



Consejos para Salvar la Relación de Matrimonio

No todas las relaciones atraviesan momentos difíciles, pero cuando lo hacen, es importante saber que hay herramientas para superar los desafíos.



Comunícate Abiertamente

Habla con honestidad

Exprésate con sinceridad y transparencia, sin miedo a ser vulnerable.

Escucha activamente

Escucha con atención y respeto a las necesidades de tu pareja.
Ponerte en su lugar.



Reconstruye la Confianza

1

Mantén tu palabra

Cumple con tus promesas para demostrar que eres confiable.

2

Sé honesto

La honestidad es fundamental para una relación sana. No escondas información.

3

Perdona y olvida

Dejar atrás las acciones del pasado para avanzar juntos.

Fortalece la Intimidad Emocional

1

Comparte emociones

Habla sobre tus sentimientos, incluyendo las emociones difíciles.

2

Apoya a tu pareja

Brinda apoyo incondicional y comprensión en los momentos difíciles.

3

Conecta en un nivel más profundo

Comparte sueños, metas y miedos. Crea momentos especiales.

Diversión y Excitación

Nuevos Pasatiempos

Prueba actividades nuevas juntos para mantener la chispa.

Planea Escapadas

Viajes cortos o fines de semana pueden revitalizar la relación.

Momentos Románticos

Asegúrate de reservar tiempo para conectar y expresar amor.



Resolución de Conflictos



Dialogo

Habla abiertamente y con respeto sobre los problemas.



Compromiso

Busca soluciones que beneficien a ambos. No se trata de ganar o perder.



Soluciones

Trabaja en conjunto para encontrar soluciones creativas prácticas.

Compromiso a Largo Plazo

1

Prioridad

Considera la relación como una prioridad en tu vida.

2

Paciencia

Reconocer que las relaciones requieren tiempo y esfuerzo.

3

Compromiso

Asumir la responsabilidad de tu parte en la relación.





Identifica los Problemas Subyacentes

Comunicación

¿Hay problemas de comunicación que estén creando tensión?

1

Confianza

¿Han habido situaciones que hayan afectado la confianza?

2

Intimidad

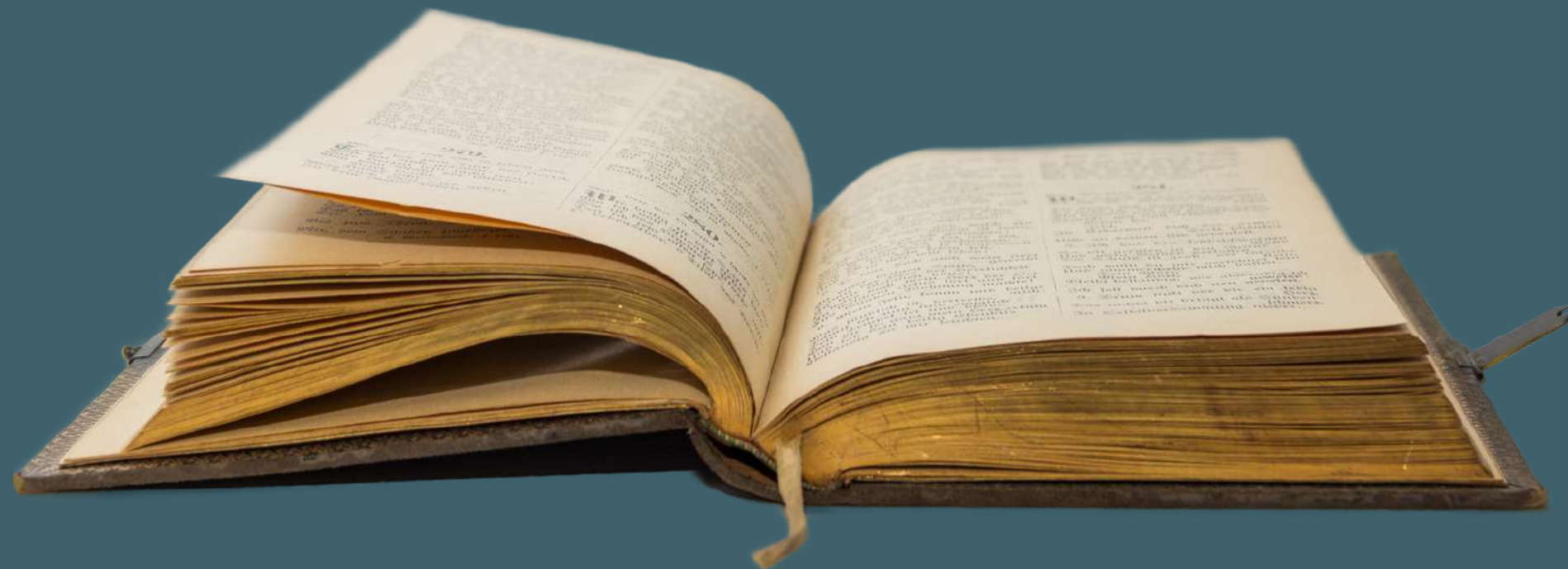
¿Hay dificultades en la intimidad emocional o física?

3

Valores

¿Hay diferencias en valores o metas que causen conflicto?

4



“Y SOBRE TODAS ESTAS COSAS VESTÍOS DE AMOR, QUE ES EL VÍNCULO PERFECTO.”

Colosenses 3:14 RVR1960

