

Episodio #360

5 ACUERDOS QUE SALVARÁN TU MATRIMONIO

Juan Vereecken y Karla Vereecken

1.- Entraremos a la conversación para _____.

No se trata de _____, lo importante es la _____.

El retiro es como un off-site, pero de dos CEO. Sean conscientes de que son _____ en autoridad, _____ importantes, _____ y criterios igual de _____.

Este momento es para expresarse mutuamente, _____ el corazón y la mente del otro, y trabajar con base en eso.

El matrimonio es el lugar donde uno sana todas las _____ de su niñez.

Son dos personas con dos lentes desde los cuales ven la _____ de forma _____. No se trata de que el otro vea la vida de la _____ forma que tú, sino de que puedas entender los filtros del otro para poder vivir de mejor manera y llegar a los mejores _____.

No gana el que _____ la conversación. Ganan los dos cuando llegan a acuerdos donde ambos se sienten _____.

2.- Detectaremos _____ cuando la conversación se ponga _____.

Tener conflictos no es malo. Solo significa que hay dos personas distintas que _____ las cosas de forma diferente.

Valoren el conflicto _____. Las tensiones son normales en matrimonios saludables, pero no es un lugar para _____.



Episodio #360

5 ACUERDOS QUE SALVARÁN TU MATRIMONIO

Juan Vereecken y Karla Vereecken

Las _____ son importantes y sanas para que cada parte pueda tomarse un tiempo y ver el conflicto o el tema con una perspectiva más _____ y amplia, _____ en sus emociones y pensamientos. Esto ayudará a que regresen a la conversación con más claridad.

Hay temas que pueden ser tan complejos de resolver entre ambos, que puede ser valioso invitar a un _____: profesional, amistad o pastor. Acuérdenlo y _____ para conversarlo una vez que salgan del retiro.

3.- Diremos lo que pensemos con _____ y _____

Hablar con claridad no significa _____ a la otra persona.
Prudencia no significa _____ tus pensamientos o decir las cosas a medias.

Esto es una combinación de _____ y empatía.

Conversa cada tema:

- Sin vueltas
- Sin _____
- Sin _____
- Sin ironías
- Sin _____

Si alguien decide no usar su voz, puede _____ a la relación de una perspectiva muy importante.
Cada voz es importante.

Por sobre todas las cosas: _____, claridad y empatía.

Toma en cuenta las _____ de conversación de tu pareja. No hables desde tu _____, sino desde sus necesidades.



Episodio #360

5 ACUERDOS QUE SALVARÁN TU MATRIMONIO

Juan Vereecken y Karla Vereecken

4.- Escucharemos para _____, no para responder.

No se puede planear la vida con alguien a quien _____ cada segundo.

Acuerden:

- Escucharemos sin interrumpir.
- _____ para comprender: “¿A qué te refieres cuando dices...?”
- Preguntaremos para _____: “¿Puedes contarme más sobre...?”

5.- Llevaremos cada punto a acuerdos _____.

Eviten la _____ y la _____.

Es importante tener _____ de la conversación. No para echar culpas, sino para recordar posteriormente lo que se acordó y poder _____ el cumplimiento durante el año.

Al final del retiro deben tener:

- Lista de acuerdos
- Próximas _____
- Quién hace qué (_____)

Palabras: construir, ganar, actitud, parejas, roles, perspectivas, valiosos, entender, heridas, vida, diferente, misma, acuerdos, domina, validados, a tiempo, tensa, interpretan, productivo, quedarse, pausas, limpia, indagar, tercero, agéndenlo, claridad, prudencia, lastimar, ocultar, gracia, indirectas, sarcasmos, drama, privar, respeto, necesidades, comodidad, comprender, interrumpes, preguntaremos, ampliar, concretos, ambigüedad, postergación, apuntes, medir, acciones, responsable.



Episodio #360

5 ACUERDOS QUE SALVARÁN TU MATRIMONIO

Juan Vereecken y Karla Vereecken

1.- Entraremos a la conversación para construir

No se trata de ganar, lo importante es la actitud.

El retiro es como un off-site, pero de dos CEO. Sean conscientes de que son parejas en autoridad, roles importantes, perspectivas y criterios igual de valiosos.

Este momento es para expresarse mutuamente, entender el corazón y la mente del otro, y trabajar con base en eso.

El matrimonio es el lugar donde uno sana todas las heridas de su niñez.

Son dos personas con dos lentes desde los cuales ven la vida de forma diferente. No se trata de que el otro vea la vida de la misma forma que tú, sino de que puedas entender los filtros del otro para poder vivir de mejor manera y llegar a los mejores acuerdos.

No gana el que domina la conversación. Ganan los dos cuando llegan a acuerdos donde ambos se sienten validados.

2.- Detectaremos a tiempo cuando la conversación se ponga tensa

Tener conflictos no es malo. Solo significa que hay dos personas distintas que interpretan las cosas de forma diferente.

Valoren el conflicto productivo. Las tensiones son normales en matrimonios saludables, pero no es un lugar para quedarse.



Episodio #360

5 ACUERDOS QUE SALVARÁN TU MATRIMONIO

Juan Vereecken y Karla Vereecken

Las pausas son importantes y sanas para que cada parte pueda tomarse un tiempo y ver el conflicto o el tema con una perspectiva más limpia y amplia, indagar en sus emociones y pensamientos. Esto ayudará a que regresen a la conversación con más claridad.

Hay temas que pueden ser tan complejos de resolver entre ambos, que puede ser valioso invitar a un tercero: profesional, amistad o pastor. Acuérdenlo y agéndenlo para conversarlo una vez que salgan del retiro.

3.- Diremos lo que pensemos con claridad y prudencia

Hablar con claridad no significa lastimar a la otra persona.

Prudencia no significa ocultar tus pensamientos o decir las cosas a medias.

Esto es una combinación de gracia y empatía.

Conversa cada tema:

- Sin vueltas
- Sin indirectas
- Sin sarcasmos
- Sin ironías
- Sin drama

Si alguien decide no usar su voz, puede privar a la relación de una perspectiva muy importante. Cada voz es importante.

Por sobre todas las cosas: respeto, claridad y empatía.

Toma en cuenta las necesidades de conversación de tu pareja. No hables desde tu comodidad, sino desde sus necesidades.



Episodio #360

5 ACUERDOS QUE SALVARÁN TU MATRIMONIO

Juan Vereecken y Karla Vereecken

4.- Escucharemos para comprender, no para responder

No se puede planear la vida con alguien a quien interrumpes cada segundo.

Acuerden:

- Escucharemos sin interrumpir.
- Preguntaremos para comprender: “¿A qué te refieres cuando dices...?”
- Preguntaremos para ampliar: “¿Puedes contarme más sobre...?”

5.- Llevaremos cada punto a acuerdos concretos

Eviten la ambigüedad y la postergación.

Es importante tener apuntes de la conversación. No para echar culpas, sino para recordar posteriormente lo que se acordó y poder medir el cumplimiento durante el año.

Al final del retiro deben tener:

- Lista de acuerdos
- Próximas acciones
- Quién hace qué (responsable)

