



Redescubriendo mi Personalidad

1. Oración y Bienvenida.

2. Objetivo:

Que cada uno podamos redescubrir nuestra personalidad y los efectos que causa en nosotros como pareja y en los demás cuando la exageramos.

3. Leer Textual.

El concepto clave de esta charla será el mirarnos interiormente con honestidad, responsabilidad y redescubrir quien soy Yo con mis cualidades y defectos.

4. (En total 10 min. para las parejas para realizar el ejercicio).

Entregar y explicar el ejercicio de las 4 personalidades y leer textualmente alternándose E y E. (Llevar suficientes copias del ejercicio de las 4 personalidades para las parejas)

5. Desarrollar: (E/E 2 min. c/u)

El Sábado por la mañana al escuchar la charla de Encuentro Conmigo, ¿qué sucedió en mí?, ¿qué pensé y como reaccioné, logre aceptar mi personalidad o me hubiera gustado tener otra?

6. Desarrollar: (E/E 2 min. c/u)

Ahora que ya estoy consciente de mi personalidad, cómo afecta nuestra relación, comparte dos ejemplos concretos, uno positivo y otro negativo y sus efectos de cada uno. Por ejemplo cuando exagero mi personalidad de servicial tiendo a enfocarme en ayudar a otros y me olvido de las necesidades de mi pareja.

Por ejemplo el otro día... y comparte como esta exageración afectó su relación. Por ejemplo: hubo frialdad y distanciamiento, etc.

Y en el ejemplo positivo también enfócate en tus actitudes y los efectos que esto trae a su relación.

7. Compartir: (E/E 2 min. c/u)

Comparte como has llegado al júbilo al estar tratando de moderar las actitudes exageradas de tu personalidad logrando así una mejor relación de pareja, describe la felicidad que experimentas.

8. Diálogo 10 + 10:

¿Qué actitudes de mi personalidad he podido moderar y qué pienso que me hace falta por mejorar? ¿CMSADE?

9. Compartir Abierto:

Sobre la misma pregunta del diálogo.

Pilar Comunidad Sección XIV – USA

Febrero 2005