre.

Colosenses 3:17

Directrices y Compromisos Básicos

Durante la primera sesión es importante establecer reglas básicas para lo que tendrá lugar durante las próximas 12 sesiones. Además de lo básico como fechas, horarios y lugares, ambas parejas deben estar dispuestas a asumir los siguientes compromisos:

- Estamos de acuerdo que oraremos unos por otros.
- Estamos de acuerdo en esperar completamente en que Dios estará presente en nuestras reuniones, dirigiendo y guiando nuestras conversaciones.
- Estamos de acuerdo en hacer nuestras reuniones divertidas, alentadoras y edificantes.
- Estamos de acuerdo en comprometernos en reunirnos en este camino de tutoría, estableciendo una relación atenta y confiada entre nosotros.
- Estamos de acuerdo en mantener la confidencialidad, guardar las conversaciones, y establecer un lugar "seguro" para hablar de temas más profundos.
- Estamos de acuerdo en completar, lo mejor posible, todas las tareas acordadas (por ejemplo: lecturas o encuestas que se estudiarán en las próximas semanas).
- Estamos de acuerdo en ser honestos, compartiendo la verdad en amor.
- Estamos de acuerdo en compartir/no compartir las respuestas entre ustedes tal como se indica en el libro de trabajo.