



Mi Nombre: _____

Fecha: _____

Seminario – Nivel 1 – La Familia

Sesión 4 – Fortaleciendo la comunicación en la familia¹

Texto Clave: “Porque por tus palabras serás justificado, y por tus palabras serás condenado.” Mateo 12:37

INTRODUCCIÓN

Aunque estamos viviendo en la era de las comunicaciones, el problema número uno en la mayoría de los hogares es la falta de una excelente _____.

Salomón dijo:

Con sabiduría se edificará la casa... (Proverbios 24:3)

Es imprescindible que dentro del seno familiar exista una buena comunicación, pues sin ella es imposible construir un buen _____.

La torre de Babel quedó inconclusa y tuvo que ser abandonada porque nadie podía entender el _____ de su compañero.

A. Definición de comunicar

Comunicar. Dar o intercambiar _____, sentimientos, información o cosas semejantes por escrito, de palabra, por señales, símbolos, etc.

Se puede describir como un proceso (_____ o no-verbal) mediante el cual se comparte información con otra persona de tal forma que el otro comprende lo que uno expresa. En el proceso de la comunicación están implicados el **hablar**, el **escuchar** y el _____.

¿Existe la no-comunicación entre dos personas que están juntas? _____, porque incluso el hecho de quedarse callado _____ algo.

Fíjate en que la comunicación tampoco es exclusivamente verbal.

¹ Basado en las series “Doctrina “ y “Seminario” de Cesar Castellanos.



Notad que el ___% de lo comunicamos es a través de los elementos afectivos y a menudo inconscientes.

En cambio, las palabras en sí solamente componen el ___% de la comunicación.

B. Fundamentos de la Comunicación

Las personas que han aprendido a relacionarse bien con otras, son las que han podido impactar en la sociedad actual y la influencia de ellos ha afectado el _____ y bienestar de muchos.

Es fundamental que el comunicador sea: Claro, conciso, preciso y ungido.

1. _____

El comunicador debe entender que con su mensaje entra a competir con la _____. Debe tener muchos recursos para que pueda presentar gráficamente su mensaje, con tal seguridad que las personas no tengan ni la menor duda para entrar a divagar o cuestionar sobre el tema hablado.

Esta es una razón por la cual Jesús a menudo habló con _____. Su mensaje fue tan claro que los evangelistas al reproducirlo en sus libros, relataron todos lo mismo.

2. _____

No es la cantidad, sino la _____ de las palabras, lo que puede transformar vidas. Las palabras de Jesús fueron pocas, porque Él se limitó a hablar solamente lo necesario; cada palabra que salía de Su boca estaba cargada de _____, de tal forma que incluso paró las fuerzas de la naturaleza con la autoridad de Su Palabra.

Pedro, en la casa de Cornelio, empezó su predicación y lo hizo por _____ minutos. El Espíritu le interrumpió, cayendo sobre todos los que oían el mensaje, para llenarles de Su presencia. El mensaje de Pedro era _____ lo que ellos necesitaban oír para que el propósito de Dios se cumpliera.

Cornelio explica a Pedro la razón de su invitación:

Así que luego envié por ti; y tú has hecho bien en venir. Ahora, pues, todos nosotros estamos aquí en la presencia de Dios, para oír todo lo que Dios te ha mandado.

Entonces Pedro, abriendo la boca, dijo: En verdad comprendo que Dios no hace acepción de personas, sino que en toda nación se agrada del que le teme y hace justicia...

Mientras Pedro aún hablaba estas palabras, el Espíritu cayó sobre todos los que escuchaban el mensaje. (Hechos 10:33-35,44)

3. _____

Evita las _____, aprovecha muy bien cada segundo que Dios te da para compartir con otras personas. Posiblemente, esa sea la única oportunidad que tengas, y si puedes discernir la situación, podrás tener la palabra efectiva que pueda suplir la necesidad de los oyentes.

Salomón dijo: “¡Qué buena es la palabra dicha a su tiempo!”

Pablo le aconseja a Timoteo que sea diestro en el manejo de la palabra, como lo es el soldado en el manejo de las _____:

Tú, pues, hijo mío, esfuérzate en la gracia que es en Cristo Jesús.

Lo que has oído de mí ante muchos testigos, esto encarga a hombres fieles que sean idóneos para enseñar también a otros.

Tú, pues, sufre penalidades como buen soldado de Jesucristo. (2 Timoteo 2:1-3)

4. _____

Jesús dijo que la razón de Su efectividad como comunicador era la _____ del Espíritu Santo:

El Espíritu del Señor está sobre Mí,

Por cuanto me a ungido para dar buenas nuevas a los pobres... (Lucas 4:18)

La unción viene como resultado de nuestra _____ con Dios.

Es nuestro deber traer la _____ de Dios donde quiera que nos encontremos, pues los ojos de Dios están puestos sobre los justos de la tierra y sus oídos están atentos al clamor de ellos.

C. Hacia una buena comunicación

- **Habla en el _____ oportuno:** “El hombre se alegra con la respuesta de su boca; y la palabra dicha a su tiempo, ¡cuán buena es!” Proverbios 15:23.

Sabemos que:

“todo tiene su tiempo y todo lo que se quiere bajo el cielo tiene su hora.”

Eclesiastés 3:1

- **Habla, no _____.** *“La blanda respuesta quita la ira; mas la palabra áspera hace subir el furor. La lengua de los sabios adornará la sabiduría; mas la boca de los necios hablará sandeces.” Proverbios 15:1-2*

“Mejor es el que tarda en airarse que el fuerte. Y el que se enseñoorea de su espíritu que el que toma una ciudad.” Proverbios 16:32

Difícilmente se podrá llegar a un acuerdo cuando los dos gritan, se ofenden con palabras y no controlan su carácter.

- **Piensa para hablar y no _____ para pensar.** *“El corazón del justo piensa para responder; mas la boca de los impíos derrama malas cosas.” Proverbios 15:28*

Si las parejas pusieran en práctica esta regla, se evitarían muchos malos entendidos dentro del matrimonio.

- **Desata _____ a través de tus palabras.** *“La lengua del sabio es árbol de vida; mas la perversidad de ella es quebrantamiento de espíritu”. Proverbios 15:4*

En una gran mayoría de hogares han permitido que predomine un lenguaje cargado de _____, donde resaltan más los defectos que las cualidades de cada miembro del hogar, causando así muchas heridas.

- **Habla con _____, amabilidad y respeto.** *“La boca de los sabios esparce sabiduría; no así el corazón de los necios”. Proverbios 15:7*

Es fundamental dentro del matrimonio hablar palabras que edifiquen, que den ánimo y motiven en todo. _____ siempre las cualidades de tu pareja y trátele como a ti te gustaría que te trataran.

- **Habla con _____:** *“El sabio de corazón es llamado prudente y la dulzura de labios aumenta el saber. El corazón sabio hace prudente su boca y añade gracia a sus labios.” Proverbios 16:21, 23*

Que siempre tus palabras sean de apoyo y consuelo a tu cónyuge, y que éste siempre pueda contar contigo; sé una _____ para tu cónyuge y no una carga.

- **Que tus palabras sean dulzura y _____:** *“Panal de miel son los dichos suaves; suavidad al alma y medicina para los huesos.” Proverbios 16:24*

Tus palabras o le alegrarán la vida a tu cónyuge, o se la amargarán; le sanarán o le enfermarán; le motivarán o le desalentarán. ____ decides la clase de hogar que deseas tener.

D. ¿Quiénes es el responsable de la buena comunicación?

Si tú quieres transmitir un mensaje a alguien, y él lo malentiende, ¿quién tiene la culpa?

¿Quién es el responsable de que la comunicación sea correcta? ¿El transmisor o el receptor? ¿El que habla, o el que escucha?

El máximo responsable siempre es el _____, la persona que quiere transmitir el mensaje. Tiene la obligación de asegurarse que el otro le ha entendido bien. Sin embargo, el _____ también debe poner de su parte para aclarar cualquier duda.

¿Cuál es la mejor forma de asegurar que te hayan entendido bien? El _____ - _____ (retroalimentación): preguntar al receptor _____ es lo que ha entendido.

Ejemplos de pedir feed-back:

- “¿Me estás entendiendo?”
- “¿Tiene sentido lo que estoy diciendo?”
- “¡Ayúdame! ¿Qué intento decir?”
- “No sé si me he expresado bien. ¿Cómo has entendido tú lo que acabo de decir?”

E. Comprender a 2 niveles: contenido y sentimientos.

Como dijimos en n/ definición, el proceso de comunicación consiste en 3 pasos: hablar, escuchar y _____.

También dijimos que la comunicación es parte _____ (palabras) y parte no-verbal (lenguaje corporal y _____ de voz).

Por lo tanto, a la hora de comprender lo que la otra persona nos está comunicando, tenemos que captar tanto su mensaje verbal como su mensaje ____ - _____.

En otras palabras, debemos comprenderle en 2 niveles: el _____ y los _____.

Hombres tienden a enfocarse más en el _____ (palabras), y mujeres más en los _____ (parte no-verbal).

Maridos: ¡No se pueden solucionar sentimientos malos con _____
buenos!

Solamente se pueden aliviar sentimientos malos con sentimientos buenos.

Es decir, primero _____ y empatiza con los sentimientos, y luego, si necesario, puedes dar algún consejo.

Mujeres: Muchos hombres _____ saben captar mensajes no-verbales.

Es decir, si no les dices claramente lo que quieres, ¡no lo _____ nunca!

Además de intentar comprender los mensajes que nos transmitan tanto a nivel de contenido como a nivel de sentimientos, los mejores comunicadores también dan _____ - _____ en ambos niveles.

Es decir, devuelven al emisor tanto un _____ del contenido del mensaje como un resumen de los _____ que lo acompañaron.

Ejemplos de dar feed-back:

- “A ver si te entiendo bien. Lo que me estás diciendo es...”
- “¿Te estoy escuchando bien? Estás enfadado (frustrado, dolido, ansioso, etc.) porque...”

F. Evaluación personal:²

Intenta ser lo más objetivo posible y valórate a ti mismo en las siguientes áreas de la siguiente manera:

- 1 = nunca
- 2 = raras veces
- 3 = de vez en cuando
- 4 = frecuentemente
- 5 = normalmente
- 6 = siempre

Nº	Área	Valoración
1	Saco tiempo para estar a solas con mis seres queridos.	
2	Presto mucha atención a lo que dicen.	
3	Hago sentir importante al que me está hablando.	
4	Le miro a los ojos cuando me habla.	
5	Me esfuerzo más por entender que por corregir o aconsejar.	
6	<i>Converso</i> con mi ser querido más que sólo hablarle yo.	
7	Le dejo terminar sus frases.	
8	Paro, y dejo oportunidad para que me contesten.	
9	Comparto mi corazón: sueños, sentimientos, opiniones, etc.	

² Adaptado del libro *Frankly Speaking* del Dr. Wilfred Kent.

10	Realmente me intereso por la persona que me habla.	
11	Evito las reacciones explosivas.	
12	Ayudo a que n/ tiempo juntos sea feliz.	
13	He desarrollado intereses similares a los de mi ser querido.	
14	Intento ser positivo y animador.	
15	Hago feliz a los que me escuchan.	
16	Intento compartir ideas frescas.	
17	Me importan los sentimientos del otro.	
18	Me acuerdo de sus días especiales y de otros detalles.	
19	Prefiero el bienestar del otro.	
20	Sé encajar una crítica con gracia.	
21	Cuando el otro tiene una opinión distinta, lo veo como una oportunidad de aprender algo nuevo.	
22	Mi conversación agrada a Jesús.	

Valoración:

- Si tienes un 1 ó 2 en cualquier área, tienes un problema grave. Habla con tu líder o mentor.
- Si tienes algún 3, tu relación corre peligro. Así que, ¡espábilate!
- Si tienes un 6 en cualquier área, no eres realista. Nadie *siempre* hace las cosas bien.
- Si tienes 4 ó 5 en cada área, ¡ya estás en camino de ser muy buen comunicador!

E. CONCLUSIÓN

Para llegar a un buen nivel de comunicación, debemos ser _____, concisos, precisos y _____, entendiendo que todo lo que comuniquemos sea para _____, motivar y apoyar. La buena comunicación es una gran herramienta para reducir los conflictos y para mejorar las relaciones familiares.

F. APLICACIÓN

Revisa las palabras con las cuales te estás dirigiendo a las personas que amas, y cambia la manera de dirigirte a las personas con las que no tienes una buena comunicación.

¿Estás dando feed-back en ambos niveles de comunicación?

¿Cuáles son los áreas de la evaluación personal que necesitas fortalecer?

REPASO DE LA LECCIÓN
(Comunicación en la familia)

Mi Nombre: _____

Fecha: _____

1. Defina la palabra comunicación

2. ¿Cuáles son los 3 pasos del proceso de la comunicación?

- a. _____
- b. _____
- c. _____

3. ¿Existe la no-comunicación? ¿Por qué sí/no?

4. Ordena los siguientes elementos de comunicación en orden de importancia:
palabras, lenguaje corporal, tono de voz.

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____

5. ¿Cuáles son los 4 fundamentos de una buena comunicación

- a) _____
- b) _____
- c) _____
- d) _____

6. Anota 4 de los principios que nos llevarán hacia una buena comunicación:

- a) _____
- b) _____
- c) _____
- d) _____

7. ¿Quién es el responsable de que el receptor entienda bien el mensaje? ¿El emisor o el receptor?

8. ¿Qué es el “feed-back” y por qué es importante para la comunicación?

9. Para ser buenos comunicadores, debemos aprender a comprender al otro en dos niveles. ¿Cuáles son?

- a) _____
b) _____

10. ¿Cuál es el texto bíblico que más te inspira a mejorar en tus áreas débiles de comunicación (según tu evaluación personal)? Escribe el texto completo e indica la referencia.
