¡Venga tu Reino!

Tercer principio

HUYAN DEL PERFECCIONISMO

Dinámica grupal

1.- DEFINICIÓN:

Se trata de dejar y tomar actitudes en un bazar imaginario.

2.- OBJETIVO:

Profundizar en el conocimiento personal y descubrir lo que los une como pareja.

3.- MATERIAL:

Un pintarrón o una cartulina grande. Plumones. Tarjetas blancas.

4.- DESARROLLO:

La persona que anima el juego dice:

“Imaginen que nos encontramos en un gran bazar donde hay de todo. Este bazar es mágico y especial, cada uno/a puede llevar las actitudes que desea tener para que su matrimonio sea ideal y, a cambio, puede dejar la que menos le gusta de sí mismo/a y que le impide que su matrimonio sea feliz. Sólo se puede entrar una vez para dejar una cosa y otra para coger otra”.

Cada persona escribe en una tarjeta lo que dejaría y en otra lo que se llevaría.

El pintarrón se divide en dos partes “LLEVAR” y “DEJAR” y cada persona pega sus tarjetas donde corresponda.

5.- EVALUACIÓN:

- Analizar si las actitudes que están en “Dejar” se relacionan con los frutos negativos que produce el perfeccionismo: *Autosuficiencia, Indiferencia, Depresión*.
- Y si los que están en la columna de “Llevar” les ayudarían a conseguir los frutos de la humildad: *Perdón, Buscar lo que les una, Seguir enamorados*.
- ¿Por qué es tan difícil dejar esas actitudes y tomar las otras?
- ¿En qué se pueden ayudar como pareja para lograrlo?
- ¿Serían mejor matrimonio si logran esto?

6.- REFLEXIÓN:

Cargar con el monstruo de la perfección a costas en insufrible, porque hay una verdad: nadie es perfecto. Pero lo bueno de esto es que al no ser perfectos estamos en mejora constante y eso pone un reto diario.

«Mejorar es cambiar, ser perfecto es cambiar a menudo.» Sir Winston Churchill

Hay una película que llama mi atención y rompe con el estándar de la perfección, esta se llama *Extraordinario*. Trata de un niño que tiene una deformidad en la cara y del amor de sus padres al amar lo perfecto de lo imperfecto de su hijo.

Los invito a que, en pareja o en grupo de parejas, la vean y al final conversen sobre ella. ¡Cuánto podemos aprender!

Pueden encontrar el tráiler aquí: <https://www.youtube.com/watch?v=d03Ib0rdcE4>