

EL AMOR Y LA ACEPTACIÓN PROPIA

Guía de estudio



EL AMOR Y LA ACEPTACION PROPIA

Guía de estudio
Primera edición
Por David Batty

Las referencias bíblicas que se usan en este curso son de la versión Reina-Valera, 1960.

Derechos reservados © 1994 Comité Académico de Teen Challenge International, USA.

La traducción de este curso al español ha sido realizada por el Comité Académico de Teen Challenge International, USA, de la cuarta edición de 1978, 1992, 1994, de la versión en inglés, *Love and Accepting Myself*.

Todos los derechos, incluyendo el derecho de presentar o reproducir de cualquier forma, todo, o parte de este manual, están reservados por la Convención Universal de Derechos de Autor, así como todos los demás tratados, convenciones, o proclamaciones pertinentes.

Ninguna parte de esta publicación podrá ser reproducida sin permiso escrito del Comité Académico de las Oficinas de Teen Challenge International, USA.

Este curso es parte de los Estudios de Grupos para Nuevos Cristianos provistos para ser utilizados en iglesias, escuelas, centros de Teen Challenge, y en ministerios similares que trabajan con recién conversos. Hay un manual del maestro, un manual del alumno, un guía de estudio y un examen también disponibles para este curso. Para más información sobre estos cursos, o para ordenar copias adicionales, comuníquese con:



Publicado por RDM ©2005
1722 S. Glenstone, W #163
Springfield, MO 65804 EE.UU.
Teléfono: (417) 881-4698 Fax: (417) 881-1037
Página WEB: www.RDMLit.org
Correo electrónico: RDMLit@rdmlit.org



***Estudios de Grupos
para Nuevos Cristianos***

Nombre _____

El amor y la aceptación propia

Clase _____

Proyecto 1

Fecha _____

1 Corintios 13:4

Primera a los Corintios 13:4-8 nos dice qué es el amor. Nos habla del tipo de amor que Dios da (amor ágape). En el Proyecto 1 hablaremos de las características del amor mencionadas en el versículo cuatro.

Parte 1 Debajo de cada característica del amor (A) explique lo que cada una **significa** para usted (escriba una definición). En la parte (B) escriba su meta personal diciendo cómo podría **aplicar** esto en su vida **ahora**. (Dé un ejemplo.)

1. El amor es sufrido

A. Definición: Esto significa aprender a tener paciencia. Debo aprender a soportar sin quejarme de los problemas o las cosas que me molestan. Permanecer calmado y ser comprensivo cuando me encuentro en situaciones difíciles. Terminar lo que comienzo.

B. Meta personal: Tendré más paciencia con mi compañero de cuarto, especialmente cuando tire su ropa sucia sobre mi cama. Puedo mostrar paciencia permaneciendo calmado y sin quejarme cuando tire su ropa sobre mi cama esta noche.

2. El amor es benigno

A. Definición _____

B. Meta personal _____

3. El amor no tiene envidia

A. Definición _____

B. Meta personal _____

El amor y la aceptación propia

Proyecto 1, página 2

4. El amor no es jactancioso

A. Definición _____

B. Meta personal _____

5. El amor no se envanece

A. Definición _____

B. Meta personal _____

Parte 2

1. ¿Cuál de estas características del amor es para usted la más difícil de poner en práctica?

2. ¿Por qué? (Sea específico.)

Nombre _____

El amor y la aceptación propia

Clase _____

Proyecto 2

Fecha _____

1 Corintios 13:5, 6

Primera a los Corintios 13:4-8 nos dice qué es el amor. Nos habla del tipo de amor que Dios da (amor ágape). En el Proyecto 2 hablaremos de las características del amor mencionadas en los versículos 5 y 6.

Parte 1 Debajo de cada característica del amor (A) explique lo que cada una **significa** para usted (escriba una definición). En la parte (B) escriba su meta personal diciendo cómo podría **aplicar** esto en su vida **ahora**. (Dé un ejemplo.)

6. El amor no hace nada indebido

A. Definición _____

B. Meta personal _____

7. El amor no busca lo suyo

A. Definición _____

B. Meta personal _____

8. El amor no se irrita

A. Definición _____

B. Meta personal _____

El amor y la aceptación propia

Proyecto 2, página 2

9. El amor no guarda rencor

A. Definición _____

B. Meta personal _____

10. El amor no se goza de la injusticia

A. Definición _____

B. Meta personal _____

11. El amor se goza de la verdad

A. Definición _____

B. Meta personal _____

Parte 2

1. ¿Cuál de estas características del amor es para usted la más difícil de poner en práctica?

2. ¿Por qué? (Sea específico.)

Nombre _____

El amor y la aceptación propia

Clase _____

Proyecto 3

Fecha _____

1 Corintios 13:7,8

Primera a los Corintios 13:4-8 nos dice qué es el amor. Nos habla del tipo de amor que Dios da (amor ágape). En el Proyecto 3 hablaremos de las características del amor mencionadas en los versículos 7 y 8.

Parte 1 Debajo de cada característica del amor (A) explique lo que cada una **significa** para usted (escriba una definición). En la parte (B) escriba su meta personal diciendo cómo podría **aplicar** esto en su vida **ahora**. (Dé un ejemplo.)

12. El amor todo lo sufre

A. Definición _____

B. Meta personal _____

13. El amor todo lo cree

A. Definición _____

B. Meta personal _____

14. El amor todo lo espera

A. Definición _____

B. Meta personal _____

El amor y la aceptación propia

Proyecto 3, página 2

15. El amor todo lo soporta

A. Definición _____

B. Meta personal _____

16. El amor nunca deja de ser

A. Definición _____

B. Meta personal _____

Parte 2

1. ¿Cuál de estas características del amor es para usted la más difícil de poner en práctica?

2. ¿Por qué? (Sea específico.)

Nombre _____

El amor y la aceptación propia

Clase _____

Proyecto 4

Fecha _____

Una mirada introspectiva

Instrucciones

Antes de comenzar este proyecto, espere las instrucciones de su maestro. Este le pedirá que lo complete durante una de las sesiones.

1. Mírese bien en el espejo.

2. Hágase la siguiente pregunta:

“Si tuviera la facultad de cambiar algo de mi apariencia, ¿usaría esta facultad?”

3. Si su respuesta a la pregunta #2 es “sí”, ¿qué cambiaría?

Si su respuesta a la pregunta #2 es “no”, brevemente explique por qué.

4. Escriba el nombre de su papá y el de su mamá.

Papá _____

Mamá _____

5. Escriba el nombre de la ciudad y el estado (departamento o provincia) en los que creció.

Ciudad _____

Estado (departamento o provincia) _____

6. Describa en una o dos oraciones el tipo de ambiente en el que creció, (ghetto, granja, suburbio, vecindario pobre o rico, etcétera)

El amor y la aceptación propia

Proyecto 4, página 2

7. Haga una lista de las cosas que puede hacer con facilidad, las cosas que le gusta hacer, sus capacidades, talentos, etcétera.

Nombre _____

El amor y la aceptación propia

Clase _____

Proyecto 5

Fecha _____

Cómo mostrar amor ágape

Instrucciones

El amor—el amor ágape—implica acción. En Lucas 6:27-38 se mencionan formas de poner en práctica el amor en nuestra vida. En la pregunta 1 se le pide que mencione las cosas que hará si en realidad ama. En la pregunta 2 se le pide que mencione las cosas que no hará si en realidad ama.

No confunda estas dos preguntas. Escriba el número del versículo del que toma la respuesta. Tome sus respuestas directamente de estos versículos. No invente sus propias respuestas. No cambie las declaraciones positivas de estos versículos. No invente sus propias respuestas. No cambie las declaraciones positivas de estos versículos por declaraciones negativas, ni cambie las declaraciones negativas por declaraciones positivas.

1. Mencione las cosas que hará si realmente ama.

1. v. _____
2. v. _____
3. v. _____
4. v. _____
5. v. _____
6. v. _____
7. v. _____
8. v. _____

2. Mencione las cosas que no hará si realmente ama. (No invente cosas negativas.)

1. v. _____
2. v. _____
3. v. _____

3. Lea sus respuestas de las preguntas #1 y #2. ¿Cuál de estas situaciones ha enfrentado en las últimas semanas?

El amor y la aceptación propia

Proyecto 5, página 2

4. Lea sus respuestas de las preguntas #1 y #2.

A. ¿Cuál de estas 11 cosas es para usted la más difícil de hacer?

B. ¿Por qué?

5. ¿Cuál será su recompensa por amar a sus enemigos? Lucas 6:35

6. Lea Lucas 6:38. Escriba su propia paráfrasis o traducción de este versículo. (Escríbalo con sus propias palabras.)

Nombre _____

El amor y la aceptación propia

Clase _____

Proyecto 6

Fecha _____

Sanando viejos recuerdos

Muchas veces nuestros recuerdos afectan la forma en que pensamos de nosotros mismos. Las heridas, los enojos, o el temor pueden ser un verdadero problema mientras se vive con esos recuerdos. Su maestro le dará más instrucciones sobre cómo usar este proyecto.

Este proyecto es una guía de cómo orar sobre experiencias pasadas que aún puedan estar afectándolo. Estudie esta lista, y si alguna de las ideas se aplica a su vida, inclúyala en la oración sugerida en (A). En la oración (B) puede expresar a Dios cómo se siente respecto a la situación (enojo, temor, amargura, etcétera). El tercer espacio en blanco (C) es para incluir el nombre de la otra persona (o personas) que tiene (o tienen) que ver con esa experiencia pasada.

Oración Querido Padre, en el nombre de tu Hijo Jesús, te pido que sanes la herida y los recuerdos de (A) _____ y sana mis sentimientos y emociones de (B) _____ y ayúdame a perdonar a (C) _____ que me hirió, y/o ayúdame a perdonarme a mí mismo.

1. No fui un hijo deseado.
2. Nunca me sentí aceptado como miembro de mi familia.
3. Uno de mis padres murió, por enfermedad o por accidente.
4. Perdí a un hermano o una hermana por enfermedad o por accidente.
5. Tuve un accidente o a una enfermedad que me causó la pérdida de mis miembros o me dejó cicatrices.
6. Yo era pobre y nunca tuve lo mismo que otros niños, especialmente juguetes, ropa, u hogar.
7. Mi padre y mi madre trabajaban, y me sentí descuidado; nunca tenían tiempo para mí.
8. Ruptura matrimonial, heridas provocadas por mi cónyuge, peleas físicas, alcoholismo, drogas, relaciones con otras personas, nunca pude confiar en mi cónyuge.
9. Culpabilidad por algo que hice a alguien en mi pasado y nunca me sentí perdonado.
10. Nunca sentí que mi madre, ni mi padre, ni los demás miembros de mi familia me escuchaban.
11. Me daban cosas materiales para compensar la falta de amor y atención.
12. Mis padres me entregaron en adopción cuando era un niño.
13. Mis padres se casaron con otras personas y nunca me sentí aceptado por mi padrastro o madrastra, (o) yo nunca los acepté a ellos.
14. Nunca he podido hacer frente a despedidas porque cuando era pequeño nunca nadie se tomó el tiempo de decirme adiós, o nunca hubo tiempo para decir adiós a alguien que moría.
15. Me dijeron que yo fui un accidente, que mis padres nunca planearon tenerme.

El amor y la aceptación propia

Proyecto 6, página 2

16. Mi padre y/o mi madre eran alcohólicos, y todo lo que recuerdo es que no había comida sobre la mesa; sólo peleas y bebidas.
17. Nunca me sentí muy importante para mi familia ni para nadie más.
18. Fui el objeto sexual de alguien: mi madre, mi padre, mi hermana, mi hermano, o alguna otra persona.
(o) Yo usé sexualmente a otra persona.
19. Mis compañeros de escuela y mis amigos se burlaban de mí. Nunca me sentí aceptado, amado, ni necesitado por ellos.
20. Recuerdo haberme enojado tanto y haber golpeado a alguien de mi familia o a un amigo.
21. Nunca sentí seguridad en mi hogar, porque mis padres eran ambos muy inseguros.
22. No había demostraciones físicas de amor en mi casa. Mi padre y mi madre jamás me abrazaban ni me decían que me amaban.
23. Mi madre (o mi padre) nunca me dijo que me amaba. Todo lo que yo deseaba escuchar era que ella (o él) me dijera que me amaba.
24. Mi madre y mi padre eran muy agresivos. Me gritaban y me golpeaban. Recuerdo muchas peleas.
25. Las heridas se sentía en la Navidad, o en otros días festivos, en los que mis necesidades no eran satisfechas.
26. Separación: del vientre de mi madre, la familia, la escuela, los amigos, el vecindario, etcétera.
27. Entrada constante a diferentes situaciones, como hogares temporales, cárceles, reformatorios; diferentes personas me cuidaban.
28. Ruptura matrimonial de mis padres, la separación, o el divorcio; lo que me causó heridas.
29. Abuso físico y/o mental; abuso sexual.
30. Mencione cualquier otra herida que haya tenido y que necesite ser sanada.

Este proyecto es una adaptación de parte del material del libro *I Love You, But Not Your Behavior*, por Lynn Elder. Usado con permiso.

Lista de tareas

Curso El amor y la aceptación propia

Pruebas	Versículos para memorizar	Fecha
1	_____	_____
2	_____	_____
3	_____	_____

Proyectos	Fecha de entrega
1	_____
2	_____
3	_____
4	_____
5	_____
6	_____

Examen Fecha _____