

**CONSEJERÍA CRISTIANA  
RE 204**

**NOTAS  
(CON PREGUNTAS DE ESTUDIO)**

# CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204

## REQUISITOS DEL CURSO

**Libro de Texto:** Consejería Cristiana Efectiva. Autor: Dr. Gary Collins, Ph.D.  
**Texto Complementario:** Capacitado para Orientar. Autor: Dr. Jay Adams

### I. DESCRIPCIÓN DEL CURSO.

El presente curso de Consejería Cristiana es una introducción a los principios y prácticas básicos de la consejería pastoral. La Consejería Pastoral consiste en ayudar a individuos, familias o grupos, a enfrentar las presiones y las crisis de la vida. Utiliza una variedad de métodos para ayudar a las personas a enfrentar los problemas de maneras que sean consistentes con la enseñanza bíblica. Desde la perspectiva de la enseñanza bíblica, se cree que todos los creyentes deben llevar las cargas los unos de los otros y que la consejería pastoral es responsabilidad de todos los cristianos. En este curso se considerarán brevemente las diversas teorías, tanto seculares como cristianas. Habrá reportes de clase y práctica de las destrezas del proceso de consejería.

### II. OBJETIVOS DEL CURSO.

1. Aumentar y fortalecer la confianza del pueblo de Dios en la suficiencia, superioridad y practicidad de las Sagradas Escrituras para tratar con todos los aspectos de la vida.
2. Animar a los cristianos a pensar bíblicamente sobre los todos aspectos relacionados con la consejería.
3. Ayudar a los cristianos a entender a las personas y sus problemas por medio del uso de las Escrituras.
4. Demostrar cómo nuestros métodos de consejería deben ser consistentes con nuestras convicciones teológicas.
5. Proveer lineamientos bíblicos para aconsejar de manera efectiva a las personas que están luchando con sus problemas.
6. Motivar a los cristianos a involucrarse en el ministerio de consejería y capacitarlos para ser más competentes en este trabajo.

### **III. REQUISITOS DEL CURSO.**

1. Leer el texto Consejería Cristiana Efectiva, de Gary R. Collins, Ph.D.
2. Elaborar un cuaderno donde mantener los apuntes, el programa del curso, las preguntas de estudio, artículos, reportes y otros materiales relativos al curso.
3. Contestar las Preguntas de Estudio provistas al final de cada lección. Todas las respuestas se encuentran en las Guías de Estudio.
4. Leer las Guías de Estudio provistas para cada lección.
5. Completar el Reporte de Actividades, certificando el cumplimiento de todos los requisitos.
6. Leer la sección del libro de texto de Gary Collins que trata sobre Ansiedad, Ira, Depresión y Soledad, y escribir un comentario de media página en el que exprese su opinión acerca de las soluciones propuestas por el autor, si le parecen adecuadas o no, y cuál considera usted que sería la mejor manera de resolver cada uno de estos problemas.
7. Leer las lecturas complementarias y certificar el cumplimiento de este requisito. No se requiere presentar reportes.

### **IV. ADMINISTRACIÓN DEL CURSO.**

Habrán dos exámenes a lo largo del curso de Consejería Cristiana. Habrá un examen parcial al finalizar la Lección 7 y un examen final al concluir la Lección 15.

1. Las respuestas para todas las Preguntas de Estudio se encuentran en las Guías de Estudio y, por ende, todas las preguntas de examen se encuentran en las Guías de Estudio y en las correspondientes Preguntas de Estudio y sus respectivas Guías de Respuestas. Las preguntas de los exámenes pueden ser objetivas o narrativas, pero serán desarrolladas en las lecciones, tal como se ha indicado.
2. Una vez que el estudiante ha completado la Lección 7 y está listo para el Examen Parcial, se debe notificar al Profesor Guía / Coordinador Estudiantil y la lista de Preguntas de Estudio para el examen se enviará a un Supervisor, el cual administrará el examen y lo enviará de vuelta al Profesor Guía para ser calificado.

3. Si el estudiante no obtiene la calificación mínima necesaria para aprobar el examen, se le aconsejará que estudie nuevamente los materiales y solicite presentar un examen alternativo.
4. El mismo procedimiento se seguirá al concluir la Lección 15.
5. Una vez que el Examen Final ha sido realizado con éxito, el estudiante enviará el Reporte de Actividades al Profesor Guía para certificar que todas las lecturas y/o asignaciones hayan sido completadas. Los cuatro reportes de lectura deberán ser enviados junto con el Reporte de Actividades.
6. Una vez completados todos los requisitos, se le otorgará al estudiante un Certificado de Conclusión de Curso, junto con la calificación.

## **CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204 PROGRAMA DEL CURSO**

- Lección 1      Leer la Guía de Estudio, Lección 1 - “Introducción”  
                    Responder las Preguntas de Estudio, Lección 1
- Lección 2      Revisar las Preguntas de Estudio, Lección 1  
                    Leer la Guía de Estudio, Lección 2 - “El Consejero y la Consejería”  
                    Responder las Preguntas de Estudio, Lección 2
- Lección 3      Revisar las Preguntas de Estudio, Lección 2  
                    Leer la Guía de Estudio, Lección 3 - “La Comunidad y la Consejería”  
                    Responder las Preguntas de Estudio, Lección 3
- Lección 4      Revisar las Preguntas de Estudio, Lección 3  
                    Leer la Guía de Estudio, Lección 4 - “La Crianza de los Niños y la  
                    Orientación a los Padres” y “La Adolescencia”  
                    Responder las Preguntas de Estudio, Lección 4  
                    Reporte # 1 – La Ansiedad
- Lección 5      Revisar las Preguntas de Estudio, Lección 4  
                    Leer la Guía de Estudio, Lección 5 - “El Adulto Joven”, “La Mediana  
                    Edad” y “El Adulto Mayor”  
                    Responder las Preguntas de Estudio, Lección 5
- Lección 6      Revisar las Preguntas de Estudio, Lección 5  
                    Leer la Guía de Estudio, Lección 6 - “Relaciones Interpersonales”  
                    Responder las Preguntas de Estudio, Lección 6  
                    Reporte # 2 – La Ira
- Lección 7      Revisar las Preguntas de Estudio, Lección 6  
                    Leer la Guía de Estudio, Lección 7 - “El Sexo Dentro del Matrimonio” y  
                    “Violencia y Abuso”  
                    Responder las Preguntas de Estudio, Lección 7
- Lección 8      Revisar las Preguntas de Estudio, Lección 7  
                    Leer la Guía de Estudio, Lección 8 - “Inferioridad y Autoestima”  
                    Responder las Preguntas de Estudio, Lección 8  
                    Reporte # 3 – La Depresión

- Lección 9      Revisar las Preguntas de Estudio, Lección 8  
 Leer la Guía de Estudio, Lección 9 - “Enfermedad Física” y “Duelo”  
 Responder las Preguntas de Estudio, Lección 9
- Lección 10     Revisar las Preguntas de Estudio, Lección 9  
 Leer la Guía de Estudio, Lección 10 - “La Soltería” y “Escogiendo Pareja  
 para el Matrimonio”  
 Responder las Preguntas de Estudio, Lección 10  
 Reporte # 4 – La Soledad
- Lección 11     Revisar las Preguntas de Estudio, Lección 10  
 Leer la Guía de Estudio, Lección 11 - “Consejería Prematrimonial” y  
 “Problemas Matrimoniales”  
 Responder las Preguntas de Estudio, Lección 11
- Lección 12     Revisar las Preguntas de Estudio, Lección 11  
 Leer la Guía de Estudio, Lección 12 - “Problemas Familiares”  
 Responder las Preguntas de Estudio, Lección 12
- Lección 13     Revisar las Preguntas de Estudio, Lección 12  
 Leer la Guía de Estudio, Lección 13 - “Trastornos Mentales”,  
 “Alcoholismo” y “Adicciones”  
 Responder las Preguntas de Estudio, Lección 13
- Lección 14     Revisar las Preguntas de Estudio, Lección 13  
 Leer la Guía de Estudio, Lección 14 - “Consejería Financiera” y  
 “Consejería Vocacional”  
 Responder las Preguntas de Estudio, Lección 14
- Lección 15     Revisar las Preguntas de Estudio, Lección 14  
 Leer la Guía de Estudio, Lección 15 - “Problemas Espirituales”, “Otros  
 Problemas” y “Aconsejando al Consejero”  
 Responder las Preguntas de Estudio, Lección 15

## CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204 REPORTE DE ACTIVIDADES

		FECHA EN QUE COMPLETA CADA ACTIVIDAD
Lección 1	Lectura de Guía de Estudio, Lección 1 Contestar las Preguntas de Estudio, Lección 1	_____ _____
Lección 2	Lectura de Guía de Estudio, Lección 2 Contestar las Preguntas de Estudio, Lección 2	_____ _____
Lección 3	Lectura de Guía de Estudio, Lección 3 Contestar las Preguntas de Estudio, Lección 3	_____ _____
Lección 4	Lectura de Guía de Estudio, Lección 4 Contestar las Preguntas de Estudio, Lección 4 Reporte # 1 – La Ansiedad	_____ _____ _____
Lección 5	Lectura de Guía de Estudio, Lección 5 Contestar las Preguntas de Estudio, Lección 5	_____ _____
Lección 6	Lectura de Guía de Estudio, Lección 6 Contestar las Preguntas de Estudio, Lección 6 Reporte # 2 – La Ira	_____ _____ _____
Lección 7	Lectura de Guía de Estudio, Lección 7 Contestar las Preguntas de Estudio, Lección 7	_____ _____
Lección 8	Lectura de Guía de Estudio, Lección 8 Contestar las Preguntas de Estudio, Lección 8 Reporte # 3 – La Depresión	_____ _____ _____
Lección 9	Lectura de Guía de Estudio, Lección 9 Contestar las Preguntas de Estudio, Lección 9	_____ _____
Lección 10	Lectura de Guía de Estudio, Lección 10 Contestar las Preguntas de Estudio, Lección 10 Reporte # 4 – La Soledad	_____ _____ _____
Lección 11	Lectura de Guía de Estudio, Lección 11 Contestar las Preguntas de Estudio, Lección 11	_____ _____

Lección 12	Lectura de Guía de Estudio, Lección 12 Contestar las Preguntas de Estudio, Lección 12	_____ _____
Lección 13	Lectura de Guía de Estudio, Lección 13 Contestar las Preguntas de Estudio, Lección 13	_____ _____
Lección 14	Lectura de Guía de Estudio, Lección 14 Contestar las Preguntas de Estudio, Lección 14	_____ _____
Lección 15	Lectura de Guía de Estudio, Lección 15 Contestar las Preguntas de Estudio, Lección 15	_____ _____

Reporte de Lecturas:

1. Lectura completa del libro de texto Consejería Cristiana Efectiva \_\_\_\_\_
2. Lectura del texto complementario Capacitado para Orientar \_\_\_\_\_
3. Lectura de “Introducción a la Consejería Pastoral”, por Rev. Esteban Hight en Archivo Celestial, Instituto Bíblico, Programa para Certificado \_\_\_\_\_

# CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204

## LECCIÓN 1 – GUÍA DE ESTUDIO

### Introducción

**Libro de Texto: Consejería Cristiana Efectiva. Autor: Dr. Gary Collins, Ph.D.**  
**Texto Complementario: Capacitado para Orientar. Autor: Dr. Jay Adams**

En palabras del Dr. Gary Collins, “El mayor legado de todo consejero cristiano es ser un siervo fiel – dando de sí mismo para honrar a Dios y para servirle al servir a los demás. No puede haber mejor objetivo para los consejeros ni mayor indicador de éxito”.

La consejería cristiana, que es bíblica, intenta acercar a las personas y sus problemas al Dios vivo. Debe estar basada en las siguientes convicciones: (1) La Palabra de Dios debe ser nuestra autoridad para aconsejar; (2) la consejería es una parte del ministerio de discipulado básico de la iglesia local; y (3) el pueblo de Dios puede y debe ser capacitado para aconsejar de manera efectiva. La consejería cristiana es para todo el pueblo de Dios – para todos los obreros que aman y sirven a Dios y que están involucrados en el ministerio. No es fácil aconsejar de manera hábil y disciplinada en este tiempo en el que vivimos, en el que los problemas son tan diversos, las necesidades son tan grandes y las técnicas de consejería disponibles muchas veces son confusas y contradictorias. Literalmente, hoy en día se utilizan miles de métodos de consejería. Libros y artículos sobre terapia y consejería se publican con una regularidad perturbadora. Parece haber tantas teorías y enfoques de consejería como consejeros. Si una cosa sabemos es que no hay consenso sobre la forma correcta o incorrecta de aconsejar, por lo que encontramos una cacofonía de sonidos proveniente de la comunidad de consejeros. Con tantos criterios y tanta actividad, incluso los profesionales de tiempo completo pueden sentirse abrumados.

Sería excelente si todas estas publicaciones, teorías y recursos de capacitación ayudaran a los consejeros a ser más efectivos, pero algunos de los libros y seminarios de consejería son de una validez cuestionable. Escritores bien intencionados, pero ingenuos, han propuesto “nuevos métodos” simplistas que afirman ser originalmente Cristianos, pero no logran ser efectivos.

El pastor Richard Exley, quien ha ayudado a muchas personas a través de tiempos de crisis, dice: “No hay nada más significativo en la vida que trabajar con Dios en la reconstrucción de una vida destrozada”. El pastor Exley dice que algunas personas llaman a esto *consejería*, pero él lo llama *ministerio*. Y nos recuerda una verdad que no debemos perder de vista, que siempre se trata de un esfuerzo conjunto entre las tres personas involucradas – Dios, la persona aconsejada y el consejero. Al aconsejar, o al ministrar a las necesidades de aquellos que sufren problemas, debemos entender que no siempre logramos una solución a los problemas de la gente. Esto se debe principalmente a que algunas personas buscan respuestas y soluciones que son extensiones de deseos que

no son espirituales ni bíblicos. No obstante, el hecho de que no toda consejería resulte ser exitosa no es razón para rendirse y dejar de aconsejar. Jesús, nuestro modelo a seguir, pasó muchas horas hablando con grupos de personas necesitadas en un contacto cara a cara. En unas ocasiones esto resultó en éxito y en otras no. El apóstol Pablo, que era muy sensible a las necesidades de las personas que sufrían, escribió que los que somos fuertes debemos soportar las debilidades y ayudar a llevar las cargas de aquellos que son más débiles. Probablemente Pablo estaba escribiendo acerca de personas que tenían dudas, temores y estilos de vida pecaminosos, pero su preocupación compasiva se extendía a casi todo tipo de problemas que los consejeros pueden encontrar hoy día.

Los escritores bíblicos no presentan el “ayudar a las personas” como una opción. Es una responsabilidad de cada creyente, incluyendo los líderes de la iglesia. En ocasiones la consejería puede parecer una pérdida de tiempo, pero es un mandato bíblico, y puede ser una parte efectiva y necesaria de cualquier ministerio.

No todos tenemos dones en esta área y ciertamente no todos somos efectivos con toda clase de personas. Aconsejar no es sencillo, pero hay más y más evidencia que comprueba que personas con diferentes trasfondos, con la ayuda de Dios, pueden aprender destrezas efectivas para aconsejar.

Morris identifica dos enfoques de la consejería – el enfoque *humanista* y el enfoque *cristiano*. Ambos reconocen que los pensamientos del hombre determinan la dirección de sus acciones. El consejero cristiano desea ayudar al aconsejado a encontrar la manera de cambiar sus patrones de pensamiento. El enfoque *humanista* o secular es limitado en su habilidad para hacer esto porque este enfoque requiere que el hombre use su intelecto y sus propios esfuerzos para cambiarse a sí mismo. Podríamos describir esto como “tratar de levantarse a sí mismo tirando de las cuerdas de sus propios zapatos”, lo cual significa que es virtualmente imposible. Los problemas del hombre son causados por su propia voluntad o por su incapacidad para romper un patrón de vida. Para lograr un cambio se requiere introducir una fuerza externa. Por lo tanto, el enfoque *cristiano* de la consejería hace de la relación de la persona con Dios el objetivo supremo de cada experiencia. Esto requiere la presencia y el poder del Espíritu Santo.

Dios desea recrear al ser humano a Su imagen, para que éste pueda “*llegar a la plenitud de vida en él (Cristo)*” (Colosenses 2:10). Jesús es el Admirable Consejero (Isaías 9:6). Cuando Jesús regresó al Padre prometió enviar otro Consolador (Juan 14:16). Este Consolador estaría disponible y proveería ayuda en todas y cada una de las circunstancias de la vida. El consejero cristiano busca llevar a las personas a una relación personal con Jesucristo y ayudarles a encontrar perdón y liberación de los efectos destructivos del pecado y la culpa. Todos los cristianos han sido llamados al ministerio de animar y ayudar a las personas, y especialmente a los de la familia de la fe. De acuerdo con otro reconocido consejero cristiano, el Dr. Larry Crabbe, no necesitamos más conferencias y libros sobre aspectos esotéricos de la teoría de consejería; “necesitamos desafiar, animar y ayudar a los miembros de las iglesias locales a cumplir

con la tarea de amarse unos a otros, llevar las cargas los unos de los otros, y orar unos por otros”.

## **Cuidado y Consejería**

La consejería procura proveer ánimo y orientación a aquellos que están enfrentando pérdidas, decisiones o decepciones. La consejería puede estimular el crecimiento y el desarrollo de la personalidad; ayudar a las personas a enfrentar de manera más efectiva los problemas de la vida, los conflictos internos y las emociones destructivas; ayudar a individuos, matrimonios y miembros de familia a resolver tensiones interpersonales o a relacionarse adecuadamente unos con otros; y ayudar a aquellas personas cuyos patrones de vida son auto-destructivos y causantes de infelicidad. Sobre todas las cosas, el cristiano busca ayudar a otros a convertirse en discípulos de Cristo y en discipuladores de otros. El dar ánimo es una forma de ministerio de consejería disponible para todo cristiano. Todos los cristianos tienen la oportunidad y la responsabilidad especial de enseñar principios bíblicos para la vida. Esta es una segunda forma de consejería. Algunos cristianos reciben además una capacitación específica para un ministerio de consejería especializado que involucra una exploración más profunda de problemas persistentes. Esta es una tercera forma de consejería. Técnicamente hablando, estas tres formas de consejería se han denominado: (1) Cuidado Pastoral, (2) Consejería Pastoral y (3) Psicoterapia Pastoral.

(1) Al hablar de Cuidado Pastoral nos referimos al ministerio general de la iglesia de brindar sanidad, ánimo y guía, y de reconciliar a las personas con Dios y unos con otros. En ocasiones a esto se le llama “el cuidado de las almas”, e incluye los ministerios de predicación, enseñanza y discipulado, la administración de los sacramentos, el fortalecimiento de los creyentes y el cuidado en tiempos de necesidad. Desde los tiempos de Cristo los cristianos se han comprometido con este ministerio de cuidado.

(2) La Consejería Pastoral es una parte más especializada del cuidado pastoral, que involucra el ayudar a individuos, familias o grupos a hacer frente a las presiones y las crisis de la vida. La consejería pastoral utiliza una variedad de métodos para ayudar a las personas a enfrentar sus problemas de maneras que sean consistentes con la enseñanza bíblica. El objetivo supremo es ayudar a los aconsejados a experimentar sanidad, aprendizaje, y crecimiento y madurez personal y espiritual. Desde el punto de vista de la enseñanza bíblica de que todos los creyentes deben llevar las cargas los unos de los otros, la consejería pastoral no es responsabilidad del “pastor” únicamente, sino que es la responsabilidad de todos los cristianos. De ahí que los términos consejería pastoral y consejería cristiana se utilizan de manera intercambiable.

(3) La Psicoterapia Pastoral es un proceso prolongado y profundo de ayuda que procura llevar a cambios fundamentales en la personalidad, los valores espirituales y la manera de pensar del aconsejado. Es una forma de prestar ayuda que busca remover obstáculos, muchas veces del pasado, que inhiben el crecimiento personal y espiritual.

## La Singularidad de la Consejería Cristiana

Los consejeros cristianos utilizan muchas técnicas que han sido desarrolladas y utilizadas por no creyentes, pero la consejería cristiana tiene por lo menos cuatro características distintivas.

**(1) Puntos de Partida Singulares.** Ningún consejero es completamente objetivo o neutral en términos de presupuestos. Cada consejero lleva sus propios puntos de vista a la situación de consejería y éstos influyen sus juicios y comentarios, ya sea que lo reconozca o no. A pesar de las diferencias teológicas, la mayoría de los consejeros que se llaman cristianos tienen (o deberían tener) creencias acerca de los atributos de Dios, la naturaleza de los seres humanos, la autoridad de las Escrituras, la realidad de pecado, el perdón de Dios y la esperanza futura. Nuestra vida y nuestra consejería serán diferentes si creemos que Dios ha hablado a la raza humana, que ha creado el universo por medio de Su Hijo, que ha hecho provisión para el perdón de pecados, y que sustenta todas las cosas por el asombroso poder de su mandato.

**(2) Metas Singulares.** Al igual que nuestros colegas seculares, los consejeros cristianos procuran ayudar al aconsejado a cambiar su conducta, sus actitudes, valores y/o percepciones. Procuran enseñar destrezas, incluyendo destrezas sociales; estimular el reconocimiento y la expresión de las emociones; brindar apoyo en tiempos de necesidad; enseñar responsabilidad; ofrecer discernimiento; guiar en la toma de decisiones; ayudar al aconsejado a movilizar recursos internos y ambientales en tiempos de crisis; enseñar destrezas para la resolución de conflictos; e incrementar la competencia y la “auto-actualización” del aconsejado.

Sin embargo, el consejero cristiano va más allá. Procura estimular el crecimiento espiritual del aconsejado; estimular la confesión de pecados y la experiencia del perdón divino; modelar estándares, actitudes, valores y estilos de vida cristianos; presentar el mensaje del evangelio, instando al aconsejado a entregar su vida a Jesucristo; y estimular al aconsejado a desarrollar valores y vivir una vida basada en las enseñanzas bíblicas, en vez de vivir de acuerdo con los estándares relativistas del humanismo.

**(3) Métodos Singulares.** Todas las técnicas de consejería tienen al menos cuatro características. Buscan despertar la convicción de que la ayuda es posible, corregir las creencias erróneas acerca del mundo, desarrollar competencias para la vida social, y ayudar al aconsejado a aceptarse a sí mismo como una persona de valor. Para alcanzar estos objetivos, los consejeros utilizan de modo consistente ciertas técnicas básicas como escuchar, mostrar interés, tratar de comprender y, al menos ocasionalmente, proveer dirección. Con mucha frecuencia los consejeros cristianos y los no cristianos utilizan los mismos métodos de ayuda. Sin embargo, el consejero cristiano no utiliza técnicas de consejería que se consideran inmorales o inconsistentes con la enseñanza bíblica. Todos los valores anti-bíblicos deben ser evitados, sin importar si los terapeutas seculares hacen uso de ellos. El consejero cristiano utiliza técnicas que son distintivamente cristianas.

Algunos ejemplos comunes de estas técnicas son la oración durante la sesión de consejería, la lectura de las Escrituras, la confrontación amable con las verdades cristianas, y la motivación al aconsejado para involucrarse en una iglesia local.

**(4) *Características Singulares del Consejero.*** En toda situación de consejería, el consejero debe plantear al menos cuatro preguntas: (1) ¿Cuál es el problema?, (2) ¿Debo intervenir y tratar de ayudar?, (3) ¿Qué puedo hacer para ayudar? Y (4) ¿Hay alguien más que esté mejor calificado para brindar ayuda en esta situación? Es importante que el consejero cristiano tenga un entendimiento de los problemas (cómo surgen y cómo se pueden resolver), un conocimiento de la enseñanza bíblica acerca de los problemas, y que esté familiarizado con las técnicas de la consejería.

En el corazón de toda ayuda cristiana verdadera, sea privada o pública, se encuentra la influencia del Espíritu Santo. Su presencia e influencia hacen de la consejería cristiana algo verdaderamente singular. Él es quien imparte al consejero las características más efectivas: amor, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, fe, mansedumbre y templanza. El es el Consolador o Ayudador que nos enseña “todas las cosas”, nos recuerda las palabras de Cristo, convence a la gente de pecado y nos guía a toda verdad. Por medio de la oración, el estudio de las Escrituras, el crecimiento en la gracia y la madurez espiritual, el consejero-maestro se convierte en un instrumento a través del cual el Espíritu Santo puede trabajar para consolar, ayudar, enseñar, convencer o guiar a otro ser humano. Esta debe ser la meta de todo creyente – ser usado por el Espíritu Santo para tocar vidas, transformarlas, y guiar a otros hacia la madurez espiritual y psicológica.

### **La Iglesia como una Comunidad Sanadora**

Como ya sabemos, en numerosas ocasiones Jesús habló con individuos acerca de sus necesidades personales y también se reunió con grupos pequeños. Principalmente compartió con el pequeño grupo de discípulos a quienes preparó para continuar Su obra después de Su ascensión al cielo. En los años posteriores a Su ascensión, el cuerpo de los creyentes continuó el ministerio de enseñanza, evangelización, ministración y consejería. Estas actividades no eran consideradas como la responsabilidad especial de los líderes “superestrella” de la iglesia, sino que eran llevadas a cabo por creyentes ordinarios que trabajaban, compartían y cuidaban unos de otros y de los no creyentes fuera del cuerpo. Al leer el libro de los Hechos y las epístolas se observa con claridad que la iglesia no sólo era una comunidad evangelizadora, educadora y discipuladora – también era una comunidad sanadora. Una comunidad sanadora es un grupo de personas caracterizado por un profundo compromiso con el grupo y por un interés común por ayudar a las personas psicológica, conductual y espiritualmente.

La iglesia fue creada para cumplir la gran comisión de hacer discípulos (esto incluye el evangelismo) y enseñar. Los primeros creyentes estaban unidos en un

compañerismo que incluía una relación de comunidad unos con otros, una sociedad que activamente promovía el evangelio y edificaba a los creyentes, y un compartir mutuo de experiencias, aprendizajes, adoración, necesidades y posesiones materiales. Cristo resumió Sus enseñanzas en dos leyes: amar a Dios y amar a los demás. Esto debe tener lugar dentro de los confines de un grupo de creyentes, cada uno de los cuales ha recibido dones y habilidades necesarios para la edificación de la iglesia. Como grupo, los obreros dirigen su atención y actividades hacia Dios a través de la adoración, hacia aquellos fuera del grupo a través del evangelismo, y hacia el interior del grupo a través de la enseñanza, el compañerismo y el llevar las cargas unos de otros. Cuando alguno de estos elementos falta, el grupo pierde balance y los creyentes están incompletos.

Como cristianos que compartimos las cargas unos con otros, nos damos cuenta de que hay problemas que interfieren con la adoración, el evangelismo, la enseñanza, el compañerismo, el crecimiento, las relaciones significativas, la madurez individual y el gozo personal. Es importante considerar qué causa los problemas, cómo las personas son afectadas por ellos, cómo los problemas se pueden reducir o eliminar a través de la consejería especialmente, cómo podemos evitar que se vuelvan recurrentes y dónde podemos obtener más información. A la vez que consideramos la investigación psicológica y los descubrimientos recientes que son relevantes en la actualidad, es importante que aprendamos cuál es la enseñanza bíblica acerca de las situaciones que enfrentamos en la vida.

### **“Psicología Cristiana”**

Con el fin de incrementar su efectividad en la consejería, muchos líderes de la iglesia han recurrido a los conocimientos de psicólogos y otros profesionales de la salud mental. La psicología es un campo de estudio altamente complejo que trata con la conducta tanto humana como animal. El estudiante universitario que toma un curso introductorio de psicología general con frecuencia se encuentra con un cúmulo de estadísticas, términos técnicos e “información científica” acerca de una gran cantidad de temas aparentemente irrelevantes. Los seminarios de consejería pastoral tienden a ser más relevantes y más centrados en las personas, pero aún así el estudiante (y en ocasiones el profesor) puede perderse en un laberinto de teorías y técnicas que no son muy útiles cuando uno se encuentra frente a frente con un ser humano confundido y herido. Esto ha llevado a algunos autores a rechazar la psicología, incluyendo el campo de la consejería, y a concluir que la Biblia es todo lo que el cristiano necesita para ayudar a los demás. Jay Adams argumenta que los psiquiatras (y presumiblemente los psicólogos) han usurpado el trabajo de los predicadores y se han dedicado a la peligrosa ocupación de tratar de cambiar la conducta y los valores de las personas de una manera impía. Dirigiéndose a los pastores, Adams sostiene que “por medio del estudio cuidadoso de la Palabra de Dios, observando cómo los principios bíblicos describen a las personas que usted aconseja... usted puede obtener toda la información y la experiencia que necesita para convertirse en un consejero cristiano competente y confiable, sin el estudio de la psicología”. A su vez, el Dr. John MacArthur, autor, pastor y profesor de seminario, dice que la “Psicología

Cristiana” es un oxímoron (lo cual significa que es absolutamente una contradicción) porque la palabra *psicología* no se refiere al estudio del alma; mas bien describe una agrupación de diversas terapias y teorías que son fundamentalmente humanistas. Como se mencionó anteriormente, el peligro en el campo de la consejería es que ésta puede tornarse *humanista* en vez de *cristiana*. El Dr. MacArthur afirma que la premura de nuestros días por abrazar la psicología dentro de la iglesia es desconcertante, puesto que han sido enemigos desde el principio. En la década de 1950, los psicoterapeutas creían poseer un conocimiento superior y terapias más efectivas que las que la consejería espiritual tradicional podía ofrecer. De manera muy directa afirmaban que los consejeros espirituales y el clero debían mantenerse fuera de su territorio. Si bien es cierto que ha habido un acercamiento entre algunos pastores y psicólogos, a lo largo de los últimos cuarenta años demasiados pastores han cedido ante la creencia de que los pastores no están “calificados” para aconsejar. En la actualidad la psicología “cristiana” ha salido de la iglesia para establecerse en clínicas y es un negocio de billones de dólares. De este modo, el Dr. MacArthur, Jay Adams y otros consejeros cristianos conservadores nos exhortan a renovar nuestro énfasis en la consejería *bíblica* y a no usar una psicología teñida con palabras y frases bíblicas, sino más bien a hacer un esfuerzo diligente para ayudar a las personas a resolver sus problemas guiándolas a la verdad objetiva y transformadora de las Escrituras.

El Dr. Collins enfatiza que al estudiar las técnicas y estrategias de la consejería cristiana debemos estar conscientes de que toda verdad proviene de Dios, incluyendo la verdad acerca de las personas que Él ha creado. Él ha revelado esta verdad a través de la Biblia, la Palabra escrita de Dios para los seres humanos, y también nos ha permitido descubrir la verdad a través de la experiencia y de métodos de investigación científica. La verdad descubierta por estos medios siempre debe ser consistente con y corroborada por la norma de la verdad bíblica revelada. A la vez que aceptamos el hecho de que la psicología puede ser de gran ayuda para el consejero cristiano, también debemos encontrar los aportes que verdaderamente son de ayuda. Como guías a los cuales seguir debemos buscar personas que sean seguidores comprometidos de Jesucristo, que estén familiarizados con la literatura sobre psicología y consejería, y capacitados en consejería y en métodos de investigación, y que sean efectivos como consejeros. Es de suma importancia que los guías reconozcan la inspiración y la autoridad de la Biblia, tanto como el estándar con el cual toda psicología debe ser probada, y como la Palabra escrita de Dios con la cual toda consejería válida debe concordar. La iglesia debe recobrar su confianza en los recursos espirituales que Dios provee. Debemos regresar a la convicción de que solamente la Escritura es “inspirada por Dios, y útil para enseñar, para redargüir, para corregir, para instruir en justicia” (2 Timoteo 3:16). Los evangélicos deben redescubrir la consejería bíblica y reinstaurar la Palabra de Dios en el lugar que le corresponde como la autoridad suprema que discierne y corrige los pensamientos y las intenciones del corazón.

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 1- PREGUNTAS DE ESTUDIO**  
**Introducción**

1. ¿Qué procura hacer el consejero cristiano?
  
2. ¿Cuál es la diferencia entre (1) Cuidado Pastoral, (2) Consejería Pastoral, y (3) Psicoterapia Pastoral?
  
3. ¿Cuáles son cuatro características que hacen que la consejería cristiana sea singular?
  
4. ¿Cuáles son cuatro preguntas que el consejero cristiano debe plantear en toda situación de consejería?
  
5. ¿Cuáles son tres cosas que el consejero cristiano debe entender?
  
6. ¿Qué es una comunidad sanadora?
  
7. ¿Cuál debe ser la meta de todo creyente?
  
8. Como grupo, ¿cómo dirigen los creyentes su atención y sus actividades?
  
9. ¿Cómo podemos evitar caer el pantano de técnicas, teorías y términos técnicos para encontrar los aportes de la psicología que verdaderamente son de ayuda?
  
10. ¿Qué es de suma importancia para aquellos que han de servirnos como guías en el campo de la psicología?

# CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204

## LECCIÓN 2- GUÍA DE ESTUDIO

### El Consejero y la Consejería

**Libro de Texto:** Consejería Cristiana Efectiva. Autor: Dr. Gary Collins, Ph.D.  
**Texto Complementario:** Capacitado para Orientar. Autor: Dr. Jay Adams

Hay algo básicamente atractivo acerca de ser un consejero. Muchas personas ven la consejería como una actividad glamorosa que consiste en dar consejo, sanar relaciones rotas y ayudar a la gente a resolver sus problemas. Aconsejar puede ser una labor muy gratificante. Sin embargo, no toma mucho tiempo descubrir que también puede ser una tarea difícil y emocionalmente extenuante. Moisés descubrió esto cuando los hijos de Israel estaban acampados al pie del monte Horeb, en su travesía desde Egipto hacia la Tierra Prometida. Allí Moisés recibió la visita de su suegro, Jetro (Éxodo 18:1-7). El anciano se alegró al escuchar los detalles acerca de la salida y el viaje desde Egipto, pero también se sintió angustiado al saber que Moisés pasaba días enteros escuchando quejas y “juzgando” al pueblo. Entonces, tal como los suegros en ocasiones suelen hacer, Jetro decidió ofrecer su consejo a Moisés. Él dijo a Moisés que estaba desgastándose, y le sugirió que escogiera “varones de virtud” para atender los asuntos de menor seriedad. Estos hombres debían ser honestos y temerosos de Dios (Éxodo 18:21), estar disponibles “en todo tiempo” (Éxodo 18:22) y dispuestos a referir a Moisés los problemas más complejos (Éxodo 18:26).

La consejería se puede definir como una relación entre dos ó más personas, en la cual una persona (el consejero) busca aconsejar, animar y/o asistir a otra persona o personas (el aconsejado) para hacer frente de manera más efectiva a los problemas de la vida. La consejería puede tener varios objetivos, incluyendo lograr cambios en la conducta, las actitudes o los valores del aconsejado; evitar que se desarrollen problemas más serios; enseñar habilidades sociales; promover la expresión de las emociones; brindar apoyo en tiempos de necesidad; proveer discernimiento y orientación en la toma de decisiones; enseñar responsabilidad; estimular el crecimiento espiritual; y ayudar al aconsejado a poner a trabajar sus recursos internos en tiempos de crisis. A diferencia de la psicoterapia, la consejería rara vez tiene como objetivo alterar radicalmente o modificar la personalidad. Y la consejería cristiana difiere de otros tipos de consejería en un aspecto fundamental, que es la inclusión de la dimensión religiosa. El objetivo de la consejería espiritual es guiar a hombres y mujeres a una relación correcta con Dios y llevarlos a experimentar la vida abundante. “En el griego, el término salvar significa sanar o traer sanidad; por lo tanto, la salvación es plenitud, sanidad y liberación de todo aquello que destruye y pervierte la personalidad humana e impide tener comunión con Dios”. El consejero cristiano procura ser un experto en crecimiento espiritual, para poder ser de especial ayuda a las personas que están interesadas en Dios y en aspectos como los valores, el pecado, el perdón, la culpa, y otros temas religiosos.

**I. La Motivación del Consejero.** Con el fin de ayudar a otros, el consejero cristiano debe conocerse a sí mismo. ¿Por qué queremos aconsejar? Como cristianos, no es

inusual que algunas personas acudan a nosotros de manera espontánea en busca de ayuda con sus problemas. Algunos consejeros reciben capacitación especial y se convierten, más o menos, en consejeros a tiempo completo, porque se dan cuenta de que la consejería puede ser una de las maneras más efectivas de ministrar a la gente. Hemos visto que la Biblia nos manda a cuidarnos unos a otros y esto definitivamente incluye la consejería. No somos psicólogos, sin embargo, puede ser que nos busquen para consejería psicológica. No somos consejeros vocacionales, pero quizás alguien nos pida ayuda en esta área. No somos consejeros educacionales, pero con frecuencia los jóvenes vienen a nosotros con problemas relacionados con sus estudios. Somos conscientes de que no somos psiquiatras calificados, sin embargo en ocasiones nos vemos confrontados con las profundas necesidades de personas que necesitan atención psiquiátrica, y debemos por lo tanto, conocer las manifestaciones de este tipo de problemas para poder referirlos adecuadamente. No obstante, sobre todo lo demás, debemos saber cómo aconsejar personas con problemas religiosos, para lo cual debemos procurar estar lo mejor preparados posible en esta área.

Un sincero deseo de ayudar a las personas es una razón válida para convertirse en consejero. Sin embargo, hay ciertos aspectos que pueden interferir con nuestra efectividad. No podemos aconsejar primeramente para satisfacer nuestras propias necesidades. Si lo hiciéramos, no estaríamos siendo de ayuda para los demás. El Dr. Collins enumera cinco “necesidades” que, si el consejero las tiene, le impedirán ser de ayuda para el aconsejado. Estas “necesidades” son:

A. *La Necesidad de Relaciones.* Los consejeros que no tienen amigos cercanos pueden usar a sus aconsejados para llenar esa necesidad de amistad. En casos como este, el consejero no desea realmente que el aconsejado mejore, sino que quiere que continúe siendo dependiente de él, para poder tener oportunidades continuas de relacionarse socialmente.

B. *La Necesidad de Control.* Al consejero autoritario le gusta “enderezar” a otros, dar consejo (aunque no se lo hayan pedido), y desempeñar el rol del que soluciona los problemas. A algunos aconsejados dependientes les puede gustar esto, pero eventualmente la mayoría de las personas se resisten a los consejeros de tipo controlador, porque en realidad no son de ayuda.

C. *La Necesidad de Rescatar.* El rescatador con frecuencia tiene un deseo sincero de ayudar, pero este consejero le quita la responsabilidad al aconsejado mostrando una actitud que dice: “Tú no puedes manejar esto, déjame hacerlo por ti”.

D. *La Necesidad de Información.* Al describir sus problemas, con frecuencia los aconsejados comparten información interesante que probablemente no sería revelada fuera del contexto de la consejería. Cuando un consejero es curioso, en ocasiones se olvida del aconsejado, presiona para obtener información adicional y con frecuencia es incapaz de guardar la confidencialidad. Los consejeros curiosos rara vez son de ayuda y eventualmente las personas dejan de acudir a ellos.

E. *La Necesidad de Sanidad Personal.* La mayoría de nosotros carga con necesidades e inseguridades ocultas que interfieren con nuestra misión de ayudar a las personas.

Cuando las personas buscan consejería asumen el riesgo de compartir información personal y encomendarse al cuidado del consejero. El consejero viola esta confianza y socava la efectividad de la consejería si utiliza esta relación para satisfacer primeramente sus propias necesidades.

**II. El Rol del Consejero.** En ocasiones la consejería se vuelve inefectiva porque el consejero no tiene un claro entendimiento de cuáles son sus roles y responsabilidades. Algunas áreas potenciales de confusión de roles son: 1. *Visita en vez de consejería;* 2. *Precipitarse en vez de reflexionar;* 3. *Ser irrespetuoso en vez de simpático;* 4. *Emitir juicios en vez de ser imparcial;* 5. *Ser directivo en vez de interpretativo* (decirle a alguien qué hacer como si fuera la voluntad de Dios); 6. *Estar sobre-involucrado emocionalmente en vez de permanecer objetivo;* 7. *Ser impaciente en vez de realista;* 8. *Ser artificial en vez de auténtico;* 9. *Ser defensivo en vez de empático.*

El consejero debe mantener una actitud vigilante si quiere evitar obstáculos como estos. Como servidores cristianos, honramos a Dios al hacer el mejor trabajo posible, al disculparnos cuando cometemos errores, y al usar nuestros errores como situaciones de aprendizaje y como oportunidades para mejorar. Los errores y la confusión de roles no son tragedias irreversibles. Una buena relación con el aconsejado puede cubrir multitud de errores al aconsejar, pero no debemos usar esto como excusa para una consejería descuidada e incompetente. El concepto más importante que debemos tener en mente es que Cristo es realmente el Consejero y nosotros somos Sus agentes haciendo Su obra, en representación Suya. Su Espíritu Santo es nuestro Consolador y Guía, Él nos guiará para liberar a aquellos que Él ha traído a nosotros en busca de ayuda.

**III. Las Características Personales del Consejero.** El consejero cristiano sabe que aún no ha llegado a ser todo lo que puede ser (Filipenses 3:12). Sabe que para ser un consejero efectivo debe crecer en auto-conocimiento.

**A. Auto-Conocimiento.** Jesús advirtió acerca de las personas que tratan de corregir los errores de los demás sin estar dispuestos a conocerse a sí mismos honestamente (Lucas 6:41-42). Él los describió como “ciegos guiando a ciegos”. El consejero no puede ayudar a otra persona a conocerse a sí misma a menos que él se conozca a sí mismo. Para ser un consejero efectivo, el consejero cristiano debe ser capaz de:

1. *Escapar de sus propios prejuicios.* El consejero debe ser consciente de sus propios prejuicios y de los esfuerzos que está haciendo para vencerlos antes de poder ayudar a otros que tienen problemas relacionados con prejuicios.

2. *Entender sus propios sentimientos.* ¿Por qué ciertas personas lo irritan? ¿Por qué se siente nervioso al hablar con algunas personas? ¿Por qué se enoja cuando

ciertas personas hacen ciertas cosas? ¿Está haciendo algún esfuerzo para reconocer sus sentimientos y comprenderlos?

3. *Saber cuáles son sus convicciones y sus valores.* Lo que creemos tiene gran influencia sobre nuestras relaciones interpersonales – incluyendo la consejería – de modo que debemos también reconocer y aceptar nuestras inclinaciones, e incluso, en algún momento, hablar de ellas con el aconsejado.

4. *Reconocer sus limitaciones y sus fortalezas.* ¿Puede ser objetivo respecto a sus emociones y sentimientos? ¿Puede sentir empatía por los demás? ¿Puede reconocer el punto a partir del cual ya no puede seguir dando ayuda y estar dispuesto a referir al aconsejado a alguien más?

5. *Mantener un balance en su vida.* ¿Puede administrar su tiempo sabiamente? ¿Dedica tiempo a otras áreas de su vida aparte de la labor de consejería? ¿Tiene amigos que puedan ser sus consejeros?

6. *Construir una relación consistente de consejería con Dios.* ¿Es un aconsejado sensible a la voz de su Consejero (el Señor)? ¿Es capaz de depositar sus cargas en las manos de Dios? ¿Es capaz de entregar a Dios sus frustraciones y ansiedades? ¿Puede orar por otros con libertad porque tiene un sentido de aceptación delante de Dios?

7. *Cultivar un programa de desarrollo espiritual.*

8. *Resolver el problema de estar demasiado ocupado.*

9. *Mostrar interés por las personas y por su bienestar.*

10. *Perdonar y olvidar.* Si el consejero no puede perdonarse a sí mismo y perdonar a otros, no será capaz de identificarse y atender los problemas emocionales de las personas que acuden a él en busca de ayuda. Uno debe aprender a “examinarse” a sí mismo en todo momento. Hay dos palabras clave que se pueden usar: *cómo* y *qué*. *Cómo* se refiere a la manera en que el consejero se está relacionando con una persona en un momento dado; *qué* se refiere al mensaje que le está enviando a esa persona. La emoción que uno siente al relacionarse con una persona es lo que le está comunicando a esa persona. El mensaje es enviado a través de la forma en que uno camina, se viste, siente o piensa. Este es el auto-examen que el consejero debe realizar si ha de relacionarse adecuadamente con los demás. Desarrollar el hábito de auto-examinarse le ayudará a crecer y a deshacerse de patrones de conducta inaceptables al relacionarse con otras personas.

Todas estas características son deseables y vale la pena desarrollarlas; sin embargo, es poco probable que una persona las posea todas o que sea necesario poseerlas todas para desarrollar un ministerio de consejería exitoso.

**B. Características de Madurez.** La madurez es un proceso, no un logro. Puesto que cada persona es un individuo único con un trasfondo, circunstancias y problemas distintos, no puede haber un patrón establecido de maduración. Maduración se define como *la aparición de características personales y patrones de conducta a través de procesos de crecimiento*. El hombre está sujeto al cambio y cambia constantemente. La madurez no se alcanza por completo en esta tierra. Esto es aún más cierto para los cristianos, quienes continuamente deben crecer “*en la gracia y el conocimiento de nuestro Señor y Salvador Jesucristo*” (2 Pedro 3:18). Pablo ve la vida como un continuo crecimiento “*...en todo en aquel que es la cabeza*” (Efesios 4:15-16). Madurez es básicamente el proceso de aprender a auto-disciplinarse y de asumir responsabilidad personal. No es únicamente un asunto de la mente. También involucra las emociones. Una persona puede tener una mente brillante y a la vez estar llena de prejuicios, tener mal genio, ser auto-compasiva y extremadamente sensible. A medida que una persona madura, se aleja del egoísmo, del sentimiento de ser perseguido o discriminado y de la auto-compasión. Viene a ser capaz de admitir sus errores y es más abierto a nuevas ideas. Tiene la capacidad de aceptarse a sí mismo y a los demás. Algunas características que identifican la madurez son: (1) Una actitud constructiva; (2) Adaptabilidad; (3) Libertad de la destrucción emocional; (4) Generosidad; (5) Integración social; (6) Creatividad; (7) Amor; (8) Determinación; (9) Honestidad; (10) Valor; (11) Responsabilidad; y (12) Relaciones – de las cuales la más esencial es una relación significativa con Dios.

**C. Características Espirituales.** El consejero cristiano efectivo debe poseer credenciales espirituales. En primer lugar, debe ser un cristiano que haya experimentado personalmente el nuevo nacimiento (Juan 3:3) al creer que el Cristo resucitado es el Hijo de Dios. Además, como en los días de Moisés, el consejero cristiano debe ser capaz, temeroso de Dios y honesto; debe estar disponible y dispuesto a buscar ayuda cuando encuentra casos difíciles. El consejero también debe ser estudioso de la Biblia y estar profundamente familiarizado con la Palabra de Dios, y ser una persona que procura seguir a Cristo, Cuyo nombre es “Admirable Consejero” (Isaías 9:6).

**IV. La Ética del Consejero.** Los consejeros cristianos procuran apearse a los códigos de ética de las instituciones de consejería, sin embargo, aceptan las Sagradas Escrituras como el máximo estándar al cual deben apearse todas las decisiones éticas. El consejero cristiano respeta a cada individuo como una persona digna, creada por Dios a Su imagen, marcada por la caída de la humanidad en el pecado, pero amada por Dios, y objeto de la redención divina. Cada persona tiene sentimientos, pensamientos, voluntad y libertad para conducirse de la manera que desee.

Como alguien que procura ayudar a otros, el consejero busca sinceramente lo que es mejor para el bienestar del aconsejado y no trata de manipular ni de entrometerse en la vida del aconsejado. Como siervo de Dios, el consejero tiene la responsabilidad de vivir, actuar y aconsejar en concordancia con los principios bíblicos. Cuando todas las partes involucradas en una situación de consejería tienen valores y presunciones similares, el trabajo del consejero se lleva a cabo con facilidad. Los problemas éticos surgen cuando hay conflicto de valores o cuando se deben tomar decisiones diferentes. Muchas (aunque

no todas) de estas decisiones involucran asuntos confidenciales. El consejero ético se refrena de dar consejos médicos o legales, y de ofrecer servicios para los cuales no está capacitado ni calificado.

**V. El Agotamiento del Consejero.** Aconsejar es una tarea difícil y muchos aconsejados no llegan a mejorar. El estar constantemente involucrado en los problemas y penurias de otros es psicológica, física y en ocasiones espiritualmente extenuante. Esto contribuye al agotamiento del consejero – una condición descrita por un autor como “una pérdida progresiva de idealismo, energía y propósito” que experimentan las personas dedicadas a brindar ayuda profesional, como consecuencia de su trabajo. Bíblicamente, podemos describir lo anterior como “desgastarse haciendo el bien”. El agotamiento es común en todos los profesionales que se dedican a ayudar a otros, incluyendo al ministro. Ocurre con mayor frecuencia en personas perfeccionistas que son idealistas, profundamente comprometidas con su trabajo, renuentes a decir no y con inclinación a ser trabajadores compulsivos. Hay seis sugerencias para evitar el agotamiento:

1. Necesitamos la fortaleza espiritual que se obtiene a través de períodos regulares de oración y meditación en las Escrituras.

2. Necesitamos el apoyo de unas pocas personas que nos acepten por quienes somos y no por lo que hacemos. Cada uno de nosotros necesita al menos una persona amorosa y comprensiva con quien poder llorar; una persona que conozca nuestras debilidades, pero en quien podamos confiar de que no usará dicho conocimiento en contra nuestra.

3. Cada uno de nosotros debe evaluar constantemente el impulso fundamental de alcanzar el éxito. Necesitamos recordar que nuestro valor personal proviene de Dios y no de la necesidad de producir o ser exitosos.

4. Necesitamos tomar tiempo libre – períodos regulares lejos de personas demandantes y horarios de trabajo.

5. Mejorar nuestras destrezas ministeriales es de gran ayuda para evitar el agotamiento – aprender cómo manejar el conflicto, cómo aconsejar mejor, o cómo decir “no”.

6. Podemos compartir la carga animando a otros creyentes a ser consejeros laicos sensibles y a ayudar a otros a llevar sus cargas.

**VI. Los Consejeros del Consejero.** La mayor fuente de fortaleza y sabiduría que el consejero cristiano tiene a su disposición es el Espíritu Santo, el cual habita en la vida de cada creyente y le provee guía y dirección. Los cristianos pueden estar tan preocupados por las teorías y los tecnicismos de la consejería, que llegan a olvidar la fuente de la cual proviene toda ayuda perdurable – el Señor mismo.

La Biblia describe a Jesucristo como Admirable Consejero. Él es el Consejero del consejero – siempre disponible para animar y para dar dirección y sabiduría a los consejeros humanos. La disciplina diaria de la oración y la lectura de la Biblia nos mantiene en comunicación activa con Aquel que es nuestro Consejero y nuestro Ayudador.

A través de la Biblia vemos que Dios también trabaja por medio de otros seres humanos. En la Iglesia primitiva, los creyentes tenían comunión unos con otros y compartían unos con otros a través de una relación espiritual muy cercana.

La consejería puede ser una labor que produce un sentido de realización, pero no es una tarea sencilla. Si usted puede reconocer este hecho y enfrentarlo con honestidad, su ministerio de consejería será más satisfactorio y usted podrá ser un consejero cristiano más efectivo.

### **El Corazón de la Consejería**

Los consejeros más efectivos hoy en día son personas que se caracterizan por una personalidad que irradia sinceridad, comprensión y compasión, y por la habilidad de confrontar de una manera genuina y constructiva. Estos consejeros son hábiles en el uso de técnicas que ayudan al aconsejado a avanzar hacia la consecución de metas específicas. Estas son las técnicas que procuramos desarrollar y mejorar.

**I. Los Objetivos de la Consejería.** ¿Por qué las personas buscan consejería? Los consejeros cristianos podrían esperar que las personas que acuden a ellos traigan problemas relacionados con la oración, la doctrina, el crecimiento espiritual, las dudas personales o la culpa asociada a una conducta pecaminosa. Sin embargo, un estudio descubrió que sólo el 10% de la consejería cristiana (o pastoral) trata con asuntos religiosos como los mencionados. Con mayor frecuencia las personas vienen con tensiones matrimoniales, crisis, depresión, conflictos interpersonales, confusión, y otros problemas relacionados con el diario vivir. Jesús estaba interesado en esta clase de problemas. Él declaró que había venido para dar vida en abundancia y en toda su plenitud. Jesús tenía dos objetivos para los individuos: vida abundante en la tierra y vida eterna en el cielo. El consejero que sigue a Cristo tiene los mismos objetivos supremos: mostrar a las personas cómo tener una vida abundante y guiarlas hacia la vida eterna que ha sido prometida a los creyentes. Si tomamos la Gran Comisión con seriedad, tendremos un fuerte deseo de ver a todos nuestros aconsejados convertirse en discípulos de Jesucristo. Si tomamos en serio las palabras de Jesús, seguramente llegaremos a la conclusión de que una vida abundante y plena la obtienen solamente quienes buscan vivir de acuerdo con Sus enseñanzas.

El evangelismo y el discipulado son los objetivos supremos del consejero cristiano, pero no son los únicos objetivos. Otros objetivos para el aconsejado incluyen: (1) Auto-conocimiento; (2) Comunicación; (3) Aprendizaje y cambio de conducta; (4) Auto-actualización; (5) Apoyo; (6) Integridad espiritual.

Es importante considerar el objetivo de integridad espiritual porque con frecuencia el aconsejado tiene dificultad para ver o admitir que todos los problemas humanos tienen una dimensión espiritual. La conclusión de Carl Jung con respecto a sus pacientes mayores de treinta y cinco años, la cual es citada muy a menudo, dice que “no ha habido uno solo cuyo problema no fuera, en última instancia, el de encontrar una perspectiva religiosa acerca de la vida”. Por lo tanto, el consejero cristiano viene a ser un líder espiritual que guía el crecimiento espiritual, ayuda al aconsejado a hacer frente a sus luchas espirituales y lo capacita para encontrar creencias y valores significativos. En lugar de un diálogo entre consejero y aconsejado, el consejero cristiano procura una conversación de tres partes, reconociendo la presencia de Dios en el corazón del ministerio de consejería efectivo.

**II. La Relación en la Consejería.** Muchas personas son renuentes a buscar consejería. No es sencillo para ninguno de nosotros admitir que necesitamos ayuda. El buen consejero está consciente de estas inseguridades y trata de ayudar al aconsejado a relajarse. Esto se puede lograr a través de una “atmósfera terapéutica” en la que el aconsejado se sienta cómodo y donde haya pocas distracciones e interrupciones. Sin embargo, más importante que el lugar donde se brinda la consejería es la relación entre el consejero y el aconsejado. Muchos consejeros estarían de acuerdo con el Dr. Collins, quien afirma que la relación es “el corazón de la consejería”.

¿Cómo se construye esta relación terapéutica? Un estudio realizado hace algún tiempo a lo largo de cuatro años con pacientes de hospital y una variedad de consejeros demostró que las relaciones crecían y los pacientes mejoraban cuando los terapeutas mostraban altos niveles de *calidez, autenticidad, comprensión y empatía*. Cuando estas cualidades no estaban presentes en el consejero, los pacientes del hospital empeoraban. El corazón de la relación de consejería pasa a un primer plano al considerar las características del consejero. La calidez, la autenticidad y la empatía se encuentran entre los atributos de un buen consejero que se mencionan con mayor frecuencia; sin embargo, hay otras características importantes. Los consejeros efectivos por lo general son capaces de manejar sus propios problemas. Son relativamente libres para “congelar” los conflictos, inseguridades y complejos personales. El consejero efectivo también es compasivo, muestra interés por las personas, es consciente de sus propios sentimientos y motivaciones, está dispuesto a auto-revelarse en vez de auto-encubrirse, es digno de confianza, le agrada a la gente y cuenta con preparación en el campo de la consejería. La cualidad más importante es *el amor*, y el consejero cristiano efectivo busca desarrollar relaciones de consejería basadas en el amor, pero también procura capacitarse en el conocimiento y el uso de las técnicas básicas de la consejería.

**III. Las Técnicas de la Consejería.** En muchos aspectos el consejero y el aconsejado se convierten en amigos que trabajan juntos para resolver un problema. No existe una fórmula sencilla para resumir de qué manera se brinda esta ayuda. El proceso de brindar ayuda puede ser complicado y no se puede resumir fácilmente; sin embargo, hay algunas técnicas básicas utilizadas en la mayoría de situaciones de consejería.

**A. Prestar atención.** El consejero debe tratar de prestar completa atención al aconsejado.

**B. Escuchar.** No hay que permitir que la mente divague, ni caer en el error de hablar o aconsejar en exceso.

**C. Responder.** Mientras escucha, la ayuda del consejero también debe estar caracterizada por acciones y respuestas verbales específicas, como las de Jesús. Esto se puede lograr de diversas maneras, tales como *guiar, reflexionar, cuestionar, confrontar, informar, interpretar, apoyar y animar.*

**D. Enseñar.** Todas estas técnicas mencionadas son formas especializadas de educación psicológica. El consejero es un educador que enseña por medio de la instrucción, del ejemplo y de la orientación al aconsejado mientras éste aprende por experiencia a enfrentar los problemas de la vida. Al igual que otras formas de educación menos personales, la consejería es más efectiva cuando las conversaciones no son vagas, sino específicas, y cuando se enfocan en situaciones concretas (“¿Cómo puedo controlar mi carácter cuando mi esposa me critica?”) en vez de girar en torno a objetivos demasiado vagos (“Quiero que mi vida sea más feliz”).

**E. Filtrar.** Los buenos consejeros no son personas escépticas que no creen nada de lo que el aconsejado dice; sin embargo, también es sabio recordar que el aconsejado no siempre cuenta toda la historia y no siempre dice lo que realmente quiere o necesita. En este punto, el consejero cristiano reconoce la necesidad de sabiduría y discernimiento. Hasta cierto punto esto se desarrolla con la experiencia, pero el consejero cristiano sabe que esta sensibilidad se desarrolla mayormente al orar, pidiendo a Dios discernimiento, guía y la percepción adecuada que proviene del Espíritu Santo.

**IV. El Proceso de Aconsejar.** Aconsejar no es un proceso que se lleva a cabo a través de una serie de pasos consecutivos, como hornear un pastel o cambiar un neumático. Cada aconsejado es un individuo único, con problemas, actitudes, valores, expectativas y experiencias distintas a las de los demás. El curso de la consejería varía de persona a persona; sin embargo, existen varios pasos o fases que se presentan en toda relación de consejería. Algunos de estos pasos pueden repetirse varias veces conforme los problemas son considerados o reconsiderados.

**A. Conexión.** Este paso incluye iniciar, construir y mantener una relación entre el consejero y el aconsejado.

**B. Exploración.** El aconsejado necesita “contar su historia”, a través de lo cual revela detalles acerca de situaciones problemáticas, oportunidades perdidas y experiencias frustrantes.

**C. Planificación.** Con el tiempo, el aconsejado empieza a ver el problema desde una óptica diferente, y la conversación avanza hacia objetivos y acciones que se pueden tomar para encontrar soluciones.

**D. Progreso.** Una vez que la persona decide lo que necesita hacer, es necesario animarla para que empiece a avanzar hacia el logro de los objetivos propuestos.

**E. Conclusión.** La consejería no debe prolongarse indefinidamente. Con el tiempo, tanto el consejero como el aconsejado ponen término a esta relación enfocada intensamente en la solución de problemas.

**V. Las Teorías de Consejería.** Es imposible dar un estimado preciso del número de teorías de consejería que existen en la actualidad. Entre las teorías más conocidas se encuentran la teoría de Adler, el análisis de Carl Jung, la terapia existencial, la terapia centrada en el cliente de Carl Rogers, la terapia Gestalt, el análisis transaccional, la terapia de realidad de Glasser, la terapia racional-emotiva de Albert Ellis, las diversas terapias de conducta, la teoría del aprendizaje social y la terapia de sistemas familiares. Además, varios autores cristianos han propuesto enfoques bíblicos sobre la consejería, entre ellos la consejería nouménica de Jay Adams, la consejería bíblica de Lawrence Crabb, la terapia espiritual de Charles Solomon y la consejería de crecimiento de Howard Clinebell.

Usted podrá preguntarse por qué tomarse la molestia de considerar la teoría. Las teorías son como los sistemas de la teología – resumen lo que sabemos y creemos, lo que buscamos lograr y la manera de alcanzar nuestros objetivos. Las teorías nos ayudan a incorporar todos los hechos de la conducta y los problemas humanos en alguna especie de marco integrado, comprensible y útil. Los enfoques teóricos nos proveen orientación cuando buscamos ayudar a las personas a enfrentar sus problemas. No podemos decir que alguno de los teóricos cristianos está absolutamente en lo correcto. Muchos siguen a uno u otro de los teóricos cristianos actuales y muchos se definen como “eccléticos”. Esta palabra describe a aquellos que prefieren extraer conceptos y técnicas de una variedad de enfoques en lugar de restringirse a una única teoría. El eclecticismo no consiste en coleccionar ideas de manera fortuita e intelectualmente perezosa. Más bien es un enfoque que toma de diversas fuentes de manera concienzuda y que permite, con el tiempo, llegar a desarrollar su propio estilo de aconsejar. No hay una única manera de hacer esto, así como no hay una única manera correcta de aconsejar. Jesús utilizó una variedad de enfoques, dependiendo de las necesidades de las personas que acudían a Él. Los consejeros cristianos, incluso aquellos que con mayor diligencia procuran ser bíblicos, utilizan una variedad de enfoques y en ocasiones están en desacuerdo con los puntos de vista teóricos de sus colegas cristianos. Es importante comprender las distintas teorías, pero en última instancia cada uno de nosotros debe depender del Espíritu Santo para que Él trabaje a través de nuestra personalidad y nuestras perspectivas y nos capacite para ayudar a otros de manera más efectiva.

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 2- PREGUNTAS DE ESTUDIO**  
**El Consejero y la Consejería**

1. ¿Cómo se puede definir la consejería?
  
2. ¿En qué difiere la consejería cristiana de otros tipos de consejería?
  
3. ¿Cuáles son las nueve áreas potenciales de confusión de roles?
  
4. ¿Cuál es la definición de madurez?
  
5. ¿Cuáles son las características que identifican la madurez?
  
6. ¿Cuáles son las características espirituales del consejero cristiano efectivo?
  
7. ¿Cuáles son los dos objetivos que Jesús tenía para los individuos?
  
8. ¿Cuáles son los dos objetivos supremos del consejero cristiano?
  
9. ¿Qué es el agotamiento del consejero?
  
10. ¿Cuáles son los cinco pasos que se presentan en toda relación de consejería?

# CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204

## LECCIÓN 3 – GUÍA DE ESTUDIO

### La Comunidad y la Consejería

**Libro de Texto: Consejería Cristiana Efectiva. Autor: Dr. Gary Collins, Ph.D.**

**Texto Complementario: Capacitado para Orientar. Autor: Dr. Jay Adams**

En una de sus primeras declaraciones acerca de los seres humanos Dios dijo: “No es bueno que el hombre esté solo”. Entonces Dios creó a la mujer y así dio inicio la raza humana. No tomó mucho tiempo para que las personas tuvieran conflictos entre sí. La rivalidad entre dos hermanos, Caín y Abel, llevó al asesinato. Más tarde la tierra se llenó de violencia y maldad, lo cual resultó en la destrucción de toda la civilización por medio de un gran diluvio, con excepción de la familia de Noé. Después del diluvio los conflictos continuaron y han persistido hasta nuestros días. A lo largo de los siglos unos cuantos ermitaños han buscado vivir vidas solitarias, lejos de las multitudes exasperantes. Los seres humanos pueden ser competitivos entre sí y vivir en conflicto unos con otros, pero también se necesitan unos a otros. No es bueno ni saludable vivir en aislamiento.

A pesar de esta conclusión, muchas personas tienden a valorar la independencia y el individualismo. Hablamos de cooperación y apoyo mutuo, pero admiramos al hombre o la mujer que “se ha hecho a sí mismo” y con frecuencia asumimos que los problemas personales se manejan mejor a solas. Hasta hace poco tiempo, la consejería era usualmente una relación de uno a uno: un consejero, un aconsejado, una hora de duración, una sesión por semana.

Esta clase de consejería individual puede ser beneficiosa, pero los beneficios tienden a ser mayores cuando el aconsejado es parte de uno o más grupos de apoyo y cuidado. Muchas veces la familia provee esta clase de apoyo. También puede provenir de amigos o compañeros de trabajo. Sin embargo, lo ideal es que el cuerpo local de creyentes sea el recurso principal donde encontrar un grupo de apoyo y cuidado para los creyentes, tanto para los nuevos como para los más maduros. El cuerpo local de creyentes debería brindar la mayor parte del compañerismo, la instrucción, retroalimentación, guía, aceptación y apoyo que los individuos necesitan. Algo falta cuando la consejería cristiana ignora la comunión entre los creyentes e intenta ayudar a las personas completamente aparte de la comunidad de fe.

#### **Consejería Comunitaria**

Los consejeros por lo general concuerdan en que la conducta, incluyendo la conducta problemática, es influenciada por el entorno físico y social del aconsejado. A esto se le ha llamado la *perspectiva ecológica* de la consejería. A diferencia de los puntos de vista tradicionales que buscan dentro del aconsejado para encontrar la causa de los problemas, la *perspectiva ecológica* propone una interacción entre cada uno de nosotros y nuestro entorno. Presupone que los problemas humanos surgen algunas veces del interior de la persona, otras veces del entorno y con mucha frecuencia de ambos.

Con frecuencia la consejería efectiva tiene una variedad de énfasis. El consejero y el aconsejado todavía conversan en privado acerca de las luchas e inseguridades internas, pero en ocasiones algunos familiares o personas de la comunidad participan en el proceso de resolución de problemas. Hay un reconocimiento del hecho de que la comunidad que a veces crea problemas también puede ser una fuente de apoyo, un lugar de aprendizaje y un ambiente para sanidad.

La consejería comunitaria como enfoque para la resolución de problemas puede incluir:

(1) *La enseñanza de destrezas sociales* para que las personas sean más competentes en el manejo del estrés, en sus relaciones con los demás y en la manera de conducir su propia vida.

(2) *La construcción de una red de apoyo social* al promover una mayor cooperación, comunicación y unidad en una familia u organización comunitaria (incluyendo la iglesia), para que haya mayor apoyo y menos aislamiento entre los miembros.

(3) *El equipamiento de laicos*, brindándoles capacitación y motivación para que puedan proveer consejería, educación, asistencia material, grupos de apoyo para auto-ayuda y otras formas de ayuda a las personas necesitadas de sus comunidades.

(4) *La obtención de ayuda* proveniente de otras personas, al pedir la asistencia o recurrir a la sabiduría de personas de la comunidad que pueden contribuir al proceso de resolución de problemas del aconsejado.

(5) *La prevención de problemas* anticipando el futuro y ayudando a individuos y a grupos de personas a desarrollar las destrezas y efectuar los cambios de vida que prevendrán el desarrollo de problemas futuros.

(6) *La transformación de la comunidad*, en ocasiones tomando acción social, política u otro tipo de acción para reducir la pobreza, el estrés, el desempleo, la violencia, la ignorancia, la conducta pecaminosa y otras influencias causantes de problemas en el entorno.

La consejería comunitaria es un enfoque que busca mejorar el entorno en vez de concentrarse únicamente en ayudar a las víctimas de las deficiencias de la comunidad. El consejero comunitario debe (1) aprender a tratar con grupos grandes así como con individuos, (2) convertirse en educador así como consejero y (3) tratar con el entorno así como con la persona afectada por éste. Estas son “palabras mayores” y no parece posible alcanzar todas estas metas. Los problemas humanos son complejos y muchos de ellos provienen de influencias psicológicas que requieren la intervención de un profesional capacitado. Los consejeros comunitarios también pueden aconsejar individuos en una oficina privada, pero desafían la suposición de que esta sea la única o la mejor manera de ayudar a las personas. En ocasiones la consejería tiene que salir para incluir a la

comunidad e intervenir en ella. “Una onza de prevención vale una libra de cura”, dice un viejo adagio que se aplica a esta situación. Capacitar, apoyar, establecer, nutrir y guiar, especialmente a los de la familia de la fe, ayudará a desarrollar el carácter cristiano y a prevenir problemas que podrían surgir a causa de la inmadurez espiritual y la inseguridad.

La iglesia es una parte importante de esta comunidad. El cuerpo de creyentes puede brindar el amor, la esperanza, la paz, la motivación y el apoyo que capacita a los individuos para hacer frente a las presiones y complejidades de la vida. La consejería cristiana es una contradicción de términos si no toma en cuenta al cuerpo de creyentes, el cual debería existir para cuidar de los necesitados, acoger a los extraños, hacer el bien a todos, sanar a los quebrantados de corazón, perdonar al arrepentido, consolar al que sufre, sostener al débil y llevar a todos a Cristo.

### **Sistemas y Redes Sociales**

Los sistemas son los grupos sociales a los cuales pertenecen los individuos y con frecuencia éstos coinciden para formar una red de grupos. Cada uno de nosotros puede formar parte de diversos grupos, por ejemplo, de una familia, de un vecindario, de una iglesia, de un ambiente de trabajo, de un grupo de estudio bíblico, o de otro grupo pequeño de personas. Cada uno de estos *sistemas* o *redes* puede ser causa de estrés o tensión personal, pero cada uno de ellos puede también proveer ayuda en tiempos de necesidad. En un estudio los investigadores trataron de descubrir por qué algunas personas se angustian por los cambios importantes de la vida mientras que otras parecen recuperarse muy rápidamente. Las personas que se ajustan mejor a los cambios son aquellas que tienen una variedad de relaciones sociales. Hay seis formas de ayuda que toda persona necesita ocasionalmente:

- (1) Ayuda material, en forma de dinero, comida u otros objetos.
- (2) Asistencia física, que puede incluir ayuda para proveer transporte, cortar el césped, escribir una carta, empujar una silla de ruedas o colaborar en otras tareas.
- (3) Guía, que consiste en ofrecer consejo o sugerencias prácticas.
- (4) Ser escuchado mientras expresa sentimientos, preocupaciones personales, frustraciones y temores.
- (5) Retroalimentación, dando a las personas información acerca de ellos mismos.
- (6) Participación social, que incluye la conversación informal, el descanso y la distracción temporal lejos de las condiciones difíciles y demandantes.

Recientemente se señaló que hay una excelente manera en que nuestra sociedad puede lograr avances significativos en la prestación de servicios de salud mental. Debemos encontrar, capacitar, motivar y utilizar la ayuda de voluntarios no remunerados que puedan servir como trabajadores comunitarios en el área de la salud mental. Si bien es cierto que ésta es una necesidad dentro de la comunidad en general, ¡cuánto más necesario es dentro de la comunidad de creyentes!

### **Los Otros Ayudantes**

En los últimos veinte o treinta años la consejería se ha vuelto tan popular que los programas de capacitación en universidades, seminarios e instituciones educativas están inundados con solicitudes de matrícula de personas que desean ingresar. Programas de consejería desarrollados por laicos han surgido en escuelas, iglesias, centros telefónicos para el manejo de crisis, negocios e incluso en cárceles. Ha surgido un sinnúmero de teorías nuevas, técnicas innovadoras, consejeros capacitados profesionalmente y centros de consejería en expansión. A pesar de toda esta actividad todavía escuchamos de un déficit continuo de consejeros profesionales. Para llenar este vacío existe un grupo que se puede llamar “otros ayudantes”, los cuales han estado presentes desde hace mucho tiempo, pero ahora son considerados como ayudantes importantes en todo ministerio de consejería; y hay evidencia que señala que los consejeros no profesionales pueden ser efectivos, e incluso en ocasiones más efectivos que los profesionales. Algunas personas se sienten menos amenazadas y más a gusto conversando con un consejero no profesional. Otros prefieren buscar ayuda en artículos de revista o en programas de entrevistas de radio y televisión. Y otros prefieren hablar con el pastor o con los miembros de un grupo de auto-ayuda de la iglesia. Estos “otros ayudantes” incluyen: (1) Profesionales médicos; (2) Agentes comunitarios; (3) Grupos de ayuda mutua (tales como Alcohólicos Anónimos, Cuida-kilos, entre otros); (4) Familiares y amigos; y (4) Ayuda a través de los medios de comunicación masiva (televisión, radio, periódicos, libros y revistas), la cual puede ser buena o mala. Hay otro grupo al que muchos recurren, el cual incluye adivinos y los que leen la palma de la mano, líderes de sectas, exorcistas, espiritistas, entre otros. Estas personas son reverenciadas especialmente por personas pobres y sin educación, y los consejeros cristianos no recomiendan a este grupo. Muchos de ellos suelen estar involucrados en prácticas ocultas y se debe tener un cuidado extremo para mantener tales influencias fuera de su consejería.

### **Llevando la Consejería al Hogar**

La ayuda no debe estar restringida a la sala de consejería. Hay evidencia de que cada uno de nosotros tiene una forma especial de aprender. Algunas personas aprenden mejor *escuchando* – escuchando las palabras de otros. Otras personas aprenden mejor *viendo* – leyendo libros, viendo películas y observando diagramas. Otros prefieren aprender *haciendo* – realizando proyectos, interpretando roles o manifestando sus sentimientos en formas concretas. Jay Adams, un reconocido consejero cristiano conservador, dice que la esencia de la buena consejería es la tarea que se asigna al aconsejado. Él afirma que aprender a asignar una buena tarea, una tarea que sea bíblica, concreta y que se ajuste creativamente a la situación, requiere tiempo y esfuerzo, pero

vale la pena. Hay varios tipos de tareas que se utilizan frecuentemente: (1) Evaluaciones, (2) Guías de estudio y discusión, (3) Asignaciones de conducta, (4) Lecturas, (5) Grabaciones y (6) Asignaciones en computadora.

### **El Entorno y la Consejería**

Hay cuatro influencias del entorno que son de especial importancia:

1. *El ruido.* Algunos sonidos (como la música suave) pueden ser tranquilizadores y relajantes, mientras que otros sonidos pueden aumentar la tensión y la irritabilidad, obstaculizar el buen dormir, interferir con el desempeño laboral e incluso conducir a una disminución del impulso sexual o a una pérdida del apetito. Las personas que viven en ambientes ruidosos con frecuencia opinan que el ruido continuo puede ser molesto, perturbador y causante de estrés.

2. *Las aglomeraciones.* Nos gusta estar cerca de la gente, pero no nos gusta estar en medio de una aglomeración de personas. A veces necesitamos un lugar tranquilo donde poder retirarnos y disfrutar de un tiempo de soledad.

3. *La arquitectura.* Desde hace mucho tiempo se ha reconocido que la forma y el color de las habitaciones, el estilo y el arreglo de los muebles, la decoración, la temperatura y la iluminación pueden afectar psicológicamente a las personas. Las relaciones interpersonales, las actitudes, las emociones y el grado en el que la gente se siente a gusto afectan la productividad laboral y las emociones.

4. *Clima.* Es bien sabido que el clima puede tener una gran influencia sobre el comportamiento humano. Las personas pueden sentirse cansadas y aletargadas cuando el calor y la humedad son intensos. Se ha demostrado que el clima puede ejercer influencia sobre los índices de suicidios, crímenes y accidentes, sobre el desempeño académico y la productividad, y sobre el nivel de participación en actividades sociales, el estado de ánimo, los sentimientos subjetivos y las actitudes.

Estas influencias del entorno influyen en la consejería de dos maneras importantes: (1) Pueden producir estrés y complicar la consejería y (2) el lugar donde se realiza la consejería cobra verdadera importancia.

### **Los Grupos y la Consejería**

Es probable que los primeros cristianos no se reunieran en un entorno con condiciones ideales, pero se reunían en grupos pequeños para la enseñanza, el compañerismo, el partimiento del pan y la oración descritos en Hechos 2:42. Sin lugar a duda había apoyo mutuo, ánimo, compañerismo y un compromiso de llevar las cargas los unos de los otros. Para los cristianos este fue el comienzo de la ayuda grupal.

En nuestros días, los grupos pueden proveer una serie de “factores curativos”, tales como: (1) Infunden esperanza y optimismo; (2) Disminuyen la sensación de cada

participante de que está solo con su problema; (3) Imparten información acerca de problemas específicos del aconsejado; (4) Crean una atmósfera altruista donde cada uno puede brindar ayuda, apoyo, ánimo y amor a los demás; (5) Dan retroalimentación; (6) Enseñan nuevas ideas acerca de la modificación de la conducta; (7) Ayudan a las personas adquirir y practicar destrezas sociales, (8) Proveen modelos de conducta efectiva; (9) Brindan oportunidades para la expresión de los sentimientos; (10) Proveen un sentido de pertenencia, aceptación y cohesión, (11) Ayudan a las personas a tratar con asuntos significativos; y (12) Brindan oportunidad para que los creyentes oren, lean las Escrituras y busquen juntos dirección divina.

### **La Consejería Comunitaria y el Cristiano**

En vista de las tendencias recientes en la consejería comunitaria, es emocionante pensar en cómo la consejería cristiana podría cambiar en el futuro. Como individuos que viven en comunidades y buscan obedecer las enseñanzas bíblicas, los cristianos – incluyendo los consejeros – deben tener una preocupación activa con respecto al hambre, la pobreza, la injusticia, el crimen, la pornografía, la violencia doméstica, la decadencia de los estándares morales, el desempleo y muchos otros males sociales que ocasionan los problemas que requieren consejería. La iglesia, como comunidad dentro de una comunidad, debe preguntarse cómo puede tener un impacto en la vida de los no creyentes así como en la vida los que pertenecen a la familia de la fe. A continuación está la instrucción bíblica, frecuentemente citada, de que debemos llevar las cargas los unos de los otros. Pablo escribió: *“No nos cansemos, pues, de hacer bien; porque a su tiempo segaremos, si no desmayamos. Así que, según tengamos oportunidad, hagamos bien a todos, y mayormente a los de la familia de la fe”* (Gálatas 6:9-10).

### **Las Crisis en la Consejería**

Buena parte del Nuevo Testamento está orientado hacia la crisis. En particular, varias de las epístolas fueron escritas para atender situaciones de crisis en la vida de individuos e iglesias. Estas crisis incluían problemas de todo tipo – herejía, apostasía, división congregacional, demandas legales, desorden, muerte, persecución, inmoralidad... De una forma u otra se encuentran aquí casi todas las clases de problemas que existen. De este modo, los consejeros cristianos tienen el privilegio de contar con los recursos bíblicos a los cuales pueden recurrir. Sin lugar a duda, en la Biblia hay un rico depósito de información, tanto teórica como práctica, disponible para el consejero de crisis. Al ministrar la Palabra de Dios a los que nos rodean, cada uno de nosotros debe ayudar a otros a enfrentar las muchas crisis que inevitablemente surgen en un mundo pecaminoso.

Una crisis es un punto de inflexión que no se puede evitar. Las situaciones de crisis pueden ser previstas o inesperadas, reales o imaginarias, actuales (como la muerte de un ser querido) o potenciales (como la posibilidad de que un ser querido muera pronto). Con frecuencia se menciona que en chino la palabra “crisis” se compone de dos caracteres – uno que significa peligro y otro que significa oportunidad. Las crisis están llenas de *peligro* porque alteran la vida y amenazan con agobiar a las personas a las que afectan. Conforme vamos madurando, cada uno de nosotros desarrolla una serie de

técnicas de resolución de problemas basadas en nuestras experiencias pasadas, nuestra formación y nuestras características de personalidad. Todos experimentamos altibajos emocionales y espirituales y hay momentos en los que debemos aprender cómo hacerle frente a las emergencias y los problemas inesperados.

Las crisis, sin embargo, ofrecen a las personas la *oportunidad* de cambiar, de crecer y de desarrollar mejores formas de manejar las situaciones de la vida. No obstante, en medio de la crisis algunas personas se sienten confundidas y necesitan ayuda externa, incluyendo la ayuda que proviene de Dios y del consejero cristiano.

### **La Biblia y los Tipos de Crisis**

Los escritores contemporáneos han identificado tres tipos de crisis, cada uno de los cuales tiene ejemplos bíblicos y modernos.

1. *Crisis accidentales o situacionales.* Este tipo de crisis ocurre cuando hay una amenaza repentina, un evento intensamente perturbador o una pérdida inesperada. En los tiempos bíblicos, ésta fue la experiencia de Job. Job estaba confundido acerca del por qué un Dios amoroso permitiría que tantas cosas malas le sucedieran a una persona buena.

2. *Crisis del desarrollo.* Este tipo de crisis se presenta durante el curso normal del desarrollo humano – el inicio de la etapa escolar, el ajuste a la vida matrimonial y a la responsabilidad de ser padres, el manejo de la crítica, la etapa de la jubilación o del deterioro de la salud. Abraham y Sara, por ejemplo, tuvieron que lidiar con la partida hacia un nuevo lugar, con la crítica, con muchos años sin poder tener hijos, con estrés familiar y aún con el mandato de Dios de que el joven Isaac debía ser sacrificado.

3. *Crisis existenciales.* Este tipo de crisis puede coincidir con los otros dos, pero ocurre cuando nos vemos enfrentados con verdades perturbadoras, muchas veces acerca de nosotros mismos – “Soy un fracaso, no obtuve el ascenso”; “Mi vida no tiene propósito”; “Soy muy viejo para alcanzar las metas que tenía en mi vida”.

Cuando las personas preguntan sobre el por qué de sus crisis es difícil, si no imposible, dar una respuesta definitiva. Sabemos que las crisis pueden ser experiencias de aprendizaje que moldean el carácter, nos enseñan acerca de Dios y Sus recursos, y estimulan el crecimiento. Sin embargo, puede ser que nunca lleguemos a conocer las razones fundamentales de las crisis específicas de la vida mientras vivamos en esta tierra.

### **Intervención de Crisis**

La intervención de crisis es una manera de proveer ayuda emocional inmediata y temporal a las víctimas de traumas físicos y psicológicos. Hay varios objetivos en la consejería para el manejo de la crisis: Ayudar a la persona a hacer frente a la situación de crisis de manera efectiva y a regresar a su nivel normal de funcionamiento; disminuir la

ansiedad, el temor y otras inseguridades que pueden persistir durante la crisis y después que ésta ha pasado; enseñar técnicas de manejo de crisis para que la persona esté mejor preparada para anticipar y enfrentar crisis futuras; considerar las enseñanzas bíblicas respecto a la crisis para que la persona pueda aprender de ella y como resultado experimentar crecimiento personal.

Si bien es cierto que existen muchas diferencias entre los aconsejados, el consejero puede intervenir de varias maneras durante los tiempos de crisis: (1) Hacer contacto, (2) Reducir la ansiedad, (3) Enfocarse en los problemas, (4) Evaluar recursos – espirituales, personales e interpersonales, (5) Planificar una intervención, (6) Motivar a la acción, (7) Infundir esperanza y (8) Dar seguimiento.

### **Referencia**

En los casos en que sea necesario hacer una referencia, es mejor referir a los aconsejados únicamente a profesionales que sean competentes y cristianos. Una vez hecha la referencia es bueno mantener un interés por el aconsejado, pero se debe recordar que ahora otra persona es la responsable de la consejería.

### **Evitando los Extremos**

Algunos consejeros creen que los problemas surgen por inseguridades y conflictos psíquicos internos. Entre los consejeros cristianos, el debate acerca de las causas y curas de los problemas personales con frecuencia se centra en torno a la fisiología, la teología y la demonología.

1. *Fisiología.* ¿Hasta qué punto los problemas de personalidad y los desórdenes psicológicos son causados por desequilibrios químicos, mal funcionamiento glandular, influencias genéticas, enfermedades u otros factores físicos?

2. *Teología.* ¿Son todos los problemas el resultado del pecado individual en la vida del aconsejado? Muchos consejeros y teólogos sostienen este punto de vista. Sin embargo, nosotros no asumimos que todos los problemas, ni que la mayoría de ellos, provienen principalmente de una conducta o pensamiento pecaminoso específico en la vida del aconsejado.

3. *Demonología.* Dentro de la iglesia siempre han existido aquellos que asumen que los problemas surgen de la influencia demoníaca y deben ser tratados por medio de exorcismo y de otras formas de batalla espiritual. Efesios 6 enseña claramente que los cristianos están en medio de una batalla espiritual. Sabemos que existen fuerzas demoníacas y que los agentes del diablo siguen activos hoy en día. C.S. Lewis dice que hay dos errores opuestos en nuestras creencias acerca de los demonios. Uno es no creer en su existencia. El otro es creer en su existencia y sentir que todo lo que sucede es su culpa. Ambas posiciones son incorrectas. El consejero cristiano no debe caer en ninguna de estas trampas, pues si lo hiciera perjudicaría al aconsejado. Aceptamos la realidad de los poderes demoníacos, pero sabemos que Dios es más grande que las fuerzas de

Satanás; y aunque los demonios tienen la facultad de afligir al pueblo de Dios e incluso provocar tensiones y conflictos interpersonales, su poder es limitado y serán finalmente derrotados.

### **Mirando hacia el Futuro**

La consejería tradicional se ha dividido en tres áreas: correctiva, preventiva y educativa. La consejería correctiva consiste en ayudar a las personas a hacer frente a los problemas existentes de la vida. La consejería preventiva busca evitar que los problemas se agraven o incluso prevenir que ocurran. La consejería educativa consiste en la enseñanza de principios de salud mental a grupos grandes por parte del consejero. Aunque la consejería correctiva no va a desaparecer, la iglesia hace énfasis en la consejería preventiva y educativa para ayudar al individuo a encontrar salud espiritual y mental. Nuestro estudio continuará reflejando los tres enfoques: (1) transmitir un entendimiento de cada área problemática, (2) presentar lineamientos para ayudar a aquellos que están experimentando problemas y (3) sugerir maneras de educar a los cristianos para poder evitar los problemas en el futuro.

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 3- PREGUNTAS DE ESTUDIO**  
**La Comunidad y la Consejería**

1. ¿Qué se entiende por la *perspectiva ecológica* de la consejería?
2. ¿En qué consiste el enfoque de consejería comunitaria?
3. ¿Cuáles son tres cosas que el consejero comunitario debe aprender?
4. ¿Cuándo es la consejería cristiana una contradicción?
5. ¿Cuál es una excelente manera en que nuestra sociedad puede lograr avances significativos en la prestación de servicios de salud mental?
6. ¿Cuáles son cuatro influencias del entorno en la consejería?
7. ¿Cuáles son los dos caracteres que componen el término chino que se traduce como “crisis” y qué significa cada uno?
8. ¿Cuáles son los tres tipos de crisis?
9. ¿Qué provee la intervención de crisis?
10. ¿Cuáles son las tres áreas de la consejería tradicional y en qué consiste cada una?

## CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204 LECCIÓN 4 – GUÍA DE ESTUDIO

### La Crianza de los Niños, la Orientación a los Padres y la Adolescencia

**Libro de Texto:** Consejería Cristiana Efectiva. Autor: Dr. Gary Collins, Ph.D.

**Texto Complementario:** Capacitado para Orientar. Autor: Dr. Jay Adams

Una joven pareja esperaba el nacimiento de su primer hijo, por lo que se dedicaron a leer gran cantidad de libros sobre la crianza de los niños, y también le escribieron a un reconocido psicólogo para pedir su consejo. El psicólogo respondió: “Lean todos los libros cuidadosamente, y cuando hayan terminado, tírenlos todos y hagan lo que iban a hacer en primer lugar”. Éste probablemente es un buen consejo. En Su infinita sabiduría, Dios escogió encomendar la tierna vida de los niños a la guía de adultos (incluyendo algunos adultos muy inmaduros) que tienen poca o ninguna experiencia en la crianza de los niños, y que se enfrentan a una gran variedad de retos y, posiblemente, a una variedad aún mayor de libros sobre la crianza de los hijos. Algunos padres devoran estos libros e incluso les escriben a los autores, en un intento por ser mejores padres y madres. Otros padres ignoran el consejo de los profesionales y tratan de hacer “lo que les parece natural”. Probablemente el mejor enfoque es el de reunir información y motivación de los libros y de otros padres más experimentados, y luego, *con la ayuda divina*, tratar de hacer el mejor trabajo posible en la tarea de instruir a los niños en su camino.

En algunas ocasiones el consejero cristiano debe brindar consejería a los niños directamente, pero el énfasis se da con mayor frecuencia en la *orientación para los padres*. Ésta consiste en la tarea de ofrecer a los padres ánimo, información, consejo, aclaración, apoyo u otro tipo de ayuda que indirectamente beneficiará al niño. La orientación a los padres reconoce que los padres pueden influenciar la vida de los niños de manera más profunda que cualquier consejero. Por lo tanto, establece una alianza de trabajo y cooperación entre los padres y el consejero, quienes se interesan en el bienestar y en el sano desarrollo del niño.

Literalmente, se han sido escrito miles de libros acerca de los niños y la crianza de los hijos. Freud, Erickson, Piaget, Fowler, Driekurs, Gesell, Spock y muchos otros han elaborado teorías del desarrollo infantil. Autores cristianos como James Dobson, Kevin Leman, Grace Ketterman y Ross Campbell están entre los muchos escritores y conferencistas que han ofrecido orientación para ayudar a los padres con sus problemas en la crianza de los niños. Innumerables estudios han investigado las habilidades y la maduración psicológica de los niños en desarrollo, mientras que otras investigaciones se han dedicado al estudio del mal funcionamiento físico, el retardo psicológico y la patología infantil. La pediatría, reconocida especialidad médica, ha sido complementada por la psiquiatría infantil, la psicología infantil y otras especialidades relacionadas.

## La Biblia y la Crianza de los Niños

Poco después de la creación Dios instruyó a Adán y Eva con estas palabras: “fructificad y multiplicaos”. A diferencia de la mayoría de los mandatos divinos, éste fue obedecido y rápidamente el mundo se llenó de gente. En los tiempos del Antiguo Testamento una familia numerosa era considerada una fuente de bendición especial de parte de Dios, mientras que el no tener hijos era visto con desaprobación. En Sus enseñanzas, Jesús prestó atención especial a los niños y alabó su sencillez y su confianza. La enseñanza bíblica con respecto a los niños y a la orientación para los padres se puede dividir en dos categorías: comentarios sobre los niños y comentarios sobre los padres y la tarea de crianza.

1. *Niños*. En la Biblia los niños son vistos como regalos de Dios que pueden traer tanto alegría como dolor. Los niños deben ser amados, honrados y respetados como personas, pero también tienen el deber de honrar y respetar a sus padres, amarlos, escucharlos y ser obedientes. Sin embargo, si los padres demandan obediencia en algo que va en contra de las enseñanzas bíblicas, se debe recordar que las leyes de Dios siempre tienen prioridad sobre la instrucción humana.

2. *Padres*. Padres y madres tienen la responsabilidad de modelar una conducta cristiana madura, amar a sus hijos, atender sus necesidades, instruirlos y disciplinarlos justamente.

Desde la perspectiva bíblica, la crianza de los niños incluye cuatro aspectos muy importantes: (1) Prestar atención a los mandamientos de Dios, (2) Obedecer los decretos y mandamientos de Dios, (3) Amar al Señor de todo corazón, y (4) Instruir a nuestros hijos. La instrucción se debe llevar a cabo de cuatro maneras – diligente, repetida, natural y personalmente.

### Las Causas de los Problemas en la Crianza de los Niños

Varios temas aparecen repetidamente en las discusiones acerca de las causas de los problemas en la crianza de los niños: (1) Descuido o abuso de lo espiritual, (2) Inestabilidad en el hogar, (3) Abuso psicológico, (4) Necesidades insatisfechas, (5) Influencias físicas (incluyendo retardo mental y síndrome de déficit atencional), y (6) Otras influencias, tales como experiencias traumáticas tempranas, rechazo por parte de compañeros, enfermedades serias o muerte, y la frustración o el fracaso.

Padres y consejeros se preguntan si es posible criar a un niño exitosamente y sin el desarrollo de problemas severos. Quizás *sea* cierto que todos somos heridos en el camino a la vida adulta.

Sin embargo, al considerar estos aspectos, hay dos hechos que se deben tener en cuenta. *Primero*, al parecer la mayoría de los niños crecen de manera normal a pesar de los errores y fracasos de los padres. Las situaciones difíciles en el hogar no siempre producen niños problemáticos. *Segundo*, en ocasiones surgen problemas aunque no hay

falta por parte de los padres. Comprender esto puede ser una fuente de ánimo y de desafío para los padres de niños problemáticos.

### **Los Efectos de los Problemas en la Crianza de los Niños**

Cuando surgen problemas entre padres e hijos, éstos pueden tener influencia sobre los padres y sobre los niños, y en ocasiones pueden dar lugar a patologías infantiles.

1. *Efectos en los padres.* Es difícil tener hijos que resultan ser diferentes de lo que los padres habían esperado. Con frecuencia padres y madres sienten – con o sin evidencia válida – que los problemas que presentan los niños son un monumento a la incompetencia de los padres.

2. *Efectos en los niños.* Cuando hay problemas entre padres e hijos, en ocasiones los niños actúan de manera similar a los padres. Ira, hostilidad hacia los padres y otros miembros de la familia, culpa y temor, son efectos que pueden presentarse en los niños.

3. *Efectos patológicos.* Algunas veces se desarrollan alteraciones más severas que indican la existencia de problemas en los niños, y algunas de ellas (no todas) indican que hay problemas en el hogar. Aún cuando la relación entre padres e hijos es buena, estas condiciones causan tensión en la familia y con frecuencia indican la necesidad de consejería. Todos estos efectos son tratados por médicos, psicólogos, educadores y otros profesionales capacitados para atender los problemas de los niños. A menos que el consejero cristiano sea especialista en alguna de estas áreas, por lo general buscará consultar con un profesional o referirá al niño y sus padres a un especialista en desórdenes infantiles.

### **La Consejería y los Problemas en la Crianza de los Niños**

Al trabajar con problemas en los niños, los consejeros cristianos tienen tres responsabilidades: (1) aconsejar a los niños, (2) aconsejar a los padres, y (3) hacer referencias cuando la situación lo amerita. Según el caso, puede ser necesario cumplir con una, dos, o con las tres responsabilidades.

1. *Aconsejando a los niños.* Los consejeros infantiles deben recordar el hecho obvio, pero muchas veces olvidado, de que los niños son personas. Los niños tienen sentimientos, necesidades e inseguridades. A veces tratan de manipular a los adultos, pero responden al amor y la firmeza. Los niños necesitan ser tratados con sensibilidad, empatía, calidez, consideración y con un respeto que no los trate con desdén ni les transmita un sentido de superioridad por parte de los adultos. También se debe recordar que la consejería infantil casi siempre se lleva a cabo en conjunto con la consejería de los padres.

2. *Aconsejando a los padres.* Cuando se aconseja a niños es muy importante trabajar también con los padres, pues la consejería puede ser socavada rápidamente por padres que no desean cooperar o que están mal informados. En ocasiones la mejor

manera de ayudar al niño es ayudar a toda la familia a funcionar mejor. Hay varios lineamientos para trabajar con los padres, independientemente de cuál sea el problema específico. Estos lineamientos incluyen: (1) Valorar la posición de los padres, (2) Utilizar varios enfoques, (3) Ser sensible a las necesidades de los padres, (4) Estar consciente de la dinámica familiar, (5) Modelar el rol de los padres, y (6) Reconocer que usted, como consejero, es prescindible. El consejero es el facilitador en el proceso de promover la madurez y una relación centrada en Cristo entre los miembros de la familia. Alguien ha dicho que un padre efectivo es el consejero más importante del niño. Si esto es cierto, entonces una manera muy efectiva de ayudar a los niños es enseñar a los padres cómo ayudar a sus hijos e hijas. Esta enseñanza se conoce como terapia filial.

Teológicamente, la familia es realmente la Iglesia en miniatura. Los asuntos que son de interés para la Iglesia (el evangelismo, la educación cristiana, la enseñanza de estándares morales y de compasión, la ayuda a los jóvenes para comprender el significado de la vida y la muerte) son asuntos que los padres también deben enfrentar al criar a sus hijos. El consejero cristiano debe estar dispuesto a plantear y discutir éstos y otros asuntos teológicos y morales.

Psicológicamente, hay varios aspectos que surgen comúnmente al aconsejar a los padres. Éstos son: (1) La necesidad de comprensión, (2) Las familias deberían recibir ayuda en cuanto a la comunicación, y (3) El manejo de la conducta es de interés para muchos padres.

### **Previendo Problemas en la Crianza de los Niños**

En toda nuestra sociedad no hay institución que pueda compararse a la Iglesia en su potencial para ejercer influencia sobre la niñez, la crianza de los hijos y el desarrollo familiar. Familias enteras asisten a la iglesia. Los padres traen a sus bebés para ser dedicados y muchos asisten regularmente a los servicios de iglesia y a las clases de escuela dominical, en busca de compañerismo y ayuda espiritual en tiempos de necesidad. La iglesia puede prevenir los problemas familiares de muchas maneras a través de su influencia en la crianza de los niños. La iglesia provee capacitación espiritual, enriquecimiento matrimonial, y capacitación y motivación para los padres.

Hay que recordar que, si bien es cierto que la crianza de los hijos es una responsabilidad muy seria, todos los padres cometen errores, y aquellos padres que son demasiados rígidos o estrictos probablemente crean problemas debido a su ansiedad e inflexibilidad. Un hombre fue invitado para hablar a un grupo de adolescentes, por lo que le preguntó a su hija qué debía decir. La hija le respondió: “Diles que tengan paciencia, porque sus padres están aprendiendo cómo criar chicos”.

### **La Adolescencia**

Todos hemos sido adolescentes y la mayoría de nosotros puede recordar aquellos años estresantes y emocionantes a la vez, cuando atravesamos esa etapa de la vida que un

psiquiatra ha llamado “la fase más confusa, desafiante, frustrante y fascinante del desarrollo humano”.

La palabra “adolescencia” significa un “período de crecimiento hacia la madurez”. Se inicia con la pubertad (el inicio de la última etapa de crecimiento corporal y de la maduración sexual) y se extiende hasta los diecinueve años o principios de la década de los veinte. Algunos han descrito la adolescencia como un período de grandes alteraciones caracterizado por la rebeldía, la agitación constante y turbulentos períodos de tensión. Muchos estudios e investigaciones han confirmado que la adolescencia es un período de rápido crecimiento y cambios constantes; sin embargo, probablemente sea cierto que “vistos como un todo, los adolescentes *no* están confundidos, *no* están profundamente perturbados, *no* se encuentran a merced de sus impulsos, *no* se oponen a los valores de sus padres, *no* son políticamente activos, y *no* son rebeldes”. Un estudio realizado con adolescentes demostró que la gran mayoría de ellos se encontraba libre de problemas; sólo alrededor de un 15% estaba plagado de problemas y confusión.

Usualmente la adolescencia se divide en tres períodos: la *preadolescencia* – que se inicia alrededor de los diez u once años y continúa al menos por dos años más; la *adolescencia media* – el período entre los catorce y los dieciocho años, cuando los jóvenes cursan la secundaria; y la *post-adolescencia* – el período que se extiende desde los dieciocho o diecinueve años hasta el inicio de la década de los veinte.

La fase de la *preadolescencia* ha venido cambiando y durante los últimos cien años se ha observado un descenso constante en la edad en la que se ubica el inicio de la adolescencia.

En la fase de la *adolescencia media* hay pocos cambios físicos, pero el adolescente debe adaptarse a su nueva identidad como persona con un cuerpo de adulto. Durante este período tres influencias se tornan importantes: el sexo, las drogas y los vehículos de motor. Cada una de estas influencias está relacionada con la presión de grupo, los cambios físicos, las inseguridades y las luchas de los adolescentes por encontrar su identidad.

Al llegar a la fase de la *post-adolescencia*, una vez terminada la secundaria, los jóvenes no son niños ni adultos, y necesitan responder cuatro preguntas cruciales durante este período de la vida: (1) La pregunta sobre su identidad – ¿Quién soy yo? (2) La pregunta sobre las relaciones – ¿Cómo me relaciono con los demás? (3) La pregunta sobre el futuro – ¿Cuál es mi lugar? y (4) La pregunta sobre su ideología – ¿En qué creo yo? Con demasiada frecuencia la sociedad y las personas mayores aportan poco en cuanto a valores claros y ayuda práctica. De ahí que no resulte sorprendente el hecho de que muchos adolescentes luchan con sentimientos de un vacío interno, de confusión, tensión interpersonal y ansiedad.

## La Biblia y la Adolescencia

La Biblia habla de los jóvenes. El autor de Eclesiastés le aconseja a los jóvenes que sean felices, que disfruten la vida, que hagan todo lo que deseen, pero les recuerda que deberán rendir cuentas a Dios de todo lo que hagan. En la Biblia los jóvenes son descritos como visionarios, fuertes, capaces de incorporar la Palabra de Dios a sus vidas, capaces de vencer a Satanás, sumisos a sus mayores, con dominio propio e instruidos para humillarse “bajo la poderosa mano de Dios, para que él os exalte cuando fuere tiempo; echando toda vuestra ansiedad sobre él, porque él tiene cuidado de vosotros”. Estas pocas frases, al igual que las enseñanzas de toda la Biblia, pueden ser útiles para los consejeros que trabajan con jóvenes que están luchando con la adolescencia.

### Las Causas de los Problemas en la Adolescencia

Si padres, maestros y consejeros buscamos lo peor de los adolescentes y esperamos lo peor de ellos, puede ser que lleguemos a ver lo peor y que sutilmente impulsemos a los adolescentes a involucrarse en aquellas conductas que más tememos y que esperamos que ellos eviten. La sociedad adolescente cambia rápidamente y la mayoría de los adultos se encuentran “desconectados” de los adolescentes contemporáneos. Sin embargo, a pesar de los cambios, hay varios aspectos que persisten y causan problemas a los adolescentes, independientemente de la época en que viven.

1. *Cambios físicos.* Investigaciones recientes sugieren que los adolescentes, como grupo, no tienen buena salud: muchos están fuera de forma, tienen sobrepeso, presentan una mala condición física, y son víctimas de la falta de ejercicio o de hábitos nutricionales deficientes. Todo esto puede conducir a problemas de ajuste social y a sentimientos de rechazo.

2. *Cambios sexuales.* A pesar de que los jóvenes están a la expectativa de los cambios sexuales de la adolescencia, la mayoría de ellos experimenta ansiedad por los cambios físicos en su cuerpo, los crecientes impulsos eróticos internos y la confusión sobre la conducta sexual. Nuestra sociedad se caracteriza por la libertad sexual, el fácil acceso a películas sexualmente explícitas y eróticamente provocativas, la renuencia de los padres a dar una educación sexual clara a sus hijos, y abundantes oportunidades para involucrarse en situaciones de experimentación sexual impulsiva. Todo esto puede conducir a una pérdida del dominio propio, sentimientos de culpa, embarazos y traumas emocionales.

3. *Cambios interpersonales.* La adolescencia es una época en la que se dan cambios en las relaciones con los padres, los compañeros y con otras personas en la sociedad. Cuando no hay una orientación clara por parte de los padres, o cuando el mundo interno y el mundo externo parecen ambos ser inestables, los adolescentes por lo general se sienten confundidos, ansiosos y enojados.

4. *Cambios en los valores, los principios morales y las creencias religiosas.* Antes de la adolescencia los niños aceptan los estándares establecidos por los padres sin cuestionarlos ni desafiarlos. Sin embargo, conforme van creciendo, los adolescentes comienzan a cuestionar los puntos de vista de los padres, y los amigos comienzan a tener mayor influencia en la definición de creencias y valores. Muchas veces los adolescentes no reciben ayuda en el proceso de clarificación de valores, con excepción de la ayuda de sus amigos, quienes experimentan las mismas luchas y la misma confusión. Las dudas religiosas, la disminución de la participación en actividades de la iglesia y el interés en otra fe (al menos temporalmente) son situaciones comunes en la adolescencia, para angustia de los padres y los líderes de la iglesia.

5. *El avance hacia la independencia.* La adolescencia, como hemos visto, es un período de crecimiento hacia la madurez. Conscientes de que ya no son niños, los adolescentes quieren grandes dosis de libertad, pero la manejan mejor en dosis pequeñas que van aumentando lentamente. Un viejo refrán dice que para los padres es más fácil dar raíces a sus hijos que darles alas.

6. *Adquisición de destrezas y desarrollo de la auto-estima.* De acuerdo con James Dobson, los adolescentes no se sienten bien consigo mismos a menos que posean atractivo físico, inteligencia (que en ocasiones se traduce en habilidad académica) y dinero.

7. *Preocupación por el futuro.* La post-adolescencia ha sido llamada un período de “moratoria psicosocial” en el que los jóvenes tienen la libertad de reagruparse psicológica y socialmente mientras tratan de encontrar su nicho en la sociedad.

### **Los Efectos de los Problemas en la Adolescencia**

Aunque la mayoría de los adolescentes *efectivamente* crece y tiene una vida adulta relativamente normal (a veces para el asombro de sus preocupados padres), las presiones de la adolescencia pueden dejar su huella en algunas personas. Las inseguridades y los sentimientos de culpa, inferioridad, soledad y rechazo de la adolescencia pueden persistir aun durante la vida adulta; a muchas personas los problemas de la adolescencia continúan afectándoles por largo tiempo aun después de haberse convertido en adultos. Algunos de estos problemas de la adolescencia son: (1) Ocultar los problemas – algunos adolescentes luchan solos con sus problemas y buscan la soledad, se distancian, se alejan de los amigos, etc. (2) Reaccionar ante los problemas – con frecuencia los adolescentes reaccionan ante los problemas en formas que no son aprobadas socialmente y que tienen el efecto de oponerse a los padres y afirmar su independencia. Algunas veces esto se manifiesta en formas como consumo de alcohol o drogas, mentira, robo, crimen, conducta de “pandilla” y otras formas de delincuencia o rebeldía. (3) Huir de los problemas – cada año un gran número de adolescentes, mayormente mujeres entre los quince y los diecisiete años de edad, huyen de casa. Por lo general estos jóvenes se sienten frustrados en el colegio, son incapaces de comunicar su frustración, tienen conflictos con sus padres, tienen una baja autoestima, o son víctimas de familiares abusivos. Otros se alejan del mundo a través de las drogas y el alcohol.

Otros intentan alejarse a través del suicidio. (4) Enfrentar los problemas – no todos los adolescentes ocultan, reaccionan o huyen de sus problemas. Muchos adolescentes enfrentan los desafíos, hablan de sus problemas con amigos o con adultos de confianza, leen acerca del estrés en la adolescencia, reaccionan al fracaso poniendo más empeño la próxima vez, aprenden de sus errores y pasan la época de la adolescencia de forma relativamente tranquila. Estos jóvenes y sus padres podrían beneficiarse de una consejería preventiva, educativa y de apoyo, pero rara vez necesitan buscar ayuda. Por lo general los consejeros cristianos tratan con adolescentes cuyos problemas de ajuste son más perjudiciales para sí mismos, sus familias y la sociedad.

### **La Consejería y los Problemas de la Adolescencia**

Hay dos maneras de atender los problemas de los adolescentes – una es aconsejar al adolescente y la otra es ayudar a los padres. En ambos casos el consejero debe demostrar que tiene un amplio entendimiento de las luchas que experimentan los adolescentes y un conocimiento de los tipos de tensiones que se acumulan dentro del aconsejado así como dentro de su hogar. Los adolescentes y sus padres necesitan una persona sabia, cariñosa y segura de sí misma que pueda proveer un refugio de calma y orientación en tiempos de fuerte conmoción.

En última instancia, el consejero cristiano busca ayudar a los jóvenes a crecer hacia la madurez y a convertirse en adultos que honran a Cristo con su estilo de vida, sus creencias, su serenidad interior y sus relaciones interpersonales. Para ayudar al aconsejado a alcanzar esta meta es necesario enfocarse en los problemas presentes y más inmediatos. Algunas veces esto se logra guiando al aconsejado mientras éste va cambiando su manera de pensar, sus percepciones y su conducta. Hay ocasiones en las que el consejero sugiere una consejería de grupo. Esta técnica puede ser de especial ayuda para los adolescentes que tienen problemas interpersonales, que tienden a distanciarse o que tienen problemas que otros también comparten, tales como abuso familiar, un padre alcohólico o un pariente con una enfermedad terminal. Las relaciones y el compartir mutuo que se da en la consejería grupal pueden brindar apoyo y enseñar a los adolescentes la importante lección de cómo relacionarse con otros de manera efectiva. Con frecuencia esto los libera para avanzar hacia el crecimiento espiritual que trae respuestas definitivas a los problemas de la vida.

### **Previendo los Problemas de la Adolescencia**

Es un hecho conocido que los pollitos luchan para abrirse paso con el pico a través de la cáscara del huevo. Si un observador compasivo trata de ayudar rompiendo la cáscara, el pollito sale más rápido, pero no experimenta las luchas ni desarrolla la fuerza que lo preparan para enfrentar las tensiones de la vida.

En cierto modo los adolescentes son parecidos a los pollitos. Puede ser difícil y doloroso salir de los límites de la niñez, pero con cada desafío el adolescente puede ganar confianza, competencia y conocimiento, incluso cuando hay fracaso. Los padres y otros adultos compasivos a veces tratan de minimizar y prevenir los problemas, y de

proteger a los adolescentes de las presiones de la vida, pero esto no sólo es imposible, sino que resulta en una pobre formación para la vida. Por el contrario, deberíamos procurar ayudar a los jóvenes a madurar sin las consecuencias dolorosas e innecesarias que tienen lugar cuando hay irrespeto de la ley, inmoralidad sexual, alteraciones emocionales severas, incapacidad de tener un buen desempeño académico, conflictos interpersonales, o pérdida de la fe. Hay varias maneras en que los consejeros y otros líderes cristianos pueden ayudar a los padres a prepararse para la adolescencia, así como ayudar a los jóvenes a madurar sin caer en las dolorosas trampas de los años de la adolescencia. Estos objetivos se logran por medio de: (1) la construcción de un fundamento espiritual, (2) la educación, (3) el ejemplo y la estabilidad familiar, (4) el apoyo interpersonal y (5) la orientación.

No es fácil ser adolescente, ni ayudar a los jóvenes a través de sus años de adolescencia, pero debemos tener en mente que la mayoría de los jóvenes llegan a la edad adulta en condiciones notablemente buenas. En vez de tratar de forzar a los adolescentes a encajar dentro de moldes preconcebidos, nuestra tarea como consejeros y padres es ayudarles a crecer hacia la madurez personal cristiana. Pocas tareas pueden ser más importantes, desafiantes y gratificantes.

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 4- PREGUNTAS DE ESTUDIO**  
**La Crianza de los Niños, la Orientación a los Padres y la Adolescencia**

1. Desde la perspectiva bíblica, ¿cuáles son cuatro aspectos que incluye la crianza de los hijos?
2. ¿De qué maneras se debe llevar a cabo la instrucción?
3. ¿Cuáles son seis causas comunes de los problemas en la crianza de los hijos?
4. ¿Cuáles son tres responsabilidades que los consejeros cristianos tienen al trabajar con problemas en los niños?
5. ¿Cuáles son seis lineamientos generales para trabajar con los padres, independientemente de cuál sea el problema específico?
6. ¿Qué se entiende por *terapia filial*?
7. ¿Cómo puede la iglesia prevenir los problemas familiares a través de su influencia en la crianza de los hijos?
8. ¿Qué se entiende por el término “adolescencia”? ¿Cuándo se inicia y cuándo concluye este período?
9. ¿Cuáles son los tres períodos de la adolescencia y qué edades abarca cada uno?
10. ¿Cuáles son cuatro preguntas cruciales que los jóvenes deben responder antes de entrar a la vida adulta?

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 5 – GUÍA DE ESTUDIO**  
**El Adulto Joven, la Mediana Edad y el Adulto Mayor**

**Libro de Texto: Consejería Cristiana Efectiva. Autor: Dr. Gary Collins, Ph.D.**  
**Texto Complementario: Capacitado para Orientar. Autor: Dr. Jay Adams**

**El Adulto Joven**

Los adultos jóvenes constituyen una tercera parte de nuestra población y la mayoría son padres de niños pequeños. Constituyen una buena parte de la fuerza laboral, así como un grupo con influencia política y poder de compra masivos – de lo cual están conscientes los analistas de mercado. Los adultos jóvenes ocupan una posición intermedia entre los adultos de mediana edad y los adolescentes que tanta atención atraen de los medios, y aunque tienen sus propios problemas y necesidades particulares, son el grupo de edad más olvidado por los autores de libros de psiquiatría, psicología y consejería. Esta primera etapa de la edad adulta se extiende desde los dos o tres años previos al inicio de la década de los veinte hasta el fin de la década de los treinta. Ha sido descrita como un tiempo de rica satisfacción en términos de amor, sexualidad, vida familiar, realización profesional, creatividad y consecución de los principales objetivos de la vida; pero también puede ser un tiempo de intensa tensión.

La edad adulta temprana se divide en cuatro períodos, cada uno de los cuales tiene una duración de cinco a siete años. La edad adulta temprana se inicia con lo que se conoce como *la transición hacia el adulto joven*, que tiene lugar entre los diecisiete y los veintidós años de edad. Al avanzar desde la adolescencia hacia la edad adulta, en este punto de la vida los jóvenes toman decisiones acerca del futuro. Las decisiones son difíciles, la separación de los padres puede ser dolorosa, pero para la mayoría este es un tiempo desafiante, emocionante, difícil y atemorizante – todo a la vez.

Cuando los jóvenes llegan a la edad de veintiún años, se encuentran a sí mismos entrando al mundo de los adultos con la necesidad de tomar decisiones prácticas. A menudo hay toda una variedad de alternativas para explorar y en ocasiones las decisiones se toman de manera muy apresurada o con base en las circunstancias, lo cual se lamenta después.

La *transición hacia los treinta* se inicia alrededor de los veintiocho años y se extiende hasta los primeros años de la década de los treinta. Para muchas personas este es un tiempo de evaluación, en el que las escogencias del pasado son examinadas y a veces modificadas. Entre los treinta y tres y los cuarenta años de edad la mayoría de los individuos atraviesa un período de *establecimiento*. La vida en la década de los treinta siempre es diferente de lo que era una década antes. Las demandas de la familia, la comunidad y el trabajo están en su punto más alto. Durante este período, al menos en nuestra sociedad, a menudo hay una fuerte competencia por el progreso profesional y económico, y muchas personas desarrollan una preocupación creciente por lograr una mayor autonomía, independencia y auto-suficiencia.

Es una estadística bien conocida que muchos adultos jóvenes se alejan de la iglesia durante los años que siguen a la secundaria y más tarde regresan, cuando se convierten en padres. Muchas iglesias tienden a pasar por alto los desafíos de los adultos jóvenes.

### **La Biblia y el Adulto Joven**

Aunque en la Biblia no se menciona a los adultos jóvenes específicamente por este nombre, muchos de los problemas y preocupaciones de este grupo de edad son mencionados frecuentemente. La ansiedad, el desánimo, el matrimonio, el sexo, la administración del dinero, la profesión, las relaciones entre padres e hijos, la tentación y el crecimiento espiritual son temas mencionados en la Biblia que son de especial interés para las personas durante los primeros años de la edad adulta.

### **Las Causas de los Problemas del Adulto Joven**

Los desafíos de los primeros años de la edad adulta se pueden agrupar en cuatro categorías principales, cada una de las cuales puede convertirse en fuente de problemas para los adultos jóvenes.

1. *Competencia.* La mayor parte de la niñez se pasa aprendiendo las destrezas necesarias para sobrevivir y tener buenas relaciones con los demás. Conforme vamos creciendo aprendemos cómo estudiar, cómo resolver problemas, cómo manejar el estrés y las emociones como el enojo o la ansiedad, y cómo relacionarnos con nuestros padres y compañeros. Muchos fracasos personales se dan porque no hemos aprendido las destrezas necesarias para funcionar bien en esta cultura compleja en la que vivimos. Si las personas quieren vivir exitosamente como adultos, deben continuar desarrollando competencias en distintas áreas de destreza – destrezas físicas e intelectuales, destrezas para la resolución de conflictos y la auto-administración, destrezas emocionales, espirituales e interpersonales.

2. *Independencia.* El adulto joven necesita desarrollar un sentido de autonomía. El desafío de llegar a ser independiente involucra al menos cuatro tareas que se deben realizar de manera continua y simultánea: desarrollar la auto-suficiencia, construir una identidad, definir valores y aprender a valerse por sí mismo de manera efectiva.

3. *Intimidad.* Nadie es totalmente independiente ni completamente libre de otros seres humanos. El individuo que avanza hacia la madurez procura desarrollar una interdependencia saludable. Confía en sus habilidades para funcionar por sí mismo, pero a la vez se permite necesitar y ser necesitado por otros. Las personas en nuestra vida se pueden dividir en tres grupos – conocidos, amigos y amigos íntimos.

4. *Dirección.* Hay dos decisiones principales que el adulto joven debe tomar si quiere atravesar este período sin contratiempos. Debe escoger una profesión y tomar una decisión en cuanto al matrimonio.

Estos desafíos del adulto joven – competencia, independencia, intimidad y dirección – pueden ser emocionantes y al mismo tiempo pueden ser causa de problemas. Cuando los consejeros entienden los desafíos que enfrenta la gente joven, están mejor preparados para brindar la orientación y la ayuda que las personas necesitan durante la tercera y cuarta décadas de su vida.

### **Los Efectos de los Problemas del Adulto Joven**

¿Qué sucede cuando alguien empieza el largo camino de la edad adulta temprana y tropieza? La mayoría de las personas se levantan y continúan, pero para cuando alcanzan la mediana edad muchos están luchando con los fracasos del pasado, enfrentando desilusiones acerca de la vida, y pasando un tiempo complicado y doloroso de reevaluación de su vida. Cuando los jóvenes atraviesan esta etapa necesitan mantener varias opciones abiertas, enfocar su atención primordialmente en una o dos, y dejar las demás para el futuro. De lo contrario, el joven podría verse abrumado por las presiones y los conflictos que parecen surgir con una intensidad especial durante esta época de la vida.

### **Aconsejando al Adulto Joven**

Este grupo de edad en particular presenta problemas de depresión, incertidumbre profesional, ansiedad, conflictos interpersonales y otros problemas que no se limitan a un único grupo de edad. Sin embargo, si se comparan con personas de mayor edad, los adultos jóvenes por lo general son más flexibles, entusiastas y dispuestos a cambiar, y se sienten menos amenazados por la idea de la consejería. El enfoque de tres partes recomendado para ayudar a las personas a cambiar consiste en: (1) Toma de conciencia – No es probable que las personas cambien mientras no tengan una clara conciencia de su problema. (2) Alternativas – Se debe seleccionar una o dos estrategias que se puedan probar y luego se debe evaluar cuidadosamente. (3) Aceptación – Al ir aprendiendo nuevas destrezas, el aconsejado necesita trabajar, con la ayuda de Dios, para efectuar cambios en su vida.

### **Previendo los Problemas del Adulto Joven**

La investigación ha calificado las décadas de los años veinte y treinta como la época más abundante y a la vez más estresante del ciclo de vida. Sin embargo, hay mucho que se puede hacer para reducir el estrés excesivo y facilitar el cumplimiento de las tareas de desarrollo tales como encontrar un trabajo y un ambiente para vivir en los que el desarrollo personal y profesional pueda ser estimulado y no obstaculizado. Cuando hay problemas, en ocasiones la mejor terapia puede ser ayudar al adulto joven a cambiar de ambiente. Existen al menos otros cinco enfoques preventivos, llamados terapias preventivas:

1. *Educación y Motivación* – Las clases de orientación en la universidad, las clases de Escuela Dominical, los grupos de estudio bíblico, y otros grupos donde los

jóvenes pueden recibir recomendaciones para manejar la presión, proveen oportunidades para la discusión, la interacción y el aliento mutuo entre compañeros.

2. *Más Mentoreo.* Es un mito concluir que las personas deben tener mentores para tener éxito, pero hay evidencia abundante de que el mentoreo puede ser muy beneficioso.

3. *Desarrollo de los Sueños.* Para convertir los Sueños (aquellas posibilidades imaginadas que generan emoción y vitalidad) en realidad, el adulto joven debe pensar, planificar y efectuar acciones paso por paso para alcanzar sus metas. Este proceso se inicia cuando uno se pregunta “¿Qué me gustaría estar haciendo en diez años?” “¿Es esto lo que Dios quiere que haga?” “¿Qué pasos debo dar para realizar mi Sueño?” Cuando el adulto joven trabaja hacia la realización de un Sueño tiene menos probabilidad de desarrollar patrones de vida frustrantes o auto-destructivos.

4. *Paciencia de los Padres.* No es fácil para los padres de adultos jóvenes ver a sus hijos tropezar mientras luchan con los problemas emergentes de la vida adulta. Los padres deben animar y apoyar a sus hijos, y darles una clara indicación de que están disponibles y dispuestos para conversar. Sin embargo, los padres deberían resistirse al impulso de rescatar a sus hijos adultos con ofrecimientos de dinero u otras provisiones que les permitirían evadir su responsabilidad.

5. *Apoyo Espiritual.* Un lema para todo consejero cristiano, incluyendo a los padres que aconsejan a sus hijos es: “La oración previene problemas potenciales”.

Los adultos jóvenes son ignorados en muchos libros de consejería; sin embargo esta es una etapa de crucial importancia en el desarrollo humano. En esta etapa de la vida puede haber problemas y a menudo se presenta la necesidad de buscar consejería; y ayudar adultos jóvenes puede ser una de las experiencias más gratificantes del consejero cristiano.

## **La Mediana Edad**

La mediana edad se define como el período que se extiende desde el final de la década de los años treinta hasta el final de la década de los cincuenta. Esta es una época en la que las personas tienen más libertad para dedicarse a otras cosas porque en gran medida han cumplido con las tareas de “criar a los niños, proteger el nido y ganar dinero y posición social”. Algunos definen la mediana edad como un tiempo en el que hay una conciencia creciente de que no todas las metas se podrán alcanzar, de que el tiempo se está agotando, y de que uno debe decidir si continúa avanzando en la misma dirección o si necesita hacer cambios antes de que sea demasiado tarde. Por lo tanto, la mediana edad puede tener significados distintos para diferentes personas. Alrededor de los cuarenta años de edad se inicia un período de vida caracterizado por el auto-examen, la reevaluación de creencias y valores, el ajuste a los cambios físicos, y la reconsideración del estilo de vida, el rumbo profesional y las prioridades.

## La Biblia y la Mediana Edad

El consejero cristiano encontrará gran ayuda en aquellos pasajes bíblicos que hablan acerca de los principales problemas que experimentan las personas de mediana edad – problemas de buenos y malos matrimonios, problemas de autoestima o de propósito en la vida, problemas en el trabajo o en la relación con los hijos y con padres que van envejeciendo, problemas de madurez espiritual, impaciencia, enfermedades físicas, decepciones y otros similares. Las enseñanzas y los principios bíblicos para la vida se aplican universalmente, pero los individuos – incluyendo a las personas de mediana edad – pueden requerir ayuda para entender cómo las Escrituras son relevantes para atender sus necesidades personales particulares.

### Las Causas de los Problemas en la Mediana Edad

La edad adulta ha sido considerada como una serie de fases, cada una con sus propios beneficios y responsabilidades. La fase de la mediana edad comienza alrededor de los cuarenta años e involucra un período de auto-examen y reevaluación. La mediana edad activa nuestras más profundas ansiedades respecto al deterioro físico y la muerte, y por lo general es considerada como un período transitorio definido primordialmente en términos negativos. El adulto de mediana edad ya no es joven, pero aún no es viejo. Al enfrentar los cambios y las realidades de la mediana edad, hay cuatro aspectos que determinan si éste será o no un tiempo de crisis. Estos aspectos son: situación, auto-percepción, apoyos y estrategias.

1. *Situación* – se refiere a la manera en la que uno ve la vida. ¿Tiene el individuo esperanza y un optimismo expectante de que las cosas van a mejorar, o hay desesperación y un sentimiento de estar atrapado?

2. *Auto-Percepción* – este aspecto es importante al responder estas preguntas: ¿Cómo es el adulto de mediana edad? ¿Posee las destrezas, la experiencia y la confianza para enfrentar las tensiones de la mediana edad?

3. *Apoyos* – este aspecto se refiere a los bienes financieros, la estabilidad laboral y las creencias religiosas de una persona, en conjunto con el apoyo de la familia y de amigos cercanos, mentores y compañeros de trabajo. Siempre que enfrentamos transiciones, incluyendo los cambios de la mediana edad, es de gran ayuda tener a nuestro alrededor personas que nos brindan apoyo.

4. *Estrategias* – son las técnicas que las personas utilizan para hacer frente a las situaciones de la vida. Las personas que enfrentan las situaciones de manera creativa y exitosa utilizan diversas estrategias. Son conscientes de que no existe una manera única, mágica y siempre exitosa de hacer frente al cambio.

Los problemas de la mediana edad puede tener una variedad de causas, pero éstas se pueden clasificar en cuatro categorías de cambios: (1) Cambios físicos: Al vivir en una sociedad que valora la juventud, muchos se resisten a aceptar los cambios físicos que

vienen con la mediana edad – canas, calvicie, deterioro de la piel, ojeras, menor flexibilidad en el movimiento, disminución del vigor y la fuerza física, pérdida de la apariencia juvenil y cambios en la estructura corporal. Todos estos cambios ocurren en la mediana edad y son recordatorios visibles de que estamos envejeciendo. (2) Cambios psicológicos: En la mediana edad el aprendizaje es más lento, la capacidad de memoria disminuye ligeramente y el pensamiento es menos flexible. Sin embargo, la persona de mediana edad posee más experiencia que la que tenía en años anteriores. Para muchos, esta etapa es “la flor de la vida”, cuando las personas se encuentran en el punto más alto de su influencia, creatividad, logros personales y capacidad económica. Cualesquiera que sean las circunstancias, la mediana edad puede ser un tiempo de aburrimiento y temor. Frecuentemente éstos provocan luchas en los aspectos paralelos de la vocación y el matrimonio, y la persona debe trabajar con estos dos aspectos si ha de lograr una resolución exitosa de los problemas de la mediana edad. (3) Cambios vocacionales: Independientemente de la vocación y del grado de éxito o fracaso que haya tenido una persona, es bueno recordar que toda línea de trabajo tiene sus características menos atractivas. Éstas se tornan más evidentes cuanto más permanecemos en un trabajo. Cuando nos sentimos aburridos, sin desafíos, relegados, presionados, o temerosos de fracasar, es más fácil experimentar enojo, decepción y desilusión. A menudo hay una lucha intelectual en torno a la decisión de permanecer en un trabajo seguro pero insatisfactorio, o renunciar y enfrentar el riesgo de encontrar algo mejor. (4) Cambios Matrimoniales y Familiares: Toda persona necesita trabajar y amar. Si no encontramos realización en estas áreas nuestra vida estará incompleta. (a) Hijos: Cuando los hijos dejan el hogar algunos padres se sienten deprimidos, vacíos e inclinados al sufrimiento. Otros padres experimentan un sentimiento de alivio, libertad y vigor renovado. Cuando los hijos se van, los padres deben enfrentarse uno al otro y evaluar de manera realista el estado de su matrimonio. (b) Padres Mayores: Los adultos de mediana edad se encuentran en lo que se ha llamado la generación “sándwich”, una etapa de la vida en la que se sienten atrapados y a veces divididos entre dos generaciones, una mayor y otra menor, las cuales necesitan ayuda y orientación. Esto puede crear una presión adicional en la mediana edad, además de los continuos recordatorios de que estamos envejeciendo. (c) Matrimonio: La mediana edad puede ser una etapa de la vida en la que hay tensiones inusuales en el matrimonio. En esta etapa muchos esposos y esposas concluyen que su matrimonio se encuentra en un estado de inestabilidad y de crisis matrimonial de mediana edad. Con frecuencia hay una disminución de la intimidad, de la afinidad de intereses y de la habilidad para comunicarse. Como resultado, algunas veces las parejas se resignan a una vida de aburrimiento matrimonial; otras optan por el divorcio, o llegan a descubrir que uno de los cónyuges (o ambos) se ha involucrado en una relación de adulterio. Hemos observado un incremento en la tasa de divorcios, no sólo entre parejas jóvenes, sino también entre parejas de mediana edad. Este es un verdadero problema dentro de nuestra sociedad, el cual afecta tanto a creyentes como a no creyentes. (d) Vida sexual: “¿Hay vida sexual después de los cuarenta años?” Algunos podrían concluir que una vida sexual satisfactoria después de los cuarenta es poco común; sin embargo, esto no se aplica a la relación amorosa de una pareja comprometida con Dios. La vida sexual después de los cuarenta y después de la menopausia no sólo es posible – puede ser mejor y más satisfactoria que en los primeros años de matrimonio.

Este énfasis en el matrimonio y la familia no debe ignorar el hecho de que las personas solteras también llegan a la mediana edad. Muchos de los desafíos particulares de la soltería, incluyendo el divorcio y las dificultades de ser padres solteros, se presentan en la vida de las personas que no están casadas e intensifican sus luchas durante la mediana edad. Por lo tanto, la etapa de la mediana edad afecta a cada persona – sea casada o soltera – de una manera única.

Los libros de consejería tienden a enfocarse en lo malo de la vida y se olvidan de mencionar lo bueno. Mientras que algunas personas luchan con los problemas a lo largo del camino de los cuarenta a los cincuenta, otros mantienen una actitud positiva a pesar de las tensiones que invaden nuestra vida.

### **El Adulto Mayor**

Es comúnmente aceptado (al menos por las personas más jóvenes) que la vejez se inicia entre los sesenta y los sesenta cinco años de edad. Algunos consideran el período de los veinte años siguientes como “vejez temprana”, y sugieren que las personas mayores de ochenta cinco años son “ancianos”. A la mayoría de profesionales les disgusta esta clasificación, porque no toma en cuenta que las personas envejecen a ritmos diferentes, tanto física como psicológicamente. Por ejemplo, entre las personas de sesenta cinco años de edad hay grandes diferencias en cuanto a salud, actitudes, habilidades, creencias, apariencia física, agilidad intelectual, madurez espiritual y capacidad para manejar estrés y para administrar su propia vida.

### **La Biblia y el Adulto Mayor**

Eclesiastés 12 es quizás la imagen bíblica más clara de la vejez, y aun si se le considera como la descripción más pesimista de la vejez jamás escrita, también es una descripción realista. Leemos que las personas no encuentran “contentamiento” en los años de la vejez. Los días pueden tornarse oscuros, las fuerzas fallan, a menudo no hay nada que hacer, la vista y el oído se deterioran, aumentan los temores, y se despierta una nueva conciencia de la cercanía de la muerte. Sin embargo, no todo es una “vanidad de vanidades” moderna. Toda persona, incluyendo el adulto mayor, puede encontrar significado en la vida cuando teme a Dios y guarda Sus mandamientos. Mientras que los jóvenes tienen fuerza, los mayores deben ser respetados por su sabiduría y experiencia. A su vez, los adultos mayores deben ser moderados, respetables, sensatos, íntegros en la fe, en el amor, y en la constancia, deben enseñar lo bueno y no ser calumniadores ni abusar de la bebida. Los cristianos tenemos el mandato de honrar a nuestros padres “...para que te vaya bien, y seas de larga vida sobre la tierra”. Esta es una promesa claramente positiva.

De este modo, la Biblia es realista al describir la vejez, positiva en su actitud hacia el valor de los adultos mayores, y específica en sus mandatos concernientes a la manera como debemos tratar a las personas mayores. Los adultos mayores deben ser respetados, atendidos y amados como seres humanos. Los cristianos no tenemos otra alternativa.

## **Las Causas de los Problemas del Adulto Mayor**

No todas las personas mayores de sesenta cinco años están solas, enfermas, aburridas o deprimidas, ni son todas pobres, explotadas o intelectualmente pasivas. Para muchos esta etapa de la vida es un tiempo de realización y felicidad. Sin embargo, hay problemas que surgen en estos años. Estos problemas se pueden agrupar en las siguientes categorías: (1) Causas físicas que son el resultado de cambios cosméticos, cambios sensoriales, cambios en el funcionamiento del organismo y cambios sexuales, así como de enfermedades. (2) Causas mentales que incluyen un deterioro en términos de creatividad, memoria, capacidad intelectual y habilidad de aprender cosas nuevas. (3) Causas económicas que son consecuencia de la jubilación, tales como la disminución de los ingresos, estándares de vida más limitados y otros ajustes. (4) Causas interpersonales debido a la pérdida de amigos y parientes, incluyendo el cónyuge. (5) Causas relacionadas con la autoestima, cuando el adulto mayor es tratado como alguien que ya no es importante y que no tiene nada que aportar a la sociedad. (6) Causas especiales como cambios tecnológicos y ajustes a la vida durante la vejez, la cual se ve complicada por muchos aspectos sociales. (7) Causas espirituales y existenciales: muchos adultos mayores no pueden asistir a los servicios de adoración, y cuando asisten, no se sienten queridos o bienvenidos en congregaciones que enfatizan los programas para jóvenes y los ministerios para la familia y los matrimonios.

## **Previendo los Problemas del Adulto Mayor**

No siempre es posible retrasar el proceso de envejecimiento, pero podemos ayudar a las personas a enfrentarlo de manera más efectiva y a evitar las actitudes negativas que a menudo aceleran el proceso de deterioro físico y psicológico. La prevención de los problemas del adulto mayor requiere motivar a las personas en cuatro áreas:

1. *Estimular una Planificación Realista.* La planificación realista debe considerar cómo se puede ayudar a las personas a prepararse para la jubilación. Es mejor comenzar con las personas entre los cuarenta y los cincuenta años, cuando están físicamente saludables y apenas conscientes de los cambios graduales que vienen con la edad.

2. *Estimular Actitudes Realistas.* Es necesario combatir los mitos acerca del envejecimiento. La Biblia respeta a los adultos mayores, y los seguidores de Cristo deben hacer lo mismo. Una manera de promover el desarrollo de buenas actitudes hacia el envejecimiento es poner a la congregación en contacto con los adultos mayores y hacer que se involucre en programas de ayuda dirigidos a ellos.

3. *Estimular la Educación y la Actividad.* Las personas pueden evitar algunos de los problemas del envejecimiento si son motivados a usar su mente, a ejercitar su cuerpo, a planificar su dieta, a hacer un uso adecuado de su tiempo libre y a encontrar formas creativas de servir a otros. La actividad física y mental puede contribuir en gran medida a evitar que las personas se vuelvan apáticas, letárgicas y seniles.

4. *Estimular el Crecimiento Espiritual.* Nunca se es demasiado viejo para tener un encuentro con Cristo o para madurar espiritualmente. Una relación creciente con Jesucristo no previene los problemas de la vida, pero el creyente comprometido debería ser capaz de manejar el estrés de manera más efectiva, porque ha puesto su confianza en un Dios Soberano y Todopoderoso. Las personas de todas las edades necesitan motivación para orar, leer la Biblia, adorar y tener compañerismo con otros creyentes regularmente, y para involucrarse – en la medida de lo posible – en el servicio activo. El creyente que, con la ayuda de Dios, puede regocijarse en las primeras etapas de la vida, será capaz de conservar la misma actitud gozosa en los años de la vejez.

Se ha estimado que una quinta parte de la población de los Estados Unidos sufre de “gerontofobia” (temor a envejecer). Hay cinco temores que agobian a las personas a medida que van envejeciendo: el temor de no sentirse necesitado; el temor de perder el sentido de propósito; el temor de perder el control de su propio destino; el temor de no ser amado; y el temor de no recibir afecto de los demás. La preparación para la vejez debe comenzar cuando estamos más jóvenes, con las actitudes, el estilo de vida, las actividades y la madurez espiritual. Platón dijo: “Aquel que es de naturaleza tranquila y feliz difícilmente sentirá la presión de la vejez, pero para el que es de disposición opuesta, la juventud y la vejez son por igual una carga”. Para los aconsejados y sus consejeros, el tiempo para empezar a pensar en los años de la vejez es ahora.

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 5- PREGUNTAS DE ESTUDIO**  
**El Adulto Joven, la Mediana Edad y el Adulto Mayor**

1. ¿Cuáles son los cuatro períodos de la edad adulta temprana y cuáles son aproximadamente las edades que abarcan?
  
2. ¿Cuáles son algunos temas mencionados en la Biblia que son de especial interés para las personas durante los primeros años de la edad adulta?
  
3. ¿Cuáles son las cuatro categorías principales en las que se pueden agrupar los desafíos del adulto joven y cuáles son los problemas que se derivan de cada una?
  
4. ¿Cuáles son cinco enfoques en la prevención de los problemas del adulto joven?
  
5. ¿Cuándo se inicia la mediana edad y por qué se caracteriza este período de la vida?
  
6. ¿Cuáles son algunos problemas que se mencionan en la Biblia que son relevantes para las personas de mediana edad?
  
7. ¿Cuáles son los cuatro aspectos que determinan si la mediana edad será o no un tiempo de crisis?
  
8. ¿Cuáles son cuatro categorías de cambios que ocasionan la mayoría de los problemas durante la mediana edad?
  
9. ¿Cuáles son cuatro áreas de motivación para prevenir los problemas del adulto mayor?
  
10. ¿Cuál es el significado del término “gerontofobia”?

# CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204

## LECCIÓN 6 – GUÍA DE ESTUDIO

### Relaciones Interpersonales

**Libro de Texto:** Consejería Cristiana Efectiva. Autor: Dr. Gary Collins, Ph.D.  
**Texto Complementario:** Capacitado para Orientar. Autor: Dr. Jay Adams

Los seres humanos son seres sociales. En el momento de la creación, Dios dijo que no era bueno que los seres humanos estuvieran solos. Así, Dios le dio a Adán una compañera, dio a la raza humana la instrucción de multiplicarse y le ha permitido expandirse hasta los miles de millones de personas que hoy ocupamos el planeta Tierra.

Los hombres y las mujeres modernos se enorgullecen de su individualismo, su independencia y su autodeterminación; sin embargo, en ocasiones estas características nos alejan de los demás y nos hacen insensibles, solitarios e incapaces de establecer buenas relaciones con otras personas. La manera cómo las personas se relacionan entre sí, incluyendo cómo se comunican, debe ser un tema de sumo interés para todo consejero cristiano.

### La Biblia y las Relaciones Interpersonales

La Biblia registra una larga historia humana de problemas interpersonales y rupturas de comunicación. Aunque la Biblia registra muchos ejemplos de contiendas, tales conflictos interpersonales nunca son justificados ni pasados por alto. Por el contrario, la Biblia prohíbe las riñas de manera enfática, y en ella se mencionan frecuentemente los principios para las buenas relaciones interpersonales. El libro de Proverbios nos instruye a refrenar nuestra lengua y evitar la calumnia, a decir la verdad, a hablar gentilmente, a pensar antes de hablar, a escuchar cuidadosamente, a resistir la tentación del chisme, a evitar las adulaciones y a confiar en Dios. La ira desenfrenada, las palabras groseras, el orgullo personal, la deshonestidad, la envidia, la lucha por las riquezas, y muchos otros atributos nocivos se mencionan como fuente de tensión. Varios temas sobresalen al considerar las numerosas declaraciones bíblicas acerca de las relaciones interpersonales:

1. *Las Buenas Relaciones Interpersonales Comienzan con Jesucristo.* A los seguidores de Jesús se les ha prometido una paz interior sobrenatural que produce una estabilidad interna, aún en tiempos de agitación y tensión interpersonal. Esta paz debería darnos tranquilidad en tiempos de conflicto interpersonal.

Entonces, ¿por qué tan a menudo los cristianos parecen estar en conflicto unos con otros y con personas no creyentes? ¿Por qué tantos creyentes tienen dificultad para llevarse bien con los demás?

2. *Las Buenas Relaciones Interpersonales Dependen de las Características Personales.* No hay nada de malo con la negociación entre individuos en conflicto, entre facciones políticas, entre los protagonistas de disputas laborales o entre naciones. Tales

esfuerzos en procura de la paz pueden ser útiles, pero la Biblia hace mayor énfasis en las actitudes y características de las personas involucradas en los conflictos.

En su primera carta a los Corintios, Pablo divide a las personas en tres categorías:

(1) *Personas no creyentes.* Estas personas se caracterizan por la inmoralidad sexual, el libertinaje, la participación en prácticas ocultas, el odio, la discordia, los celos, la ira desenfrenada, la ambición egoísta, la disensión, la envidia y la falta de dominio propio.

(2) *Personas Mundanas.* Estas personas han entregado su vida a Cristo, pero nunca han crecido espiritualmente. Actúan como los no creyentes y con frecuencia recurren a los celos y las peleas.

(3) *Personas Espirituales.* Estas personas son cristianos que han rendido su vida al control divino y que procuran pensar y vivir como Cristo. Han entregado su vida a Cristo, tienen tiempos regulares de adoración, oración y meditación en la Palabra de Dios, y al experimentar una transformación interna, se inicia un proceso de cambio gradual en su conducta externa. Estos cambios no se producen de la noche a la mañana, porque en ellos está involucrada la personalidad; sin embargo, la vida de estas personas muestra, cada vez con más frecuencia, la evidencia creciente del “fruto del Espíritu”, que incluye amor, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, fe, mansedumbre y templanza.

3. *Las Buenas Relaciones Interpersonales Requieren Determinación, Esfuerzo y Destreza.* Las buenas relaciones interpersonales no siempre ocurren automáticamente, aún entre cristianos comprometidos. La Biblia y la psicología concuerdan en que las buenas relaciones dependen del desarrollo y la aplicación consistente de destrezas tales como escuchar cuidadosamente, observar, el entendimiento de sí mismo y de los demás, refrenarse de comentarios hirientes o arrebatos emocionales, y comunicarse de forma correcta. Todo esto se aprende y puede ser enseñado por un consejero cristiano perceptivo.

### **Las Causas de los Problemas en las Relaciones Interpersonales**

¿Por qué las personas no pueden llevarse bien unas con otras? Esto se ha discutido por siglos y las respuestas por lo general varían de situación a situación. Sin embargo, las causas se pueden resumir en varias categorías:

1. *Influencia Satánica.* A nivel personal, Satanás tiene un interés particular en todas las relaciones y sistemas cristianos, ya sea para hacerlos caer o para corromperlos. En el corazón de todo conflicto interpersonal se encuentra siempre la mano sutil y manipuladora de Satanás. Sin embargo, él no es todopoderoso. Los creyentes saben que Dios es más grande que las fuerzas satánicas.

2. *Atributos Personales, Actitudes y Acciones.* No existen personas perfectas; sin embargo, hay personas con las que es más fácil llevarse bien. A menudo la tensión

interpersonal se inicia y aumenta con personas cuyos rasgos de personalidad, actitudes, percepciones, sentimientos y conductas crean conflicto y desconfianza. Jesús nos advirtió acerca de encontrar faltas en los demás cuando hay faltas aún mayores en nosotros mismos.

3. *Patrones de Conflicto.* El conflicto involucra una lucha que ocurre cuando dos o más personas tienen objetivos que parecen ser incompatibles. Aunque los conflictos muchas veces son destructivos y amenazantes, también pueden cumplir un propósito útil de aclarar objetivos, unificar grupos y en ocasiones llevar desacuerdos previamente ignorados a un punto de discusión y resolución.

4. *Falta de Compromiso.* Muchas personas parecen tener temor de asumir compromisos. La lealtad a los amigos, la familia, la iglesia, los socios de negocios y la patria, es sólo una promesa de labios que es desechada cuando se interpone en el camino de la auto-realización y el avance personal. Las personas no están dispuestas a comprometerse y abandonan fácilmente las promesas verbales cuando se presenta algo más atractivo. Muchos se sentirían incómodos con las palabras de un autor anónimo que nos instó a considerar la estampilla postal: “Su utilidad consiste en su habilidad de adherirse a una cosa hasta que llega a su destino”.

Hay diversas razones para la tensión interpersonal, pero una causa común es la falta de disposición para hacer compromisos y sostenerlos. Aún cuando las personas tratan de evitar los compromisos, en realidad se están comprometiendo con algo más por omisión. Cuando nos rehusamos a comprometernos con otra persona, con una causa, o con Dios, o cuando libremente abandonamos nuestros compromisos verbales, nos estamos comprometiendo con la soledad, la falta de intimidad, el fracaso personal y una variedad de tensiones o frustraciones interpersonales.

5. *Fallas en la Comunicación.* La esencia de las buenas relaciones interpersonales es una buena comunicación. Cuando la comunicación es ineficiente o se encuentra al borde de una ruptura, a menudo surgen de inmediato las tensiones interpersonales. Aún cuando dos personas desean comunicarse puede haber varias razones para el fracaso de la comunicación. En el nivel más simple, un *emisor* intenta comunicar un mensaje a un *receptor*. Además de la comunicación verbal existe el llamado “lenguaje corporal”, el cual consiste en expresión facial, tono de voz, gestos, entre otros. Estos elementos aceleran la comunicación, pero también crean el potencial para malos entendidos porque las personas prestan atención a los gestos, la expresión facial y el tono de voz en vez de escuchar el mensaje o al mensajero.

6. *Irritantes Sociales.* Eventos o condiciones en la sociedad pueden impedir u obstaculizar las buenas relaciones interpersonales. Los problemas del diario vivir pueden causar agotamiento o provocar enojo, temor, celos, culpa u otras emociones. Cuando no hay oportunidad para alejarse del ruido, de las demandas de un ambiente de trabajo difícil, o de otras personas (incluyendo la familia), a menudo la tensión se va acumulando y como resultado surgen conflictos interpersonales.

## Los Efectos de las Relaciones Interpersonales Deficientes

Las personas reaccionan de diferentes maneras ante las tensiones interpersonales. Algunas personas las resisten, otras las evitan; muchos se sienten profundamente angustiados por ellas, algunos se sienten abrumados y hay otros que parecen crecer a través de ellas. Dichas tensiones constituyen amenazas potenciales, por lo que a menudo actuamos de manera que podamos protegernos. Por ejemplo, escondemos nuestros verdaderos sentimientos e inseguridades, y sutilmente tratamos de manipular a otros o fingimos ser algo que no somos. Todas estas tácticas tienen sus consecuencias y nos pueden afectar físicamente – causando dolores de cabeza, trastornos digestivos y otros tipos de reacciones biológicas; psicológicamente – actuando como detonantes de emociones y acciones que llevan a las personas a decir y hacer cosas que luego lamentan; socialmente – incluyendo agresión verbal, violencia, distanciamiento y ruptura de relaciones previas; y espiritualmente – porque, en un sentido amplio, toda tensión interpersonal es resultado y reflejo del pecado, utilizado por Satanás para derrotar a los hijos de Dios si éstos sucumben ante la tentación de actuar de manera incorrecta o con motivos egoístas.

## La Consejería y la Relaciones Interpersonales

Las buenas relaciones entre las personas requieren el desarrollo de características personales tales como auto-conciencia, amabilidad, interés por los demás, sensibilidad y paciencia. Las buenas relaciones interpersonales también requieren destrezas que incluyen las habilidades de escuchar, comunicar y entender. Estas efectivas destrezas interpersonales no aparecen por arte de magia. Más bien se aprenden, en ocasiones con la ayuda de un consejero sensible. Esta ayuda se puede brindar en diversas áreas.

1. *Empezando con lo Básico.* El amor pocas veces se menciona en la literatura de consejería, pero domina el Nuevo Testamento. Nuestro objetivo en consejería es ayudar a las personas a ser más amorosas. Necesitamos señalar que la rendición total a Cristo puede transformar nuestras actitudes y por ende nuestras relaciones con los demás. Sería un error insinuar que los problemas interpersonales desaparecen automáticamente cuando nos rendimos a Cristo. La adquisición de destrezas también es importante, pero las destrezas interpersonales son más efectivas cuando la persona que las utiliza se caracteriza por un espíritu de amor, paciencia, dominio propio y demás frutos del Espíritu. El consejero cristiano sensible también reconoce que la influencia satánica está en la base de la tensión interpersonal. El poder del diablo no cede antes las técnicas de consejería a menos que el consejero esté siendo fortalecido y guiado diariamente por el Espíritu Santo, sea conocedor de la Palabra de Dios y esté orando constantemente “por todos los santos”, incluyendo a sus aconsejados.

2. *Transformando al Individuo.* Puesto que los conflictos interpersonales a menudo son el resultado de los atributos, las actitudes y las acciones ásperas de las personas, es valioso trabajar para transformar al individuo. El consejero cristiano sabe que los cambios más básicos y duraderos en los individuos provienen de Dios. Para aconsejados y consejeros, una relación constante y creciente con Jesucristo puede ayudar

a derribar las barreras entre las personas y ayudarles a deshacerse de la amargura y la insensibilidad que los divide, y puede contribuir a la paz y la unidad interpersonal.

3. *Modelando Buenas Relaciones.* Algunos aconsejados no han experimentado el respeto mutuo o una buena relación con otro ser humano. Por lo tanto, la interacción entre consejero y aconsejado puede ser un modelo de cariño, respeto y de una interacción positiva. En ocasiones estas relaciones modelo pueden involucrar la confrontación y discusión de temas dolorosos, pero el consejero también procura animar constantemente al aconsejado.

4. *Enseñando Cómo Resolver los Conflictos.* El conflicto es natural, normal, neutral y en ocasiones incluso agradable. Dependiendo de la forma cómo se manejen, los conflictos no necesitan terminar de manera desastrosa. No es el conflicto lo que debe preocuparnos, sino la forma cómo manejamos el conflicto. La forma cómo percibimos, tratamos y resolvemos nuestras diferencias determina – en gran medida – todo nuestro patrón de vida. Se puede ayudar a las personas a ver los conflictos como diferencias honestas. Estas diferencias pueden ser resueltas por aquellas personas que están dispuestas a tratarse unas a otras con respecto y a confrontarse unas a otras con la verdad expresada de manera amorosa. Al enfrentar el conflicto es necesario aclarar los objetivos, reconciliar las diferencias y encontrar formas de resolver el conflicto.

(I) Aclaración de los Objetivos. A menudo las personas que están en conflicto comparten los mismos objetivos a pesar de sus diferencias. Cuando los objetivos son similares, la resolución del conflicto es más fácil.

(II) Reconciliación de las Diferencias. Hablando a Sus discípulos, Jesús señaló un procedimiento para restaurar las relaciones entre cristianos que están enemistados. Quizás estos principios no se aplican a personas que no son creyentes, pero son específicos para los seguidores de Cristo. El **paso uno** es tomar la iniciativa y buscar a la persona que nos ha hecho daño. Al dar este paso lo mejor es acercarse a la persona con un espíritu de humildad, con la disposición de escuchar, con la determinación de no actuar a la defensiva y con el deseo de perdonar. El **paso dos** consiste en llamar a algunos testigos. Si la otra persona no quiere escuchar o cambiar su conducta, se debe hacer una segunda visita con uno o dos testigos presentes. Estos testigos deben escuchar, evaluar, determinar los hechos y tratar de arbitrar y facilitar una resolución al conflicto. El **paso tres** es comunicar el asunto a la iglesia. Si la persona todavía se rehúsa a escuchar, a cambiar su conducta o a cooperar para resolver la disputa, puede ser excomulgada. Hoy en día las iglesias prefieren ignorar el pecado de sus miembros y algunos cristianos incluso hacen bromas acerca de los pleitos internos en sus iglesias.

No es fácil poner en práctica los principios bíblicos para las relaciones interpersonales. Perdonar setenta veces siete, poner la otra mejilla, pagar bien por mal, orar por los que nos persiguen – éstos y otros principios son difíciles de implementar en nuestra cultura moderna. El creyente debería esforzarse por cumplir estos principios bíblicos aunque sea difícil. El consejero y el aconsejado deben juntos considerar qué haría Jesús hoy si estuviera en la misma situación del aconsejado.

(III) Resolución de los Conflictos. Cuando individuos, grupos o naciones están en conflicto, tienen cuatro alternativas en cuanto a la dirección que pueden tomar. Pueden elegir evitar el conflicto, mantenerlo en su estado actual, aumentarlo o reducirlo. Con frecuencia la resolución de conflictos involucra al consejero en la negociación y mediación entre las partes. No siempre es sabio involucrarse en el conflicto de otra persona, incluso si le han pedido que lo haga. La persona que interviene sentirá presión para tomar partido, se le pedirá que tome decisiones analíticas rápidamente y será responsable de mantener la comunicación abierta.

De acuerdo con un equipo de negociadores, la probabilidad de que la resolución de conflictos sea exitosa es mayor si se utiliza un método de cuatro pasos. **Paso uno:** Separar a las personas del problema. Las partes involucradas en el conflicto deberían verse a sí mismas como socios trabajando en conjunto en la difícil tarea de encontrar un acuerdo justo y ventajoso para todos. **Paso dos:** Enfocarse en los aspectos concretos del conflicto, no en las posiciones. **Paso tres:** Pensar en varias alternativas que podrían solucionar el problema. Cada parte puede hacer sugerencias en una o dos sesiones de lluvia de ideas. Cada alternativa puede ser evaluada posteriormente. **Paso cuatro:** Insistir en un criterio objetivo. Si las partes acuerdan acatar la resolución de un árbitro, puede ser que el resultado final no sea igualmente satisfactorio para todos, sin embargo las partes aceptan la resolución porque fue determinada por métodos justos, objetivos y mutuamente aceptados. El consejero cristiano tratará de mantenerse objetivo; sin embargo, debe cuestionar aquellas decisiones que no sean bíblicas. Aún cuando las partes hayan logrado un acuerdo, si la solución propuesta no es consistente con las enseñanzas bíblicas, el consejero cristiano debe cuestionarla.

5. *Enseñando Destrezas de Comunicación.* La crítica (cuando una persona hace comentarios desfavorables, desagradables o acusadores acerca de otra) ha causado más infelicidad, destruido más matrimonios, marcado más niños, desanimado a más personas y detenido más progreso que cualquier otra arma. La crítica busca lo malo de las personas y entonces, con amargura y sarcasmo, les llama la atención al respecto. Las personas que atacan a otras verbalmente utilizan palabras para herir y crear tensión. Todos necesitamos que nos recuerden periódicamente que hay principios para la comunicación efectiva. Cuando estos principios se aplican de manera consistente, la comunicación y las relaciones interpersonales tienden a ser agradables, las diferencias se discuten honestamente, se evita la crítica destructiva, y los conflictos se resuelven satisfactoriamente.

6. *Cambiando el Entorno.* Puesto que el entorno contribuye a la tensión interpersonal, consejeros y aconsejados deberían tratar de cambiar las condiciones que generan estrés. Siempre que sea posible, es conveniente discutir la resolución de conflictos en un lugar tranquilo y cómodo, donde no haya demasiada gente y el ruido sea mínimo.

## **Previendo las Relaciones Interpersonales Deficientes**

El Cristianismo es una religión de relaciones. Su fundador es el Dios de amor, y el amor es su principal característica distintiva. Este amor no es un afecto sentimental y caprichoso. Es un amor poderoso, sacrificial y entregado, que posee las características descritas en 1 Corintios 13 y que refleja el amor de Dios, quien envió a Su Hijo a un mundo pecaminoso a morir por individuos pecadores.

Dios ha establecido algunos principios específicos para demostrar este amor. En las páginas de la Biblia encontramos muchos consejos, y además Dios nos ha permitido descubrir principios adicionales para establecer buenas relaciones y comunicarnos de manera efectiva. Las relaciones interpersonales pueden mejorar y muchas tensiones interpersonales se pueden prevenir cuando se enseña y anima a las personas de todas las edades a poner en práctica de manera consistente: (1) Las enseñanzas bíblicas sobre las buenas relaciones; (2) un caminar diario con Cristo; (3) la práctica del auto-examen; (4) un entendimiento del conflicto y la práctica de aquellas tácticas que reducen el conflicto; (5) los principios para una comunicación efectiva; y (6) la reducción, evasión o eliminación de los elementos del entorno que ocasionan conflictos.

## **Conclusiones Acerca de las Relaciones Interpersonales**

Los seres humanos somos criaturas complejas con personalidades individuales y voluntades firmes. Estamos abarrotados en un planeta que parece estar sobre-poblado con individuos cuya naturaleza pecaminosa los pone en enemistad con Dios y con sus semejantes. Muchos queremos llevarnos bien con los demás, pero no es fácil.

Probablemente el apóstol Pablo estaba pensando en esto cuando escribió la siguiente exhortación inspirada: “Si es posible, en cuanto dependa de vosotros, estad en paz con todos los hombres”. Estas palabras se encuentran al final de una serie de párrafos dedicados a las reglas prácticas para mantener buenas relaciones interpersonales: amarse unos a otros sinceramente con amor fraternal, honrarse unos a otros, compartir con los demás, practicar el amor fraternal y la hospitalidad, vivir en armonía unos con otros, estar dispuestos a relacionarnos con las personas más humildes, no ser altivos, no pagar a nadie mal por mal, y procurar hacer el bien a todas las personas.

Ciertamente es interesante que la instrucción de vivir en paz es precedida por dos frases condicionantes: “Si es posible...” y “...en cuanto dependa de vosotros”. La primera de estas frases insinúa que a veces no es posible vivir en armonía con otras personas. No obstante, la segunda frase implica que cada persona es responsable por sus propias actitudes y por su conducta. En cuanto dependa de nosotros, debemos vivir en paz. Con la ayuda del Espíritu Santo, los consejeros cristianos procuran establecer esta paz y prevenir la tensión que caracteriza a muchas relaciones interpersonales.

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 6- PREGUNTAS DE ESTUDIO**  
**Relaciones Interpersonales**

1. ¿De qué se enorgullecen los hombres y las mujeres modernos y cuál es el resultado de tales características?
  
2. ¿Cuál debe ser un tema de sumo interés para todo consejero cristiano?
  
3. ¿Qué nos instruye a hacer el libro de Proverbios y cuáles atributos nocivos se mencionan como fuentes de tensión?
  
4. ¿Cuáles temas sobresalen en la Biblia acerca de las relaciones interpersonales?
  
5. ¿Cuáles son seis causas de problemas en las relaciones interpersonales?
  
6. ¿Cuáles son las características personales y las destrezas que se deben desarrollar para poder mantener buenas relaciones interpersonales?
  
7. ¿Cuáles son seis áreas en las que un consejero cristiano sensible puede ayudar al aconsejado a aprender las destrezas necesarias para las relaciones interpersonales?
  
8. ¿Cuáles son tres pasos importantes al enseñar cómo resolver los conflictos?
  
9. ¿Cuál es el método de cuatro pasos recomendado para la resolución de conflictos?
  
10. ¿Cuáles son dos condicionantes dadas por el apóstol Pablo al exhortarnos a estar “en paz con todos los hombres?”

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 7 – GUÍA DE ESTUDIO**  
**El Sexo dentro del Matrimonio**  
**Violencia y Abuso**

**Libro de Texto: Consejería Cristiana Efectiva. Autor: Dr. Gary Collins, Ph.D.**  
**Texto Complementario: Capacitado para Orientar. Autor: Dr. Jay Adams**

**El Sexo Dentro del Matrimonio**

El sexo ha sido descrito solamente como un hilo de la cuerda que une al esposo y la esposa, pero el sexo es un hilo central que está íntimamente entrelazado con otros aspectos de la relación matrimonial.

**La Biblia y el Sexo dentro del Matrimonio**

El sexo no es un tema tabú en la Biblia. Casi todos los libros de la Biblia dicen algo acerca de este tema y algunas descripciones son explícitas (por ejemplo en el libro de Cantar de los Cantares). No podemos considerar aquí todas estas referencias, pero algunas de ellas tienen gran relevancia y representan con claridad la enseñanza bíblica con respecto al sexo dentro del matrimonio:

1. El sexo fue creado por Dios y es bueno. 2. El sexo es para la procreación y el placer. 3. El sexo es para el matrimonio. 4. La inmoralidad sexual se condena severamente. El libertinaje sexual es tolerado en nuestra sociedad, pero en la Biblia es condenado con vehemencia.

**Las Causas de los Problemas Sexuales en el Matrimonio**

Probablemente la mayoría de las personas llegan al matrimonio con entusiasmo por la libertad sexual que éste conlleva. Muchas de estas mismas personas se sienten decepcionadas cuando descubren que el sexo dentro del matrimonio no es continuamente excitante o placentero, al menos no como lo esperaban. Hay muchas causas que llevan a esta situación: (1) Información errónea – los instintos e impulsos sexuales son innatos, pero el conocimiento sobre cómo tener relaciones sexuales se debe aprender. Cuando el aprendizaje es inadecuado surgen problemas sexuales de ajuste. (2) Actitudes culturales – los estándares culturales, la explosión de información sexual en los medios, las expectativas sexuales cambiantes, las experiencias sexuales negativas del pasado y las actitudes previamente aprendidas pueden contribuir a problemas sexuales posteriores. (3) Estrés – Cuando las situaciones del trabajo producen ansiedad y el trabajo agota nuestra energía, el interés en las relaciones íntimas tiende a disminuir. (4) La fatiga, el ritmo de vida acelerado y la falta de oportunidad – estas son causas comunes de insatisfacción sexual. La satisfacción en las relaciones íntimas requiere una actitud relajada y tranquila, sin mayor preocupación por el tiempo. (5) Aburrimiento – Cuando una pareja ha estado casada por algún tiempo se acostumbran el uno al otro, y necesitan mantener el romance

en su relación. (6) Causas físicas – en ocasiones los problemas sexuales tienen un origen físico. (7) Barreras psicológicas – los conflictos en la relación matrimonial, los malos entendidos, los desacuerdos y la desconfianza pueden obstaculizar los sentimientos mutuos de amor, confianza e intimidad. (8) Conflicto matrimonial. (9) Causas varias – como depresión, fatiga, distracciones que surgen de la preocupación, o un bajo concepto de sí mismo, las cuales pueden causar problemas en esta área.

### **Los Efectos de los Problemas Sexuales en el Matrimonio**

Cuando surgen problemas sexuales, algunas parejas simplemente se dan por vencidos y no tratan de resolver sus dificultades. Además de la evasión de la intimidad sexual, las dificultades sexuales en el matrimonio pueden tener otros efectos principales: (1) Incapacidad de funcionar en el área sexual; (2) Pérdida de auto-estima; (3) Selección de sustitutos; (4) Relaciones deterioradas; y - el único efecto positivo - (5) Mayor motivación. Algunas parejas enfrentan sus problemas sexuales con una nueva determinación de hacer que el sexo sea mejor. Con una actitud de apertura a las sugerencias, de renuencia a culparse uno al otro y de disposición para trabajar en la solución del problema, estas parejas, invariablemente, logran mejorar sus relaciones sexuales y su matrimonio.

### **La Consejería y los Problemas Sexuales en el Matrimonio**

Para los aconsejados puede ser vergonzoso hablar con otras personas sobre los detalles de su vida íntima. Las pautas para la consejería en esta área incluyen las siguientes: (1) Escucha con aceptación y comprensión; (2) Reunir información; (3) Recomendar un examen físico; (4) Dar información precisa; (5) Tratar los problemas relacionados (temores, vergüenza, culpa y enojo); y (6) Estar atento a la necesidad de referir a otro profesional.

### **Previendo Problemas Sexuales en el Matrimonio**

Las actitudes hacia el sexo están cambiando. ¿Cómo podemos enseñar a la gente a ver el sexo como una relación monógama que es a la vez satisfactoria y consistente con la moral bíblica cuando se mantiene exclusivamente dentro de la relación matrimonial? Hay varias formas para tratar de lograrlo:

1. Educación sexual. Lo ideal es que esta información sea provista por los padres en el hogar, mucho antes de que los hijos empiecen a pensar en el matrimonio. Sin embargo, es bien sabido que para muchas personas no hay educación sexual en el hogar. Por ende, la iglesia puede animar e instruir a los padres para dar educación sexual a sus hijos, y puede brindarles ayuda en esta área.

2. Orientación moral. Muchas personas luchan con las decisiones morales acerca de lo que es correcto e incorrecto, y con frecuencia encuentran muy poca ayuda en la iglesia. La ética, incluyendo la ética sexual, debe ser práctica, y debe ser enseñada en la iglesia antes, no después, de que la gente incurra en conductas inmorales.

3. Consejería prematrimonial. Cuando los problemas y las frustraciones sexuales son tratados a tiempo, antes de que compliquen, es menos probable que se desarrollen dificultades serias. Los temas que se deben tratar son aquellos que tienen el potencial de causar estrés en el matrimonio. Una investigación realizada con varios cientos de personas casadas reveló que las áreas más difíciles de ajuste matrimonial son: primero, el ajuste sexual, seguido por el manejo de las finanzas, la elección de actividades sociales y recreativas, los problemas en la relación con la familia del cónyuge, las diferencias de creencias y valores religiosos, y los conflictos en torno a la elección de amigos – en ese orden. Mucho antes del día de la boda los futuros esposos deberían ser advertidos sobre estas cuestiones y motivados a discutir las ampliamente de manera abierta, y honesta. Las actitudes y expectativas que cada uno tiene con respecto a estas áreas difíciles deben ser expresadas, con la intención de prevenir los conflictos.

4. Comunicación. Una manera de prevenir los problemas sexuales es enseñar a las personas, y especialmente a las parejas, a comunicarse. No se exagera al enfatizar con firmeza que la mayoría de los problemas que se presentan antes y durante el matrimonio se puede resolver adecuadamente si las parejas aprenden a comunicarse. Ciertamente se requiere un esfuerzo para escuchar cuidadosamente, para tratar de comprender correctamente, y para expresarse honestamente con una actitud de amor y respeto mutuo. Sin embargo, el resultado final es una relación matrimonial más sana y esto hace que el esfuerzo valga la pena. La comunicación de actitudes, sentimientos, frustraciones e inseguridades es tan importante como la comunicación de amor y respeto. Sin embargo, tal comunicación no comienza en la luna de miel; comienza mucho antes del matrimonio, y el consejero prematrimonial debería hacer todo lo posible para motivar y guiar a las parejas en el desarrollo de la habilidad de comunicación.

5. Esfuerzo e higiene. La higiene y la determinación de hacer que el sexo en el matrimonio sea mejor son medidas preventivas.

6. Enriquecimiento matrimonial. En años recientes se han desarrollado programas de enriquecimiento matrimonial y de encuentros para matrimonios, con el propósito de mejorar los matrimonios y prevenir los problemas matrimoniales.

### **Conclusiones acerca del Sexo dentro del Matrimonio**

La plenitud sexual no sólo es el plan de Dios para los matrimonios, sino que también enseña acerca de la intimidad y la cercanía con Él. Hay un vínculo entre la sexualidad y la espiritualidad, y las parejas que comparten el llamado espiritual el uno del otro casi inevitablemente llegan a apreciarse mutuamente más que como meros compañeros sexuales – y ese aprecio, a su vez, por lo general les ayuda a convertirse en mejores compañeros sexuales.

Ayudar a las personas a resolver los problemas sexuales dentro del matrimonio no debe ser una distracción de la espiritualidad ni una defensa de una gratificación egocéntrica. Más bien, se trata de ayudar al esposo y la esposa a relacionarse entre sí de manera más efectiva, a experimentar la intimidad matrimonial que Dios diseñó y a

liberarse de las ataduras sexuales para poder amar a Dios y servir a los demás más efectivamente. La investigación demuestra que las familias que oran y adoran juntas permanecen unidas y tienen una tasa de separación o divorcio mucho más baja que las familias no religiosas. Sin embargo, la religión contribuye a la estabilidad matrimonial sólo en la medida en que es compartida por ambos cónyuges. Nuestro deseo es construir lazos familiares fuertes sobre el fundamento espiritual de la Palabra de Dios y el servicio a Dios.

## **Violencia y Abuso**

La violencia y el abuso, especialmente en el hogar, parecen estar en aumento. Estamos conscientes de que hay mayor cobertura por parte de los medios; sin embargo, las autoridades creen que los problemas de abuso no sólo están recibiendo más atención, sino que están empeorando.

El abuso es difícil de definir, quizás porque el término abarca tantas formas de maltrato físico y psicológico. Sin embargo, existen básicamente cuatro tipos de abuso:

(1) Abuso infantil – incluye el maltrato físico o mental, el abuso o la explotación sexual, el trato negligente o el maltrato de un menor de edad, por parte de una persona que es responsable por el bienestar del niño y bajo circunstancias que perjudican o amenazan la salud o el bienestar del niño.

(2) Abuso conyugal – la mayoría de las veces la esposa es la víctima; incluye la agresión física deliberada, amenazas de violencia, el abuso emocional (incluyendo burla, negligencia y otras conductas denigrantes) y la participación forzada en actos sexuales.

(3) Abuso de ancianos – el maltrato de ancianos incluye el trato grosero, golpes, negligencia, agresión verbal, privación de alimentos o medicinas, explotación financiera, maltrato sexual, y el ignorar las necesidades de comodidad y contacto humano que tienen las personas ancianas.

(4) Abuso sexual – puede coincidir con cualquiera de las otras áreas de abuso e incluye el exhibicionismo, el coito forzado u otra forma de comportamiento sexual al que la víctima se resiste, y el acariciar los órganos genitales de un menor o de una persona discapacitada o incapaz de oponer resistencia.

Así como el abuso es difícil de definir, su incidencia es difícil de medir. Muchas víctimas se rehúsan a denunciar el abuso, especialmente cuando el abusador es un miembro de la familia. Con frecuencia los niños y los ancianos no son capaces de denunciar el abuso por sí mismos y algunas personas ni siquiera están conscientes de que el dolor que experimentan es una forma de abuso. Hubo un tiempo cuando los creyentes descartaban todo esto como algo que rara vez ocurría en los hogares cristianos, pero esto ya no es verdad.

## La Biblia y el Abuso

Si bien es cierto que la Biblia habla sobre el perdón, las Escrituras no nos instruyen a abandonar la defensa personal ni a permanecer pasivos mientras nuestros niños y ancianos son abusados por otros miembros de la familia. Refiriéndose al pasaje de Mateo 5:38-42, William Barclay escribe lo siguiente: “Vez tras vez la vida nos trae insultos, sean grandes o pequeños, y Jesús aquí está diciendo que el verdadero cristiano ha aprendido a no resentir ningún insulto y a no buscar represalias por ningún desprecio”. Con la ayuda de Dios las personas pueden, con el tiempo, aprender a amar sus perseguidores, a orar por sus enemigos, a perdonar a sus abusadores y a confiar en Dios para tener paz interior en medio de las situaciones difíciles de la vida. Esto no impide que las víctimas y sus consejeros tomen acción para prevenir abusos posteriores, proteger a las víctimas de un daño mayor, y proclamar los ideales opuestos al abuso que las Escrituras claramente enseñan.

## Las Causas del Abuso

Es importante desechar un concepto equivocado que las víctimas de abuso y sus familias a menudo creen. *No* es correcto asumir que las víctimas de abuso por lo general se lo buscan al hacer insinuaciones sutiles dando a entender que quieren ser maltratadas. Entonces, ¿qué es lo que causa el abuso? Las razones son numerosas y complejas; algunas causas descubiertas por los consejeros son las siguientes:

(1) Estrés ambiental. Se ha sugerido que la violencia inducida por estrés a menudo ocurre en tres etapas – *Primero*, la etapa de escalada de la tensión, en la que el estrés va en aumento y las técnicas para manejarlo se tornan cada vez menos efectivas. *Segundo*, la etapa de explosión de la violencia. Con frecuencia el estallido es irracional y el abusador debe ser sometido físicamente para que se detenga. *Tercero*, la etapa de remordimiento posterior al ataque.

(2) Abuso aprendido. Con frecuencia los niños que son víctimas de abuso o que presencian actos de violencia en su hogar, al crecer se convierten en abusadores.

(3) Inseguridad personal. A menudo las investigaciones revelan que los abusadores son personas inseguras, impulsivas, que se sienten amenazadas y por lo general tienen un concepto muy bajo de sí mismos.

Puede haber otras causas de abuso. Estudios recientes han demostrado que las películas sexualmente violentas, el material pornográfico y los programas de televisión pueden promover – y de hecho promueven – la violencia, especialmente contra las mujeres.

## Los Efectos del Abuso

El abuso tiende a afectar profundamente a las víctimas y con frecuencia tiene una influencia que perdura a lo largo de toda la vida. Los distintos efectos del abuso se

pueden agrupar en tres categorías generales. El abuso tiene influencia sobre (1) los sentimientos, (2) la manera de pensar y (3) las acciones de la víctima.

Los *sentimientos* de las víctimas a menudo son de ira, temor, vergüenza, culpa, confusión e indignidad.

La *manera de pensar* de las personas que han sido abusadas se caracteriza por una baja autoestima; las víctimas de abuso se consideran poco atractivas, incompetentes, inadecuadas, dependientes y no queridas por otros.

En cuanto a sus *acciones*, las víctimas de abuso tienden a desarrollar conductas antisociales, problemas de aprendizaje, tensiones interpersonales, desempeño deficiente en el trabajo y, como hemos visto, una tendencia a convertirse en personas violentas y abusivas.

No deberíamos olvidar al abusador. Muchas veces estas personas sienten un remordimiento profundo y constante, especialmente después de que su conducta abusiva llega a ser conocida públicamente.

### **La Consejería y el Abuso**

Puede ser difícil aconsejar tanto al abusador como a la víctima. En ocasiones los consejeros tienen dificultad para decidir si deben creer las denuncias de abuso interpuestas por niños pequeños o por ancianos. A pesar de estos problemas, la recuperación del abuso se puede considerar como un proceso que se compone de cuatro etapas:

(1) La etapa de *impacto*. Puede durar desde unas pocas horas hasta varios días y se caracteriza por la conmoción, la ansiedad, el temor y la incredulidad.

(2) La etapa de *negación*. Para poder manejar el estrés la víctima trata de dejar de lado el trauma del abuso y retornar a una etapa previa de funcionamiento.

(3) La etapa de *procesamiento*. Esta etapa se inicia cuando la experiencia de abuso ya no puede ser reprimida.

(4) La etapa de *integración*. Esta etapa tiene lugar cuando el individuo ya no se siente controlado o dominado por los efectos de las agresiones.

### **Previniendo el Abuso**

En los últimos años el abuso y la violencia se han vuelto tan prominentes que un gran número de consejeros profesionales y grupos comunitarios han dirigido su atención a la prevención. Se han establecido líneas telefónicas de asistencia y grupos de apoyo para ayudar tanto a las víctimas como a los abusadores. Las sugerencias para prevenir el

abuso incluyen: (1) la educación, (2) el estímulo de la estabilidad individual y familiar, (3) la enseñanza de destrezas interpersonales y (4) la acción social.

Todo esto puede parecer ajeno al trabajo del consejero cristiano y al ministerio de la iglesia local. Sin embargo, a lo largo de la Biblia se hace énfasis en el deber de ayudar al extranjero, al huérfano, a la viuda, al pobre, al indefenso y a todos aquellos que están en necesidad. En la sociedad actual, ciertamente, no existe persona más impotente que la víctima de abuso. El seguidor de Cristo tiene la responsabilidad de ayudar y proteger a aquellos que, por distintas razones, han sido abusados o se han convertido en abusadores.

### **Conclusión sobre el Abuso**

El abuso y la violencia intrafamiliar son temas de gran relevancia. Son realidades que ninguna iglesia o consejero cristiano puede ignorar – y mucho menos quienes hemos sido advertidos sobre las profundas necesidades de aquellos que son las víctimas y los perpetradores del abuso.

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 7- PREGUNTAS DE ESTUDIO**  
**El Sexo dentro del Matrimonio**  
**Violencia y Abuso**

1. ¿Cuáles son cuatro puntos de la enseñanza bíblica con respecto al sexo dentro del matrimonio?
  
- 2 ¿Cuáles son nueve causas de los problemas sexuales en el matrimonio?
  
- 3 ¿Cuáles son cinco efectos de los problemas sexuales en el matrimonio?
  
- 4 ¿Cuáles son seis formas de prevenir los problemas sexuales en el matrimonio?
  
5. ¿Cuáles son los cuatro tipos de abuso? (Nómbrelos y defínalos)
  
6. ¿Cuáles son tres causas comunes de abuso?
  
7. ¿Cuáles son las tres categorías generales en las que se agrupan los efectos del abuso sobre sus víctimas?
  
8. ¿Cuáles son las cuatro etapas que componen el proceso de recuperación del abuso?
  
9. ¿Qué están haciendo los grupos comunitarios para prevenir el abuso?
  
10. Identifique y defina las sugerencias para la prevención del abuso.

# CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204

## LECCIÓN 8 – GUÍA DE ESTUDIO

### Inferioridad y Autoestima

**Libro de Texto:** Consejería Cristiana Efectiva. Autor: Dr. Gary Collins, Ph.D.

**Texto Complementario:** Capacitado para Orientar. Autor: Dr. Jay Adams

Hace muchos años un psiquiatra europeo escribió que todas las personas tienen sentimientos de inferioridad. En ocasiones estos sentimientos nos motivan a emprender acciones y alcanzar metas saludables; sin embargo, los sentimientos de inferioridad también pueden ser tan abrumadores que nos llevan a alejarnos de los demás y a desarrollar lo que se conoce como un “complejo de inferioridad”.

Las personas que se sienten inadecuadas e inferiores (un estimado sugiere que podría ser el 95 por ciento de la población) tienden a compararse con otras personas de manera desfavorable. Estas comparaciones pueden conducir a un alto nivel de miseria humana y a sentimientos de incapacidad. Adler creía que la única manera de escapar de la trampa de la inferioridad consiste en dejar de compararse con otros y renunciar al deseo común de ser superior. Autores más recientes han argumentado que los individuos vencen la inferioridad al desarrollar una autoestima positiva y sana.

La palabra “autoestima” a menudo aparece en relación con términos como “auto-imagen” y “auto-concepto”, que hacen referencia a la imagen que tenemos de nosotros mismos. Esta incluye los pensamientos, actitudes y sentimientos que tenemos acerca de nosotros mismos. El término autoestima tiene un significado ligeramente distinto. Este término se refiere a la evaluación que un individuo hace de su valor, competencia e importancia. Mientras que la auto-imagen y el auto-concepto implican una auto-descripción, la autoestima implica una auto-evaluación. Ayudar a las personas a vencer la inferioridad y a construir una autoestima sana es un tema que ha emergido en la actualidad con gran relevancia para la consejería, tanto secular como pastoral.

### La Biblia y la Autoestima

Como consejeros cristianos es probable que encontremos a muchas personas que se sienten inferiores y tienen baja autoestima. Algunas personas están confundidas por el debate en torno a la autoestima. Algunos psicólogos y consejeros creen que el énfasis en la autoestima es incorrecto y condenan el “movimiento” de la autoestima. Escuchamos algunas predicaciones que condenan el valor propio y otras que lo exaltan. Es vital, por lo tanto, que entendamos y compartamos la enseñanza bíblica acerca del valor humano. De este modo podremos ser más efectivos al ayudar a las personas a vencer sus sentimientos de inferioridad. De este modo podremos también desarrollar auto-percepciones basadas en las verdades de las Escrituras.

1. *La Enseñanza Bíblica sobre el Valor Humano*. A través de sus páginas la Biblia afirma constantemente que los seres humanos son valiosos a los ojos de Dios.

Fuimos creados a imagen de Dios, con habilidades intelectuales, con la capacidad de comunicarnos, la libertad de hacer escogencias, el conocimiento del bien y el mal, y la responsabilidad de administrar y gobernar sobre el resto de la creación. Bruce Narramore escribió: “Puesto que somos creados a imagen de Dios poseemos gran valor, importancia y dignidad. Somos amados por Dios y merecedores del amor nuestro y el de los demás”.

2. *La Enseñanza Bíblica sobre el Pecado Humano.* La Biblia enseña que como resultado del pecado de Adán, todos los seres humanos son pecadores que están separados de Dios y condenados por su naturaleza y sus acciones pecaminosas. El pecado es rebelión contra Dios. El pecado conduce al conflicto interpersonal, la autojustificación, la tendencia a culpar a otros por nuestras debilidades, problemas psicosomáticos, agresión verbal y física, tensión y falta de respeto hacia Dios. Todo esto ciertamente tiene influencia sobre la manera como nos sentimos respecto a nosotros mismos, con frecuencia produce culpabilidad y, sin lugar a duda, disminuye nuestra autoestima. El pecado rompe la relación del ser humano con Dios, pero el pecado no niega el hecho de que a la vista de Dios aun somos seres humanos, corona de la creación divina, de inmenso valor y estima.

3. *La Enseñanza Bíblica sobre el Orgullo.* Algunos cristianos que enfatizan la depravación humana argumentan que la autoestima es una forma de orgullo. Dado que el orgullo es aborrecido por Dios, estos creyentes asumen que la autocondenación y la inferioridad son actitudes que nos mantienen humildes. El orgullo se caracteriza por un deseo exagerado de llamar la atención y recibir la alabanza de los demás. En contraste, la humildad se caracteriza por una auto-valoración precisa, una apertura a la opinión de los demás y una disposición de alabar a otros en vez de demandar reconocimiento para sí.

El apóstol Pablo, por ejemplo, estaba profundamente consciente de su pasado pecaminoso y de sus continuas imperfecciones, pero también reconocía sus logros considerables. El reconocía que había sido redimido y usado grandemente por Dios. Tenía una imagen realista de sí mismo, que no se caracterizaba por el orgullo, sino por una evaluación humilde de lo que Dios había hecho y estaba haciendo a través de él. La autoestima, una auto-valoración realista y la humildad van de la mano.

4. *La Enseñanza Bíblica sobre el Amor Propio.* La Biblia supone que nos amamos a nosotros mismos. Esta es una conclusión difícil de aceptar para algunos cristianos que consideran que el amor propio es lo mismo que una actitud de superioridad, una voluntad obstinada o un orgullo egocéntrico. Sin embargo, el amor propio significa que nos vemos a nosotros mismos como pecadores que han sido salvados por gracia, como personas creadas, valoradas y amadas por Dios, miembros valiosos del cuerpo de Cristo (si somos cristianos) y portadores de la imagen divina. Podemos amarnos a nosotros mismos porque Dios nos ama, y no negamos las habilidades y oportunidades que Dios nos ha dado. La perspectiva bíblica del amor propio debe ser el fundamento de la autoestima.

## Las Causas de la Inferioridad y la Baja Autoestima

Las enseñanzas bíblicas y las discusiones teológicas sobre la autoestima se encuentran en la base de muchos problemas de inferioridad y de auto-concepto. Sin embargo, las razones de una baja autoestima pueden ser distintas para cada aconsejado. Entre las causas probables se incluyen las siguientes:

1. *Una Teología Errónea.* Muchas personas se sienten inferiores porque asumen que los seres humanos no tienen valor alguno, que el pecado nos hace insignificantes para Dios y que la manera de ser humildes es condenarnos a nosotros mismos y negar los dones y habilidades que el Señor ha dado a cada uno de Sus hijos. Estos puntos de vista son sostenidos por personas sinceras, muchas de las cuales parecen asumir, erróneamente, que la autoestima es mala o que los sentimientos de inferioridad deberían caracterizar a los cristianos comprometidos.

2. *El Pecado y la Culpa.* Cuando violamos los principios de Dios somos culpables y como resultado sentimos remordimiento y decepción de nosotros mismos. Esto contribuye al desarrollo de los sentimientos de inferioridad y socava la autoestima.

3. *Las Experiencias del Pasado.* En una sociedad que valora el éxito es difícil experimentar el fracaso, el rechazo y la crítica. En ocasiones el fracaso ocurre, no porque intentamos y fracasamos, sino porque otros esperan que fracasemos. Cuando ni siquiera intentamos, el fracaso es seguro y la autoestima se deteriora aun más.

4. *La Relación entre Padres e Hijos.* Los consejeros en general concuerdan en que el fundamento de la autoestima de un niño se forma durante los primeros años de vida. De modo que la inferioridad y la baja autoestima a menudo surgen en el hogar. Muchos padres son inconsistentes en cuanto a la crianza de los hijos y a sus sentimientos hacia los niños. Hasta el padre más paciente explota en crítica de vez en cuando, o deja de demostrar afecto y aceptación por un breve lapso. Por lo general los niños no se ven afectados por este tipo de fluctuaciones menores de los padres; sin embargo, verdaderos sentimientos de inferioridad surgen cuando los padres: (1) Critican, avergüenzan, rechazan y regañan repetidamente; (2) Establecen estándares y expectativas que no son realistas; (3) Expresan la expectativa de que probablemente el niño va a fracasar; (4) Castigan repetida y severamente; (5) Insinúan que los niños son fastidiosos, estúpidos o incompetentes; (6) Evitan las caricias, los abrazos y el contacto físico afectuoso; y (7) Sobreprotegen o dominan a los niños, lo que los lleva a fracasar posteriormente en la vida, cuando se ven en la necesidad de valerse por sí mismos.

5. *Expectativas Poco Realistas.* Al crecer la mayoría de nosotros desarrolla expectativas para el futuro e ideales que nos gustaría alcanzar. Cuando establecemos expectativas e ideales demasiado elevados y poco realistas, nos condenamos al fracaso y a los sentimientos de inferioridad que éste conlleva.

6. *Pensamientos Erróneos.* Algunas personas asumen que la gente triunfadora y exitosa rara vez duda de sus habilidades y su capacidad, pero esto no necesariamente es cierto.

7. *Influencias de la Comunidad.* Toda sociedad tiene valores que son enfatizados por los medios de comunicación masiva y demostrados en hogares, escuelas, gobiernos, negocios y demás escenarios sociales.

### **Los Efectos de la Inferioridad y la Baja Autoestima**

Numerosos libros, discursos y sermones están llenos de historias inspiradoras de personas que enfrentaron grandes desventajas y obstáculos, pero que, con determinación inquebrantable, se levantaron y vencieron los obstáculos. Pensamos en personas como Abraham Lincoln, Teodoro Roosevelt, Franklin Roosevelt, Helen Keller y Winston Churchill. Todos ellos enfrentaron experiencias difíciles en la vida, pero utilizaron estas experiencias como un trampolín que los impulsó a vencer sus inferioridades. Menos admirable quizás, pero más evidente, es el caso de las personas que tratan de ocultar sus sentimientos de inferioridad y construyen una frágil autoestima por medio de una fachada engañosa de poder o éxito.

Todo el mundo se siente inferior de vez en cuando; pero cuando los sentimientos de inferioridad son intensos o permanentes, prácticamente todas las acciones, sentimientos, actitudes, pensamientos y valores se ven afectados.

### **Aconsejando a Personas con Sentimientos de Inferioridad y Baja Autoestima**

Los sentimientos de inferioridad y baja autoestima se acumulan a lo largo de muchos años. Por lo tanto, es poco realista esperar que el cambio se produzca rápidamente. No obstante, a través de un período de tiempo, los consejeros pueden ayudar de distintas maneras:

1. *Brindando apoyo, aceptación y aprobación genuinos.*
2. *Procurando desarrollar un entendimiento.*
3. *Compartiendo la perspectiva bíblica sobre la autoestima.*
4. *Motivando a la auto-revelación y a una auto-evaluación realista.*
5. *Estimulando una revaloración de experiencias, objetivos y prioridades.*
6. *Enseñando nuevas destrezas.*
7. *Ayudando al aconsejado a evitar tendencias destructivas.*

8. *Estimulando el apoyo grupal.*

9. *Enseñando al aconsejado a enfrentar el pecado.*

Es imposible sentirnos bien con nosotros mismos cuando deliberadamente desobedecemos los principios de Dios para nuestra vida. El pecado, en última instancia, genera culpa, auto-condenación, depresión y pérdida de la autoestima. Por lo tanto, es necesario ayudar al aconsejado a enfrentar su pecado con honestidad, confesarlo a Dios y recordar que Dios perdona y olvida.

La incapacidad para perdonar, especialmente la incapacidad para perdonarse uno mismo, también puede socavar la autoestima. Es necesario recordar que la venganza y la administración de justicia son responsabilidades de Dios, no nuestras. Debemos pedirle a Dios que nos ayude a perdonar, a entregar nuestros rencores y a aceptar verdaderamente el hecho de que podemos entregar la maldad y la injusticia en las manos de Dios, quien perdonará a quienes se arrepientan y aplicará justicia a los que hacen mal sin remordimiento. Hay ocasiones en las que nuestra mayor contribución a la autoestima de un aconsejado es ayudarle a aceptar el perdón y aprender a perdonar.

### **Previniendo la Inferioridad y la Baja Autoestima**

En términos ideales, la iglesia local es un cuerpo de creyentes que están comprometidos con la adoración y la evangelización mundial, y que comparten la determinación de enseñar, cuidar, edificar y hacer buenas obras unos a otros, libres de las luchas de poder, la manipulación y la búsqueda de estatus que caracteriza a gran parte de nuestra sociedad. Las comunidades cristianas pueden tener una poderosa influencia para cambiar el auto-concepto de los individuos y prevenir el desarrollo de sentimientos de inferioridad. Esto se puede lograr a través de la enseñanza, el apoyo a los individuos y la orientación a los padres, todo dentro del contexto de la comunidad de creyentes.

### **Conclusiones sobre la Inferioridad y la Autoestima**

Walter Trobisch, un hombre de Dios extraordinario, escribió: “El amor propio es el fundamento de nuestro amor por los demás, y cuando carecemos de amor propio el resultado es una multitud de problemas personales”. Esto no significa que neguemos las enseñanzas bíblicas sobre la auto-negación y el auto-sacrificio. La vida de Jesús demuestra que podemos aceptarnos a nosotros mismos sin ser egoístas; podemos negarnos a nosotros mismos y sacrificarnos sin negar la obra de Cristo en nuestra vida ni desechar los dones espirituales que Él nos ha dado.

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 8- PREGUNTAS DE ESTUDIO**  
**Inferioridad y Autoestima**

1. ¿Cuáles son dos resultados de los sentimientos de inferioridad?
  
2. ¿Cuál es la diferencia entre “autoestima” y “auto-imagen” y “auto-concepto”?
  
3. ¿Qué enseña la Biblia sobre el valor humano?
  
4. ¿Qué es el pecado y cómo nos afecta?
  
5. ¿Cuáles son las distintas causas probables de una baja autoestima?
  
6. ¿De qué manera los padres hacen que los niños desarrollen sentimientos de inferioridad?
  
7. ¿Cuáles son las formas en que los consejeros pueden ayudar a sus aconsejados a vencer los sentimientos de inferioridad y la baja autoestima?
  
8. En ciertas ocasiones, ¿cuál es la mayor contribución que el consejero puede hacer a la autoestima del aconsejado?
  
9. ¿Cómo pueden las comunidades cristianas locales ayudar a prevenir el desarrollo de sentimientos de inferioridad en los individuos?
  
10. ¿Cuál es el fundamento de nuestro amor por los demás y qué sucede cuando carecemos de este fundamento?

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 9 – GUÍA DE ESTUDIO**  
**Enfermedad Física**  
**Duelo**

**Libro de Texto: Consejería Cristiana Efectiva. Autor: Dr. Gary Collins, Ph.D.**  
**Texto Complementario: Capacitado para Orientar. Autor: Dr. Jay Adams**

**La Enfermedad Física**

Como todos sabemos, el cuerpo humano es un organismo extraordinario; pero el cuerpo no dura para siempre, al menos no en este mundo. No pensamos mucho en esto cuando estamos saludables, y nos resulta muy difícil hacer frente a la enfermedad cuando ésta nos limita, inhibe nuestra actividad y nos hace la vida más difícil. Con frecuencia la enfermedad se acompaña de enojo, desánimo, soledad, desesperación, amargura y confusión. Aconsejar a personas enfermas y sus familias es un desafío importante para el consejero cristiano.

**La Biblia y la Enfermedad Física**

La enfermedad es un tema que se encuentra a través de las páginas de la Biblia. El énfasis bíblico respecto a la enfermedad física apunta a varias conclusiones que pueden ser útiles para el consejero cristiano:

1. *La enfermedad es parte de la vida.* Al parecer la enfermedad entró en la raza humana como resultado de la caída, y desde entonces las personas han sabido lo que es estar enfermo. En todos los casos de enfermedad hay estrés tanto psicológico como físico.

2. *El cuidado de los enfermos, la compasión y la sanidad son importantes para los cristianos.* Jesús dijo que cuando ayudamos a una persona enferma es como si lo estuviéramos ministrando a Él. Los creyentes han recibido el mandato de orar por los enfermos y de ayudarlos en formas prácticas. El cristiano tiene la responsabilidad de cuidar de aquellas personas que no están bien de salud.

3. *La enfermedad, el pecado y la fe no necesariamente están relacionados.* Algunas veces la enfermedad física y el pecado personal están relacionados, pero no podemos concluir que cada caso individual de enfermedad es necesariamente resultado del pecado de la persona enferma. La Biblia no provee respaldo alguno a aquellos cristianos que afirman que las personas enfermas, en general, están fuera de la voluntad de Dios o tienen falta de fe. Dios nunca ha prometido sanar todas nuestras enfermedades en esta vida, y es incorrecto y cruel a la vez enseñar que todos aquellos enfermos cuya fe sea fuerte recibirán una sanidad instantánea.

4. *La enfermedad plantea algunas preguntas difíciles y cruciales respecto al sufrimiento.* Volúmenes enteros se han escrito para responder a estas dos preguntas: (1) Si Dios es bueno, ¿por qué permite el sufrimiento? y (2) Si Dios es Todopoderoso, ¿por qué no detiene el sufrimiento?

Para la mayoría de nosotros el dolor y el sufrimiento no tienen sentido. Hacemos todo lo que está a nuestro alcance para disminuir el dolor en nuestra vida y en la de otros, y oramos para que el dolor se vaya. La Biblia nos da luz respecto a este tema cuando enseña que el sufrimiento nos mantiene humildes, refina nuestra fe, nos conforma a la imagen de Cristo, nos enseña acerca de Dios, y produce paciencia, madurez, perseverancia y carácter. El sufrimiento también nos enseña a ser más amables y compasivos.

5. *Las enfermedades más graves a menudo plantean el tema sobre el derecho a morir.* Por razones que aun no entendemos con claridad, algunas personas parecen llegar a un momento en el que dejan ir la vida y mueren, aunque no hayan estado enfermas. Al parecer, para estos individuos un sistema cardiovascular saludable tiene menos peso que su conclusión de que ya no vale la pena vivir, así que se dejan morir.

Sin embargo, es más común el caso de las personas que desarrollan enfermedades tan severas, dolorosas y prolongadas, que desean morir pero no pueden. Esto ha dado lugar a un aumento creciente en las solicitudes de “suicidio asistido”. El consejero cristiano necesita abordar temas como éste. Los cristianos creemos que toda vida procede de Dios y es quitada según Su voluntad. A la eutanasia – término que el debate actual tiende a evitar – se oponen aquellas personas que valoran la vida humana. Este término significa el acto de matar a una persona sin dolor por misericordia. Ciertamente no puede haber respaldo bíblico para la acción de apresurar la muerte porque el paciente desea morir, de permitir que una persona muera de inanición porque su enfermedad dificulta su cuidado, o de negar atención médica a alguien que se encuentra en estado de coma o de muerte cerebral. ¿No utilizamos todos los medios médicos y tecnológicos disponibles para mantener vivo, a veces con dolor, a alguien que en el pasado habría muerto por causas naturales? Estas preguntas no tienen respuestas sencillas, pero los consejeros cristianos necesitan estar conscientes de estos y otros temas relacionados con el cuidado de la salud, que surgen en momentos cuando las personas enfrentan enfermedades físicas serias.

Cuando una persona está enferma, todo su ser se afecta – el ámbito físico, el psicológico y el espiritual. Jesús mostró interés en el ser integral de las personas; además de ministrar a las necesidades espirituales, Jesús demostró un interés profundo y práctico en el sufrimiento individual, las condiciones sociales, las luchas mentales y las enfermedades físicas de la gente. Como seguidores de Jesús, nosotros debemos tener el mismo interés compasivo en las personas a nivel integral. Separar los aspectos físico, psicológico, social y espiritual de una persona no sólo no es bíblico, sino que además es imposible. Tal enfoque nos impediría aconsejar de manera efectiva a los enfermos y sus familias.

## **El Duelo**

El duelo es una respuesta normal ante la pérdida de cualquier persona, objeto u oportunidad significativa. Es una experiencia de privación y ansiedad que se puede manifestar en la conducta, el pensamiento y las emociones de las personas, así como en su estado físico, sus relaciones interpersonales y su espiritualidad. La mayoría de las discusiones acerca del duelo tienen que ver con la pérdida que se experimenta cuando un ser querido u otra persona significativa muere. El proceso de duelo nunca es fácil y le plantea al consejero el difícil y a la vez gratificante desafío de ayudar a las personas a lidiar con la muerte.

### **La Biblia y el Duelo**

La Biblia describe la muerte de muchas personas y el duelo respectivo. En el Nuevo Testamento encontramos muchos pasajes que hablan de la muerte y el duelo, los cuales se pueden agrupar en dos categorías. Cada una de ellas revela la influencia de Cristo:

1. *Cristo ha cambiado el significado del duelo.* Para el cristiano, la muerte no es el fin de la existencia, sino el comienzo de la vida eterna. El que cree en Cristo sabe que los cristianos estarán con el Señor para siempre. La muerte física seguirá estando presente mientras al diablo se le permita tener el poder de la muerte; pero a través de Su crucifixión y resurrección, Cristo ha vencido la muerte y ha prometido que el que vive y cree en Él nunca morirá.

2. *Cristo ha demostrado la importancia del duelo.* Al inicio de Su ministerio Jesús predicó el Sermón del Monte, y en él habló acerca del duelo. “Bienaventurados los que lloran, porque ellos recibirán consolación”. Aún para el cristiano el duelo es normal y saludable. Pero el duelo también puede tornarse patológico y enfermizo, lo cual se tratará más adelante como un tema de especial interés para todo consejero cristiano.

### **Las Causas del Duelo**

El duelo surge cuando algo o alguien valioso se ha perdido, y quien sufre la pérdida se enfrenta al vacío y a la difícil tarea de reajustar su vida. La persona que pasa por un proceso de duelo se enfrenta a cuatro tareas difíciles que requieren tiempo: (1) aceptar la realidad de la pérdida; (2) sentir y conscientemente admitir el dolor de la pérdida (esto incluye soltarse de los lazos que lo unían a la persona fallecida); (3) ajustarse a un entorno en el que la persona fallecida ya no está; y (4) establecer nuevas relaciones. La última etapa parece ser la más difícil, porque las personas se sienten culpables e inseguras en cuanto a reinvertir sus energías en nuevas relaciones. Aunque las personas que viven un duelo quizás nunca se recuperen por completo de la pérdida, la mayoría de la gente eventualmente retorna a un estado de productividad y a la restauración de su bienestar físico y mental. Los consejeros de duelo en ocasiones se refieren a este proceso normal como “duelo no complicado”.

Sin embargo, en ocasiones el duelo es anormal, patológico y complicado. Este es un duelo intensificado, excesivamente prolongado, negado, o de algún modo desviado de las expresiones normales de dolor. ¿Por qué cierto duelo es normal mientras que otro es patológico? Aunque rara vez es posible identificar una causa del duelo patológico, diversas influencias parecen determinar la manera cómo las personas reaccionan ante una pérdida.

1. *Anticipación previa.* Hay alguna evidencia que sugiere que el duelo es más difícil cuando la pérdida es inesperada, prematura, traumática y repentina. Sin embargo, no hay certeza de que el duelo sea más sencillo cuando la muerte ha sido anticipada.

2. *Tipo de pérdida.* Cada tipo de pérdida parece traer su propia clase de sufrimiento y reacción. En la vida adulta, la muerte de los padres es el tipo de pérdida más común y el que la gente suele manejar mejor; es también el tipo de duelo con menor probabilidad de volverse patológico. La pérdida del esposo o la esposa es mucho más difícil. Las cargas que antes eran compartidas ahora se deben llevar a solas, lo cual puede causar mucho estrés. Aún más difícil es la pérdida de un hijo.

3. *Creencias.* Con el deseo de ayudar a otros, muchas personas que han vivido procesos de duelo han escrito libros sobre su propio sufrimiento y sus luchas con el reajuste. La religión les ha dado apoyo, significado y esperanza para el futuro. Los cristianos creemos que el Espíritu Santo, que vive en cada creyente, nos da consuelo y paz sobrenatural en tiempos de duelo.

4. *Trasfondo y Personalidad.* La mayoría de los psicólogos probablemente estarían de acuerdo en que “el mejor pronóstico de la conducta futura de una persona es su conducta pasada”.

5. *Entorno Social.* La mayoría de las culturas – si no todas – tienen formas socialmente aceptadas para atender las necesidades en tiempo de duelo. Estas costumbres sociales se han establecido en torno a las creencias y prácticas religiosas y al trasfondo racial o étnico de los dolientes.

6. *Circunstancias que acompañan la muerte.* La muerte de un líder venerado y respetado puede causar dolor a miles de personas, especialmente si el líder simbolizaba las esperanzas y expectativas de quienes lamentan su muerte. La cercanía con la persona fallecida, una muerte repentina y la edad de la persona fallecida son sólo algunos de los factores que tienen influencia en el proceso de duelo.

## **Los Efectos del Duelo**

El duelo a menudo se inicia con un período de conmoción, aturdimiento, negación, llanto intenso y a veces colapso. Luego continúa con un período prolongado de tristeza, inquietud, apatía, soledad, trastornos del sueño y recuerdo de memorias del

pasado. Posteriormente los síntomas del duelo van desapareciendo lentamente y la persona vuelve a asumir las actividades de la vida normal. A pesar de estas tendencias generales, muchos consejeros se resisten a identificar etapas específicas del duelo. Sin embargo, el duelo puede tener efectos físicos, emocionales-cognitivos, sociales y patológicos. Existe consenso general en que el duelo más intenso se completa en un período de uno a dos años. Cuando el duelo se prolonga por más tiempo y es acompañado por conductas patológicas, entonces hay un fuerte indicio de que este duelo no es normal.

## La Consejería y el Duelo

Las personas que viven un proceso de duelo no están buscando respuestas de gente que viene para hablar más que para escuchar. Más bien, estas personas necesitan comprensión, consuelo y contacto con personas sensibles que se preocupan por ellos.

1. *La consejería y el duelo normal.* El duelo normal es un proceso de sanidad difícil y prolongado que no necesita de ayuda especial, sino que se desarrolla de manera espontánea, y con el tiempo la persona que lo vive se recupera. Los recursos comúnmente disponibles donde la persona doliente puede encontrar ayuda son miembros de la familia, amigos, ministros y médicos. Debemos recordar que nuestro deseo es brindar apoyo a la persona que sufre y no establecer una dependencia enfermiza, evadir la realidad o estimular la negación. Con el tiempo, el apoyo y cuidado de los amigos ayuda a la persona doliente a superar el proceso de duelo y a asumir nuevamente las actividades normales de la vida.

2. *La consejería y el duelo patológico.* En la mayoría de los casos se busca la ayuda de los consejeros para trabajar con personas que manifiestan reacciones de un duelo patológico. Estas personas por lo general se resisten a recibir ayuda, pero la tarea del consejero es impulsar la transformación del duelo anormal en un duelo más normal. Esto se puede lograr (1) motivando al aconsejado a hablar de su relación con la persona fallecida; (2) estimulando la expresión de sentimientos y actitudes; (3) ayudando al aconsejado a entender el proceso de duelo; y (4) animando al aconsejado a hablar sobre el futuro.

3. *La consejería de niños que viven procesos de duelo.* En medio del duelo, con frecuencia las familias tratan de proteger a los niños de la realidad y la tristeza de la muerte. Sin embargo, debemos recordar que los niños también tienen la necesidad de vivir el duelo y de entender este proceso lo mejor que puedan según su capacidad. Muchos consejeros concuerdan en que, con excepción de los más pequeños, los niños deberían estar presentes en el funeral, porque ellos, al igual que los adultos, necesitan apoyo emocional y la oportunidad de aceptar la realidad de la pérdida.

4. *La consejería ante la muerte de un niño.* Siempre es difícil enfrentar la muerte de un ser querido, pero cuando quien fallece es un niño, la experiencia es especialmente perturbadora. Al igual que con otras formas de duelo, las personas que

han perdido un hijo necesitan recibir ayuda para expresar sus sentimientos, aceptar la pérdida y aprender a reajustar su vida. A menudo esta ayuda proviene de vecinos y amigos, de miembros de la iglesia y de otros padres que entienden lo que están viviendo porque han experimentado una pérdida similar en el pasado.

### **La Prevención y el Duelo.**

El duelo, por supuesto, no se puede y no se debe prevenir. Cuando las personas que sobreviven al fallecido no demuestran dolor es posible que no haya existido una relación cercana con él, pero también es posible que el proceso de duelo esté siendo negado o evadido. Esto puede llevar a un duelo patológico, la clase de duelo anormal que queremos prevenir.

1. *Antes del momento de la muerte.* La prevención previa a la muerte puede incluir:

(a) Desarrollar actitudes saludables en el hogar – Sean niños o adultos, nadie puede estar completamente preparado para enfrentar la muerte de un ser querido, pero una actitud abierta en el hogar facilita la comunicación y hace que las conversaciones sobre la muerte se manejen de manera más natural.

(b) Restaurar las relaciones familiares – Algunas veces el duelo se complica por los sentimientos de culpa, enojo, celos, amargura, competitividad y otras situaciones familiares que no se resuelven antes de la muerte. Esto se puede prevenir, de modo que posteriormente el duelo sea más llevadero, si antes de la muerte los miembros de la familia (1) aprenden a expresar sus sentimientos y a conversar sobre sus frustraciones; (2) perdonan verbalmente y aceptan el perdón unos de otros; (3) expresan amor, aprecio y respeto; y (4) desarrollan un interdependencia saludable que evite la manipulación y las relaciones inmaduras de dependencia.

(c) Establecer relaciones de amistad – El duelo es más difícil cuando no se tiene establecida una red de amigos que brindan su apoyo.

(d) Mantenerse activo – Las personas que están involucradas en diversas actividades se dan cuenta de que esos espacios les ayudan a aliviar el dolor de la muerte y de otras pérdidas.

(e) Estimular la salud mental – Las personas bien adaptadas, que han aprendido a manejar con éxito las pequeñas crisis de la vida, por lo general también enfrentan el duelo de manera exitosa.

(f) Anticipar y aprender sobre la muerte.

(g) Entendimiento teológico. Después del funeral no es el momento para empezar a preguntar sobre la vida eterna y la realidad del cielo y el infierno. Las

verdades bíblicas pueden ser reconfortantes, especialmente si se aprenden y se asimilan antes de que inicie el proceso de duelo.

2. *En el momento de la muerte.* Las horas y días posteriores a la muerte de un ser querido pueden tener una gran influencia en la manera cómo se ha de manejar el proceso de duelo.

3. *Después del momento de la muerte.* La presencia continua de personas que brindan apoyo y cuidado a los dolientes, incluyendo consejeros pastorales, puede ser de gran ayuda durante los meses posteriores a la muerte.

4. *La Iglesia y la preparación para la muerte.* Puede haber una preparación indirecta a través del fortalecimiento de la comunicación familiar, el estímulo de la honestidad expresada en amor, y la motivación para que las personas expresen sus sentimientos y hablen con libertad acerca de la muerte.

5. *Fortalecimiento del Consejero.* Si somos seres humanos sensibles, hay momentos en los que no podemos, ni debemos, contener las lágrimas. Tal muestra de empatía e menudo ayuda al aconsejado, a menos que el consejero parezca haber perdido el control, de modo que ya no da la impresión de ser capaz de brindar ayuda.

Se han sugerido tres pautas para ayudar a los consejeros de duelo a lidiar con sus propias necesidades: (1) Debe conocer sus limitaciones en cuanto al número de personas con las que puede trabajar a la vez; (2) Debe permitirse sentir dolor; y (3) Debe desarrollar la práctica de buscar apoyo y ayuda de otras personas.

### **Conclusiones acerca del Duelo**

El duelo es una experiencia universal. Pocos escapan de él, algunos quedan atrapados en él, y aquellos que lo superan a menudo sienten que han vivido una dolorosa experiencia refinadora. El duelo no es una experiencia que buscamos o que aceptamos voluntariamente. A veces llega sin avisar y se recibe con reticencia, y la única manera en que se puede conquistar es enfrentándolo honestamente, con la ayuda divina y con el apoyo de otros seres humanos.

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 9- PREGUNTAS DE ESTUDIO**  
**Enfermedad Física**  
**Duelo**

1. ¿Cuáles son algunas conclusiones que pueden ser útiles para el consejero cristiano?
  
2. ¿De qué manera responderíamos a aquellos que dicen que las personas enfermas están fuera de la voluntad de Dios o tienen falta de fe?
  
3. ¿Cuáles son las dos preguntas cruciales planteadas por la enfermedad y el sufrimiento?
  
4. ¿Qué es la eutanasia y por qué los cristianos se oponen a ella?
  
5. ¿Qué nos impide aconsejar de manera efectiva a los enfermos y a sus familias?
  
6. ¿Cuáles son las dos categorías en las que se agrupan los pasajes del Nuevo Testamento que hablan de la muerte y el duelo?
  
7. ¿Cuáles son cuatro tareas difíciles que enfrenta la persona que pasa por un proceso de duelo?
  
8. ¿Por qué deberían los niños asistir a los funerales?
  
9. ¿En qué formas se puede ayudar a lograr el objetivo de transformar el duelo anormal en un duelo normal?

10. ¿Cuáles son las tres pautas que se han sugerido para ayudar a los consejeros de duelo a lidiar con sus propias necesidades?

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 10 – GUÍA DE ESTUDIO**  
**La Soltería**  
**Escogiendo Pareja para el Matrimonio**

**Libro de Texto: Consejería Cristiana Efectiva. Autor: Dr. Gary Collins, Ph.D.**  
**Texto Complementario: Capacitado para Orientar. Autor: Dr. Jay Adams**

**La Soltería**

La cifra de adultos solteros es astronómica y sigue aumentando rápidamente. Alimentada por la alta tasa de divorcios y la tendencia a casarse a una edad mayor, la explosión de solteros está alterando el mercado inmobiliario, cambiando nuestros valores e inspirando decenas de nuevos servicios y productos que van desde citas por Internet hasta comidas empacadas que vienen en porciones individuales. Este grupo creciente de nuestra población incluye a las personas que nunca han estado casadas y a aquellas que anteriormente estaban casadas, pero que perdieron a su cónyuge por muerte o por divorcio. Este grupo incluye padres y madres solteros, personas viudas (hay más de 10 millones en Estados Unidos), sacerdotes y monjas célibes, la mayoría de estudiantes universitarios, muchos homosexuales, personas que legalmente siguen casadas pero viven separadas de su cónyuge, personas que han escogido no casarse y aquellas que pasan su vida esperando el día en que caminarán hacia el altar. La cifra de adultos solteros no incluye a aquellos esposos y esposas cuyo matrimonio se ha vuelto tan frío y distante que, aunque coexisten bajo el mismo techo, viven vidas aisladas el uno del otro, lo que en la práctica hace que pudieran ser considerados como solteros.

Plagados por la soledad, la inseguridad, la baja autoestima y a veces el rechazo, muchos solteros enfrentan constantes recordatorios de que no están en sintonía con la sociedad. Las personas solteras tienden a pagar impuestos más altos y con frecuencia tienen dificultad para obtener crédito, seguros, préstamos, ascensos, o incluso una buena mesa en un restaurante.

Conocer a otros solteros también puede ser un problema. Los contactos en bares y centros nocturnos para solteros pueden ser pasajeros y destructivos, por lo que algunas personas recurren a la iglesia. Sin embargo, muchos sienten que no son bienvenidos o que son apenas tolerados por miembros de la iglesia que no entienden a las personas solteras, no saben cómo relacionarse con ellas, y en ocasiones las rechazan abiertamente, en especial si son divorciadas. Muchos solteros viven vidas satisfactorias, productivas y llenas de significado. Consideremos a Jesús, por ejemplo. Para muchos otros, sin embargo, es difícil ser solteros; para ellos la consejería puede ser beneficiosa.

**La Biblia y la Soltería**

Adán fue la primera persona que experimentó la soltería, pero no por mucho tiempo. Dios declaró que “no es bueno que el hombre esté solo”, así que creó a la mujer

y Adán se convirtió en el primer hombre casado. Claramente el matrimonio era la intención de Dios para la raza humana. Dios esperaba que el hombre y la mujer se unieran para tener compañerismo e intimidad sexual, para perpetuar la raza humana y para trabajar juntos en el uso y control del entorno.

Tanto Jesús como el apóstol Pablo llamaron a la soltería un “don”. Muchos individuos bien adaptados son solteros, aunque no perciben su estado de soltería como un don. En 1 Corintios 7, Pablo exalta la soltería como una forma de vida en la que las personas pueden dar su completa devoción a Cristo, ya que están libres de las grandes responsabilidades y las presiones financieras que a menudo vienen con el matrimonio.

Pero, ¿cuántos cristianos solteros ven la vida de esta manera? En vez de dar “su completa devoción” al *Señor*, muchos están ocupados lamentando su destino, tratando de encontrar la forma de calzar en la sociedad, luchando con sentimientos de inadecuación, tratando con “completa devoción” de encontrar pareja, y en ocasiones resistiendo las presiones de los padres, que critican a sus hijos adultos solteros. Esto nos lleva a considerar los problemas de la soltería.

### **Las Causas de los Problemas de la Soltería**

¿Por qué algunas personas no se casan? ¿Por qué la soltería ocasiona problemas? Para responder a estas preguntas podemos considerar las cinco categorías principales de personas solteras. Cada categoría tiene un conjunto de desafíos particulares relacionados con el hecho de no estar casados.

1. *Algunas personas no han encontrado pareja o han decidido posponer el matrimonio.* En años recientes se ha observado una tendencia creciente entre los adultos jóvenes a posponer el matrimonio. El movimiento feminista ha contribuido a hacer aceptable y financieramente posible el hecho de que las mujeres vivan solas y experimenten independencia antes de establecerse en el matrimonio. Las cambiantes actitudes sociales respecto al sexo han llevado a muchas personas a concluir que no hay necesidad de casarse ni de permanecer fiel a una sola pareja sexual.

2. *Algunas personas escogen no casarse.* Esta puede ser una decisión deliberada de permanecer solteros o puede darse como una conciencia y una aceptación gradual del hecho que el matrimonio no es probable. Un estudio reveló que el 12% de las mujeres nacidas a mediados de la década de 1950 no se casó, en contraste con el 4% de mujeres nacidas veinte años atrás.

3. *Algunas personas han experimentado la ruptura de su matrimonio.* Si un matrimonio ha sido infeliz por largo tiempo, el fin de la relación puede traer un sentido temporal de alivio. Sin embargo, la vida no es fácil para las personas que vuelven a “ser solteras” a causa de una separación o un divorcio. Muchas de ellas experimentan soledad, dificultad para ajustarse a la transición del matrimonio a la soltería, intensos sentimientos de fracaso, culpa y amargura, y dificultades con su auto-imagen.

4. *Algunas personas han perdido a su cónyuge.* Esta experiencia conlleva dolor, soledad y un sentido de pérdida grande que sólo aquellos que lo han vivido pueden realmente comprender.

5. *Algunas personas tienen otras razones para permanecer solteras.* Algunas de estas razones incluyen: (1) Enfermedades crónicas y discapacidades, tanto físicas como mentales, que reducen el potencial para el matrimonio; y (2) Inmadurez, incluyendo una incapacidad para dar y una falta de disposición para aceptar responsabilidades y hacer compromisos.

### **Los Efectos de la Soltería**

Es importante enfatizar que la soltería en sí no es un problema para todos los solteros. Así como algunas personas casadas tienen problemas en el matrimonio mientras que otras no, así también algunas personas solteras tienen problemas relacionados con la soltería que otros solteros no experimentan. Todos conocemos personas solteras, en su mayoría mujeres, que verdaderamente han dado “su completa devoción” al Señor y que dedican su vida al servicio de los demás.

En ciertas conferencias se le pide a los solteros que enumeren sus mayores fuentes de estrés y frustración. Con frecuencia los aspectos incluidos en la lista no tienen nada que ver con la soltería, sino que se trata de problemas similares a los de las personas casadas. El estrés del trabajo, las finanzas, las relaciones con personas difíciles, el manejo del tiempo, el control del peso y la búsqueda de dirección en la vida son problemas comunes a personas casadas y solteras. No obstante, hay algunas situaciones que se presentan más frecuentemente entre solteros; situaciones que probablemente han de surgir durante una sesión de consejería.

1. *Problemas de Soledad.* Intensos sentimientos de soledad a menudo agobian a las personas solteras, especialmente a aquellas que viven solas y que no tienen un hombro en que llorar, alguien con quien reír o alguien que les diga “Te comprendo”. Hay personas que desconfían del ministerio de un soltero, especialmente si el ministro es hombre. Piensan que si el ministro no está casado algo debe andar mal y creen que no podrá entender sus problemas por no estar casado. Esto nos lleva al siguiente problema, que es el tema de la autoestima.

2. *Problemas de Autoestima.* Cuando las personas a tu alrededor desconfían de ti, piensan que algo anda mal contigo, no te aceptan, no toman en cuenta tus opiniones, y no quieren tener una cita contigo o tenerte como pareja en el matrimonio, es fácil llegar a la conclusión de que “aparentemente no soy muy atractivo ni valioso”.

3. *Problemas de Identidad y Dirección.* Muchos solteros podrían identificarse con la persona que escribió: “Como adulto soltero, no sé cómo calzar en un mundo en el que, si no tienes pareja, es difícil ser aceptado socialmente, en un trabajo o incluso en la iglesia”.

4. *Problemas Emocionales.* Siempre que las personas tienen problemas que no pueden ser resueltos satisfactoriamente, hay una tendencia a enojarse. En ocasiones esta hostilidad es dirigida hacia Dios, o hacia otras personas que son sólo espectadores inocentes. De acuerdo con la Biblia, tal amargura puede causar problemas y llevar a acciones pecaminosas.

El temor también es común entre los solteros: temor de estar solo, temor al rechazo, temor de que la soltería sea una evidencia de la desaprobación de Dios, temor de tomar decisiones insensatas por no tener a nadie con quien discutir sus planes.

### **Aconsejando a los Solteros**

En ocasiones las personas solteras parecen estar felices en su estado de soltería, pero en el fondo puede haber sentimientos ocultos de duda personal, de culpa por relaciones vacías y de falta de confianza en sí mismos. Con frecuencia es terapéutico para el aconsejado descubrir que no necesariamente él es culpable de su soltería, que es normal tener conflictos emocionales, y que necesita entender que no todos sus problemas provienen de la niñez, donde ya no pueden ser resueltos. La depresión por lo general resulta de la falta de esperanza y el aislamiento. También puede ser beneficioso ayudar al aconsejado mientras lucha con la soledad, el enojo, la culpa, las relaciones interpersonales y los problemas de autoestima.

(1) El consejero debe considerar su propia actitud hacia los solteros. Cada soltero, al igual que cada persona casada, es un ser humano único con fortalezas y necesidades individuales. Algunos tienen muchos problemas por su soltería; pero la mayoría no los tienen. (2) El aconsejado soltero necesita apoyo y aceptación, un oído dispuesto a escuchar su historia, y en ocasiones, una persona que pueda entender su dolor, su amargura y sus luchas sin condenar. (3) El consejero debe ayudar al aconsejado a definir planes claros para el futuro, además de hacer frente a los problemas presentes con honestidad. (4) Puesto que la persona soltera no tiene pareja, necesita ayuda para cultivar amistades aparte del matrimonio. Suena fácil, pero en realidad no lo es. (5) Los padres solteros necesitan ayuda, porque en ocasiones se sienten abrumados y frustrados con la crianza de los hijos. (6) Los consejeros deben ayudar a las personas a esperar. Esperar para encontrar a la persona correcta no es fácil, especialmente en esta era de velocidad, eficiencia e impaciencia ante los inconvenientes. Las personas solteras necesitan tener paciencia en vez de apresurarse e involucrarse en una relación que luego lamentarán.

### **Conclusiones Acerca de la Soltería**

La soltería no es una enfermedad ni una maldición para los muchos solteros que viven vidas realizadas y productivas. Millones de adultos en el mundo son solteros – unos nunca se han casado y otros estuvieron casados anteriormente – y muchos de ellos permanecerán así. Los solteros tienen las mismas luchas y enfrentan en parte los mismos problemas de las personas casadas, pero hay desafíos singulares que resultan de ser soltero. Estos problemas deben ser comprendidos y enfrentados con honestidad por cada

individuo, sea casado o soltero, con la ayuda de su consejero. La iglesia juega un papel importante en hacer que la vida sea satisfactoria para los solteros. Los solteros pueden encontrar gran ayuda al acercarse a Dios y al tener la actitud de colocar su vida y sus relaciones en las manos de Dios y estar dispuestos a dejar que Él los guíe, aún si eso significa que permanezcan solteros. Los consejeros cristianos, los líderes de la iglesia y los miembros de la congregación deben recordar que las personas solteras son miembros importantes y valiosos del cuerpo de Cristo. Los adultos solteros deberían recibir plena aceptación en la comunidad de fe.

Los adultos solteros deben ser integrados a vida de la iglesia, pero también puede haber programas para atender sus necesidades particulares. Los grupos de solteros en la iglesia son de gran ayuda, especialmente cuando acogen a los nuevos, evitan el énfasis en promover citas y hacer parejas, proveen espacios para los hijos de los solteros y en ocasiones los involucran en las reuniones sociales, son sensibles a las necesidades personales y espirituales de los miembros del grupo, y son dirigidos por líderes maduros, sensibles y preferiblemente solteros. Los solteros tienen necesidades e intereses distintos.

Ser soltero no significa ser persona de segunda categoría. A pesar de las desventajas y las decepciones, ser soltero tiene sus ventajas, y los consejeros no deben olvidarlo. Los solteros tienen todo el potencial para desarrollar estilos de vida plenos, significativos y Cristo-céntricos. Los consejeros y la iglesia pueden hacer de esta posibilidad una realidad.

### **Escogiendo Pareja para el Matrimonio**

Muchos cristianos estarían de acuerdo en que la decisión más importante en la vida es la de aceptar o rechazar a Cristo Jesús como Señor y Salvador. En segundo lugar está la elección de la persona que será nuestro compañero o compañera para toda la vida. En nuestra sociedad, el matrimonio ya no es considerado por muchos como una institución sagrada y permanente. Sin embargo, los cristianos todavía reconocemos la permanencia del matrimonio, en teoría al menos, si no en la práctica. Aunque es cada vez más común, el divorcio no se promueve, y las personas solteras toman la elección de una pareja con mucha seriedad. Con el propósito de escoger sabiamente, muchas personas solteras buscan la guía de un amigo, de un matrimonio con experiencia, o de un pastor o consejero profesional. Los libros de consejería tienden a ignorar este tema, pero ayudar a una persona a elegir un compañero de vida puede ser una de las tareas más gratificantes del consejero.

### **La Biblia y la Elección de la Pareja**

La Biblia dice poco acerca de la elección de pareja. Tanto Jesús como Pablo expresaron su aprobación del matrimonio, pero ninguno mencionó cómo debería elegirse la pareja. Se ha planteado la pregunta de si tenemos directrices bíblicas para escoger pareja hoy en día. Se ha sugerido que hay solamente un criterio – los creyentes deben casarse sólo con otros creyentes; los cristianos no deberían casarse con personas

inconversas. Pablo escribió: “No os unáis en yugo desigual con los incrédulos; porque ¿qué compañerismo tiene la justicia con la injusticia?” Esta es una advertencia: los cristianos y los inconversos no pueden caminar en una misma dirección como socios de negocios ni como cónyuges.

¿Qué papel juega la guía divina en la elección de pareja? La mayoría de los cristianos estarían de acuerdo en que podemos esperar que Dios nos guíe en la elección de una pareja, del mismo modo que confiamos en Él en todos los demás aspectos importantes de nuestra vida. Sin embargo, la opinión de los cristianos está dividida en cuanto al tema de si Dios tiene sólo una escogencia posible para la persona que está buscando un compañero de vida. De acuerdo con la enseñanza bíblica, tanto el matrimonio como la soltería son aceptables delante de Dios y la elección de pareja se rige solamente por el requisito de que los creyentes se casen con creyentes. Más allá de este requisito, los cristianos tienen libertad para escoger pareja con base en su propia reflexión cuidadosa y en los aportes concienzudos de otras personas, incluyendo consejeros cristianos.

### **Las Causas de Una Buena o Mala Elección de Pareja**

La elección de pareja para el matrimonio ha sido calificada como “una de las decisiones más gratificantes” de la vida; “es también una de las más difíciles”. Para ayudar a las personas a elegir sabiamente y a disminuir el riesgo de cometer un error, los consejeros podrían considerar las respuestas a cinco preguntas importantes:

1. *¿Por qué las personas escogen una pareja para el matrimonio?* Algunos responderían que la mayoría de las personas se casan porque están enamoradas. “Amor” puede ser una de las palabras más confusas y ambiguas de nuestro lenguaje.

2. *¿Por qué algunas personas no escogen pareja para el matrimonio?* El mismo Dios que creó el matrimonio aparentemente no esperaba que todo el mundo encontrara pareja. Algunas de las razones más comunes por las que algunas personas no se casan son: (1) Algunas personas no tienen oportunidades para conocer personas elegibles. (2) Otras no aprovechan las oportunidades que se les presentan. (3) En una tercera categoría se encuentran las personas que son poco atractivas para el sexo opuesto, posiblemente por características mentales, físicas o psicológicas. (4) Algunas personas nunca llegan a desarrollar independencia emocional. (5) Otras prefieren encontrar intimidad aparte del matrimonio tradicional. (6) Algunas personas simplemente no quieren casarse.

3. *¿Dónde encuentra pareja la gente?* Varias décadas de investigación han confirmado que en su mayoría, las personas eligen parejas de clase social, nivel económico y educativo, ocupación, grupo de edad, raza, trasfondo religioso y área de residencia similares.

4. *¿Por qué algunas personas escogen de manera insensata?* Aunque la elección de una pareja es una de las decisiones más importantes de la vida, pocas veces se

toma de manera lógica y analítica. Cuando una pareja se casa por motivos equivocados, es probable que más tarde lamenten esta decisión.

5. *¿Por qué algunas personas escogen sabiamente?* A pesar de todo el potencial para el fracaso, algunas personas eligen su pareja sabiamente. Algunas razones para esto son: (1) Convicciones cristianas; (2) Trasfondos similares y necesidades complementarias; (3) Compatibilidad emocional; (4) Habilidades para el matrimonio. Un consejero cristiano ha enumerado siete características que se observan en matrimonios saludables: tiempo compartido en pareja, intereses espirituales mutuos, habilidad para negociar, madurez, juego y humor, intimidad (incluyendo expresiones de aprecio mutuo y el compartir de pensamientos y sentimientos internos), y la disposición de hacer compromisos.

### **Los Efectos de una Buena o Mala Elección de Pareja**

Las buenas escogencias no siempre llevan a buenos matrimonios, pero la elección cuidadosa de la pareja provee un fundamento sólido para construir una buena relación de esposo y esposa. El matrimonio involucra esfuerzo, riesgo y a veces decepción. Esto nunca es fácil de experimentar, pero es más placentero y alentador trabajar con un compañero de vida compatible, que con alguien que aparentemente fue una decisión equivocada.

### **La Consejería y la Elección de Pareja**

A pesar de su importancia, la elección de una pareja para el matrimonio pocas veces se realiza de manera cuidadosa, objetiva y racional. Cuando las personas se enamoran tienden a pasar por alto los defectos de la otra persona, a ignorar las señales de peligro y a desechar el consejo de personas más objetivas. Se cuenta la historia del “Tío Buddy” Robinson, un gran predicador de antaño, quien conoció a una joven llamada Sally y se enamoró de ella. Empezó a orar al respecto y dijo: “¡Señor, haz tu voluntad, pero Señor, dame a Sally!”

Para el consejero, hay varios objetivos que deben ser tomados en cuenta: (1) Evaluación espiritual. La Biblia es muy clara en su enseñanza de que los creyentes sólo deben casarse con creyentes, por lo que esto se debe enfatizar repetidamente. (2) Afirmación. En ocasiones las personas acuden a un consejero con el temor de que nunca se casarán. Piensan que algo anda mal con ellos o que Dios los ha defraudado al no permitirles casarse. Es necesario motivar a estas personas a vivir su vida a plenitud en el presente. Si encuentran pareja, perfecto. Pero si no llegan a encontrar pareja, aún así su vida puede ser productiva y gratificante. (3) Orientación en la elección de pareja. Algunas personas necesitan orientación práctica para encontrar opciones de pareja elegibles. Esto involucra dos aspectos: encontrar lugares donde haya otros solteros y aprender a relacionarse. (4) Evaluación de motivos, ideales y madurez. ¿Por qué quiere el aconsejado encontrar una pareja? o ¿por qué no quiere casarse? En ocasiones las respuestas del aconsejado a estas preguntas no son lo que el consejero espera, pero pueden ser útiles al aconsejar. (5) Enseñar acerca de la elección de pareja. De muchas

maneras la consejería es una forma especializada de educación. (6) Estimular la paciencia. En todo este proceso se debe animar al aconsejado a ser paciente, a orar regularmente por una pareja para el matrimonio, a confiar en la guía y el tiempo de Dios, y a estar alerta ante las oportunidades de conocer personas que podrían ser opciones potenciales de pareja.

### **Previendo una Mala Elección de Pareja**

En la elección de pareja para el matrimonio, la mejor protección contra la equivocación es estar bien prevenido. Mientras más pronto se presente y se discuta la información, mejor, porque hemos notado que una vez que las personas se enamoran, los hechos concernientes a la elección de pareja tienden a perder relevancia e influencia.

### **Conclusiones Sobre la Elección de Pareja**

En nuestra sociedad, el cristiano reconoce que el matrimonio involucra más que hacer un pacto matrimonial. Es la unión de dos individuos que vienen a ser uno, a la vez que conservan sus personalidades únicas, pero entrelazadas. Probablemente no sea cierto que en este mundo hay sólo una persona perfecta, designada por Dios, para cada uno de nosotros; pero ciertamente es verdad que Dios puede, y a menudo lo hace, guiar a las personas a encontrar la pareja que llenará sus necesidades y con quien podrán unirse de por vida. Con frecuencia Dios guía a través de consejeros que están dispuestos a ofrecer orientación a las personas solteras en el proceso de escoger una pareja.

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 10 – PREGUNTAS DE ESTUDIO**  
**La Soltería**  
**Escogiendo Pareja para el Matrimonio**

1. ¿Quién fue la primera persona que experimentó la soltería y qué dijo Dios al respecto?
  
2. ¿Cuáles son las cinco categorías principales de personas solteras?
  
3. ¿Cuáles son los principales problemas de las personas solteras?
  
4. ¿Cuáles son los temores más comunes de los solteros?
  
5. Aún cuando los solteros parecen estar felices, ¿qué se encuentra oculto algunas veces?
  
6. De acuerdo con la mayoría de los cristianos, ¿cuál es la decisión más importante en la vida? ¿Cuál es la segunda decisión más importante?
  
7. ¿Cuál es la única directriz bíblica para la elección de una pareja?
  
8. ¿Cuáles son seis razones comunes por las que las personas no se casan?
  
9. ¿Cuáles son cuatro razones por las que algunas personas escogen pareja sabiamente?
  
10. ¿Cuáles son dos aspectos involucrados en la orientación práctica para encontrar opciones de pareja elegibles?

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 11 – GUÍA DE ESTUDIO**  
**Consejería Prematrimonial**  
**Problemas Matrimoniales**

**Libro de Texto: Consejería Cristiana Efectiva. Autor: Dr. Gary Collins, Ph.D.**  
**Texto Complementario: Capacitado para Orientar. Autor: Dr. Jay Adams**

**Consejería Prematrimonial**

En cierta ocasión, el psicólogo Carl Rogers expresó una perspectiva sobre el matrimonio que nos pone a pensar. “Si el 50 o el 75 por ciento de los carros de Ford o General Motors dejaran de funcionar por completo durante los primeros años de su vida útil...”, escribió Rogers, “...las protestas del público serían abrumadoras, y se tomarían medidas drásticas para corregir la situación.” Esto sucede con muchos matrimonios, pero casi nadie protesta por ello. El divorcio es frecuente, menos de la mitad de los matrimonios que permanecen juntos se pueden considerar exitosos, y con frecuencia las parejas parecen no poder o no querer corregir la situación.

Hay muchas razones para la inestabilidad actual de los matrimonios, pero una causa puede ser la falta de cuidado con la que se unen muchas parejas. Fundamentados principalmente en la atracción sexual, el deseo de escapar de una situación familiar difícil, un vago sentimiento de amor, o algún otro motivo igualmente pasajero, muchas relaciones matrimoniales son demasiado frágiles para sobrevivir las presiones, desafíos y tormentas del diario vivir. Muchas parejas se casan sin estar preparadas para las tensiones o para el esfuerzo y determinación que se requiere para hacer que el matrimonio funcione, por lo que muchos prefieren darse por vencidos y terminar la relación. Aquello que fue diseñado para ser significativo y satisfactorio se convierte en una experiencia frustrante y personalmente devastadora.

Las sociedades modernas, especialmente en Occidente, no demandan ni esperan mucho del matrimonio. En muchos lugares es más fácil obtener una licencia para efectuar matrimonios que un permiso para conducir. Puede ser que el novio y la novia no sepan nada acerca del matrimonio. Con frecuencia nadie le dice nada a una pareja de novios que parece haber tomado una mala decisión en cuanto a su elección de pareja. Las mismas personas que invierten horas planificando sus vacaciones, su carrera profesional, las compras importantes, la recepción de la boda y la luna de miel, muchas veces rechazan la sugerencia de que podrían beneficiarse de un poco de orientación en la preparación para el matrimonio.

La consejería prematrimonial es principalmente preventiva. Se enfoca en la educación y la información. Se interesa más en construir una unión capaz de sobrevivir los ataques futuros que en sanar heridas existentes. A pocas personas les entusiasma la consejería preventiva – la mayoría cree que “los problemas afectan a otros, pero a nosotros nunca nos sucederá” – por lo que hay una tendencia a rechazar esta ayuda; a

algunos incluso les molesta que les sugieran buscar este tipo de consejería. A menudo los consejeros se desilusionan de la consejería prematrimonial. Muchos se preguntan si el esfuerzo vale la pena. Un experimentado consejero llegó a la conclusión de que la consejería prematrimonial era inútil, porque la mayoría de las parejas en su iglesia acudían a ella con una actitud de “tolerancia adormecida”. En dicha iglesia los futuros esposos se comprometían a buscar un consejero matrimonial o ministro competente a la primera señal de problemas. No obstante, si las parejas se resisten a la consejería prematrimonial, es poco probable que busquen consejería a la primera señal de dificultad en el matrimonio.

### **La Biblia y la Consejería Prematrimonial**

En toda la Escritura, la referencia más cercana a la consejería prematrimonial que encontramos es el consejo de Pablo en 1 Corintios 7. Pablo anima a las personas a permanecer solteras, pero reconoce que es mejor casarse que quemarse de deseo. Advierte que el matrimonio traerá desafíos y presiones, y señala que es difícil para las personas casadas servir al Señor de todo corazón. En otras partes del Nuevo Testamento leemos acerca de cómo debe ser un matrimonio ideal, qué roles deben desempeñar el esposo y la esposa, y cómo deben funcionar como padres. La Biblia advierte acerca de la tensión matrimonial y presenta la descripción de Dios del matrimonio ideal como el objetivo al que toda pareja debe aspirar. Más allá de esto no hay instrucciones específicas para la orientación prematrimonial.

### **Razones para la Orientación Prematrimonial**

En nuestra sociedad existe la tendencia a dedicar más tiempo a la preparación de la boda que a prepararse para el matrimonio. Como resultado, muchas bodas hermosas son seguidas por años de miseria o, en el mejor de los casos, de felicidad mínima. Por lo tanto, hay varias razones por las que es importante ayudar a las personas a prepararse para el matrimonio. Estas son:

1. *Expectativas poco realistas que pueden llevar al desencanto.* Al acercarse al matrimonio, quizás la mayoría de las parejas asume que tienen una relación única. Muchas parejas esperan que el matrimonio les provea desarrollo y realización personal, expresiones mutuas de afecto, satisfacción de las necesidades sexuales, un compartir de las responsabilidades de la crianza de los hijos, un disfrute mutuo de estatus, pertenencias y seguridad, e intereses compartidos en cuanto a amigos, recreación y adoración. Sin embargo, nunca en la historia de la raza humana tantas personas han esperado tanto del matrimonio y la vida familiar.

2. *Inmadurez personal que puede llevar a la insensibilidad.* Las personas inmaduras tienden a ser egocéntricas. En diferentes momentos estas personas pueden ser manipuladoras (sea sutil o abiertamente), explotadoras o competitivas con su pareja, todo en un intento de satisfacer sus propias necesidades emocionales.

3. *Roles cambiantes que pueden llevar a la confusión.* Hubo una época cuando los roles del esposo y la esposa estaban claramente definidos y eran ampliamente aceptados en nuestra sociedad. Esto ha cambiado, aún en la iglesia.

4. *Estilos alternativos de matrimonio que pueden llevar a la incertidumbre.* La familia tradicional está en problemas, y una de las causas de esto podría ser nuestra actitud inflexible. Muchas de las alternativas al matrimonio tradicional – como los matrimonios en los que tanto el esposo como la esposa trabajan, los matrimonios en los que la pareja decide no tener hijos, o la vida comunal en la cual todo es compartido – pueden ser consistentes con la enseñanza bíblica. Otras alternativas, como las uniones de hecho, los matrimonios abiertos y los matrimonios homosexuales, son abiertamente opuestos a la enseñanza bíblica y no pueden ser aprobados por los cristianos.

5. *Estándares sexuales libertinos que pueden llevar a la inmoralidad.* El sexo antes del matrimonio no es nuevo y tampoco es raro, incluso entre cristianos. Lo que sí es nuevo es la creciente aprobación y aceptación del sexo prematrimonial, el creciente número de personas que mantienen relaciones sexuales fuera del matrimonio, y el cúmulo de argumentos utilizados, a menudo en forma casual, para justificar un comportamiento que es claramente condenado en las Escrituras.

6. *Experiencias previas que pueden llevar al exceso de confianza.* Los libros de consejería prematrimonial con frecuencia asumen que la mayoría de las parejas que están por casarse son jóvenes, inexpertos y van a casarse por primera vez. Esto no siempre es así. Muchos futuros esposos y esposas han estado casados anteriormente. Algunos han tenido experiencias previas desagradables y ahora esperan algo mejor. Probablemente no hay nada que pueda crear más caos en un nuevo matrimonio que el exceso de confianza en las experiencias matrimoniales del pasado.

7. *Circunstancias que pueden llevar a la miseria.* Algunas personas, al llegar al matrimonio, traen lo que un consejero llama situaciones de bandera roja, que necesitan escrutinio y evaluación especial. Algunas de estas circunstancias incluyen: embarazo de la novia, el que uno de los futuros esposos, o ambos, venga arrastrando una decepción de un matrimonio o relación anterior, problemas serios de drogas, problemas emocionales o inestabilidad mental, serias discapacidades físicas o mentales, inestabilidad financiera, trasfondos culturales o creencias religiosas contrastantes, grandes diferencias de nivel educativo o de edad, y el hecho de tener poco tiempo de conocerse.

8. *Altas tasas de divorcio que pueden llevar a la infelicidad.* Es bien sabido que muchos matrimonios no sobreviven, y parte del problema puede provenir de las actitudes modernas hacia el matrimonio. El divorcio siempre es doloroso, por lo que el consejero prematrimonial procura ayudar a las parejas a desarrollar actitudes y conductas estables que provean un cimiento firme para los nuevos matrimonios y les ayuden a perseverar. Algunos investigadores han concluido (en un lenguaje un tanto académico) que “mientras mayor sea la probabilidad de que la motivación para casarse

sea independiente de factores problemáticos circunstanciales, incluyendo presiones internas y externas, mayor será la calidad de la relación matrimonial”.

### **Los Efectos de la Consejería Prematrimonial**

¿La consejería prematrimonial realmente mejora los matrimonios y reduce la incidencia de divorcios y desintegración familiar? Se han realizado muchos estudios, pero ninguno de ellos es concluyente. No obstante, el consejero cristiano tiene la responsabilidad delante de Dios de ayudar a las parejas a vivir vidas satisfactorias y agradables a Dios. Cuando las personas encuentran realización en su matrimonio y su familia, están mejor preparadas para servir al Señor de manera efectiva, y para criar y educar a sus hijos de una manera que honre a Cristo. La verdadera consejería prematrimonial comprende mucho más que unas pocas reuniones con el pastor previas a la ceremonia. Si se considera en su contexto más amplio, la consejería prematrimonial es una parte del discipulado cristiano. Esta amplia formación para el matrimonio no ha sido estudiada empíricamente, pero ha sido ordenada bíblicamente.

### **La Consejería Prematrimonial**

Como consejeros, si queremos ser útiles y efectivos, debemos estar convencidos de que la consejería prematrimonial cumple algunos propósitos útiles.

1. *Propósitos.* La consejería prematrimonial busca ayudar a individuos, parejas y grupos de parejas a prepararse para construir matrimonios exitosos, felices y satisfactorios, que honren a Cristo. Hay varios objetivos:

- a. Evaluar la preparación para el matrimonio.
- b. Enseñar los principios bíblicos para el matrimonio.
- c. Guiar la auto-evaluación.
- d. Estimular las destrezas para la comunicación efectiva.
- e. Anticipar y conversar sobre tensiones potenciales.
- f. Proveer información.
- g. Planificar la boda.
- h. Ganar experiencia con los consejeros.

2. *Formato.* El consejero no puede lograr todos estos objetivos durante una breve entrevista. La mayoría de los autores recomienda tener al menos cinco o seis sesiones de una hora antes de la boda.

a. Sesión uno. En la primera sesión se anima a la pareja a hablar de sí mismos, sus trasfondos e intereses.

b. Sesión dos. Se discute la perspectiva bíblica del matrimonio: su origen (Génesis 2:18-24), sus propósitos (tales como el compañerismo, la unión sexual, la crianza de los hijos y el reflejo de la relación de Dios con la iglesia), y su permanencia (Mateo 19:3-9).

c. Sesiones tres y cuatro. Se consideran algunos temas prácticos del diario vivir.

d. Sesión cinco. Se discute el significado del amor (1 Corintios 13:4-8) y su relación con el sexo.

e. Sesión seis. En esta sesión se conversa sobre la ceremonia de boda, los requisitos legales, la recepción y sus costos, y los planes para la luna de miel.

3. *Variaciones.* La consejería prematrimonial debe ser flexible. Los aconsejados necesitan apoyo, ánimo y orientación para la toma de decisiones cruciales para el futuro.

### **Conclusiones Sobre la Consejería Prematrimonial**

Los consejeros cristianos tienen la responsabilidad de *demostrar* que la consejería prematrimonial realmente funciona y de *enseñar* la manera en se puede llevar a cabo. Esto incluye ayudar a las personas a anticipar las dificultades en el matrimonio y en la vida familiar, enseñarles a comunicarse y resolver sus problemas de manera efectiva, y enseñarles cómo construir matrimonios que viven conforme al plan de Dios revelado en la Biblia.

### **Problemas Matrimoniales**

El matrimonio no es una institución muy estable – al menos en el mundo occidental. En los Estados Unidos, la duración promedio de un matrimonio es de sólo 9.4 años. Más de un millón de parejas se divorcian cada año. No obstante, algunos matrimonios son felices. En nuestro esfuerzo por ayudar a personas cuya relación matrimonial está en problemas, a veces olvidamos que hay muchas personas que tienen matrimonios duraderos y mutuamente satisfactorios. En un estudio reciente con parejas que habían estado casadas durante al menos quince años, se les preguntó por qué se consideraban “felizmente casados”. La respuesta más frecuente fue “tener una actitud generalmente positiva hacia el cónyuge” y considerarlo como su mejor amigo. La segunda fue una creencia en la importancia del compromiso.

La investigación ha demostrado consistentemente que más personas buscan consejería por problemas matrimoniales que por cualquier otra situación. Los consejeros

saben que este es uno de los desafíos más complejos, pero también puede ser una de las experiencias de consejería más gratificantes.

### **La Biblia y los Problemas Matrimoniales**

El matrimonio es uno de los primeros temas tratados en la Biblia. Es mencionado a lo largo de sus páginas y es considerado a profundidad en el Nuevo Testamento. Sin embargo, la Biblia dice muy poco sobre los problemas matrimoniales y las formas de ayudar a los matrimonios que están en problemas. Cabe recordar que los conflictos matrimoniales a menudo son un síntoma de algo más profundo, tal como egoísmo, falta de amor, falta de disposición para perdonar, enojo, amargura, problemas de comunicación, ansiedad, abuso sexual, alcoholismo, sentimientos de inferioridad, pecado y rechazo deliberado de la voluntad de Dios. Todo esto puede causar tensión en el matrimonio. Así, mientras que las Escrituras tratan con los conflictos matrimoniales sólo de forma indirecta, las situaciones que subyacen a los problemas matrimoniales son consideradas en detalle.

### **Las Causas de los Problemas Matrimoniales**

En Génesis 2:24 leemos que en el matrimonio "...dejará el hombre a su padre y a su madre, y se unirá a su mujer, y serán una sola carne". En este versículo encontramos tres verbos— "dejará", "unirá" y "serán" — que indican tres propósitos del matrimonio. Hoy en día esta clase de pensamiento no es común ni popular. La gente quiere felicidad, quiere tener una vida plena y la oportunidad de desarrollar su potencial, pero no se da cuenta de que estas metas contemporáneas, y hasta cierto punto egocéntricas, pocas veces son alcanzadas por los matrimonios que ignoran los principios bíblicos. Por el contrario, los problemas matrimoniales a menudo surgen porque el esposo y la esposa se han apartado de los estándares bíblicos mencionados en Génesis 2:24 y expuestos con más detalle en porciones posteriores de las Escrituras. La psicología moderna, la sociología y otras disciplinas relacionadas han aclarado algunas de las formas en que las personas se apartan de los estándares bíblicos para el matrimonio. Estas incluyen: (1) Comunicación deficiente; (2) Relaciones sub-integradas o sobre-integradas. (En los matrimonios sub-integrados, los cónyuges parecen distanciarse con los años. No están dispuestos a compartir confidencias ni a desarrollar metas de vida en conjunto. En los matrimonios sobre-integrados la relación se ha vuelto tan envolvente que ambos cónyuges han perdido su identidad y se sienten atrapados); (3) Tensiones interpersonales (con respecto al sexo, roles, dinero, inflexibilidad, religión, valores, necesidades y diferencias de personalidad); (4) Presiones externas (incluyendo las que provienen de suegros, hijos y amigos, o de crisis, exigencias laborales y profesionales, y dificultades financieras); (5) Aburrimiento.

### **Los Efectos de los Problemas Matrimoniales**

Aunque hay un círculo vicioso entre causa y efecto, el consejero puede observar varios efectos específicos de la tensión matrimonial: (1) Confusión, desesperación y falta de esperanza; (2) Aislamiento; (3) Deserción; y (4) Separación o divorcio.

## **La Consejería y los Problemas Matrimoniales**

Aconsejar a una persona es una tarea difícil; aconsejar a parejas de esposos es aún más difícil y requiere destrezas especiales y una actitud alerta por parte del consejero. Alguien dijo que la consejería matrimonial es “una de las terapias más difíciles y delicadas – llena de sorpresas y trampas psicológicas”. Antes de iniciar la consejería (y constantemente durante el proceso) los consejeros deben evaluarse a sí mismos para aclarar sus propias actitudes, prejuicios, motivaciones y vulnerabilidades. (1) Esté atento a sí mismo. (2) Esté atento a situaciones especiales. (3) Evalúe el matrimonio. (4) Determine los objetivos de la consejería. (5) Enfóquese en las personas. (6) Enfóquese en los problemas. (7) Enfóquese en los procesos. Como consejeros cristianos, nuestro mayor éxito se alcanza cuando las parejas aprenden a construir matrimonios sujetos a Jesucristo, basados en los principios bíblicos, caracterizados por un compromiso mutuo y por un crecimiento constante, en la medida en que los esposos trabajan juntos continuamente en el desarrollo de destrezas para la comunicación, la obtención de objetivos comunes y la resolución de conflictos.

### **Previniendo los Problemas Matrimoniales**

En años recientes se ha observado un incremento dramático en el número de cursos de consejería matrimonial y familiar de nivel universitario. Los seminarios han desarrollado cursos de educación para la vida familiar y las iglesias están tomando conciencia de la necesidad de una mayor enseñanza sobre temas relacionados con el matrimonio y la familia. Varias acciones preventivas se pueden tomar, especialmente en las iglesias, incluyendo grupos de discusión y clases de escuela dominical:

1. *Enseñanza de los principios bíblicos para el matrimonio.*
2. *Énfasis en la importancia del matrimonio, el enriquecimiento matrimonial y el compromiso matrimonial.*
3. *Enseñanza de principios de comunicación y resolución de conflictos.*
4. *Motivación para buscar consejería cuando sea necesario.*

### **Conclusiones Acerca de los Problemas Matrimoniales**

El matrimonio es la más íntima de todas las relaciones humanas. Cuando esta relación es buena y creciente, proporciona una de las mayores satisfacciones de la vida. Cuando es deficiente, o incluso estática y rutinaria, puede ser fuente de gran frustración y miseria. Sin lugar a duda Dios desea que los matrimonios sean buenos, y un modelo de la hermosa relación que existe entre Cristo y Su iglesia. El consejero cristiano que entiende la enseñanza bíblica y conoce las técnicas de consejería está mejor preparado para ayudar a las parejas a alcanzar el ideal bíblico para el matrimonio.

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 11- PREGUNTAS DE ESTUDIO**  
**Consejería Prematrimonial**  
**Problemas Matrimoniales**

1. ¿Cuáles son ocho razones de la importancia de la orientación prematrimonial para ayudar a las personas a prepararse para el matrimonio?
  
2. ¿Cuáles son ocho objetivos de la consejería prematrimonial?
  
3. ¿Cuántas sesiones se recomiendan para la consejería prematrimonial y cuál es el contenido sugerido para cada sesión?
  
4. De acuerdo con las parejas que se consideran “felizmente casadas”, ¿cuáles son las dos razones más frecuentes de dicha felicidad?
  
5. En Génesis 2:24, ¿cuáles son los tres verbos que indican los tres propósitos del matrimonio?
  
6. ¿Cuáles son cinco formas en que las personas se apartan de los estándares bíblicos para el matrimonio?
  
7. ¿Qué se entiende por relaciones “sub-integradas” y “sobre-integradas”?
  
8. ¿Cuáles son cuatro efectos específicos de la tensión matrimonial?
  
9. Como consejeros cristianos, ¿cuándo alcanzamos nuestro mayor éxito en lo que a la consejería matrimonial se refiere?

10. ¿Cuáles son cuatro acciones preventivas que se pueden tomar, especialmente en las iglesias, para prevenir los problemas matrimoniales?

# CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204

## LECCIÓN 12 – GUÍA DE ESTUDIO

### Problemas Familiares

**Libro de Texto:** Consejería Cristiana Efectiva. Autor: Dr. Gary Collins, Ph.D.  
**Texto Complementario:** Capacitado para Orientar. Autor: Dr. Jay Adams

Desde el inicio de los tiempos encontramos problemas y tensiones familiares. Ahora, como entonces, enfrentamos conflictos entre los miembros de la familia, favoritismo entre los hijos, sufrimientos dentro de la familia, la muerte de un hijo, rebeldía de los hijos, desobediencia y discordia.

A menudo los terapeutas profesionales están entrenados para hacer énfasis en el individuo lleno de “defensas trabajando contra los impulsos y luchando con un súper-ego”. Más bien, deberían ser entrenados como miembros de una familia y “para pensar en la familia como un medio a través del cual las personas trabajan juntas, aprenden unas de otras, reciben fortaleza mutua, y en ocasiones fracasan colectivamente, pero aún así perseveran”.

### La Biblia y los Problemas Familiares

Las familias se mencionan frecuentemente en la Biblia, y en sus páginas encontramos muchos ejemplos de tensiones familiares (Caín, Agar, Lot, Absalón, los hijos de Elí, entre otros). A pesar de los conflictos familiares, tales como los mencionados, la Biblia dice relativamente poco sobre cómo deberían funcionar las familias. Aunque las referencias son escasas y breves, la enseñanza bíblica sobre la familia parece apoyar varias conclusiones: (1) El padre es la cabeza del hogar, cuyas responsabilidades incluyen amar a su esposa de tal manera que demuestre el amor de Dios por Sus hijos. (2) Dentro del hogar debe haber sumisión y compromiso mutuos entre el esposo y la esposa. (3) Los padres, a su vez, son responsables de disciplinar a sus hijos de tal manera que aprendan a obedecer, pero sin desanimarlos ni generar en ellos amargura.

Cada familia es única, y esto afecta la manera en que se manejan los problemas, así como la forma en que se les puede ayudar. Algunas de las influencias que afectan a las familias son: influencias del pasado, influencias del presente, la visión del mundo de los miembros de la familia, las expectativas para el futuro, el impacto de ciertas decisiones, el impacto de las etapas familiares, las características raciales y culturales, y el lugar que ocupa Dios en la vida familiar. En algunas familias Dios no tiene un lugar, lo cual afecta la forma cómo dichas familias manejan el estrés. Otras familias creen en Dios, pero quizás tienen perspectivas teológicas que pueden crear más estrés y culpa. Independientemente de cuáles sean sus creencias, cada familia está bajo la mano de Dios, quien es soberano, a pesar de la forma en que es percibido por los miembros de la familia.

Esto nos lleva a la conclusión de que las enseñanzas bíblicas sobre las relaciones interpersonales, el amor, perdón, la resolución de conflictos, la auto-negación, la integridad personal, la enseñanza de los principios bíblicos, la madurez y el crecimiento espiritual, deben ser aplicadas a la familia.

### **Las Causas de los Problemas Familiares**

Al aconsejar a los miembros de una familia, se utiliza la ecuación  $abc = x$ , en la cual “*a*” representa el evento o situación estresante, “*b*” representa los recursos de la familia y “*c*” es la forma en que los miembros de la familia ven la situación. En conjunto, estas tres influencias determinan la seriedad de la crisis, representada por “*x*”. De este modo, la consejería familiar involucra (1) ayudar a las personas a reducir el estrés (“*a*”); (2) aprender mejores destrezas para hacer frente a la situación (“*b*”); y (3) aprender a ver la situación desde una perspectiva nueva o diferente (“*c*”). No todo el estrés es malo. Hay estrés familiar y hay recursos familiares, fortalezas y destrezas. Estos incluyen los temas de los estilos de comunicación, la intimidad, las normas, la historia familiar o personal, los objetivos personales y familiares, los valores, el compromiso y la definición de roles. Todos estos temas pueden contribuir al estrés familiar, sin embargo todos son áreas en las que la consejería puede añadir fortaleza a la familia.

Es probable que el consejero cristiano encuentre una o más de las siguientes situaciones en la mayoría de las familias que buscan consejería:

1. Falta de destrezas interpersonales y de manejo de conflictos.
2. Falta de compromiso para con la familia.
3. Falta de claridad en la definición de roles.
4. Falta de estabilidad en el entorno familiar.

### **Los Efectos de los Problemas Familiares**

Hace más de 2,300 años Platón sugirió que los niños recién nacidos se comunican con los adultos que cuidan de ellos por medio de llantos y gritos. Esta idea es ampliamente aceptada hoy en día, pero menos común es la idea de que niños mayores y adultos también se comunican, en ocasiones, por medio de una conducta inusual o antisocial.

### **La Consejería y los Problemas Familiares**

Los consejeros tienden a enfocarse en lo negativo. Sin embargo, los expertos han señalado recientemente que no todos los aspectos de la familia cambiante son necesariamente negativos. A pesar de las altas tasas de divorcio, las altas tasas de embarazo en adolescentes y la gran cantidad de niños que pasan muchas horas sin

supervisión de sus padres u otros adultos responsables, el tener familias más pequeñas ha permitido que muchos niños tengan más contacto íntimo con sus padres; además, las oportunidades educativas son mejores, y muchas mujeres han podido combinar con éxito la maternidad y su carrera profesional.

Hay dos maneras principales de considerar a la familia en consejería. La familia puede ser un sistema de apoyo en el cual los miembros *brindan* ayuda y orientación unos a otros; o la familia como una unidad puede ser considerada como un sistema de terapia que puede *recibir* ayuda y tratamiento a través de la consejería. Al igual que con otras formas de consejería, las familias trabajan mejor cuando hay al menos un mínimo de dirección. Un terapeuta altamente experimentado sugiere un proceso de siete pasos: (1) Responder a la emergencia, (2) Encontrar un punto de enfoque familiar, (3) Definir la crisis, (4) Tranquilizar a todas las personas involucradas en el proceso, (5) Sugerir cambios, (6) Enfrentar la resistencia al cambio, y (7) Concluir el proceso (determinar cuando ya no hay necesidad de consejería).

### **Previniendo los Problemas Familiares**

El consejero cristiano debe aprender a ser creativo en la prevención de los problemas familiares. Además de los programas de prevención desarrollados en las iglesias, es recomendable trabajar con escuelas, organizaciones de padres y maestros, clubes de servicio comunitario, agencias de gobierno, medios de comunicación y ministerios familiares ya establecidos. Las agencias seculares pueden tener valores y puntos de vista sobre la familia que difieren de los valores y perspectivas cristianos, pero a menos que podamos penetrar la comunidad con principios para la vida familiar, es probable que continuemos observando los mismos problemas que llevan a tantas personas a buscar consejería familiar.

### **Conclusiones sobre los Problemas Familiares**

Ningún consejero puede estar familiarizado con todos los distintos problemas y necesidades de las familias; sin embargo, cada consejero puede escuchar y aprender de las familias, incluso mientras trabaja con ellas. La meta del consejero es estar disponible y dispuesto para ser usado por Dios para tocar vidas, y ser sensible a la guía del Espíritu Santo mientras busca traer sanidad a las familias que necesitan ayuda.

Las familias tienen muchos problemas, pero es útil recordar que la mayoría de las familias no son disfuncionales; en su mayoría las familias tienen luchas, pero en última instancia sus miembros se entienden bien entre sí. La Biblia presenta varios ejemplos detallados de familias disfuncionales – con mucha frecuencia se trata de las familias de líderes espirituales respetados. En contraste, hay sólo unas pocas directrices bíblicas para construir familias sanas. Esto puede ser porque las enseñanzas bíblicas sobre la iglesia y la vida cristiana se aplican igualmente a la familia, por lo que no es necesario dar instrucciones especiales para la vida familiar.

La prevención de los problemas familiares se puede llevar a cabo a través de la consejería, la iglesia y la participación en programas comunitarios.

Al aconsejar se debe recordar que los distintos grupos familiares tienen necesidades y problemas únicos. Algunos casos especiales pueden incluir familias inmigrantes, familias militares y familias en las que un miembro tiene problemas de abuso de drogas o una enfermedad incurable.

Una verdad importante sobre las familias que debemos recordar es que Dios se interesa por cada familia.

A menudo la consejería familiar trata con familias que están siendo destruidas por la tensión, el conflicto, la desconfianza y la inestabilidad. Pero, por otra parte, también hay verdades acerca de la familia que son positivas y pueden ser de ayuda si los consejeros y las familias las toman en cuenta.

### **Verdades para Nuestras Familias**

El autor de nuestro libro de texto recomendado, el Dr. Gary Collins, presenta las siguientes Verdades para Nuestras Familias:

1. A pesar de todo el cambio y la confusión que destruyen la vida familiar, Dios está al tanto de lo que está sucediendo y Él aún está en control.
2. Si tuvieran que hacerlo de nuevo, la mayoría de las personas se casarían con la misma pareja que tienen.
3. Las tasas de divorcio son altas, pero la mayoría de los matrimonios están intactos.
4. Mientras que algunas mujeres (y hombres) experimentan al menos un incidente de violencia doméstica al año, la mayoría de la gente no tiene este problema.
5. La mayoría de las familias no son seriamente disfuncionales ni necesitan recuperación.
6. Ninguna familia es perfecta ni está exenta de problemas o crisis periódicas.
7. Todos los padres cometen errores, pero la mayoría de los niños sobreviven bien, sin necesidad de terapia o programas de doce pasos.
8. Cuando las familias y los matrimonios tienen problemas, por lo general los consejeros pueden ayudar.
9. Puede ser difícil, pero es posible tener un buen matrimonio, una familia saludable y niños estables, aún cuando se vive en un ambiente malo o en medio de una sociedad caótica que rechaza a Dios.
10. Podemos criar a nuestros hijos exitosamente, a pesar de no tener todas las respuestas.
11. Podemos criar a nuestros hijos exitosamente, aunque no hayamos leído libros sobre el matrimonio y la paternidad, y aunque no somos perfectos.
12. En ocasiones buenos padres tienen hijos rebeldes.
13. En ocasiones padres malos tienen hijos emocionalmente saludables y bien adaptados.
14. Cuando las cosas no van bien en la familia, no significa que no hay esperanza.
15. No vamos a poder entender todo lo que nos pasa en la vida.
16. Dios se interesa por nuestra familia.

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 12- PREGUNTAS DE ESTUDIO**  
**Problemas Familiares**

1. ¿Cómo debería el consejero pensar en la familia?
  
2. ¿Cuáles son tres enseñanzas bíblicas sobre la familia?
  
3. ¿Qué se entiende por la ecuación “ $abc = x$ ”?
  
4. ¿Cuál es el proceso de siete pasos sugerido por un terapeuta altamente experimentado para la consejería familiar?
  
5. ¿Cuáles son cuatro carencias observadas por la mayoría de los consejeros familiares cristianos?
  
6. ¿Cuáles son los beneficios de tener familias más pequeñas?
  
7. ¿Cuáles son las dos maneras principales de considerar a la familia en consejería?
  
8. ¿Cuáles recursos puede utilizar el consejero cristiano para prevenir los problemas familiares?
  
9. ¿Por qué hay pocas enseñanzas bíblicas acerca de la familia?
  
10. ¿Cuál es una verdad importante sobre las familias que debemos recordar?

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 13 – GUÍA DE ESTUDIO**  
**Trastornos Mentales**  
**Alcoholismo**  
**Adicciones**

**Libro de Texto: Consejería Cristiana Efectiva. Autor: Dr. Gary Collins, Ph.D.**  
**Texto Complementario: Capacitado para Orientar. Autor: Dr. Jay Adams**

**Trastornos Mentales**

¿Qué se entiende por enfermedad mental? Este término describe una amplia variedad de síntomas que producen angustia y/o discapacidad en la vida personal, social o laboral de un individuo. La angustia y la discapacidad pueden ser moderadas y ocasionar molestias mínimas, pero también pueden ser más perjudiciales y, en ocasiones, de severa intensidad. Lo que algunos llaman enfermedad mental, locura o colapso nervioso, los consejeros profesionales por lo general lo denominan psicopatología, perturbación emocional o trastorno mental.

Los trastornos mentales no son todos iguales. Se han identificado varios cientos de trastornos mentales, los cuales han sido clasificados en categorías de acuerdo con los síntomas y la gravedad de la discapacidad. La esquizofrenia, por ejemplo, es un trastorno que afecta aproximadamente a uno de cada cien estadounidenses alguna vez durante el transcurso de su vida.

**La Biblia y los Trastornos Mentales**

La Biblia dice poco sobre los trastornos mentales, pero la psicopatología era reconocida, y posiblemente común, especialmente cuando no había medicamentos psicoterapéuticos ni modernos métodos de tratamiento. La Biblia no dice que todos los trastornos mentales provienen del pecado deliberado en la vida de la persona afectada. Mientras que algunas personas son como Nabucodonosor, cuyos problemas mentales surgieron a raíz de una negación deliberada a obedecer a Dios, otros son como Job, que era un hombre temeroso de Dios y moralmente correcto, cuyos problemas físicos y emocionales surgieron por razones distintas al pecado personal.

**Las Causas de los Trastornos Mentales**

De acuerdo con un estudio multimillonario realizado por el Instituto Nacional de Salud Mental, en un momento dado casi uno de cada cinco adultos sufre de un trastorno psiquiátrico. La gravedad de estos trastornos oscila desde la ansiedad moderada hasta la esquizofrenia severa. Por lo general, los trastornos mentales afectan por igual a hombres y mujeres, aunque hay diferencias en el tipo de problema. Las mujeres sufren más de depresión y fobias; los hombres tienen más problemas de abuso de drogas y alcohol, y de conductas antisociales.

Aunque cada caso es único, los trastornos mentales surgen de la combinación del estrés actual y las influencias del pasado que causan predisposición en ciertos individuos.

1. *Estrés actual.* Las tensiones que llevan a la enfermedad mental se pueden dividir al menos en tres categorías: biológicas, psicológicas y sociales.

2. *Influencias del pasado que causan predisposición.* Las personas responden en formas distintas ante las situaciones de la vida, con base en su trasfondo y sus experiencias pasadas.

3. *Pecado y responsabilidad.* Algunos escritores y consejeros cristianos asumen que en su mayoría, los trastornos mentales resultan del pecado personal, y que la consejería implica instar a las personas a confesar sus pecados y a cambiar su conducta. Esta perspectiva simplista e ingenua no logra apreciar la complejidad de los trastornos mentales ni la influencia profundamente penetrante del pecado.

El pecado puede ser visto desde dos perspectivas: los pecados conscientes y deliberados que las personas cometen, y la pecaminosidad innata que es parte de la naturaleza humana.

4. *El suicidio.* Algunas veces las presiones de la vida se vuelven muy intensas y algunos individuos deciden quitarse la vida. La mayoría de las personas que cometen suicidio han contemplado la idea durante semanas o meses. Los actos de suicidio rara vez son repentinos, impulsivos o fortuitos (aunque hay casos trágicos como las epidemias de suicidio entre adolescentes, en las que la atención que recibe el suicidio de un joven impulsa a otros a intentar algo similar). Es probable que la mayoría de las personas que intentan suicidarse o que efectivamente cometen suicidio no sean enfermos mentales.

### **Los Efectos de los Trastornos Mentales**

Los trastornos mentales constituyen un problema social de gran escala, cuyas consecuencias y atención consumen millones de dólares; los trastornos mentales tienen un costo millonario en términos de ingresos perdidos, ausentismo, ineficiencia, conducta criminal y costosos tratamientos. Estos trastornos caracterizan a la mitad o más de los indigentes que deambulan por las calles de los Estados Unidos, traen miseria continua a los millones de personas que caen en sus garras, y causan increíbles tensiones a las familias, muchas de las cuales no entienden o no saben cómo ayudar a sus parientes perturbados.

Aunque los efectos de los trastornos mentales se pueden medir en dólares, número de casos y otras estadísticas, el consejero procura observar la manera en que los trastornos mentales afectan a los individuos y cómo sus familias sufren y luchan para hacer frente a la situación.

Los efectos de los trastornos mentales en el individuo incluyen: (1) emociones, (2) sensación y percepción, (3) pensamiento, y (4) conducta. Las familias también se ven afectadas en gran manera y tratan de hacer frente a la situación de diferentes maneras.

### **La Consejería y los Trastornos Mentales**

Debido a los avances en las técnicas de tratamiento, la mayoría de los trastornos mentales hoy en día son tratados por profesionales; no obstante, los principios de tratamiento moral aún pueden ser útiles.

La vida puede ser muy difícil para aquellos que deben que vivir con alguien que está profundamente deprimido, que tiene inclinación a la violencia o al suicidio, o que sufre de una discapacidad mental severa. Estas familias necesitan (1) apoyo, (2) educación, y (3) consejería.

### **Previniendo los Trastornos Mentales**

No hay persona, consejero, comunidad o iglesia que pueda hacerlo todo, pero cada uno de nosotros puede concentrarse en un área de necesidad y trabajar para prevenir los problemas desde su origen. La iglesia tiene un papel que cumplir en esta tarea. Al predicar el evangelio y llamar a la gente al arrepentimiento, Jesús mostró compasión, interés y preocupación social.

### **Conclusiones Acerca de los Trastornos Mentales**

En una ocasión Jesús dijo que los pobres siempre estarían con nosotros. Quizás se podría decir lo mismo de las personas con trastornos mentales. Sin embargo, así como el evangelio puede alcanzar al pobre (al igual que al rico), de igual manera la palabra de Dios puede traer consuelo y orientación a las personas que sufren de una discapacidad mental, así como a las que están sanas. Ayudar a los enfermos mentales y a sus familias es uno de los mayores desafíos del consejero cristiano.

### **Alcoholismo**

El abuso del alcohol es un serio problema social, moral y de salud. Altera a las familias, arruina carreras, destruye el cuerpo, arruina relaciones de amistad y lleva a una miseria humana indescriptible. Las estadísticas varían de año a año y de lugar a lugar, pero en los Estados Unidos el abuso del alcohol está relacionado al menos con la mitad de los accidentes de tránsito fatales, muertes por fuego y por ahogamiento, arrestos, asesinatos, abusos a menores e incidentes de violencia doméstica. Se ha dicho que una de cada cuatro familias tiene problemas por el abuso del alcohol. En la actualidad, cerca de 10 millones de estadounidenses son alcohólicos. Esta cifra está integrada por personas provenientes de todos los estratos socioeconómicos, de la mayoría de grupos étnicos, y de casi todos los grupos de edad, incluyendo uno de cada cinco adolescentes y un número creciente de ancianos. El abuso del alcohol destruye personas fuera de la iglesia, así como dentro de ella, incluyendo cristianos evangélicos. Es un asesino a gran escala, que

ocupa el tercer lugar en causas de muerte, después de las enfermedades cardiovasculares y el cáncer. Ocasiona veinticinco veces más muertes que las atribuidas en conjunto al uso de drogas como la cocaína, la heroína y otras drogas ilegales. En los Estados Unidos, dos de cada tres personas mayores de quince años consumen bebidas alcohólicas ocasionalmente. Esto incluye el 95% de los estudiantes universitarios, cerca de la mitad de los ministros, y una tercera parte de aquellos que dicen ser evangélicos.

*¿Qué es el alcoholismo?* No existe un acuerdo entre los expertos respecto a este tema. Algunos dicen que el alcoholismo es una enfermedad. De hecho, la mayoría de los consejeros y médicos, y el 87% de las personas entrevistadas en una encuesta reciente realizada por la empresa Gallup, están de acuerdo con esta afirmación. De acuerdo con una definición, el alcoholismo es una enfermedad compleja, crónica y progresiva, en la cual el consumo de alcohol interfiere de manera creciente con la salud y el funcionamiento social y económico de una persona. Hay quienes han cuestionado este concepto de enfermedad y prefieren ver el alcoholismo como un fenómeno social, un trastorno de la conducta, o como una clara evidencia de pecado.

*¿Es el alcoholismo enfermedad o pecado?* El alcoholismo es una adicción progresiva que consume a sus víctimas física y psicológicamente; pero el alcoholismo es también una condición moral por la cual el bebedor es al menos parcialmente responsable. Es tanto simplista como extremo concluir que el alcoholismo es *sólo* una enfermedad o *sólo* un caso evidente de pecado. El alcoholismo es a la vez enfermedad y pecado. Ambos elementos están involucrados en el desarrollo de la adicción al alcohol y ambos deben ser tomados en cuenta en el tratamiento.

### **La Biblia y el Alcoholismo**

A lo largo de las páginas de la Biblia se condena el beber en exceso. Probablemente no hay pasaje bíblico más poderoso y más descriptivo del abuso del alcohol que Proverbios 23:29-35. Hoy en día muchos cristianos podrían concluir que la moderación es buena, pero la abstinencia es mejor, especialmente en vista de los claros peligros inherentes a la bebida. El alcohol es una droga que altera la mente y en algunos casos se puede tornar física y psicológicamente adictiva.

### **Las Causas del Alcoholismo**

No existe una única razón causante del alcoholismo. En la mayoría de los casos, una combinación de los siguientes problemas hace que algunas personas sean particularmente propensas a la adicción: (1) Fisiología y herencia; (2) Influencias del ambiente – el ambiente del hogar y las expectativas culturales; (3) Estrés actual; (4) Influencias persistentes; y (5) influencias espirituales.

Se puede argumentar que los seres humanos tienen una necesidad interna de una relación real y creciente con Dios. Cuando esta necesidad no es reconocida, o no se satisface, surge una búsqueda de algo más para llenar el vacío.

## Los Efectos del Alcoholismo

El consumo excesivo de alcohol no afecta a todas las personas de la misma manera. Es bien sabido, por ejemplo, que algunas personas se vuelven encantadoras después de unas pocas copas, mientras que otros se tornan groseros y agresivos. No obstante, a pesar de estas diferencias, los alcohólicos en desarrollo presentan muchos efectos similares de la adicción, tanto en el aspecto físico como en su conducta.

1. *Efectos físicos.* Siempre que se ingiere una sustancia química, al entrar en el cuerpo ésta produce una reacción fisiológica. La naturaleza de esta reacción depende de la condición física de la persona, del tipo de sustancia, la cantidad y la frecuencia con que se ingiere. El alcohol es una toxina (veneno) que afecta la mayoría de las células del cuerpo, daña el hígado, el cerebro y el sistema nervioso, y ocasiona numerosas enfermedades gastrointestinales. Debido a estos aspectos físicos de la adicción, la intervención médica es una parte crucial del tratamiento.

2. *Efectos psicológicos y sociales.* Conforme la condición empeora, la persona niega que exista un problema, y a partir de ahí la vida gira en torno a la necesidad de consumir suficiente alcohol; todo lo demás pasa a un segundo plano.

3. *Efectos familiares.* Los efectos familiares del abuso del alcohol son terribles. Primero las familias tratan de proteger, controlar y culpar al alcohólico. Después asumen las responsabilidades del alcohólico, al tiempo que viven con tensión, temor, inseguridad y vergüenza. Con frecuencia el sentimiento de vergüenza lleva a las familias a alejarse de las personas que los rodean. Como resultado experimentan soledad y aislamiento social.

4. *Efectos espirituales.* Es imposible crecer espiritualmente cuando se es dependiente de una droga y se vive controlado por ella. Muchos alcohólicos están conscientes de esto, pero parecen no tener el poder para cambiar. Como resultado, se produce una mayor separación de Dios. El alcohol se convierte en un objeto de adoración, en lo más importante para el alcohólico. Esto puede tener una influencia espiritual adversa en la familia, aunque algunas familias parecen acercarse más a Dios durante los tiempos de crisis.

## La Consejería y el Alcoholismo

A menudo el tratamiento del alcoholismo se ve complicado por una serie de problemas paralelos, cada uno de los cuales necesita ser tratado. Evidentemente, la intervención médica al inicio del proceso es de gran importancia.

1. Lleve al alcohólico a admitir que necesita ayuda.
2. Lleve al alcohólico a detener el consumo de alcohol.
3. Provea apoyo.

4. Ayude con el manejo del estrés.
5. Estimule el auto-conocimiento y el cambio de estilo de vida.
6. Aconseje a la familia.
7. Esté preparado para recaídas.
8. Reconozca que el evangelismo y el discipulado son esenciales.

### **Previniendo el Alcoholismo**

La prevención del alcoholismo se ha convertido en una preocupación primordial para quienes ocupan posiciones de liderazgo a nivel de gobierno, negocios, educación, fuerzas armadas y la iglesia. Existen varias medidas preventivas que pueden ser útiles:

1. Estimular una vida familiar saludable.
2. Inculcar una fe religiosa sana.
3. Proveer educación sobre el alcoholismo y el abuso del licor.
4. Enseñar a las personas a hacer frente a las situaciones difíciles de la vida.

### **Conclusiones sobre el Alcoholismo**

El teólogo Reinhold Niebuhr escribió que no es tarea fácil enfrentar de manera realista la confusión moral de nuestros tiempos, ya sea desde el púlpito o desde la banca, y al mismo tiempo evitar la apariencia de cinismo, y posiblemente el peligro real de asumir tal posición. Ayudar a las personas a enfrentar la realidad y los peligros del alcoholismo puede parecer un ejercicio frustrante e inútil.

### **Adicciones**

En muchas sociedades, pero especialmente en la nuestra, miles de individuos son adictos al alcohol, las drogas, la televisión, el consumismo compulsivo, la inmoralidad sexual, el cigarrillo, el comer en exceso, y a una amplia gama de otras formas de conducta. La adicción al trabajo casi se ha convertido en una especie de insignia portada con orgullo por aquellas personas que quieren alcanzar el éxito. Los desórdenes alimenticios, una forma especializada de adicción, se convirtieron en una gran preocupación en la década pasada. Algunas personas parecen tener adicción a la política, al ejercicio físico o incluso a la religión.

Una adicción es cualquier pensamiento o conducta que es habitual, repetitiva y difícil o imposible de controlar. Las adicciones tienden a ser condiciones progresivas que lentamente ejercen más y más poder y control sobre el individuo.

### **La Biblia y las Adicciones**

La Biblia condena el alcoholismo y el abuso del licor, pero no hace referencia específica al uso de drogas, a los desórdenes alimenticios, a la adicción al trabajo, ni a la mayoría de las adicciones que nos preocupan hoy en día. Sin embargo, principios bíblicos como los que se mencionan a continuación pueden aplicarse al tema de las adicciones:

1. No se dejen dominar por nada.
2. Obedezcan la Ley.
3. No asuman que las drogas u otras adicciones resuelven los problemas y disminuyen las tensiones.
4. Mantengan el cuerpo puro.
5. No esperen llegar a Dios a través de las drogas.
6. Practiquen la moderación, la auto-disciplina y el dominio propio.
7. No se embriaguen.
8. Sean llenos del Espíritu Santo.

### **Las Causas de la Adicción**

El abuso de sustancias, los desórdenes alimenticios y otras conductas adictivas parecen tener causas particulares.

1. Causas del abuso de sustancias. Todas las sustancias químicas adictivas tienen una cosa en común: cambian el estado de ánimo.
2. Causas de los desórdenes alimenticios. Muchas personas, al menos en algunas partes del mundo occidental, parecen tener una preocupación continua por el peso. La obesidad y otros desórdenes alimenticios afectan la condición física de las personas. Un psiquiatra cristiano experto en desórdenes alimenticios dijo que todos sus pacientes tendían a mostrar, en mayor o menor grado, ocho características comunes: (1) perfeccionismo, (2) baja auto-estima, (3) confusión en cuanto a su identidad sexual, (4) depresión, (5) decepción, (6) luchas de poder, (7) interdependencia, y (8) problemas fisiológicos.

3. Causas de las conductas adictivas. El alcoholismo, el uso de drogas y los desórdenes alimenticios por lo general reciben mayor atención por parte de los medios y de los consejeros; pero hay miles de personas que luchan con otras adicciones menos comunes. Muchas de estas adicciones no tienen una causa física aparente. Más bien son conductas que van cobrando cada vez más importancia y se vuelven cada vez más difíciles de controlar. Algunas personas, por ejemplo, son adictas al trabajo, al ejercicio físico, al sexo, a la pornografía y al hurto (cleptomanía). Otros tienen adicción a ciertos tipos de comida (como el chocolate) y muchos son adictos a las apuestas. Es bien sabido que las adicciones no son igualmente perjudiciales. El alcoholismo y la anorexia son más peligrosos que la adicción a correr, a jugar golf o a ver deportes por televisión. No obstante, cualquier comportamiento que sea compulsivo y que sobrepase la capacidad del individuo para controlarlo puede ser perjudicial.

### **La Consejería y la Adicción**

Se han utilizado varios enfoques para tratar la adicción:

1. Aconsejando a drogadictos. Los drogadictos son mejor atendidos por equipos de especialistas que combinan sus áreas de conocimiento. A los consejeros cristianos les preocupa el crecimiento espiritual del aconsejado, por lo que puede haber interés en seguir los siete pasos hacia la recuperación propuestos por un grupo de experimentados consejeros: (1) Ayudar a la persona a admitir que no puede controlar el uso de las drogas; (2) Animar al aconsejado a entregar el control de su vida y ponerlo en las manos de Dios; (3) Guiar al aconsejado a través de una auto-evaluación; (4) Animar al adicto a permitir que Dios lo cambie; (5) Enseñar al aconsejado cómo puede vivir responsablemente, sin poner excusas, sino asumiendo su responsabilidad ante los demás; (6) Orientar el crecimiento espiritual; y (7) Mostrar a la persona cómo ayudar a otros.

2. La consejería y la obesidad. En parte, combatir la obesidad es difícil porque el cuerpo se resiste a las dietas y a la pérdida de peso. Si se restringe demasiado la ingesta de calorías el cuerpo (1) baja su metabolismo de modo que necesite menos calorías para mantener el peso, (2) se vuelve más inactivo, en un esfuerzo por mantener el peso corporal, (3) desarrolla límites a la pérdida de peso, y (4) hace que la persona piense más en la comida, de modo que se le hace cada vez más difícil resistirse a comer cuando la comida está al alcance.

3. La consejería de personas con anorexia y bulimia requiere tratamiento médico, modificación de la conducta, consejería individual, consejería familiar, consejería grupal y consejería espiritual.

4. La consejería y las conductas adictivas. Las apuestas compulsivas, la adicción al trabajo y otras deficiencias de dominio propio algunas veces tienen un origen físico y necesitan tratamiento médico. Muchas conductas adictivas ceden ante una solución de tres pasos: determinación, sustitución y satisfacción de la necesidad.

## **Previendo la Adicción**

(1) Decir no; (2) Aprender destrezas; y (3) Satisfacer las necesidades. La gran disponibilidad y el uso generalizado de drogas han llevado a continuas solicitudes de pruebas obligatorias de uso de drogas. Sin embargo, hay poca evidencia de que el uso de estas pruebas realmente previene el abuso de sustancias. Se habla mucho de prevención, pero ésta pocas veces se practica, en parte porque no sabemos en realidad cómo prevenir las adicciones.

## **Conclusiones sobre la Adicción**

Nadie sabe con exactitud cuántas personas están atrapadas en las garras de las adicciones. Ayudar a las personas lidiar con las conductas adictivas es uno de los mayores y más importantes desafíos que enfrentan los consejeros cristianos y la iglesia.

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 13- PREGUNTAS DE ESTUDIO**  
**Trastornos Mentales**  
**Alcoholismo**  
**Adicciones**

1. ¿Qué se entiende por enfermedad mental?
  
2. ¿Cuál es la diferencia entre los problemas mentales de Nabucodonosor y los de Job?
  
3. ¿De qué surgen los trastornos mentales?
  
4. ¿Cuáles son ocho maneras de ayudar a un alcoholíco?
  
5. ¿Cuáles son cuatro maneras de prevenir el alcoholismo?
  
6. ¿Cuál es la definición de adicción?
  
7. ¿Cuáles son ocho principios bíblicos que se aplican al tema de la adicción?
  
8. ¿Cuáles son ocho características comunes entre los pacientes con anorexia y bulimia?
  
9. ¿Cuáles son los siete pasos hacia la recuperación del adicto, propuestos por un grupo de experimentados consejeros?
  
10. ¿Cuáles son tres formas de prevenir las adicciones?

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 14 – GUÍA DE ESTUDIO**  
**Consejería Financiera**  
**Consejería Vocacional**

**Libro de Texto: Consejería Cristiana Efectiva. Autor: Dr. Gary Collins, Ph.D.**  
**Texto Complementario: Capacitado para Orientar. Autor: Dr. Jay Adams**

**Consejería Financiera**

En los libros de consejería casi nunca se menciona el dinero. La Biblia advierte que “...raíz de todos los males es el amor al dinero”; y los consejeros a menudo descubren que el abuso y mal manejo del dinero es la raíz de toda clase de problemas humanos. No obstante, rara vez se trata este tema en las revistas profesionales, a pesar de que la tensión individual, el conflicto familiar, los conflictos interpersonales, el enojo, la frustración, el impulso de la ambición, la preocupación, la ansiedad, el suicidio, y muchos otros problemas en ocasiones están relacionados directa o indirectamente con la búsqueda y la administración del dinero.

El dinero en sí no es el problema. Necesitamos el dinero para comerciar y para satisfacer necesidades individuales. Los problemas surgen a raíz de nuestras *actitudes* hacia el dinero y de nuestra *ineficiencia* en el manejo sabio de las finanzas. Algunas veces las finanzas se señalan como el problema principal, pero con mayor frecuencia las luchas financieras se presentan como parte de un problema más amplio, tal como la ansiedad, el conflicto matrimonial o el ajuste a la jubilación. De este modo, las preocupaciones relativas al dinero a menudo se manifiestan en la consejería.

**La Biblia y las Finanzas**

La Biblia dice mucho acerca del dinero, las posesiones y el manejo de las finanzas. Estas declaraciones bíblicas se pueden resumir en varios principios básicos:

1. *El dinero y las posesiones deben ser considerados de manera realista.* De acuerdo con las Escrituras, el dinero es pasajero. En última instancia, el dinero no satisface, ni trae felicidad y estabilidad. La Biblia no condena el dinero, pero afirma claramente que el amor al dinero y la dependencia en las riquezas son actitudes incorrectas.

2. *El dinero y las posesiones son provistos por Dios.* Dios suplente todas nuestras necesidades y espera que nosotros confiemos en Él en cuanto a nuestras finanzas; Jesús enseñó que no debemos estar ansiosos o preocupados por tener lo necesario.

3. *El dinero y las posesiones pueden ser perjudiciales.* Jesús enseñó que no podemos amar a Dios y a las riquezas. Eventualmente llegaremos al punto de amar a

uno y odiar al otro. Las riquezas pueden hacer que nos olvidemos de Dios, y en ocasiones el deseo de tener cosas puede llevar a las personas incluso a robar (ver 1 Timoteo 6:6-11).

4. *El dinero y las posesiones se deben administrar sabiamente.* En la parábola de los talentos Jesús advierte sobre la mala administración de nuestros recursos; la parábola termina con la imagen del siervo infiel siendo separado de sus amigos.

Los recursos sabiamente administrados deben ser: (1) ganados honestamente, (2) cuidadosamente invertidos, (3) utilizados de forma realista, y (4) gozosamente compartidos.

### **Las Causas de los Problemas Financieros**

Muchas personas parecen vivir esperando el próximo día de pago; viven con abundancia en ciertos momentos del mes, mientras que en otros están completamente quebrados. Algunos podrían argumentar que las presiones financieras surgen porque los ingresos son pocos y los gastos son muchos. Sin embargo, las dificultades financieras aparecen en todos los niveles socioeconómicos. Para los más acaudalados, los problemas financieros involucran sumas mayores de dinero, pero las causas de fondo de tales dificultades son similares a las de los problemas que enfrentan otras personas menos prósperas.

1. *Valores distorsionados.* La forma como una persona maneja el dinero puede ser un buen indicador de cuáles son sus valores. Aún los cristianos en ocasiones aceptan deseos y valores que son anti-bíblicos y perjudiciales.

a. *Materialismo.* El diccionario define este término como una actitud de “devoción a las cosas materiales en vez de a objetos, necesidades y consideraciones espirituales”. El materialismo es una actitud que nos lleva a buscar el dinero, las posesiones, el placer y las cosas buenas de la vida. Algunos de los grandes líderes espirituales de los tiempos bíblicos poseían riquezas considerables. Sin embargo, nunca dieron evidencia de un afán por buscar la riqueza, sino que reconocían su abundancia como dada por Dios, y buscaban conocerle y servirle mejor. Hoy en día hay muchas personas ricas que tienen actitudes similares hacia sus posesiones y que dedican gran parte de sus recursos a apoyar el avance del reino de Dios.

b. *Codicia y Avaricia.* Estas palabras implican un deseo de poseer más, aún cuando ello signifique empobrecer a otros.

c. *Deseo de enriquecerse rápidamente.* A la gente siempre le ha atraído la idea de que es posible ganar mucho dinero rápidamente y con poco esfuerzo. Las Escrituras advierten en contra de esto.

d. *Orgullo y Resentimiento.* La iglesia de Laodicea asumió una actitud de orgullo porque era rica y no tenía necesidad de nada. Hoy en día esta actitud

de superioridad caracteriza a algunas personas ricas y exitosas que no se dan cuenta de que en realidad son pobres, necesitadas, desdichadas y miserables porque ignoran a Dios, porque no reconocen que las posesiones y el éxito vienen de Él, sino que dependen de sus riquezas para sentirse seguros y felices.

Todos estos valores sugieren que la causa de los problemas financieros no es tanto la posesión o la no posesión de cosas materiales, sino las actitudes que tenemos hacia el dinero y las posesiones.

2. *Decisiones financieras insensatas.* Hay muchas maneras de desperdiciar el dinero que no nos sobra. Muchas veces este desperdicio se debe a decisiones financieras insensatas, entre las cuales se incluye: (1) Comprar de manera compulsiva – ver y comprar algo sin revisar la calidad o el precio, y sin siquiera pensar si lo que va a comprar es realmente necesario. (2) Descuido – algunas personas no hacen un presupuesto, sino que gastan el dinero descuidadamente, y luego se sorprenden cuando ven que sus billeteras están vacías o que sus cuentas bancarias están sobregiradas. (3) Especulación – si no puede correr el riesgo de perder su dinero, ¡entonces no especule con él! (4) Ser fiador – firmar un documento en el que se compromete a pagar la deuda de otra persona si ésta no puede o deja de pagarla. (5) Pereza – cuando las personas son perezosas para trabajar o para manejar un presupuesto, casi siempre enfrentan problemas financieros. (6) Mala administración del tiempo – cuando las personas son desorganizadas, indisciplinadas o tienden a malgastar su tiempo, el resultado casi siempre es una pérdida de ingresos. (7) Descuido de la propiedad – cuando las personas no dan mantenimiento a sus propiedades, el deterioro es más rápido, lo que resulta en reparaciones costosas y la necesidad de gastar dinero que se podría utilizar en otras cosas. (8) Compras a crédito – es fácil comprar a crédito, y esta es una de las causas principales de los problemas financieros.

3. *Falta de un presupuesto.* Un presupuesto es otro término para referirse a un plan de gastos. Cuando tenemos un plan, hay un control de los gastos, hay menos compras impulsivas y menos deudas.

4. *Falta de generosidad.* No es correcto acumular riquezas en forma egoísta, y la persona que se rehúsa a dar difícilmente puede esperar recibir la bendición y la guía financiera de Dios. De acuerdo con las Escrituras, los creyentes deben dar en tres áreas: (1) a Dios; (2) a otros creyentes; y (3) a los pobres. No hay garantía de que aquellos que dan a su vez recibirán de Dios abundantes cosas materiales, pero el creyente que no obedece la instrucción bíblica de dar, ciertamente se expone a sufrir problemas financieros.

### **Los Efectos de los Problemas Financieros**

Las presiones financieras conllevan varias consecuencias, las cuales incluyen: (1) Preocupación por el dinero y por cómo pagar las cuentas; (2) Conflictos matrimoniales y familiares; (3) Culpa, envidia, celos, resentimiento y orgullo; (4) Infelicidad y vacío

emocional; y (5) Pérdida de vitalidad espiritual que viene como resultado de estar demasiado preocupados por el dinero.

### **La Consejería y los Problemas Financieros**

Al aconsejar a personas que enfrentan problemas financieros, el siguiente plan puede ser de ayuda: (1) Ayude al aconsejado a reconocer el problema y a tomar la determinación de resolverlo. Parece extraño, pero en casi todas las áreas de la vida, a menos que la persona reconozca que hay un problema, no es posible ayudarla. (2) Busque la guía divina junto con el aconsejado. (3) Enseñe los principios bíblicos sobre las finanzas – todo le pertenece a Dios; robar es malo; codiciar es malo; es bueno dar y administrar el dinero sabiamente. (4) Ayude al aconsejado a desarrollar y seguir un plan financiero. Para hacer esto es necesario: (a) determinar los hechos; (b) establecer objetivos; (c) establecer prioridades; y (d) desarrollar un presupuesto. (5) Mantenga un registro cuidadoso de sus propios asuntos financieros. Antes de animar a otros a ahorrar, diezmar, presupuestar o seguir un programa financiero, es útil detenerse un momento a considerar el manejo de sus propios recursos.

### **Previniendo los Problemas Financieros**

Al tratar con los problemas personales de los aconsejados, nos damos cuenta de que no todos son alcohólicos, tienen problemas de adicción, están profundamente deprimidos o tienen problemas matrimoniales. Sin embargo, todo el mundo maneja dinero. La mayoría de nosotros tiene problemas financieros (al menos periódicamente), y el consejero cristiano tiene la responsabilidad de ayudar a las personas administrar mejor sus posesiones. Esto se puede lograr de cuatro maneras:

1. *Enseñando valores bíblicos relativos a las finanzas.* Estos valores se pueden enseñar desde el púlpito, en reuniones de grupos (incluyendo reuniones de jóvenes), en las clases de escuela dominical y en conversaciones individuales.

2. *Enseñando lineamientos prácticos para administrar el dinero.* Esto implica enseñar a las personas cómo presupuestar (incluyendo el diezmo y el ahorro), motivándolas a hacerlo y a compartir sus experiencias con otros creyentes.

3. *Enfatizando el tema de las finanzas en la consejería prematrimonial.* Es importante enseñar a las parejas que están próximas a casarse a ver sus recursos a través de los ojos de la realidad. Planteando preguntas relacionadas con las finanzas, el consejero prematrimonial puede prevenir futuros conflictos sobre asuntos de dinero y posesiones.

4. *Planteando el tema de las finanzas* siempre que hay una crisis o un cambio importante en la vida. Los cambios importantes en la vida – tales como el inicio de la universidad, un cambio de trabajo, una mudanza, la jubilación, una enfermedad prolongada, o una muerte en la familia – pueden ocasionar presiones financieras. Si estas situaciones financieras son previstas de antemano y analizadas informalmente, los

problemas se pueden enfrentar y solucionar antes de que se conviertan en dificultades mayores.

### **Conclusiones Acerca de los Problemas Financieros**

La Biblia no condena el dinero ni la posesión de bienes materiales, pero sí habla en contra de la codicia, la avaricia y la mala administración del dinero. Ayudar a las personas a salir de deudas y a alcanzar la libertad financiera puede ser una gratificante experiencia de consejería. Para el consejero, ésta puede ser una forma práctica de ayudar a las personas a vivir más en concordancia con los principios de las Escrituras, incluyendo los principios para la buena administración del dinero.

### **Consejería Vocacional**

Hubo una época en que la elección de carrera era vista como un acontecimiento único en la vida que tenía lugar en la etapa final de la adolescencia o al inicio de la edad adulta. Sin embargo, hoy en día esto ha cambiado. Las decisiones vocacionales son de vital importancia, con frecuencia son decisiones difíciles, y rara vez son acontecimientos únicos en la vida. Las decisiones vocacionales se presentan cada vez que alguien solicita un empleo, recibe una oferta de trabajo, recibe un ascenso, cambia de trabajo, es despedido, reevalúa su carrera profesional o se aproxima a la jubilación. Para el cristiano, todas estas situaciones están influenciadas por la convicción de que sus decisiones vocacionales deben estar de acuerdo con la voluntad de Dios.

### **La Biblia y las Decisiones Vocacionales**

¿Por qué deben trabajar las personas? La Biblia da algunas respuestas notablemente comprehensivas y penetrantes, las cuales tienen poco que ver con la satisfacción de necesidades, la realización profesional, el éxito personal y la acumulación de riqueza. El trabajo es ordenado por Dios, es parte de Su intención original para los seres humanos. Muchos cristianos han perdido la perspectiva bíblica y han aceptado el pensamiento secular concerniente al trabajo.

El trabajo siempre ha sido parte del plan de Dios para la raza humana. Después de la caída el trabajo se hizo más difícil, pero siempre ha sido ordenado por Dios y una responsabilidad humana. Las descripciones bíblicas del trabajo nos llevan a varias conclusiones:

1. *El trabajo es honorable; la pereza es condenada.* Salomón advirtió sobre la pobreza y la insensatez que caracterizan a la gente perezosa; y Pablo afirmó claramente que "...si alguno no quiere trabajar, tampoco coma". No obstante, nada de esto sugiere que el trabajo deba ser idolatrado o adorado como un fin en sí mismo. Algunos de los primeros defensores de la ética de trabajo protestante afirmaban que el trabajo duro y la vida austera eran buenos para el alma.

2. *El trabajo debe ser alternado con tiempos de descanso.* La Biblia aprueba la diligencia y la calidad en el trabajo, pero no justifica a las personas obsesivas con el trabajo, que nunca descansan ni toman vacaciones. Tenemos el precedente bíblico para seguir el ejemplo de Jesús y de los líderes espirituales en la historia judeocristiana, quienes apartaban un día de la semana para adorar, descansar y relajarse.

3. *El trabajo debe ser de alta calidad.* Empleados y otros trabajadores tienen la responsabilidad de trabajar honesta y diligentemente, no simplemente para agradar a otros, sino para honrar a Cristo.

4. *El trabajo es particular a cada individuo y su propósito es el bien común.* Al igual que los consejeros vocacionales modernos, que enfatizan las diferencias de intereses y habilidades humanas, la Biblia también señala que cada uno de nosotros tiene habilidades y responsabilidades particulares. Cuando una persona se convierte a Cristo, recibe uno o más dones espirituales. Estos dones deben ser desarrollados, utilizados para el bien común, y aplicados para la edificación de otros creyentes en el cuerpo de Cristo.

5. *El trabajo y las decisiones vocacionales son guiados por Dios.* Muchos cristianos estarían de acuerdo en que Dios llama al menos a algunas personas a ministerios y lugares de servicio específicos. Cada trabajador cristiano debe partir de dos presupuestos: “Debo aceptar el hecho de que mi futuro profesional está en las manos de Dios y es guiado por Su Espíritu Santo”, pero a la vez, “Sé que tengo en mis manos la responsabilidad de ser un buen mayordomo y de desarrollar mis talentos, aptitudes y habilidades”.

El consejero vocacional cristiano utiliza técnicas modernas para ayudar a las personas a escoger o cambiar su carrera profesional. El consejero cristiano lleva a cabo esta tarea convencido de que el Dios soberano puede y quiere guiar a los consejeros y aconsejados que desean la guía divina para la toma de decisiones concernientes a su vida laboral y profesional.

### **Causas de las Buenas y Malas Decisiones Vocacionales**

La orientación vocacional debe ser un proceso continuo que involucra a todos, no sólo a los consejeros profesionales. Con o sin esta clase de orientación, algunas personas toman buenas decisiones vocacionales, mientras que otros toman decisiones insensatas. Algunas razones probables de esto son: (1) Influencias familiares y sociales; (2) Influencias de personalidad; (3) Intereses; (4) Aptitudes o habilidades; (5) Valores; (6) Obstáculos; y (7) Dirección divina. Probablemente no se trata de una única influencia que contribuye a una buena o mala decisión vocacional. Las influencias sociales y familiares, los rasgos de personalidad, los intereses, aptitudes, habilidades, valores, obstáculos, circunstancias, y la sensibilidad a la dirección de Dios, se combinan con la disponibilidad de trabajo y las oportunidades de capacitación para influenciar la naturaleza y el rumbo de la carrera profesional de un individuo. Debido a que este tema puede ser muy difícil y complejo, muchas personas toman decisiones equivocadas y

terminan en un trabajo o profesión que no les satisface. Cuando esto sucede, todas las áreas de la vida se ven afectadas.

### **La Consejería y las Decisiones Vocacionales**

El consejero vocacional efectivo debe tener un conocimiento del mundo laboral, un conocimiento del aconsejado, y la habilidad de guiar con sutileza a aquellos que están tomando decisiones específicas. Este proceso debe estar dentro del contexto de una búsqueda de la voluntad de Dios.

1. *Conociendo el mundo laboral.* Hay dos formas en que el consejero cristiano puede ayudar: compartiendo fuentes a las que el aconsejado puede recurrir para obtener información, y sugiriendo formas de utilizar dicha información.

2. *Conociendo el Aconsejado.* Esto se puede lograr realizando entrevistas y pruebas – pruebas de habilidad mental, pruebas de aptitud, pruebas de intereses y de personalidad.

3. *Guiando decisiones vocacionales.* No es responsabilidad del consejero decirle al aconsejado qué decisión tomar, sino ayudar al aconsejado a tomar y evaluar sus propias decisiones con base en la información disponible y la reflexión personal.

4. *Conociendo la voluntad de Dios.* Los siguientes son principios básicos respecto a conocer la voluntad de Dios: (1) Desearla; (2) Esperarla; (3) Buscarla; (4) Aceptarla. Es importante recordar a los aconsejados que todos cometemos errores, pero Dios nos perdona, nos restaura y nos ayuda a regresar al camino correcto; también debemos recordarles que Dios, en Su sabiduría y en Su tiempo, nos permite estar donde Él quiere que estemos. Él espera que le sirvamos diligentemente donde quiera que estemos y bajo cualquier circunstancia.

### **Previniendo las Malas Decisiones Vocacionales**

La orientación vocacional debe dirigirse a personas de todas las edades y debe incluir la consideración de los siguientes aspectos: (1) Las enseñanzas bíblicas sobre el trabajo; (2) Las causas de las buenas y malas decisiones vocacionales; (3) Cómo encontrar la dirección de Dios (desearla, esperarla, buscarla y aceptarla); (4) Cómo obtener información acerca de las distintas opciones profesionales y el mundo laboral; y (5) Cómo conocerse mejor a sí mismo (incluyendo la posibilidad de realizar evaluaciones psicológicas).

En este proceso educativo se debe enfatizar que la elección de carrera no es un acontecimiento único en la vida. Anime a las personas a continuar capacitándose y a evaluar periódicamente sus prioridades, sus objetivos de vida y su satisfacción en el trabajo. No obstante, los cambios de carrera profesional tienden a ser más difíciles y riesgosos conforme aumenta la edad de las personas.

## **Conclusiones sobre las Decisiones Vocacionales**

La elección vocacional es una de las decisiones más importantes en la vida. Ayudar a las personas a tomar esta decisión sabiamente puede ser una de las partes más satisfactorias y gratificantes del trabajo del consejero cristiano.

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 14- PREGUNTAS DE ESTUDIO**  
**Consejería Financiera**  
**Consejería Vocacional**

1. Si el dinero en sí no es el problema, entonces ¿por qué surgen los problemas?
  
2. ¿Cuáles son cuatro afirmaciones que resumen la enseñanza bíblica sobre el dinero, las posesiones y la administración de las finanzas?
  
3. ¿Cuáles son cuatro cosas necesarias para administrar los recursos sabiamente?
  
4. ¿Cuáles son las cuatro causas principales de los problemas financieros?
  
5. ¿Cuál es la definición de materialismo?
  
6. ¿Cuáles valores distorsionados sugieren que la causa de los problemas financieros no es tanto la posesión o la no posesión de cosas materiales, sino nuestras actitudes hacia el dinero y las posesiones?
  
7. ¿Cuáles son cuatro maneras de prevenir los problemas financieros?
  
8. ¿Cuáles son cinco cosas que la Biblia dice sobre el trabajo?
  
9. ¿Qué características debe tener el consejero vocacional efectivo?
  
10. ¿Cuáles son cuatro principios básicos respecto a conocer la voluntad de Dios?

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 15 – GUÍA DE ESTUDIO**  
**Problemas Espirituales**  
**Otros Problemas**  
**Aconsejando al Consejero**

**Libro de Texto: Consejería Cristiana Efectiva. Autor: Dr. Gary Collins, Ph.D.**  
**Texto Complementario: Capacitado para Orientar. Autor: Dr. Jay Adams**

**Problemas Espirituales**

Como grupo, los consejeros profesionales por lo general no simpatizan con los asuntos religiosos. La mayoría de ellos no entiende la terminología religiosa, pocos han recibido capacitación para ayudar a personas que experimentan luchas espirituales, muchos no entienden la forma de pensar de las personas religiosas y algunos todavía aceptan el muy citado punto de vista de Freud, según el cual la religión es perjudicial e indicativa de neurosis. Los consejeros seculares prefieren evitar los asuntos religiosos, procuran buscarles una explicación natural, y en ocasiones prefieren referir a los aconsejados que son religiosos a consejeros que tienen creencias similares.

En ocasiones los consejeros cristianos también tienen dificultad con la consejería sobre temas religiosos. No siempre es fácil ayudar a las personas con sus luchas espirituales. A menudo no hay respuestas claras a las preguntas teológicas que los aconsejados buscan entender.

Para hacer el asunto un poco más complicado, los creyentes tienden a usar una terminología que puede ser confusa. Por ejemplo, hablamos constantemente del amor y estamos de acuerdo en que el amor es la marca del cristiano, pero no siempre actuamos en formas que demuestran amor, y ni siquiera estamos de acuerdo sobre el significado de esta palabra. Parece que algunas veces olvidamos que el amor que es fundamento del cristianismo no es el sentimentalismo egocéntrico y pasajero del que hablan tantas canciones de amor modernas. El amor cristiano es dadivoso, paciente y centrado en los demás; honra a Cristo y es divinamente otorgado; es el amor que vemos claramente en la vida de Jesús y que es descrito a lo largo de las páginas de las Escrituras.

Es triste ver que muchos cristianos no son personas amorosas; sus palabras y acciones no expresan una actitud amorosa. Muchos creyentes se sienten derrotados por el pecado, los conflictos internos y las presiones de la vida. Algunos están frustrados porque sienten que avanzan muy lentamente en su crecimiento espiritual. Otros se preocupan porque en su vida no hay gozo, no hay pasión en su adoración y se sienten atrapados en una red de sequía espiritual. Leen la Biblia, pero las palabras les parecen vacías e irrelevantes. Oran, más por costumbre que por deseo, y sus oraciones parecen no tener respuesta. Quieren hacer el bien y mostrar amor, pero sus acciones no lo demuestran, y parecen tener la conciencia insensible y adormecida. Dicen que quieren

que sus hijos crezcan en los caminos del Señor, pero adoptan estilos de vida que les permiten “disfrutar de los placeres del pecado ocasionalmente”.

A pesar de que esto no es lo que Dios desea, estas experiencias son comunes, quizás incluso en la vida de los consejeros y de consejeros potenciales. Aconsejar personas con problemas espirituales es un desafío en todo momento, pero es aún más difícil cuando el consejero está luchando con problemas similares a los del aconsejado. Walter Trobisch escribió que “nadie sabe qué es realmente la desesperación” hasta que se enfrenta a otro ser humano que clama por ayuda que el consejero no puede darle porque en su interior se siente “completamente vacío” y espiritualmente seco.

### **La Biblia y los Problemas Espirituales**

Para muchos de nosotros es difícil entender que Dios, cuyo conocimiento excede todas las bases de datos del mundo, nunca tiene prisa. Su objetivo es que cada creyente madure en la semejanza de Cristo, pero sabe que ninguno de nosotros alcanzará este objetivo por completo mientras estemos en este mundo. Dios quiere que seamos santos y que sigamos las pisadas de Cristo. El objetivo de la vida cristiana es ser semejantes a Cristo en adoración, carácter y servicio. Nuestra entrega continúa a Dios, junto con la alabanza verbal y la obediencia fiel, es la manera en la que adoramos. Sin embargo, la adoración también involucra un cambio constante en nuestro carácter. No debemos conformarnos a los estándares de este mundo. La vida del cristiano no debe estar centrada únicamente en Dios y en sí mismo. También debe haber servicio a los demás. Ser semejantes a Cristo en adoración, carácter y servicio es el objetivo de la vida cristiana.

### **Las Causas de los Problemas Espirituales**

La religión aún es popular en Estados Unidos. Las estadísticas son diferentes en otros países, pero el 40% de los estadounidenses asisten a servicios religiosos por lo menos una vez a la semana; el 60% son miembros de alguna iglesia o sinagoga; y el 95% afirma creer en Dios. Externamente somos personas religiosas, pero internamente nuestras creencias religiosas no hacen diferencia alguna en nuestra manera de vivir. El cristianismo se interesa más por nuestra naturaleza interna que por nuestra conducta exterior. Está más interesado en lo que somos que en lo que hacemos. Jesús dirigió sus ataques más fuertes a condenar el pecado y a combatir lo que más le disgustaba: el legalismo religioso.

A lo largo de la historia de la Iglesia, los cristianos han luchado con tres problemas principales que parecen socavar o reprimir el crecimiento espiritual más que cualquier otro tipo de problema: (1) la avaricia y el abuso del dinero; (2) la lujuria y el abuso del sexo; y (3) el orgullo y el abuso del poder.

Al parecer la mayoría de los problemas humanos comienzan en la mente, de modo que lo que pensamos es muy importante. Nuestros pensamientos son los que nos llevan a la auto-suficiencia, el orgullo, la amargura y los valores anti-cristianos, cada uno de los

cuales puede crear o intensificar los problemas espirituales. En contraste con la auto-suficiencia, el orgullo, la amargura y los valores distorsionados, la persona que está creciendo en madurez espiritual es transformada mentalmente para que sus pensamientos busquen y procuren hacer la “buena, agradable y perfecta” voluntad de Dios.

Los problemas de salud y el deterioro físico se presentan cuando hay falta de alimento, aire, descanso y otras necesidades físicas. De modo similar, los problemas espirituales son causados por una falta de los ingredientes básicos necesarios para la salud y el crecimiento cristianos. En este sentido, las carencias que dan lugar a los problemas espirituales son: (1) Falta de entendimiento; (2) Falta de alimento espiritual; (3) Falta de generosidad; (4) Falta de equilibrio; (5) Falta de compromiso; (6) Falta de sencillez; (7) Falta del poder del Espíritu Santo; y (8) Falta de compañerismo cristiano.

### **Los Efectos de los Problemas Espirituales**

Algunas veces es difícil separar las causas y los efectos, sin embargo, los problemas espirituales tienen como resultado: (1) Efectos espirituales – el cambio verdadero sólo tiene lugar en aquellos que se entregan al Señor para llegar a ser más como Cristo. (2) Efectos físicos – la tensión y los conflictos espirituales pueden influenciar el cuerpo físicamente. (3) Efectos psicológicos – los sentimientos de culpa y el desánimo, entre otros, son reacciones que pueden resultar de la debilidad espiritual. (4) Efectos sociales – el compañerismo cristiano puede ser una experiencia hermosa, pero las “peleas” cristianas pueden ser despiadadas. Describiendo la inmadurez espiritual, el apóstol Pablo mencionó dos temas de especial importancia: los celos y las contiendas. Cuando hay crecimiento espiritual, las barreras entre las personas se desintegran; pero cuando hay problemas espirituales, la crítica destructiva, el cinismo y las tensiones interpersonales (celos y contiendas) están entre los primeros y más claros signos de problemas. (5) Efectos en el evangelismo – el verdadero discípulo guía a las personas a Cristo y busca tener parte en la edificación de un cuerpo de creyentes cuya vida esté centrada en Cristo y no en seres humanos.

### **La consejería y los Problemas Espirituales**

La forma de abordar y desarrollar el proceso de consejería depende de la naturaleza del problema del aconsejado. La consejería espiritual probablemente involucrará: (1) oración; (2) modelaje de principios bíblicos; (3) exhortación; y (4) enseñanza.

Muy pocas veces los aconsejados crecen o aprenden a resolver problemas con base en el consejo de otros. El crecimiento y la renovación espiritual son procesos de cuidado del alma que requieren mucho tiempo y que frecuentemente implican caminar a través de los tiempos de dificultad y oscuridad espiritual con la sutil instrucción de un guía sabio.

En una ocasión el apóstol Pablo expresó en dos oraciones su propósito supremo en la vida: (1) “...a quien anunciamos, amonestando a todo hombre, y enseñando a todo

hombre en toda sabiduría, a fin de presentar perfecto en Cristo Jesús a todo hombre”; (2) “...para lo cual también trabajo, luchando según la potencia de él, la cual actúa poderosamente en mí.” (Colosenses 1:28-29)

### **Previniendo los Problemas Espirituales**

El término espiritualidad es utilizado de diferentes maneras y por personas de diferentes religiones. La mayoría de nosotros anhela una “vida espiritual intensa”, pero no sabemos lo que eso significa; tampoco sabemos cómo obtenerla ni qué hacer para no perderla. Sin embargo, estamos de acuerdo en que la espiritualidad implica ser semejantes a Cristo. También implica disciplina.

### **Conclusiones sobre los Problemas Espirituales**

Los problemas espirituales tienen causas y soluciones que en su mayoría se encuentran descritas en las Escrituras. Sin embargo, la Biblia no es un manual de diagnóstico psiquiátrico ni un libro de texto de consejería. Si bien es cierto que, en última instancia, todos los problemas se derivan de la caída de la raza humana, no todos los problemas humanos son espirituales, en el sentido de que no todos involucran la relación específica del aconsejado con Dios. Aconsejar personas puede involucrar el uso de técnicas derivadas de las Escrituras; sin embargo, en la mayoría de los casos el consejero utilizará métodos *consistentes con las enseñanzas y los valores bíblicos*, pero que han sido descubiertos y desarrollados por la ciencia social y el sentido común.

### **Otros Problemas**

El aprendizaje y la capacitación para la consejería nunca terminan. A menudo los aconsejados presentan una combinación de distintos problemas. La persona que enfrenta dificultades en el matrimonio puede además estar deprimida, ansiosa y luchando para salir adelante con las finanzas. Por su parte, los consejeros necesitan un mayor conocimiento para aconsejar a personas de grupos étnicos, trasfondos culturales, orientación sexual o nivel socioeconómico distintos a los suyos. Los consejeros no son robots; necesitan ser responsables, sensibles y flexibles para atender personas con diferentes problemas y necesidades.

**Aconsejando a Personas con Discapacidades Físicas.** Por lo general se utiliza el término discapacitado para referirse a aquellas personas cuyas discapacidades interfieren con un ajuste de vida óptimo. Estas discapacidades pueden variar desde defectos menores que casi no se notan, hasta discapacidades severas que inhiben el desarrollo de una vida normal. La palabra *discapacidad* se refiere a cualquier condición (defecto o impedimento) física, mental o emocional que puede limitar la capacidad de una persona para funcionar de manera normal.

Jesús mostró un gran interés por las personas discapacitadas: cojos, ciegos, sordos, epilépticos y mutilados. Los aceptó completamente y atendió sus necesidades. El consejero cristiano debe hacer lo mismo. La consejería puede requerir el desarrollo de

formas de acercamiento creativas, el abandono de algunas técnicas favoritas y la creación de una red de ayudantes. A pesar de su complejidad, esta puede ser una labor muy gratificante, especialmente si el consejero ve a la persona discapacitada crecer en destrezas, en estabilidad psicológica y madurez espiritual.

**Aconsejando a Personas con Discapacidad Mental.** El retardo mental es un funcionamiento intelectual inferior al nivel promedio que se hace evidente antes de los dieciocho años de edad y que interfiere seriamente con la capacidad de una persona para alcanzar niveles de independencia personal y de responsabilidad social apropiados para su edad y su cultura. Dependiendo del grado de impedimento, muchas personas con discapacidad mental pueden desarrollar al menos algunas destrezas para hacerse cargo de sí mismos, y algunos pueden desempeñar ocupaciones sencillas y satisfactorias. Las familias de las personas con discapacidad mental deben aprender a convivir con ellos, de la misma manera que muchas familias aprenden a aceptar la responsabilidad por el cuidado y la atención de sus miembros de edad avanzada o que padecen enfermedades crónicas. Estas familias a menudo necesitan apoyo y orientación práctica para ayudarles a hacer frente a la situación.

**Aconsejando a las Minorías.** La consejería transcultural es posible, especialmente cuando el consejero está consciente de sus propios valores, tiene conocimiento de la cultura y las formas de pensamiento de los grupos minoritarios, es sensible a las diferencias individuales y a las expectativas del aconsejado, se siente cómodo a pesar de las diferencias que existen entre él y el aconsejado, está dispuesto a ser flexible en el uso de las técnicas de consejería y tiene un verdadero espíritu de humildad y disposición de aprender.

**Aconsejando a los Miembros de las Fuerzas Armadas.** Como toda buena consejería, la esencia de trabajar de manera efectiva con personas que sirven en las fuerzas armadas es ser sensible al estrés que los afecta y estar dispuesto a comprender la singularidad de la vida militar.

**Aconsejando a Prisioneros y sus Familias.** Esta clase de consejería requiere métodos de acercamiento específicos que no se aplican en ninguna otra área de consejería. Los prisioneros y sus familias viven bajo mucho estrés, pero tienen más libertad para controlar algunas de sus propias circunstancias y planificar para el futuro. Para que la consejería sea realmente efectiva es esencial comprender las circunstancias particulares de los aconsejados.

**La Consejería y el Síndrome Premenstrual.** Las mujeres lo han experimentado por siglos; algunas personas desinformadas e insensibles (usualmente hombres) han hecho bromas sobre él; e incluso algunos médicos lo han descartado como una condición mayormente psicológica. Sin embargo, hay creciente evidencia que demuestra que el síndrome premenstrual es una condición real, basada en factores biológicos, que mes a mes causa miseria a millones de mujeres. El consejero sensible debería estar consciente de la realidad del síndrome premenstrual y debería reconocer que esta condición orgánica recurrente puede hacer la vida miserable tanto para la mujer que la sufre como para su

familia. Esta es una de las muchas condiciones físicas que pueden tener implicaciones importantes en la consejería para personas de ambos sexos.

**La Consejería y el SIDA.** El SIDA es una enfermedad infecciosa causada por un virus que ataca el sistema inmunológico y disminuye la capacidad del cuerpo para combatir otras enfermedades. El curso de la enfermedad es impredecible y varía de persona a persona. La mayoría de los investigadores concuerdan en que la prevención se logra a través de la educación y el cambio de conducta. Los consejeros de personas enfermas de SIDA han identificado varias situaciones terapéuticas que comúnmente surgen al aconsejar a estos pacientes: (1) Hay sentimientos de ansiedad, ira, temor, negación y desesperación. (2) A menudo hay un sentido de aislamiento y enajenación. (3) Con frecuencia hay una disminución severa de la autoestima, especialmente si el enfermo de SIDA siente culpa por la conducta sexual que lo llevó a contraer la enfermedad. (4) Algunas personas se apresuran a sacar conclusiones basadas más en rumores y en información equivocada que en hechos concretos. (5) Es difícil hablar con la familia sobre la enfermedad, relacionarse con los padres y enfrentar el cúmulo de emociones de los miembros de la familia.

**La Amargura y la Pregunta del Por Qué.** La amargura es una actitud de enojo y resentimiento sobre lo que parece ser una queja justificada. Es fácil sentir amargura cuando la vida parece ser injusta. Hay momentos en los que experimentamos dolor debido a nuestras propias acciones. Sin embargo, no podemos saber con certeza por qué las personas sufren. Lo que sí sabemos es que la amargura y la actitud de venganza no hacen que las cosas mejoren. Sabemos que Dios es compasivo, omnisciente, absolutamente sabio, completamente justo y siempre está presente. Tanto el aconsejado como el consejero deben reconocer la verdad absoluta de que el Dios del universo, soberano y compasivo, está consciente de nuestros problemas y Él siempre está en control.

### **Aconsejando al Consejero**

La consejería cristiana puede tener una variedad de objetivos, pero en el corazón de la consejería está el esfuerzo de ayudar a las personas a encontrar paz con Dios, paz con los demás y paz consigo mismos. La verdadera paz, para el aconsejado y para el consejero, proviene de Dios. Al igual que con todos los demás frutos del Espíritu Santo, la paz se adquiere a través del ejercicio y la disciplina espirituales – meditando en la Palabra de Dios y aplicándola a nuestra vida bajo la dirección de un maestro, el Espíritu Santo.

### **La Espiritualidad del Consejero**

Muchos consejeros acaban agotados en sus esfuerzos por ayudar a otros. Ninguna persona puede hacerlo todo y nadie puede dar indefinidamente. Tratar de hacerlo conduce al agotamiento físico y a la sequedad espiritual. Para prevenir esto, o para ayudarnos cuando las demandas de los demás nos han dejado vacíos, necesitamos ser renovados. Esta renovación viene de diversas fuentes: (1) Retirarse – En ocasiones, en

medio de un ministerio ocupado, Jesús tomó tiempo para retirarse. Las personas lo buscaban, y muchos necesitaban sanidad, pero Jesús tomó el tiempo para recibir la renovación que necesitaba. (2) Prioridades. No es fácil tomar decisiones sobre nuestras prioridades. Algunas veces esto implica decir no, lo cual puede hacernos sentir culpables, especialmente cuando amigos creyentes, aconsejados potenciales, mentores, u otras personas nos hacen sentir culpables. Sin embargo, debemos vivir una vida centrada en Dios y dirigida por Dios, no una vida centrada en la necesidad. (3) Personas. Quienes trabajamos con personas a menudo queremos alejarnos de ellas al final de un día ocupado. La espiritualidad cristiana, la integridad personal y la estabilidad mental rara vez (si es que alguna vez) sobreviven en aislamiento. (4) Poder. La oración constante y la meditación diaria en la Palabra de Dios nos permiten conocer a Dios, y nos capacitan para obedecerle y servirle más plenamente como sus siervos y consejeros.

### **El Estilo de Vida del Consejero**

Nuestra vida debe estar caracterizada por el servicio y la santidad. Somos llamados a vivir en semejanza a Cristo y a realizar acciones que demuestren Su amor. Si queremos maximizar nuestra efectividad como consejeros debemos procurar la santidad, ejerciendo control sobre nuestro propio estilo de vida y nuestra manera de pensar.

### **La Relevancia del Consejero**

Es importante que el consejero se mantenga actualizado en su profesión. Esto se puede lograr a través de (1) conferencias y seminarios, (2) revistas, (3) libros, y (4) otros recursos como capacitación continua, cursos por correspondencia, boletines informativos, recursos de audio y video, entre otros.

### **El Legado del Consejero**

Se ha dicho que el diccionario es el único lugar donde el éxito se encuentra antes que el trabajo. Esto es cierto en casi todos los caminos de la vida, y más especialmente en el campo de la consejería. El trabajo y el éxito del consejero se miden en vidas cambiadas. En ocasiones vemos estos cambios; a menudo no los vemos. Algunas veces nos anima nuestro trabajo, aunque no con frecuencia. El legado supremo de todo consejero cristiano es ser un siervo fiel – entregarse a sí mismo para honrar a Dios y servirle al servir a otros. No hay mejor objetivo ni mayor señal de éxito para el consejero.

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204**  
**LECCIÓN 15- PREGUNTAS DE ESTUDIO**  
**Problemas Espirituales**  
**Otros Problemas**  
**Aconsejando al Consejero**

1. ¿Cuál es el punto de vista de Freud con respecto a la religión que es aun aceptado por algunos consejeros?
  
2. ¿Cuál es el objetivo de la vida cristiana?
  
3. ¿Hacia qué iban dirigidos los ataques más fuertes de Jesús durante su tiempo en la tierra?
  
4. ¿Cuáles son los tres problemas principales con los que han luchado los cristianos y que parecen socavar o reprimir el crecimiento espiritual?
  
5. ¿Cuáles son las nueve carencias de los ingredientes básicos necesarios para la salud y el crecimiento cristianos?
  
6. ¿Cuáles son las dos oraciones en las que Pablo expresó su propósito en la vida?
  
7. ¿Cuáles son cuatro elementos que involucra la consejería espiritual?
  
8. ¿Qué se entiende por el término “discapacidad”?
  
9. ¿Cuáles son cinco situaciones terapéuticas que comúnmente surgen al aconsejar a personas enfermas de sida?

10. ¿Qué se encuentra en el corazón de la consejería cristiana?

**CONSEJERÍA CRISTIANA, RE 204  
BIBLIOGRAFÍA**

<b>Adams, Jay E.</b>	<b><u>Capacitado para Orientar</u></b>
<b>Adams, Jay E.</b>	<b><u>La Gran Sombrilla</u></b>
<b>Adams, Jay E.</b>	<b><u>Manual del Consejero Cristiano</u></b>
<b>Collins, Gary R.</b>	<b><u>Consejería Cristiana</u></b>
<b>Collins, Gary &amp; Clinton, Timothy</b>	<b><u>Baby Boomer Blues</u></b>
<b>Collins, Gary R.</b>	<b><u>Family Shock</u></b>
<b>Collins, Gary R.</b>	<b><u>Consejería Cristiana Efectiva</u></b>
<b>Crabb, Larry</b>	<b><u>Consejería Bíblica Efectiva</u></b>
<b>Deal, William</b>	<b><u>Plain Talks on Parenting</u></b>
<b>Dobson, James</b>	<b><u>Raising Teenagers Right</u></b>
<b>Dobson, James</b>	<b><u>Disciplina con Amor</u></b>
<b>Farrar, Steve</b>	<b><u>Point Man</u></b>
<b>Morris, Charles &amp; Erica</b>	<b><u>El Líder Cristiano como Consejero</u></b>
<b>Mac Arthur, John &amp; Mack, Wayne A.</b>	<b><u>Introducción a la Consejería Bíblica</u></b>
<b>Nelson, Carol</b>	<b><u>Dear Angie, Your Family is Getting a Divorce</u></b>
<b>Oates, Wayne E.</b>	<b><u>Consejería Pastoral</u></b>
<b>Tucker, Ruth</b>	<b><u>Escogencias Múltiples</u></b>

(Este curso fue desarrollado, compilado y editado por Charles y Lottie Tryon, Bible Fellowship Colleges).