

Nutriendo un carácter para la eternidad

Un seminario creado por Karen Holford
TED Family Ministries

Traducido y editado por MIAF+ para la Unión Adventista Española



Los puntos fuertes del carácter son:

- Formas positivas de pensar, hablar y actuar que nos dan energía y nos ayudan a disfrutar de mejor salud, vida y relaciones.
- Cualidades personales que nos ayudan a nosotros y a nuestros hijos a prosperar.
- Podemos elegir desarrollar y hacer crecer nuestro carácter a lo largo de toda nuestra vida.
- Podemos fomentar estos rasgos en nuestros hijos desde una edad temprana.





Los puntos fuertes del carácter son cualidades duraderas y fundamentales que nos describen en nuestro mejor momento.

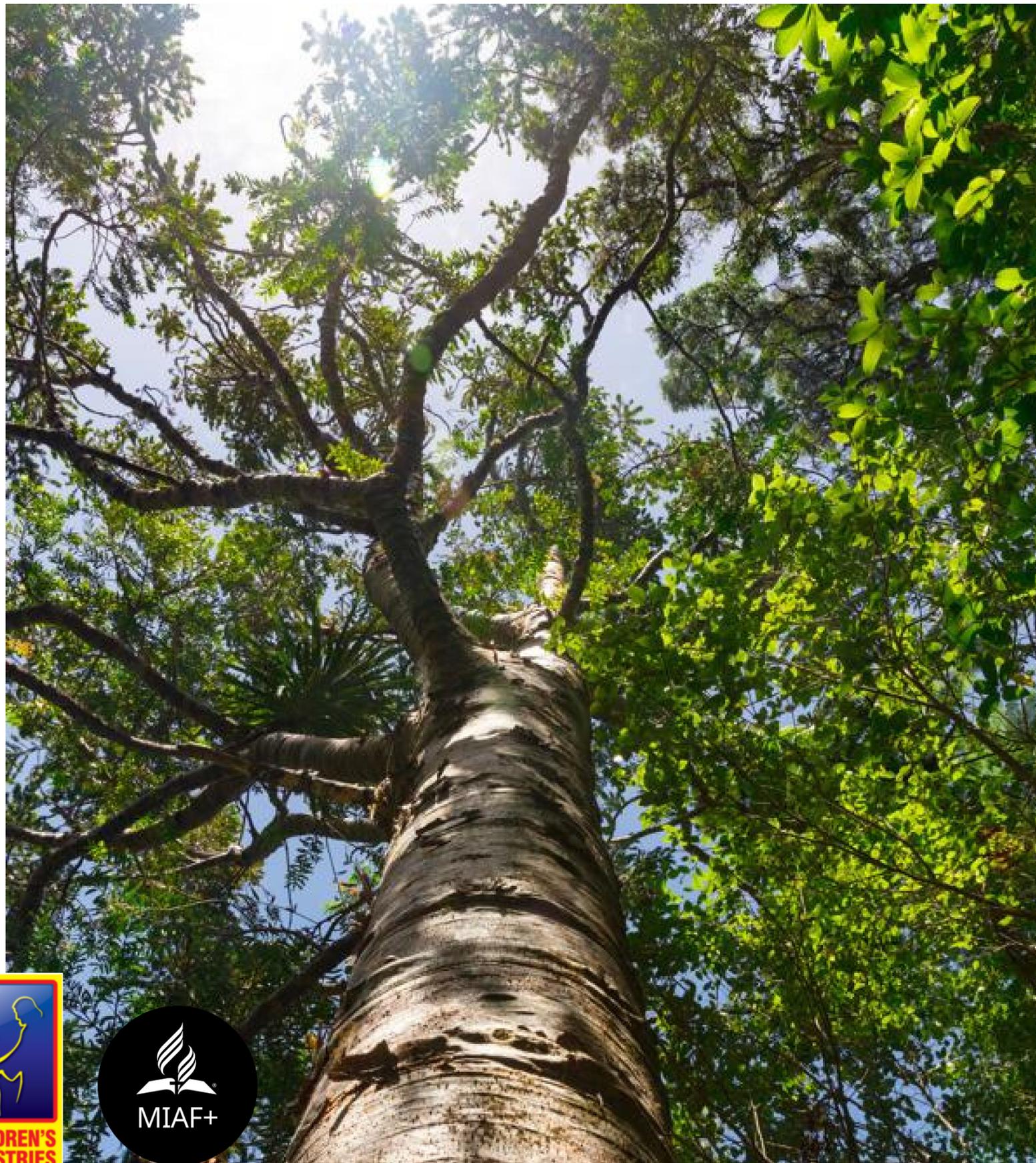
Jennifer Fox Eades



Esforzaos por añadir a vuestra fe, bondad; y a la bondad, conocimiento; y al conocimiento, dominio propio; y al dominio propio, perseverancia; y a la perseverancia, piedad; y a la piedad, afecto mutuo; y al afecto mutuo, amor...

2 Pedro 1:5-8





...Porque si poseéis estas cualidades en medida creciente, os impedirán ser ineficaces e improductivos en el conocimiento de nuestro Señor Jesucristo.

2 Pedro 1:5-8, NVI.



Los puntos fuertes del carácter
enriquecen nuestras vidas
ayudándonos a:

- ser respetado y respetuoso
- aprender y trabajar bien
- contribuir de forma positiva y solidaria a nuestras comunidades
- disfrutar de relaciones sanas
- vivir más felices
- compartir el amor de Dios





El carácter de Dios

Haz una lista de las cualidades del carácter de Dios:

Paciente
Confiable
Amable
Creativo, etc.

¿Qué fortalezas del carácter valora la gente en todo el mundo?

En la siguiente diapositiva se enumeran algunos de los principales puntos fuertes del carácter que se valoran en la mayoría de las culturas del mundo.



Fortalezas del carácter por categoría

en www.letitriipple.org

Sabiduría

Creatividad,
Curiosidad,
Amor por aprender,
Perspectiva

Valentía

Valentía,
Perseverancia,
Honradez,
Entusiasmo

Humanidad

Amor, bondad,
inteligencia social

Justicia

Responsabilidad
social, Trabajo en
equipo, Equidad,
Liderazgo

Templanza

Perdón, Humildad,
Prudencia,
Autocontrol

Trascendencia

Apreciar la belleza,
Gratitud, Optimismo,
Humor, Espiritualidad



Puntos fuertes del carácter: **Sabiduría**

- Creatividad
- Curiosidad
- Gusto por aprender
- Perspectiva (ser capaz de ver el panorama general o de adoptar diferentes puntos de vista sobre una situación)



Creatividad

“Porque somos hechura de Dios,
creados en Cristo Jesús para hacer
buenas obras, las cuales Dios preparó
de antemano para que las
hiciéramos” Ef. 2:10

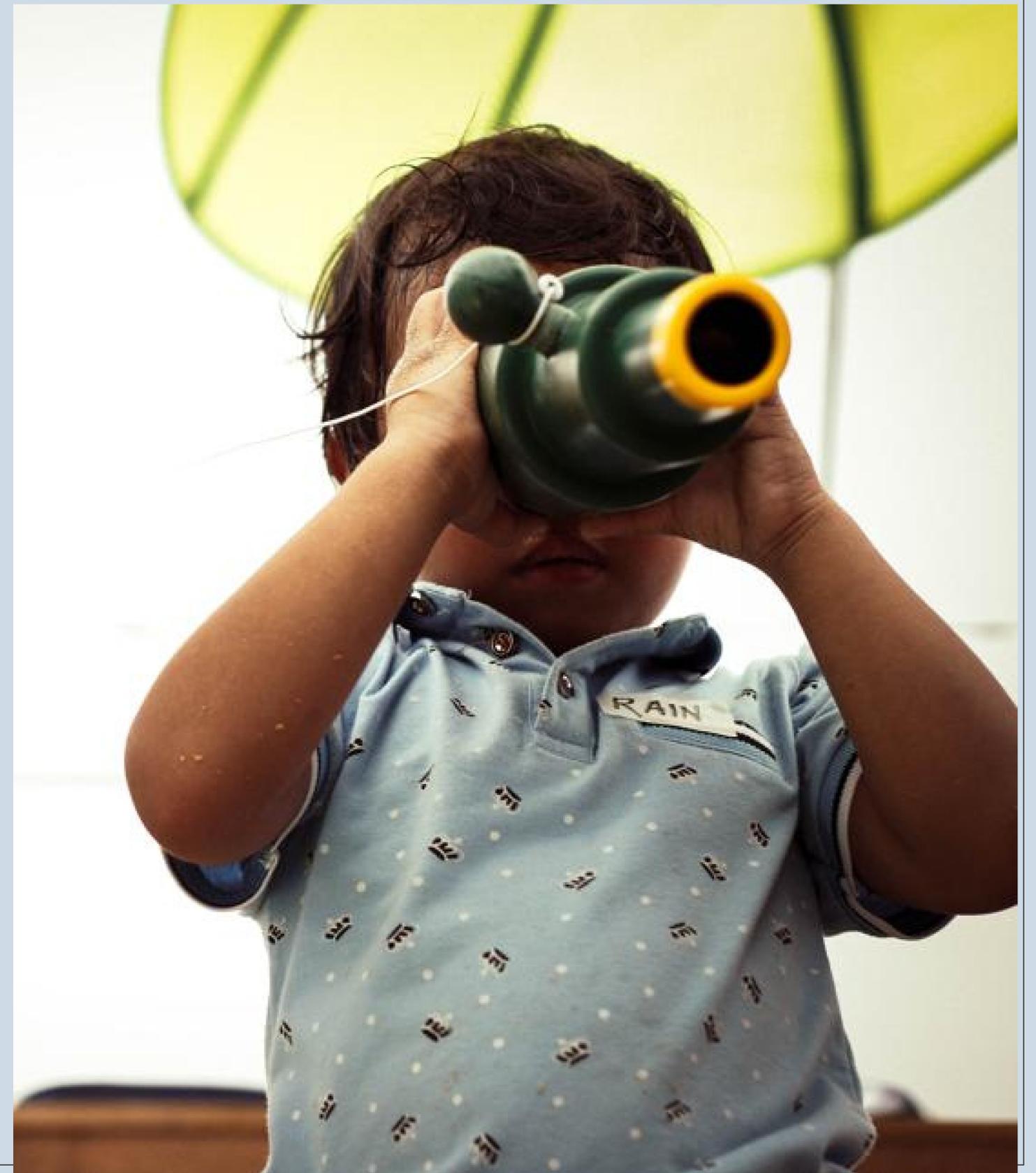
- ¿Qué personajes bíblicos tenían el don de la creatividad?
- ¿Cómo podemos fomentar la creatividad de los niños?



Curiosidad

“Es gloria de Dios ocultar un asunto; escudriñarlo es gloria de reyes”. Prov. 25:2.

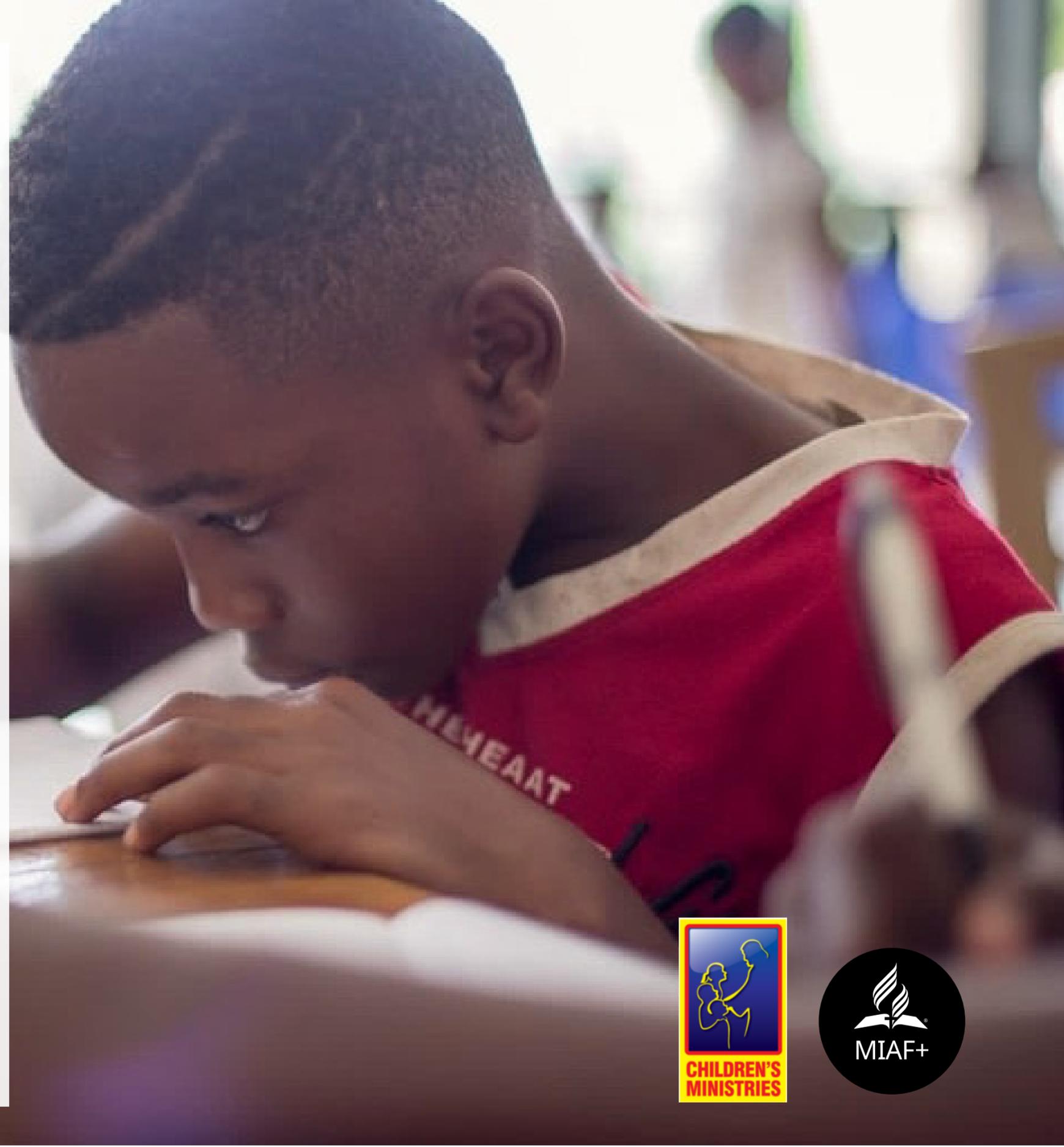
- ¿Qué personajes bíblicos eran curiosos?
- ¿Cómo podemos alimentar la curiosidad de nuestros hijos?



Amor por el aprendizaje

“Que los sabios escuchen y añadan a su aprendizaje”. Prov. 1:5

- ¿Por qué es importante seguir aprendiendo a lo largo de nuestra vida, especialmente sobre Dios?
- ¿A quiénes les gustaba aprender en la Biblia?
- ¿Cómo podemos fomentar en nuestros hijos el amor por el aprendizaje?



Perspectiva

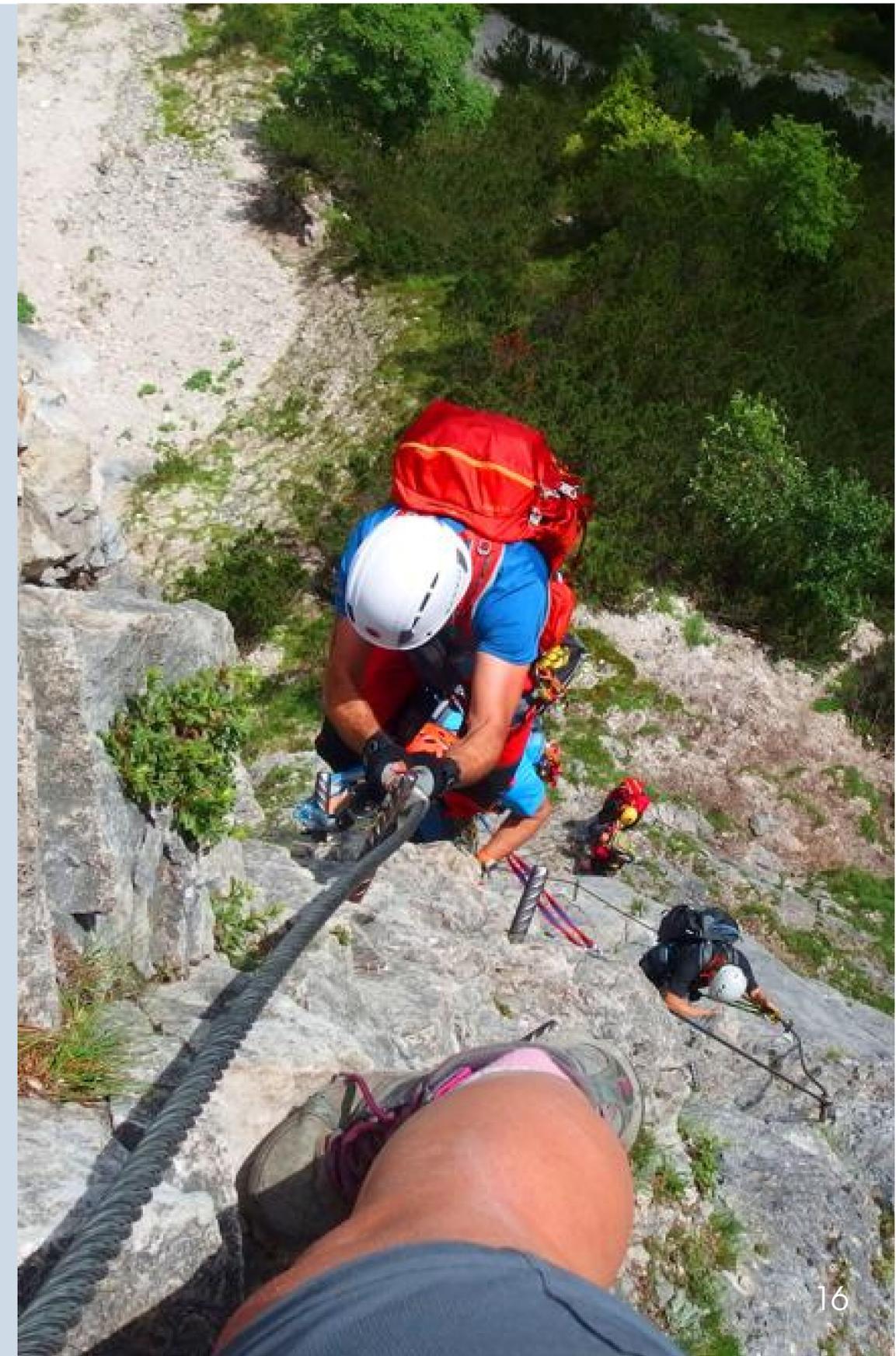
“Haya, pues, en vosotros este sentir que hubo también en Cristo Jesús”. Filipenses 2:5

- ¿Qué personas de la Biblia tenían perspectiva y eran capaces de ver el panorama completo o de ver las cosas desde un ángulo diferente?
- ¿Cómo podemos ayudar a nuestros hijos a tener perspectiva?



Fortalezas de carácter: Coraje

- Valentía
- Perseverancia
- Honestidad
- Entusiasmo



Valentía

“Sé fuerte y valiente. No temas ni te desanimas, porque Yahveh, tu Dios, estará contigo dondequiera que vayas”. Josué 1:9

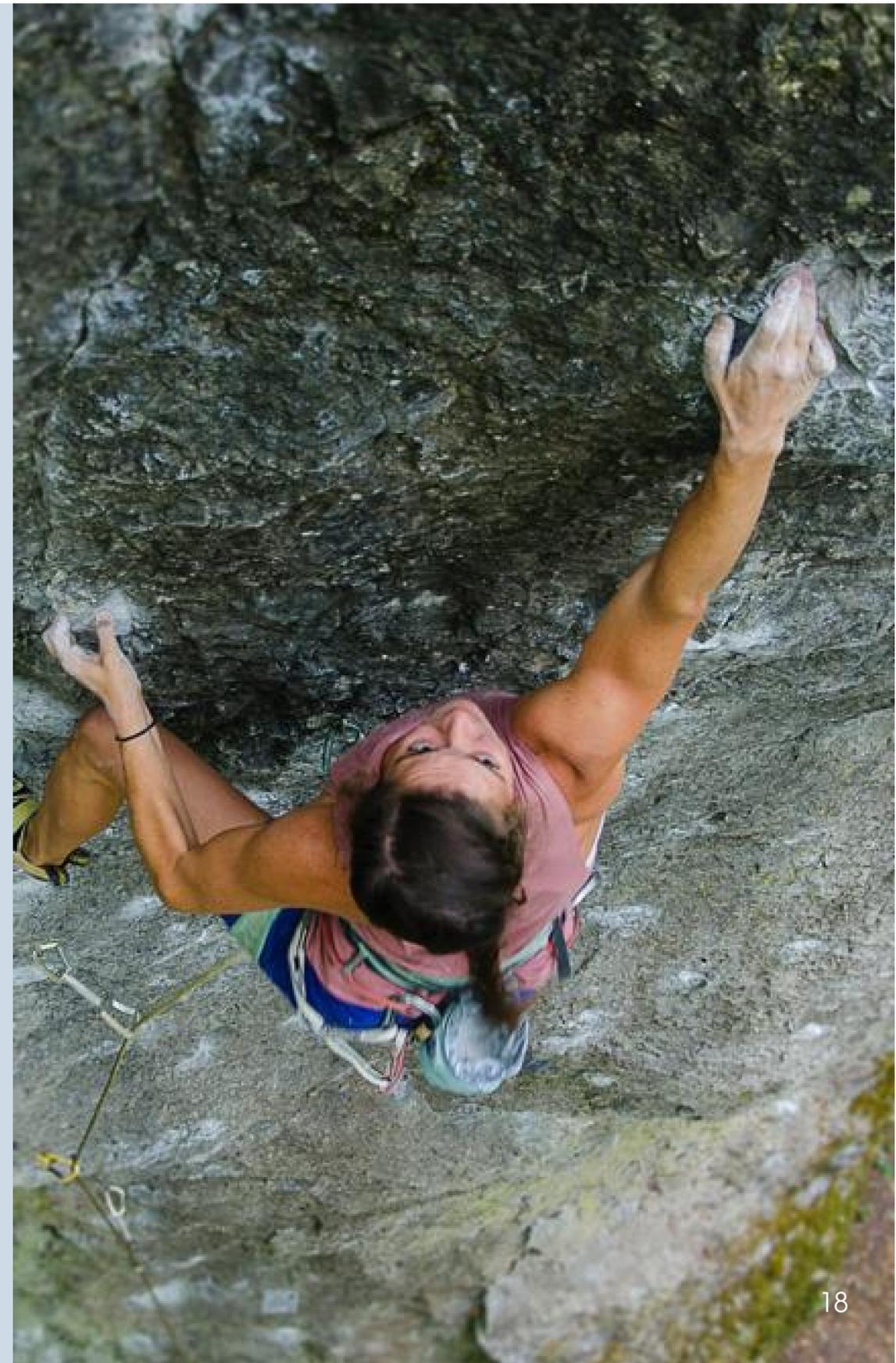
- ¿Qué personajes bíblicos eran valientes?
- ¿Cómo fomentamos la valentía en nuestros hijos?



Perseverancia

“Hermanos míos, tened por sumo gozo cuando os halléis en diversas pruebas, sabiendo que la prueba de vuestra fe produce perseverancia. Pero dejad que la paciencia haga su obra perfecta, para que seáis maduros y completos, sin que os falte nada”. Santiago 1:2-4 LBLA

- ¿Qué personajes bíblicos perseveraron?
- ¿Cómo fomentamos la perseverancia en nuestros hijos?



Honestidad

“Hablando la verdad en amor, creceremos hasta llegar a ser en todo el cuerpo maduro de aquel que es la cabeza, es decir, Cristo”.
Ef 4:15

- ¿Qué personajes bíblicos eran honestos?
- ¿Cómo podemos fomentar la honestidad en nuestros hijos?



Entusiasmo

“Todo lo que hagáis, trabajadlo de todo corazón, como quien trabaja para el Señor, no para señores humanos”. Col. 3:23

- ¿Qué personaje bíblico era entusiasta?
- ¿Cómo alimentamos el entusiasmo de nuestros hijos?



Puntos fuertes del carácter: **Humanidad**

- Amabilidad
- Inteligencia social
- Amor



A hand holding a white mug with a black floral pattern. The inside of the mug has the handwritten text "always Bee Kind." in black ink. The background is a soft, out-of-focus grey.

always Bee Kind.

Amabilidad

“Sed amables y compasivos unos con otros, perdonándoos mutuamente, como Dios os perdonó a vosotros en Cristo”. Ef. 4:32

- ¿Qué personajes bíblicos eran bondadosos?
- ¿Cómo fomentamos la bondad en nuestros hijos?



Amor

“Amaos los unos a los otros. Como yo os he amado, amaos también vosotros los unos a los otros”. Juan 13:34

- ¿Cómo mostró Jesús su amor a los demás?
- ¿Cómo podemos fomentar el amor en nuestros hijos?



Inteligencia social

“Sed bondadosos unos con otros, misericordiosos, perdonándoos unos a otros, como Dios os perdonó a vosotros en Cristo”. Ef 4:32

- ¿Qué personajes bíblicos eran socialmente inteligentes?
- ¿Cómo podemos fomentar la inteligencia social en nuestros hijos?



Fortalezas del carácter: **Justicia**

- Responsabilidad social
- Trabajo en equipo
- Equidad
- Liderazgo



Responsabilidad social

“Sobrellevad los unos las cargas de los otros, y cumplid así la ley de Cristo”. Gál. 6:2

- ¿Qué personajes bíblicos demostraron responsabilidad social?
- ¿En qué medida somos socialmente responsables en nuestra vida cotidiana? ¿Qué hacemos para ser una bendición para la sociedad que nos rodea, para dar voz a los oprimidos y para trabajar por objetivos de responsabilidad social?
- ¿Cómo podemos fomentar la responsabilidad social en nuestros hijos?



Trabajo en equipo

“He aquí, ¡cuán bueno y cuán agradable es que los hermanos vivan unidos!”

Salmo 133:1

- ¿Quién demostró un buen trabajo en equipo en la Biblia?
- ¿Cómo ayudamos a nuestros hijos a ser buenos jugadores de equipo?



Equidad

“Mis hermanos y hermanas, los creyentes en nuestro glorioso Señor Jesucristo no deben mostrar favoritismo”. Santiago 2:1

- ¿Qué personajes bíblicos demostraron ser justos?
- ¿Cómo fomentamos la equidad en nuestros hijos?





Liderazgo

“Pero vosotros no debéis ser así. Al contrario, el mayor entre vosotros debe ser como el más joven, y el que manda como el que sirve”. Lucas 22:26 NVI

- Nombra algunos de los buenos líderes de la Biblia. ¿Cuáles son las cualidades que Dios aprecia en sus líderes?
- ¿Cómo podemos fomentar estas cualidades en nuestros hijos?



Fortalezas de carácter: **Templanza**

- Perdón
- Humildad
- Prudencia
- Autocontrol



Perdón

“Sed amables y compasivos unos con otros, perdonándoos mutuamente, como Dios os perdonó a vosotros en Cristo”.
Efesios 4:32

- ¿Cuáles son algunos buenos ejemplos de perdón en la Biblia?
- ¿Cómo podemos fomentar un corazón que perdona en nuestros hijos?



Humildad

“Porque los que se enaltecen serán humillados, y los que se humillan serán enaltecidos”. Mateo 23:12

- ¿Qué personajes bíblicos eran humildes?
- ¿Cómo podemos fomentar la humildad positiva en nuestros hijos para que estén seguros de su valor a los ojos de Dios y sean lo suficientemente humildes para servir a los demás con amor y alegría?



Sabiduría



“Si a alguno de vosotros le falta sabiduría, que se la pida a Dios, que da generosamente a todos sin hallar culpa, y le será dada”. Santiago 1:5

- ¿Qué personajes de la Biblia crees que eran sabios?
- ¿Cómo podemos animar a nuestros hijos a desarrollar la sabiduría?



Precaución

“Tened, pues, mucho cuidado en cómo vivís, no como imprudentes, sino como prudentes, aprovechando todas las ocasiones, porque los días son malos. Por tanto, no seáis insensatos, sino comprended cuál es la voluntad del Señor”. Ef 5:15-17

- ¿Qué personajes de la Biblia son buenos ejemplos de prudencia?
- ¿Cómo fomentamos la prudencia en nuestros hijos?

Auto-control

“Pero el fruto del Espíritu es amor, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, fidelidad, mansedumbre y dominio propio”. Gal. 5:22-23

- ¿Qué personajes bíblicos fueron buenos ejemplos de dominio propio?
- ¿Cómo fomentamos el autocontrol en nosotros mismos y en nuestros hijos?



Fortalezas del carácter: **Trascendencia**

- Apreciación de la belleza
- Gratitud
- Optimismo
- Humor
- Espiritualidad



Apreciar la belleza

“Los cielos cuentan la gloria de Dios; los cielos proclaman la obra de sus manos”. Salmo 19:1

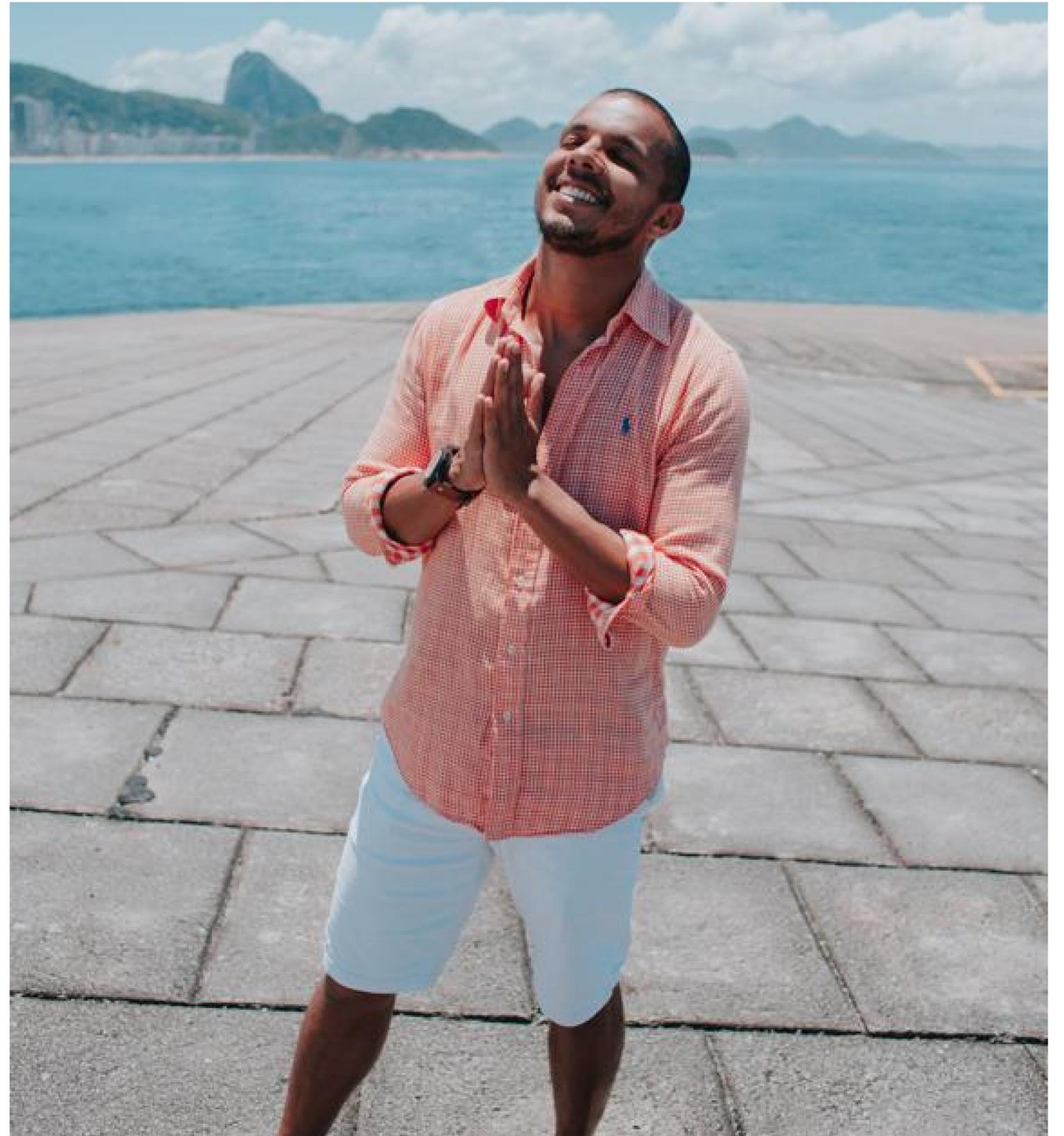
- ¿Cómo sabemos que Dios aprecia las cosas bellas?
- ¿Qué personajes bíblicos se maravillaban ante la belleza de la naturaleza?
- ¿Cómo podemos ayudar a nuestros hijos a apreciar la belleza del mundo natural y el valor de utilizar su creatividad para crear cosas bellas?



Gratitud

“Dad gracias en toda circunstancia, porque esta es la voluntad de Dios para con vosotros en Cristo Jesús”. 1 Tes. 5:18

- ¿Qué personajes bíblicos mostraron gratitud hacia Dios y hacia otras personas?
- ¿Cómo podemos fomentar en nuestros hijos la gratitud hacia Dios y hacia los demás?



Esperanza/optimismo

“Pero los que esperan en Yahveh renovarán sus fuerzas. Levantarán alas como las águilas, correrán y no se cansarán, caminarán y no se fatigarán”. Isaías 40:31

- ¿Qué personajes bíblicos eran esperanzados y optimistas?
- ¿Cómo alimentamos la esperanza en nuestros hijos?

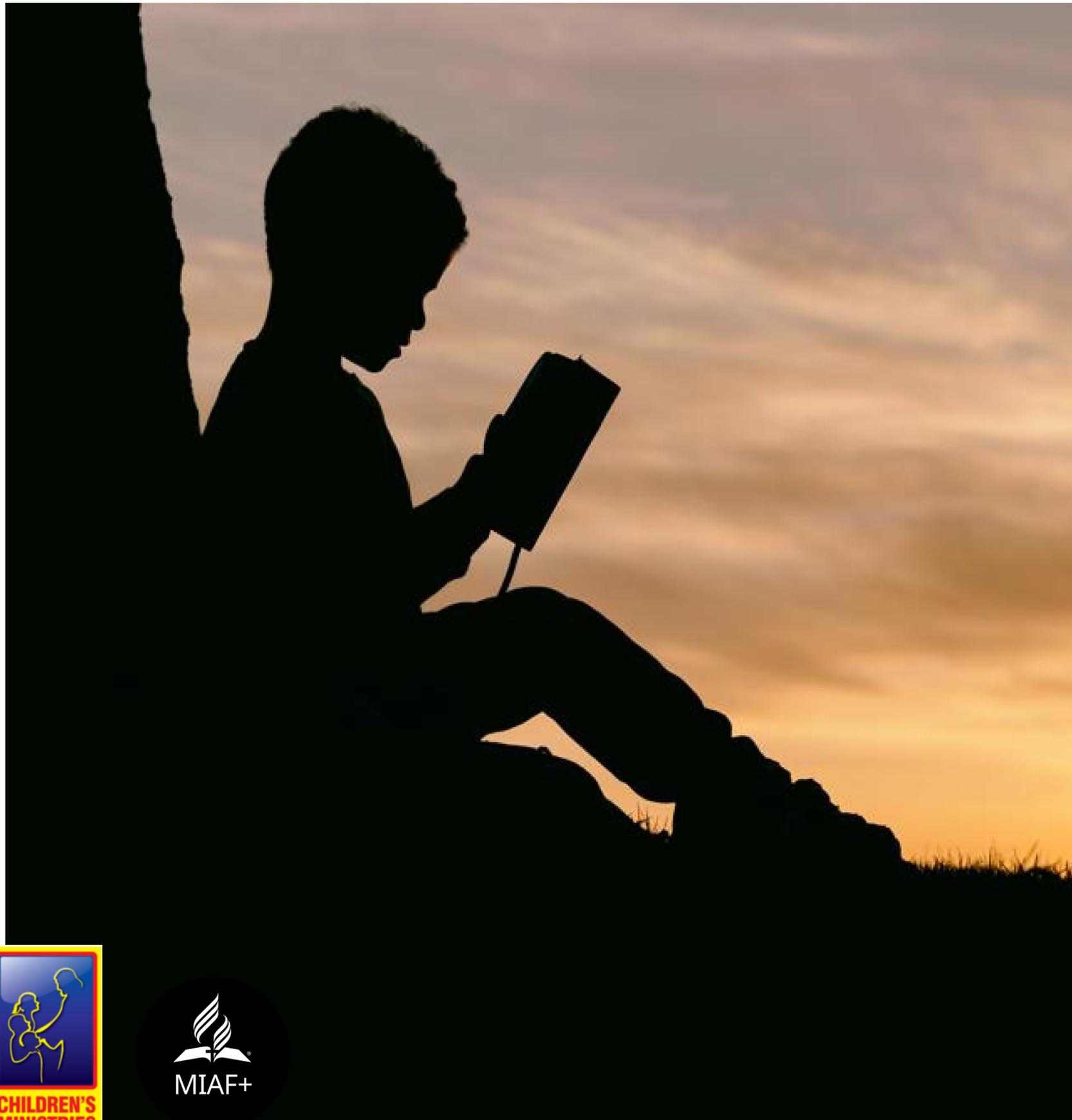




Humor

“Un corazón alegre es buena medicina, pero un espíritu abatido seca los huesos”.
Proverbios 17:22

- ¿Se te ocurre alguna historia de la Biblia que te haga sonreír o reír?
- ¿Cómo podemos ayudar a nuestros hijos a tener sentido del humor?



Espiritualidad

“¿Y qué exige Yahveh de ti? Que actúes con justicia, que ames la misericordia y que camines humildemente con tu Dios”.

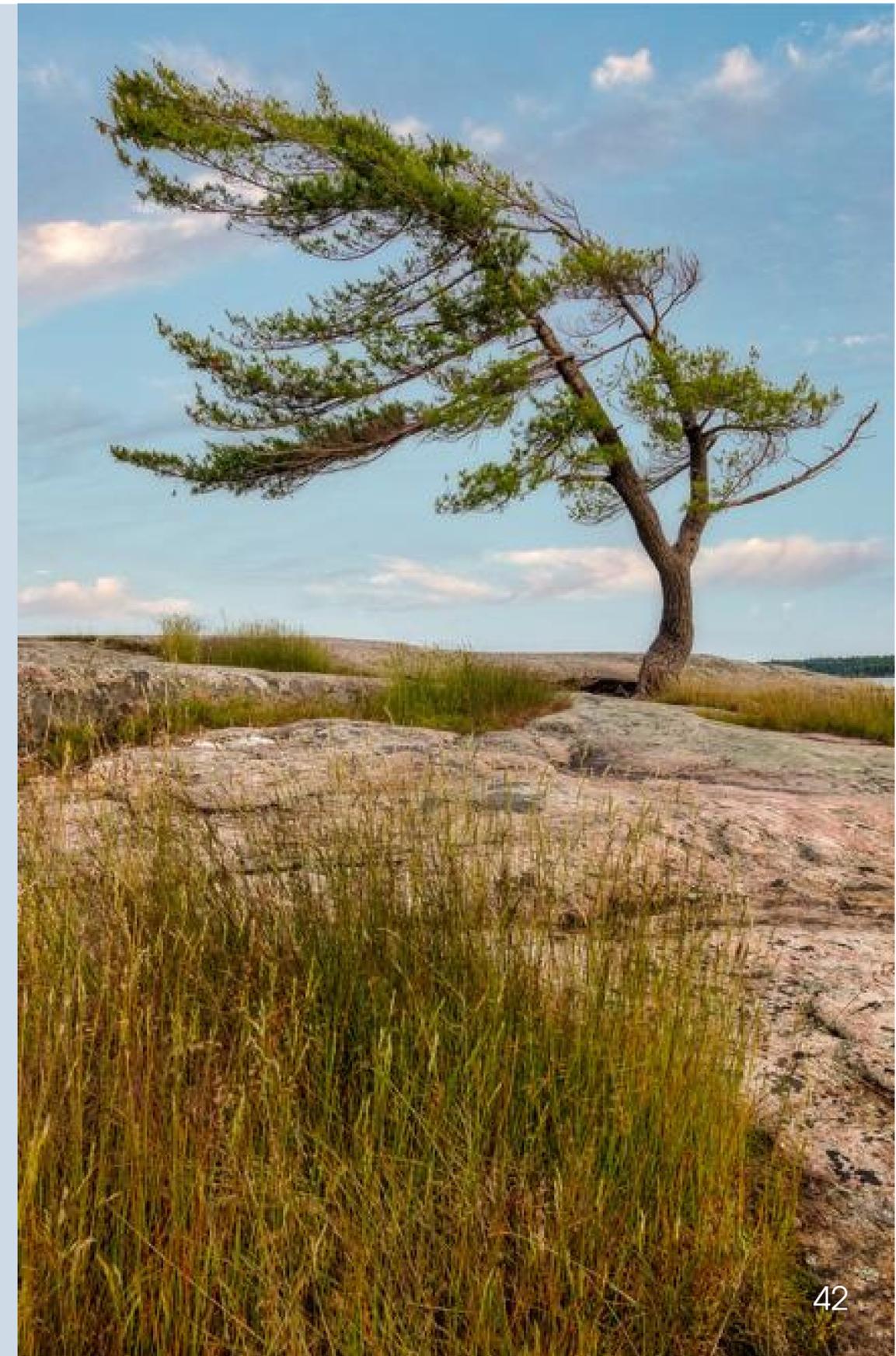
Miqueas 6:8

- ¿Qué personaje bíblico es tu héroe espiritual favorito, aparte de Jesús?
- ¿Cómo podemos alimentar la espiritualidad de nuestros hijos?



Por qué son tan importantes los puntos fuertes del carácter...

- Muchos puntos fuertes del carácter también nos ayudan a afrontar las dificultades de la vida.
- Nos ayudan a ser resilientes y a recuperarnos emocionalmente tras una crisis, contratiempo, angustia o desafío.
- Nos permiten llevar una vida más plena, afectuosa, feliz y servicial.





¿Cuáles son tus puntos fuertes de carácter?

- Enumera tres de tus puntos fuertes.
- Junto a cada punto fuerte, escribe un ejemplo concreto de un momento en el que hayas utilizado ese punto fuerte.

- Creatividad
- Curiosidad
- Gusto por aprender
- Perspectiva
- Valentía
- Perseverancia
- Honestidad
- Entusiasmo
- Amor
- Amabilidad
- Inteligencia social
- Responsabilidad social

- Trabajo en equipo
- Equidad
- Liderazgo
- Perdón
- Humildad/Modestia
- Prudencia/caución
- Autocontrol
- Apreciar la belleza
- Gratitud
- Esperanza/optimismo
- Humor
- Espiritualidad



Cuando alguien notó la fuerza de tu carácter...

- ¿Qué diferencia supuso para ti que alguien se fijara en una de tus cualidades positivas y la cultivara?
- ¿Cómo te animó eso y cómo ha influido en tu vida desde entonces?

Cómo cultivar el carácter de un niño

- Conozca los distintos puntos fuertes del carácter para poder reconocerlos en sus hijos y en los demás.
 - Haz saber a tus hijos cuándo has visto que han utilizado un punto fuerte de su carácter.
 - Dígales que han hecho una buena elección.
- Ayude a los niños a reconocer los puntos fuertes del carácter en ellos mismos y en los demás.



Cómo cultivar el carácter de un niño

Elige

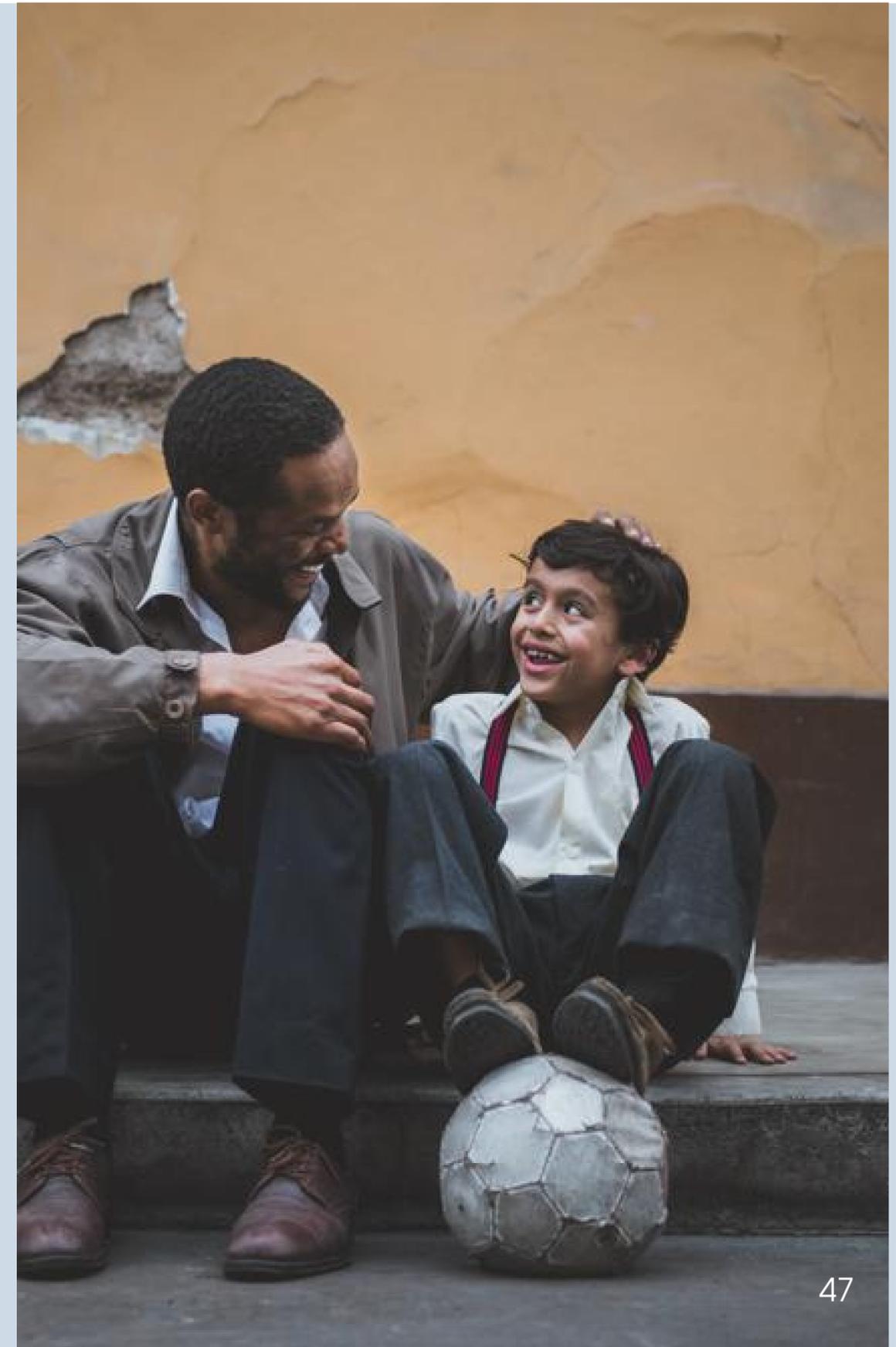
Ayúdales a elegir los puntos fuertes de su carácter que les gustaría trabajar.

Asómbrate

Pregúntate en qué ocasiones podría haber utilizado Jesús esta fortaleza de carácter y leed juntos la historia.

Practica

Ayuda a los niños a hacer una lista de formas en las que pueden poner en práctica esos puntos fuertes.



Cómo cultivar el carácter de un niño

- Piensa en los distintos personajes bíblicos que mostraron esa fortaleza.
- Aprende sobre ellos.
- Busca versículos bíblicos sobre esa fortaleza.
- Aprende los versículos de forma creativa.
- Busca autobiografías de personas inspiradoras que utilizaron esa fortaleza de carácter.

Cómo cultivar el carácter de un niño

- Haz una lista de las formas en que podrías practicar un punto fuerte del carácter en familia.
- Trabaja en tus puntos fuertes en familia o en clase.
- Diseña carteles sobre el punto fuerte y otros recordatorios creativos para ayudaros mutuamente a practicarlo.



Cómo cultivar el carácter de un niño

- Fíjate en las personas que muestran sus puntos fuertes en la vida real, en los libros, en las noticias, en la televisión o en las películas.
- Al final de cada día, invita a tu hijo a que enumere 3 puntos fuertes de su carácter que haya utilizado durante el día o la semana.
- Diles también qué puntos fuertes les ha visto utilizar.

Actividad en grupo

Piensa en la fuerza de carácter que se le ha dado a tu grupo: bondad, paciencia, perdón, gratitud, etc.

Enumera al menos 3 personajes bíblicos que mostraron esta fortaleza.

Enumera 3 versículos bíblicos sobre la fuerza.

Enumera 3 actividades que fomentarían esta fortaleza en un niño o adolescente.

Enumera otros recursos que podrías utilizar o crear para cultivar esta fortaleza del carácter.

Feedback

Los grupos
comparten
brevemente
sus ideas



Inspiración

“Todo acto de la vida, por insignificante que sea, influye en la formación del carácter.

Un buen carácter es más precioso que las posesiones terrenales, y la obra de formar lo es la más noble en que pueden ocuparse los hombres”.

Elena de White 4T 657 (1881).



Hacer que el hoy sea una práctica del mañana...

- Una cosa que quiero hacer para cultivar mi carácter es...
- Una cosa que quiero hacer para cultivar el carácter de un niño es...





ora

