

Guiones para estudiantes Wesley

CONSEJERÍA PASTORAL

Clase 1



CONSEJERÍA PASTORAL

PARA QUÉ PEDIR AYUDA A UN/A COUNSELOR?

**Para hablar
de lo que te
pasa**

**Para
conocerte y
aceptarte**

**Para ser la
mejor versión
de vos mismo!**

**Para
explorar tus
posibilidades**

**Para reconocer
tus deseos y tus
necesidades**

**Para relacionarte
mejor con vos
mismo y con los
demás.**

**Para resolver
tus conflictos**

**Para que tus
decisiones sean
las más
favorables**

**Para evitar
males
mayores**

Graciela Vazquez

Consultora Psicológica – Counselor



El Pastor como consejero

Pablo Hoff

Si las palabras de Thoreau, «Multitud de personas llevan vidas de silenciosa desesperación», fueron acertadas en su época, cuánto más lo son hoy. Tensiones, inseguridad, falta de armonía matrimonial y muchos otros problemas agudos que azotan al hombre del siglo XXI, han aumentado la responsabilidad del pastor en cuanto a aliviar la tragedia humana. Ya no puede depender solo del púlpito para ministrar a los angustiados oyentes. Es imprescindible que asesore personalmente y con destreza a los que buscan sus consejos; de otro modo pueden producirse funestas consecuencias. Si los orienta bien, habrá resultados muy útiles, tanto en la esfera emocional como en la espiritual. La medida de su éxito estará en proporción con su entendimiento de la naturaleza humana, su conocimiento de las técnicas de aconsejar, y la ayuda del Espíritu Santo. 1ª Timoteo 4:6-10.



Henry David Thoreau
1817-1862



Consejería Pastoral

El propósito principal del estudio no es tanto recalcar la pecaminosidad de ciertos problemas, sino ayudar a la persona a salir de ellos. El hombre hundido en el fango necesita, más que discursos sobre lo sucio del barro, una mano compasiva a la cual aferrarse. Este libro trata de contestar las preguntas: ¿Cuál es la solución cristiana en cuanto a esos problemas? ¿Cómo debe actuar el pastor en su papel de consejero?

Muchos creyentes «cuyo arrepentimiento es real, cuya consagración es definitiva y cuyo servicio y testimonio son indubitables», todavía necesitan tomar decisiones apoyados por un consejero.

El verdadero pastor se encuentra donde están las ovejas. Se compadece de sus debilidades, las ama de corazón, las consuela y las sana. Vive cerca de sus feligreses y piensa con la mente de ellos, ve con los ojos de ellos, siente con el corazón de ellos, sufre las congojas de ellos, sobrelleva las cargas de ellos, y así cumple la ley de Cristo. 1ª Pedro 5:1-5



El pastor tiene un lugar importante en la vida de su congregación. Desempeña un papel único en las ocasiones significantes, tales como el nacimiento, la conversión, el enlace matrimonial, la enfermedad y la muerte. Es natural que sus miembros acudan a él cuando los hijos causan problemas. El pastor tiene la gran responsabilidad de aconsejar bien; de otro modo habrá consecuencias funestas. El asesorar no es fácil, es agotador, consume tiempo, y a veces no logra los resultados apetecidos. Pero vale la pena cumplir este ministerio tan necesario para el bien de los demás. Todo esto debemos hacer en el nombre de aquel que «no vino para ser servido, sino para servir».

El asesorar también tiene un gran valor para el pastor. Conocer a sus miembros y sus problemas, le da la oportunidad de preparar sermones más comprensibles, prácticos y profundos. Los miembros recibirán más ayuda de los mensajes para enfrentarse con sus problemas y se sentirán más cerca de su pastor. Se dijo acerca de un pastor que no quería involucrarse en la vida de sus miembros: «Durante la semana es invisible y el día domingo, incomprensible». Además de enriquecer el ministerio, el aconsejar proporciona muchas oportunidades de llevar a almas angustiadas a los pies de Cristo. Ezequiel 34:1-11.



Jesús Recogió a la perniquebrada

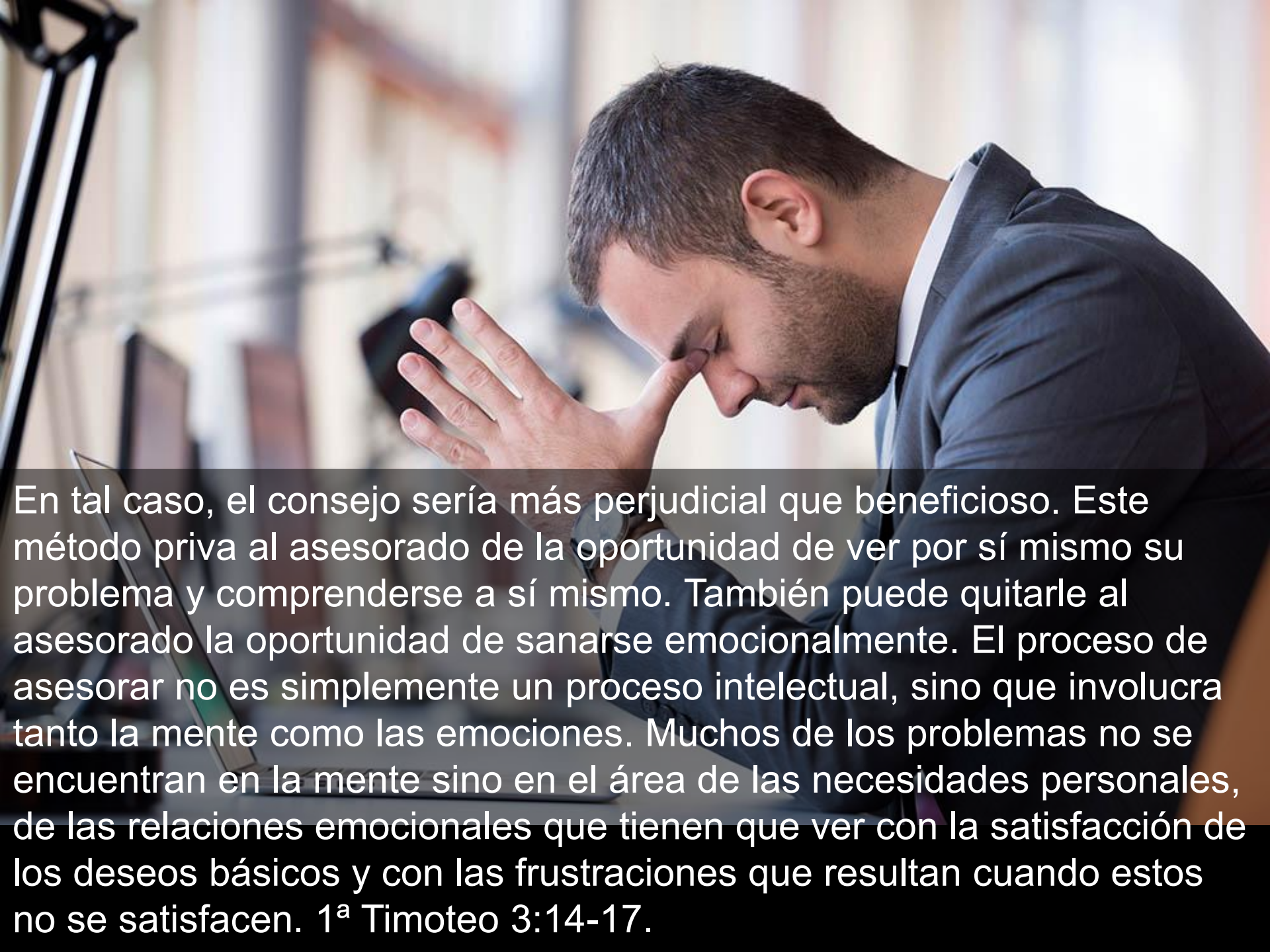
Los dos métodos principales para asesorar: Una forma de asesorar que los pastores han empleado a través de los siglos se denomina la **técnica directiva**. En esta técnica el papel del pastor es semejante al del médico. El miembro describe su problema y el pastor formula preguntas, reúne información, hace el diagnóstico y le ofrece el remedio. La única responsabilidad del asesorado es cooperar con el pastor y llevar a cabo su consejo. Aunque este método a veces da buenos resultados, presenta muchas debilidades y peligros. El pastor puede equivocarse en su diagnóstico y perder la oportunidad de ayudar al asesorado.

Habilidades Reflectivas y Directivas en la Consejería

Dos tipos de técnica directiva:

a. Técnica directiva: el consejero es la figura central y domina el proceso

b. Técnica no directiva: escuchar y dejar que las personas tomen sus decisiones

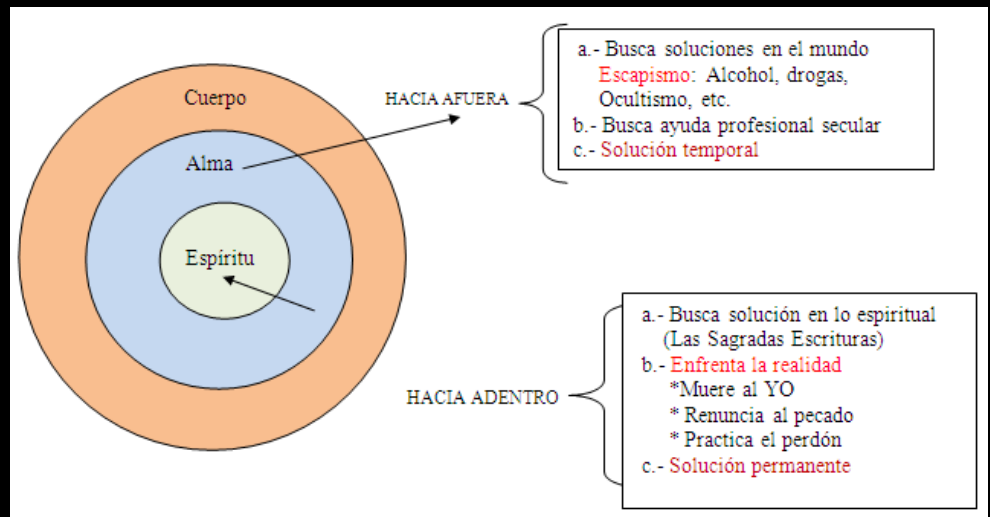


En tal caso, el consejo sería más perjudicial que beneficioso. Este método priva al asesorado de la oportunidad de ver por sí mismo su problema y comprenderse a sí mismo. También puede quitarle al asesorado la oportunidad de sanarse emocionalmente. El proceso de asesorar no es simplemente un proceso intelectual, sino que involucra tanto la mente como las emociones. Muchos de los problemas no se encuentran en la mente sino en el área de las necesidades personales, de las relaciones emocionales que tienen que ver con la satisfacción de los deseos básicos y con las frustraciones que resultan cuando estos no se satisfacen. 1ª Timoteo 3:14-17.

La segunda forma de asesorar se llama técnica no directiva. La aplicación de la psicología, sin embargo, no ha de negar la realidad del pecado, ni la importancia de la responsabilidad personal, ni el papel de las Escrituras en el proceso de asesorar. Más bien, el pastor aprende del analista la importancia de escuchar, de comprender a la persona que tiene problemas, de sentir su angustia, de aceptarla tal como es, de apoyarla, de animarla, de disminuir su aislamiento y soledad, y de aliarse con ella en la lucha con su problema.

EL TERAPEUTA GESTALTICO

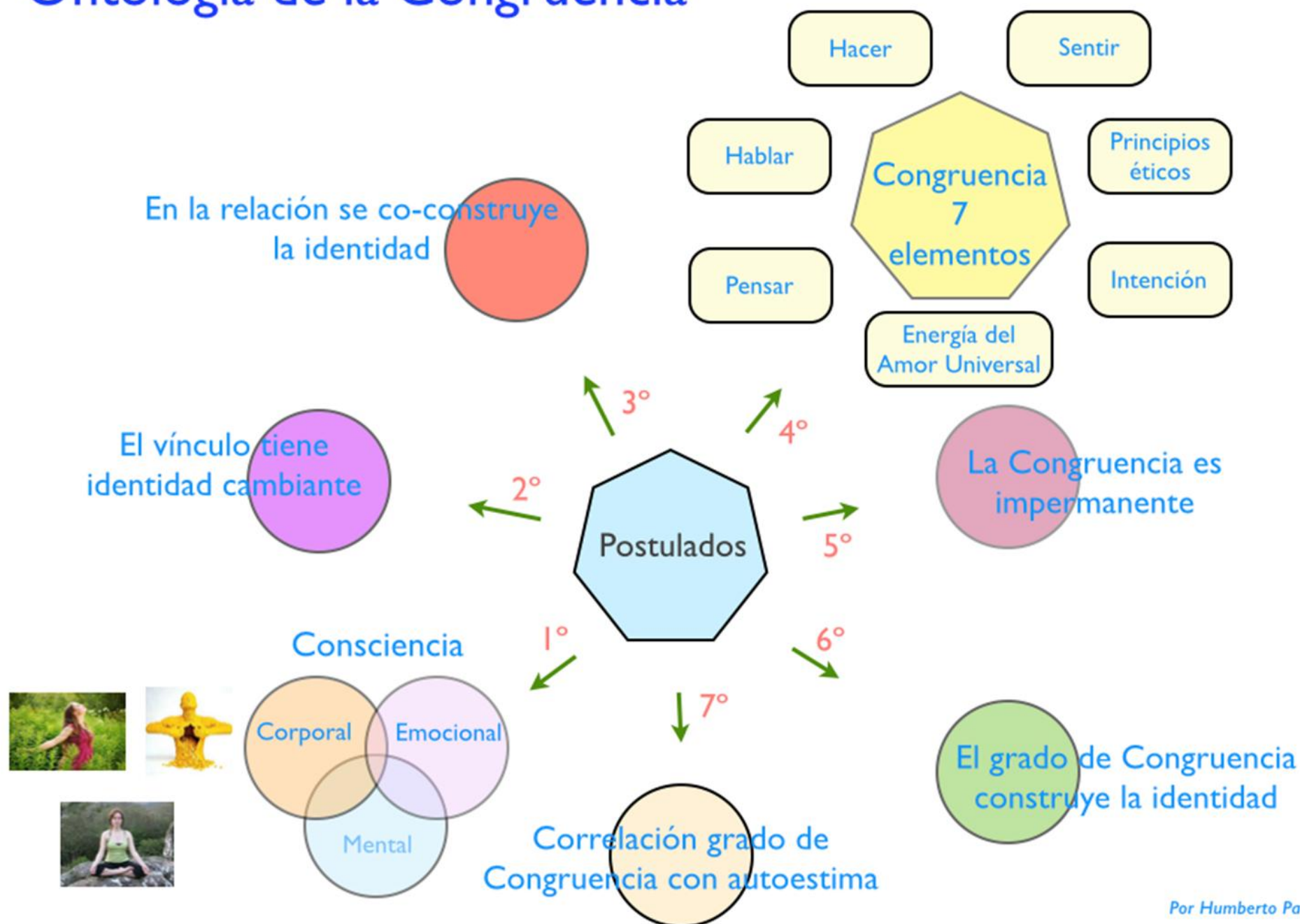
- ▶ BUSCA ACOMPAÑAR A SU PACIENTE
- ▶ SUS ATRIBUTOS SON:
 - ▶ CAPACIDAD EMPATICA
 - ▶ AUTENTICIDAD
 - ▶ CONCEPCION POSITIVA Y LIBERAL DEL HOMBRE
 - ▶ ACEPTACION INCONDICIONAL
 - ▶ GRADO ELEVADO DE MADUREZ EMOCIONAL
 - ▶ AUTO DARSE CUENTA
 - ▶ COMPRENSION DE SI MISMO / AUTOCONOCIMIENTO PERSONAL
 - ▶ AUTORESPONSABILIDAD



En la técnica no directiva, el asesorado es la figura central; habla libremente de su problema y de sus sentimientos. El asesor le escucha, reflexiona y responde. No es juez ni consejero con todas las respuestas. El asesorar es «una relación interpersonal en la cual dos personas se concentran en esclarecer los sentimientos y problemas de una, y se ponen de acuerdo en que eso es lo que tratan de hacer». El consejero ayuda al asesorado a comprenderse a sí mismo, a encontrar el problema, a ver las alternativas, a tomar su propia decisión, y a llevarla a cabo. No trata de manipular la entrevista haciendo preguntas directas, ofreciendo interpretaciones y respuestas elaboradas, e imponiéndole sus soluciones. Más bien, ayuda al asesorado a ayudarse a sí mismo. Salmo 32:1-11



Ontología de la Congruencia



La técnica puramente no directiva puede tener algunas desventajas. A veces, el consejero se mantiene demasiado pasivo y no le proporciona al asesorado las reflexiones, información, sugerencias y alternativas necesarias para que este pueda llegar a decisiones razonadas y basadas en la verdad bíblica. También esta técnica puede «ocupar mucho tiempo en el laborioso proceso de conducir... a un consultante, para llegar a conocer su problema y pensar en las alternativas que tiene». No todos los pastores cuentan con suficiente tiempo para usar este método.



La Entrevista Clínica tiene como principales objetivos conocer las pautas y formas de vivir del sujeto, destacar características valiosas y patológicas del sujeto, siempre tiene una utilidad para el entrevistado.

Sin embargo, la técnica no directiva, cuando es modificada y adaptada para el uso del pastor-consejero, presenta mayores posibilidades de ayudar profunda y permanentemente al asesorado, en muchos de los casos.

Hay otras técnicas, además de las dos que hemos considerado, y la elección de la técnica debe depender de la clase de problema o dificultad con que se trate. Consideraremos más adelante algunas otras técnicas. Mateo 16:24-28.

CONSEJERIA BIBLICA



Épocas de crisis en la vida: Hay cuatro etapas en que los cambios físicos y sociales producen, por regla general, tensión extraordinaria. Son: la adolescencia, la maternidad, la menopausia y la vejez. Mateo 8:18-26. Conviene que el pastor comprenda lo difícil y complejo de estas etapas a fin de que sirva como orientador en las épocas de crisis y pueda prepararse a sí mismo para enfrentar problemas en su propio hogar.

Son conocidos los problemas físicos y emocionales del período de la maternidad. Pero el ministro del evangelio debe tenerlo presente si quiere comprender a su esposa y a las otras damas de la congregación.





Entre los cuarenta y cincuenta años de edad, la mayoría de las mujeres experimentan la menopausia o «cambio de vida». Esta implica un atraso en el ciclo menstrual, hasta que finalmente este cesa, con lo cual termina la capacidad reproductiva de la mujer. Para muchas mujeres es una época de tensión emocional y de trastornos físicos. «Los síntomas más comunes son: tensión nerviosa, irritabilidad, depresión, insomnio, ira, transpiración repentina, desvanecimientos, dolores de cabeza, picazón y un hormigueo de la piel». Algunos de estos síntomas resultan de los cambios biológicos, pero hay otros factores psicológicos, relacionados con la edad madura.

Debido al hecho de que muchas mujeres ponen énfasis en su atracción física, la merma de su belleza hace que muchas veces disminuya su autoestima.

2ª Corintios 4:13-18. También a esta altura, los hijos, por regla general, han dejado el hogar y la mujer pierde su papel de madre. No se siente tan necesaria como antes. El consejero debe mostrar paciencia con las mujeres que atraviesan por esta crisis.



Muchos olvidan que al hombre, también, puede presentársele una crisis entre los cuarenta y los sesenta años. Disminuyen sus capacidades físicas. Algunos hombres se preocupan por su pérdida de virilidad, y buscan aventuras románticas para convencerse de que aún atraen al sexo bello. Es una edad en la que muchos caen ante tentaciones sexuales. El rey David ilustra muy bien el caso. Otros reconocen que ya no son tan atractivos ni tan fuertes como antes, y se ajustan a su condición. Algunos ceden a la tentación de caer en períodos de desilusión y depresión.

La pérdida de su capacidad reproductora generalmente se produce entre los sesenta y los ochenta años de edad, y es mucho más lenta que la menopausia femenina. La mayoría de los hombres no experimentan síntomas físicos ni psicológicos en esta etapa, pero parece que algunos, al igual que las mujeres, experimentan «nerviosismo, ira y desvanecimientos».



La ancianidad también puede presentar una crisis en la vida. Floyd Woodworth comenta: Tenemos que ponernos en el lugar de los ancianos y tratar de sentir nosotros mismos lo que significa estar en el ocaso de la vida, cuando ya los seres queridos no dependen de uno como antes. Las fuerzas físicas se van. Muchos son los achaques que lo afligen. 2ª Timoteo 4:5-8. En el caso del ministro anciano, los hermanos van a buscar la orientación y dirección de personas más jóvenes y lo abandonan al olvido. La tentación es de dejarse caer en la melancolía, quejarse, refunfuñar, irritarse. Bendito el ministro que puede inspirar a los ancianos a mantenerse alerta, a mantener actitudes positivas, a seguir en actividades creadoras.



2 Timoteo 4:6-8

Porque yo ya estoy para ser sacrificado, y el tiempo de mi partida está cercano. He peleado la buena batalla, he acabado la carrera, he guardado la fe. Por lo demás, me está guardada la corona de justicia, la cual me dará el Señor, juez justo, en aquel día; y no sólo a mí, sino también a todos los que aman su venida.

La época de la adolescencia es un tema que en la actualidad, está tomando proporciones como nunca antes en el pasado. El ambiente globalizado de cambios sociales, está indicando que se está levantando una generación que quieren vivir sin ley. El adolescente y después el joven viven abierta oposición a la autoridad. Empieza con los niños incontrolables. Una popular columnista observaba: «El rumbo de los niños ha tomado un nuevo significado: los niños dirigen a los padres». Según el cálculo del sicólogo Germán Rivera, aproximadamente el veinticinco por ciento de los adolescentes tienen problemas familiares y son agresivos y apáticos con los mayores. Se exagera el concepto del abismo generacional, el cual, sin embargo, existe. Muchos de los jóvenes están convencidos de que los padres son los únicos culpables. Salmo 19:12-26, Salmo 25, 51, 65.





METAS AL ASESORAR



Las metas al asesorar varían según la necesidad de la persona que busca ayuda. Lo que es una meta para un caso, tal vez no sea la meta para otro. También el grado de éxito que se obtenga en alcanzar las metas depende en gran medida de la naturaleza y complejidad del problema, del grado de motivación del asesorado, y de la habilidad, preparación y experiencia del pastor Romanos 12:1-5.. No es de extrañarse si no se alcanzan las metas completamente: son fines que procuramos alcanzar por lo menos en alguna medida. Algunas de las metas son:



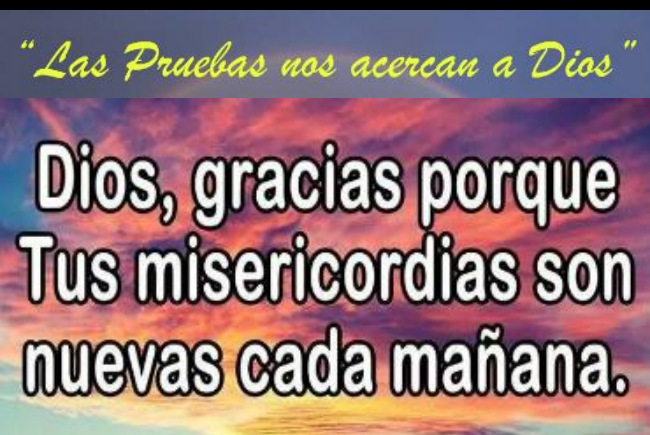
a. Disminuir las emociones destructivas, tales como ansiedad, hostilidad, enojo o angustia, de modo que la persona pueda dirigir su energía hacia la solución del problema en vez de malgastarla para alimentar la emoción. Las personas excitadas o con los nervios en tensión no pueden pensar con lucidez ni están en condiciones de ver su situación y hallar maneras de enfrentar sus problemas.

- b.** Hacer que el asesorado vea con objetividad su problema y utilice sus propias fuerzas juntamente con los recursos espirituales que Dios le da para enfrentarse con el problema.
- c.** Lograr que la persona se entienda a sí misma de manera creciente y se valore. El asesorado debe darse cuenta de sus propios móviles, de sus puntos fuertes y débiles, y luego aceptar su situación sin orgullo ni Autoconmiseración.
- d.** Desarrollar en el asesorado la disposición de aceptar responsabilidades sin excusas ni quejas.
- e.** Mejorar las relaciones interpersonales del asesorado enseñándole a enfrentarse a su culpa, a dominar su hostilidad, a perdonar y aceptar las faltas de otros. Ha de aprender a amar y a ser amado, y a llevarse bien con los demás.
- f.** Ayudar a la persona a cambiar su actitud o su norma de valores, y luego a cambiar su conducta. Sin embargo, el asesoramiento pastoral no procura lograr el cambio radical que intenta la sicoterapia.



g. Apoyar al asesorado en momentos de crisis o de angustia. Cuando en la familia hay una desgracia, una enfermedad grave o el fallecimiento de un ser amado, puede ser que se necesite el apoyo del pastor.

h. Ayudar al asesorado a utilizar sus recursos interiores y a echar mano de los de Dios, en los momentos de crisis. No debe acostumbrarse a depender del pastor. Tiene que aprender a vivir su propia vida. Es contraproducente que el pastor tome las decisiones y proteja innecesariamente al asesorado.



Lamentaciones 3:22



i. Desarrollar en el asesorado la perspectiva realista de la vida para que se dé cuenta de que todo el mundo tiene problemas, ansiedades y desilusiones. Son cosas de la vida y uno no debe ser abrumado por ellas.

e. Desarrollar en la persona una creciente confianza en Dios y en sí misma para enfrentar el futuro.

j. Ayudar a la persona en sus problemas espirituales, tales como dudas en cuanto a la solicitud divina o la eficacia de la oración, y enseñarle la manera en que Dios obra. En casos de tratar con personas inconversas, llevarlas a una experiencia de salvación. El pastor debe darse cuenta de que la conversión es el factor más importante, pero probablemente quede la necesidad de asesorar a la persona en cuanto a su problema particular.

k. Hacer crecer al asesorado en el conocimiento de Dios, en la madurez de su personalidad, y en el servicio divino.

**UNA PERSPECTIVA
REALISTA**

DE LA VIDA

¿QUE ES EL STRESS?

Es un estado mental emocional
de desequilibrio,
contrario a la paz y la felicidad,
que trae repercusiones
negativas y agresivas
contra todas las áreas de la vida.

J. Ángel S.B.

¿CON CUÁLES EMOCIONES ME CONVIENE VIVIR?

EMOCIONES
DESTRUCTIVAS

EMOCIONES
CONSTRUCTIVAS

LAS EMOCIONES CONSTRUCTIVAS

El amor
La paz = **! Armonía !**
La alegría

Bondad, ternura, compasión, valor,
alta autoestima, sensación de éxito,
sentirse unido a Dios, sueños e ilusiones,
sentir que se tiene una misión en la vida
y luchar gozoso por ella.

Nuestros más grandes enemigos, son

! Los
pensamientos,
los sentimientos
y las palabras
de cada día !





1. La madurez: Muchos problemas sociales y psicológicos resultan de la falta de madurez de carácter. Tener madurez de carácter y personalidad es gozar de una buena salud mental. La edad madura no siempre equivale a la madurez psicológica. Algunos ancianos se portan como niños. Indicios de la falta de madurez. ¿Cómo puedo saber si no he alcanzado todavía un buen nivel de madurez? Veamos algunos de los indicios.



Madurez: Ser capaz de seguir con un trabajo hasta que esté terminado. Ser capaz de soportar una injusticia sin necesidad de vengarse. Ser capaz de llevar dinero sin gastarlo. Cumplan con su deber sin ser supervisados.

—Ann Landers

www.frasesgo.com

1) Un carácter explosivo. El inmaduro tiene dificultad en dominar las emociones. Se enfada fácilmente y hasta por motivos insignificantes. Es intolerante en cuanto a las pequeñas molestias. Demanda una, atención inmediata a sus dificultades, sin importarle los problemas que ello podría ocasionar a los demás.

2) Autoconmiseración. Aquel que se queja porque «nadie me quiere» o porque «yo sufro más de la cuenta», revela que no sabe enfrentarse a la realidad. Se cree merecedor de mejor suerte. Dirige toda su atención a sí mismo y a sus problemas. Se vuelve deprimido y pesimista.

3) Necesidad constante de consuelo. Hay quienes tienen que correr a alguna persona para encontrar alivio. Se acostumbran a esperar que alguien les aplique un poco de ungüento en sus heridas y les asegure con tonos dulces que todo va a salir bien. Hasta que no oyen tales frases, no pueden desempeñar sus responsabilidades.



No podemos controlar las emociones o circunstancias que experimentaremos pero podemos elegir cómo vamos a responder a ellas.

—Gary Zukav

www.frasesgo.com

Indicios de una verdadera madurez. Los ministros evangélicos tenemos la necesidad de crecer, de alcanzar más madurez, de ser ejemplo para los demás. Hemos dado un vistazo a algunas indicaciones de la falta de crecimiento para saber si padecemos de alguna. Ahora veamos algunas características de un carácter firme y maduro, para decidir si las hemos alcanzado en la práctica.

1) La autosuficiencia. El niño debe aprender a hacer sus tareas sin que sus padres le acosen y le tengan que recordar veinte veces que tiene que sentarse a preparar sus estudios. Se supone que la esposa del ministro va a hacerle frente a la necesidad de organizar sus actividades domésticas sin que otro le tenga que indicar cómo hacerlo. Da gusto ver a un pastor que sabe marchar adelante confiando en el Señor. Sin acudir a los hermanos ejecutivos periódicamente con lloro y lamentos. Cuando se habla de la autosuficiencia, no se pretende proyectar la idea de alguien que todo lo puede hacer solo sin contar con Dios ni con la colaboración de nadie. Pero el ministro maduro sabe encontrar su suficiencia y su propia fe en Dios, sin esperar que los demás le resuelvan sus problemas ni que el Concilio le supla lo que necesita.

El buen pastor procura inculcar la autosuficiencia en sus propios hijos. No les prestará ayuda innecesaria en el desempeño de sus labores cotidianas, aunque tampoco los hará sentirse desamparados cuando verdaderamente necesitan una orientación. El pastor tendrá la misma visión para con los creyentes-, que él orienta. Buscará cultivar en ellos la capacidad de dirigirse a Dios por su propia cuenta y de resolver sus problemas, sin depender siempre del apoyo moral y espiritual de los demás.

2) Llevarse bien con sus semejantes. Quien pelea siempre con todo el mundo, muestra una seria falta de madurez. El hombre de buena salud mental sabe adaptarse a la sociedad, a la cultura y al ambiente en que Dios lo coloca para llevar a cabo su misión. Sin hacerse esclavo de las costumbres de la sociedad, sabe restringirse en el ejercicio de sus propios derechos para promover una armonía entre el grupo. En el hogar, pensará en el bienestar de la esposa antes que en su propia comodidad. Sacrificará sus propios derechos legítimos si así los hijos reciben algún beneficio. No hay lugar para el egoísmo en la vida del ministro maduro.

3) El autodomínio. El hombre maduro sabe gobernarse en todo tiempo, aun cuando las emociones se alteren. Mantiene un equilibrio ante el éxito lo mismo que ante el peligro o el fracaso. Nunca da rienda suelta a sus impulsos. El gobierno de la lengua es una hermosa evidencia de la madurez de una persona. «No nos ha dado Dios espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de dominio propio» (2 Timoteo 1:7).

4) La aceptación del sufrimiento. La vida abarca muchos sufrimientos y por ellos tiene que pasar el ministro. Algunos obreros del Señor dan la impresión de que no saben esto. No pueden resistir dolores físicos ni morales. Pero el que ha alcanzado un grado de madurez, soporta el sufrimiento con valor, resignación y esperanza.

1 Pedro 1:6-7

⁶ En lo cual vosotros os alegráis, aunque ahora por un poco de tiempo, si es necesario, tengáis que ser afligidos en diversas pruebas,

⁷ para que sometida a prueba vuestra fe...

2 Timoteo 1:7
Porque no nos ha dado Dios espíritu de temor, sino de poder, de amor y de dominio propio.



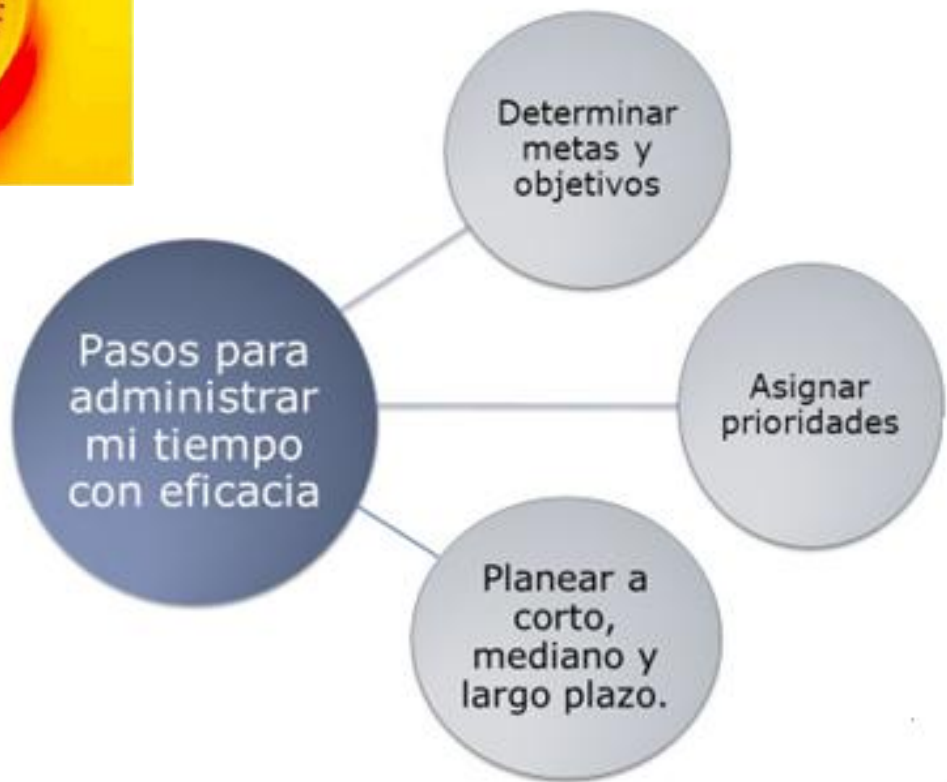
5) Una perspectiva de largo alcance. La persona madura no se impacienta al ver que no ha alcanzado todavía sus objetivos. No se incomoda al sufrir reveses momentáneos. Está bien dispuesta a esperar mucho tiempo su merecida recompensa.

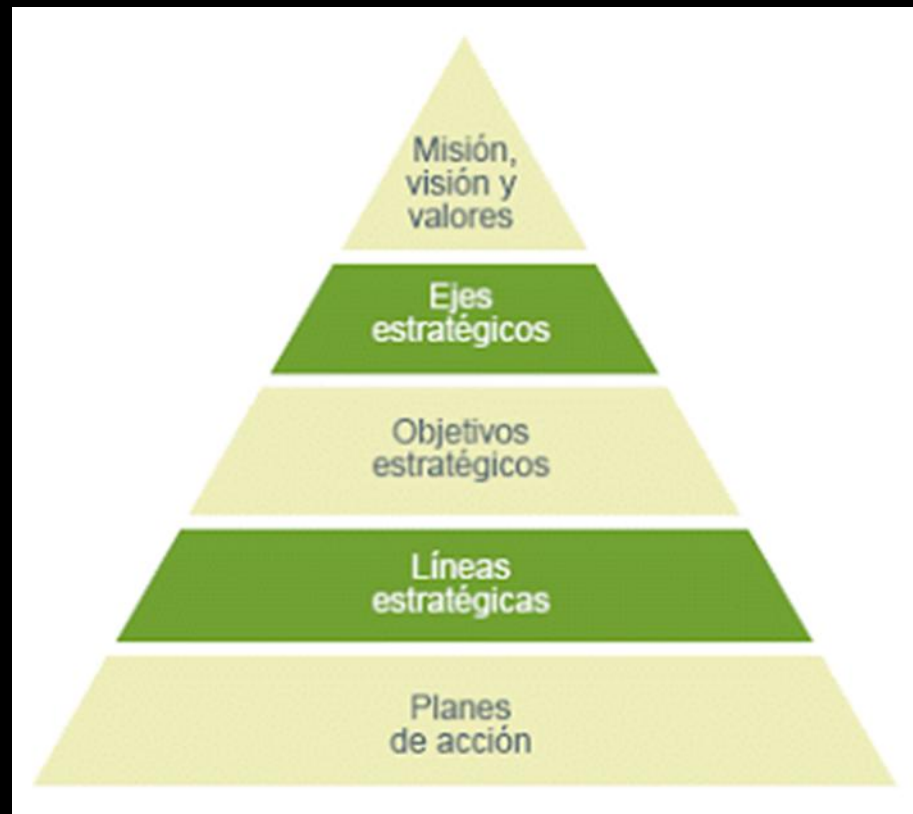
6) Interés en el bienestar de los demás. El ministro que tiene madurez se alegra sinceramente con el éxito de otros. En vez de monopolizar una conversación hablando de sí, escucha con atención lo que le sucede a otra persona. Se interesa en la vida de los demás con toda sinceridad.

7) Requisitos para ser un buen asesor: ¿Por qué la gente acude a algunos pastores y no a otros en busca de asesoramiento?
¿Cuáles son las características de un buen consejero?

consejero

METAS PERSONALES A CORTO, MEDIANO Y LARGO PLAZO.





Consideremos algunos requisitos indispensables para asesorar eficazmente.

a. El pastor-asesor debe ser tratable, social y accesible. Las personas acuden a alguien que las conozca, y a quien ellas a su vez conocen y aprecian. De otro modo, no se sentirían cómodas relatándole sus problemas y exponiéndole su corazón. Es necesario demostrar amigabilidad e interés en las personas. El ministro del evangelio puede conversar con los miembros de su congregación y conocerlos en visitas pastorales y en ocasiones sociales. Algunos pastores, sin embargo, se sienten inseguros conversando con la gente, e inconscientemente la alejan.

Apreciable



b. Debe reunir ciertos rasgos personales. Es importantísima la comprensión de los demás, es decir, la capacidad de ser sensible a sus necesidades y entender sus anhelos, problemas y frustraciones. El buen asesor escucha atentamente lo que dice el asesorado y trata de ver las cosas según la perspectiva de este. Respeta al asesorado y tiene interés en él como «persona» y no como si fuera solamente un «caso» para solucionar. Lleva una vida ejemplar, digna de respeto; se destaca por su cordura, discreción y optimismo. Se lleva bien con su esposa y con otras personas. Ha probado la fidelidad de Dios y ha salido victorioso de sus propios problemas. Sabe utilizar los recursos espirituales.



La Biblia, las promesas de Dios, la oración y el perdón. Tiene fe en el poder redentor de Dios y en la solicitud divina que obra para el bien de cada creyente. Conoce el poder transformador del amor de Cristo y de sus hijos.

c. Debe entender los móviles de la naturaleza humana y los de su conducta. Se aprende observando a la gente, leyendo libros y por la experiencia

CUALIDADES DEL CONSEJERO:



- Ser honesto y sincero
- Ser congruente y auténtico
- Ser tolerante
- Ser sensible
- Ser empático
- Ser creativo



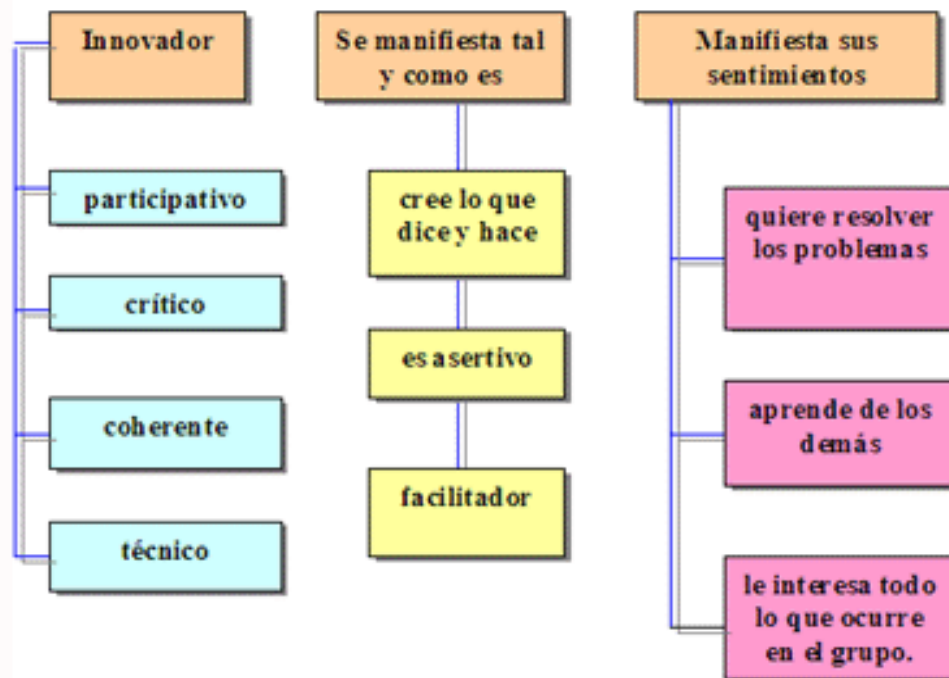
- d.** Debe entenderse a sí mismo y darse cuenta de sus imperfecciones y su condición de ser humano. Si no se entiende bien a sí mismo, no podrá comprender a otros.
- e.** Debe dominar sus propios deseos, sus sentimientos de culpa, su ansiedad, sus resentimientos, su sexualidad y sus frustraciones. De otro modo, sería como un ciego que guía a otro ciego. No podría ayudar a otros. «Médico, cúrate a tí mismo», y luego podrás curar a los demás.
- f.** Debe saber las técnicas del asesoramiento.
- g.** Debe estar dispuesto a dedicarle tiempo al ministerio de aconsejar. El proceso de asesorar requiere tiempo; perjudica apurarlo.



h. Debe saber guardar secretos. Algunos creyentes que tienen problemas no acuden a ciertos ministros porque sus problemas serían divulgados en la congregación, o peor, serían usados como ilustraciones en el sermón del próximo domingo. Aunque el pastor no mencione el nombre de la persona, los otros miembros adivinarían pronto quién es el hermano que tiene esos problemas. Es imprescindible que el pastor nunca viole revelaciones, de ninguna manera ni a ninguna persona, ni siquiera a su esposa. El pastor indiscreto es indigno de su vocación.

Las personas que tienen problemas no acuden al predicador cuyos mensajes hacen énfasis en la censura y exigen duramente el perfeccionamiento de «los santos». Los oyentes se darán cuenta de que él no es la clase de consejero a quien ellos pueden comunicarle los aspectos más íntimos de su vida. Quieren ser animados y ayudados, y no censurados. El espíritu críticón puede ser síntoma de inseguridad y frustraciones.

Características del profesor orientador



Condiciones para asesorar: La condición primera e indispensable para aconsejar es que la persona sienta la necesidad de buscar ayuda. Si no la siente, es poco probable que esté dispuesta a ser asesorada. También si la persona no quiere cooperar con el pastor o tiene poco interés en cambiar su conducta, no queda esperanza de ayudarla, no obstante la pericia del consejero. Cuando los padres mandan a sus hijos rebeldes al pastor, por ejemplo, no se logra mucho en la mayoría de los casos.



Para tener buenos resultados es necesario que el asesorado desee cambiar, que respete y estime al pastor, que tenga expectativas de ser ayudado, y que esté dispuesto a enfrentarse a sí mismo en el proceso de ser asesorado. Si le faltan estas características, conviene hablar con él y estimularle a expresar sus sentimientos y actitudes antes de tratar de asesorarle. La segunda condición es concertar un lugar y hora para reunirse. Muchas veces el pastor aconseja a uno o más miembros en la sala del templo después de un culto nocturno, especialmente si el problema no requiere mucho tiempo.



En los casos de un asesoramiento más extenso, el lugar para reunirse puede ser la casa del aconsejado, la oficina del pastor (si la tiene), la sala de la iglesia en una hora en que no haya otras personas presentes, un automóvil u otro lugar apropiado. Lo importante es encontrar un lugar donde el pastor y la persona que va a aconsejar puedan dialogar cómodamente y sin interrupciones ni distracciones.

Por regla general, conviene tener sillas cómodas, un ambiente limpio y ordenado, suficiente luz y una temperatura agradable. (A veces la oficina del pastor se encuentra desordenada: puede haber un montón de cajas en un rincón y pilas de papeles y libros sobre su escritorio.)

Todo lo feo y desagradable distrae la atención del asesorado y perjudica el proceso de asesorar.

Hay ocasiones de emergencia en las cuales el pastor no puede elegir ni la hora ni el lugar. Los creyentes, cuando hay una situación de crisis, llaman al pastor: tal vez un hijo ha sido detenido por la policía, ha ocurrido un siniestro, o un miembro de la familia agoniza o ha fallecido.



RESPECTO

El respeto en una relación quiere decir que cada persona valora quien la otra persona es.



CONFIANZA

La confianza es otra manera de decir que puedes contar con alguien.



APOYO

Alguien es comprensivo cuando comprende lo delicado que es el asunto y tienen fe en ti.



HONESTIDAD

Cuando alguien es honesto no se calla de decir la verdad-aun cuando es difícil oírla.



COMUNICACIÓN

Debe ser fácil hablar con esta persona y te debe entender.

La ética al asesorar: El pastor-consejero es responsable por lo que hace, primero ante Dios, luego ante el asesorado y finalmente ante la sociedad en que vive. Debe pensar siempre en el bien del aconsejado. Por ejemplo, procurará que el asesorado no se dañe a sí mismo ni dañe a otros. Si la persona quiere suicidarse, el asesor hará todo lo posible para impedir que lo haga.

Algunos principios de la ética que debe regir en el ministerio son:

a. Guardar confidencias. Lo que el asesorado le revela al pastor debe ser considerado inviolable y no debe ser divulgado a nadie sin el permiso de la persona. El pastor no debe contarle a un asesorado los problemas de otro ni debe usar sus experiencias habidas en su función de consejero como ilustraciones en sus sermones.

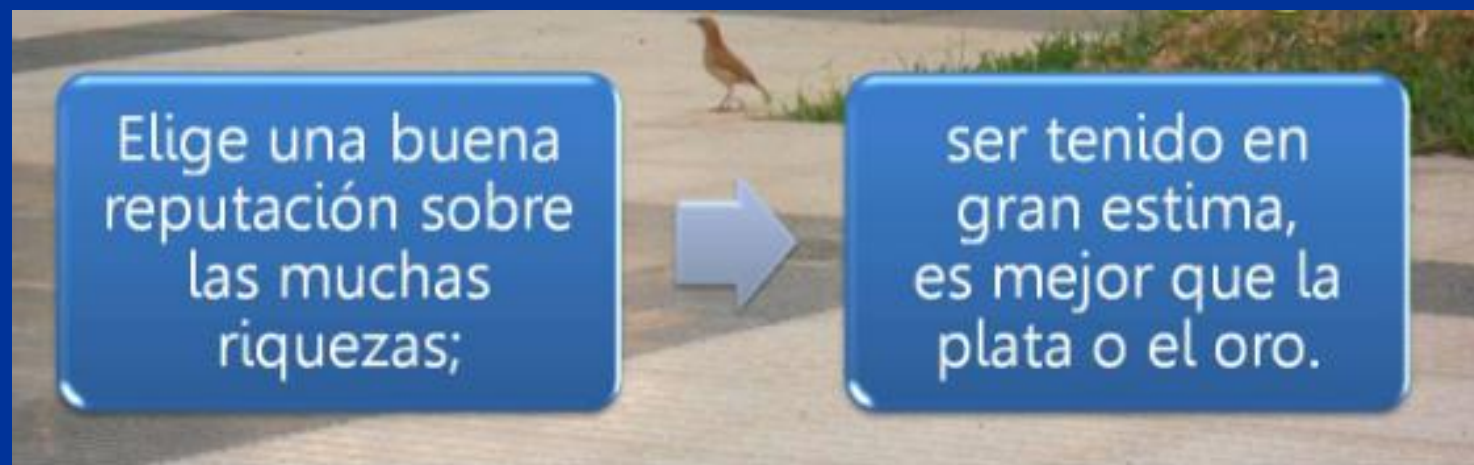
El buscar asesoramiento en cosas personales es el acto humano que muestra la mayor confianza posible en otra persona. Es como decir: «Confío en usted. Estoy seguro de que puedo abrirle mi corazón sin temer ser traicionado; puedo revelarle mis esperanzas, temores, debilidades y males con completa confianza».

b. Evitar el contacto físico. Aparte de saludar al asesorado con un apretón de manos o un abrazo, conviene no tocarlo. Debe evitar todo lo que pueda producir una situación seductiva o poner en marcha emociones malsanas. El hecho de que el asesor sea un hombre regenerado y llamado al ministerio del evangelio, no es salvaguardia de que no se sienta atraído por una mujer a la cual aconseja, o viceversa.



Rollo May, una autoridad sobre psicología pastoral, advierte que un consejero, que tenga un problema sexual no resuelto, puede tener un apego emocional con la asesorada, el cual perjudicará a dicha persona. Además, una de las responsabilidades más difíciles del consejero es impedir que la aconsejada se le apegue a él. Si el asesor está dispuesto a permitir tal cosa, la relación que debe existir entre los dos queda arruinada irreparablemente: no podrá aconsejarla más. En el momento en que el consejero se dé cuenta de que se complace emocionalmente ante la presencia de la asesorada, debe tener cuidado. El pastor prudente tendrá mucho cuidado en las situaciones relacionadas con el sexo opuesto, las cuales pueden alimentar las sospechas de los chismosos. «De más estima es el buen hombre que las muchas riquezas» (Proverbios 22:1). Tiene que protegerse a sí mismo también, de algunas mujeres que deliberadamente procuran arruinar al pastor. No irá solo a la casa de una mujer a quien no conoce, no aconsejará a una mujer en su automóvil, y dejará abierta la puerta de su oficina si esta no tiene ventana. Por regla general, los pastores prudentes asesoran a mujeres solamente cuando alguien está presente, y lógicamente es la esposa del ministro la que le suele acompañar.

***«De más estima es el buen nombre
que las muchas riquezas...»***



No esconder sus convicciones cristianas. La fe o creencias del asesor deben influir sobre todo lo que piense y haga, incluso en el aconsejar. Más vale ser fiel a Dios y a su Palabra que caer en gracia con el asesorado, si uno tiene que elegir entre las dos cosas. Por lo tanto, es responsable ante Dios de señalarle al asesorado la verdad bíblica que se relaciona con el asunto considerado. Naturalmente, no debe imponerle la norma cristiana, pero sí le corresponde presentársela. Por ejemplo, no debe aprobar un aborto en el caso de una soltera que ha tenido relaciones sexuales, y espera familia.

CUALES SON TUS CONVICCIONES?

COMPROMISO

Puede decirle: «La Biblia enseña... así, así... Le ataño a usted decidir lo que hará, pero ¿no le conviene cumplir con la Palabra de Dios y contar con su ayuda antes de hacer lo que está contra la Biblia, por más fácil que parezca, y llevar una carga de culpa?»

- a. No tratar de persuadir al asesorado a seguir recibiendo consejo. Se le puede animar a continuar, pero si la persona no quiere cambiar, es inútil aconsejarla. Además, el pastor debe respetar los deseos del asesorado y no debe obligarlo a hacer ninguna cosa aun cuando piense que es para el bien de la persona.
- b. Reconocer sus propias limitaciones. Ningún asesor puede ayudar a todos. Hay cosas muy difíciles, y a pesar de hacer lo posible puede ser que no dé ningún resultado. En algunos casos es mejor que el pastor no asesore.

Guiones para estudiantes Wesley

CONSEJERÍA PASTORAL

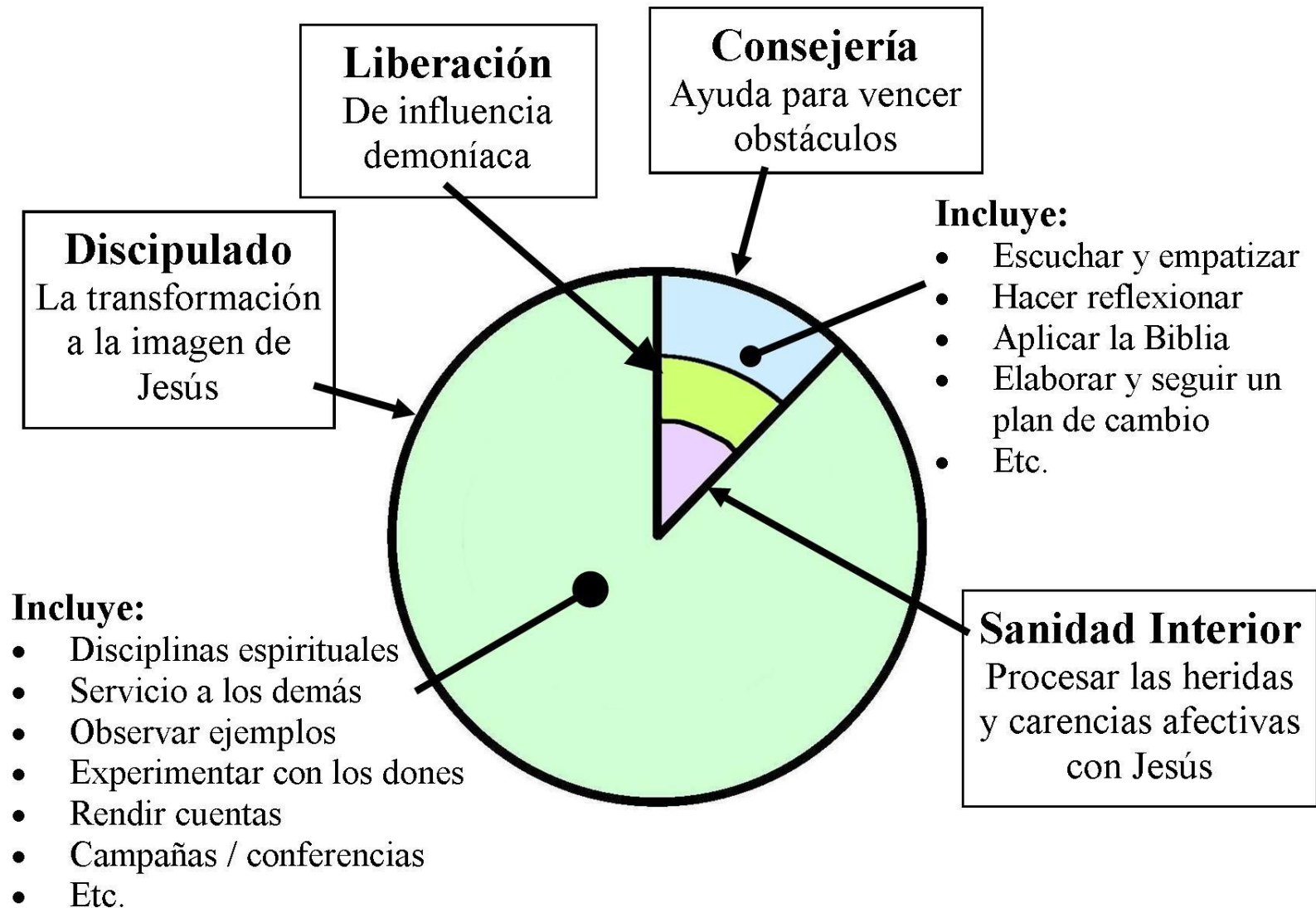
Clase 2



LA TÉCNICA NO DIRECTIVA



La Relación entre Discipulado, Consejería, Sanidad Interior y Liberación





Según una autoridad sobre sicología pastoral, la mayoría de las personas que acuden al pastor-consejero se sienten desorientadas, desanimadas, inadecuadas, aprensivas o llevan una carga de culpa. Se pueden aliviar estos sentimientos en gran medida, aconsejándolas con la «técnica no directiva». El primer paso para aconsejar a la persona que tiene problemas emocionales es dejarla expresar verbalmente sus emociones y sentimientos, especialmente en la primera parte de la entrevista.

Consejería Pastoral

Esto permite también que la persona pueda entender la relación que existe entre ella y otras personas involucradas, y entenderse a sí misma. Las emociones intensas impiden que la persona vea objetivamente su problema y su propio papel en el mismo. Cuando habla libremente acerca de su problema, muchas veces encuentra las raíces de su dificultad. Isaías 58:11-12.

**Jehová te pastoreará siempre, y en las sequías
saciará tu alma, y dará vigor a tus huesos; y
serás como huerto de riego, y como manantial
de aguas, cuyas aguas nunca faltan.**

Isaías 58:11

En muchos casos, cuando la persona expresa sus sentimientos y ve su problema, Sale la catarsis (purga de las emociones), o confesión, y los síntomas desaparecen. Sin embargo, no siempre es así. La percepción de sí misma puede ser superficial, y pasajero el alivio, y el problema puede volver pronto. En otros casos, la autopercepción es profunda y puede resultar en una acción por parte de la persona, acción que produce un cambio radical. Mucho depende de la persona asesorada. Algunos aconsejados ven claramente su problema y se entienden a sí mismos, pero les falta el deseo de cambiar. En ciertos problemas como la ansiedad y la homosexualidad, es difícil encontrar la solución. Puede ser necesario intentar varios procedimientos para encontrar el que logre la curación.



Los principios de asesoramiento son como llaves doradas que abren los candados y dejan salir de sus prisiones a las personas que tienen problemas. Considerémoslos:

1. Ganar la confianza de la persona: El primer paso para llevar a cabo el proceso de aconsejar, es establecer una relación de confianza mutua entre el pastor-consejero y el aconsejado. Ambos tienen que sentirse cómodos el uno con el otro. No se logra esta relación si el asesor no trata con condescendencia al asesorado. La actitud de: «Pobrecito, ¿en qué puedo servirte?», da a entender al aconsejado que el pastor se considera a sí mismo superior a él.





Es preciso que el pastor respete a la persona y la trate como igual. Le conviene darse cuenta de que cada ser humano fue creado a la imagen divina, y tiene gran dignidad. Filipenses 1:23-30.

Ahora el creyente es uno de los «pequeños» de Cristo; en el porvenir será puesto sobre los ángeles. Conviene respetarlo.

El consejero demuestra su respeto dándole al asesorado la impresión de que su problema es el asunto más importante y el único en aquel momento.

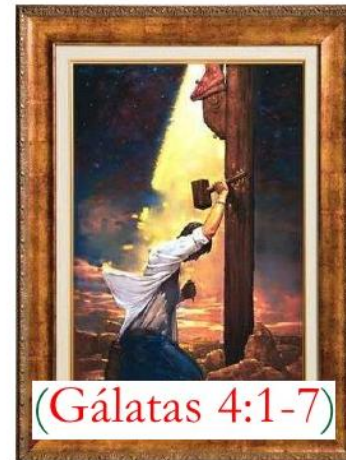
La primera vez que una persona acude al pastor para ser asesorada, es probable que experimente varios sentimientos simultáneamente: preocupación por su problema, pero incertidumbre acerca de lo que le pueda pasar en la entrevista. Tal vez aún tiene reservas en cuanto a la posibilidad de ser ayudada, o quizás esté un poco resentida si otra persona la ha obligado a venir. Puede ser que la avergüence el hecho de que sea necesario acudir al pastor para ser aconsejada, o sienta vergüenza por su conducta.



Incertidumbre acerca de lo que le pueda pasar en la entrevista...

Nuestra Adopción en Cristo

Como hijos
Tenemos su
Espíritu el cual
Clama
!Abba Padre!
(5-6)



Ya no somos
Esclavos sino
!hijos! Y
Herederos
Por medio de
Jesús
(v. 7)

CENSURA

Algunas personas se mantienen a la defensiva en cuanto a hablar acerca de sí mismas y de su problema. Tienen terror de que el pastor las censure. Sin embargo, hay personas que esperan ser ayudadas y que tienen plena confianza para entenderse mutuamente. Si no llegan de inmediato al problema, no es tiempo perdido, pues el asesorado no abrirá su corazón y no hablará acerca de detalles íntimos, si primero no tiene confianza en el pastor como una persona que lo comprende. Por lo general, la atención y la sinceridad del pastor infunden confianza en el corazón del consultante.

Puesto que el asesorado tal vez no entienda lo que es el proceso de aconsejar, el pastor debe explicárselo. El asesorado debe saber que es necesario que él mismo vea su problema. Aunque el consejero le ayude a comprender las raíces de su problema y le haga sugerencias, le toca a él tomar las decisiones y llevar a cabo la solución. Gálatas 4:1-7.

Aceptar incondicionalmente al asesorado: Es importantísimo, en el proceso de consejería, aceptar al aconsejado tal como es. Esto no quiere decir que el pastor deba aprobar su conducta por mala que sea, sino que debe aceptar al asesorado como una persona con valor y dignidad. No juzgará a la persona ni le predicará un sermón. Jorge León comenta: «El juicio corresponde solo a Dios. No es la tarea del pastor... “aprobar” o “desaprobar” a los hombres. Su responsabilidad es comprenderlos, escucharlos, y anunciarles el evangelio». Le conviene aliarse con la persona en la lucha contra su debilidad. El apóstol Pablo nos aconseja restaurar al hermano que transgrede «con espíritu de mansedumbre, considerándote a ti mismo, no sea que tú también seas tentado» (Gálatas 6:1-9).

Si seguimos nuestros malos deseos, moriremos para siempre; pero si obedecemos al Espíritu, tendremos vida eterna.
Gálatas 6:8



Algunos consejeros con poca experiencia piensan que es fácil aceptar incondicionalmente a las personas, pero no es así. Por el contrario, esto es muy difícil, pues uno tiene que aceptar a consultantes que tienen ideas, ideales y conductas muy diferentes a los nuestros. Nos pueden ser chocantes y ofensivos. Para desarrollar la capacidad de aceptar a otros, se necesitan dominio propio, preparación, experiencia y comprensión. Lucas 7:36-50.



El pastor-asesor no debe manifestar sorpresa alguna cuando escuche detalles sórdidos en la experiencia del aconsejado, ni sentirse ofendido por sus palabras e ideas. Si lo hace, la persona sentirá el rechazo del pastor y probablemente cortará pronto la entrevista. También aumentará el sentimiento de culpa que embarga al asesorado. Si la persona piensa que debe ganar el favor del consejero, es poco probable que saque a la luz lo malo de su actitud y comportamiento. Al contrario, con seguridad procurará ocultar su mal y defender su conducta. Así, se estaría perjudicando el proceso de consejería.



Un joven creyente le confesó a su pastor que había hurtado artículos de la tienda de su tío, que era donde estaba empleado. El pastor no manifestó sorpresa alguna, sino que le dijo con comprensión: «Hay perdón en Jesucristo». También lo animó a devolver lo robado. Después de confesarle a Dios su pecado, el joven restituyó lo hurtado a su tío. Si el pastor le hubiera dicho con horror: «Juan, yo pensaba que eras creyente; Qué tremendo pecado es robar cosas de su propio tío!», entonces es probable que el joven hubiera salido sin arreglarse con Dios ni con su tío.





Jesús usó esta técnica en el caso de Zaqueo. Mientras que otros censuraban al publicano por ser colaborador injusto de los odiados romanos, este se endurecía más y más. Pero cuando Jesús lo aceptó tal como era, eligiéndolo para ser su anfitrión aquel día, las defensas de Zaqueo fueron quitadas y pudo hacer frente a su propio pecado. Resultó que se arrepintió e hizo restitución (Lucas 19:1-10). El aceptar al asesorado tal como es, puede ser un poderoso factor para traerle la sanidad emocional y moral.



Actitudes necesarias para un entrevistador

- Saber observar y escuchar.
- Poseer madurez afectiva y equilibrio interior.
- Ser objetivo e imparcial.
- No ser agresivo ni autoritario.
- Poseer capacidad de empatía.
- Aceptar al alumno y comprenderle.
- Ser cordial, afable y accesible.
- Respetar la intimidad del entrevistado.
- Ser sincero, paciente y sereno.
- Ser prudente. Guardar el secreto profesional.

Escuchar: El papel del pastor como consejero es completamente diferente de su papel como predicador. Woodworth explica: Nosotros, los predicadores, tenemos la desventaja de estar tan acostumbrados a hablar, que nuestro primer impulso es decir algo. Pero la técnica para el asesoramiento es distinta a la que sirve en la predicación.



¿Qué debe evitar durante la entrevista?

- Hablar de si mismo
- Demostrar superioridad en la situación
- Demostrar acuerdo o desacuerdo con lo que el entrevistado diga
- Comparar durante la entrevista al candidato anterior o del puesto vacante.
- Interrumpir al candidato sin razón
- Hablar de cosas irrelevantes
- Usar terminología que no pueda entender



Muchas autoridades de sicología pastoral están de acuerdo en que el escuchar atentamente al asesorado es el factor mas importante en la consejería. Russell Dicks, escritor de la materia, dijo: «Si tuviera que limitarme a una técnica, elegiría la de escuchar». El escuchar atentamente al asesorado tiene gran valor para el consejero. Sólo cuando escucha, puede entender cuál es la situación del asesorado y cómo se siente este.

Sólo cuando escucha, puede establecer la relación entre el pastor y el aconsejado, la cual es indispensable para llevar a cabo el proceso de asesorar. Sólo cuando escucha, puede comunicar al asesorado que lo acepta tal como es. Todos nosotros nos sentimos aceptados por los que nos escuchan, cualquiera que sea nuestra necesidad. Un pastor-consejero, Carrol Wise, observó: «Por regla general, hacemos tanto bien y tan poco mal cuando escuchamos ... Los problemas del asesorado se ven desde una nueva perspectiva.

El hablarle a un pastor atento y comprensivo, es una experiencia que difiere totalmente de escudriñar su alma o hacer la reprensión de sí mismo en privado». El escritor inspirado confirma lo que dice Wise: «Confesaos vuestras ofensas unos a otros» (Santiago 5:16-20).



Escuchar con empatía: No basta con escuchar al asesorado de manera pasiva. Es preciso escucharlo atentamente y concentrarse en lo que dice, sin permitir que los pensamientos divaguen. Sobre todo, se le debe escuchar con «empatía». La palabra abarca un significado más amplio que el término «compasión». Quiere decir: «entrar en los sentimientos de la persona», sentir lo que ella siente, ver por sus ojos, «andar en sus zapatos» y, en cierto sentido, identificarse con ella.



"Conozca todas las teorías. Domine todas las técnicas, pero al tocar un alma humana sea apenas otra alma humana".

Carl G. Jung

**La empatía es un
indicador eficaz de
*la madurez humana***

 familias.com





Es preciso encontrar un equilibrio entre la objetividad y el sentir las emociones de la persona. Sin embargo, no basta sentir lo que siente el consultante, sino que es necesario comunicárselo a él. Se comunica la empatía escuchando atentamente, reflejando y respondiendo de tiempo en tiempo con palabras y gestos que indican comprensión.

Reflejar y responder: Con frecuencia los consejeros reflejan verbalmente lo que dice el aconsejado, para que él sepa que comprenden sus sentimientos. Así lo animan a seguir hablando acerca de su problema. El asesor trata de reflejar sus sentimientos parafraseando lo que el asesorado siente.



Consideremos un ejemplo de esta técnica:
ASESORADO:
Pastor, hace tiempo que deseo hablarle de mi problema, pero siempre me ha faltado valor para hacerlo.



PASTOR: ¿Le cuesta contar algunas experiencias?
ASESORADO: Así es, pero tengo que contárselo a alguien. Tuve una riña violenta con mi señora y luego volví a mi viejo vicio de beber. Me emborraché. ¡Cuánto lo siento!
PASTOR: Su caída le da mucha pena.



ASESORADO: El problema es que ella es inconversa y ya no tiene confianza en mí. Piensa que mi conversión era una farsa y que el evangelio carece de poder. Se ha puesto más dura que nunca.

PASTOR: (Demuestra preocupación por la señora.)

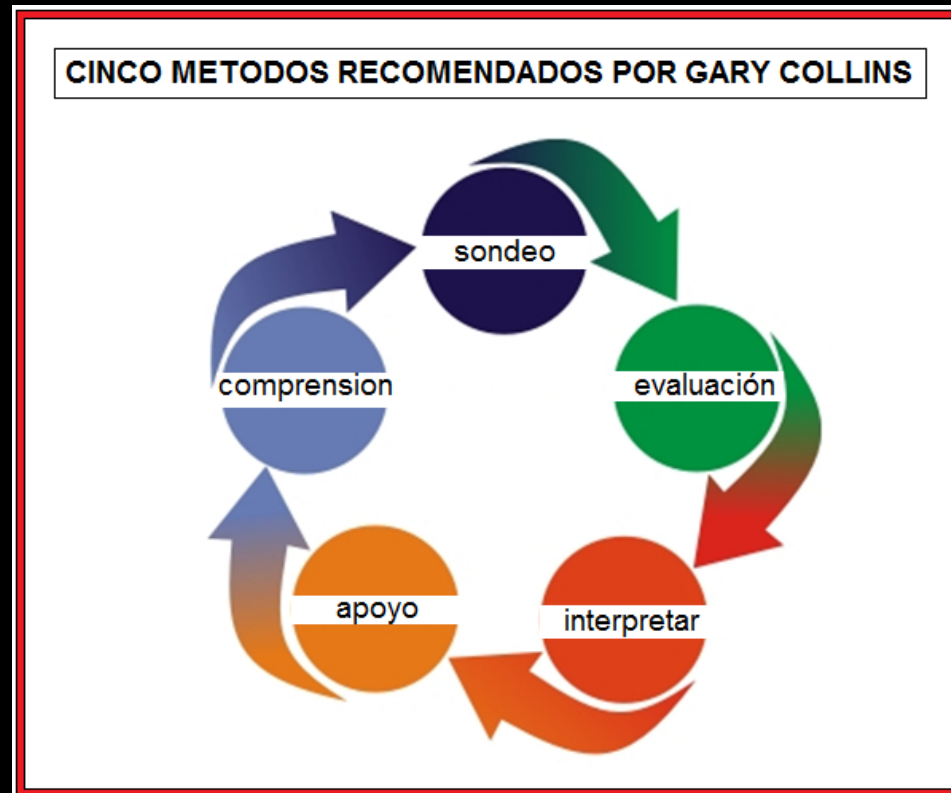
Es de notarse que reflejar no es simplemente repetir lo que dice el consultante. Más bien lo que hay que reflejar son sus sentimientos. Es una técnica que puede resultar contraproducente en algunas personas si se la usa en exceso. Puede terminar por irritar al aconsejado e impedirle hablar libremente.

CICLO DEL PASTOR Y ASESORADO



Hay otras maneras de responderle al asesorado sin estos inconvenientes. Gary Collins nos presenta una lista en la que hay seis métodos:

- 1) Sondeo: formular preguntas o comentarios para conseguir más información y estimular una conversación.
- 2) Comprensión: el consejero comunica su empatía.
- 3) Apoyo: mediante palabras sustentadoras, procurar reanimar y dar apoyo al que lo necesita.



- 4) Interpretación: señalarle al consultante lo que ocurre.
- 5) Evaluación: apreciar las ideas, actitudes y acciones del asesorado.

Las maneras de responderle al aconsejado se pueden entender por medio de los siguientes ejemplos: ocupa por él solo cuando él toma. De otro modo lo trata con indiferencia. Es necesario traer a la luz los motivos de tales personas y obrar para solucionar el problema que causa la mala conducta.



¿Cómo librarse de las ataduras espirituales?

Encontrar soluciones: El pastor-consejero escucha, formula preguntas cuando sea necesario para estimular al asesorado a hablar acerca de sus sentimientos, y explora las facetas significativas del problema. Aclara a veces lo que expresa el consultante, interpreta, y juntos llegan a entender el problema. Luego ambos colaboran en encontrar una solución.



Es una forma de analizar un asunto sistemáticamente. Sirve como lección y enseña a mirar las cosas con la razón en vez de obedecer el primer impulso que se siente. Recomendando enérgicamente que en este paso los dos vayan escribiendo en una hoja de papel qué soluciones parece haber para el caso.

He visto que esto ayuda apreciablemente al consultante a considerar las ventajas y desventajas de cada posibilidad. Hay que ayudarlo en esto, preguntando si la solución que se está estudiando estaría dentro del marco que Dios expone en su Palabra. ¿Cómo afectaría a sus seres queridos? ¿Solucionaría el problema de verdad, o no? El consejero, por supuesto, puede prestar mucha ayuda en este paso haciendo uso de su propia experiencia y de lo que revela la Biblia.

Dos tareas de un líder en un momento de estrés, problema, o conflicto.

1. Demostrar en palabras y en acción una actitud no-ansiosa.

No dejar que el pánico gobierne

Afirmar cualidades positivas de las personas.

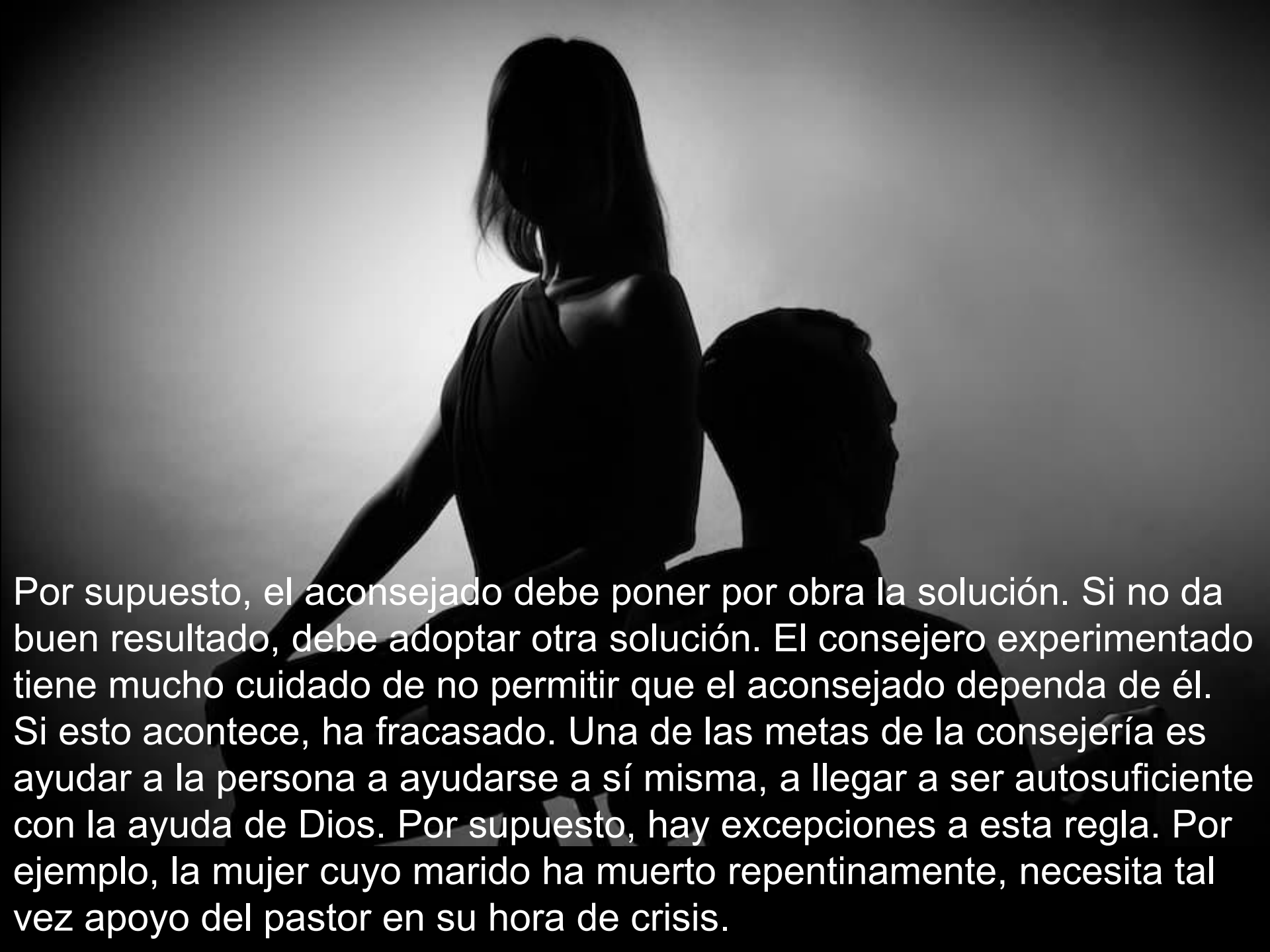
Afirmar facetas positivas de la situación.

Resaltar verdades bíblicas que aplican a la situación.

Mantener un sentido de humor.



Hay casos en que el pastor señala alternativas en las cuales no ha pensado el asesorado. Las presenta solamente como posibilidades y no trata de imponerlas, pues al consultante le toca decidir qué hacer. Si el aconsejado no está dispuesto a obedecer la Palabra de Dios o le falta voluntad para dar los pasos necesarios a fin de remediar su situación, el pastor no gana nada con presionarlo. Además, «hay decisiones tan delicadas, que ningún consejero debe contraer la responsabilidad por las consecuencias que pudiera sufrir el consultante».

A black and white photograph showing the silhouettes of a man and a woman from behind, looking out over a bright, hazy horizon. The woman is on the left, with long hair, and the man is on the right, with short hair. They are both looking towards the right side of the frame, where the light source is, creating a strong backlight effect. The background is a gradient from dark at the bottom to light at the top.

Por supuesto, el aconsejado debe poner por obra la solución. Si no da buen resultado, debe adoptar otra solución. El consejero experimentado tiene mucho cuidado de no permitir que el aconsejado dependa de él. Si esto acontece, ha fracasado. Una de las metas de la consejería es ayudar a la persona a ayudarse a sí misma, a llegar a ser autosuficiente con la ayuda de Dios. Por supuesto, hay excepciones a esta regla. Por ejemplo, la mujer cuyo marido ha muerto repentinamente, necesita tal vez apoyo del pastor en su hora de crisis.

En los casos en que el aconsejado y el pastor tienen varios diálogos orientadores y le parece al consejero que no conviene seguir aconsejándolo, este debe dar por terminadas la sesiones. El pastor puede observar con tino: «Me parece que hemos llegado al punto en que usted ya no me necesita. Creo que puede llevar a cabo la solución con la ayuda divina». Conviene que los dos decidan de común acuerdo terminar con las entrevistas.





Evaluación de la técnica no directiva: La posición del autor de este estudio es que la teoría no directiva puede servir en muchos casos, especialmente en los de problemas emocionales. Naturalmente tiene que ser adaptada para incluir principios cristianos. Sin embargo, no es la única técnica que el pastor debe usar, ni siempre surte efecto. A veces el consejero empleará una variedad de técnicas, o mejor dicho, el método ecléctico.

Se considerarán otras técnicas en la lección siguiente. Ya hemos mencionado anteriormente, que el método no directivo requiere mucho tiempo en la mayoría de los casos, pero probablemente ofrece más posibilidad de encontrar tiempo disponible para aconsejar a sus miembros con este método. Sin embargo, pueden utilizar algunos de los principios de la teoría, respetando al consultante y dándole la oportunidad de expresarse libremente, y no imponiéndole sus ideas.



Algunos consejeros evangélicos quedan desilusionados con los resultados de esta técnica, en especial cuando se la usa sin convicciones cristianas.

Es obvio que si el consejero no tiene normas morales, puede animar al asesorado a aceptar su pecado como una mera enfermedad, o aun como algo normal; y así lleva al consultante a la permisividad o auto indulgencia. Como consecuencia, hay consejeros evangélicos que rechazan de plano este método.



Argumentan que no da lugar a la ayuda de un experto (el pastor), a la receta de la Biblia ni a la ayuda divina.

Ciertos consejeros, de fuerte convicción agustiniana, también creen que el hombre es tan rebelde contra Dios y tan afectado por el pecado, que no está en condiciones de comprender su situación ni de tomar decisiones correctas. Algunos escritores dirigen su ataque contra Carl Rogers, el exponente principal de la teoría.





- **Terapia**
- **Carl Rogers** es mejor conocido por sus contribuciones en el área terapéutica. Su terapia ha cambiado en un par de ocasiones de nombre a lo largo de su evolución: al principio la llamó **no-directiva**, ya que él creía que el terapeuta no debía guiar la paciente, pero sí estar ahí mientras el mismo llevaba el curso de su proceso terapéutico. A medida que maduró en experiencia, Carl se dio cuenta que mientras más “no-directivo” era, más influía a sus pacientes precisamente a través de esa postura. En otras palabras, los pacientes buscaban una guía en el terapeuta y lo encontraban aunque éste intentara no guiarles.

¿Hay una técnica bíblica para aconsejar? No cabe duda de que en la Biblia se encuentran muchos casos de uso del método directivo, especialmente en asuntos espirituales y morales. Pero ¿es esto evidencia de que debemos rechazar otros métodos? Algunos consejeros evangélicos señalan que la Biblia se interesa más en las cosas teológicas que en los problemas psicológicos del hombre. Aunque las Escrituras describen situaciones psicológicas y dan ciertas soluciones, no imponen ninguna técnica. Lo que vale, dicen ellos, es que los principios bíblicos sean la base de las convicciones del consejero. Se puede variar el método según el caso particular. El problema de los que abogan por una teoría es que piensan que su idea abarca toda la verdad, y no hay lugar para otro planteamiento



También algunos consejeros evangélicos tienden a rechazar todo lo que enseñan ciertos sicólogos, pues dichos sicólogos son humanistas o tienen algunos conceptos anticristianos. Por ejemplo, algunos evangélicos rechazan casi todo lo que enseñó Freud porque era ateo y exageró el papel del instinto sexual.

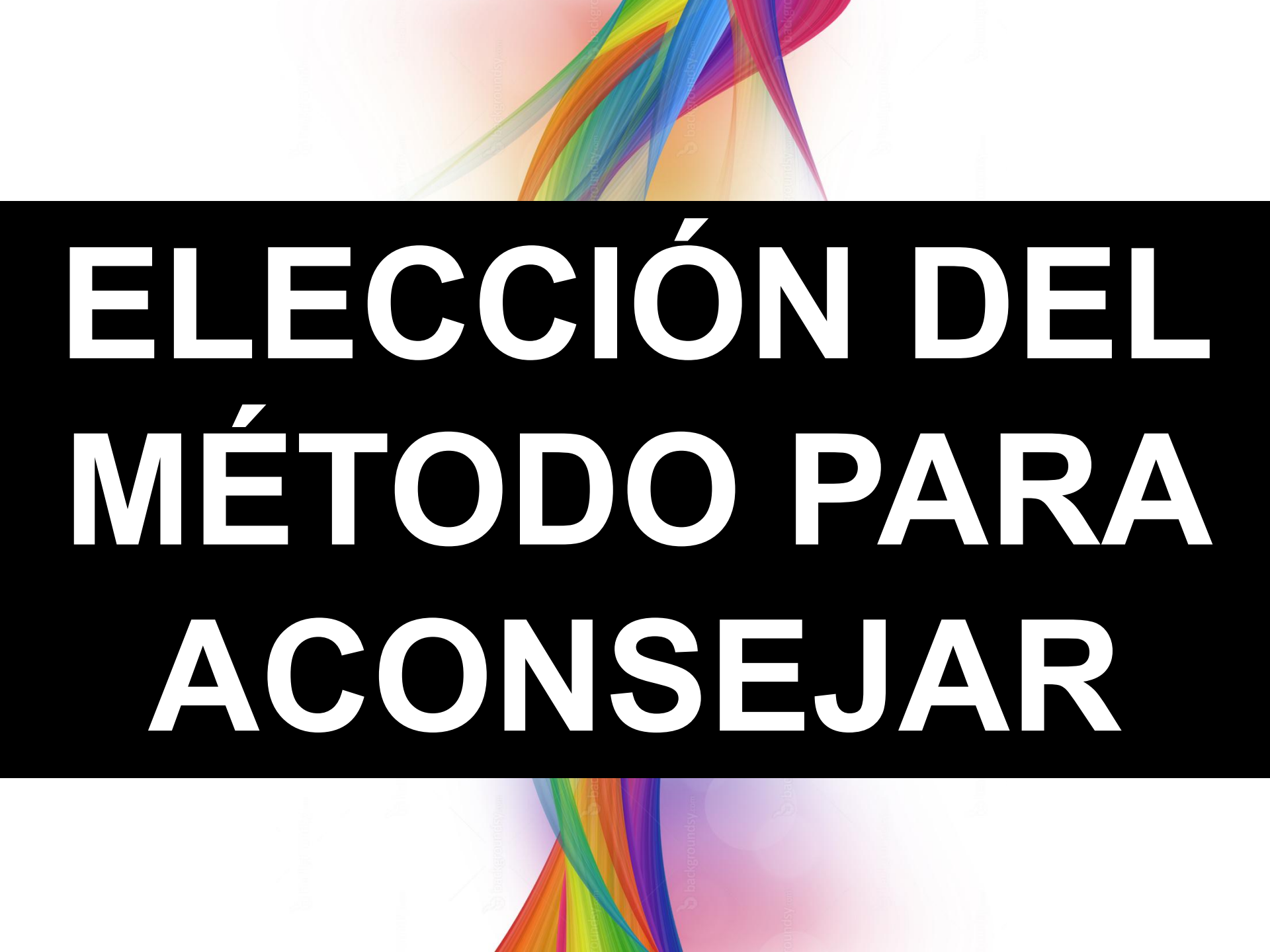
Pero, ¿es necesario rechazar una herramienta eficaz en la construcción de un templo porque haya sido inventada por un incrédulo? Aunque su teología sea mala, su herramienta puede ser muy buena.

De modo que ¿no conviene extraer lo útil y rechazar lo que perjudique en las teorías de la sicología? ¿No se pueden adaptar ciertas técnicas de los sicólogos dándoles un enfoque cristiano? ¿Acaso todos los asesorados son iguales y responden al mismo trato? Valdría la pena reflexionar bien antes de llegar a conclusiones definitivas.

Guiones para estudiantes Wesley

CONSEJERÍA PASTORAL

Clase 3



ELECCIÓN DEL MÉTODO PARA ACONSEJAR

ELECCIÓN DEL MÉTODO PARA ACONSEJAR.

Hemos considerado minuciosamente la técnica no directiva, tratando de adaptar toda la verdad bíblica. Pero este es solamente un método entre los varios que el pastor-consejero puede utilizar. Hamilton, observa que no hay una sola teoría que haya resultado ser eficaz en todas las situaciones, ni siquiera en tipos específicos de situación. «Es por eso que no hay un método 'correcto' para aconsejar». Conviene que el pastor aprenda los distintos métodos y elija la técnica más apropiada para el caso que enfrenta.

Consideremos algunos métodos de aconsejar, los cuales nosotros, como evangélicos, podemos utilizar.



Consejería de apoyo: En momentos de crisis, puede ser que la persona necesite ser apoyada y fortalecida. La crisis puede ser precipitada por muchas cosas: la pérdida de la casa por un siniestro o por un problema financiero, desilusiones románticas, la separación de los esposos, la pérdida del empleo o el rechazo por una persona a la cual admira el consultante. A veces, en el período de la crisis, el modo normal de la persona para enfrentar la tensión no es el adecuado; se siente sola y a punto de hundirse; necesita ser apoyada y afirmada.



CURSO
De
Liderazgo

TIPOS DE CONSEJERÍA

- Consejería de apoyo
- Consejería de confrontación
- Consejería educativa
- Consejería preventiva
- Consejería espiritual
- Consejería profunda
- Consejería informal



La meta de esta técnica no es desarrollar en la persona la costumbre de depender del pastor, sino prestarle temporalmente apoyo, consuelo o aliento, a fin de que supere la crisis.

También el consejero procurará ayudarle a fortalecerse, a desarrollar su propia perspectiva, y a emplear sus propios recursos psicológicos para enfrentar sus problemas.

Hará lo posible para evitar que el asesorado recurra a salidas perjudiciales, tales como negar que existe el problema, escaparse del problema mediante la fantasía, usar alcohol y drogas.

Rehusar ayuda o no buscarla, negar que se tengan sentimientos negativos tales como enojo, odio, ansiedad o culpa, culpar a otros, depender de otros para solucionar su problema o aislarse de sus parientes y amigos.



PRINCIPIOS DE TRATAMIENTOS PARA LA DROGADICCIÓN

UNA GUÍA BASADA EN
LAS INVESTIGACIONES

El pastor es la persona más idónea para prestarle apoyo a un creyente que sufre una crisis, pues, representa la ayuda divina. En muchos casos, su sola presencia infunde aliento y fortaleza. Proporcionará un oído atento y comprensivo a la persona que necesita desahogarse. Ayudará al asesorado a entender su problema y a encararlo con realismo, a expresar sus sentimientos, tales como pesar, terror, frustración, resentimiento y culpa; a aceptar algo de la responsabilidad ayuda a solucionar el problema; a encontrar soluciones; a aceptar las cosas que no pueden ser cambiadas, tales como la pérdida, de un ser querido; y a dar pasos constructivos para avanzar en la solución del problema.



Se considera que las crisis pueden proporcionar oportunidades para el desarrollo personal del individuo.

Por ejemplo, la mujer cuyo marido tiene que servir en la fuerzas armadas, se ve obligada a bastarse a si misma, o el hombre cuyas faltas precipitan al mismo a comprender su problema hablando libremente con el pastor, no le queda otra alternativa al pastor que utilizar la técnica directiva.

También algunos asesorados no son lo suficiente maduros o no están emocionalmente en condiciones de pensar con lucidez y tomar decisiones de manera inteligente



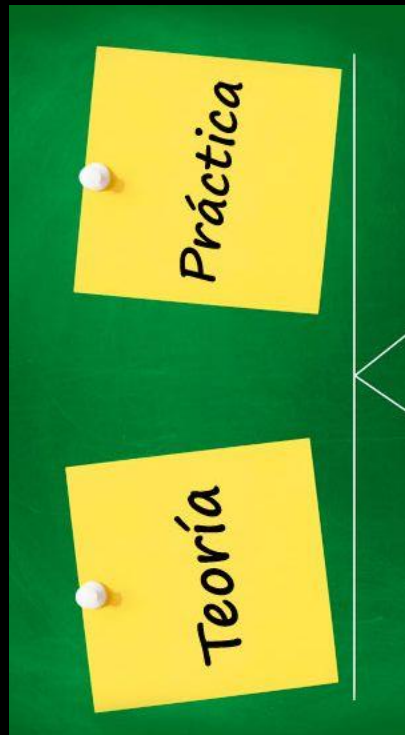


Práctica y Seguimiento

- El seguimiento en este proceso es necesario si se pretende mejorar la vida espiritual de las personas de la iglesia.
- Los ministerios de la iglesia deben animar a que se practiquen disciplinas espirituales.
- Los obstáculos que encuentran los miembros de la iglesia al incorporar las disciplinas son los mismos que usted tiene. **¿Cómo supera esos obstáculos?**

Otros prefieren recibir consejos directos, porque esto produce menos ansiedad y les da una autoridad en la cual pueden apoyarse para su conducta. Sin embargo, en la mayoría de estos casos, una vez que haya pasado la emergencia, conviene que el asesorado aprenda a tomar más responsabilidad para solucionar sus problemas.

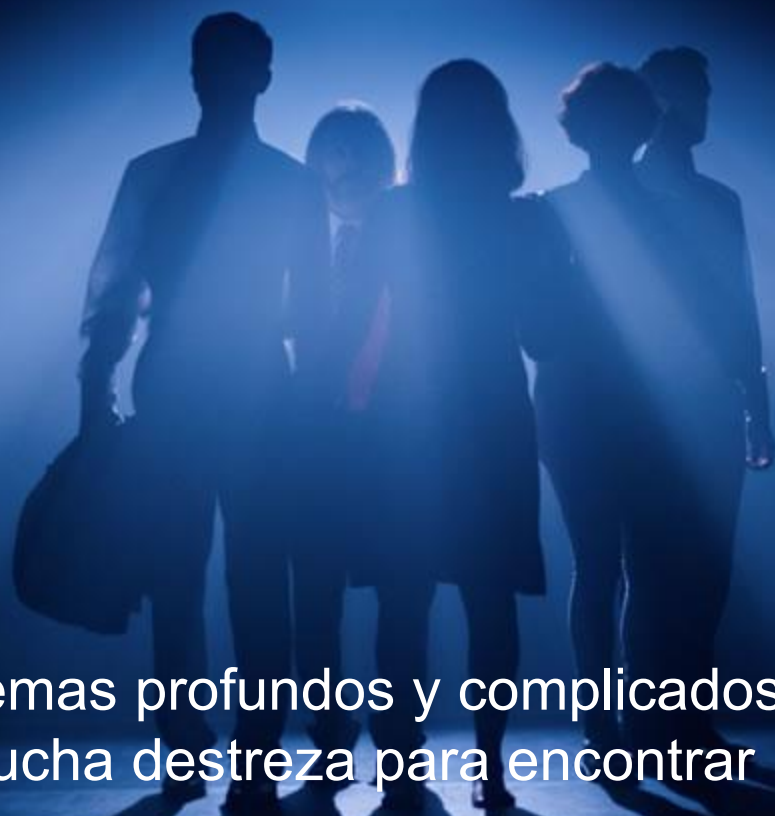
En la práctica de asesoramiento, pocos consejeros peritos emplean solamente la técnica directiva o la no directiva, pues mucho depende de las circunstancias y de la condición del orientado. Generalmente se emplean elementos de ambos métodos en la misma consulta.



Diferencia entre Marco Teórico y Teoría

Marco Teórico- paradigma filosófico del cual las diferentes teorías extraen sus principios, conceptos y procedimientos terapéuticos.

Teoría- conjunto integrado de principios que intentan explicar y entender un fenómeno a la luz de un marco teórico.



En casos de problemas profundos y complicados, es preciso que el consejero tenga mucha destreza para encontrar las raíces y su verdadera naturaleza.

Probablemente comenzará la consulta empleando la técnica no directiva y obrará con mucho tino y objetividad.

Se dará cuenta de que un diagnóstico incorrecto y la proposición de unas soluciones superficiales, repercuten tanto contra el bien del consultante como contra la reputación del pastor.

Los pasos para aconsejar empleando el método de la confrontación son los siguientes:

a) El consejero recogerá información acerca del problema, averiguando los antecedentes del mismo. Formulará muchas preguntas para tener un concepto claro de la situación y para ayudar al consultante a ver su responsabilidad. Debe dar toda oportunidad a la persona para que descubra y reconozca por su propia cuenta su responsabilidad y culpa. Si el asesorado cierra los ojos a su responsabilidad echándole la culpa a otros o dando excusas, el consejero se verá obligado a tomar un paso más directo.

El Espíritu de la verdad, les guiará hasta la verdad completa.
Juan 16,13

FACETAS DE LA TUTORÍA

CONFRONTACIÓN

- **Aclaración de las expectativas de desempeño.**
- **Identificación del déficit en el desempeño.**
- **Aceptación de tareas más difíciles.**
- **Compromiso con un mejoramiento continuo**

b) Confrontar al consultante con la evidencia de su mal comportamiento; es decir, hacerle ver que ha pecado y que tiene que enfrentarse a la realidad.

Debe recordar siempre que el propósito es restaurar a la persona a la comunión con Dios y con sus semejantes. El pastor sabio se dará cuenta de que no es Dios, sino un pecador perdonado, y que todavía está lejos de la perfección.

Sobre todo, el pastor debe ser sensible a la dirección del Espíritu Santo, cuya obra es convencer al mundo de pecado (Juan 16:12-15).



c) Seguir aceptando al asesorado aun en los casos en que este no quiera reconocer su falta. El consejero se dará cuenta de que Dios rechaza el pecado pero ama al pecador. No discutirá con el aconsejado tratando de convencerlo de que es responsable. En algunos casos el asesorado rechaza la evidencia de su culpa durante el diálogo, pero después recapacita. Las palabras del pastor pueden servir como semilla, que necesita tiempo para nacer.





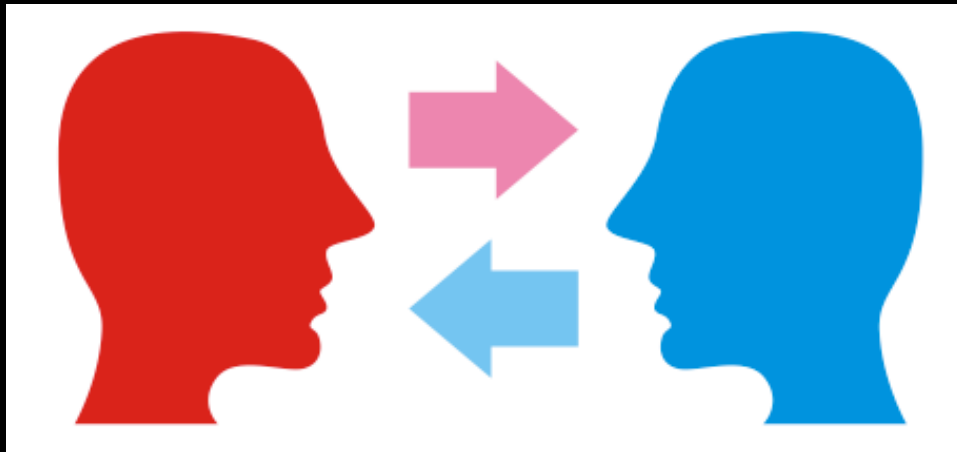
Guiar a la persona a confesar su pecado a Dios y a confiar en su amor perdonador (1ª Juan 1:1-10). En casos de aconsejar a incrédulos, puede ser que el consejero tenga que contentarse con que la persona confiese su falta, pues tal vez no está preparada todavía para recurrir a Dios.

d) Ayudar al aconsejado a arreglar las cuentas habidas por su mala conducta con las personas perjudicadas, o sea, hacer restitución cuando sea posible. Luego lo ayudará a llevar una vida digna de su arrepentimiento.



e) Muchas veces conviene que el pastor emplee la técnica de confrontación yendo a ver a un miembro de la iglesia cuando este se comporta mal. Es mucho mejor hablar con él en privado acerca de su irregularidad, que pararse tras el pulpito y descargar su artillería sobre toda la congregación. A veces los predicadores abusan así del pulpito porque les falta el valor de confrontar personalmente con su pecado al creyente inconsecuente, pero tal procedimiento puede producir resentimiento, tanto de parte del miembro, como de la congregación.

Información y dirección: Hay personas que necesitan consejo para elegir una vocación; otras piden información acerca del noviazgo y el matrimonio, de los asuntos de conducta, de cómo resolver problemas espirituales, de cómo vencer una debilidad moral, o sobre la doctrina cristiana. Para servir a dichas personas, el pastor hace el papel de maestro, aunque utilizará también la técnica de aconsejar. El pastor puede sentirse halagado cuando las personas buscan su opinión sobre las decisiones importantes de su vida. Sin embargo, le conviene reconocer que no es experto en todas las materias y debe admitir con humildad su ignorancia en ciertos asuntos.



Todo buen cambio
Comienza con una.....

MENTE RENOVADA

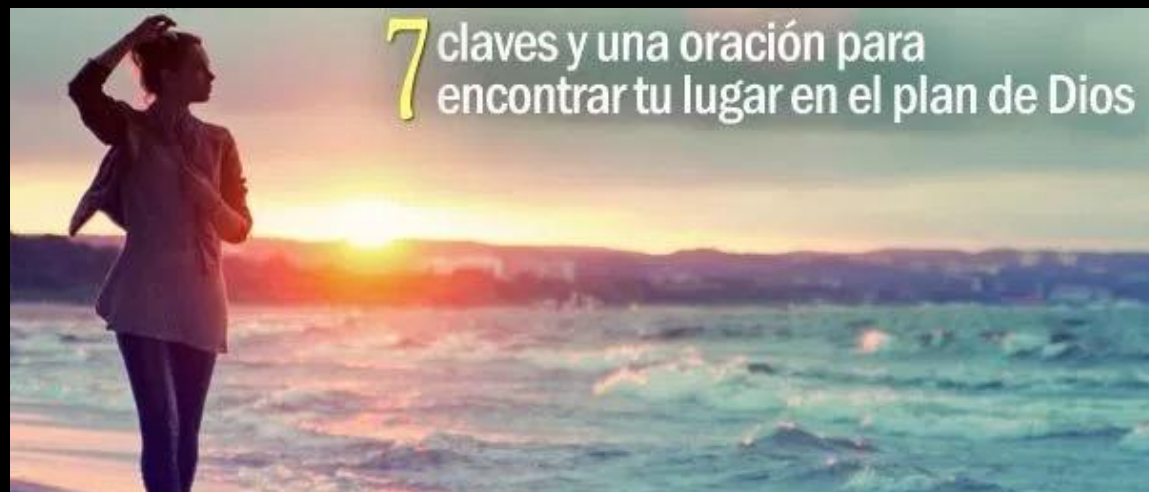
"NO PUEDE HABER TRANSFORMACIÓN EXTERIOR NI
EN NUESTRO MUNDO INTERNO, SINO
EMPRENDEMOS UN PROCESO DE RENOVACIÓN DE
NUESTRA MENTE. TODO LO QUE EXISTE EN EL
MUNDO EXTERIOR FUE EN PRINCIPIO UN CONJUNTO
DE IDEAS Y PENSAMIENTOS ELABORADOS POR
NUESTRA MENTE. ASÍ PABLO NOS RECUERDA
:TRANSFORMAOS POR LA RENOVACIÓN DE
VUESTRA MENTE...".





En cambio, conviene indicarle a las personas dónde pueden encontrar la información que necesitan o cómo pueden hallar la dirección divina. La mayoría de los evangélicos creen que Dios tiene un plan para la vida de cada persona. Pero, ¿cómo se puede saber su voluntad? El primer paso es entregarse completamente al Señor y desear hacer su voluntad (Romanos 12:1-2).

Entonces, es necesario reconocer que Dios guía por medio de varias cosas: hablando, por las Escrituras y los consejos de amigos espirituales dando impresiones mientras las personas oran, y abriendo puertas o cerrándolas según las circunstancias. También los talentos y deseos de la persona muchas veces son indicios muy importantes. Dios no nos llamaría a hacer algo sin darnos también la capacidad de realizarlo. El Señor produce en la persona los deseos de hacer su voluntad; tanto «el querer como el hacer, por su buena voluntad» (Filipenses 2:12-18).



7 claves y una oración para
encontrar tu lugar en el plan de Dios

<https://elmisericordioso.me/7-claves-y-una-oracin-para-encontrar-tu-lugar-en-el-plan-de-dios-2/>





El pastor sabio ayudará a la persona a reunir la información necesaria y a explorar las posibilidades. El consejero debe tener mucho cuidado de no imponerle su opinión; al asesorado es a quien le toca encontrar la dirección divina.

En algunos casos, convendrá que el pastor indique que muchas veces Dios nos guía paso a paso. Hay casos, como el del apóstol Pablo, en que la persona recibe la dirección divina en un momento.

Pero la mayoría de nosotros recibimos la dirección del Señor como Abraham, el cual recibió el mandato de marcharse, pero «salió sin saber a dónde iba»

Las personas que vienen al pastor con problemas intelectuales, tales como dudas acerca de la Biblia o porque no entienden ciertas enseñanzas, deben ser aceptadas plenamente. Por ejemplo, el pastor debe comprender la lucha que tiene el universitario que estudia la teoría de la evolución y comienza a dudar del relato bíblico de la creación. Sería mejor recomendarle leer un libro evangélico sobre la ciencia y la Biblia, o señalarle las distintas interpretaciones evangélicas acerca de los días de la creación. El hacer burla de la doctrina de la evolución será contraproducente. Por regla general, al universitario se lo convence solamente con datos y argumentos basados en hechos comprobados. Conviene que el pastor-consejero se ponga al día en su estudio sobre la apologética.



El asesor debe evitar también un ataque emocional contra doctrinas falsas o contra las falsas sectas, cuando una persona viene con problemas doctrinales; tal proceder puede ser contraproducente. Usará la Biblia de manera inteligente y tratará de ser positivo.

Estará alerta para discernir si el problema que presenta el asesorado es su verdadero problema. Muchas personas emplean preguntas doctrinales para ocultar problemas más profundos.

A veces algunos jóvenes vienen con preguntas acerca del noviazgo y del matrimonio. Otros tienen problemas de tentaciones o de debilidades morales como la masturbación. Gary Collins sugiere la técnica para aconsejar en tales casos.

El pastor debe animar al consultante a preguntar acerca del asunto. Si la persona tiene vergüenza, es importante hacerla sentirse cómoda, observando que muchos jóvenes tienen el mismo problema o haciendo otra observación con la cual se pueda identificar el joven. Hay ocasiones en que el consejero puede darle información o recomendarle que lea un libro acerca del problema.

Sistema de amenaza y defensa

Se enfoca en:
control, seguridad, lucha y
huida, atacar, protección

Se siente:
inseguro, ansioso, miedo, enfadado,
aislado, desbordado, amenazado

Hormonas: adrenalina,
cortisol

modo hacer

Sistema de incentivo y búsqueda

Se enfoca en:
en hacer, acción, metas
superar desafíos, competir, éxito

Se siente:
alerta, energizado, estimulado,
motivado

Hormonas: dopamina

modo hacer

3 Sistemas
Emocionales
Principales

Sistema de calma y satisfacción

Se enfoca en:
auto-cuidado, empatía,
calidez y amabilidad

Se siente:
estable, seguro, conectado, satisfecho,
calmo, confianza, coopera

Hormonas: oxitocina,
endorfina

modo ser

Adaptado para
el programa
"Mindfulness
para la salud"
del libro de
Paul Gilbert,
"Compassionate mind".
www.respiravida.net

mindfulness
respira vida
breathworks
compassion

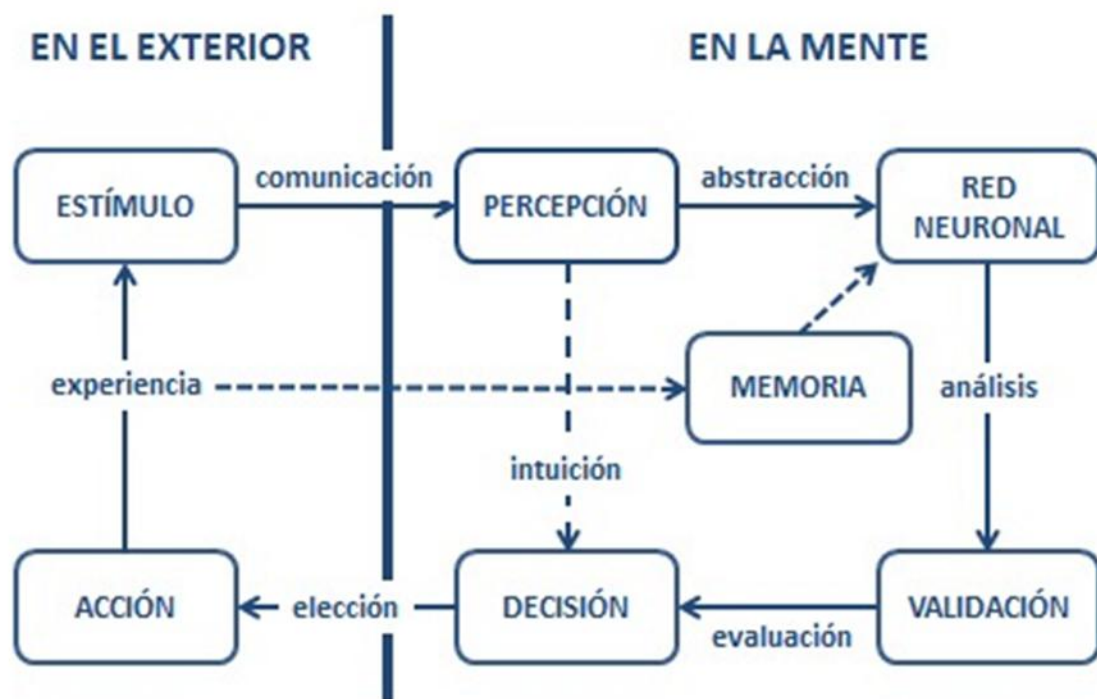
Debe proporcionarle la oportunidad de charlar acerca de la información. Entonces, animará al asesorado para poner en acción los consejos que ha recibido. Al ver que la persona ha aprendido y ha aprovechado la información y los consejos, el pastor debe expresarle su aprobación y elogios. Así lo animará a seguir tomando pasos constructivos.

Presentarse como un «sabelotodo» ni dramatizar excesivamente los peligros potenciales. Dejará abierta la puerta para que las personas puedan formular preguntas y charlar acerca del tema. Estará bien informado de antemano acerca de la materia y presentará maneras de evitar posibles problemas.

Conviene también emplear pasajes de las Escrituras apropiados, para que los consultantes basen sus enseñanzas sobre el fundamento sólido.



PROCESO MENTAL DEL CONOCIMIENTO COGNITIVO - INTUITIVO



Envío del consultante a un especialista:

En la lección 2 hemos notado brevemente los límites del pastor-consejero y la necesidad de aconsejar al consultante a que busque la ayuda de personas mejor adiestradas, especialmente en casos de neurosis y demencia.

Se pueden añadir otros casos a la lista de los que deben ser dirigidos a expertos profesionales: personas gravemente perturbadas, individuos profundamente deprimidos o a punto de suicidarse, aquellos que necesitan ser aconsejados durante un largo tiempo, enfermos que necesitan atención médica y personas a las cuales el pastor no es capaz de aconsejar.

Conviene que el pastor tenga los nombres y direcciones de siquiátras, médicos, abogados y otras personas claves, las cuales puedan asistir a los consultantes necesitados.

Por supuesto, serán personas de confianza y preferiblemente creyentes. Luego, puede sugerir que los asesorados busquen la ayuda de ellos, cuando no es aconsejable que el pastor mismo los asesore.



¿Cuáles son los principios en cuanto a recomendarles a los consultantes otra persona u organización más capaz para atenderlos? En primer lugar, el consejero debe pensar siempre en el máximo bien del asesorado. En segundo lugar, conviene aconsejarlo de manera que la persona no se sienta rechazada por el pastor. El aconsejado ha venido con alguna confianza en el pastor, y puede desanimarse, piensa que su ministro no quiere o no puede ayudarlo. Tan pronto como el consejero vea que es necesario aconsejarlo a recurrir a otra persona, debe comenzar a prepararlo para este paso.

Por ejemplo, puede decir: «Hermano García, tal vez el doctor Hugo Miranda lo pueda ayudar más que yo». También debe señalarle las razones por las cuales le conviene buscar ayuda en otro lado. Dialogarán acerca del asunto. El asesor debe respetar siempre las decisiones del consultante y no tratar de imponerle sus opiniones. Luego, el pastor averiguará los resultados de la ayuda prestada por la otra persona.

Collins señala tres peligros en esta técnica:

- (a) el aconsejado puede sentirse rechazado;
- (b) el pastor puede apresurarse demasiado a aconsejarlo que recurra a otra persona, no dándose cuenta de que él mismo lo puede ayudar;
- (c) el consejero a veces intenta aconsejar a personas cuyos problemas van más allá de su capacidad o adiestramiento para solucionar.

Consejería en grupo: Los creyentes a través de los siglos se han reunido para realizar sus cultos, sus estudios y tener comunión. Comenzó la costumbre con los doce discípulos. En muchas partes del Nuevo Mundo se forman actualmente pequeños grupos, llamados células, para realizar actividades religiosas y sociales. Se redescubrió que hay posibilidades de crecer espiritualmente en grupos pequeños que estudian, oran, trabajan juntos y sobrellevan los unos las cargas de los otros.



Algunos consejeros han empleado la idea de reunirse con un grupo pequeño con el propósito de aconsejar a varias personas a la vez. Han tenido, a veces, un éxito extraordinario en aconsejar a matrimonios con esta técnica. La organización «Alcohólicos Anónimos» también utiliza ese sistema con resultados alentadores.

El grupo terapéutico constará, por regla general, de seis a nueve personas como número ideal. Todos los integrantes tendrán problemas y objetivos comunes, tales como solucionar asuntos relacionados con la educación de sus hijos o la mejora de su vida matrimonial. No se reunirán para escuchar un mensaje del pastor, sino para promover una interacción libre acerca de sus problemas.

Todos podrán participar relatando sus experiencias, escuchando e interpretando. El espíritu de hermandad y aceptación entre los miembros proporciona a cada uno la oportunidad de ser lo que en realidad es y de expresar lo que verdaderamente siente. En la situación de aconsejar a un individuo, el pastor no es el único consejero; en el grupo terapéutico hay tantos consejeros como miembros.

Cada persona, en momentos dados, puede llegar a asesorar a otra persona. Los miembros escuchan, aceptan, apoyan, aclaran, confrontan y aconsejan. Por regla general, los miembros dirigen sus comentarios el uno al otro y no al líder. Dependen el uno del otro para ser apoyados, interpretados y hasta suavemente censurados.

El individuo, al escuchar los problemas de otros, se dará cuenta de que no es la única persona que tiene conflictos o ciertas debilidades. Estará más dispuesto a abrir su corazón. Verá su problema desde una nueva perspectiva: la de sus compañeros del grupo.

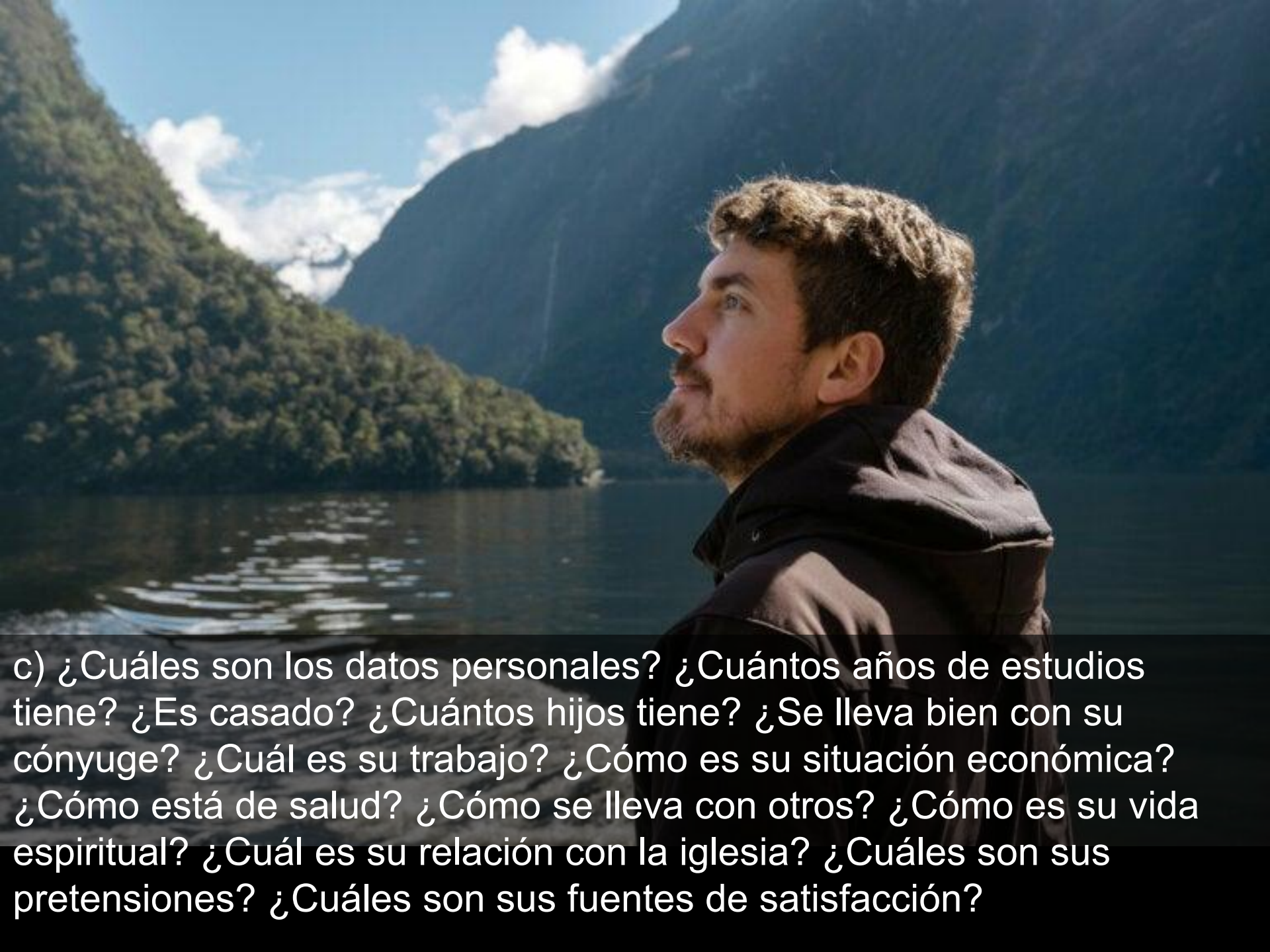
Otro método para aconsejar en grupo es dar una clase sobre un tema que presenta el consejero, y sobre el cual anima a los asistentes a formular preguntas y a conversar. Después de considerar el asunto en sus diferentes aspectos, el grupo puede participar libremente, hablando acerca de problemas y experiencias que se relacionen con el tema.

En esta lección hemos considerado algunas maneras de aconsejar. El pastor debe elegir la técnica más apropiada para el caso y el método que él ha dominado. Debe ser motivado siempre por el deseo de ministrar lo más eficazmente posible, teniendo en cuenta la necesidad de los aconsejados.





- a) ¿Cuál es o era la posición del consultante en la familia de sus padres? (Si era el único o último hijo, tal vez fuera mimado; si era el hijo mayor, probablemente gozaba de cierta autoridad y tenía responsabilidades, en algunos casos, demasiadas responsabilidades; si era un hijo no querido, puede ser que tenga cicatrices emocionales.)
- b) ¿Cuál es la situación de sus padres? ¿Están vivos? ¿Están separados? ¿Se llevan bien entre sí? ¿Dónde viven?



c) ¿Cuáles son los datos personales? ¿Cuántos años de estudios tiene? ¿Es casado? ¿Cuántos hijos tiene? ¿Se lleva bien con su cónyuge? ¿Cuál es su trabajo? ¿Cómo es su situación económica? ¿Cómo está de salud? ¿Cómo se lleva con otros? ¿Cómo es su vida espiritual? ¿Cuál es su relación con la iglesia? ¿Cuáles son sus pretensiones? ¿Cuáles son sus fuentes de satisfacción?

Después de aconsejar a una persona, muchos pastores-consejeros escriben los datos en tarjetas en un archivo y repasan bien los antecedentes antes de tener otra consulta. Asimismo, en los casos en que el problema no se aclare durante la entrevista, conviene a veces sugerirle al asesorado que escriba una lista de los problemas de su vida que no fueron considerados en el diálogo. Así tendrá la oportunidad de estudiar por sí mismo las áreas de dificultad y concentrarse en los aspectos claves.



Muchos pastores-consejeros escriben los datos en un archivo y repasan bien los antecedentes antes de tener otra consulta.



6 cosas que NO debes hacer en una entrevista



1 LLEGAR TARDE
Calcula el trayecto y llega 5 min. antes



2 NO ESCUCHAR
Escucha activamente y detecta tus oportunidades



3 NO INFORMARTE
Investiga la compañía y sus novedades

4 OLVIDAR DATOS
Memoriza bien tu CV

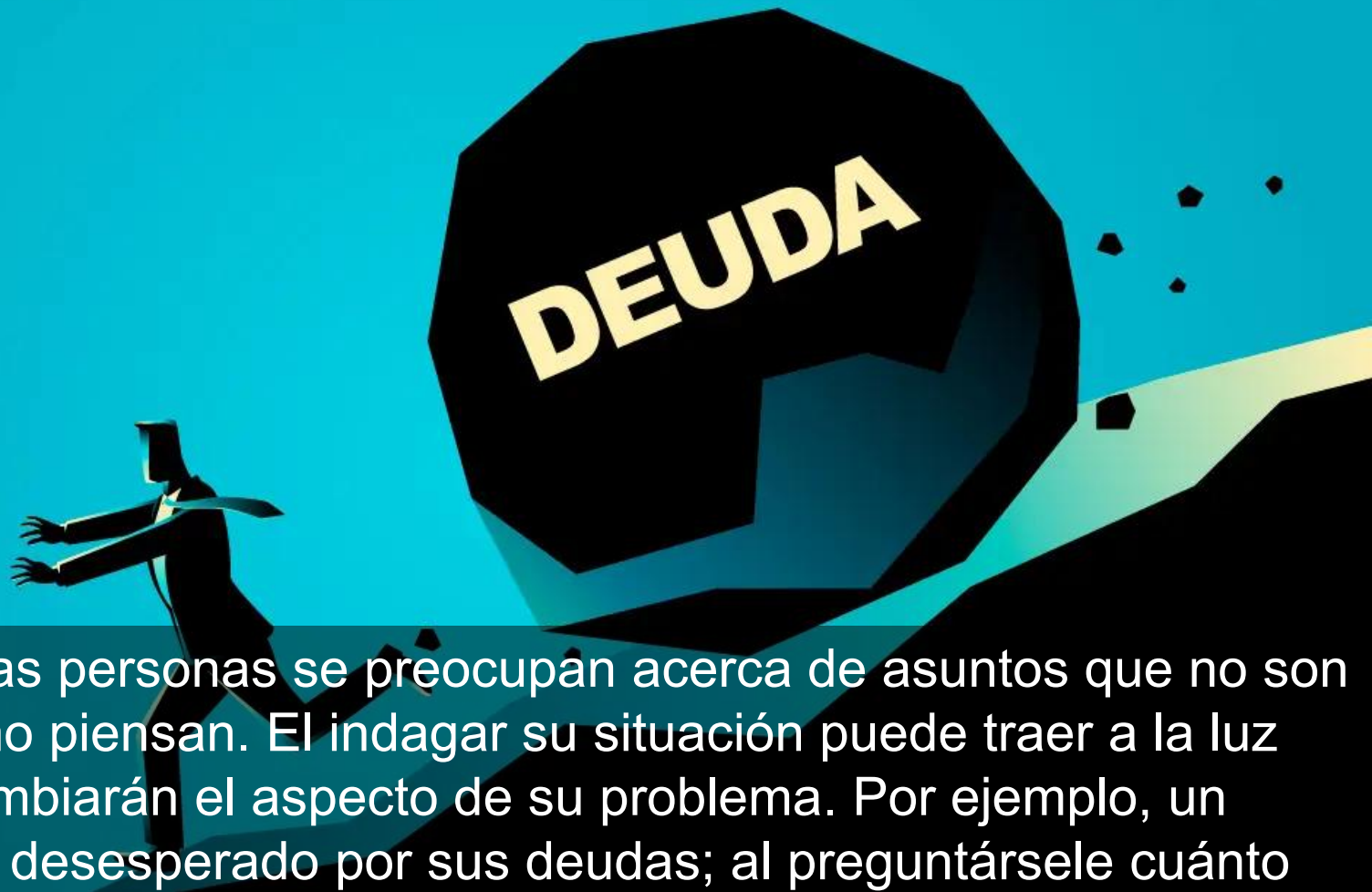


5 HABLAR MAL de tu ex-jefe
Focaliza en una buena cualidad

6 HABLAR DEMASIADO
Sé breve y conciso

Quien la sigue
¡La consigue!

InfoJobs



A veces, algunas personas se preocupan acerca de asuntos que no son tan graves como piensan. El indagar su situación puede traer a la luz hechos que cambiarán el aspecto de su problema. Por ejemplo, un hombre estaba desesperado por sus deudas; al preguntársele cuánto debía, respondió: «No sé». El consejero le sugirió que hiciera una lista de sus deudas y las sumara. Resultó ser que la suma no era tan grande como se imaginaba. «¿Qué hace usted para pagar las deudas?», le preguntó el pastor. Admitió que había llegado a la conclusión de que enfrentaba un desastre inevitable, y esto antes de considerar todos los hechos. Era necesario recoger los datos para prestarle ayuda.

Factores a considerar para tomar una decisión: ¿Cómo llegamos a una decisión? ¿Cuáles son los integrantes que forman una determinación? Muchos factores influyen en este acto: el intelecto, las emociones, el espíritu, los instintos; todos tratan de persuadir a la voluntad de que la decisión sea favorable a sus propios intereses. Con frecuencia, el conflicto de los interesados es tan fuerte e indeciso que la persona posterga la toma de una decisión.

En asuntos morales y sociales, las convicciones religiosas, los tabúes, la norma de la sociedad y el concepto que la persona tiene de sí misma desempeñan un papel importante en la decisión





Sin embargo, muchas veces, los urgentes deseos momentáneos claman con voz tan fuerte, que la voluntad no escucha las voces que aconsejan moderación. Esaú ilustra este caso cuando su apetito venció a su sentido común y vendió su primogenitura por un plato de lentejas. Hay personas que son llevadas por sus antojos compran un auto solo porque les gusta la línea, o un caballo por su color, se identifican con un grupo porque se sienten presionadas a conformarse a los gustos de sus compañeros. Los miembros de un comité se miran los unos con los otros para determinar cual es el consenso de opinión, y luego votan de acuerdo con la mayoría, así evitan ser considerados singulares.

El temor influye mucho en las decisiones Las personas deciden muchas veces no por convicción, sino para evitar consecuencias desagradables, tales como la desaprobación o el desprecio de otros Hacen callar la voz de su conciencia para no sufrir, como en el caso de Pilato, quien condeno a Jesús a pesar de saber que era inocente Los expertos que preparan la propaganda para la venta de productos comerciales, apelan a los deseos de la gente «Compre este producto, porque todo el mundo lo usa» «Fume Humo Blanco porque es el cigarrillo de los hombres varoniles» «Lávate con jabón Clara y mantendrás tu belleza» Apelan a los deseos de ser héroes, hermosos y exitosos, a fin de que se vendan sus productos.





Al igual que los publicistas, los deseos inconscientes abogan para obtener sus fines cuando uno toma una decisión, y muchas veces ganan en la lucha contra los argumentos racionales. Cuando uno toma una decisión, debe preguntarse ¿Cuales son mis motivos? ¿Es correcto según la norma cristiana? ¿Cuales son los beneficios a largo plazo? ¿Cuales son las consecuencias negativas? ¿Que efecto producirá en otros? ¿En mi familia? ¿En mi grupo? ¿En mi iglesia?

Uso de los recursos espirituales. El pastor-consejero tiene la gran ventaja de tener la ayuda del Paracleto, («uno llamado al lado de otro para ayudarlo»). Si la iglesia primitiva consideraba que era indispensable ser lleno del Espíritu para administrar los bienes a los pobres (Hechos 6 3), cuanto más es necesario que los consejeros sean llenos de la misma Persona. Hamilton, observa «Un ministro sin el Espíritu, es como un guante sin mano. Tiene la forma, pero no la substancia».



*“La gracia del Señor Jesucristo y
el amor de Dios y la comunión
del Espíritu Santo sean
con todos vosotros”
2 Corintios 13:14*



El pastor tiene la confianza de que es Dios quien obra a través del proceso de aconsejar. Al igual que Dios sana al enfermo cuando el médico trata la herida, así el poder sanador del Espíritu interviene a favor del consultante mientras este procure comprender y resolver su problema, limpiarse de su culpa o llegar a ser una persona mejor.

El mismo Espíritu puede dirigir tanto al pastor como al asesorado y darles la sabiduría y la fuerza que necesitan. No hace falta que el consejero tenga todas las respuestas. El Espíritu Santo es su gran ayudador y fuente de gracia.



Una de las herramientas mas poderosas en las manos del consejero es la Biblia La Palabra de Dios contiene la descripción de los conflictos humanos y los medios para resolverlos Pero no todas las partes de la Biblia tienen el mismo valor para ayudar a las personas que están en dificultad Por ejemplo, el aconsejado afligido no recibirá gran beneficio leyendo los salmos imprecatorios, ni algunas porciones de la historia de Israel En cambio, hay selecciones bíblicas que vienen bien al caso específico del creyente

**Con Dios está
la sabiduría y
el poder; suyo
es el consejo y
la inteligencia.**

Job 12:13

Salmos 119:105 Lámpara es a mis pies
tu palabra, Y lumbrera a mi camino.”

2 Timoteo 3:16-17 Toda la Escritura es
inspirada por Dios, y útil para enseñar,
para redarguir, para corregir, para instruir
en justicia,
17 a fin de que el hombre de Dios sea
perfecto, enteramente preparado para
toda buena obra.”



Conviene citar un versículo apropiado, relacionado al problema tratado durante el dialogo, o leer una porción que arroje luz sobre la situación del aconsejado Por ejemplo, hay selecciones bíblicas que ponen el dedo en la llaga en cuanto a problemas matrimoniales o relaciones interpersonales También algunos pastores han recetado la lectura de ciertas porciones que se llaman «prescripciones espirituales» ¿Quien de nosotros no se ha levantado de la cama cuando no podía dormir y ha leído un salmo que le ha tranquilizado el espíritu.

Sin embargo, conviene ser prudentes en el uso de la Biblia, Collins, nos advierte que dos de las mas grandes debilidades de los pastores-consejeros son o el uso excesivo o el uso escaso de los recursos espirituales. Algunos creyentes opinan que basta leer la Biblia y orar para aconsejar exitosamente. A veces es todo lo que se necesita hacer, pero es probable que en la mayoría de los casos tal método no surta efecto, y el consultante quede frustrado. En cambio, hay otros consejeros pastorales que tienden a no orar y a no usar las Escrituras, sino que emplean solo técnicas sicológicas. No siempre es recomendable leer la Biblia y orar durante una entrevista. Si la persona es inconversa, puede llegar a pensar que el interés del consejero es meramente para convertirla, y que no esta interesado en ayudarla.

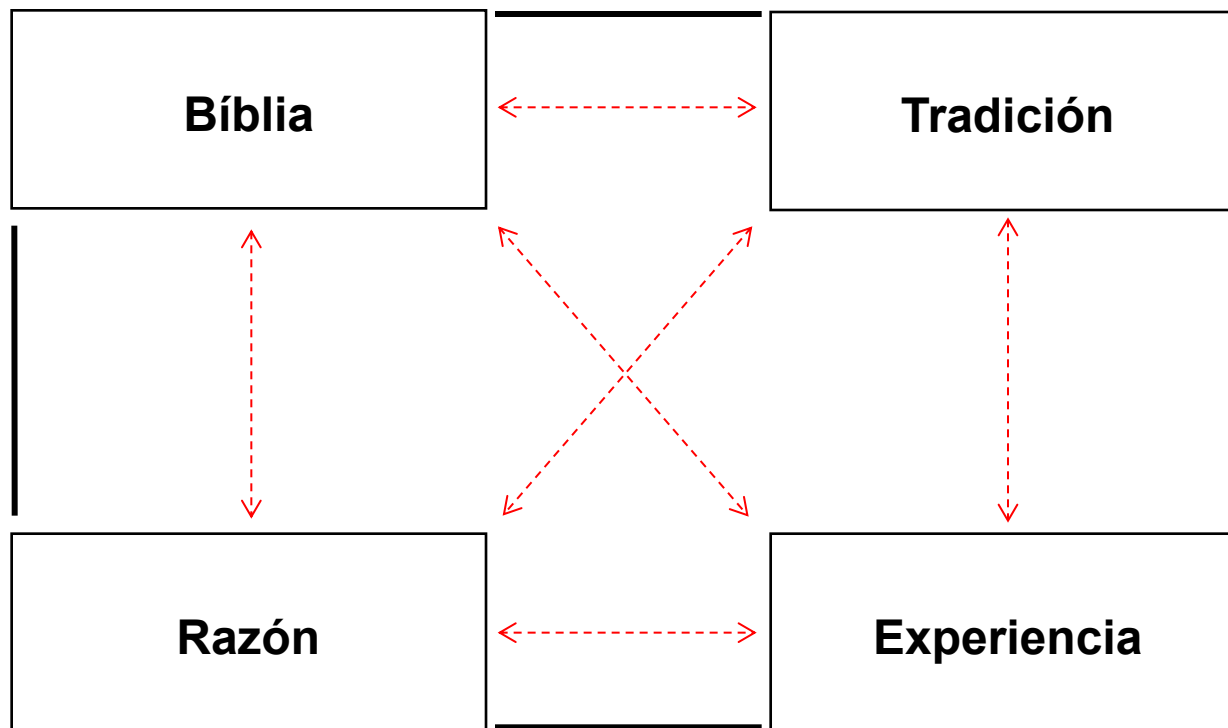
DIOS ES COMPASIVO CON EL INCONVERSO

- 1** Cuando advierte antes de enviar el juicio. [Jonás 3:1-4](#)
- 2.** Dios no desea castigar, Él anhela restaurar y dar lo mejor.
- 3.** Por medio de los mensajes de juicio, Dios muestra su misericordia.



Claro que el amor por las almas nos lleva a procurar su salvación, pero puede ser que la persona no este preparada todavía, y hasta que este indiferente espiritualmente. La personalidad del asesor influye mucho, Si es un hombre de fe, irradiará confianza e infundirá fe en el poder de Dios para ayudar al aconsejado. Al terminar la entrevista, conviene, por regla general, orar con la persona si esta esta abierta a las cosas espirituales. También debe finalizar el diálogo con una nota de optimismo y confianza en el Dios Omnipotente.

DINÁMICA DEL CUADRILÁTERO WESLEYANO



MATRIMONIO; SEXO Y NOVIAZGO

MATRIMONIO; SEXO Y NOVIAZGO.

Según una encuesta llevada a cabo hace algunos años, (1950-1960), aproximadamente el cincuenta por ciento de los casos en que las personas que buscaban a un consejero, se trataba de problemas matrimoniales.

Esta generación, se caracteriza por el decaimiento del matrimonio y del hogar. No hay mas que ver las encuestas de las separaciones matrimoniales, y las que existen, de hecho, sin necesidad de proceso legal de separación.

No tiene mayor importancia que ahora se casen a una edad mas temprana que antaño, si la vida matrimonial de los mismos se apaga y termina en los primeros años. Ahora mas que antes, el periodo matrimonial se extingue en proporciones geométricas

Lamentablemente, se nota que esta tendencia no se limita a los matrimonios de los inconversos, también ha invadido a la iglesia. Es imprescindible que el pastor-consejero tenga un claro concepto del matrimonio cristiano y sepa los métodos, tanto de evitar, como de solucionar los problemas matrimoniales

- **Comunicación y Respeto**
son base sólida en el matrimonio.

1ª Co. 7:1-6

- Dialogar
- Comprenderse
- Dominar sus impulsos,
(ira o cólera)



El propósito de Dios es que tengamos un matrimonio permanente

El concepto cristiano del matrimonio. «El que los hizo al principio, varón y hembra los hizo», (Mateo 19: 1-12). El matrimonio es la primera institución constituida por Dios. En el relato de la creación en Génesis 1 y 2, se encuentra el estribillo «Y vio Dios que era bueno».

Sin embargo, cuando el lector llega a 2: 18, halla la primera cosa que no era buena la soledad del hombre «No es bueno que el hombre este solo». Por eso, Jehová, creo a la mujer e instituyó el matrimonio. Luego Adán y Eva tuvieron familia.

Comenzando con la primera pareja, la Biblia entera hace hincapié en la importancia del matrimonio y la familia. Describe los detalles de las familias de los grandes líderes tales como Abraham, Isaac, Jacob, Moisés, Samuel y David. Aunque Jesús nunca se caso, aprobó el matrimonio con su presencia en las bodas de Caná y enseñó acerca de la relación matrimonial.

En Génesis 2, se encuentra en esencia la enseñanza mas avanzada sobre esta relación. El propósito primordial del matrimonio es proporcionar compañía y ayuda mutua. «No es bueno que el hombre este solo, le haré ayuda idónea para él» La palabra hebrea que se traduce «idónea» sugiere en primer lugar «la similitud», o «correspondencia», y luego «adecuada» Sena una persona que podrá tomar parte en la vida del varón, responder a su naturaleza, con entendimiento y amor, y cooperar con él, para realizar el plan divino.

Dios le proporcione una compañera que satisficiera los anhelos no realizados del hombre. Creado para tener comunión y compañía, el hombre solo tendría una vida plena cuando pudiera compartir, confiar y amar en el circulo intimo de la familia.

Según el plan divino, el matrimonio ha de tener ciertas características Debe ser monógamo, pues Dios creo a una sola mujer para el varón (Después permitió la poligamia, pero nunca la aprobó porque es incompatible con el ideal de Génesis 2: 24 Serán una sola carne»).

La explicación mas hermosa del matrimonio, según Dios



Debe ser exclusivista, pues «dejará el hombre a su padre y a su madre». Debe ser una unión estrecha e íntima. «Se unirá a su mujer, y serán una sola carne». Así, implica que la unión es tanto física como espiritual. Los cónyuges deben estar unidos por amor mutuo, intereses comunes y un propósito común. La unión debe ser permanente, indisoluble. Jesús dijo «Lo que Dios juntó, no lo separe el hombre» (Mateo 19: 6). Cualquier rompimiento de la unión matrimonial, con la excepción de la muerte, viola el plan divino.

1 Pedro 3:7

Vosotros, maridos, igualmente, vivid con ellas sabiamente, dando honor a la mujer como a vaso más frágil, y como a coherederas de la gracia de la vida, para que vuestras oraciones no tengan estorbo

Dios instituyó la familia para proporcionar un ambiente ideal, en el cual los hijos puedan ser criados cabalmente en todo aspecto físico, social y espiritual. Se enseña también la igualdad y la dependencia mutua entre los sexos. «Ni el varón es sin la mujer, ni la mujer sin el varón» (1ª Corintios 11:7-12). Así que el uno sin el otro es incompleto. Para tener armonía y paz en la familia, Dios ha mandado que la esposa haga dos cosas: sujetarse a su mando y respetarlo. El apóstol Pablo aconseja «Las casadas estén sujetas a sus propios mandos, como al Señor». El apóstol Pedro, dice: vivan con ellas sabiamente, trátenlas como a vaso más frágil. 1ª Pedro 3:7.

Elección del futuro cónyuge Un factor importantísimo para lograr la armonía matrimonial es elegir sabiamente al futuro cónyuge Un refrán inglés dice «Mas vale una onza de previsión que una libra de medicina» Naturalmente, el creyente buscara la voluntad de Dios en el asunto, pero si sabe los elementos que deben ser considerados cuando elija, podrá reconocer mejor la dirección divina.

Conviene que el pastor-consejero dicte clases de instrucción a los jóvenes que no han elegido todavía a sus futuros consortes sabrá que la hora de enseñarles es antes de que se enamoren, pues el amor es ciego, los jóvenes no estarán dispuestos a recibir consejos al llegar a esta etapa.

Y después de casarse, no podrán escaparse de las consecuencias de su decisión. Algunos le dirán al pastor «¿Por que no nos aconsejo a tiempo. Habríamos evitado una gran equivocación» Los estudios sobre matrimonios felices señalan ciertos requisitos que se encuentran en dichas uniones

a) Los jóvenes deben tener motivos dignos para casarse. Algunos de los motivos insuficientes son:

- Compadecerse el uno del otro
- Escaparse de la soledad
- Casarse para no ser diferente de sus compañeros
- Demostrar a su ex pretendiente, el cual lo dejó, que es capaz de atraer a otra persona
- Escaparse de un hogar infeliz o de otra situación desagradable
- Casarse con una persona muy parecida a un pariente allegado

Experimentar la vida conyugal cuyo fundamento es para una unión armoniosa y permanente, no proviene de deseos egoístas, pues la persona piensa mayormente en satisfacer sus propias necesidades. El verdadero amor piensa en el bien de la otra persona, desea compartir su vida con ella y hacerla feliz. Considera la unión como algo permanente e inviolable.

b) El (la) joven encontrará ciertas características en la persona que podrá llegar a ser buen cónyuge. Será alguien que sea creyente y mas o menos de la misma doctrina, para que no haya conflicto tocante a la iglesia a la cual asistir. Los casamientos mixtos acarrearán muchos males ¿Como puede una mujer que busca lo terrenal, ser ayuda idónea para un hombre cuya mirada esta puesta en las cosas de arriba?

En este «yugo desigual» el creyente no puede participar de los mismos placeres que su cónyuge Estas dos personas viven en mundos distintos con un abismo entre sí.

También debe ser una persona que tenga la misma consagración al Señor.

Será alguien a quien pueda respetar y admirar No basta la atracción física mutua.

Será alguien con el cual se sienta cómodo y se complazcan en estar juntos. Si ambos jóvenes no pueden conversar bien entre si y se divierten solamente cuando están uno en los brazos del otro, es muy improbable que lleven una vida feliz en el futuro.

El noviazgo. Las personas que piensan seriamente en el matrimonio, se comprometen. La preparación emocional, espiritual y sexual para el matrimonio es importante. Sin embargo, la preparación será incompleta a no ser que se conozcan bien el uno al otro. Cuanto mas se conozcan, tanta mas probabilidad habrá de que tengan un matrimonio armonioso Las estadísticas demuestran claramente que las parejas que se casan después de conocerse por largo tiempo, son mas felices y tienen menos problemas que las parejas que se casan impulsivamente

El noviazgo es un período en el que los dos pueden poner a prueba su amor. ¿Es mera atracción física y superficial, o es amor verdadero?

Una de las características del amor auténtico en el pretendiente es el deseo de darse a si mismo por la mujer querida ¿Están dispuestos los dos a hacer cualquier sacrificio el uno por el otro? La pareja que tiene muchos conflictos en su noviazgo no esta lista para casarse.

El noviazgo es el período en el que las dos personas pueden charlar acerca de sus ideas, valores y metas Aprenderán a ajustarse el uno al otro. Se comprenderán mutuamente

Guiones para estudiantes Wesley

CONSEJERÍA PASTORAL

Clase 4

**FACTORES QUE
CONDUCEN A LA
ARMONÍA
MATRIMONIAL.**

¿Por qué hay tantos matrimonios que terminan en separación, o siguen con un perpetuo conflicto entre los esposos?. La respuesta se halla en parte en el hecho de que muchos de los jóvenes que se casan, no están preparados para vivir la vida conyugal.

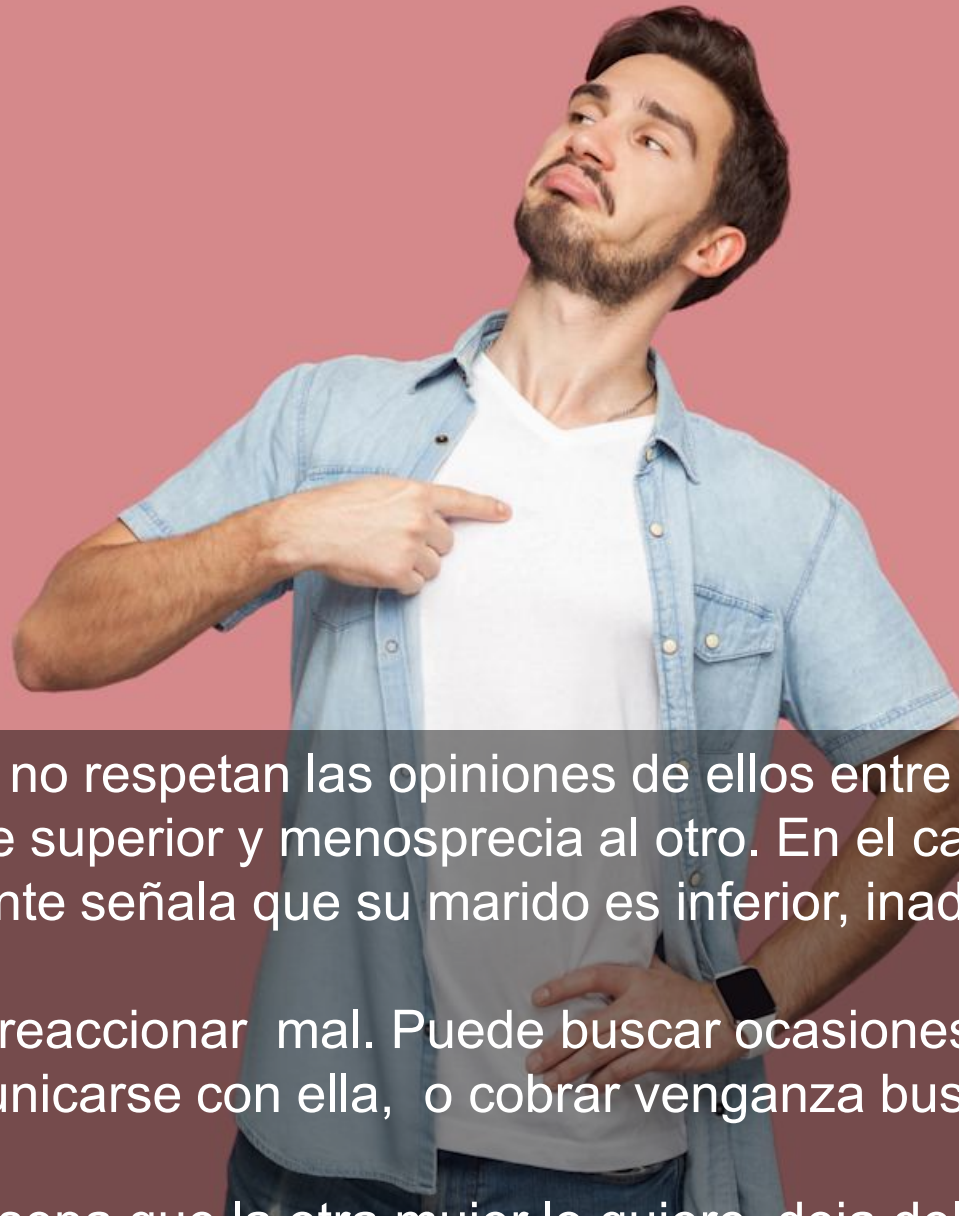
Algunos no eligen bien a su cónyuge, y otros piensan que el requisito principal para unirse y vivir siempre felices, es estar enamorados, dicen. «Si nos queremos el uno al otro, todo lo podremos arreglar».

Aunque los sentimientos son indiscutiblemente importantes, no bastan por sí solos.

El matrimonio es la relación más compleja de todas las relaciones humanas. Hay factores que producen armonía matrimonial, y es importante que el pastor-consejero los conozca, tanto para aconsejar a parejas que están en dificultades matrimoniales, como para asesorar a parejas que planean casarse. Los factores mas importantes son los siguientes:

Mantenimiento y cultivo del respeto mutuo. El respeto mutuo entre esposos es tan importante como el amor romántico. ¿Es posible querer a una persona sin respetarla? Una señorita observaba: «Estoy locamente enamorada de Luis, pero, no lo respeto mucho». Si un joven no admira a su compañera, o viceversa, no deben casarse. No se puede querer por largo tiempo a alguien, que no infunde respeto.

Hay casos en que el respeto mutuo que siente la pareja en los primeros años de matrimonio disminuye paulatinamente, por descuido. Los consortes dan por sentado que su cónyuge los acepta, no importa cual sea su comportamiento. Dejan de practicar buenos modales en la casa, y descuidan su apariencia personal.



Cuando están solos no respetan las opiniones de ellos entre sí. Lo peor es, cuando uno se siente superior y menosprecia al otro. En el caso en el que la señora, continuamente señala que su marido es inferior, inadecuado e indigno de respeto.

El esposo tenderá a reaccionar mal. Puede buscar ocasiones para humillada, puede dejar de comunicarse con ella, o cobrar venganza buscando a una mujer que lo quiera.

Para que su esposa sepa que la otra mujer lo quiere, deja deliberadamente pistas de sus aventuras, manchas de lápiz labial en su pañuelo, o una carta de amor a su amante en el bolsillo de su chaqueta.

Nunca, nunca ventile usted las faltas, debilidades o deficiencias de su consorte ante otras personas. No lo critique jamás ante sus amigos o parientes. Si no le gusta el comportamiento de su cónyuge con respecto a algún asunto, debe compartir su actitud solo con dos personas: Dios y su consorte. No hay nada que haga que una persona se sienta más menospreciada, que saber que su cónyuge ha sido desleal criticándola ante personas de fuera del hogar.

Mamá no me hables
mal de mi padre..
Papá no me hables
mal de mi madre..

No dañen la imagen
de lo más sagrado
que tengo...

El odio entre ustedes
para mi es dolor,
lágrimas y soledad

<https://www.facebook.com/Esperandote>

AVC3

En cambio, la mujer continuamente humillada por su marido, puede llegar a ser indiferente sexualmente, o aun frígida. Muchas veces se siente indigna, y pierde interés en la vida, otras esposas manifiestan su deseo de ser amadas dando cariño exagerado a sus hijos.

¿Cómo se puede mantener el respeto entre los esposos? Se dice que «el respeto se gana, y no se impone». Cada consorte debe esforzarse en cumplir su papel en la familia. La esposa debe mantener el aseo de la casa, preparar bien la comida y cuidar bien de los hijos.

El marido debe esforzarse para satisfacer las necesidades del hogar, tomar su autoridad como cabeza de familia, y participar en las actividades de recreación. También se mantiene el respeto matrimonial tratándose el uno al otro con cortesía, consideración y cariño. No cuesta nada decir «Muchas gracias, mi amor», y produce buenos resultados. También deben ser comprensivos especialmente cuando uno de ellos no se siente bien. o está desanimado.



Sobre todo, deben expresarse su admiración el uno al otro, y así habrá respuesta positiva. Un conferencista anuncio su tema así « ¿Como puede el marido conseguir que su esposa lo trate como si fuera un rey?» En su discurso, contesto la pregunta diciendo «Tratándola a ella como si fuera una reina» Una cosa que quita la confianza y el respeto mutuo entre los cónyuges es criticarse el uno al otro ante otras personas. Es una experiencia humillante que produce resentimiento y amargura, dice Tim LaHaye.

Hay muchos otros factores que producen respeto mutuo, tales como el dominio propio, el actuar desinteresadamente y con nobleza, el ser perdonador y el llevar una vida netamente cristiana. La esencia misma del respeto en el matrimonio consiste en considerar al cónyuge como una persona tan digna y apreciable como uno mismo., sus sueños, y sus planes.

En lo profundo de su mente algunos hombres consideran a su mujer como un ser inferior. Para ellos, su esposa es alguien que ministra a sus necesidades, que cuida de la casa y que cría a los niños, pero no es alguien con quien puedan compartir sus sentimientos mas íntimos

**Me siento
despreciada
por mi marido.**

¿Qué hago?





Madurez emocional. Un factor fundamental para lograr la armonía en el hogar es la madurez emocional, o sea, la capacidad de ajustarse socialmente a otros y reaccionar bien en todas las situaciones. Muchos cónyuges entran al matrimonio con grandes expectativas, a veces exageradas e irreales, y quedan algo desilusionados al encontrar que el matrimonio no es todo lo que creían

Algunos se esfuerzan con valentía para mejorar su relación, y otros reaccionan mal por ser inmaduros Se comportan como niños mimados cuando las cosas no andan a su gusto Piensan que pueden obtener sus fines reaccionando con una conducta infantil Les falta el valor para enfrentar los obstáculos y superar los problemas

Algunos síntomas de la falta de madurez son ser exigente en cuanto a la satisfacción de sus propios deseos, no considerar los sentimientos y deseos de su cónyuge, dar rienda suelta a sus sentimientos cuando las cosas andan mal o la persona no consigue lo que desea (gritar, llorar, reñir, estar de mal humor, callarse, no aceptar responsabilidades, culpar al otro, ser manipulador u obstinado, depender excesivamente de sus padres, y no ceder en los asuntos en que hay diferencias de opinión).

El matrimonio es la más íntima de todas las relaciones humanas y la que exige lo máximo de las dos personas. Los consortes deben aprender a expresar sus emociones de una manera constructiva y a resolver sus diferencias pacíficamente.

Tienen que controlar sus sentimientos de susceptibilidad, dominar sus impulsos y refrenar su egoísmo. Si no lo hacen, habrá conflictos continuos e infelicidad.

Podemos agregar que saben perdonar y pedir perdón
La raíz de la inmadurez es el egoísmo, la persona se preocupa solamente por si misma y por satisfacer sus propias necesidades. Pero tal actitud es contraproducente Las personas se casan para satisfacer necesidades tales como las de compañía, afecto, seguridad y sexo. La felicidad matrimonial depende de la satisfacción mutua de las necesidades. Si uno defrauda al otro, también será defraudado.

Si uno hace feliz al otro,
el otro le responderá
haciéndolo feliz a su
vez. Se cumple en el
matrimonio el principio
bíblico «Dad, y se os
dará. El que saciare, el
también será saciado»
(Lucas 6:36- 38,
Proverbios 11:24- 25)



*Perdonar
y pedir
Perdón*
son un gran
ANTÍDOTO
contra el orgullo

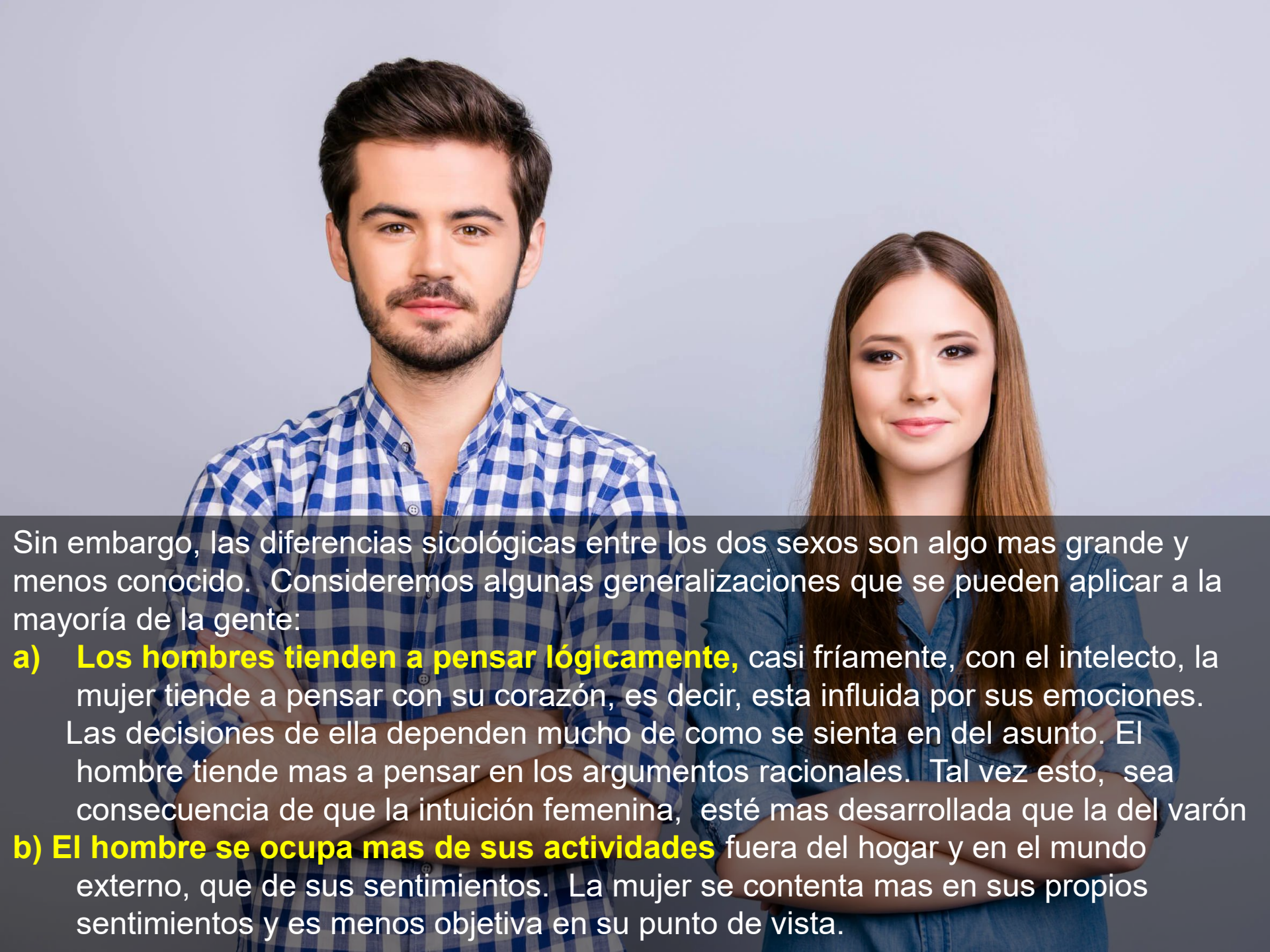
Lo ideal del matrimonio es darse el uno al otro. El escritor inspirado añade otras dimensiones «Someteos unos a otros, en el temor de Dios. El que ama a su mujer, a sí mismo se ama» (Efesios 5: 21, 28) «Perdonándoos unos a otros, como Dios también os perdonó a vosotros en Cristo. No se ponga el sol sobre vuestro enojo» (Efesios 4 32,26).

¿Como se puede vencer el egoísmo.

En primer lugar, es someterse a Cristo y a la Palabra de Dios. Es poco probable que el creyente pueda someterse a otro, si primero no se ha sometido a Dios.

En segundo lugar, debe reconocer que el egoísmo es pecado, quizás uno de los mas dañinos que uno pueda cometer.

Someteos unos a otros
en el temor de Dios.
- Efesios 5:21 (RVR) -

A young man with dark hair and a beard, wearing a blue and white checkered shirt, stands on the left. A young woman with long brown hair, wearing a blue denim shirt, stands on the right. Both have their arms crossed and are looking directly at the camera against a plain light blue background.

Sin embargo, las diferencias psicológicas entre los dos sexos son algo mas grande y menos conocido. Consideremos algunas generalizaciones que se pueden aplicar a la mayoría de la gente:

- a) **Los hombres tienden a pensar lógicamente**, casi fríamente, con el intelecto, la mujer tiende a pensar con su corazón, es decir, esta influida por sus emociones. Las decisiones de ella dependen mucho de como se sienta en del asunto. El hombre tiende mas a pensar en los argumentos racionales. Tal vez esto, sea consecuencia de que la intuición femenina, esté mas desarrollada que la del varón
- b) **El hombre se ocupa mas de sus actividades** fuera del hogar y en el mundo externo, que de sus sentimientos. La mujer se contenta mas en sus propios sentimientos y es menos objetiva en su punto de vista.

c) Los hombres, tienden a tomar en cuenta principios y a generalizar sus conocimientos, las mujeres consideran más los detalles o particularidades. Por ejemplo, un hombre estudiara las líneas generales de la política de un candidato para la presidencia, mientras que su señora indagará acerca de su actitud referente al programa educacional o referente a su familia. El hombre ve el panorama, y la mujer los pormenores.

d) Los hombres tienden a hablar acerca de cosas practicas su empleo, sus planes para el futuro y los asuntos financieros No les gusta hablar mucho, por regla general, con respecto a otras personas y relaciones humanas En contraste, la mujer prefiere hablar sobre sus sentimientos, sus relaciones intimas con los demás, sus problemas y los asuntos de los miembros de su familia. Capta con más facilidad la actitud de otros, y tiende a chismear mas que su marido

e) Los hombres, hasta cierto punto, desean intimidad emocional, pero a la vez la temen y hasta la evitan. El sexo bello necesita recibir con frecuencia expresiones de cariño y amor. Para el varón es difícil hablar acerca de sus sentimientos, es menos capaz que la mujer de entender, y de expresar una emoción, de modo que tiende a retirarse de los encuentros emocionales.

La mujer anhela intimidad emocional, y se siente insegura frente a la incapacidad de su marido para comunicar verbalmente la profundidad de sus sentimientos. Quiere escuchar a cada momento las palabras «Te quiero, mi amor», y ser abrazada y besada, el hombre, por regla general, se siente incomodo hablando de su amor, y actuando románticamente.

Muchos hombres piensan que basta con suplir las necesidades materiales de su esposa y ser fieles en su relación matrimonial. No saben darse a si mismos a su esposa.

Comunicación. No es de extrañarse si hay roces entre los cónyuges. Por regla general, hay desacuerdos en todo matrimonio, pues es una unión de dos personas distintas con diferentes fondos e ideas. Sus roces no serán graves si pueden comunicarse el uno con el otro, de manera positiva, pero si se comunican airadamente o dejan de comunicarse entre sí, habrá problemas cada vez más fuertes. Los desacuerdos no resueltos, tienden a volverse más constantes y profundos. Las pequeñeces que molestan, la fatiga, una crítica, una negligencia, el desaseo en la casa, un gasto innecesario, pueden ser causas potenciales de conflicto. Sin embargo, si las personas ventilan sus desacuerdos abiertamente, con el objeto de resolverlos de una manera madura, es muy probable que puedan llegar a librarse de esos sentimientos negativos.

Por ejemplo, una señora respondió con calma a una observación áspera de su marido «Tus palabras me hieren, querido». El esposo, quedó un poco asombrado y le pidió perdón. Si ella se hubiera callado o hubiera fingido que no estaba ofendida, es probable que hubiera guardado resentimiento en su corazón.

Le comunicó sus sentimientos, pero lo hizo de una manera positiva que no condujo a un intercambio violento de palabras. Muchas parejas no saben conversar acerca de sus problemas y esto se traduce en tensiones innecesarias.

¿Por que muchos cónyuges no se comunican el uno con el otro, cuando surge algo que les molesta? Por regla general, es porque temen que la otra persona reaccione mal. Hay varias maneras de responder a la queja de su consorte



Temas de consejería

Mi esposo y yo nos irritamos con facilidad. Casi nunca nos ponemos de acuerdo

Planificación de la familia y unión para procrear a los hijos. Se dice que la reproducción es un milagro en el cual Dios permite que los padres participen. También es un resultado natural de la unión matrimonial. Con el avance de la ciencia, es posible ahora controlar la natalidad, planificar la llegada de los hijos y limitar la familia a la cantidad de hijos para los cuales se puede proveer adecuadamente. Algunos gobiernos consideran que es necesario enseñar el control de la natalidad para contrarrestar la explosión demográfica que amenaza con sumergir a sus países en la miseria. Entre los creyentes existen diferencias de convicciones en cuanto al control de la natalidad. Algunos cristianos señalan que Dios castigó a Onán por haber vertido en tierra su simiente cuando se unió con la viuda de su hermano (Génesis 38: 8-10).





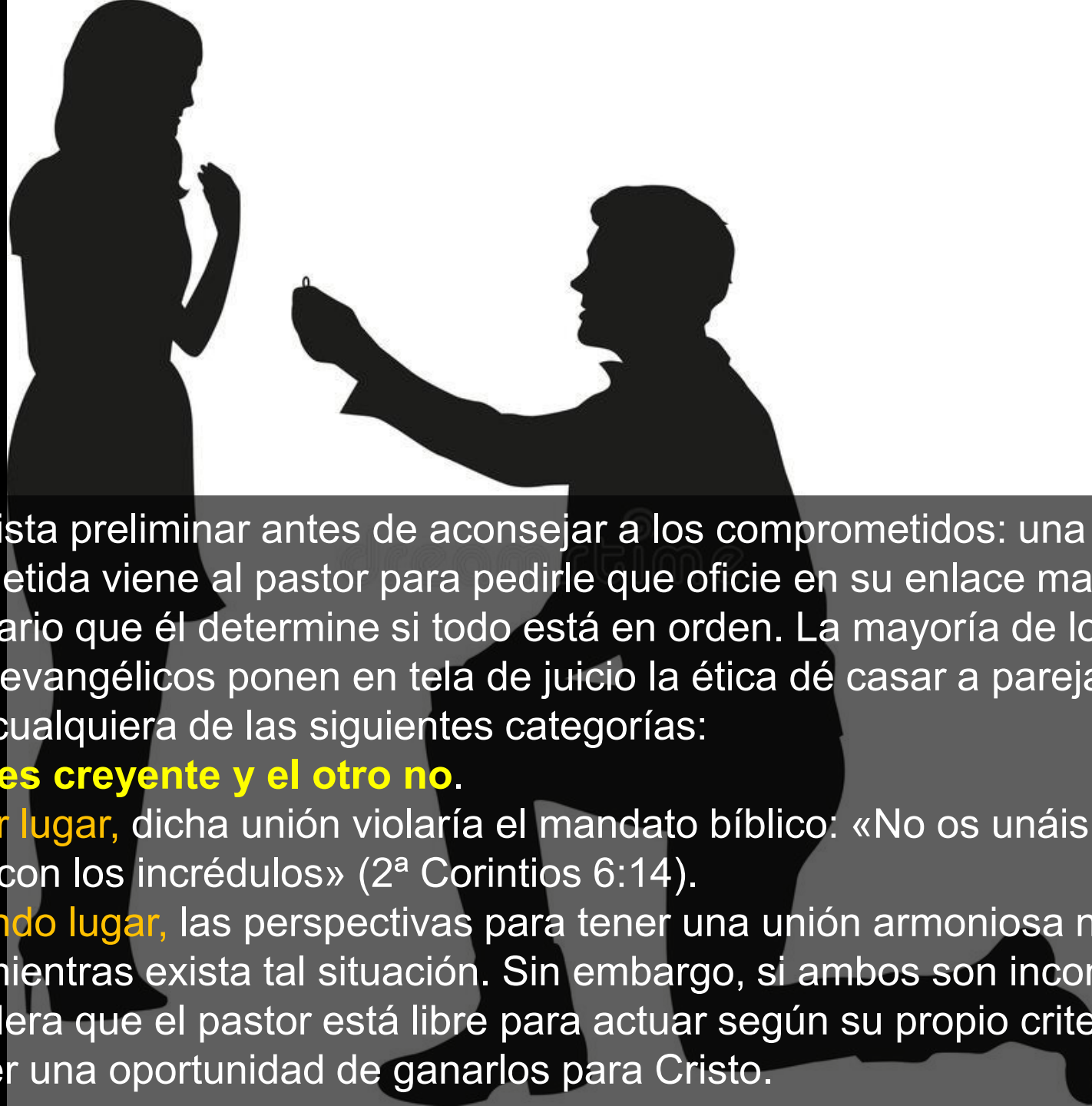
Sin embargo, se nota que Onán, fue muerto por su egoísmo. No quiso que Tamar quedase embarazada por la relación sexual, y así diera descendencia que llevara el nombre de su difunto hermano. Violó la ley del levirato de aquel entonces, la cual exigía que la viuda sin hijo varón fuera desposada por su cuñado, el primer hijo era adjudicado al difunto y recibía su nombre y su herencia así no se extinguía el nombre del difunto (Deuteronomio 25 5-10) La Biblia dice claramente que Onán evitó su deber de pariente cercano, «sabiendo que la descendencia no había de ser suya», (Génesis 38: 9) La Biblia no enseña, ni prohíbe el control de la natalidad.

CONSEJERÍA PREMARITAL Y MATRIMONIAL; SEPARACIÓN

El pastor-consejero puede hacer mucho por las parejas, aconsejándolas a fin de que se cumpla el ideal bíblico, sobre la más antigua institución: el matrimonio. En primer lugar, puede aconsejarlos en sus conflictos matrimoniales. La primera fase se llama consejería premarital, e incluye la instrucción respecto a citas, sexo, noviazgo y matrimonio. Ya hemos considerado la consejería en grupo a los jóvenes antes de que se comprometan. Ahora, estudiaremos lo que puede hacer para aconsejar a los comprometidos y luego a los casados.

Consejería Pre-matrimonial





1. Entrevista preliminar antes de aconsejar a los comprometidos: una pareja comprometida viene al pastor para pedirle que oficie en su enlace matrimonial, es necesario que él determine si todo está en orden. La mayoría de los pastores evangélicos ponen en tela de juicio la ética de casar a parejas que caen en cualquiera de las siguientes categorías:

a) Uno es creyente y el otro no.

En primer lugar, dicha unión violaría el mandato bíblico: «No os unáis en yugo desigual con los incrédulos» (2ª Corintios 6:14).

En Segundo lugar, las perspectivas para tener una unión armoniosa no son buenas mientras exista tal situación. Sin embargo, si ambos son inconversos, se considera que el pastor está libre para actuar según su propio criterio. Puede ser una oportunidad de ganarlos para Cristo.

- b)** Una persona tiene una creencia muy diferente a la de la otra. Aunque sean creyentes, es otro caso en el cual habrá poca posibilidad de tener armonía matrimonial, pues los cónyuges pueden tener desacuerdos en cuanto a elegir una iglesia. Lo ideal es que ambos asistan a la misma iglesia y tengan la misma doctrina.
- c)** Los comprometidos son menores de edad y su casamiento no es aprobado por los padres de ambos.
- d)** Una de las dos personas es divorciada, o las dos lo son. Muchos evangélicos creen que el Nuevo Testamento no permite un nuevo casamiento, salvo en los casos en que el ex consorte ha fallecido (Mateo 5:32; 1 Corintios 7:39). Sin embargo, hay evangélicos que interpretan la palabras de Jesús en Mateo 19:9 al decir que la persona cuyo cónyuge ha sido infiel, llene el derecho de casarse nuevamente con otra persona.
- e)** Uno de los dos tiene una enfermedad mental o deficiencia mental. Si uno de ellos tiene disturbios mentales, hay pocas perspectivas de que tengan un matrimonio estable. En el caso de deficiencias mentales, los hijos pueden heredarlas. A veces es necesario que el pastor consulte a un médico o sicólogo para averiguar si es aconsejable unir a dos personas, si una muestra indicios de problemas mentales.



Muchos consejeros evangélicos piensan que no conviene obligar a una pareja a casarse en los casos en que ella ya espera familia y a uno de los dos le falta el amor y el deseo de unirse al otro. Pocos matrimonios obligados dan buen resultado, pues la mayoría termina en amargura e infidelidad. La pareja necesita consejo y ayuda para decidir que hacer. También hay una tendencia creciente entre los pastores evangélicos a recomendar que la pareja reciba la consejería prematrimonial. Si la pareja no quiere ser aconsejada, el pastor queda libre de la responsabilidad de officiar en el enlace.



Asesoramiento premarital. El momento oportuno de comenzar a solucionar problemas matrimoniales es antes de que surjan, o sea, en el período anterior a la boda Si el pastor ya ha dictado clases a los jóvenes sobre el significado cristiano del matrimonio, las relaciones sociales con el sexo opuesto, las citas y el noviazgo, hay buenas perspectivas de que ellos hayan elegido bien a sus novios y tengan conceptos correctos sobre lo que es el matrimonio.

El propósito general de la consejería prematrimonial es ayudar a individuos, parejas y grupos de parejas a prepararse para el matrimonio y para edificar futuros hogares estables y felices. Algunas de las metas específicas son:

- (1) ayudar a los comprometidos a entenderse el uno al otro.
- (2) Enseñar el concepto cristiano del matrimonio y del sexo.
- (3) Llevarlos a un entendimiento del papel que cada cónyuge ha de desempeñar.
- (4) Señalarles los factores que producen la armonía matrimonial, incluso indicarles los problemas que pueden surgir y las actitudes que son necesarias para resolverlos.

Hay dos maneras de asesorar a los comprometidos: celebrar entrevistas con una pareja a la vez, o aconsejar a las parejas en grupo. Si el pastor elige el primer método, puede tener una sesión con las dos personas, luego una sesión con la novia y otra con el novio; luego se reúne con los dos.



Por regla general, es aconsejable celebrar una entrevista cada semana. En la primera sesión, el asesor debe averiguar como piensan los comprometidos acerca de los aspectos del matrimonio, incluso sobre el sexo, su manera de manejar las finanzas, la relación con sus suegros, a que iglesia asistirán, donde vivirán, cuantos hijos quieren tener, y si la mujer seguirá trabajando después de casarse en caso de que ya lo este haciendo.

Es importante que el pastor, a través de las conversaciones, anime a los novios a traer a la luz sus temores escondidos respecto a su compañero, y hacerle frente a su personalidad. En algunos casos, es sorprendente cuan poco es lo que sabe el uno acerca del otro. En las sesiones descubren que es posible saber todo acerca de una persona, sin conocerla en realidad. Es preciso que el uno vea al otro de manera objetiva.

El consejero explicara también el papel que desempeña cada miembro del matrimonio, las responsabilidades y problemas potenciales. Muchos pastores consideran que es mejor prestarles a los comprometidos un buen libro sobre el sexo, que explicarles en detalle cosas muy íntimas.

El acto matrimonial, por Tim y Beverly LaHaye (CLIE), es un ejemplo de buena literatura sobre el tema, y esta disponible en las librerías evangélicas. Al recibir consejera prematrimonial, algunas parejas recapacitan en cuanto a casarse, dándose cuenta de que el uno no es apropiado para el otro, o que conviene postergar el enlace hasta que lleguen a una madurez suficiente para vivir con armonía.

MATRIMONIO

EFFECTOS:

II.- RESPECTO DE LOS BIENES

Convenciones matrimoniales: “son acuerdos entre cónyuges con el objeto de determinar el régimen patrimonial al que resuelven someterse durante su matrimonio”

Regímenes Existentes

- Absorción de la personalidad
- Unidad de bienes
- Unión de bienes
- Comunidad
- Separación de bienes
- Dotal
- Mixto o de participación

a) Tratar de ayudar a cada consorte a entender tanto sus propias actitudes, metas, necesidades y conceptos del matrimonio, como a comprender el punto de vista de su cónyuge. Las preguntas del consejero probablemente incluirán algunas de las siguientes: «¿Cuanto tiempo hace que han tenido estos roces?» «¿Se conocieron ustedes largo tiempo antes de casarse?» «¿Todavía quiere a su pareja?» «¿Su compañero la quiere a usted?» «¿Que actitud teman sus padres hacia su matrimonio?» «¿Por que se casó?» «¿Cuál era su concepto del matrimonio antes de casarse?» «¿Era armonioso el hogar de sus padres?» «Son satisfactorias sus relaciones sexuales?» «¿Qué es lo que más le molesta en su matrimonio?» «¿Cuál cosa respecto a usted le molesta a su cónyuge?» «¿Cuándo comenzó el problema?» «¿Qué característica de su consorte le gusta más?»

b) Ayudar a los esposos a que aprendan a comunicarse mutuamente. Hamilton observa «El mejor servicio que un pastor puede prestarles a personas que tengan conflictos, es ayudarlas en el proceso de una comunicación adecuada» Si conversan entre sí, acerca de sus problemas, habrán ganado la mitad de la batalla Detrás de muchas de las dificultades maritales se encuentra la falta de comunicación.

c) Ayudar a los cónyuges a reconciliarse Por regla general, ambos consortes contribuyen a los problemas, ni el uno ni el otro tienen toda la razón La Biblia enseña que el primer paso hacia el perdón y la reconciliación es reconocer su propia responsabilidad y confesarla (1ª Juan 1 9-10) Luego, han de perdonarse el uno al otro de un modo realista y libre. Deben confesarle sus fracasos a Dios.

d) Ayudarlos a apartar las cosas destructivas que producen roces y el alejamiento entre esposos. Deben romper «el círculo vicioso de tomar represalias», de vengarse. El marido conoce mejor que cualquier otro individuo las debilidades y puntos susceptibles de su esposa y sabe como herirla cruelmente.

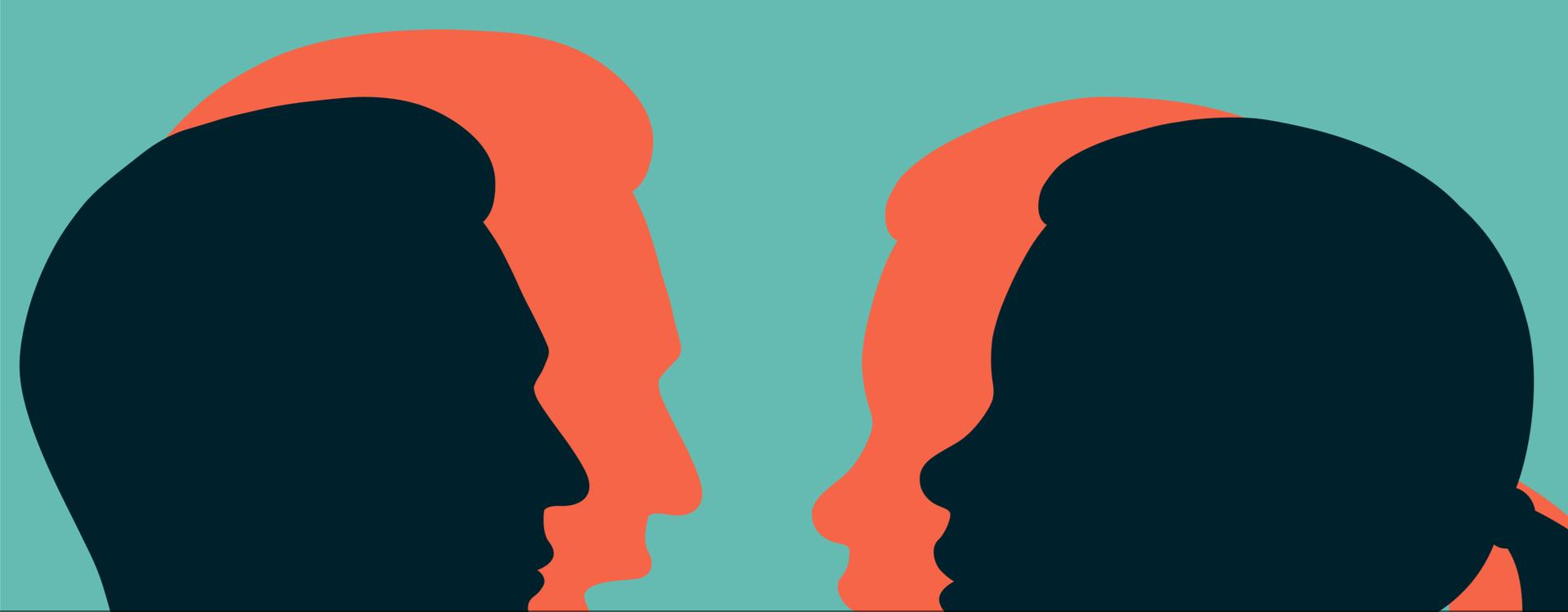
De la misma manera, la mujer sabe como herir dolorosamente a su esposo. Pero el tomar represalias no soluciona nada, solo empeora la relación. Le toca al asesor ayudarlos a resolver sus malentendidos, a sanar sus heridas emocionales, a abrirse recíprocamente y a amarse el uno al otro.

Lo hace recalcando los aspectos positivos, tales como el amor que todavía existe entre ellos, el deseo de conservar su matrimonio y las actividades que les son mutuamente agradables.

No es fácil arrancar las raíces de amargura, no es fácil cambiar la costumbre de molestarse el uno al otro. Se han acostumbrado a ver solamente lo negativo en el otro. Deben darse cuenta de que es Satanás, es «el acusador de nuestros hermanos». Pero el Espíritu Santo, es el que nos redarguye nuestros propios pecados, (Apocalipsis 12: 10).

Muchas veces es un largo proceso el sanar las heridas y tal vez habrá recaídas. Cuando vuelvan a criticarse el uno al otro, o reñir, deben darse cuenta de lo que hacen, y reconciliarse en seguida. Es de suma importancia obedecer las palabras inspiradas. «No se ponga el sol sobre vuestro enojo». Deben buscar a diario la ayuda divina y tener fe en que Dios les está ayudando.

También el uno al otro deben aprender a aceptarse como son, dándose cuenta de que todos los seres humanos somos imperfectos, y que el matrimonio no es una institución en la que uno tiene el derecho de reformar al otro. Tampoco uno debe hacerle demandas irrazonables al otro. Deben aprender a respetarse mutuamente y a tomar mas responsabilidad. Deben saber aceptar sus papeles como esposos y mantener su serenidad.



Algunas parejas solo pueden resolver sus desacuerdos con la ayuda de Dios, quien puede hacer renacer el amor en sus corazones y eliminar la amargura. El asesoramiento matrimonial, da al pastor la oportunidad de ganar almas. El escritor de este estudio ha tenido el gozo de ver la conversión de varias personas que recurrieron a él, para recibir asesoramiento, y algunas de ellas han llegado a ser obreros muy útiles en el evangelio.

¿Cómo debe el pastor asesorar a una pareja que tiene problemas matrimoniales? ¿Es mejor entrevistar a los cónyuges, por separado o juntos? Hay diferencia de opiniones a este respecto entre los consejeros profesionales. Collins explica la razón:



Separación y divorcio. La inestabilidad de la familia es uno de los males mas devastadores que azotan a la sociedad occidental. En algunos países, uno de cada tres matrimonios termina en separación o divorcio. Nunca supimos de una pelea, pero tampoco los vimos darse un beso o tener gestos de cariño.



En muchos casos el matrimonio ha terminado años antes de que se separen. Un consejero pregunta ¿Cómo podemos saber cuando una unión matrimonial ha muerto, y le falta solamente poner el epitafio sobre la lapida? ¿Puede la cirugía psicológica, o un gran esfuerzo, sanar a la familia gravemente herida, pero que todavía esta fértil en recursos? ¿Se puede justificar una situación matrimonial en la que un consorte perjudica peligrosamente y continuamente el desarrollo de los hijos? ¿Hasta que punto de un hecho consumado (como en el caso de un cónyuge que ya tiene su amante) se requiere solamente un divorcio? ¿Cuándo pueden el perdón y la comprensión redimir a un ser querido de la tentación desastrosa, para que pueda «volverse a sí mismo», y regresar arrepentido a su hogar?

Estas y muchas otras preguntas deben ser consideradas antes de dar el paso de separarse. Las personas que piensan que la separación es la solución a su situación, deben considerar bien las consecuencias

En primer lugar, hay individuos que creen que su consorte tiene toda la culpa, y que si vuelven a casarse serán muy felices. Sin embargo, es probable que no sean felices, pues llevan consigo las mismas características que produjeron el conflicto en la primera unión. Además, el segundo cónyuge quizás no será mejor que el del primer matrimonio.

Las parejas que no ven otra salida a sus conflictos, se separan, pero muchas veces ese paso, es como decapitarse, para curar los dolores de cabeza, o quitar el estomago para sanar los dolores gástricos.

El consorte que se separa del otro tal vez se sienta culpable, pero es probable que el abandonado, se sienta rechazado y humillado. Experimentará todos los sentimientos enojo, amargura, tristeza y pesar.

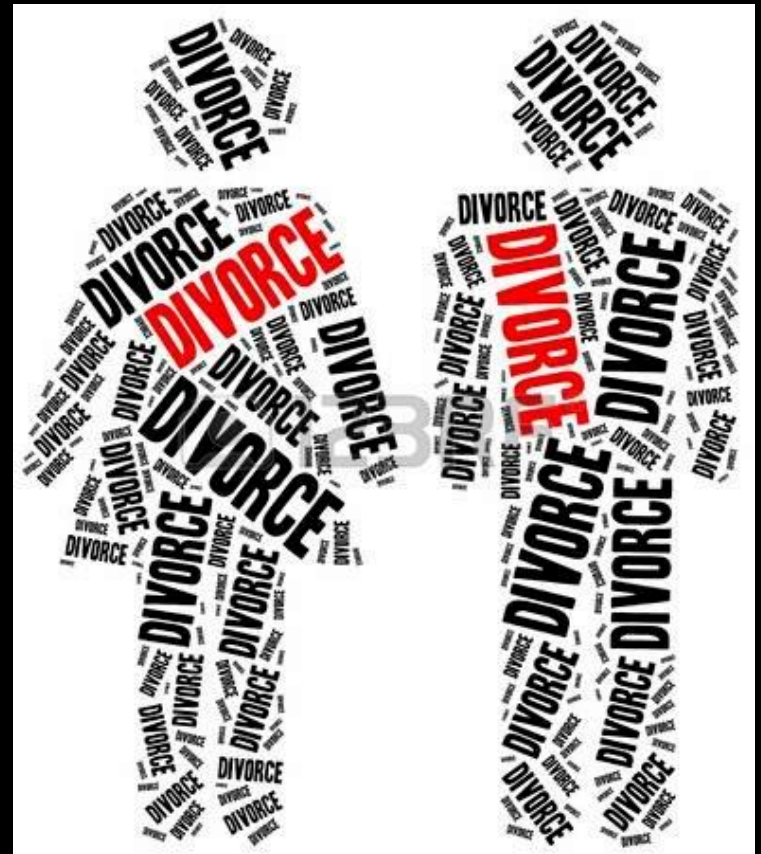


Sus expresiones de tristeza, su soledad, terminan por comunicar amargura y originar sentimientos perturbados en los hijos. Además, para desarrollarse bien, el niño necesita dos polos, el femenino y el masculino. En la medida que pierda uno, o se resienta con uno, se resiente también en su vida.

Por desdicha, pocas personas separadas, incluso creyentes, llevan una vida completamente pura, después de su ruptura matrimonial. Por regla general, no aguantan la soledad, ni su pasión sexual. El escritor de este estudio ha observado que algunas personas separadas, que no llevan una vida casta, tratan de seguir asistiendo a la iglesia, pero la mayoría simplemente la abandonan.

Los que permanecen en la iglesia a pesar de sus relaciones irregulares, a menudo sienten el conflicto entre su conducta y la norma bíblica. Un individuo comentó: «Me siento tremendamente culpable.

Mi culpa impide mi crecimiento espiritual» Otro dijo: «A veces me siento tan deprimido después de disfrutar del compañerismo y del sexo, que quisiera morir antes de vivir con este sentimiento de depresión».



El desorden sexual y la ruptura familiar

- ❖ La promiscuidad sexual, infidelidad y la pornografía conducen a enfermedades transmitidas sexualmente (ETS), al divorcio y a la ruptura familiar.
- ❖ La ruptura familiar debilita la estabilidad social, la buena ciudadanía, el desarrollo educacional y contribuye al crimen, a la alienación juvenil y al suicidio.
- ❖ Para construir un mundo de paz duradera, necesitamos restaurar el amor verdadero, la paternidad verdadera y la familia.

El caso del creyente que se separa sin una causa bíblica, y se casa de nuevo, es un asunto mas difícil de tratar. Obviamente ha pecado, pero ¿es necesario romper la segunda unión para recibir el perdón de Dios? ¿Cuál es el pecado?, deshacer la primera unión y casarse de nuevo con otro, o seguir viviendo junto con el segundo cónyuge? Para muchos pastores, resulta fácil contestar estas preguntas, pero para otros, no lo es tanto.

Algunos creen que si la persona se arrepiente de haber roto su matrimonio y de haberse unido a otra persona, basta. Dios la perdona, y nos toca a nosotros aceptarla, todos los pecados son perdonables fuera de la blasfemia contra el Espíritu Santo. Lector, ¿cual es su convicción?

Mt 5:31-32

- También fue dicho: Cualquiera que repudie a su mujer, dele carta de divorcio. Pero yo os digo que el que repudia a su mujer, a no ser por causa de fornicación, hace que ella adultere; y el que se casa con la repudiada, comete adulterio.

Dios considera el adulterio como un pecado tan terrible que se castigaba con la muerte... "Si un hombre comete adulterio con la mujer de su prójimo, tanto el adúltero como la adúltera será condenado a muerte" Lev.20.10, Deut. 22.22

Guiones para estudiantes Wesley

CONSEJERÍA PASTORAL

Clase 5

The background of the slide is a close-up photograph of numerous small, clear water droplets on a blue surface. The droplets are of various sizes and are scattered across the entire frame, creating a textured, bubbly appearance. The lighting highlights the spherical shape of the droplets, with some showing bright reflections.

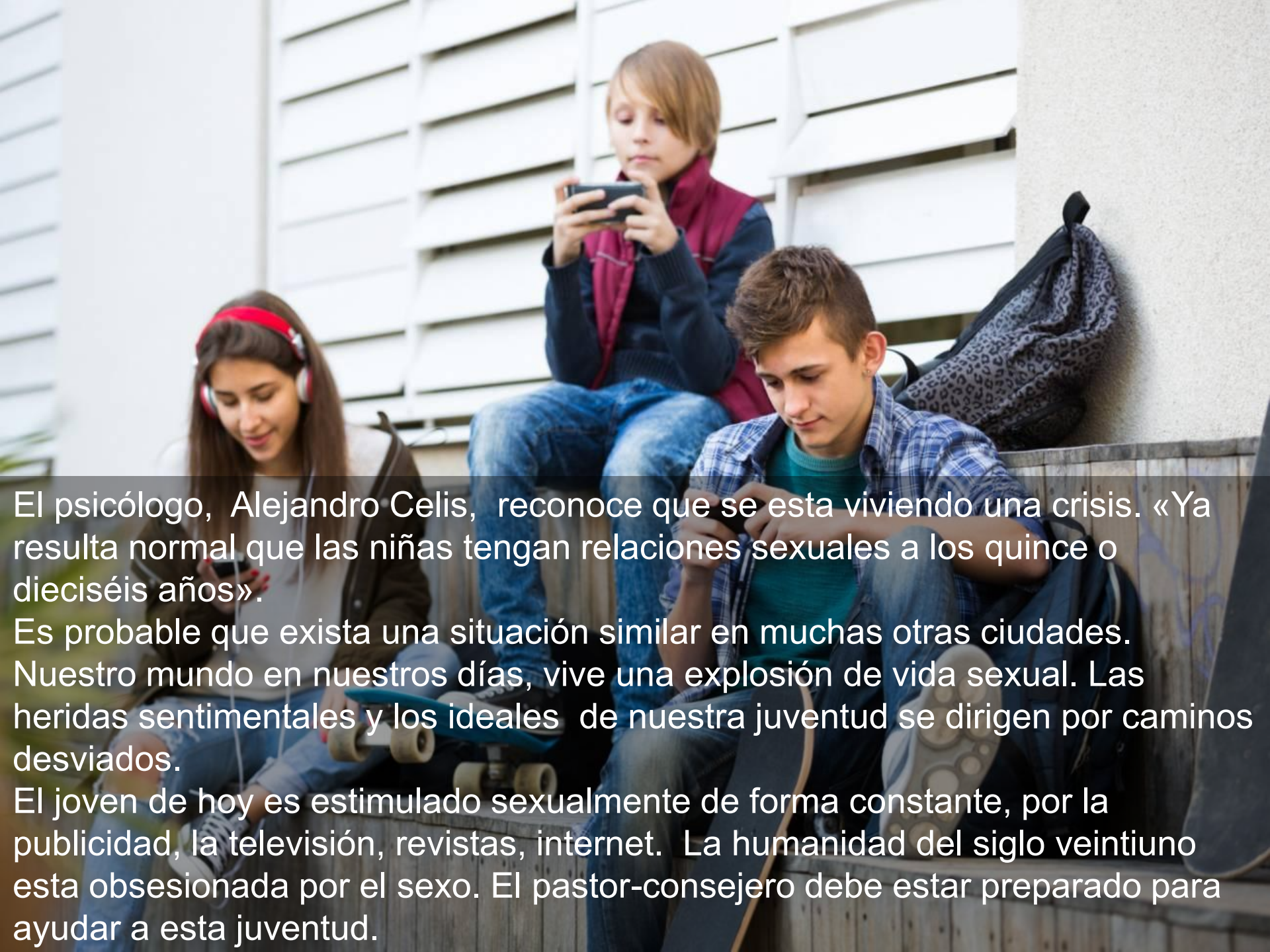
PROBLEMAS DEL SEXO

Unos periodistas del diario «El Mercurio» de Santiago, entrevistaron a un centenar de jóvenes solteros de entre diecisiete y veintidós años, sobre el comportamiento en la materia sexual. Quedaron sorprendidas por el lenguaje y su actitud. Usaron palabras tales como: acostarse', 'hacer el amor', 'atracar', su expresión fue con una fluidez que no esperábamos». Afirmaron que alrededor del setenta y cinco por ciento de esos jóvenes de ambos sexos, han tenido, o tendrían en esa etapa, relaciones sexuales.



**YO ESCOGÍ
ESPERAR**

PUES ESTA ES LA VOLUNTAD DE DIOS. 1 TESALONICENSES 4: 3-5



El psicólogo, Alejandro Celis, reconoce que se está viviendo una crisis. «Ya resulta normal que las niñas tengan relaciones sexuales a los quince o dieciséis años».

Es probable que exista una situación similar en muchas otras ciudades. Nuestro mundo en nuestros días, vive una explosión de vida sexual. Las heridas sentimentales y los ideales de nuestra juventud se dirigen por caminos desviados.

El joven de hoy es estimulado sexualmente de forma constante, por la publicidad, la televisión, revistas, internet. La humanidad del siglo veintiuno está obsesionada por el sexo. El pastor-consejero debe estar preparado para ayudar a esta juventud.



Masturbación. Según las observaciones de sicólogos y médicos, la mayoría de los muchachos han practicado la masturbación alguna vez en su vida. Se estimulan los órganos sexuales con las manos para provocarse sensaciones de placer y terminar en un orgasmo. Es una forma de autogratificación, que por lo general desaparece en la última etapa de la adolescencia, o cuando la persona comienza a tener relaciones matrimoniales.

La masturbación puede ser un acto aislado que el joven hace en un momento de debilidad, pero también puede llegar a ser un vicio que el joven practica compulsivamente. La práctica puede llegar a ser algo que domina al individuo hasta que no puede pensar en otra cosa. Mientras más se masturba, tanto más quiere hacerlo.

Con frecuencia la masturbación compulsiva es un síntoma de algún trastorno emocional como complejo de inferioridad, sentido de inseguridad o rechazo. Sin embargo, conduce en muchos casos, a un sentido de culpabilidad y vergüenza.

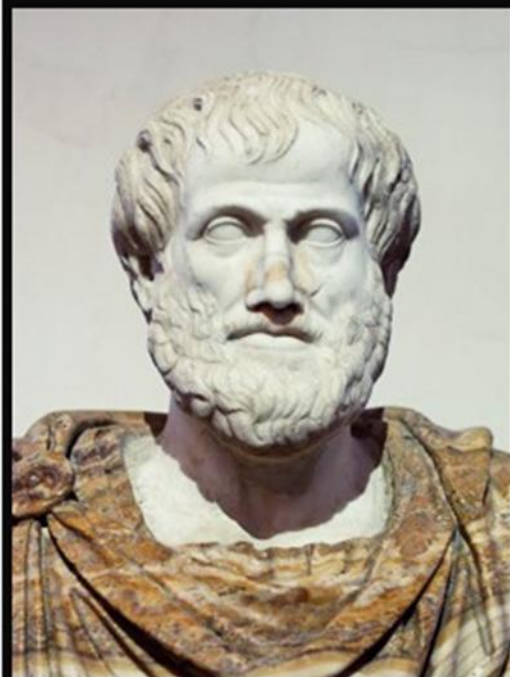


La Biblia no menciona la masturbación ¿debemos considerarla como un grave pecado? Es un error, decir que es un escape adecuado a las tensiones sexuales. Es una forma egocéntrica de gratificación.

La masturbación no es necesaria para aliviar las tensiones sexuales que experimenta el joven soltero, pues Dios, ha provisto otro medio las emisiones nocturnas de semen, (poluciones).

En algún momento, entre los doce y los dieciséis años de la vida del joven varón, comienzan a ocurrir estas emisiones que acompañan generalmente sueños eróticos. Son normales, y no existe razón alguna para avergonzarse de tenerlas. La masturbación no favorece la preparación del individuo para el amor verdadero.

En efecto, adormece su fuerza de voluntad y contribuye a que se encierre en sí mismo. Muchos son los que se han dejado arrastrar sin oponer resistencia, y después, son incapaces de entender que el acto sexual, no es la unión de dos individuos aislados, sino que es la experiencia física de la comunicación entre dos personas.



El egoísmo no es el amor propio, sino una
pasión desordenada por uno mismo

(Aristóteles)



¿Como podemos ayudar al joven que se masturba de manera compulsiva? Por regla general, sus padres no están preparados para ayudarlo. Sienten que un muro cada vez más alto los separa de él. Es probable que sufran por ello, pero no saben que hacer. Les ocurre a muchos padres que quisieran ayudar a sus hijos durante la adolescencia, y que sin embargo, como no saben en qué forma hacerlo, los dejan solos. El pastor puede celebrar con los jóvenes una sesión de grupo, en la cual se traten los problemas de la adolescencia, incluso el de la masturbación. Por supuesto, se separa a los muchachos de las muchachas, y una mujer puede aconsejar a las chicas.



Si un joven viene al pastor buscando consejo sobre este tema, hay algunos principios que observar

- a) Debe tratar al asesorado con respeto y comprensión.** No debe cargar con culpas su conciencia, pues tal vez ya se sienta culpable, inseguro e indigno.
- b) Aumentar su sentido de culpa solo lo debilitará más** y fortalecerá su mala práctica. En ciertos casos, conviene aliviar sus temores en cuanto a las consecuencias físicas y mentales de la masturbación. Señalará que es un pecado común entre los jóvenes, y que es posible vencerlo.

**Relaciones
prematrimoniales
y
madres solteras.**

Relaciones prematrimoniales y madres solteras. Siempre ha existido el problema de los embarazos en algunas mujeres solteras, pero jamás se había visto en tan grandes proporciones como en la actualidad. Se glorifica la búsqueda de satisfacciones inmediatas y gratificaciones baratas.

Los medios de comunicación y la publicidad invitan a los jóvenes a experimentar y después, viene la angustia. «Si mis padres se enteran, estoy embarazada. El mito sexual ha producido una cosecha amarga. Tarde o temprano, el pastor tiene que enfrentarse a situaciones en las que alguna joven ha tenido relaciones sexuales ilícitas.

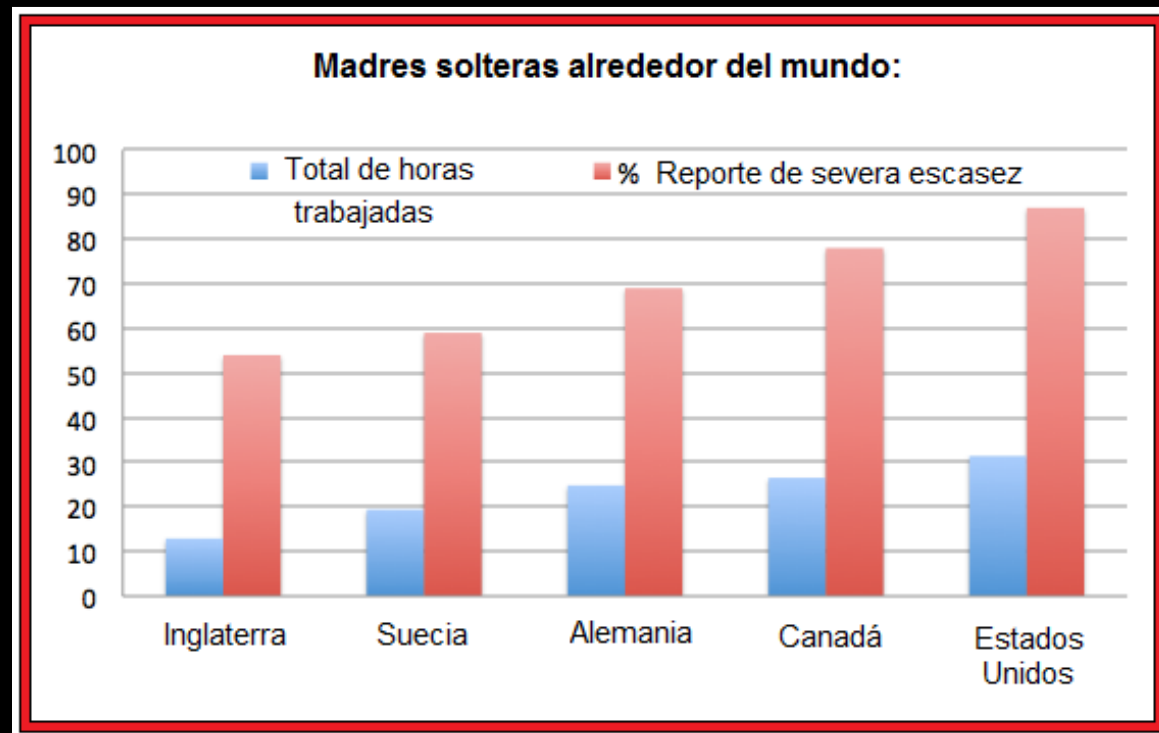
¿Por qué practican relaciones sexuales algunos de los creyentes solteros? Ya hemos mencionado en la lección sobre «matrimonio y noviazgo» que el juego de caricias entre jóvenes, despierta un apetito siempre creciente, y que los dos pueden pasar el punto del cual es casi imposible volver.

Una vez que han experimentado el sexo, es muy difícil dejarlo. Hay otras razones por las cuales los jóvenes cometen fornicación. Algunas m siquiera son comprendidas por ellos mismos.

Madres solteras en los Estados Unidos... trabajan más horas más y tienen más hijos que la mayoría de los países ricos.

La gráfica muestra la cantidad de horas de trabajo y la escasez con la que viven las madres solteras alrededor del mundo. El porcentaje más alto es para madres solteras es en América. Y el porcentaje más bajo es para madres solteras de Inglaterra.

¿Por qué nuestro equilibrio de trabajo es tan bajo si el tiempo libre crece?





Ideas erróneas. Satanás usa muchos argumentos para llevar a los jóvenes a la inmoralidad. Algunas son los siguientes:

«Dios nos ha dado el apetito sexual para que sea satisfecho» Así es, pero no fuera del matrimonio. La fornicación o adulterio es un acto contra Dios, la familia, la sociedad, y la misma persona que lo practica. No tenemos derecho a manchar nuestro cuerpo fornicando, pues Cristo nos ha comprado con su propia vida y nos ha concedido el gran privilegio de ser templo del Espíritu Santo. (1ª Corintios 6: 18-20). También Dios quiere que aprendamos el dominio propio.



El joven debe esforzarse por evitar todas aquellas cosas que lo puedan estimular sexualmente, las revistas impuras, las películas que glorifican el sexo, los chistes inmorales y las conversaciones que tratan del sexo de forma irreverente. Debe superar la tendencia a darles una segunda mirada a las chicas que se exhiben semidesnudas en la calle, y debe apartar la vista de ciertas cosas que suscitan el levantamiento de las pasiones.

Aunque no pueda evitar que a veces los malos pensamientos lleguen a su mente, no debe darles cabida, pues son dardos del enemigo.

Sobre todo, debe llenar su mente con las cosas positivas y puras «Todo lo que es verdadero honesto puro en esto pensad» (Filipenses 4: 8-9).

Se dice que «la mente desocupada es taller del diablo», si no nos ocupamos en las cosas buenas y espirituales, el enemigo nos llevará a los pensamientos que favorecen la carne y las pasiones

El proceso de la caída.

- **# 1 No estar donde se debe estar.**
- **# 2 Estar sin hacer nada, “Mente ociosa, taller de Satanás”**
- **# 3 Ver mas de lo que debe ver.**
Mateo 5:28 “Cualquiera que mira una mujer para codiciarla, ya adultero con ella en su corazón”



Consejería, a las madres solteras. Son raras las veces en que una pareja que practica relaciones prematrimoniales recurre a su pastor para ser aconsejada. Con mas frecuencia son los padres los que buscan la ayuda de su ministro después de que su hija esta embarazada. Sin embargo, muchos padres en tal situación vienen solamente para pedirle que oficie el enlace, planeado apresuradamente. ¿Que debe hacer el pastor? El pastor no debe juzgar m censurar a la pareja, sino considerar que la situación le proporciona una oportunidad de ministrar en el nombre de Cristo.

Por regla general, los que han pecado vienen con sentimientos de sorpresa, culpa, y miedo. Algunas mujeres se sienten tan manchadas, que piensan que no son dignas de ser esposas de ningún hombre.

tras piensan que ya no pueden enfrentar la vida y tienen ideas de eliminarse o hacerse un aborto. Les cuesta perdonarse y hacerle frente a la sociedad. Al pastor le toca ayudar a tales jóvenes a encontrar el perdón de Dios y a restaurar su sentido de dignidad y valor.

Conviene a veces ayudar a la joven a comprender los motivos de su conducta y a enfrentar sus emociones negativas

La tarea del asesor no termina con la restauración espiritual de los culpables.

Debe aconsejarlos en cuanto a sus próximos pasos. Hay que considerar el bien de la joven, la situación de los padres y el futuro de la criatura que resultó, o resultará de la unión ilícita.

La madre soltera, muchas veces necesita la ayuda del pastor, para tomar las decisiones correctas ¿Debe casarse con el joven que engendró a su hijo? Esto depende de muchos factores. No debe casarse solo por obligación, pues tales uniones raras veces resultan bien y muchas veces terminan en la separación. Hay que preguntar si hay amor recíproco.

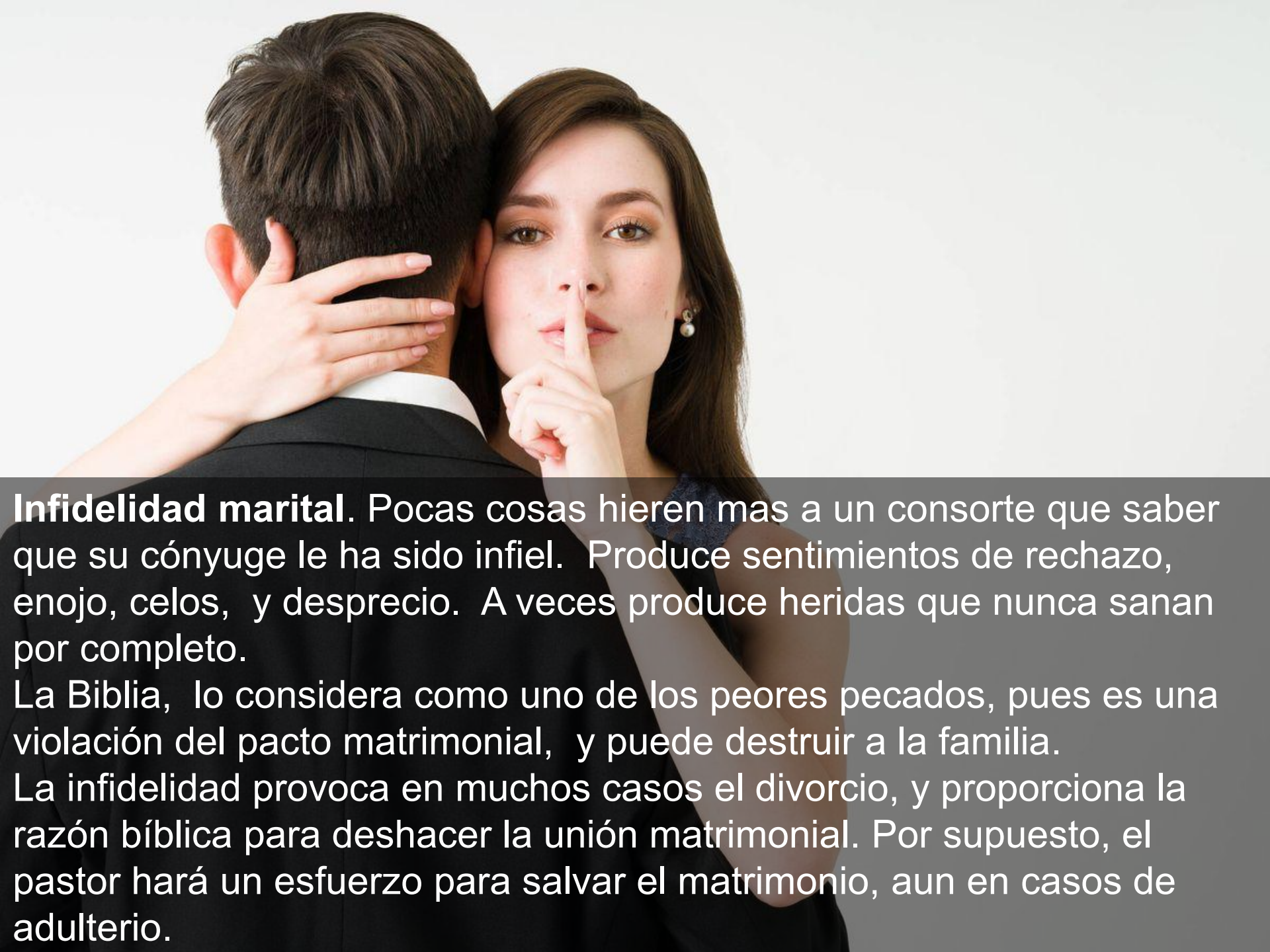
¿Son compatibles? ¿Cuál es la actitud de los padres de la pareja? Si la unión matrimonial aleja a los padres de una familia, puede que produzca tensiones destructivas ¿Están los jóvenes en condiciones económicas para establecer un hogar? El pastor, no debe imponerles sus soluciones, sino ayudarlos a explorar la situación y a tomar sus propias decisiones.

Si es imposible o no conviene que los jóvenes se casen, queda por solucionar el problema de criar al niño. Muchas madres desean criar a su hijo, y otras lo entregan a una agencia de adopciones, o a un hogar provisional, hasta que la madre se case y pueda llevarlo consigo. El pastor puede ayudar a la madre a explorar las posibilidades y a tomar una decisión.

LA MADRE SOLTERA COMO EDUCADORA

- Figura paterna = abuelo, primos , tíos
- Elegir bien al nuevo compañero de vida ya que este fungirá como padre para los niños.
- Luchar por conservar la alegría y optimismo.

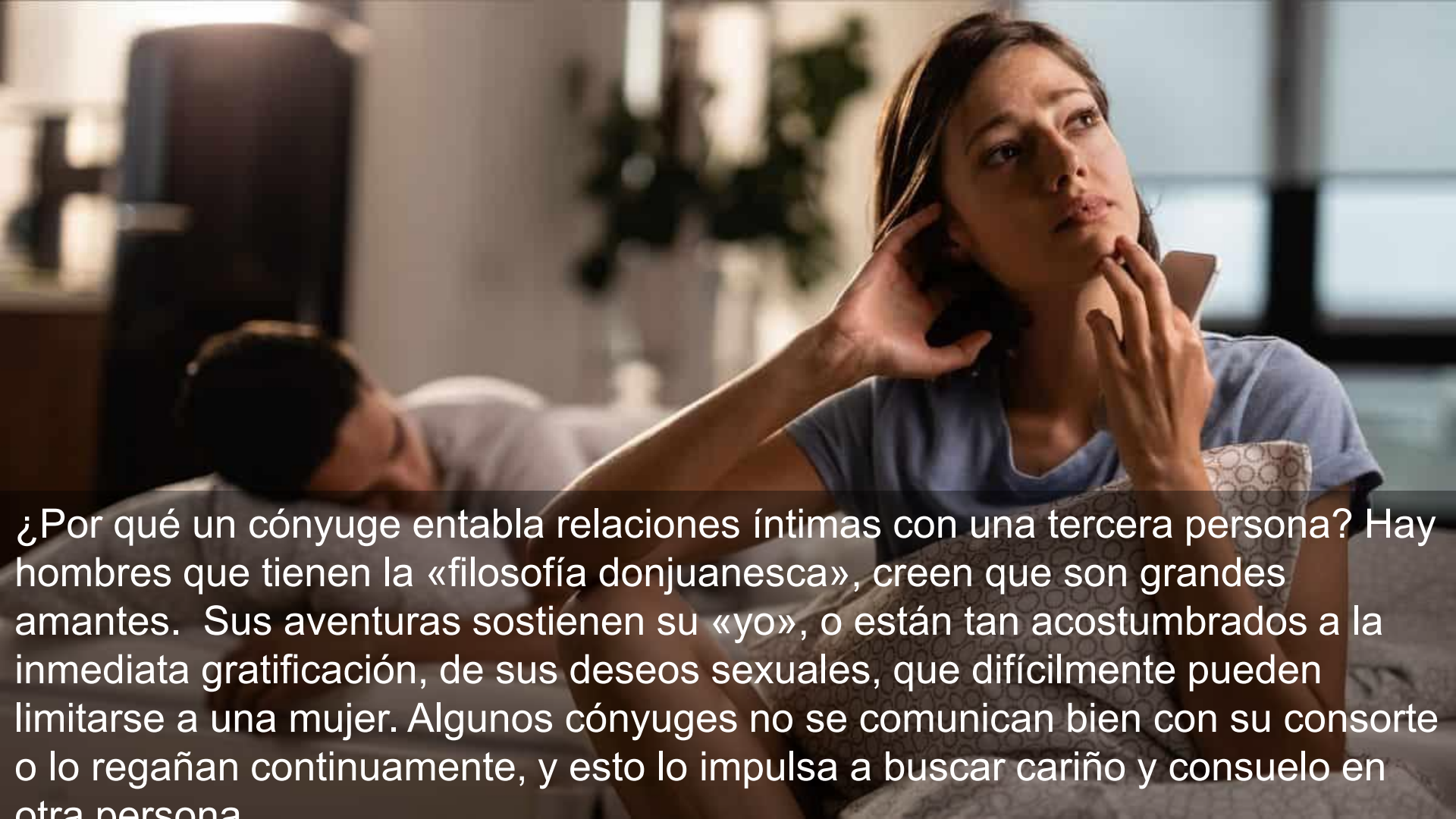




Infidelidad marital. Pocas cosas hieren mas a un consorte que saber que su cónyuge le ha sido infiel. Produce sentimientos de rechazo, enojo, celos, y desprecio. A veces produce heridas que nunca sanan por completo.

La Biblia, lo considera como uno de los peores pecados, pues es una violación del pacto matrimonial, y puede destruir a la familia.

La infidelidad provoca en muchos casos el divorcio, y proporciona la razón bíblica para deshacer la unión matrimonial. Por supuesto, el pastor hará un esfuerzo para salvar el matrimonio, aun en casos de adulterio.



¿Por qué un cónyuge entabla relaciones íntimas con una tercera persona? Hay hombres que tienen la «filosofía donjuanesca», creen que son grandes amantes. Sus aventuras sostienen su «yo», o están tan acostumbrados a la inmediata gratificación, de sus deseos sexuales, que difícilmente pueden limitarse a una mujer. Algunos cónyuges no se comunican bien con su consorte o lo regañan continuamente, y esto lo impulsa a buscar cariño y consuelo en otra persona.

En ciertos casos, un cónyuge no satisface los deseos sexuales del otro por tener conceptos erróneos en cuanto al sexo. Hay hombres que consideran que el sexo es algo puramente biológico, y hay mujeres que lo consideran como algo sucio, que tienen que soportar. A veces el aburrimiento en el matrimonio motiva a uno de los esposos a buscar aventuras.

Una esposa confesó, que tenía relaciones con un soltero, porque necesitaba aumentar su autoestima. «Mi mando y yo hacíamos el amor con el mismo fervor con que se toma un desayuno de cereales. Me preocupaba mucho por mi falta de atracción ¿Por que no podía estimular la pasión en mi esposo. Luego acepté la invitación de un soltero para ir a su departamento a escuchar música. El asunto terminó con otro tipo de música, y fue entonces cuando me di cuenta de que yo no tenía la culpa de la falta de ardor romántico por parte de mi cónyuge».

Más de un individuo ha entablado relaciones extraconyugales para tomar represalias porque su consorte no lo respetaba, o toma relaciones sexuales con una tercera persona.





El adulterio, por parte de la mujer, produce a menudo en ella sentimientos de culpa y ansiedad, a veces llora, sufre insomnio, dolores gástricos, erupciones en la piel y son frías.

La manera de aconsejar a las parejas que tienen problemas de infidelidad, sigue las líneas de la consejera matrimonial que ya hemos considerado. Por regla general, el pastor logra poco o nada sermoneando o reprendiendo al cónyuge infiel. Vale más ayudar a los esposos a comprender la raíz de su problema y a solucionarlo. Se debe efectuar una reconciliación basada en el perdón por parte del ofendido, y en la finalización, de una vez para siempre, de las aventuras por parte del ofensor. Sobre todo, debe reconciliarse con Dios y emprender una vida espiritual, una vida que sea «Christocéntrica».



FORMACIÓN DEL NIÑO



¿Cuáles son los factores indispensables para la buena formación de la personalidad del niño?

1 Establecer un hogar estable y seguro. No es conveniente en absoluto subestimar la importancia de la primera infancia en el desarrollo del niño. El psicólogo evangélico James Dobson, dice que los primeros cinco años de la vida, tienen muchísima importancia para toda la vida que sigue, pues en aquel período se establecen los fundamentos, las actitudes, y los valores de la persona.

Su amor a Dios, su concepto de sí mismo. Todo esto se arraiga en los primeros años. En cambio, dicen los sicólogos que la mayoría de las enfermedades mentales, (graves o leves) son resultado directo de conflictos no resueltos en la primera infancia.

La necesidad de tener ambos padres y el clima de amor, y seguridad, son imprescindibles, para el desarrollo íntegro del niño. Cuando hay tensiones, falta de armonía, en el matrimonio, o aun gritos en el hogar, los bebés responden llorando.

El amor maternal es un factor muy importante en el desarrollo del niño. Es un hecho bien conocido que el bebe que no tiene contacto estrecho con un adulto, puede sufrir daños físicos y psicológicos. Collins observa:

La clase y gravedad del daño depende de la edad en la cual se produce la privación, el tiempo que dura y la calidad que se provee en su reemplazo. Aparentemente, la vulnerabilidad alcanza su máximo grado durante la infancia precoz (tres a seis meses).

Dado que el cuidado materno es tan importante, ¿debe trabajar la madre fuera del hogar? ¿Puede una niñera de dieciséis años o una abuelita tomar su lugar? ¿Serán capaces de disciplinar y amar en correctas proporciones? ¿Que cosa puede ser mas importante que estar con su hijo y amoldar su personalidad durante los años vulnerables de su vida?

Vale la pena sacrificar algo de lo material para enseñarle al niño a amar a Dios y prepararlo para ser un adulto responsable. Durante la primera infancia, los padres son los modelos principales, y mucho de lo que el niño aprende, lo hace por imitación.



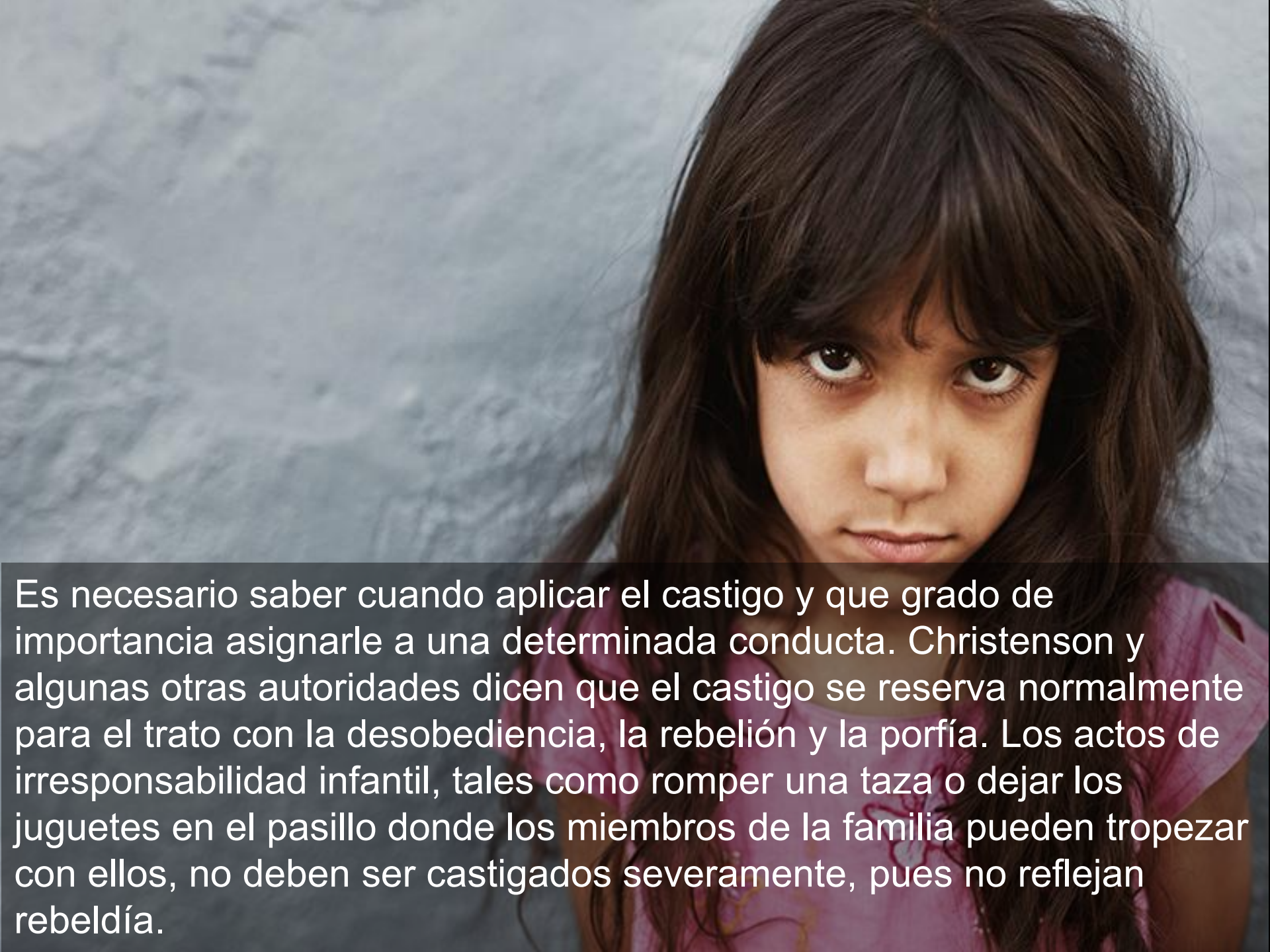
Disciplinar. ¿Por que disciplinar? Somos básicamente buenos por naturaleza solo necesitamos cultivar el bien en el niño y lo malo será descartado en el proceso. Pero, ¿que dice la Biblia? Dios responsabiliza a los padres de la disciplina de sus hijos. Jehová castigó al sacerdote Eli, por no haber restringido la conducta de sus hijos. «Sus hijos blasfemaron contra Dios, y el no los había estorbado». (1ª Samuel 2:12-17) El escritor inspirado atribuye la maldad de Adonías, el hijo rebelde de David, al hecho de que «su padre nunca le había entristecido en todos sus días con decirle ¿Por que haces así?» (1ª Reyes 1:5-14).

La Biblia, contradice abiertamente el concepto humanista, de que la naturaleza humana es básicamente buena, y todo lo que necesita el niño para desarrollarse bien es ser comprendido, y educado. Más bien, enseña que nacimos pecadores y tenemos la tendencia a pecar, (Salmo 51: 1-12, Romanos 5: 12,19),

A la luz de esta verdad, Salomón nos aconseja considerar estos versos «La necedad esta ligada en el corazón del muchacho, mas la vara de la corrección la alejara de el». El que detiene el castigo, a su hijo aborrece; Mas el que lo ama, desde temprano lo corrige. (Proverbios 22: 15, 13:24).

Recibir castigo por extralimitarse, por abusar de otros, y por comportarse sin consideración de su propio bien y del de los demás, nos enseña que tal conducta encierra en si misma padecimiento. Es una preparación necesaria para que nos llevemos bien con los demás y vivamos felices.

Las reglas tienen el propósito de edificar un cerco para protegernos del peligro y del mal, el castigo es como las púas del alambre que forman el cerco nos disuade de traspasar el cerco de protección. Nos ayuda a no desviamos del camino de justicia y felicidad.



Es necesario saber cuando aplicar el castigo y que grado de importancia asignarle a una determinada conducta. Christenson y algunas otras autoridades dicen que el castigo se reserva normalmente para el trato con la desobediencia, la rebelión y la porfía. Los actos de irresponsabilidad infantil, tales como romper una taza o dejar los juguetes en el pasillo donde los miembros de la familia pueden tropezar con ellos, no deben ser castigados severamente, pues no reflejan rebeldía.

También, debemos damos cuenta de que cada hijo es diferente al otro, es posible castigar a ciertos niños con una mirada dura o una palabra de censura. Otros, necesitan ser castigados fuertemente para grabar bien en su mente que no les conviene portarse mal.

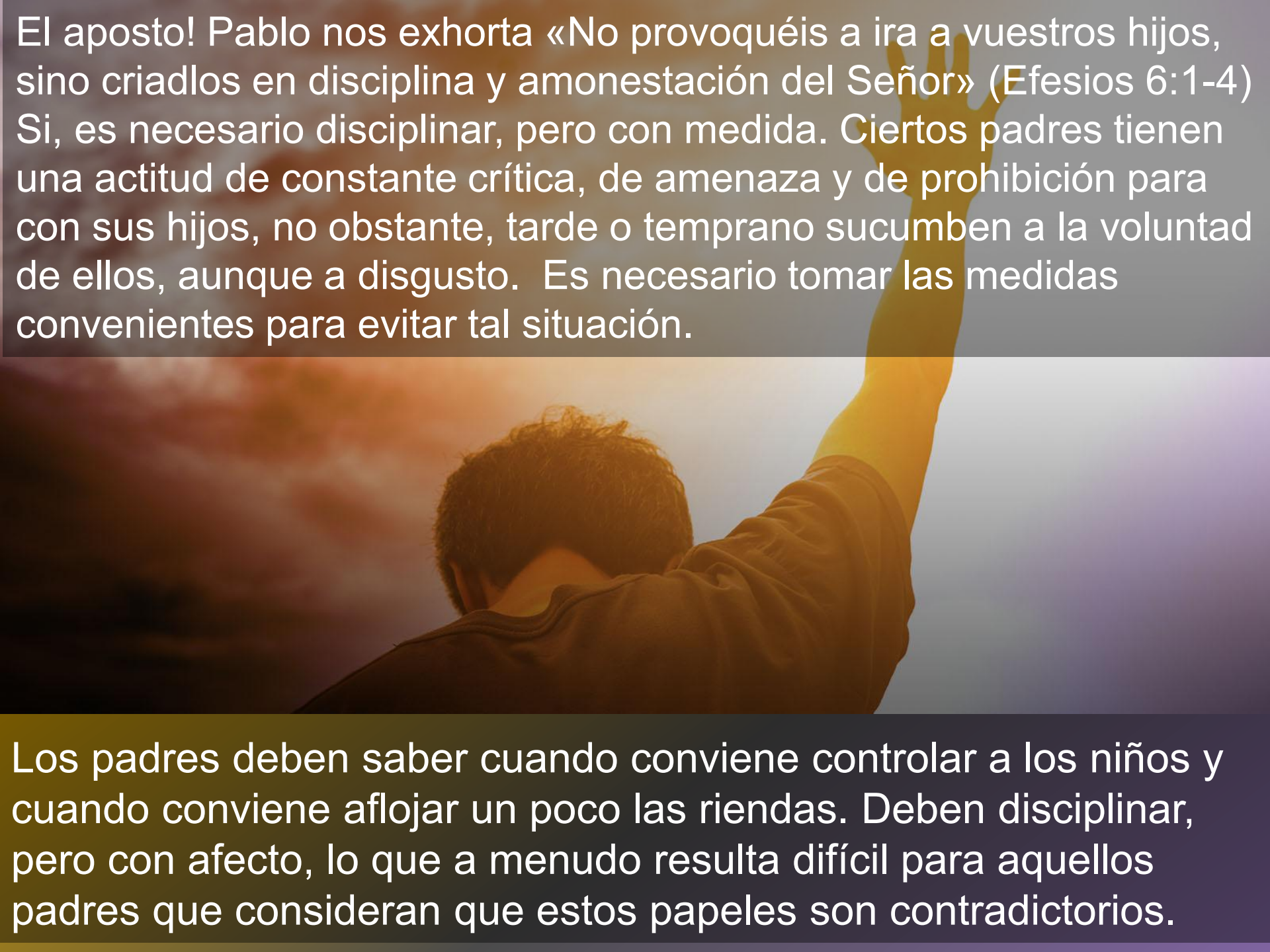
Hay métodos de castigar que no son corporales, privar al niño de un privilegio, obligarlo a realizar una tarea desagradable o hacerlo permanecer en su cuarto, a la hora de la recreación. Por otro lado, los padres pueden estimular la buena conducta recompensando a sus hijos cuando se portan bien o hacen fielmente sus tareas.

La recompensa puede tomar la forma de un privilegio especial, un paseo con los padres, o un juguete. A veces las palabras de aprobación o encomio son la mejor recompensa.



Sin embargo, la disciplina debe ser justa, proporcionada al grado del mal comportamiento, y administrada sin pasión ni amargura. Nada es más contraproducente que castigar a un niño cuando uno está enojado. David Wilkerson observa que «la ira del hombre no obra la justicia de Dios. (Santiago 1: 19-21).

La indignación del hombre natural, aun cuando parezca ser un genuino sentimiento moral, no consigue el fruto moral que se propone. La ira despierta ira, y la amargura engendra amargura. Todo el beneficio del castigo se pierde cuando cesa de ser la aplicación de una ley santa y superior».



El aposto! Pablo nos exhorta «No provoquéis a ira a vuestros hijos, sino criadlos en disciplina y amonestación del Señor» (Efesios 6:1-4) Si, es necesario disciplinar, pero con medida. Ciertos padres tienen una actitud de constante crítica, de amenaza y de prohibición para con sus hijos, no obstante, tarde o temprano sucumben a la voluntad de ellos, aunque a disgusto. Es necesario tomar las medidas convenientes para evitar tal situación.

Los padres deben saber cuando conviene controlar a los niños y cuando conviene aflojar un poco las riendas. Deben disciplinar, pero con afecto, lo que a menudo resulta difícil para aquellos padres que consideran que estos papeles son contradictorios.

Después de castigar a un niño, el padre debe enseñarle a ponerse de rodillas, confesar su falta y pedirle perdón a Dios. Así el niño aprenderá que su conducta tiene que ver con su relación con Dios. Luego, el padre debe expresarle su propio perdón, y mostrarle cariño. De otro modo, puede que el niño se sienta inseguro y crea que su padre no le quiere. Toda la actividad disciplinaria debe practicarse en el ámbito del amor. Los niños prosperan en hogares de genuino afecto, apoyados y sostenidos por una disciplina firme, razonable, y consecuente.

¿Que diremos del niño que tiene un defecto, está enfermo? ¿Debe ser disciplinado como aquellos que no tienen problema alguno? Muchos padres piensan que la vida ya ha sido demasiado dura para con él y que no deben empeorar su situación disciplinándolo.

Si los padres lo tratan como si fuera distinto a los demás, esto puede producir en él un sentido de inseguridad, y llegar a creer que es distinto. También «puede transformarse en un ser insoportable, porque sus padres no establecieron claramente sus límites y fronteras de comportamiento». Tales niños deben ser tratados de la misma manera que los demás.

Necesitan aprender el dominio propio, sobre sus deseos. La codicia del niño debe estar sujeta a restricción y disciplina, debe aprender el valor de las cosas, y el gozo de ganarlas. El niño acostumbrado a obtener fácilmente lo que quiere, y goza de toda clase de privilegios, se cría egoísta, y sin consideración por los demás.

No es agradecido y nunca está satisfecho. Puede llegar a pensar que todo el mundo le debe lo que él desea. El verdadero amor de los padres, se expresa, dando de su tiempo a los niños. En especial, el padre, debe cumplir su papel de cabeza de familia. Si viene a casa demasiado cansado, como para hacer otra cosa que sentarse y mirar la televisión toda la tarde, o si sale después con sus amigos, seguramente habrá problemas.

Debe encontrar tiempo para dedicarles a sus hijos, para interesarse en sus actividades, para darles cariño y administrar la disciplina en correctas proporciones, y para enseñarles bien, a fin de que en el futuro sean adultos normales e íntegros.



1 Estudiar siempre a la misma hora y en el mismo lugar.



2 Estudiar todos los días.



3 Antes de empezar a estudiar, planificar bien qué es lo que se va a hacer primero.



4 Establecer una hora para el estudio sin esperar las indicaciones de padres o profesores.



5 Dedicar en torno a una hora al estudio.

El aprendizaje social y moral del niño preescolar comienza en el hogar y es el resultado de la identificación con sus padres. El niño reconoce que los adultos tienen poderes y privilegios que él no posee. Los admira y quiere ser como ellos, por lo tanto los imita y trata de moldear su conducta basado en la de ellos. A medida que crece, también se identifica con el comportamiento de sus maestros, de otros adultos y de sus compañeros.

Cuando llega a ser adolescente, imita a sus héroes. Así que nada es mas importante en la formación de la personalidad del niño, que el ejemplo que los padres den con su propia vida. Alguien ha dicho «No podemos evitar vernos reflejados en las faltas de nuestros hijos. La impresión que hacen los padres en sus hijos es tan profunda, que si enseñan la maldad, esta puede durar hasta la tercera y cuarta generación y ser motivo del castigo divino sobre ellos. (Éxodo 20: 1-6)



A los padres les atañe enseñar a sus hijos respecto a Dios y el camino de la salvación. El método principal que Dios ha establecido para comunicar el evangelio a los niños, se encuentra en el círculo familiar. (Deuteronomio 6: 1-9). El padre es el sumo sacerdote del hogar, a él le corresponde establecer el altar familiar en el cual, la familia lee la Biblia, y ora junta.

Un destacado educador evangélico testificó diciendo que fue muy grande el impacto que le hicieron las devociones familiares.

«Había ocasiones cuando a todos nosotros, (los niños), nos disgustaban. Pero el mensaje que nos alcanzó era que mis padres no querían que el círculo familiar estuviera incompleto en el cielo y que nos comunicaban valores eternos».

Para hacer interesante y exitoso el altar familiar, es necesario elegir un tiempo en que toda la familia, pueda reunirse, sin que haya apuros. Conviene limitarlo de ocho a diez minutos. Permitir que todos los hijos tengan oportunidad de leer una porción bíblica (alternando entre sí en distintos días), y dar lugar para que ellos puedan hacer preguntas.

LA ADOLESCENCIA

¿Que es la adolescencia?

Por regla general, se define como el periodo de la vida entre la niñez y la edad adulta El proceso comienza con la pubertad (doce o trece años de edad para las chicas, y alrededor de catorce o quince años para los muchachos) Lo difícil es determinar cuando acaba Unos dicen que a los dieciocho o diecinueve años y otros, a los veintidós o veinticuatro, o sea, desde la pubertad hasta que la persona adquiera una profesión o un estado matrimonial responsable, o una actividad que le permite desenvolverse de forma autónoma y libre. Nos limitaremos a considerar el periodo comprendido entre la pubertad y los veinte años

La adolescencia, tal como la conocemos, en las áreas urbanas, es propia de nuestro siglo, por lo menos en la actualidad se acentúan los problemas que ocasiona Dice el siquiatra chileno Armando Roa «Solo la civilización científica y tecnológica moderna, por su alta complejidad, exige de sus miembros prolongadas maduraciones antes de asumir responsabilidades definitivas». Cuanto mas desarrollada es la cultura, tanto mas larga y difícil es la transición entre la niñez y la madurez

Características de los adolescentes. Consideremos las peculiaridades de los jóvenes en la edad de la adolescencia. Tengamos presente, sin embargo, que los adolescentes tienen entre sí diferencias individuales, cada uno reacciona un poco distinto ante los cambios y presiones de esta etapa. En el viaje hacia la madurez, crecen físicamente, buscan su identidad, e independencia, encuentran nuevas maneras de relacionarse, con sus padres y con otras personas, incluso con el sexo opuesto, y eligen su vocación. El medio ambiente en que se mueven los jóvenes difiere de uno a otro. Y aun cuando dos individuos del mismo ambiente afronten el mismo problema, es probable que uno reaccione de modo diferente al otro.





Cambios físicos. El primer ajuste importante de la adolescencia tiene que ver con el cambio biológico. Nos interesa considerarlo, pues el desarrollo físico del adolescente juega un papel importante en su concepto de sí mismo e influye en su comportamiento.

La primera etapa de la adolescencia, entre los once y los quince años, se caracteriza por un repentino «brote de crecimiento», con un aumento acelerado de peso y de estatura. El crecimiento mas rápido ocurre en el año de la pubertad (época en que maduran las funciones reproductivas), generalmente a los doce años para las muchachas y a los catorce para los muchachos En el espacio de un año, el joven puede aumentar hasta doce kilos de peso y crecer hasta diez o doce centímetros Parece tener un apetito insaciable.

La búsqueda de la realidad. La adolescencia es un periodo de cuestionamiento referente a muchas cosas, incluso a la religión. El adolescente quiere descubrir por sí mismo la realidad en su derredor. Va dejando el mundo de fantasía de la pre adolescencia y piensa más en lo práctico.

Ve a los demás con más realismo. Por ejemplo, al compañero universitario ya no lo ve con «anteojos de color de rosa», sino tal como es. Uno de los acontecimientos mas típicos e impresionantes de la adolescencia es el descubrimiento súbito de que las personas no son como parecen ser.

Queda algo desilusionado con algunas personas, incluso, a veces, con sus propios padres. Durante la niñez, la persona acepta incondicionalmente las creencias de sus padres, pero al llegar a la adolescencia se produce un cambio.

Ya no acepta ideas y enseñanzas sin examinarlas. Emplea el raciocinio para conocer y juzgar lo que escucha y lee, incluso las doctrinas religiosas.

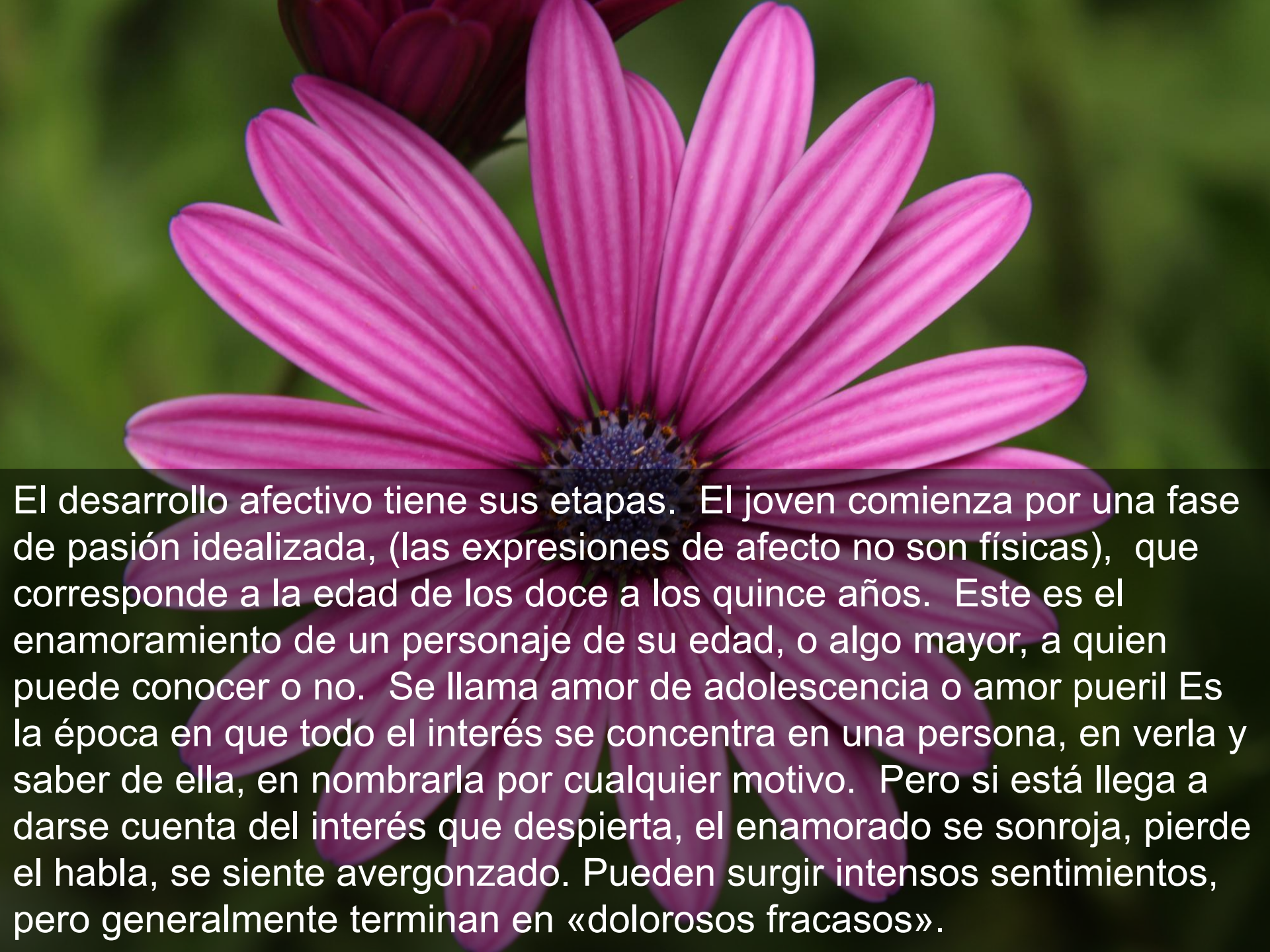
De ahí resultan las perplejidades, las preguntas, y los grandes conflictos mentales, en los adolescentes evangélicos. Luisa de Walker señala que entre los doce y los diecisiete años de edad, el setenta y cinco por ciento de los alumnos varones y el sesenta y cinco por ciento de las alumnas, abandonan la Escuela Dominical para nunca regresar. Es un periodo de crisis espiritual.

Si un muchacho no ha tenido la experiencia de la salvación, es particularmente vulnerable a las dudas, a menudo está dispuesto a poner en tela de juicio las doctrinas cristianas o simplemente a no darles lugar en sus pensamientos. La existencia de Dios y la inmortalidad no son preocupaciones fundamentales de muchos adolescentes. Después de un periodo de cuestionamiento respecto a la religión verdadera, (trece a catorce años), realizado en la intimidad de los amigos, trata de establecer algunos fundamentos. Ya a los dieciséis o diecisiete años discute más abiertamente sus ideas con otras personas aun mayores acerca de su actitud religiosa.

Para los diecinueve años ha establecido sus principios religiosos. Los padres creyentes no deben sorprenderse si su hijo adolescente formula preguntas tales como: «¿Por que Dios no hizo a la raza humana de tal manera que no pudiera pecar?», o «Si Dios es el Dios de amor, ¿por que permite que los hombres se maten unos a otros?» No es que rechace lo que se le ha enseñado, sino mas bien que demanda bases racionales para sus creencias. Rechaza el razonamiento que afirma «Es así, porque es así» Conviene que los padres estudien libros de apologética (evidencias cristianas) para poder contestar las preguntas de sus hijos.

También los maestros de la Escuela Dominical deben dar a los adolescentes las explicaciones de lo que parecen errores en la Biblia o contradicciones entre la Biblia y la ciencia Algunas iglesias tienen clases especiales sobre el tema

Sexo y amor. El pre-adolescente es homosocial, es decir, juega casi exclusivamente con niños del mismo sexo. A esta edad, los niños varones menosprecian a las niñas, y las niñas piensan que los niños son «demasiado bruscos y molestos». Con el advenimiento de la pubertad, la persona siente atracción creciente hacia el sexo opuesto. Los adolescentes se preocupan mucho por su apariencia, y si son mujeres, por la figura, (el cuerpo como sexo y como lo que luce o deslucen). También existe la preocupación por saber cómo actuar en presencia de personas del sexo opuesto.



El desarrollo afectivo tiene sus etapas. El joven comienza por una fase de pasión idealizada, (las expresiones de afecto no son físicas), que corresponde a la edad de los doce a los quince años. Este es el enamoramiento de un personaje de su edad, o algo mayor, a quien puede conocer o no. Se llama amor de adolescencia o amor pueril. Es la época en que todo el interés se concentra en una persona, en verla y saber de ella, en nombrarla por cualquier motivo. Pero si está llega a darse cuenta del interés que despierta, el enamorado se sonroja, pierde el habla, se siente avergonzado. Pueden surgir intensos sentimientos, pero generalmente terminan en «dolorosos fracasos».

De que manera las iglesias necesitan padres, pastores, maestros de Escuela Dominical y líderes juveniles que muestren paciencia con los jóvenes, que los orienten y que canalicen su idealismo hacia actividades y proyectos prácticos, Independencia, e identidad. Es importante que durante la adolescencia la persona aprenda a tomar sus propias decisiones, a asumir responsabilidades y a dejar atrás finalmente la vida protegida y dominada por sus padres.



El deseo del joven de independizarse y establecer su propia identidad es normal, pero a veces toma una forma equivocada. Puede degenerar en rebelión ante la autoridad. El adolescente aspira a la libertad y autodeterminación, pero la necesidad de estudios prolongados resulta en una dependencia prolongada de los padres. Depende del horario, el dinero y las comodidades de ellos.

Según el psicólogo Erick Erickson, el problema que para el adolescente es mas importante que el de independizarse, es encontrar un «sentido de identidad», un concepto claro de si mismo. Busca respuestas a las preguntas ¿Quien soy yo? ¿Cuales son mis valores?



¿Que propósito tengo en la vida? ¿Cuales son mis metas? ¿Hacia donde voy? ¿Cuales son mis puntos fuertes y mis debilidades? Armando Roa, en su libro ¿Qué es la adolescencia?, dice que la mal llamada crisis de identificación es mas bien una crisis de perplejidad. La misma consiste en sentirse perdido cuando se pregunta acerca del sexo, amor, vocación, estudios profesionales, religión, y política.



E Larkin Phillips



E Larkin Phillips, psicólogo y escritor, brinda a los padres consejos referentes a controlar a los hijos adolescentes Algunos son:

- 1) No es perjudicial exigirle al adolescente que haga algún trabajo útil en casa y en la comunidad. Si espera recibir de los demás, también debe rendir servicios a aquellos. Debe entender que hay dos caras en la moneda. La responsabilidad debe recaer tanto sobre él como sobre los padres y la sociedad.
- 2) La salud mental, no depende de recibir todo lo que quieren, ni es importante que los jóvenes reciban inmediatamente lo que quieren. Pero si es importante que aprendan a sacrificar, postergar, escoger, y asumir responsabilidad cuando yerran o eligen mal..

3) Los padres y las escuelas deben darles a conocer sus expectativas. Deben ser firmes, justos y consecuentes, pues son actitudes claves. Los padres ceden a las presiones ejercidas por los adolescentes, porque imaginan que el joven se perjudicará si no satisfacen sus deseos. Su porfía, sus berrinches y su mal humor se interpretan erróneamente como un «trastorno emocional», que requiere tratamiento. Lo que no deben hacer es ceder a los antojos de los adolescentes. Deben ser firmes y consecuentes.

4) Los padres deberían darles a entender a los jóvenes que podrán luchar con ellos, pero que no pueden triunfar, que sepan que los padres son mas sabios y fuertes que ellos. Si a los padres les falta fuerza, el adolescente no los respetara

Preparación de los adolescentes para mantener su fe en Cristo ¿Que seguridad tienen los padres de que sus hijos seguirán en el camino cristiano? Al ver que sus hijos han llegado a ser adolescentes, los padres se preocupan sabiendo que su influencia sobre ellos va disminuyendo, entre tanto que la influencia del grupo de sus compañeros va en aumento. Además, los profesores y otros adultos que no tienen la religión cristiana pueden influir en las actitudes y los valores del joven. ¿Han de intervenir los padres antes de que sea tarde? Pero, ¿qué pueden hacer? Es cada vez mas difícil vigilar a sus hijos en cuanto a elegir a sus compañeros y regular el uso de su tiempo y sus actividades. Si son demasiado estrictos, pueden alejarlos, y esto puede costar el proceso de identificación con ellos. He aquí algunas sugerencias para los padres. Es fundamental que los padres sean consecuentes al vivir su fe. El adolescente es buen observador y es propenso a dudar de la religión de sus padres si estos titubean, si tienen sus altibajos espirituales, o les faltan las virtudes cristianas.

Conviene que busquen primeramente el reino de Dios, y que no sean materialistas que tratan de cubrir su materialismo con un poco de religión.

Pueden preparar a sus hijos para enfrentar las ideas anticristianas precaviéndolos de que las creencias y normas de la fe serán criticadas. Los padres deben presentarles los argumentos hostiles en pequeñas dosis y a la vez los contraargumentos cristianos.

Guiones para estudiantes Wesley

CONSEJERÍA PASTORAL

Clase 6



HdWallpapersOnly.com

LA FARMACODEPENDENCIA: ALCOHOLISMO Y DROGADICCION

Del alcohol consumido, solo un 1% se elimina mediante orina, sudoración o respiración a un ritmo de 0,1 g/litro cada hora. El resto lo metaboliza nuestro organismo de este modo:

LOS EFECTOS DEL ALCOHOL

PRIMERA FASE

Inicialmente, el alcohol nos desinhibe y provoca alegría. Estas son las tres o cuatro primeras copas.

SEGUNDA FASE

Si se superan los límites del consumo moderado, podríamos caer en una depresión.

TERCERA FASE

El último paso es el malestar físico completo: vómito, mareo, cefalea y deshidratación.

Con una ingestión de 1,5 a 1,75 gramos de alcohol por kg (5 o 6 bebidas en un varón, de 3 a 5 en una mujer), en unas 4 a 6 horas la resaca es más que probable.

HÍGADO. Sus enzimas lo transforman en etanol, que se convierte en acetaldehído y, después, en acético. El acetaldehído es entre diez y treinta veces más tóxico que el alcohol.

MÚSCULOS. Se debilitan a causa de la deshidratación y los bajos niveles de azúcar. Esto provoca que movimientos sean lentos y torpes.

PITUITARIA. Las reacciones químicas pueden inducir cierto grado de hipoglucemia, lo que contribuye a los síntomas de fatiga, debilidad, trastornos del estado de ánimo y disminución de atención.



CEREBRO. El alcohol tiene un efecto deshidratante y causa una gran producción de orina, lo que provoca dolores de cabeza y somnolencia.

SISTEMA NERVIOSO CENTRAL

El complejo proceso químico que sufre el sistema nervioso central debido a la bebida se traduce en un exceso de sudoración, temblores y una sensibilidad a la luz.

CORAZÓN. En exceso, puede llegar a provocar inflamación cardíaca, que este órgano lata a un ritmo anormal o incluso deje de latir.

RIÑÓN. No puede reabsorber el líquido, ya que el etanol ha inhibido la acción de la vasopresina, la hormona que permite el ahorro de agua. El cuerpo excreta un 10% más de líquido.

ESTÓMAGO. Se inflama y genera exceso de ácidos g., causantes de la náusea.

PÁNCREAS. Al subir los niveles de alcohol en nuestro organismo, este órgano aumenta la producción de agentes químicos que provocan dolor, náuseas y vómitos.

¿Qué es el ALCOHOLISMO?

Es un trastorno
crónico

Se manifiesta por
repetidas ingestas de
alcohol



Es una **adicción**, una enfermedad crónica y progresiva que suele tener unos efectos destructivos en la vida de las personas que la padecen.

¿Qué es el alcoholismo? Muchas personas no distinguen entre el alcohólico y el individuo que ingiere excesivamente, bebidas alcohólicas los fines de semana, o aun a diario pero que puede dominar su deseo de beber. Tales bebedores son capaces de elegir la hora la ocasión y el lugar de su diversión. En contraste, el alcohólico es quien no puede dejar de tomar todos los días, o quien cuando ha comenzado a beber es incapaz de detenerse.

El alcoholismo pertenece a la categoría de las enfermedades de adicción, y es la más común y devastadora de estas.

A close-up profile of a woman drinking from a glass, with the text '¿Qué es el Alcoholismo?' overlaid in a white, stylized font.

¿Qué es el Alcoholismo?

El alcoholismo es el consumo exagerado de alcohol, que ocasiona al bebedor problemas físicos, mentales, emocionales, laborales, familiares, económicos y sociales.

ADICCIÓN

A hand holding a bottle of alcohol next to a road sign that reads 'SI TOMA NO MANEJE' (If you drink, do not drive). The sign is yellow with black text and is set against a background of blurred lights.

SI TOMA NO MANEJE



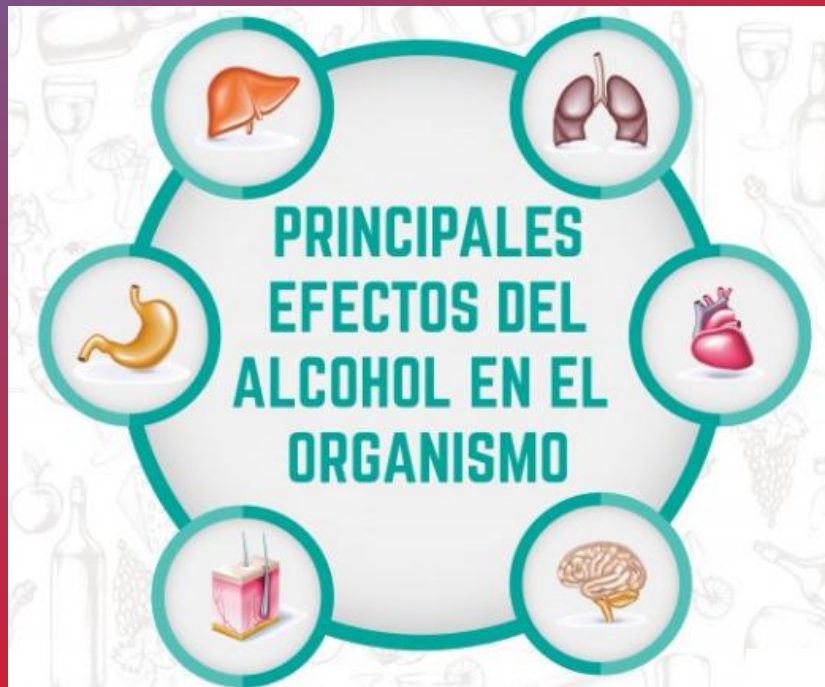
El alcohólico crónico es adicto física, y psicológicamente, a la droga llamada alcohol. Beber llega a ser la necesidad más imperiosa de su vida.

Necesita tomar continuamente para seguir funcionando y para evitar los síntomas que se producen cuando deja de tomar alcohol, temblores, alucinaciones y terror irracional.

A veces decide dejar de tomar, pero es incapaz de abstenerse de beber permanentemente.

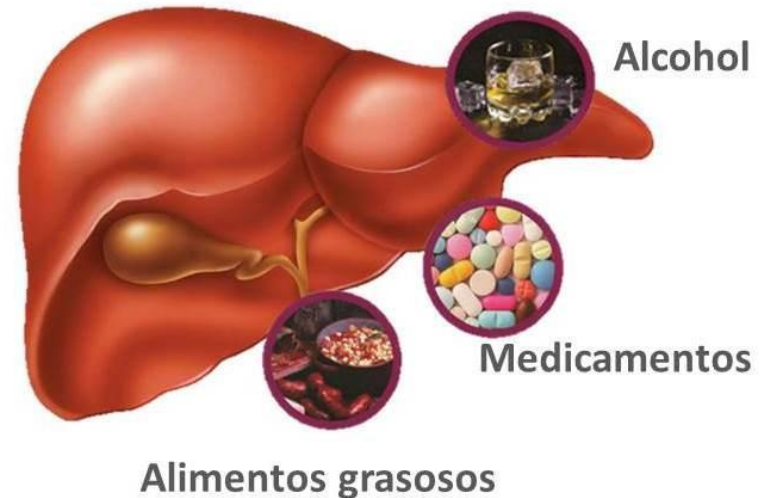
Cuando no bebe, esta irritable, nervioso, deprimido y no duerme bien. Al volver a beber un trago, pierde todo su control sobre el deseo de tomar y no puede detenerse.

Los estragos del alcoholismo. El alcohol es una de las drogas más peligrosas que ingieren los seres humanos. Si se consume continuamente en grandes cantidades, ataca los sistemas circulatorio, respiratorio, digestivo y nervioso. El hígado del bebedor se altera, casi desde el comienzo, y con él, todo su metabolismo. El alcohol irrita e inflama, el estomago y los intestinos, y hace subir la presión arterial. El cuerpo lo utiliza como cualquier otro alimento, pero el alcohol, carece totalmente de vitaminas, minerales y proteínas. No almacena energía ni genera tejidos. Los organismos desarrollan dependencia del alcohol, y a un porcentaje de bebedores puede llevarlos a la muerte. El alcohol engaña al individuo en cuanto a su efecto inmediato. Una alcohólica de treinta y ocho años decía: «Yo comencé a beber por motivos sociales me pasaba el rato como mis amigos me sentía inteligente, i ocurrente». No obstante las sensaciones de esta mujer, el alcohol no es estimulante sino depresivo para el sistema nervioso La persona no se toma brillante bajo la influencia del alcohol, sino que solamente se siente brillante. Los científicos nos dan el cuadro verdadero:

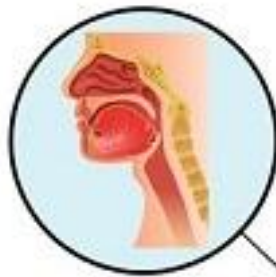


La salud depende de la capacidad que tengamos para eliminar desechos perjudiciales para el organismo.

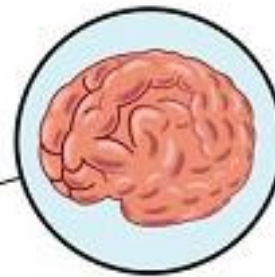
HÍGADO



Consecuencias del Alcoholismo



*Cáncer de garganta,
mal aliento.*



*Peor memoria, incapacidad
para concentrarse, pérdida de
visión, síndrome de Wernicke-
Korsakoff.*



*Cardiomiopatía
alcohólica, anemia*



Fatiga crónica.



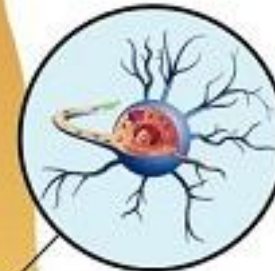
Pancreatitis.



Gastritis crónica.



*Cirrosis,
hepatitis,
daños al
hígado.*



*Ataxia, neuropatía
alcohólica.*

Los más lamentables estragos hechos por el alcoholismo se encuentran en la familia del alcohólico. Los miembros de su familia sienten vergüenza por su conducta y procuran encubirla. La señora debe darle las excusas al jefe cuando su marido no está en condiciones de trabajar. La familia a menudo se aleja de sus amigos. Un niño se lamentaba: No puedo contar con mi padre. Deje de traer a mis amigos a la casa porque estaba harto de ser mortificado por él ante ellos. No me gusta nada escuchar las querellas (de mis padres). Nunca se hablan una palabra cariñosa el uno al otro.



Las tensiones aumentan, mientras que la esposa, pone todo su esfuerzo para cambiar la conducta de su marido. Hay peleas violentas, insultos y el empleo de toda estratagema por parte de ella para apartarlo del alcohol, pero nada surte efecto. Mientras mas bebe el alcohólico, tanto más pelean. Ambos padres se sienten resentidos, amargados y tienen lástima de sí mismos. La situación existente en el hogar produce en los niños efectos emocionales, que pueden ser devastadores. Por lo general, la madre se ve obligada a tomar las riendas en la familia, y a trabajar para sostenerla.

Mientras progresa la enfermedad, el alcohólico y su familia llegan a ser cautivos del temor, la desconfianza, el enojo, la ansiedad y la soledad. Las relaciones personales y sociales del alcohólico empeoran notablemente, hay falta de comunicación, y comienza la separación emocional, y física entre él y los miembros de su familia. La esposa y los hijos comienzan a creer sus argumentos de que ellos tienen toda la culpa de su vicio.

Poco a poco se van enredando emocionalmente, sintiendo temor y odio hacia él y hacia sí mismos. La familia se enferma en la misma medida en que se enferma el alcohólico. Las mujeres a veces llegan a ser alcohólicas. Algunas esposas de bebedores excesivos acompañan a sus maridos en la pendiente cuesta abajo. En cierta manera, los hijos sufren más con una madre alcohólica que con un padre alcohólico, ya que reciben irregularmente el cuidado físico y el cariño maternal que tanto necesitan para desarrollarse normalmente. Al llegar a adultos, les cuesta amar a otras personas y establecer buenas relaciones sociales y matrimoniales.

Recursos para el tratamiento del alcoholismo. ¿Queda esperanza para el alcohólico? Una de las organizaciones de abstemios, Alcohólicos Anónimos, afirma que entre el sesenta y cinco y el setenta y cinco por ciento de los alcohólicos que reciben su terapia, se recuperan y llevan vidas normales. Los tratamientos exigen abstinencia perpetua, es decir, tratarse implica no volver a probar una gota más de alcohol. Puesto que el alcoholismo es un problema espiritual, emocional y físico, es necesario tratarlo en los tres niveles simultáneamente



Pidiendo perdón a la esposa y a los hijos.



El trato físico es el más fácil La inyección de apomorfina (droga que provoca rechazo al alcohol) ayuda a que el paciente tome su decisión de no ingerirlo mas. Si no cumple, el organismo responde con fuertes espasmos.

Otra variante del tipo «reflejo condicionado», es la aplicación de descargas eléctricas cada vez que el paciente prueba el alcohol. Pero la mayoría de los centros de tratamiento carecen de instrumental y conocimientos para emplear este método. También esta técnica con frecuencia afecta la memoria de la persona. Ambos sistemas (el electico y el de la apomorfina) resultan muy adecuados para desintoxicar al paciente y mantenerlo abstinentes en una primera etapa.

Pero sin ayuda espiritual y sin apoyo psicológico, familiar y social, un período inicial no arregla nada, por lo general reinciden. El cuerpo se adapta pronto a la apomorfina, y disminuye progresivamente el efecto de la droga. Es preciso motivar al alcohólico a la abstinencia en un nivel mas profundo.

Reglas para el grupo de alcohólicos.

- 1) Hemos de reconocer que somos impotentes alcohol, que nuestra vida se ha vuelto ingobernable.
- 2) Hemos de aceptar abiertamente que solo un superior al nuestro puede devolvernos la salud.
- 3) Tenemos que decidirnos a entregar nuestra voluntad y nuestra vida al cuidado de Dios, a nuestra manera de verlo.
- 4) Tenemos que hacer un inventario íntimo y audaz de nuestro estado moral, y personal
- 5) Hemos de reconocer delante de Dios, delante de nosotros mismos, y delante de cualquier otro ser humano, la naturaleza exacta de nuestros errores.
- 6) Estamos enteramente dispuestos a que Dios quite de nosotros todos estos defectos de carácter.
- 7) Le pedimos a él con toda humildad que quite nuestras deficiencias.



- 8) Hacemos una lista de todas las personas a quienes hemos hecho mal, y estamos dispuestos a desagraviarlos a todos ellos.
- 9) Desagraviamos a todos siempre que nos sea posible, salvo en el caso de que al hacerlo, les provoquemos daño a ellos o a otras personas.
- 10) Continuamente estamos haciendo un inventario personal, y cuando estemos equivocados, estaremos prontos a reconocerlo.
- 11) Buscamos por medio de la oración y de la meditación, mejorar nuestro contacto consciente con Dios, a nuestra manera de verlo, orando solo para conocer su voluntad en cuanto a nosotros, y pidiendo poder para llevarla a cabo.
- 12) Habiendo tenido un despertamiento espiritual con motivo de estos pasos, tratamos de llevar este mensaje a los alcohólicos, y de poner en práctica estos principios en todos nuestros asuntos.

El pastor debe aconsejar a la familia del alcohólico Explicará a la señora, la naturaleza del alcoholismo y le recomendará que asista a las reuniones de terapia de grupo, para las familias de alcohólicos. Le aconsejará que trate de vencer sus sentimientos de enojo, resentimiento, autoconmiseración y amargura. La familia no debe compadecerse del alcohólico ni rechazarlo, más bien debe entenderlo. No debe aislarse de la comunidad, sino que debe permanecer socialmente activo. Conviene que la señora les explique a los hijos acerca del alcoholismo.

SUPERVISAR

La desintoxicación del alcohol exige una monitorización constante del proceso

La madre y los niños deben adaptarse a un nuevo estilo de vida y dominar sus sentimientos negativos. Si la esposa quiere separarse de su alcohólico, a veces no conviene impedírselo, pues puede ser el factor que precipite que el alcohólico vuelva en sí y acepte ayuda.

Sin embargo, es contraproducente abandonarlo por tres días o un mes y luego regresar a la casa. De allí en adelante el marido no creerá en las amenazas de ella.

Sobre todo es necesario enfrentar al alcohólico con la realidad de su enfermedad.

Las personas que el aprecia o que son importantes para él, tales como su esposa, el jefe o los amigos, deben hablarle con solicitud y franqueza sobre la necesidad de buscar ayuda.



Marihuana

Éxtasis

Cocaína

Heroína

Tabaco

Crack



La drogadicción . El problema del uso abusivo de drogas entre los jóvenes de America Latina no tiene las grandes proporciones que alcanza en los Estados Unidos.

En gran parte, se debe al hecho de que las drogas son caras y, por regla general, los adolescentes latinos no tienen los recursos necesarios para comprarlas. Sin embargo, en países como Brasil, Argentina y Venezuela, se encuentran grupos juveniles que usan drogas, especialmente cocaína.

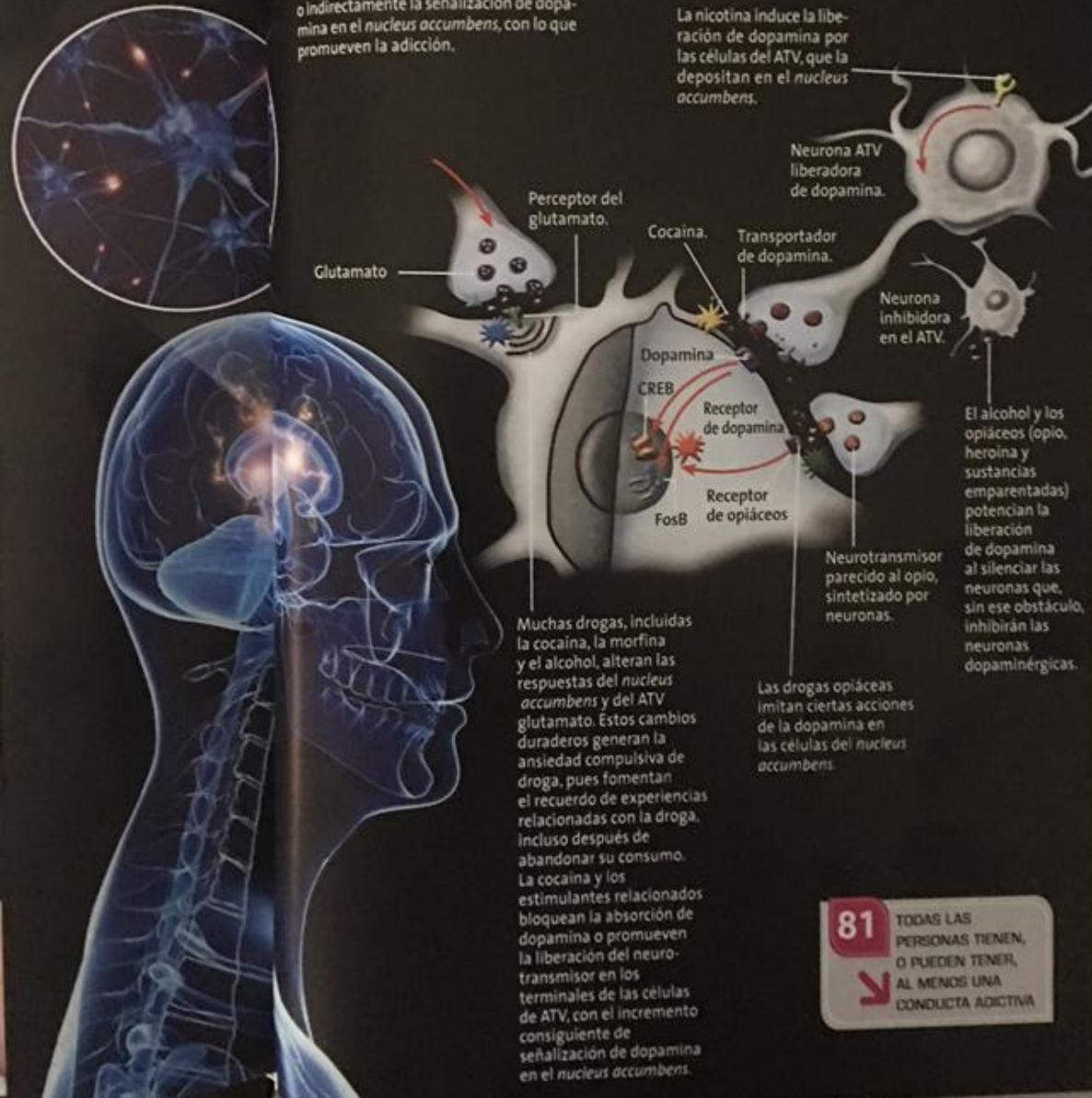
¿Por que emplean los adolescentes las drogas? El adolescente las usa por curiosidad, por moda, de forma de protesta. Por regla general, la iniciación se hace de amigo a amigo, o en un grupo social.

Se reparten cigarrillos de marihuana y el no habituado no se niega a participar en ello para no pasar por «simple». Sin embargo, la mayoría de los usuarios ocasionales la abandonan después de un tiempo, «al darse cuenta de que el paraíso prometido es superficial, repetitivo».

Diferentes drogas, efectos idénticos

Aunque las drogas atacan diversas regiones del cerebro, todas potencian directa o indirectamente la señalización de dopamina en el *nucleus accumbens*, con lo que promueven la adicción.

La nicotina induce la liberación de dopamina por las células del ATV, que la depositan en el *nucleus accumbens*.



Muchas drogas, incluidas la cocaína, la morfina y el alcohol, alteran las respuestas del *nucleus accumbens* y del ATV glutamato. Estos cambios duraderos generan la ansiedad compulsiva de droga, pues fomentan el recuerdo de experiencias relacionadas con la droga, incluso después de abandonar su consumo. La cocaína y los estimulantes relacionados bloquean la absorción de dopamina o promueven la liberación del neurotransmisor en los terminales de las células de ATV, con el incremento consiguiente de señalización de dopamina en el *nucleus accumbens*.

Las drogas opiáceas imitan ciertas acciones de la dopamina en las células del *nucleus accumbens*.

El alcohol y los opiáceos (opio, heroína y sustancias emparentadas) potencian la liberación de dopamina al silenciar las neuronas que, sin ese obstáculo, inhibirán las neuronas dopaminérgicas.

81

TODAS LAS PERSONAS TIENEN, O PUEDEN TENER, AL MENOS UNA CONDUCTA ADICTIVA

Qué es ser adicto

Ser adicto significa estar prisionero, o atado, a un elemento de consumo, y no poder controlar su consumo. El elemento de consumo puede tener distintas características: sustancias químicas, vicios de comportamiento, abusos de ingesta, necesidades de relacionamiento y también tendencia a ciertos tipos de pensamientos.

80

**TODO LO QUE
DESPLAZA LA RAZÓN
LO PONE EN RIESGO
DE EQUIVOCARSE**



La marihuana, cuando se la usa regularmente, impide las funciones mentales, quita la energía y causa fatiga y apatía. Esteban, un adolescente que la fuma casi a diario, cuenta que ahora obtiene malas notas en la escuela y le cuesta trabajo concentrarse y recordar. «Todo lo que me gustaba, ahora es aburrido. Ya no me interesan las chicas. Siempre me siento cansado».

Si alguien conduce un auto bajo la influencia de la marihuana, presenta las mismas características de un ebrio, o peor, puede tener alucinaciones y perder el control del vehículo.



Aunque se dice que la marihuana no produce tanta dependencia física como algunas otras drogas, se admite que el usuario se torna psicológicamente dependiente de ella. Pero el médico Walter Lehmann afirma: que ha visto a muchos jóvenes sufriendo de terrible ansiedad, insomnio, transpiración excesiva, falta de apetito y náuseas, al tratar de dejar completamente la droga. Además, la marihuana lleva a otras drogas mas adictivas y mas dañinas.

Diversas investigaciones de científicos han arrojado evidencias de que el fumar crónicamente marihuana daña el cerebro, altera el metabolismo y afecta los pulmones.

Otra forma de separarlos de su medio ambiente tentador, es proporcionar una casa para drogadictos en rehabilitación. Pueden trabajar en algún empleo durante el día, y dormir y pasar sus horas libres en la casa. Hay obreros cristianos que les ayudan en su vida espiritual, y los dirigen en actividades sanas. Pueden participar también en la vida social de la iglesia.

El pastor puede ayudar mucho al drogadicto, aconsejándolo, apoyándolo y alentándolo. La relación con un drogadicto suele ser turbulenta, este lo pondrá a prueba, lo amenazará o tratará de manipularlo.

El ministro del evangelio debe estar preparado para enfrentar tales situaciones, con comprensión, amor, y firmeza. Debe estar dispuesto a pasar mucho tiempo ayudándolo. Si el drogadicto lo llama para hablar con el, conviene darle prioridad. Si no, es probable que el aconsejado vuelva a tomar drogas. El adicto no es capaz de soportar mucha ansiedad. Probablemente habrá recaídas, y la persona comenzará muchas veces a abstenerse de nuevo. Pero con la ayuda divina y el apoyo del pastor, el drogadicto puede ser liberado. A medida que crece espiritualmente y madura emocionalmente, experimentará la victoria sobre la farmacodependencia.



Mi época en las drogas fue cuando yo no tenía ninguna esperanza, y cuando una persona está en las drogas es más difícil de encontrar esperanza.

(John Lennon)

akifrases.com



EL CONTROL DE LAS EMOCIONES

La emoción fuerte es muy eficaz para preparar el cuerpo para una emergencia.

(1) Hace posible que la persona haga un esfuerzo durante un periodo prolongado sin sentir fatiga. Por ejemplo, los soldados en combate a menudo pueden estar en actividad veinticuatro horas sin dormir.

(2) El cuerpo, en estado de alerta, es capaz de hacer algo que requiera una fuerza extraordinaria. Un hombre asustado en un incendio, recogió una caja fuerte y la llevó fuera de la casa, luego se necesitaron tres hombres para meterla de nuevo.

(3) La emoción fuerte tiende a hacer insensible el cuerpo al dolor. Dos hombres airados que se dan golpes apenas sienten dolor.



A veces experimentamos alguna emoción fuerte, de la cual no nos damos cuenta. El temor puede manifestarse como tensión, el enojo como heridas emocionales, depresión o insomnio.



Cuando se despierta una emoción, debe ser expresada de una manera correcta. Si no se expresa, se acumulará y aumentará. Las emociones negativas no expresadas a través de actividades sanas tales como trabajo, diversión, o hablar con otros acerca de los sentimientos, suelen afectar adversamente. Los órganos del cuerpo son afectados por problemas emocionales. La consecuencia son: úlceras, artritis y neurosis.

Al estudiar las ocasiones en que Jesús se enojó, es interesante hacer algunas observaciones (1) Se dirigió contra el mal, (2) no fue motivado por el orgullo herido, ni por fines egoístas, (3) Jesús atacaba la maldad y no tanto a los malhechores. También se ve el amor de Cristo tras su enojo. «Mirándolos alrededor con enojo, entristecido por la dureza de sus corazones». (Marcos 3: 1-5) Se apenó y los miró con tristeza, por la dureza de su corazón. Al igual que Jesús, Moisés amaba a los israelitas, y el castigo que fue administrado, no fue motivado por el deseo de vengarse, sino para disciplinarlos.



Jesús lloró ante la tumba de Lázaro



Jesús enojado, echo a los vendedores en el templo de Jerusalén

A woman with long dark hair is looking down with a sad expression. Overlaid on top of her is a semi-transparent image of the same woman smiling, creating a visual metaphor for emotional conflict or the struggle to hide one's true feelings. The background is a soft-focus view of the ocean under a bright sky.

¿Como podemos dominar nuestro enojo? En primer lugar, es necesario que hagamos dos cosas básicas, reconocer que existe, y comprender que no es malo en sí mismo. Hay personas que se sienten culpables si experimentan enojo u hostilidad, y recurren a mecanismos de defensa para negar que existen estos sentimientos, no admiten ni ante si mismas que están enojadas. Otras, vuelcan sus sentimientos en su interior, y se odian o sienten remordimiento y se acusan a sí mismas. Pero estas no son soluciones verdaderas. Al contrario, impiden que la persona dé pasos constructivos para controlar sus emociones.

En cambio, si el enojo fue provocado por alguna injusticia, conviene en la mayoría de los casos hablar con la persona que lo ofende. Jesús dijo «Si tu hermano peca contra ti, ve y repréndele estando tú y el solos, si te oyere, has ganado a tu hermano» (Mateo 18: 15-17) La palabra griega traducida por «reprender», significa «convencerle de su falta», o «hacerle reconocer su mal»

Es obvio que la persona ofendida no debe tratar de humillar y castigar al ofensor, pues los dos deben hablar «solos», para que no se divulgue el problema. El gran propósito es «ganar» a su hermano, ganado tanto para sí mismo como para la comunión continua con Dios, es decir, restaurarlo.

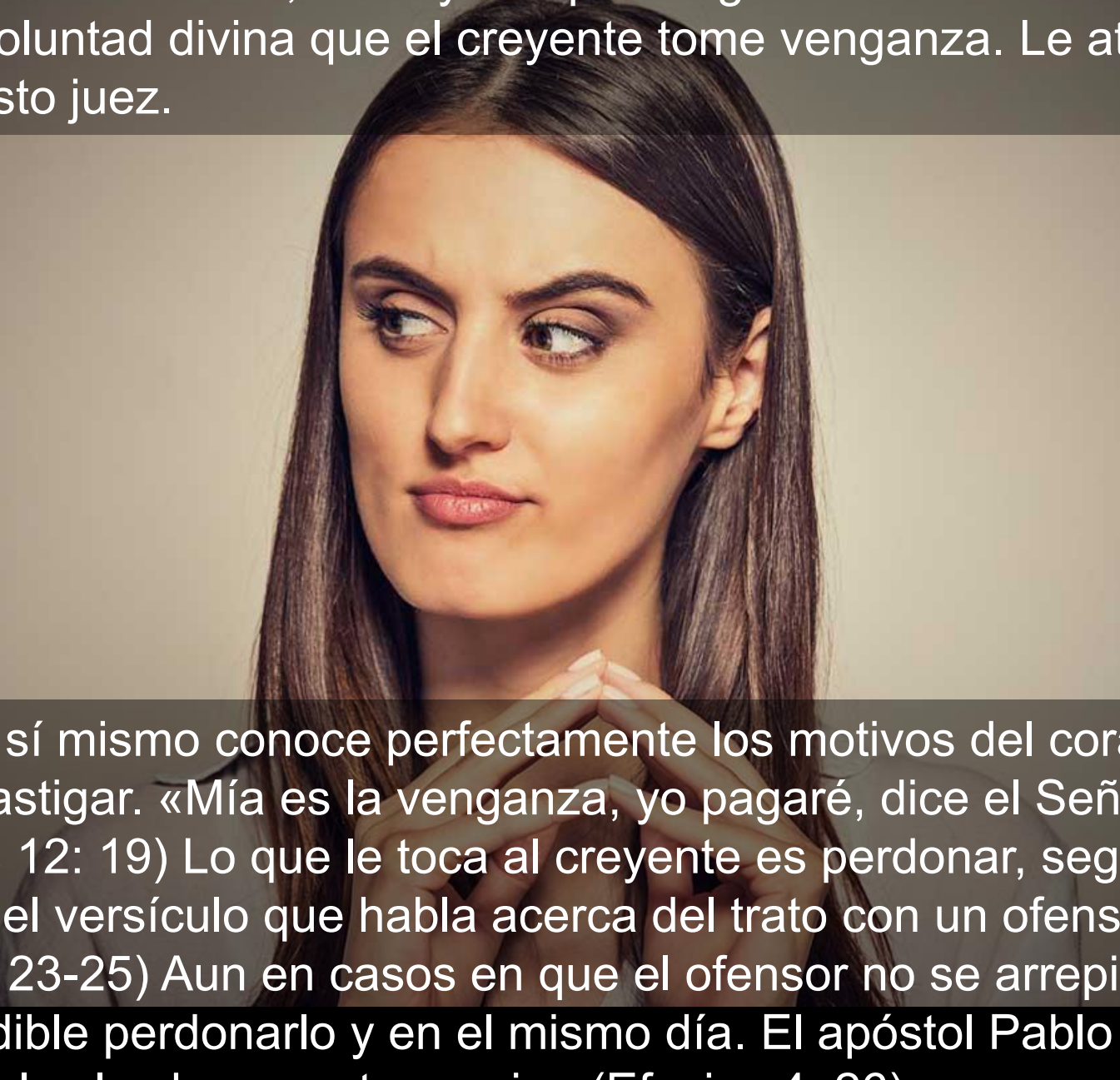
“Mi enojo no es por la injusticia sino por el empeño con que muchos lo disfrazan”

Isabel Cendal

Propósito según DIOS?

**Motivarnos a hacer algo
CONSTRUCTIVO cuando
nos ofenden o
enfrentamos injusticia**

Se requiere autocontrol, amor y tino para lograr este fin. No es la voluntad divina que el creyente tome venganza. Le ataño a Dios, el justo juez.



Quien por sí mismo conoce perfectamente los motivos del corazón para juzgar y castigar. «Mía es la venganza, yo pagaré, dice el Señor». (Romanos 12: 19) Lo que le toca al creyente es perdonar, según el contexto del versículo que habla acerca del trato con un ofensor. (ver Mateo 18: 23-25) Aun en casos en que el ofensor no se arrepienta, es imprescindible perdonarlo y en el mismo día. El apóstol Pablo dijo «No se ponga el sol sobre vuestro enojo» (Efesios 4: 26).

Temor y ansiedad.

El temor tiene muchos grados y toma varias formas: preocupación, afán, timidez, apocamiento, ansiedad, alarma, espanto, y consternación.

Dios nos da la capacidad de temer, pues es necesario un buen caudal de precaución para la auto conservación. Los niños deben aprender a evitar el tránsito peligroso, el fuego, los enchufes eléctricos, los sitios altos y muchas otras situaciones peligrosas.

La preocupación moderada puede servir para motivarnos a trabajar bien, a tomar pesos para asegurar el futuro, y a comportarnos moralmente.



La Biblia apela al instinto del temor para motivar la obediencia a Dios, pues señala las consecuencias de la desobediencia. La preocupación no excesiva puede prepararnos para la crisis. Por ejemplo, L. Jams, observa que los pacientes que no se preocupan por la inminencia de una cirugía seria, son menos capaces de soportar el dolor y las tensiones emocionales de su convalecencia que los pacientes que tienen cierto temor de antemano.

Parece que estos han ensayado mentalmente el peligro inminente y están mejor preparados para sufrir.

Sm embargo, si la preocupación y la ansiedad llegan a ser crónicas o excesivas, perjudican sustancialmente al individuo.

En primer lugar, la persona disipa su energía preocupándose por lo que puede pasar y no le queda suficiente fuerza para enfrentar objetivamente su problema y solucionarlo.

La conciencia.

Los sentimientos de culpa están estrechamente relacionados con la conciencia. La conciencia es, en cierto sentido, la facultad que nos da la noción del mal y del bien, pero sirve mayormente de juez mediante el cual el hombre juzga sus acciones. En el Antiguo Testamento se describen las reacciones de la conciencia. «Se turbó el corazón de David, porque había cortado la orilla del manto de Saúl». (1ª Samuel 24: 1-6). Si nos comportamos mal, la conciencia nos hace sentir indignos y culpables, si nos conducimos bien, nos hace sentirnos más dignos, más contentos y más libres de ansiedad.



El rey David cortó un pedazo del vestido de Saúl y su conciencia le hizo notar que no estaba bien lo que había hecho.

No hay testigo tan terrible ni acusador tan potente como la conciencia que mora en el seno de cada hombre.
Polibio

La conciencia es naturalmente sensible en cuanto a no perjudicar las relaciones con personas apreciadas y amadas por el individuo. El niño se siente culpable cuando desobedece a su padre, especialmente si su desobediencia lleva consigo la posibilidad de quedar alejado de él. Cuanto mas el uno ama al otro, tanto más se siente culpable. También la posibilidad de ser castigado es un factor que produce sentimiento de culpa y de ansiedad.

Sin embargo, la conciencia por si sola no es una guía infalible de conducta, ni es siempre la voz de Dios. La conciencia no juzga según la escala de valores que aceptamos.

(1) El individuo tiene que reconocer el pecado por lo que realmente es.

Si el consejero, se dedica a tratar de convencer al consultante, de que su pecado es una insignificancia, que Dios puede pasar por alto, el resultado será que el perdón le parecerá algo de poco valor, que «convierte el acto, en algo superfluo y desprovisto de todo sentido». El psicólogo James Dittes afirma:

La verdadera liberación solo es posible cuando la persona siente que la raíz de su culpa ha sido alcanzada por la expiación y el perdón. Una reprensión suave o un simple «esta bien, no te preocupes», no sirven para aligerar el peso, de una conciencia oprimida y agobiada por la culpa, y le deja solo el sentimiento desolador, de que nadie puede entender ni aceptar la intensidad de su propia experiencia.

La tranquilidad de no tener nada que ocultar no tiene precio.

CONCIENCIA

Mas vuestras
iniquidades han
hecho división
entre vosotros y
vuestro Dios,

Isaías 59:2



¡Tú eres mi refugio!

¡Tú me libras de la angustia!

¡Tú me rodeas

con cánticos de libertad!

Salmo 32:7

(2) Es preciso sacar a la luz el pecado y no procurar reprimirlo. Si el consultante lo reprime, queda como un elemento destructor en su personalidad. Salmo 32: 1-11.

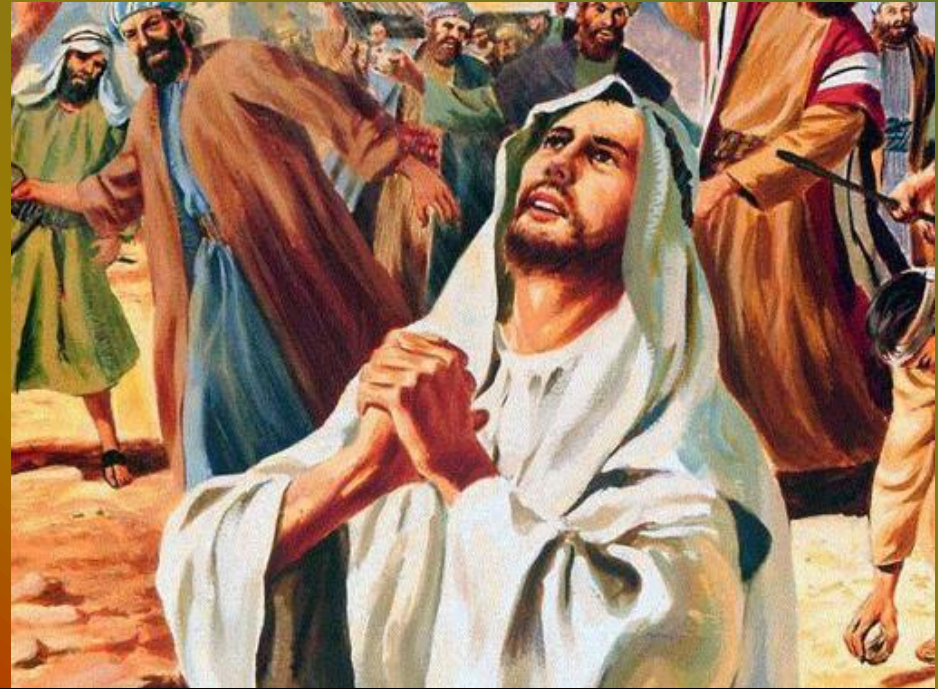
Grounds observa «El sentimiento de que el individuo ha obrado mal y merece ser castigado, sentimiento que se esconde en algún rincón de su mente, es como una bomba de tiempo que puede explotar en cualquier momento». La confesión a Dios trae a la luz el temido pecado, es el acto en el que el individuo enfrenta su pecado y se enfrenta a sí mismo, también debe llevar a la reconciliación con la persona ofendida.

(3) El perdón divino se basa en la obra expiatoria de Jesucristo

Este es el corazón del evangelio. La Biblia reconoce la terrible realidad del pecado, pero también presenta una expiación tan grande que satisface a la justicia divina. La confesión y la fe apropian los méritos de la cruz.

4) Aceptación. La mayoría de los enfermos desahuciados llegan al punto en que no resisten más, aceptan el hecho de que van a morir, y así experimentan un cierto grado de paz. No debemos confundir aceptación con contentamiento; en esta etapa la persona está casi carente de sentimientos. Es como si la pena hubiera pasado y hubiera terminado la lucha; ya ha llegado la hora final, antes de hacer el último viaje. Los pacientes pierden todo interés en los asuntos de los demás y hablan poco. Desean que se los deje tranquilos o por lo menos, que no se los moleste con noticias de problemas o asuntos del mundo exterior. Saben que pronto fallecerán. Si han padecido mucho, es probable que quieran morir. No se comunican mucho con los demás, pero desean que sus amados estén cerca de ellos, pues reciben consuelo sabiendo que no se los olvida cuando el fin se acerca.

6:11 Y se les dieron vestiduras blancas, y se les dijo que descansasen todavía un poco de tiempo, hasta que se completara el número de sus consiervos y sus hermanos, que también habían de ser muertos como ellos.



Pero Esteban, lleno del Espíritu Santo, puestos los ojos en el cielo, vio la gloria de Dios, y a Jesús que estaba a la diestra de Dios, y dijo: He aquí, veo los cielos abiertos, y al Hijo del Hombre que está a la diestra de Dios. Hechos 7:55-56

Guiones para estudiantes Wesley

CONSEJERÍA PASTORAL

Clase 7



LA DEPRESIÓN Y EL SUICIDIO

El salmista no es la única persona que ha dicho «¿Por qué te abates alma mía, y te turbas dentro de mí?» (Salmo 42:1-11). Es de extrañarse que mucha gente no distinga entre la depresión y la infelicidad pasajera. Esta es provocada en gran parte por circunstancias adversas, pero la persona no pierde su perspectiva ni la esperanza, y puede funcionar normalmente. En cambio, la depresión afecta la disposición entera de la persona, determinando como se ve a sí misma, a sus circunstancias y a los demás. La persona deprimida tiene un concepto pesimista de la vida, le parece que todo es gris o negro «Es vulnerable a lo amenazante y hasta las frustraciones insignificantes pueden aumentar sus sentimientos depresivos». Piensa que todo cuanto hace le sale mal, y se siente incompetente, inadecuada e indigna de amor, se rechaza a sí misma, se hunde en la apatía. Dice dentro de sí «La vida es un valle de lágrimas, no vale la pena vivir».

¿Por qué voy a inquietarme?
¿Por qué me voy a angustiar?
En Dios pondré mi esperanza,
y todavía lo alabaré.
¡Él es mi Salvador
y mi Dios!
Salmos 42:11

¿Quiénes sufrieron la depresión?

1. Moisés
2. Ana
3. Elías
4. Job
5. David
6. Ezequías
7. Jeremías
8. Jonás



Síntomas de la depresión. Los síntomas típicos de la depresión, desde la moderada hasta la mas fuerte, son fáciles de reconocer. Comprenden lo siguiente:

a) Pérdida del apetito y la consecuente pérdida de peso en un período relativamente breve. (Algunos individuos deprimidos, sin embargo, comen en exceso y engordan). Un marcado cambio en los hábitos de dormir. Algunos deprimidos duermen demasiado y se despiertan cansados, pero la mayoría sufren de insomnio. Si se ponen a dormir de noche, se despiertan en las punieras horas de la madrugada, y no pueden volver a dormirse Siempre se sienten cansados física y emocionalmente. Disminuye la rapidez al pensar y al hablar.



Síntomas más habituales de la depresión

- Tristeza persistente
- Desesperanza y pesimismo
- Sentimientos de culpa y/o inutilidad
- Fatiga, desgana o pérdida de energía
- Dificultad para concentrarse
- Insomnio o dormir en exceso
- Ansiedad e irritabilidad
- Pensamientos de muerte o suicidio

Sentimientos de culpa e indignidad. Muchos deprimidos se censuran duramente a sí mismos y se sienten culpables, cuando no tienen culpa. Otros censuran a su prójimo y se ensimisman en su propia conmiseración. El individuo suele juzgarse pecador e indigno, cree que merece castigo por sus faltas, o por no lograr sus propias metas. Exagera sus deficiencias e ignora sus virtudes, puede angustiarse por algún desatino que cometió hace años. Si es creyente, tiende a tergiversar la Palabra de Dios, fijándose en los versículos que enseñan la condenación, e ignorando las promesas de gracia y perdón. Piensa que ni Dios ni los hombres lo quieren. Cree que es una nulidad y que no sirve para nada. Mateo 11:1-15.



b) **La apatía**, el desgano y la actitud de, «no me importa». Los deprimidos a menudo descuidan su apariencia. El hombre se preocupa menos de afeitarse y la mujer de arreglarse. Pierden interés en su trabajo, en sus actividades diarias y hasta en su recreación favorita. Por lo general, cesa el impulso sexual.

c) Ensimismamiento. El deprimido tiende a perder el afecto hacia los miembros de su familia, y a aislarse, evitando el compañerismo con ellos y con los demás.

d) Tristeza profunda y constante. El abatimiento está tan arraigado en su corazón, que finalmente se le refleja en el rostro. El deprimido no responde al buen humor de otros y se siente irritado por su alegría. A menudo llora Es capaz de tener arranques de enojo por cosas insignificantes.

e) Desesperanza. Por regla general, se siente impotente para solucionar su situación y es incapaz de vislumbrar una salida En el caso de la depresión fuerte, su tristeza se agudiza día a día, a menos que alguien logre animarlo a tener esperanza No esta en condiciones de tomar decisiones importantes, tales como cambiar de trabajo, renunciar a un puesto o separarse de su cónyuge.

Causas de la depresión. Aunque no se saben a ciencia cierta todas las causas de la depresión, algunas son bien conocidas. A veces es la reacción a una enfermedad prolongada, el agotamiento físico, o emocional, a la pérdida de un ser querido, a la ruptura de un romance, el rechazo por parte de personas apreciadas, o a la separación matrimonial.

De todas las experiencias traumáticas que las personas enfrentan en la vida, parece que la peor es la pérdida por muerte del compañero de la vida, especialmente si la pareja es de edad avanzada. En muchos casos, el sobreviviente no se adapta a la pérdida, experimenta depresión y en breve tiempo muere.

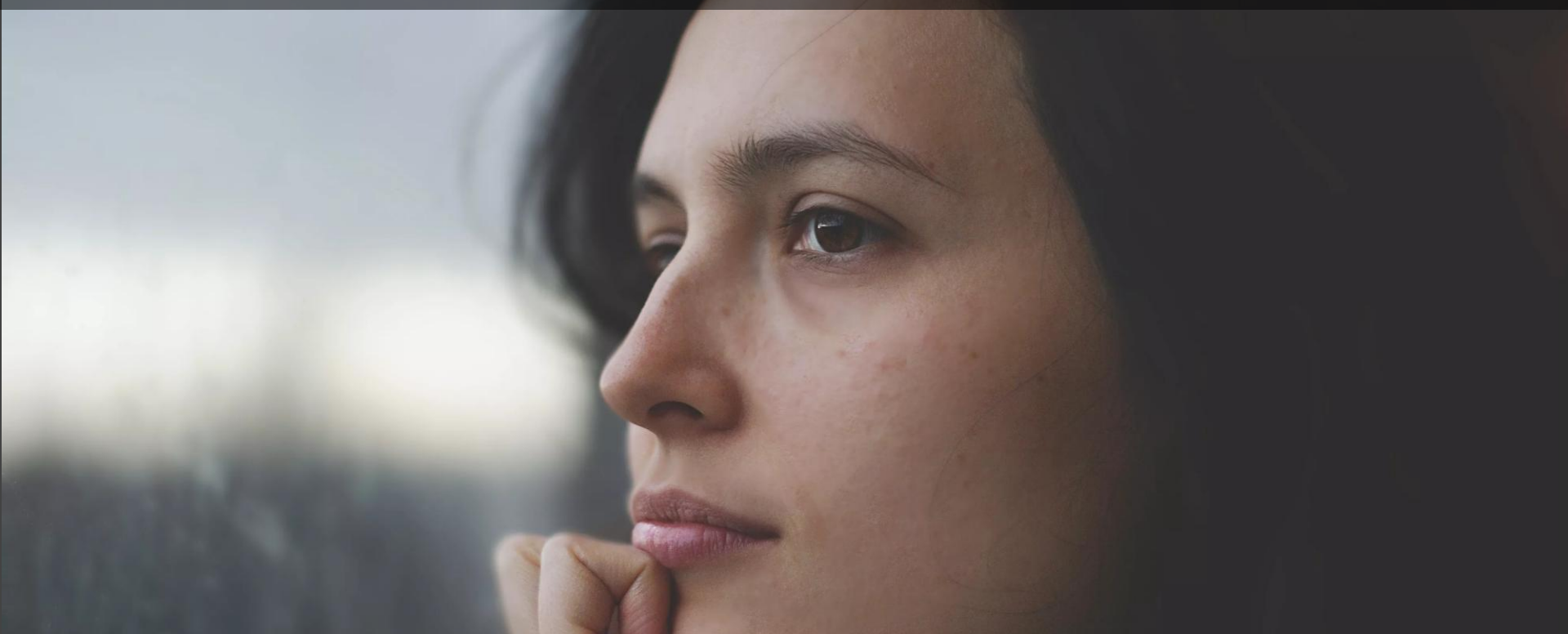




En muchos casos, la depresión aparece como respuesta a alguna tensión ambiental que la persona no puede dominar. Entonces tiene la sensación de estar atrapada, al ser incapaz de remediar una situación insoportable.

Hay factores físicos que precipitan la depresión. Los estudios sobre la materia indican que hay personas, propensas por naturaleza a estar deprimidas. Todos los miembros de ciertas familias tienden a sufrir la misma emoción.

Probablemente es una tendencia genética. También parece que a veces los cambios bioquímicos que ocurren en el cuerpo sirven de «provocadores».



Por ejemplo, dichos cambios pueden ser del metabolismo, de las glándulas o del sistema nervioso. A menudo las mujeres sufren una crisis depresiva poco después de dar a luz un hijo, o en el período de su menopausia, y necesitan de la comprensión, y atención especial, de sus maridos. La anemia, por regla general, va acompañada de depresión.

La falta de auto estima es uno de los mayores factores que producen depresión. Ya hemos notado también en lecciones anteriores que el complejo de inferioridad, por regla general, se origina en la niñez. La privación y el descuido de la madre, el rechazo, la excesiva solicitud paterna y las exigencias demasiado rígidas, a menudo desarrollan en el individuo, un concepto muy deficiente de su propio valor. Se siente culpable, indigno e inseguro.



LA BAJA AUTOESTIMA



Una forma del complejo de inferioridad se manifiesta en el perfeccionista, o sea, la persona demasiado concienzuda, diligente e industriosa, que nunca se aprueba a si misma. Hay individuos que trabajan diligentemente largas horas, pero se sienten culpables si dedican algunas horas al descanso y a la recreación, trabajan compulsivamente. Por regla general, logran mucho, pero nunca están plenamente conformes con sus realizaciones. La Hays nos cuenta un ejemplo, su hijo ejecutó su primer solo al piano en un culto. Tocó magníficamente y después su padre lo abrazó y lo felicitó por su excelente actuación. El niño ni siquiera esbozó una sonrisa «No, no fue así», le contestó.

Consejería a las personas deprimidas. Los deprimidos necesitan apoyo y ayuda Muchos de ellos se aíslan y rechazan a los amigos cuando mas los necesitan A menudo los familiares del deprimido, ignorantes de la naturaleza de su estado, se exasperan ante su comportamiento Por ello, cuando el deprimido mas necesita de la comprensión y amor de los demás, se siente herido por las criticas y la falta de apoyo, lo cual complica todavía mas el cuadro No obstante, cuando se ensimisma, teme estar solo No se entiende a si mismo y se perjudica



Es un gran error pensar que se puede animar al deprimido mostrándose muy jovial. El proverbista observo acertadamente «El que canta canciones al corazón afligido es como el que quita la ropa en tiempo de frío, o el que sobre el jabón echa vinagre». Proverbios 25: 20. La persona que se pone muy alegre y chistosa, solamente hunde más al deprimido. Tampoco conviene criticarlo por estar deprimido, necesita de mucha comprensión. El pastor debe escuchar con empatía, lo que le dice el deprimido, pero no conviene condolerse de él, porque contará de nuevo su problema, volviendo a abrir las heridas y prolongando la depresión. Centrará su atención en su sufrimiento en vez de buscar una solución. Es preciso que el consultante comprenda los factores por los cuales sufre la depresión. Luego, el pastor puede ayudarle a formular una solución y llevarla a cabo.

Se ve en el relato de Elias, cuando estaba bajo el enebro, un modelo de cómo orientar al deprimido (1ª Reyes 19:1-18). El profeta desilusionado deseaba morir ¿Cómo curó Jehová el desánimo de su siervo?

(1) Proveyó lo que necesitaba físicamente. Después del tremendo entusiasmo del estímulo espiritual, recibido en el monte Carmelo y de los veinticinco kilómetros que recorrió en la carrera hasta Jezreel, era natural que un abatimiento físico y emocional se apoderara de él. Dios sabía que el estado de ánimo de Elias se debía en parte a su situación.



Por eso lo dejó dormir y luego le envió un ángel con comida. No lo censuró ni lo obligó a tomar una decisión. Algunos deprimidos necesitan, más que cualquier otra cosa, descansar y recuperar sus fuerzas y su salud. No están en condiciones de tomar una decisión importante.

(2) Jehová. aclaró la visión del profeta sobre su situación, lo que deshizo sus pensamientos negativos. Primero, le hizo sacar a la luz sus sentimientos y así le dio la oportunidad de verse a sí mismo. En el pozo del desaliento, hablando en sentido figurado, Jehová, le formuló preguntas escrutadoras: «¿Qué haces aquí, Elías?» De la misma manera, el deprimido, debe hacer un inventario de su situación ¿Por que estoy en el pozo del desaliento? ¿Qué pienso? ¿Qué hago yo por salir de la depresión?

(3) Jehová hizo que Elias desviara los ojos de sí mismo, y le dio trabajo para hacer. Una de las mejores curas para la excesiva preocupación por sí mismo, es preocuparse por las necesidades de los demás. Si la persona se ocupa en una actividad de valor, o aun en un pasatiempo, se sentirá satisfecha y contenta Pero a veces es difícil instar al deprimido a ocuparse en algo interesante prefiere sentarse y cavilar en sus problemas.

(4) Dios le hizo saber a Elias que la situación no era controlada por Jezabel sino por Dios. Lo comisionó para que ungiera a los nuevos monarcas de Damasco, y de Israel. La casa de Acab sería exterminada Es importante que el deprimido sepa que Dios rige los destinos del hombre. No es victima de las circunstancias de la vida «Todo lo puedo en Cristo que me fortalece». Filipenses 4:11-16. El pastor puede darle algunos consejos al deprimido adaptándolos, por supuesto, a su situación particular. Los sicólogos, Mimmrth y Meier sugieren los siguiente:

1) Háblese a sí mismo de manera positiva. El deprimido tiende a criticarse y a tener rencor contra sí. Debe refrenar tal actitud y pensar positivamente. La señorita cuyo novio, Jorge, deshizo el compromiso, pudo haberse hablado a si misma así «¡Ay de mi, Jorge ha arrumado mi futuro. Es la única persona a la cual pude amar y ahora me deja. ¿Como es posible que alguien pueda ser tan cruel? ¿Es que no soy linda? Debería haber sido mas atenta y amable. Pero ya es tarde »

PROGRAMA EDUCATIVO DE LA WPA/PTD SOBRE TRASTORNOS DEPRESIVOS

TASAS DE SUICIDIOS CAUSADOS POR TRASTORNOS DEPRESIVOS



MANTO DE CONSAGRACIÓN

Con esta misión,
Dios le dio a Elías
un sucesor y un
ayudante en
quien apoyarse.

“Pero aunque era de un espíritu humilde y tranquilo, Eliseo no tenía un carácter voluble. Poseía integridad, fidelidad, y amor y temor de Dios. Tenía las características de un dirigente, pero además poseía la humildad del que está dispuesto a servir. Su mente se había ejercitado en las cosas pequeñas para ser fiel en cualquier cosa que le correspondiera realizar. De manera que si Dios lo llamaba para ocuparse en algo más directo para el cielo, estaba preparado para oír su voz” (CBA, comentarios de Elena G. White sobre 1 Reyes 19:19-21)

“Y le dijo Jehová: Ve, vuélvete por tu camino, por el desierto de Damasco; y llegarás, y ungirás a Hazael por rey de Siria. A Jehú hijo de Nimsi ungirás por rey sobre Israel; y a Eliseo hijo de Safat, de Abel-mehola, ungirás para que sea profeta en tu lugar” (1 Reyes 19:15-16)

The background of the slide features a dark blue field with a central sunburst or starburst pattern of lighter blue rays emanating from the top and bottom center.

ENFERMEDAD, PÉRDIDA Y CONGOJA

ENFERMEDAD, PÉRDIDA Y CONGOJA.

Estuve... enfermo, y me visitasteis». (Mateo 25:31-46). «Me ha enviado.... a consolar a todos los enlutados» (Isaías 61:1-3). Una de las mejores oportunidades para ministrar en el nombre del Señor, se presenta cuando la enfermedad azota a algún miembro de una familia o cuando la muerte misma se acerca. Sin embargo, si el pastor no procede con sabiduría, es posible que su ministerio en este aspecto sea de poco valor, e incluso se malogren los resultados en ciertos casos. Russell L. Dicks observa:



Ministrar a los enfermos y moribundos requiere más destreza que cualquier otro aspecto de la obra pastoral. Sin embargo, por la gran necesidad, se invita al pastor a visitar a los enfermos, sea que tenga o no tenga tal destreza. Si podemos evitar perjudicar a los enfermos, podremos ayudar al noventa por ciento de ellos.

El peor error que el pastor puede cometer es no visitar a los enfermos y moribundos. A la vista de los miembros de la congregación, esto es imperdonable.

Se ha desviado del camino de servicio que caracterizaba el ministerio de Jesucristo, quien dedicó mucho de su tiempo ministrando a las necesidades tanto espirituales como físicas.

Al enfermarse, la persona siente más que nunca la necesidad de recibir una visita de su pastor. También en ocasiones de pérdida y congoja se presentan grandes oportunidades de consolar y apoyar a los afligidos.

Consejería a los enfermos: El Nuevo Testamento enseña claramente que los ancianos: o pastores deben orar por los enfermos para que sean sanados (Santiago 5:13- 20). Parece ser la voluntad general de Dios sanar a los enfermos. Todavía el toque sanador del Señor no ha perdido su antiguo poder. Alguien ha dicho: «Lo más maravilloso de los milagros es que a veces suceden». En muchísimas ocasiones Dios ha honrado la oración de fe sanando al enfermo, pero no siempre obra milagros y a veces no sana.



El pastor ínsita a los enfermos para orar por. ellos, para consolarlos y animarlos, y para fortalecer su fe asegurándoles que el gran médico está presente y tiene interés en ellos; para dar significado a sus padecimientos, y en aquellos casos en que el enfermo no mejora, alentarlos para que acepte su condición. Si el enfermo está en su casa, conviene que el pastor avise a la familia, si es posible, que la visitará a cierta hora. Elegirá una hora conveniente para ellos. También procurará hacer la visita cuando haya tiempo para conversar en privado con el enfermo.

Hay algunas normas que se deben observar en las visitas que se hacen a los enfermos en el hospital. El pastor debe hacer visitas frecuentes pero breves, de diez a quince minutos. Debe elegir una hora en que no interrumpa la labor de los que trabajan con los pacientes, como sucedería a la hora de cambiar las sabanas, o de servir la comida. Debe respetar los avisos puestos en la puerta del cuarto, tales como «no se admiten visitas». En las horas fuera del horario de visitas, pedirá el permiso de la enfermera para entrar, y así no mortificará al paciente.

EN CLÍNICAS Y HOSPITALES

- Las visitas a personas enfermas deben ser cortas.
- No llevar alimentos.
- No sentarse en la cama de la persona .
- Los niños no deben concurrir a los hospitales.



Conviene que el pastor permita que el paciente tome la iniciativa para estrechar las manos y que se situé donde el enfermo pueda verlo. sin tener que estirar el cuello.

Nunca debe sentarse en la cama del paciente. Demostrará buen animo, pero no hablará en voz muy alta, y no contara chistes ni chismes. Hay ciertos temas que se deben evitar en las conversaciones.

No se debe tratar sobre enfermedades de otros, m las dificultades que nunca faltan. Hay personas que visitan al enfermo y le cuentan imprudentemente los detalles de una enfermedad similar de la señora García y de cómo fue operada.

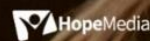
No conviene interrogar al enfermo acerca de su enfermedad, y menos aun al sexo opuesto.

No comunicará cual es el diagnóstico del médico ni contradecirá lo que el enfermo le dice. No le toca al pastor aconsejar al enfermo en cuanto al tratamiento de su enfermedad, esto le corresponde al médico. Por regla general, el pastor no se pondrá muy alegre ni jovial cuando visite al enfermo, pues tal actitud no cae bien cuando uno se siente mal o esta ansioso. Tampoco ayudan los comentarios superficialmente optimistas, como «No se aflija, estará perfectamente bien en poco tiempo».

SED COMPASIVOS

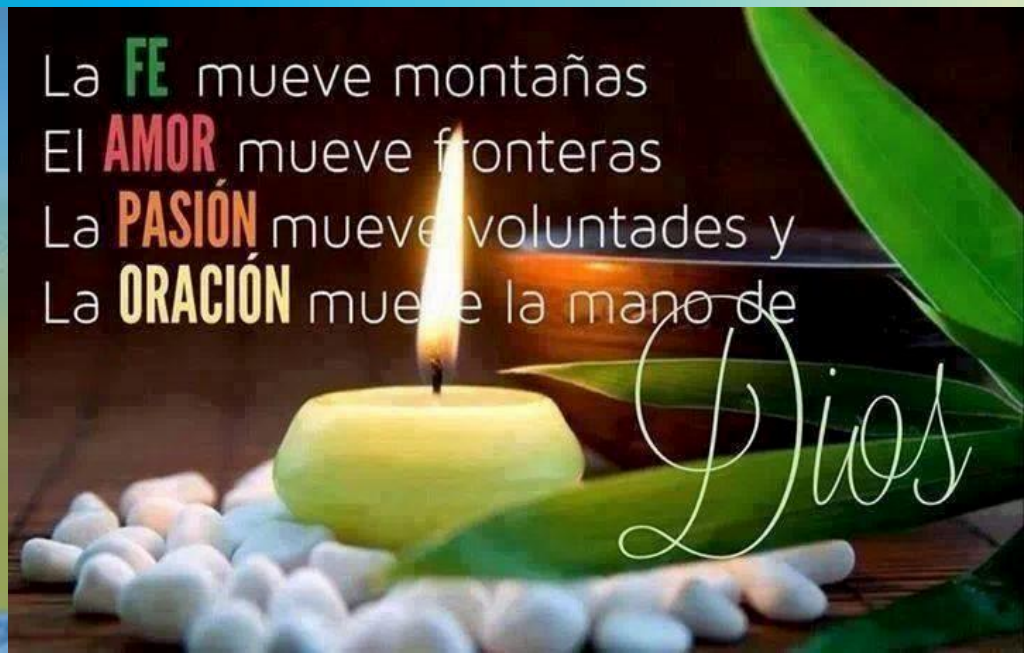
como también vuestro Padre es compasivo.

Lucas 6:36 BLP



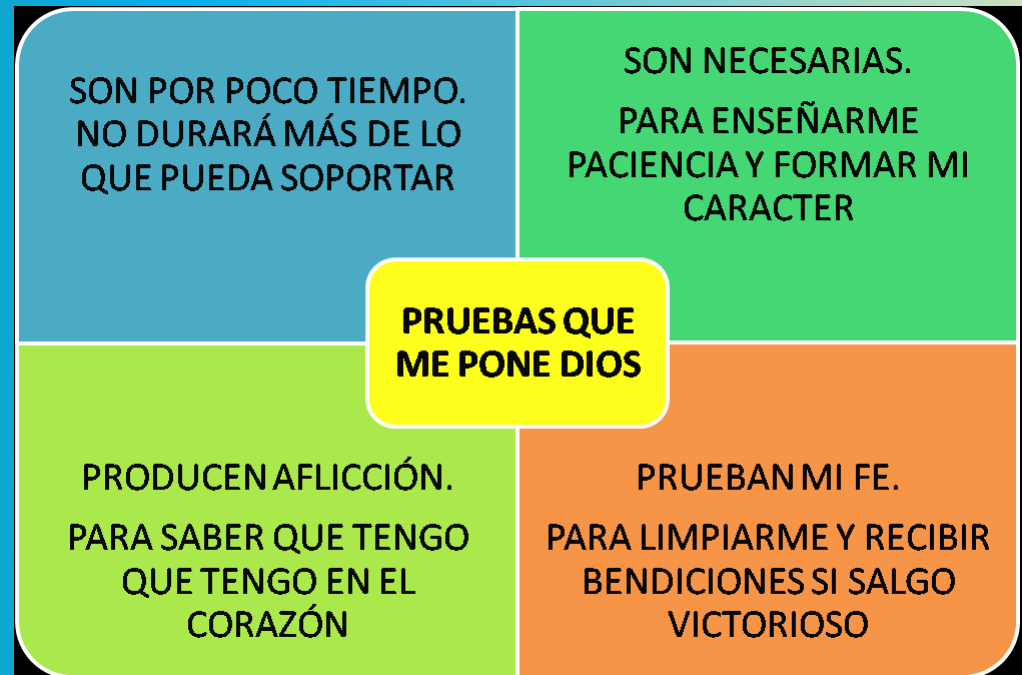
Puede ser contraproducente si el pastor se conduce mucho del enfermo. Lo que necesita mas que ninguna otra cosa es la comprensión y el apoyo del pastor. Por lo tanto, el consejero debe estar tranquilo y sereno, y mostrarse comprensivo. En caso de que el paciente no quiera hablar, no conviene que el pastor lo obligue, su presencia silenciosa podrá ser de gran apoyo. Puede decirle al enfermo «No se aflija si no tiene ganas de hablar Comprendo como se siente».

Conviene elegir con esmero una porción bíblica apropiada Si la persona esta preocupada o se siente deprimida, lecturas tales como el Salmo 27 1-14. Pueda fortalecerla. No es aconsejable leer una porción larga, pero si debe estar relacionada con las necesidades del paciente También la oración debe ser breve y llena de fe y de esperanza. En casos en que el miembro conoce bien al pastor, a veces ayudara tomarle la mano cuando ore. Así el pastor comunicara su solicitud y cariño. Muchos pastores dejan alguna lectura devocional o una selección bíblica como Jesús, Médico Divino, publicada por la Sociedad Bíblica.



¿Como se debe ministrar al enfermo que va a ser operado? Algunos pastores visitan al enfermo una hora antes de que este pase a la sala de operaciones Tal vez sea preferible visitarlo la noche anterior, pues casi siempre las enfermeras tienen que hacer algunos preparativos de ultima hora con el paciente antes de la intervención quirúrgica. De esta forma evitara interrupciones El pastor fortalecerá la fe de la persona y la encomendara a las manos del gran Medico divino En algunos casos, es necesario aumentar el deseo de vivir de la persona También el pastor debe estar apercibido en caso de que el enfermo desee confesar sus pecados o recibir la seguridad de la salvación.

El problema de conciliar el sufrimiento humano con la existencia de un Dios que ama, es difícil para un inconverso, pero no presenta mayor dificultad para el creyente. Los hijos de Dios, esperan con ansias el día en que el pecado y el padecimiento no existirán mas. Daniel 9:25-27. También pueden señalar que todas las aflicciones de la humanidad son examinadas e iluminadas por las Escrituras. Ningún otro libro trata tan profundamente el problema del dolor, su intensidad, su universalidad, sus varias formas y sus perplejidades, como lo hace la Biblia.



Pero no contiene ninguna nota de desesperación, sino que le ofrece esperanza al creyente.

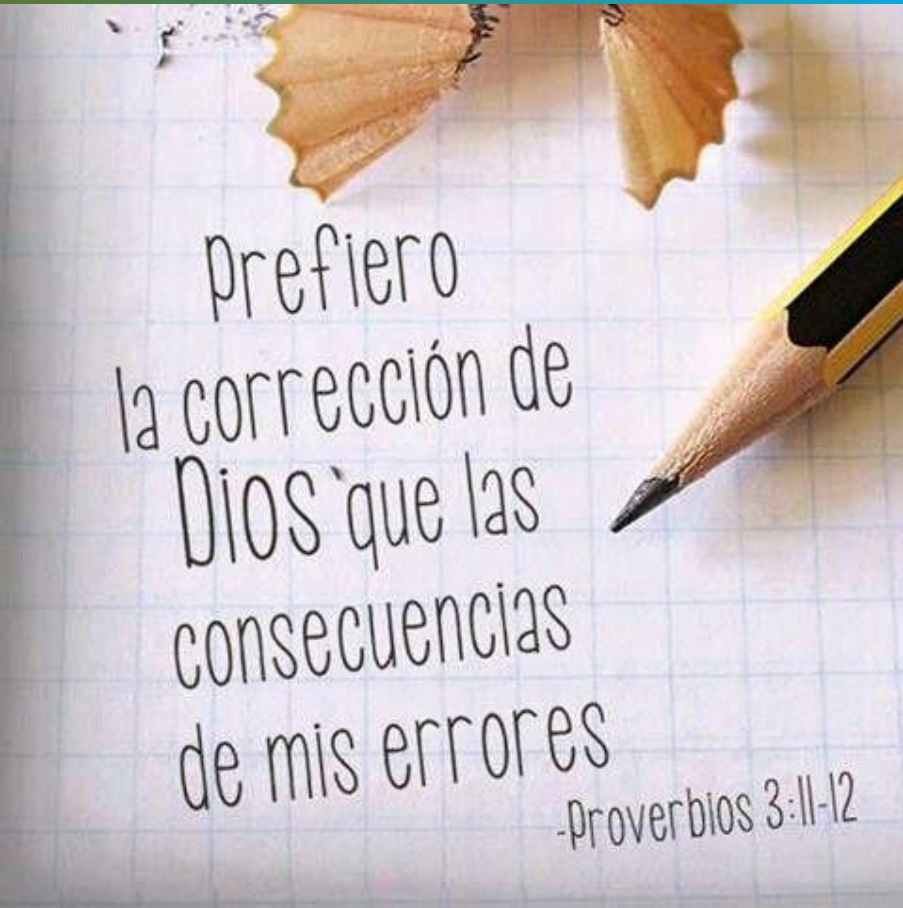
El dicho «Por donde pecas, pagas», no se aplica en la mayoría de los casos de enfermedad. Jesús afirmó que el defecto del hombre ciego de nacimiento no había sido causado por su propio pecado ni por el de sus padres, (Juan 9: 1-7). Es posible que en ciertos casos, la enfermedad sea la consecuencia, por el pecado, pero por regla general, el castigo esta reservado para el día del juicio. Tanto los justos como los injustos sufren en esta vida.

El consejero debe aclarar ante el enfermo creyente, como es que Dios es un Padre que nos disciplina y corrige, para prepararnos al día de nuestro encuentro con él.

La carta a los Hebreos, podría estar basada en un dicho de Proverbios:

"Y habéis ya olvidado la exhortación que como a hijos se os dirige, diciendo: Hijo mío, no menosprecies la disciplina del Señor (Hebreos 12:5-12).

Si lo comparamos con (Proverbios 3:11-14). Leído en su contexto, el pasaje se explica solo. El sufrimiento y el dolor son experimentados por todos los seres humanos, pero para los hijos de Dios, estas cosas son dirigidas por su Padre Celestial, como una disciplina espiritual, y como tal son una expresión de su amor. Los dos últimos versos son para que pidamos a Dios la sabiduría para poder entender sus caminos.



Prefiero
la corrección de
Dios que las
consecuencias
de mis errores

-Proverbios 3:11-12



**ADORA A
DIOS**
PUES SÓLO ÉL
ES DIGNO DE
HONRA,
GLORIA Y
Y PODER

APOCALIPSIS 4:11

Orientación a los desahuciados. Ministrar a un enfermo que no tiene esperanza de recuperarse, puede ser muy difícil para el pastor Pocas personas quieren pensar en la muerte y casi todas se sienten incomodas ante su presencia.

¿Como puede el consejero prepararse bien para este ministerio tan delicado? El primer paso es comprender a los desahuciados. ¿Cómo reaccionan los enfermos de muerte al acercarse a su fin?

La siquiatra Elisa- beth Kubler-Ross, y cuatro estudiantes de un seminario, entrevistaron a más de un centenar de moribundos e hicieron un estudio basado sobre las entrevistas.

En su libro On death and dying [Sobre la muerte y el morir], la doctora Kübler-Ross indica que hay cinco etapas consecutivas por las cuales pasan los desahuciados:

El Juicio...

"...Está establecido que
que los hombres
mueran una sola vez,
y después el juicio"

Hebreos 9:27

Un mensaje



(1) Negación de la realidad y aislamiento. Al saber que va a morir, el enfermo reacciona: «No, no puede ser. Esto no me puede ocurrir a mí». No quiere creer la noticia. Esta negación es una defensa, pues nadie quiere admitir que su propia muerte se acerca. El paciente busca evidencias de que el diagnóstico no es correcto, pero poco a poco se acostumbra a la idea de morir. La negación disminuye el impacto de la noticia.

Apocalipsis 14:12, 13

12 "¡Aquí está la paciencia de los santos, los que guardan los Mandamientos de Dios y la fe de Jesús!"

13 Y oí una voz del cielo que dijo: "Escribe: ¡Dichosos los que de aquí en adelante mueren en el Señor! Ciertamente, dice el Espíritu, **descansarán de sus fatigas, porque sus obras los acompañan".**



Escuchar y acompañar al moribundo al final de su vida no solo es ayudándolo a saber vivir el momento presente, con toda su intensidad, sino aprender que la vida da una oportunidad para crecer uno mismo.

2) Enojo. Al aceptar la veracidad del diagnóstico, se pregunta: «¿Por qué yo precisamente?». y «¿Por qué no ha de ser un anciano o alguien que no le sirva de nada a la sociedad?». Expresa su frustración adoptando una actitud crítica y muy exigente, ante el personal del hospital. También puede volverse en contra de sus seres amados, contra el pastor y hasta contra Dios mismo. A los parientes del enfermo les cuesta entender su actitud, y conviene que el consejero les señale que es solamente una reacción provocada por la frustración. Deben comprender al enfermo y no contestarle con indignación ni dejar de visitarlo. El desahuciado necesita que alguien escuche sus quejas y siga escuchándolo, sin procurar darle falsa esperanza.

3) Regateo. Después del período de enojo, el desahuciado pasa por una etapa en la que trata de regatear con Dios para que le conceda una prolongación de la vida o el alivio del dolor. Por ejemplo, pide que le dé algunos meses más para presenciar la boda de su hijo u otro acontecimiento importante. Muchas veces promete servir a Dios fielmente si le prolonga la vida.

Etapas de morir

- Elisabeth Kübler-Ross
- 5 etapas de la muerte:
 - Negación
 - Ira
 - Búsqueda de tiempo extra
 - Depresión
 - Aceptación
- Describen el proceso del que encara la muerte y de los familiares que encaran el duelo.



(4) Depresión. Al ver que su salud no se recupera, el enfermo de muerte se desanima. Experimenta congoja por tener que morir. La depresión puede tomar dos formas. La primera es que el desahuciado reacciona contra la enfermedad y sus consecuencias. Por ejemplo, extraña a sus familiares, es privado de su recreación y diversiones, o es menos atractivo físicamente que antes.

La segunda forma de desaliento consiste en el pesar que experimenta al reflexionar acerca del futuro. Es la preparación para perderlo todo, es decir, para morir. Para el creyente, el morir es «ganancia», pues estará con Cristo, «lo cual es muchísimo mejor». (Filipenses 1:20-30).

Sin embargo, a menudo se preocupa por el bien de los familiares que van a quedar. En la etapa de depresión, la persona también necesita que otros la escuchen atentamente y con comprensión.

- 
- 1) EL HILO DE LA VIDA
QUE SE QUIEBRA
EN LA MUERTE.**
 - 2) EL CRÁNEO QUE
ENCIERRA EL
CEREBRO.**
 - 3) NUESTRO FRÁGIL
VASO DE ARCILLA.**
 - 4) LA MAQUINA PARA
SOSTENER EL
CURSO DE LA VIDA.**

ECLESIASTÉS 12:6

Acuérdate de tu
Creador **(1)** antes de
que se rompan las
cuerdas de plata, **(2)**
y se quiebre la copa
de oro, **(3)** y se
rompa el cántaro
contra la fuente, **(4)**
y se despedace la
polea del pozo.

5) Aceptación. La mayoría de los enfermos desahuciados llegan al punto en que no resisten más, aceptan el hecho de que van a morir, y así experimentan un cierto grado de paz. No debemos confundir aceptación con contentamiento; en esta etapa la persona está casi carente de sentimientos. Es como si la pena hubiera pasado y hubiera terminado la lucha; ya ha llegado la hora final, antes de hacer el último viaje. Los pacientes pierden todo interés en los asuntos de los demás y hablan poco. Desean que se los deje tranquilos o por lo menos, que no se los moleste con noticias de problemas o asuntos del mundo exterior. Saben que pronto fallecerán. Si han padecido mucho, es probable que quieran morir. No se comunican mucho con los demás, pero desean que sus amados estén cerca de ellos, pues reciben consuelo sabiendo que no se los olvida cuando el fin se acerca.

Ante el enfermo de muerte, el pastor debe ser un «oidor» atento. Es importante que el desahuciado exprese sus sentimientos. Si trae a la luz los temores al principio de su enfermedad, no se afligirá tanto en los últimos días de su vida. Muchas personas en las cercanías de la muerte, se preocupan por el futuro de sus familiares, otras tienen más miedo de la agonía que de la muerte misma, y necesitan información. Algunas temen perder el control sobre los sentimientos, sobre las facultades mentales, o sobre las funciones de su cuerpo. También muchas tienen miedo de estar solas. La soledad en la muerte es muy penosa.

Las cinco etapas...(cont.)

- Aceptación

Significa el fin de la lucha. En general se evitan los sentimientos. Se está a la espera de la muerte. Esta etapa no es rígida y siempre se tiene algo de esperanza.



Puede ser que el desahuciado quiera hablar acerca de sus fracasos y arreglar cuentas con otros. A veces los pacientes quieren saber el significado del padecimiento o de la vida de ultratumba. No es necesario que el pastor les dé todas las respuestas. Puede responder «No se», o «A mi parecer es un misterio». Después de conversar acerca de las cosas de interés para el enfermo, el pastor debe leer una porción escogida de la Biblia, y orar. Si el paciente esta muy débil y no quiere hablar, el pastor no lo obligara a hacerlo. Tal vez quede en silencio al lado de la cama y luego lea una porción bíblica muy breve, ore y que se vaya.

Debemos tener presente que a veces un paciente que esta en estado de coma es capaz de oír y comprender lo que se dice en su presencia. Con frecuencia el oído es el sentido que sigue funcionando. El pastor, en presencia de un paciente en estado de coma, no debe decir cosas que no deban alcanzar los oídos del moribundo. Por ejemplo, en presencia de una mujer que se hallaba en estado de coma, una amiga exclamo «¿Como ha cambiado su aspecto? ¿Que harán sus hijos? ¡Ay de ellos!». Aunque la paciente en estado de coma, no pudo contestar, escucho todo, y después, cuando se recuperó, contó como le dolieron esas palabras.



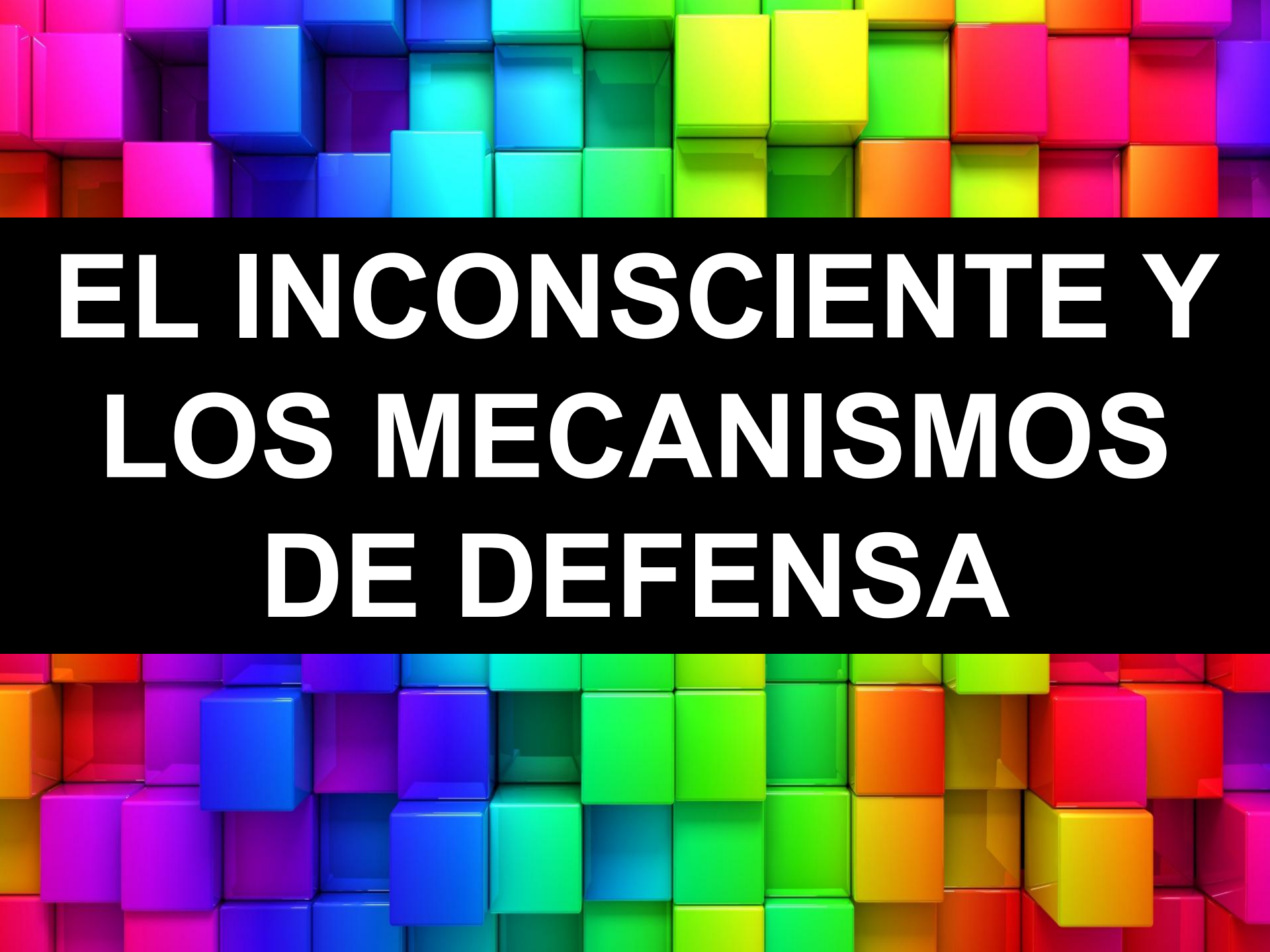
A veces el pastor puede comunicar compasión tomándole la mano al moribundo o poniéndole la mano sobre el hombro. Cuantas veces Jesús puso su mano sobre los enfermos, comunicándoles su amor y sanidad. Sobre todo, el consejero tratara de ayudar al enfermo de muerte a depositar su fe en Dios, y a darse cuenta de que esta con él .

Pérdida y congoja. La congoja es un sentimiento universal. «Las estadísticas sobre la muerte son muy impresionantes», observa George Bernard Shaw, «muere una persona por cada una que existe». Puesto que produce congoja el fallecimiento de un ser querido, todos nosotros la experimentamos tarde o temprano. Por eso es bueno, reflexionar sobre esto, para que no nos tome desprevenidos.

Guiones para estudiantes Wesley

CONSEJERÍA PASTORAL

Clase 8



EL INCONSCIENTE Y LOS MECANISMOS DE DEFENSA

EL INCONSCIENTE Y LOS MECANISMOS DE DEFENSA

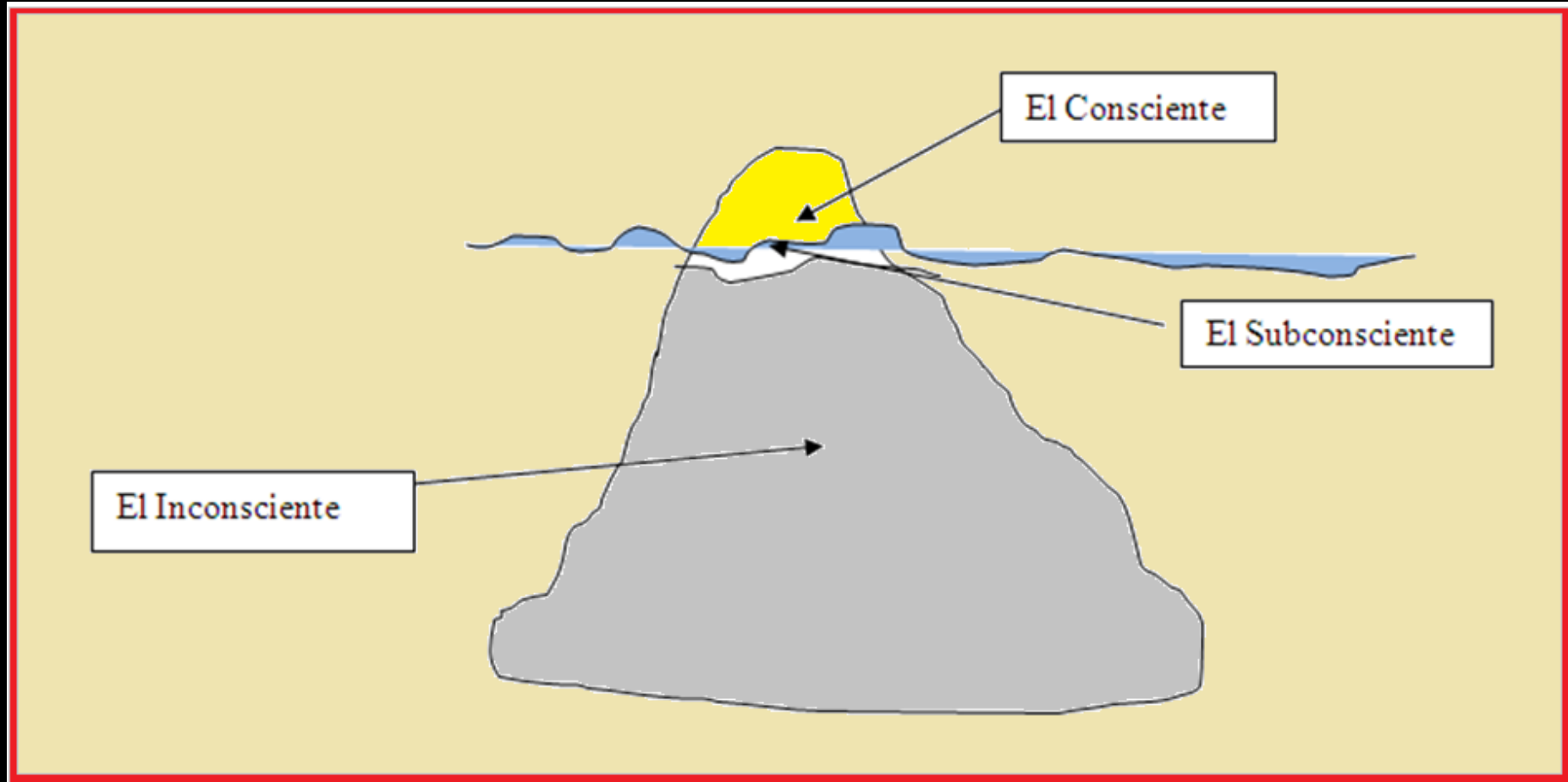
Sigmund Freud (1856-1939), el fundador del psicoanálisis, elaboró una teoría del (Subconsciente, inconsciente, consciente). Aunque muchos psicólogos no aceptan todas sus ideas, le están inmensamente agradecidos por haberlos iluminado acerca de esa dimensión de la personalidad, que ejerce una influencia marcada sobre el comportamiento humano. Los mecanismos de defensa o de escape están relacionados con el inconsciente. Si el lector quiere entender bien la naturaleza del hombre y sus móviles inconscientes, le conviene saber lo que Freud ha postulado en esta área. En su práctica de medicina en Viena, Freud examinó a muchos pacientes, principalmente a mujeres neuróticas, algunas de ellas con síntomas de histeria (impedimentos físicos tales como ceguera, sordera o parálisis, los cuales no tienen causa orgánica, sino que se basan en la mente). Trató de descubrir las raíces de los síntomas. Notó que había una parte vaga y misteriosa en cada persona que parecía controlarla, a pesar de su propia voluntad. Esto convenció a Freud de que existe una zona abismal en la mente humana, la cual él denominó «el inconsciente». Se compara a la mente humana a un inmenso témpano en el que seis séptimas partes están debajo del agua y no se ven. La séptima parte es la parte consciente de la mente, pero está sujeta a la influencia o poder de la parte más grande (el inconsciente) que está bajo la superficie.



Estructura de la personalidad



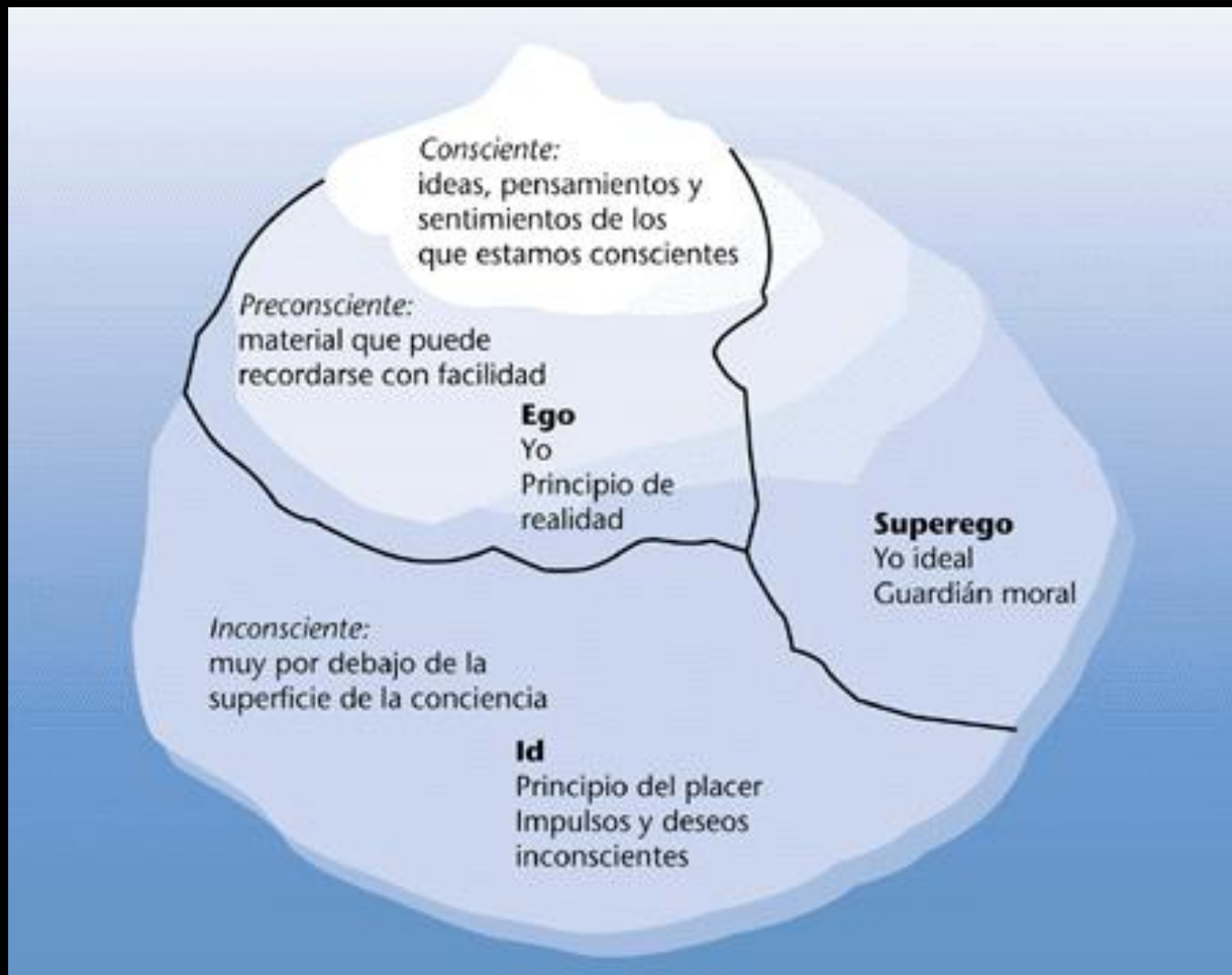
TRES NIVELES DE LA MENTE HUMANA. Según Sigmund Freud



Se compara a la mente humana a un inmenso témpano en el que seis séptimas partes están debajo del agua y no se ven. La séptima parte es la parte consciente de la mente, pero está sujeta a la influencia o poder de la parte más grande (el inconsciente) que está bajo la superficie.

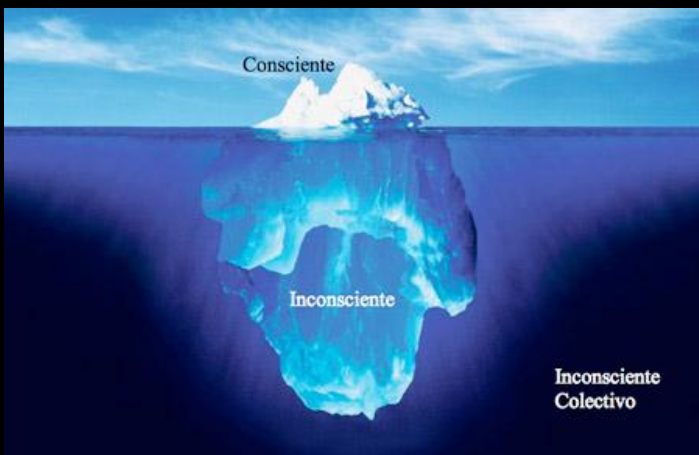
Desarrollo de la estructura





Nada se olvida, pues la mente es como una inmensa grabadora. Todo lo que hemos visto, hecho y experimentado, lo tenemos dentro; está vivo y tiene poder. Así se expresa, y a veces nos traiciona. Según Freud, hay una cortina entre el preconsciente y el inconsciente. Esta cortina funciona como sensor, determinando lo que pasa del inconsciente al consciente. De vez en cuando la cortina se abre para permitir el paso de un recuerdo o de un impulso al nivel de lo consciente, pero otras veces no permite pasar tales impulsos. Incluye la conciencia y representa los controles que están en juego para censurar los impulsos y prevenir que lleguen a ser acciones.

¿Qué enseña la Biblia referente al inconsciente? Ni afirma ni niega su existencia, pero hay indicios que parecen referirse al inconsciente. Jesús dijo: «De la abundancia del corazón habla la boca» (Mateo 12:34-37). Jeremías observó que «engañoso es el corazón más que todas las cosas, y perverso; ¿quién lo conocerá?» (17:9-10) ¿No es probable que el término bíblico «corazón» en estos casos tenga algo que ver con la idea moderna del inconsciente? Otra cita es Hebreos 12:14-17: «Mirad bien, no sea que alguno deje de alcanzar la gracia de Dios; que brotando alguna raíz de amargura, os estorbe...» Wood- sworth observa: «La imagen de una raíz sugiere algo parecido al inconsciente: pensamientos y sentimientos en lo más profundo del ser, que a simple vista no se notan, pero que influyen sobre el comportamiento de la persona». Es patente que hay una corriente de pensamientos, emociones y pasiones que están activos en una persona, sin que el consciente se dé cuenta; ejercen una influencia sobre su conducta, y muchas veces, hasta engañan.



El inconsciente comprende aquellas partes de la personalidad que hubieran podido ser conscientes si no hubiesen sido reprimidas por la educación.

CARL JUNG

El yo y el inconsciente (Capítulo I)

Guifote Clás

Se sabe que en el nivel del subconsciente, la mente puede funcionar para encontrar soluciones a los problemas. Muchos de nosotros hemos experimentado que hemos pensado intensa y detenidamente para solucionar un problema, pero sin éxito. Luego hemos dejado el asunto para concentrarnos en otros. En un momento inesperado, la solución se nos ocurre, y eso sin pensar más en el problema. ¿Cómo puede el pastor- consejero utilizar este fenómeno? Woodworth lo explica: Si aprendemos a explorar detalladamente todas las posibilidades de un asunto y le entregamos a la mente los datos necesarios, podremos dejar de esforzar de forma consciente la mente y pasar al estudio de otros asuntos. No es que abandonemos el enfrentamiento con el problema como cobardes, sino que tenemos la convicción de que el subconsciente seguirá trabajando en el problema. Nos sorprenderá cómo más tarde aparecerá en el consciente una inspiración o una solución que satisfará los requisitos del asunto.



Es obvio que la naturaleza pecaminosa del ser humano obra muchas veces a través de su inconsciente y que Satanás puede apoyarse en esta actividad para corromper la mente y llevar a cabo sus propósitos destructores. Cuando Dios le advirtió a Caín: «Si no hicieres bien, el pecado está a la puerta» (Génesis 4:1-7), tal vez se refería al pecado que había en su inconsciente.

Psicoanálisis Interpersonal

- El inconsciente es un poderoso determinante de la personalidad.
- El inconsciente no se basa en la libido, sino en problemas interpersonales no resueltos.
- Diferencias en la personalidad en cuanto al género son muy determinadas por la sociedad.

FASES DE LA CRETIVIDAD

1. Fase de preparación, en la que se recoge la información relacionada con el problema.
2. Fase de incubación.
3. Inmersión
4. Fase de inspiración o iluminación.

¿Cómo puede la persona ser liberada? El pastor no está preparado para realizar un psicoanálisis. El trabajo de «buzo» en el inconsciente requiere mucho entrenamiento y es peligroso para los inexpertos. Sin embargo, el apóstol Pablo señala una defensa espiritual contra el mal que surge de adentro. Es más que luchar contra los malos impulsos; es saturar la mente y llenar la vida con lo bueno y lo espiritual. Así como la naturaleza detesta el vacío, también la mente detesta la falta de algo en que ocuparse, sea bueno o malo. Sólo se extirpa una idea sustituyéndola con otra. El creyente debe consagrarse completamente a Dios para efectuar «la renovación» de su mente y «ocuparse de las cosas del Espíritu», es decir, pensar continuamente en ellas (Romanos 8:5-9). Además, por la presencia y el poder del Espíritu, Jesucristo puede reinar en la mente, protegiéndola de los malos impulsos, si el creyente le entrega su inconsciente a él.



porque si vivís conforme a la carne, moriréis; mas si por el Espíritu hacéis morir las obras de la carne, viviréis. Porque todos los que son guiados por el Espíritu de Dios, éstos son hijos de Dios. Romanos 8: 13-14

Tú creaste mis entrañas; me formaste en el vientre de mi madre. ¡Te alabo porque,

Salmos 139:13-14

soy una

creación admirable!

¡Tus obras son maravillosas, y esto lo sé muy bien!



Hay conflictos dentro del hombre que surgen por el enfrentamiento entre sus deseos y la disciplina que le imponen su religión, su cultura y su sociedad. El hombre puede decidirse a resolver sus problemas huyendo de esa disciplina, luchando contra las fuerzas externas, o transigiendo consigo mismo. Hay también una fuerza dentro del hombre que conspira para llevar a cabo los deseos y a la vez aplacar la conciencia. Usa mecanismos que procuran aliviar el conflicto, negando, falsificando o tergiversando la realidad. En la mayoría de los casos, estos mecanismos defienden el auto concepto de la persona, pero a la vez estorban el desarrollo de la personalidad. Son difíciles de controlar y «no son más que diversas manifestaciones de la dinámica del inconsciente», que por un lado busca su complemento y por el otro se resiste a enfrentarse con la realidad. Se llaman mecanismos de defensa.



¿Qué es lo que Dios busca?

- Entendidos
- Ovejas Perdidas
- **Hombres Según su Corazón**
- Verdaderos Adoradores
- Gente De Fe
- Gente de Lealtad



El pastor-consejero debe recordar que no es por falta de sinceridad por lo que la persona recurre a estos mecanismos, pues en la mayoría de los casos, los mecanismos funcionan inconscientemente. «El instinto innato de la autopreservación parece entrar en estos casos. La persona no logra lo que deseaba. No alcanza el nivel que cree que debe tener para que todos la tengan en algún concepto. Podría ser que no quiera tener un concepto bajo de sí misma. Para defender esta imagen que cree que debe existir de sí misma, se vale inconscientemente de un mecanismo de defensa para no ver la realidad o para que otro no la vea». Los mecanismos de defensa son varios. Consideremos los más importantes:



El yo y los mecanismos de defensa

La represión es necesaria para desarrollar normalmente la personalidad y todos nosotros la empleamos, por lo menos hasta cierto punto. Sin embargo puede ser dañina. Puede prevenir que una persona vea algo que contradiría lo que ella quiere creer. Por ejemplo, el deseo de casarse con su pretendiente puede ser tan fuerte en una señorita, que reprima todo lo negativo que observe en él. También una persona puede depender excesivamente de la represión para resolver sus problemas y por no encontrar otros medios de ajustarse a amenazas.

A veces la represión impide funciones normales. Puede reprimir el impulso sexual, al punto de que la persona llega a ser impotente o frígida. También la represión a veces produce histeria, y se convierte en manifestaciones orgánicas. Por ejemplo, durante la primera guerra mundial, un soldado que marchaba al lado de su compañero durante un ataque, presencié la decapitación de su compañero por una granada lanzada por el enemigo. Se quedó ciego aunque no le había alcanzado la metralla. Se ha relacionado la parálisis de la mano con el impulso de atacar violentamente o de masturbarse, la ceguera con el impulso de mirar cosas prohibidas o amenazantes: «Quiero mirar y verla, pero no debo hacerlo. Por lo tanto, me hago ciego».



REPRESIÓN

- Probablemente es el mecanismo más frecuente con que se bloquean las sensaciones y recuerdos, es una forma de olvido.
- Mediante este mecanismo todo lo que le molesta al sujeto a nivel consciente se reprime, es decir, se repliega al subconsciente y de esta manera se saca de la conciencia las ideas y recuerdos que provocan ansiedad.



A menudo los sentimientos reprimidos se expresan de manera disfrazada. Un niño que ha reprimido su hostilidad contra su padre, puede expresar su emoción cuando llega ser adulto rebelándose contra las leyes de la sociedad. Con frecuencia los deseos reprimidos se expresan simbólicamente en sueños. La represión del deseo de castigarse a sí mismo puede hacer que la persona se castigue de formas indirectas, tales como tener accidentes, perder cosas y cometer errores insensatos. La represión a veces se expresa de forma de negar verbalmente que exista el deseo. «No lo deseo», significa quizás que en realidad lo desea. Cuando la persona protesta: «Nunca se me ha ocurrido pensar en semejante cosa», quiere decir en muchos casos que en verdad ha pensado mucho en ella.



Lucas 1:17

El mismo irá delante del Señor con el espíritu y el poder de Elías, para hacer volver los corazones de los padres a los hijos y los desobedientes a la prudencia de los justos, para preparar al Señor un pueblo apercebido.

Malaquías 4:6

El hará volver el corazón de los padres a los hijos, y el corazón de los hijos a los padres; no sea que venga yo y golpee la tierra con destrucción."

2. Proyección: Este mecanismo se manifiesta en algunas personas cuando se sienten incómodas por tener algún defecto moral, o por cometer alguna falla. Alivian su sentido de culpa atribuyendo su mal a otra persona. Por ejemplo, en vez de admitir: «No me gusta Fulano de Tal», dicen: «Fulano de Tal no me quiere». O en vez de decir: «Mi conciencia me molesta», dicen: «Él me molesta». En el primer caso, la persona niega tener sentimientos hostiles contra Fulano de Tal; en el segundo le echa la culpa a Fulano de Tal por sus sentimientos, en vez de reconocer que es su propia conciencia la que le molesta. Jesús hablaba de este mecanismo cuando censuró a las personas que miran la paja en el ojo de su prójimo, pero no ven la viga en su propio ojo. Las personas que le temen a su propia debilidad se sienten culpables, y experimentan algún alivio proyectando su pecado a otros. Por ejemplo, el mentiroso se siente mejor si puede convencerse de que todos los demás son mentirosos; el engañador sospecha que los demás lo son; el hombre inmoral piensa que toda mujer tiene su precio. Algunos predicadores que tienen grandes tentaciones de buscar aventuras con mujeres, tienden a acusar a los miembros de su congregación de cometer adulterio. La persona que condena continuamente un pecado en particular, debe examinarse para ver si ella misma no es culpable del mismo pecado. Otra clase de proyección se ve cuando una persona proyecta sus sentimientos a otros: la persona infeliz puede pensar que todo el mundo es infeliz o que el mundo es nada más que un valle de lágrimas. La persona interpreta la actitud o condición de otras por lo que ella misma siente.



Reflexión ...

Las palabras no se las lleva el viento ...

Las palabras dejan huella, tienen poder e influyen positiva o negativamente.

Las palabras curan o hieren, animan o desmotivan, reconcilian o enfrentan, iluminan o ensombrecen, dan vida o dan muerte.

NO CULPES A *nadie*,
NO TE QUEJES
DE *nada* NI DE *nadie*,
tú PORQUE FUNDAMENTALMENTE
HAS HECHO TU VIDA

(PABLO NERUDA)

**Esto no es
mi responsabilidad**

**Esto es
mi responsabilidad**

Las acciones
de los demás

Las ideas
de los demás

Las palabras
de los demás

Los errores
de los demás

Mis palabras * Mi conducta

Mis acciones * Mi esfuerzo

Mis errores * Mis ideas

Las consecuencias
de mis
acciones

Los sentimientos
de los demás

Las creencias
de los demás

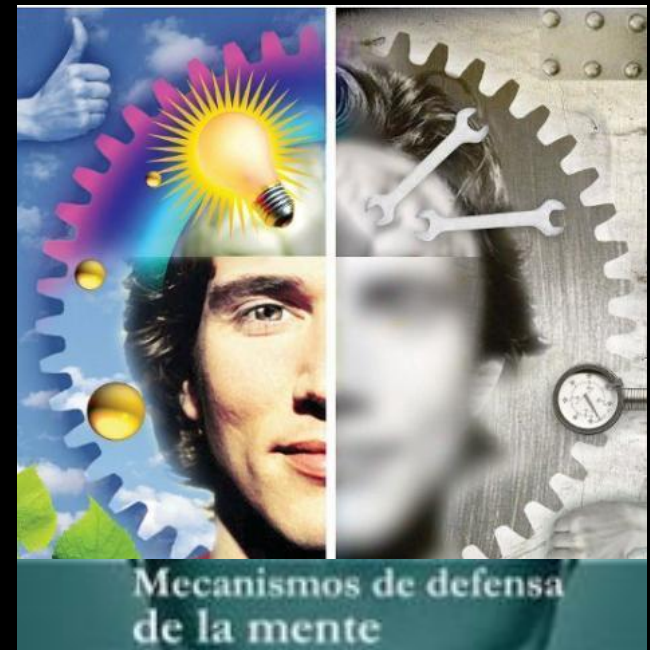
Las consecuencias
de las acciones
de los demás

Racionalización: La racionalización consiste en formular razones aceptables pero no reales, para nuestra conducta o nuestra incapacidad de lograr algo. Todos nosotros racionalizamos nuestros actos, encontrando excusas a nuestro favor y explicando nuestras limitaciones en términos adecuados para librarnos de la culpa. Los psicólogos describen este mecanismo como un «camuflaje mental» que «cambia y adorna los motivos indignos de manera que parecen satisfactorios y hasta loables ante los demás, incluso ante nosotros mismos».



Se ven muchas ilustraciones de este mecanismo. El perezoso de Proverbios que prefiere descansar en casa en vez de salir a trabajar, justifica su pereza diciendo: «El león está fuera; seré muerto en la calle» (22:13). El alumno que no estudia bien y queda aplazado en el examen, explica que su mente no funcionaba bien o que el profesor no ha formulado bien las preguntas. El zorro de la fábula de Esopo, que no puede alcanzar las uvas por más alto que salte, se consuela diciendo que las uvas están agrias. El ladrón justifica su robo diciéndose a sí mismo que la víctima es rica y probablemente explote a los pobres. Un hombre da mucho dinero a una causa pensando que es muy generoso, pero quizás su verdadero motivo es que la gente lo alabe.

- ¿Qué es la racionalización? Racionalización, palabra empleada muy apropiadamente para hablar de patología, por Freud y por muchos psiquiatras. La racionalización consiste en querer encerrar la realidad dentro de un sistema coherente. Y todo aquello que contradice, en la realidad, a ese sistema coherente, es descartado, olvidado, puesto al margen, visto como ilusión o apariencia



Regresión: Con este mecanismo, la persona que se encuentra en dificultades o frustrada regresa a la conducta infantil, la cual le servía para resolver algunos problemas; pero ahora solo sirve para ponerla en ridículo. Se aísla de los demás, hace pucheros, llora, grita o manifiesta de otras maneras su mal genio cuando las cosas no le agradan. Ninguna persona se escapa completamente de este mecanismo. En las personas de edad avanzada no es raro hallar la regresión de forma marcada, pues de esta manera reciben más atención de parte de los demás. Hay creyentes que siempre están dispuestos a renunciar a su puesto o dejar la iglesia cuando las cosas no marchen a su gusto. Si estos síntomas se presentan en el miembro de la iglesia que viene al pastor en busca de consejos, conviene que el consejero traiga a la luz esta línea de conducta. A nadie ayuda el satisfacer continuamente las necesidades de un adulto que rehúye su responsabilidad y se coloca en la posición de un niño.



Regresión

Es el mecanismo que ante las dificultades para afrontar una amenaza el sujeto experimenta una regresión a etapas del desarrollo psicosexual más infantiles o primitivas de afrontamiento en las que había experimentado una fijación. Por ejemplo, alguien que tenga una fijación oral puede afrontar una situación de estrés fumando o bebiendo más. Alguien que tiene una fijación anal puede responder al estrés haciéndose más obstinado y compulsivo.

Substitución: Este mecanismo funciona cuando la persona no tiene el valor o la oportunidad de descargar su enojo directamente contra la persona que lo provoca. Entonces transfiere su emoción contra otro. Por ejemplo, el empleado en la fábrica tiene miedo de reaccionar negativamente ante las represiones de su patrón. Pero cuando llega a su casa, descarga su frustración criticando a su esposa. Su señora no se defiende, pero sí le da un golpe a su hijito por una insignificancia; el niño a su vez maltrata al gato de la casa. Así el ciclo continúa; cada uno descargando su frustración sobre un sustituto, inocente pero más débil.



Me tocó ser la substituta, y recibir el castigo de algo que yo no hice, solo porque soy más débil.

REGLA DE ORO...
NO HAGAS
LO QUE NO
TE GUSTA
QUE TE
HAGAN!



Mecanismos de defensa
Sustitución

Sublimación: Hay instintos e impulsos muy fuertes en algunas personas que no siempre pueden ser expresados en su forma directa. Sin embargo, existen maneras de utilizar las energías resultantes en otras actividades, y así la persona siente satisfacción. Por ejemplo, la soltera puede expresar su instinto maternal enseñando a niños en una escuela primaria; también se puede apaciguar la hostilidad participando en deportes. Los sicólogos atribuyen el arte de DaVinci, la música de Beethoven y la filosofía existencialista de Kierkegaard, a la sublimación de sus deseos frustrados o emociones tumultuosas. Muchas de las contribuciones a la cultura, el arte y la ciencia, han sido y son resultado de la expresión de impulsos destructivos en una forma positiva, pero indirecta.



En la Psicología hay un concepto de 'Sublimación' en donde todas las capacidades creativas se producen. La mente sub-consciente controla el ochenta por ciento de las cosas que hacemos y en las que tenemos interés. La sublimación es un proceso en el que los impulsos fuertes que podrían causar el daño o conducir al daño, son bloqueados por la mente subconsciente y canalizados de nuevo en una salida creativa.



Ahora vemos otro ejemplo. Wolfgang Amadeus Mozart era un compositor de música, famoso en el mundo. Su padre lo entrenó durante muchas horas. Esto pasó durante años, hasta que Mozart se hizo perito experto, y pudo componer la música solo.

Mecanismos de Defensa

SUBLIMACIÓN

- Consiste en encontrar una satisfacción derivada y adaptativa de aquellos impulsos que no pueden ser expresados directamente por las prohibiciones sociales
- La ventaja de la sublimación es que permite la descarga (desplazada y transformada) del impulso en lugar de luchar contra él

Compensación: Por medio de este mecanismo, las personas tratan de compensar por sus deficiencias, ya sean físicas, sociales o intelectuales, desarrollando su capacidad positiva. Por ejemplo, algunas personas que tienen defectos físicos y que no pueden participar en deportes ni trabajar físicamente, compensan destacándose en el campo intelectual, científico o artístico. Mozart, Beethoven y Bruckner llegaron a ser grandes músicos no obstante sus defectos físicos. El doctor Nicolás Sanderson, quien perdió la vista a los doce años de edad, llegó a ser profesor de matemáticas y óptica en la Universidad de Cambridge.

En cambio, la compensación exagerada obra muchas veces en contra de la persona misma. Algunas personas que tienen complejo de inferioridad no solamente tratan de distinguirse en algo, sino también desarrollan un complejo de superioridad para compensar un sentido de inferioridad en otra esfera, pero resulta censurable exagerar la sociabilidad siendo muy ruidoso o jactancioso. ¿Quién no ha conocido a un hombre de poca capacidad, que se haya convertido en un bravucón o dictador al alcanzar un puesto de responsabilidad?



COMPENSACION:

Su fin es equilibrar un área deficiente o frustrada destacando otra.

Hay tres grados:

- 1- Los esfuerzos se centran en equilibrar el fallo o la insuficiencia.
- 2- Se desarrollan otras capacidades.
- 3- Consiste en una compensación ficticia, por la que se tiende a aparentar más de lo que se es.

CONTRIBUCIONES MÁS IMPORTANTES



Identificación: Este mecanismo se manifiesta cuando una persona trata de incluir en su personalidad las características de otra persona. Si se identifica exitosamente con otra persona, será semejante a ella. ¿Por qué son los hijos semejantes a sus padres? Porque tienden a admirarlos y asimilar sus características. Al igual que los hijos se identifican con sus padres, las personas en las que funciona este mecanismo imitan a otros, los cuales son por regla general, poderosa, atractiva, popular o exitosa.



También las personas se identifican con partidos políticos, con equipos deportivos y con grupos religiosos. Es una de las maneras de sentirse importantes o participar vicariamente en sus luchas, éxitos y prestigio.

Los adolescentes tienden a identificarse con un héroe o persona popular. Imitan al héroe en su forma de vestirse y comportarse. Los niños, en sus juegos, se identifican con el mundo de los adultos y actúan como deportistas, policías o vaqueros. Algunos predicadores tienden a imitar a ciertos predicadores famosos.

IDENTIFICACION PROYECTIVA:

Consiste en asimilar un aspecto o cualidad de otra persona, transformándose total o parcialmente según el modelo; en cierto sentido es una forma de imitación que se realiza a veces conscientemente.

Cuando es inconsciente, se trata del auténtico mecanismo de defensa.

Trastorno límite de la personalidad.



Fantasía: Un mecanismo muy conocido por todos es la fantasía. Algunas personas se escapan de sus frustraciones y limitaciones fantaseando que son ellas las que ganan, que son admiradas y que satisfacen sus deseos. Por ejemplo, por la mente de un niño débil pasan cuadros de episodios ficticios de sus hazañas; por la mente de la chica sin amigos, cuadros de experiencias románticas en las cuales ella tiene muchos pretendientes.



La fantasía alivia algo las frustraciones, pero es un escape a la realidad. Si la persona es muy dada a la fantasía, llega a ser abstraída, aislada de la realidad y de los demás, y no se adapta a las circunstancias de la vida. En su forma extrema, es uno de los factores que conducen a la esquizofrenia, en la cual la persona pierde contacto con la realidad.

FANTASÍA

- Este mecanismo sería algo parecido a soñar despierto, al dar rienda suelta a su fantasía algunas personas escapan de sucesos desagradables.
- Se da cuando la persona, ante la insatisfacción que siente, recurre a la imaginación y experimenta a través de los sueños lo que no puede experimentar en la realidad.



LA FANTASIA COMO MECANISMO
DE DEFENSA

Formación de reacción: Los instintos y sus derivados se pueden agrupar en pares de contrarios: Vida frente a muerte; amor frente a odio; positivo frente a negativo; acción frente a pasividad. Cuando un instinto produce ansiedad y así presiona a la persona, la mente puede disimular el impulso agresivo produciendo su expresión contraria. Por ejemplo, si la hostilidad hacia otro produce ansiedad en la persona, la mente puede facilitar la expresión de amor con el fin de ocultar la hostilidad. Sin embargo, la hostilidad queda; la expresión de cariño es nada más que una máscara que disimula la verdadera emoción. El amor producido como reacción protesta demasiado, es llamativo, artificial y fácilmente detectado. Se denomina «formación de reacción» cuando un instinto se disfraza de otro que es su contrario. Hay muchos ejemplos de este mecanismo que se ven con facilidad.



Una persona que le tiene miedo a otra, y actúa como si fuera su gran amiga; hombres con tendencias femeninas, que las disimulan poniéndose duros y muy masculinos; personas rebeldes que temen las sanciones de la sociedad, y cumplen exageradamente sus reglas; la madre a la que le disgusta su hija, se mete mucho en los asuntos de ella, o la protege excesivamente, con el pretexto de tener solicitud por su bien (su motivo inconsciente es castigar a la chica); la persona que se escandaliza demasiado por la inmoralidad de otra, ocultamente tiene el deseo de ser partícipe del mismo pecado.

LOS EXTREMOS SE TOCAN.

FORMACION REACTIVA:

Es el cambio de un impulso
inaceptable por su contrario.

Consiste en el desarrollo de actitudes
o rasgos de carácter exactamente
opuestos a los que el sujeto
necesita negar en él .

Si un sujeto vive
inconscientemente pulsiones
muy crueles, lo que puede
aparecer es una conducta
excesivamente compasiva.

El rasgo de una formación reactiva
es la exageración.

“CREENCIA EN LO OPUESTO”