

Fortalezas y Oportunidades en el Matrimonio

TC010 Tiempo de Conexión: Oración, Biblia, Tema, En Pareja

Oren antes de empezar.

FODA Matrimonial

Fortalezas – Oportunidades – Debilidades – Amenazas

(Guía de reflexión y análisis para parejas)

Introducción

En el matrimonio, como en cualquier proyecto de vida, es útil detenerse a evaluar la situación actual. El análisis FODA es una herramienta sencilla pero poderosa que nos permite identificar lo que hacemos bien, dónde podemos mejorar, qué oportunidades podemos aprovechar y qué peligros debemos prevenir.

Cuando una pareja realiza este análisis de manera honesta y abierta, fortalece su comunicación, alinea sus objetivos y protege su relación.

“Mejores son dos que uno; porque tienen mejor paga de su trabajo. Porque si cayeren, el uno levantará a su compañero.” (Eclesiastés 4:9-10 NTV)

1. Fortalezas

Definición: Son las cualidades, recursos, habilidades y hábitos positivos que fortalecen la relación matrimonial. Pueden ser espirituales, emocionales, comunicacionales, financieras, familiares, etc.

Ejemplos:

- Fe compartida y vida de oración.
- Buena comunicación y escucha activa.
- Capacidad de perdonar y resolver conflictos.
- Apoyo mutuo en metas personales.

“Uno puede ser atacado y vencido, pero dos pueden ponerse de espalda con espalda y conquistar. ¡Tres son aún mejor, porque una cuerda triple no se rompe fácilmente!” (Eclesiastés 4:12 NTV)

Preguntas para reflexionar:

1. ¿Cuáles son nuestras tres mayores fortalezas como matrimonio?
2. ¿Qué hábitos diarios nos ayudan a mantenernos unidos?
3. ¿Qué valores compartimos que nos dan estabilidad?
4. ¿En qué área nos sentimos más sólidos como equipo?

2. Oportunidades

Definición: Son situaciones externas o circunstancias favorables que, si las aprovechamos, pueden hacer crecer y enriquecer nuestro matrimonio.

Ejemplos:

- Cursos, talleres o retiros para parejas.
- Crecer en un ministerio juntos.
- Proyectos financieros o laborales que nos permitan más tiempo juntos.
- Amistades y relaciones que edifican.

“Así que animémonos unos a otros y edificuémonos unos a otros, tal como ya lo hacen.” 1 Tesalonicenses 5:11
NTV

Preguntas para reflexionar:

1. ¿Qué oportunidades tenemos en este momento para fortalecer nuestra relación?
2. ¿Hay alguna actividad nueva que podamos empezar juntos?
3. ¿Qué oportunidades nos ofrece nuestra comunidad, iglesia o entorno social?
4. ¿Qué habilidades o talentos podemos desarrollar como pareja?

3. Debilidades

Definición: Son aspectos internos que limitan o afectan negativamente la relación. Pueden ser actitudes, hábitos, heridas emocionales o áreas de inmadurez.

Ejemplos:

- Comunicación deficiente o evasiva.
- Falta de tiempo de calidad.
- Dificultad para manejar el dinero.
- Orgullo o dificultad para pedir perdón.

“Examínense para ver si su fe es genuina. Pruébense a sí mismos.” (2 Corintios 13:5 NTV)

Preguntas para reflexionar:

1. ¿Qué actitudes o hábitos están debilitando nuestra relación?
2. ¿En qué áreas necesitamos más disciplina y compromiso?
3. ¿Qué debilidad hemos ignorado y ahora es urgente atender?
4. ¿Qué situaciones repetitivas nos generan conflicto?

4. Amenazas

Definición: Son factores externos que pueden dañar el matrimonio si no se identifican y se manejan a tiempo. Pueden venir de personas, entornos, tentaciones o circunstancias.

Ejemplos:

- Relaciones con personas que no respetan los límites de la pareja.
- Estrés laboral y sobrecarga de responsabilidades.
- Falta de tiempo en familia por compromisos externos.
- Influencia de contenidos o ambientes contrarios a los valores bíblicos.

“Estén alerta. Cuídense de su gran enemigo, el diablo, porque anda al acecho como un león rugiente, buscando a quién devorar.” (1 Pedro 5:8 NTV)

Preguntas para reflexionar:

1. ¿Qué factores externos podrían afectar nuestra relación si no tenemos cuidado?
2. ¿Hay personas o ambientes que están debilitando nuestra unión?
3. ¿Cómo estamos protegiendo nuestra relación de influencias negativas?
4. ¿Qué límites necesitamos reforzar?

Dinámica de pareja:

1. En la Tabla FODA con cuatro cuadrantes: Fortalezas – Oportunidades – Debilidades – Amenazas.
2. Escriban sus respuestas como pareja.
3. Platiquen y reflexionen puntos, buscando acuerdos y planes en común de mejora.
4. Oren juntos pidiendo dirección y fortaleza para trabajar en cada área.

Tabla FODA

FORTALEZAS (positivas -internas)	OPORTUNIDADES (positivas-externas)
DEBILIDADES (negativas-internas)	AMENAZAS (negativas-externas)

Plan de Acción

- Fortalezas: Decidan cómo mantenerlas y potenciarlas.

*

*

- Oportunidades: Elijan una para empezar a trabajarla en la próxima semana.

*

*

- Debilidades: Seleccionen una para mejorar y definan pasos concretos.

*

*

- Amenazas: Identifiquen cómo reducir o eliminar su impacto.

*

Terminen este tiempo Orando.