

Biblia y Salud Mental

TALLER EXPERIENCIAL



Derechos de Autoría

Este material es exclusivo para las personas que asistieron al taller de Biblia y Salud Mental con Paola Infante y Alejandra Sura. La distribución de este material, impresa, virtual, audible o cualquier otro medio es terminantemente prohibida. Los usuarios de este documento tienen libertad de utilizarlo como referencia o citar porciones (incluyendo los créditos: "Taller Biblia y Salud Mental con Paola Infante y Alejandra Sura, projectocoramdeo.com). Las citas son permisibles siempre y cuando el total de las citas sean menos de 25% del total de este documento.

Filosofía

1

1. Priorizamos teología sobre psicología secular.
 2. Creemos que la transformación del corazón es necesaria y eso requiere conocimiento experiencial, no solo *insight*.
 3. Creemos que la problema principal es el pecado, pero no solo impacta nuestro corazón, sino todo: relaciones, cuerpo, la vida.
 4. Creemos que el evangelio es la solución, pero cómo es el evangelio internalizado a cada consultante es única. Por eso tiene que ser contextualizado: dado de la forma en que es mejor recibido.
 5. Creemos que tanto la teología y la psicología tratan de contestar 3 preguntas básicas:
 - a. ¿Quiénes somos?
 - b. ¿Cuál es nuestro problema?
 - c. ¿Cuál es la solución?
-

Filosofía

1

La teología es “el bosque”: nos provee la vista general de quienes somos, cual es el problema y cuál es la solución.

La psicología es como mirar cada árbol en el bosque, nos da detalle, matiz y detalle acerca del quebranto del ser humano y la naturaleza humana. También ofrece herramientas para el proceso d

Consejería Bíblica

Pre Concepciones Equivocadas





PRE-CONCEPCIONES EQUIVOCADAS SOBRE LA CONSEJERÍA BÍBLICA

1. El consejero da “bibliazos” a las personas.

- Usar la Biblia sin primero escuchar o considerar la historia de vida del Consultante/consultante.
- Utilizar versículos de forma arbitraria, mística o sin el debido análisis.
- Considerar sólo un aspecto de la vida del aconsejado (ej: sus pecados), y dirigir la consejería desde ese lugar.



PRE-CONCEPCIONES EQUIVOCADAS SOBRE LA CONSEJERÍA BÍBLICA

2. Experiencias negativas de consultantes traumatizados por experiencias en la iglesia.

- Subestimar, ignorar, o no validar su sufrimiento en medio de una tribulación.
- Desanimar la búsqueda de profesionales de la conducta en casos de una enfermedad mental.
- Visión simplista. Referirse a las enfermedades mentales como el solo resultado de “falta de fe, oración/intimidación con el Señor, ayuno u ofrendas”.
- Promover creencias falsas sobre el sufrimiento, ya sea “exaltándolo” -vida martir- o “anulándolo”, llamando a “cancelar toda tristeza y dolor”.
- Abuso espiritual.



PRE-CONCEPCIONES EQUIVOCADAS SOBRE LA CONSEJERÍA BÍBLICA

3. *Contexto de la consejería en la iglesia.*

- Sobreespiritualizar, utilizando términos que no son de sana doctrina y/o que causan temores excesivos en los consultantes: opresión satánica, maldiciones, posesiones, cadenas generacionales, brujería y decretos.
- Iglesia psicologizadas con bases humanistas y antropocéntricas: Liderazgo, neurocoaching, PNL, psicología, entre otros.
- Moralismo cristiano, exceso de cumplimiento de reglas y apariencias, y poco enfoque en la relación con el Señor.



PRE-CONCEPCIONES EQUIVOCADAS SOBRE LA CONSEJERÍA BÍBLICA

4. Experiencias de los psicólogos en la Iglesia.

- Acusaciones directas o rechazo hacia los practicantes de psicología.
- Estigmatización de la salud mental.
- Por falta de conocimiento teológico, reafirman las “bondades” de la psicología y terminan señalando las “carencias” de la Biblia.
- Carencia de doctrina sana en la práctica privada.
- Apoyo y supervisión limitados.

La participación de la iglesia cristiana en el ámbito de la salud mental.

Contexto Histórico

1

1 | Cosmovisión Cristiana (Siglo XIX)

Asumían que:

- Dios había creado el mundo
- Los seres humanos habían sido formados especialmente a su imagen
- Que con el razonamiento humano podían aprehender verdades fundamentales porque Dios les había creado capaces de conocer la verdad
- Que la moralidad bíblica también era una verdad universal e invariable,
- Que las virtudes bíblicas señalaban lo que significaba ser plena y perfectamente humano, etc”

2 | Modernismo (Siglo XX)

Entre muchas otras cosas, se caracteriza por dos aspectos:

- Métodos de las ciencias naturales aplicados a nuevos ámbitos de estudio.
- Secularización

3 | Presente

¿Desde nuestras creencias y prácticas cristianas, cómo nos relacionamos con los descubrimientos y teorías de la psicología laica?

Consejería Bíblica

¿Qué es y qué no es?



Consejería Bíblica

La Consejería Bíblica es un enfoque que busca ayudar a la persona a acercarse cada vez más a Dios (santidad progresiva). Lo hace por medio de la enseñanza, el ánimo, el consuelo y la corrección, basándose en la sabiduría y guía del Espíritu Santo y la Palabra de Dios. Implica acompañar, escuchar y ayudar a las personas a descubrir la voz de Dios en sus vidas. Aunque puede darse en un consultorio, no se limita a éste, sino que es un aspecto natural de la comunidad de iglesia en diversos contextos.

No se trata solo de dar consejos, sino de dirigir a las personas hacia una perspectiva bíblica que moldee su visión del mundo. Se busca comprender las particularidades de cada persona, explorando los temas del corazón (mente/emociones/deseos/voluntad) comprendiendo a la persona como ser físico-espiritual, santo, pecador y sufriente. Su propósito más importante es que la gloria de Dios se haga cada vez más evidente en la vida de la persona y que su gozo sea completo.

Base Bíblica



2 Timoteo 3:16-17 (NVI):

"Toda la Escritura es inspirada por Dios y útil para enseñar, para reprender, para corregir y para instruir en la justicia, a fin de que el siervo de Dios esté enteramente capacitado para toda buena obra."

Romanos 15:14 (NVI):

"Yo mismo estoy convencido, hermanos míos, de que ustedes rebosan de bondad, que están llenos de conocimiento y que son capaces de aconsejarse los unos a los otros."

Base Bíblica

1

Santiago 5:16 (NVI):

"Por tanto, confiéscense unos a otros sus pecados, y oren unos por otros, para que sean sanados. La oración del justo es poderosa y eficaz."

Proverbios 11:14 (NVI):

"Donde no hay buenos consejeros, caerá el pueblo; pero en la multitud de consejeros hay seguridad."

Base Bíblica

1

Gálatas 6:1-2

"Hermanos, si alguien es sorprendido en pecado, ustedes que son espirituales deben restaurarlo con una actitud humilde. Pero cuídese cada uno, porque también puede ser tentado. Ayúdense mutuamente a llevar sus cargas, y así cumplirán la ley de Cristo."

1 Tesalonicenses 5:14 (NVI):

"Y les rogamos, hermanos, que adviertan a los ociosos, animen a los desanimados, ayuden a los débiles y sean Consultantes con todos."

Elementos básicos

1. El evangelio como el eje central de su cosmovisión
 2. Dependencia del Espíritu Santo
 3. La Biblia como base y herramienta principal para ofrecer soluciones
 4. Elementos prácticos de la revelación especial y otros métodos de la revelación general que ayuden en el proceso de asimilación de dichas soluciones.
-

LAS ETAPAS DEL PSICÓLOGO EN MEDIO DE SU LA BÚSQUEDA DE SENTIDO EN SU PRÁCTICA.

P



LAS ETAPAS DEL PSICÓLOGO EN MEDIO DE LA BÚSQUEDA DE SENTIDO EN SU PRÁCTICA.

p



1. *CHOQUE CON LAS INCONGRUENCIAS:*

- Lo que sé de Dios y Su Palabra no es coherente con elementos que estoy viendo en mi práctica.
 - Consultante en fornicación— testimonio personal con consultante.

LAS ETAPAS DEL PSICÓLOGO EN MEDIO DE SU LA BÚSQUEDA DE SENTIDO EN SU PRÁCTICA.

p

2. CONFUSIÓN E INCERTIDUMBRE:

- Percibe el valor de muchas herramientas útiles, pero *“hay algo que te hace ruido”*.
- Cuestionas si está haciendo lo correcto o no.
- Existe la duda pero nuestra cosmovisión está aún muy psicologizada.

LAS ETAPAS DEL PSICÓLOGO EN MEDIO DE SU LA BÚSQUEDA DE SENTIDO EN SU PRÁCTICA.

p

3. *CURIOSIDAD DE OTRAS HERRAMIENTAS, PARÁLISIS CON NEGACIÓN A LA CARRERA O, TOTAL DEFENSA.*

- Tomas otros cursos y evalúas nuevos abordajes (coaching, PNL, sistemas familiares, etc.) en búsqueda de complementos.
- Te niegas a creer que te toca cuestionar todo los años de estudios.
- Defiendes a toda costa cuando alguien habla contrario a la psicología, asumiendo que el otro habla desde el desconocimiento/juicio/ignorancia.

LAS ETAPAS DEL PSICÓLOGO EN MEDIO DE SU LA BÚSQUEDA DE SENTIDO EN SU PRÁCTICA.

p

4. EL RECONOCIMIENTO.

- 
- Cuando has visto y estás convencida del poder de Su Palabra para transformar corazones, recordando nuestros propios testimonios.
 - Cuando empiezas a preguntarte no sólo por el “bienestar” emocional que refiere el consultante, sino por su condición espiritual.
 - Cuando reconoces tus fallas en la práctica, dejando a Dios a un lado.

LAS ETAPAS DEL PSICÓLOGO EN MEDIO DE SU LA BÚSQUEDA DE SENTIDO EN SU PRÁCTICA.

p



5. EL DUELO

- **Tristeza**, que me lleva a pensar en los años “perdidos”, los recursos, el dinero, esfuerzo... crisis de carrera.. Ahora tengo que empezar de cero, “¡no sé nada!”.
- **Temor** de tener que desechar todo, a las implicaciones de sus cambios en la práctica, al “qué dirán en mi trabajo, comunidad”.
- **Incertidumbre**, ¿por dónde empiezo?

LAS ETAPAS DEL PSICÓLOGO EN MEDIO DE SU LA BÚSQUEDA DE SENTIDO EN SU PRÁCTICA.

p

6. LOS PRIMEROS PASOS

- Iniciar los estudios/investigación sobre CB o cómo aplicar usar la Biblia en el contexto terapéutico.
- Empezar a llevar “algo de ello” a la consulta.
- Sigo viendo la Biblia como “un menú”, quito, pongo, adorno (integracionismo; hablamos a “pincelazos” sobre Dios o sus principios).

LAS ETAPAS DEL PSICÓLOGO EN MEDIO DE SU LA BÚSQUEDA DE SENTIDO EN SU PRÁCTICA.

p

7. LA CONVICCIÓN

- Dios y Su Palabra se convierten en la autoridad de todo lo que haces en tu práctica. Se acompaña desde una cosmovisión bíblica (tu sombrilla), y haces usos de conocimientos/herramientas psicológicas útiles y redimidas a la luz del evangelio.
- Abandonamos el integracionismo.
- Mantenemos una mirada más realista, crítica y consciente sobre las distintas propuestas seculares, orando por el discernimiento necesario.
- Somos movidos a caminar en esta carrera con más humildad, sabiendo que el trayecto puede ser largo, nuestros corazones engañosos, cada caso *“no tan simple como parece”*, y con mucho por seguir aprendiendo.



¿EN QUÉ ETAPA TE ENCUENTRAS?

Bases ontológicas de la naturaleza humana

Según la Biblia... ¿Quién es el ser humano y cómo florece?

¿Cuál es la perspectiva bíblica de la personalidad humana?

El corazón

¿Quiénes somos? Somos almas encarnadas

PASAJES BÍBLICOS: Génesis 2:7, 1 Tesalonicenses 5:23, 1 Timoteo 4:8, Romanos 12:1, 1 Corintios 10:31, Proverbios 14:30

- Enfoque holístico
- Impacto del pecado
- Cuidado del cuerpo
- Equilibrio emocional
- La importancia del descanso
- Cultivar imagen corporal saludable
- Esperanza y restauración





¿Quiénes Somos? Somos todo corazón

Lo que la Biblia también llama

“Espíritu”

“Corazón”

Lo que la psicología llamaría

“El Yo”



El corazón es el núcleo de nuestro ser:

Proverbios 4:23, "Guarda tu corazón sobre todo lo demás, porque es la fuente de la vida".

Eclesiastés 7: 4, "El corazón de los sabios está en la casa del luto, pero el corazón de los necios está en la casa del placer".

Isaías 29:13: Este pueblo me sirve de palabra y me honra con la boca, pero su corazón está lejos de mí, y el culto que me rinde son cosas inventadas por los hombres y aprendidas de memoria.

Lucas 12:34, "Porque donde esté tu tesoro, allí estará también tu corazón". Mateo 15:18 "Lo que sale de la boca, del corazón es, y esto contamina a la persona».



El corazón es el núcleo de nuestro ser:

Se compone de:

La Mente: El corazón piensa, responde cognitivamente con creencias, experiencias pasadas y conocimiento, actitudes, interpretaciones y razonamientos.

Los afectos: Nuestros anhelos, motivaciones, pasiones, emociones, sentimientos y valores.

La voluntad: Nuestras decisiones, compromisos y acciones.



El Corazón: La mente

"¿Por qué pensáis mal en vuestros corazones?" (Mt. 2:4)

Lucas relata que Jesús percibió los pensamientos de sus corazones y les mostró un niño como ejemplo (Lc. 9:47)

"¿No entendéis ni comprendéis? ¿Aún tenéis endurecido vuestro corazón?" (Mr. 8:17)

El apóstol Pablo también atribuye al corazón el diálogo interno del razonamiento humano. Por ejemplo, dice: "No digas en tu corazón: '¿Quién subirá al cielo?'" (Ro. 10:6)



El Corazón: La mente

"Cosas que ojo no vio, ni oído oyó, ni han subido en corazón de hombre, son las que Dios ha preparado para los que le aman" (1 Co. 2:9)

Según 2 Corintios 4:6, Dios ilumina nuestros corazones para que conozcamos la gloria de Dios en la persona de Jesucristo.

Efesios 4:18 nos habla de aquellos cuyo entendimiento está entenebrecido debido a la ignorancia y la dureza de su corazón.



El Corazón: Los sentimientos y emociones

El corazón es el lugar donde nuestros deseos operan (Mr. 5:28) “Pero Yo les digo que todo el que mire a una mujer para codiciarla ya cometió adulterio con ella en su corazón.”

"Porque donde esté vuestro tesoro, allí estará también vuestro corazón" (Mt. 6:21).

"¿No ardía nuestro corazón dentro de nosotros mientras nos hablaba en el camino...?" (Lc 24:32)

“No se turbe su corazón; crean en Dios, crean también en Mí” (Jn 14:1).



El Corazón: Los sentimientos y emociones

- "Mi corazón se alegró" (Hch. 2:26; Hch. 40) y "se enfurecían en sus corazones y crujían los dientes contra él" (Hch. 7:54).
- El corazón también puede experimentar satisfacción (Hch. 14:17) y quebrantarse al despedirse de seres queridos (Hch. 21:13).
- Pablo, en muchas ocasiones, atribuye sentimientos al corazón. Describe que contiene inmundicias y deseos desordenados (Ro. 1:24).



El Corazón: Los sentimientos y emociones

- Su corazón se entristecía y angustiaba por su preocupación por el bienestar de los demás (2 Co. 2:4; 3:2; 6:11).
- Expresa su afecto por ellos al decir que estas personas estaban en su corazón (2 Co. 7:3; 8:16; Fil. 1:7; 1 Ts. 2:17).
- Además, el corazón también puede experimentar sentimientos de paz (Fil. 4:7; Col. 3:15-16).



El Corazón: La Voluntad

- - Mateo 5:28 nos habla de cómo el corazón está involucrado en nuestras intenciones y deseos.
- - Mateo 15:8 y Marcos 7:6 nos enseñan que las verdaderas devociones y elecciones de las personas se encuentran en el corazón, no solo en las palabras.
- - Mateo 15:18 nos muestra que lo que sale de nuestra boca tiene su origen en el corazón.
- - Mateo 18:35 nos habla de cómo las decisiones y el perdón provienen del corazón.
- - Juan 13:2 nos muestra cómo Satanás influyó en el corazón de Judas para llevar a cabo una acción intencional.



El Corazón: La Voluntad

Lucas también se refiere al corazón en relación con nuestras intenciones en el libro de Hechos:

- Hechos 5:3 y Hechos 5:4 nos hablan de cómo Satanás influyó en el corazón de Ananías para mentir.
- Hechos 7:23 y Hechos 7:39 nos muestran cómo las decisiones y lealtades tienen lugar en el corazón.
- Hechos 8:22 nos muestra cómo el alejarse de Dios es una cuestión del pensamiento del corazón.



El Corazón: La Voluntad

Pablo también menciona las funciones intencionales del corazón:

- Romanos 2:5 nos habla de cómo el corazón puede ser terco contra Dios.
- 1 Corintios 4:5 nos muestra que nuestras intenciones serán juzgadas.
- 1 Corintios 7:37 nos enseña que nuestras decisiones pueden ser tomadas desde el corazón.
- Efesios 6:5 y Colosenses 3:22 nos hablan de cómo debemos obedecer a nuestros amos de buena voluntad, con sencillez de corazón.

Las partes que motivan las acciones:

Somos Santos

Somos seres que Sufren

Somos Pecadores

La Santidad

71

La santificación posicional o legal es la santificación que Dios logra en el creyente en el momento de su conversión, a través de la sangre de Jesucristo. Por medio de esta santificación, Dios ve al creyente en Jesucristo como sin pecado (Efesios 1:1; Filipenses 1:1; Colosenses 1:1; 2:9-10).

La santificación experimental o progresiva es el crecimiento gradual del cristiano hasta llegar a ser como Jesucristo (Romanos 8:29; Filipenses 3:12; 2 Corintios 3:18; 4:16; Colosenses 3:10; 2 Pedro 3:18).

La santificación final se refiere al proceso en el cual los creyentes serán transformados por el poder de Jesucristo en su segunda venida (1 Corintios 15:51-54; Filipenses 3:20-21; 1 Juan 3:1-3).

La Santidad

1

1 Corintios 1:1-9:

1 Pablo, llamado a ser apóstol de Jesucristo por la voluntad de Dios, y Sóstenes, nuestro hermano, 2 a la iglesia de Dios que está en Corinto, a los que han sido santificados en Cristo Jesús, llamados a ser santos, con todos los que en cualquier parte invocan el nombre de nuestro Señor Jesucristo, Señor de ellos y nuestro: 3 Gracia y paz a ustedes de parte de Dios nuestro Padre y del Señor Jesucristo. 4 Siempre doy gracias a mi Dios por ustedes, por la gracia de Dios que les fue dada en Cristo Jesús. 5 Porque en todo ustedes fueron enriquecidos en Él, en toda palabra y en todo conocimiento, 6 así como el testimonio acerca de Cristo fue confirmado en ustedes; 7 de manera que nada les falta en ningún don, esperando ansiosamente la revelación de nuestro Señor Jesucristo. 8 Él también los confirmará hasta el fin, para que sean irreprochables en el día de nuestro Señor Jesucristo. 9 Fiel es Dios, por medio de quien fueron llamados a la comunión con Su Hijo Jesucristo, nuestro Señor.

La Santidad

1

- Sé celoso para encontrar evidencias de la gracia de Dios en sus vidas.
 - Señala con entusiasmo dónde demuestran el carácter de Cristo.
 - Observa las formas en las que ya están viviendo fieles a una identidad en Cristo y resáltalas.
 - En lugar de embarcarse exclusivamente en una cacería de ídolos o de pecados, embárcate en una caza de la gracia.
 - ¿Qué cosas buenas puedes destacar?
 - ¿Dónde ves que el Espíritu está actuando?
 - ¿Qué verdades de Dios están reconociendo como buenas y necesarias?
-

La Santidad

1

- ¿Ha habido algún progreso en un área particular de lucha?
 - ¿He podido aprovechar una oportunidad para servir a los demás?
 - ¿Encontré un camino para refugiarme en Dios durante un momento de tentación? ¿Fui capaz de escuchar y obedecer la dirección del Espíritu Santo en algún momento reciente?
 - ¿He avanzado (aunque sea un poquito) en la lucha contra alguna tentación o pecado?
 - ¿Pude animar o bendecir a otros?
-

¿Qué hacemos con los incrédulos?

Somos seres que sufren

1

- Todos enfrentamos el sufrimiento en diversas formas.
 - Estamos en un estado de "Ya, pero todavía no", entre la obra completa de Cristo y las luchas que enfrentamos en la vida diaria.
 - Dios no oculta su rostro en el sufrimiento, sino que se acerca con compasión y nos escucha cuando clamamos a Él (Salmo 22:24).
 - Jesús comprende y reconoce nuestros sufrimientos, y nos anima a ser fieles hasta el final (Apocalipsis 2:8-10a).
 - En medio del sufrimiento, encontramos consuelo y fortaleza en nuestra relación con Jesús.
-

¿Cómo motiva el sufrimiento nuestras acciones?

1. Reacciones impulsivas sin pensar.
 2. Falta de claridad y distracción.
 3. Emociones negativas desbordantes.
 4. Deseo de escape autodestructivo.
-

¿Cómo puede Dios, usar el sufrimiento para bendición en mi vida?

1. Purificación y fortaleza.
 2. Dependencia de Dios.
 3. Conformación a Cristo.
 4. Carácter y perseverancia.
-

Recurso recomendado:

“Confiando en Dios Aunque la Vida Duele”
de Jeff Bridges (en inglés *Trusting God*)



Jesús y nuestro sufrimiento

1

- Jesús se involucra personalmente en el sufrimiento, enseñándonos a amar, escuchar y acompañar en medio del caos.
 - Jesús conoce nuestras aflicciones y nos anima a ponernos en el lugar de quienes necesitamos aconsejar.
 - Jesús no minimiza nuestro sufrimiento ni lo compara, sino que nos dice que nos ve y nos importa.
 - Jesús no ofrece explicaciones claras del sufrimiento, pero nos enseña que la gloria de Dios puede manifestarse en medio de nuestras vidas.
 - Jesús nos anima recordándonos las promesas y la perspectiva eterna, brindándonos consuelo y fortaleza.
-

Huir a Cristo en medio de la aflicción

- Oración: Buscar a Dios en oración.
 - Estudio de la Palabra: Sumergirse en la Biblia.
 - Comunidad de fe: Buscar apoyo en otros creyentes.
 - Adoración: Recordar la fidelidad de Dios.
 - Servicio a los demás: Ayudar a quienes sufren.
-

El sufrimiento nos hace más amigos de Jesús



Pecado

- Reconocemos el amor de Dios incondicionalmente.
- Validamos la victimización y desligamos de culpa.
- Fomentamos la autoconciencia y enfrentamiento del pecado.
- Acompañamos en el proceso de sanidad.
- Mantenemos un enfoque equilibrado en santidad, sufrimiento y pecado.
- Reconocemos la idolatría y buscamos transformación divina.



Nuestro pecado siempre es por idolatría

Salmos 115:1-9

Nueva Biblia de las Américas

115 No a nosotros, Señor, no a nosotros,

Sino a Tu nombre da gloria,

Por Tu misericordia, por Tu fidelidad.

2 ¿Por qué han de decir las naciones:

«¿Dónde está ahora su Dios?».

3 Nuestro Dios está en los cielos;

Él hace lo que le place.

4 Los ídolos de ellos son plata y oro,

Obra de manos de hombre.

5 Tienen boca, y no hablan;

Tienen ojos, y no ven;

6 Tienen oídos, y no oyen;

Tienen nariz, y no huelen;

7 Tienen manos, y no tocan;

Tienen pies, y no caminan;

No emiten sonido alguno con su garganta.

8 Se volverán como ellos los que los hacen,

Y todos los que en ellos confían.

9 Oh Israel, confía en el Señor;

Él es tu ayuda y tu escudo.

Resumen

Santidad: ¡Dios nos quiere animar!

Sufrimiento - ¡Dios quiere consolarnos!

Pecado - ¡Dios quiere corregirnos!



La Biblia y la Psicología: La iglesia a fracasado

¿Cómo pensar acerca de las propuestas seculares?





¿Quién es el ser humano y cómo florece?

- Teoría Psicoanalítica
- Teoría del Aprendizaje Social
- Teoría de los Cinco Grandes Factores
- Teoría Humanista
- Teoría Cognitiva
- Logoterapia

Evangelios de la prosperidad secular



Las fortalezas y debilidades de la epistemología psicológica secular.



La logoterapia y análisis existencial:

FUNDAMENTO TEÓRICO:

LOGOTERAPIA: Desarrollada por el psiquiatra y neurólogo, sobreviviente al holocausto, Viktor Frankl. Se basa en la creencia de que el sentido y el propósito son las fuerzas motrices principales en la vida del ser humano. Se enfoca en acompañar a las personas a descubrir el sentido de sus vidas y circunstancias, a través de la autotranscendencia y búsqueda de valores.



La logoterapia y análisis existencial:

FUENTE DE AUTORIDAD:

LOGOTERAPIA: No se basan en una fuente de autoridad específica. Se centran en la experiencia y la exploración individual del sentido y el propósito de la vida, y hace uso de herramientas que le permitan a las personas a descubrir y vivir de acuerdo a sus valores.



La logoterapia y análisis existencial:

PERSPECTIVA RELIGIOSA:

LOGOTERAPIA: No está asociada con una perspectiva religiosa específica. Y aunque es de las pocas corrientes que aborda preguntas existenciales y espirituales, su enfoque es más amplio y puede ser utilizado por personas con diferentes antecedentes religiosos o filosóficos.



La logoterapia y análisis existencial:

PROCESO TERAPÉUTICO:

LOGOTERAPIA: Se basa en el diálogo y exploración del sentido y el propósito de la vida. Pueden utilizar técnicas como la autorreflexión, la búsqueda/escala de valores, la intención paradójica, diálogo socrático, derreflexión, la reinterpretación de historias, entre otras.

La logoterapia y la consejería bíblica: Principales elemento de su enfoque terapéutico.

- 1. Búsqueda de sentido:** La logoterapia y el análisis existencial consideran que la búsqueda de sentido y propósito en la vida es una motivación fundamental para los seres humanos. Se enfocan en ayudar a las personas a descubrir y desarrollar un sentido de significado en sus vidas, lo cual puede ayudarles a enfrentar los desafíos y dificultades de una manera más saludable y significativa.
 - 2. Responsabilidad personal:** Ambos enfoques enfatizan la responsabilidad personal y la capacidad de elección del individuo. Se sostiene que, a pesar de las circunstancias externas, las personas tienen la capacidad de elegir su actitud y su respuesta frente a las situaciones que enfrentan. Se busca empoderar a los individuos para que asuman la responsabilidad de su propia existencia y se comprometan activamente en la toma de decisiones y la búsqueda de una vida con sentido.
- 



La logoterapia y la consejería bíblica: Enfoque terapéutico

3. Libertad y autenticidad: La logoterapia y el análisis existencial valoran la libertad humana y la autenticidad. Se considera que los individuos tienen la libertad de elegir y dar forma a sus vidas de acuerdo con sus valores y metas personales. Se busca fomentar la autenticidad y la congruencia entre los valores personales y las acciones diarias, lo que conduce a una vida más significativa y coherente.

4. Trascendencia: Tanto la logoterapia como el análisis existencial reconocen la importancia de la trascendencia en la vida humana. Esto implica ir más allá de uno mismo y encontrar un sentido de conexión y significado en algo más grande, ya sea a través de relaciones significativas, la expresión creativa, la conexión con valores espirituales o el servicio a los demás.

5. Existencia concreta: La logoterapia y el análisis existencial se centran en la experiencia concreta y real del individuo en el presente. Se exploran y se trabajan los aspectos subjetivos de la existencia, incluyendo las emociones, los pensamientos, los valores y las experiencias personales. También se presta atención a la relación del individuo con su entorno y sus interacciones interpersonales.



La logoterapia: Debilidades desde la mirada secular.

1. Enfoque filosófico: La logoterapia y el análisis existencial se basan en una filosofía de la vida y la existencia humana. Algunas personas pueden encontrar difícil conectarse o relacionarse con estos conceptos abstractos, especialmente si tienen una orientación más científica o concreta.

2. Enfoque individualista: La logoterapia y el análisis existencial se centran en el individuo y su búsqueda de significado personal. Esto puede llevar a un enfoque menos estructurado en comparación con otras terapias que se centran en el contexto social y las relaciones interpersonales.



La logoterapia: Debilidades desde la mirada secular.

3. Dificultad en casos graves de enfermedad mental: Si bien la logoterapia puede ser útil para muchas personas, puede tener limitaciones en casos graves de enfermedad mental, como trastornos psicóticos o trastornos de personalidad. Estas condiciones pueden requerir intervenciones terapéuticas más intensivas y específicas.

4. Falta de evidencia científica suficiente: Aunque existen estudios e investigaciones que respaldan la eficacia de la logoterapia y el análisis existencial, algunos críticos argumentan que hay una falta de evidencia científica rigurosa y suficiente en comparación con otros enfoques terapéuticos más establecidos.



La logoterapia y la consejería bíblica: Debilidades desde la mirada secular.

5. Énfasis en la responsabilidad personal: La logoterapia enfatiza la responsabilidad personal y la capacidad de elección del individuo para encontrar significado en la vida. Si bien esto puede ser empoderador para muchas personas, también puede plantear desafíos para aquellos que enfrentan circunstancias difíciles o limitaciones externas significativas que pueden dificultar su capacidad de ejercer ese nivel de control y elección.



La psicología cognitiva conductual.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS:

PCC: Se basa en la idea de que las emociones, los pensamientos y comportamientos están interrelacionados. Su enfoque es identificar y cambiar patrones de pensamientos disfuncionales y aquellos comportamientos que son desadaptativos, con el fin de procurar un cambio positivo en la vida del consultante.



La psicología cognitiva conductual.

PERSPECTIVA RELIGIOSA:

PCC: No utiliza ni considera necesario la religión o espiritualidad como parte del proceso terapéutico.



La psicología cognitiva conductual.

FUENTES DE AUTORIDAD:

PCC:. Se basa en la evidencia científica, haciendo uso de estrategias o enfoques terapéuticos validados en investigaciones empíricas.



La psicología cognitiva conductual.

ENFOQUE TERAPÉUTICO:

PCC: El enfoque terapéutico de la psicología cognitivo-conductual se basa en la comprensión de los procesos cognitivos y los comportamientos observables para abordar los problemas emocionales y conductuales. Busca promover cambios positivos a través de la identificación y modificación de pensamientos y comportamientos problemáticos, utilizando técnicas estructuradas y basadas en la evidencia.

Algunas de sus herramientas son: La reestructuración cognitiva, la exposición gradual/sistemática y el entrenamiento en habilidades específicas para promover cambios en el pensamiento y comportamiento.



La psicología cognitiva conductual: Elementos de su enfoque terapéutico.

- 1. Enfoque en la relación entre pensamientos, emociones y comportamientos:** La PCC sostiene que los pensamientos, las emociones y los comportamientos están interconectados y se influyen mutuamente. Se busca identificar y modificar los patrones de pensamiento negativos o irracionales que contribuyen a las emociones **problemáticas** y los comportamientos **disfuncionales**.
- 2. Terapia basada en la evidencia y estructurada:** Se emplea una estructura y un plan de tratamiento sistemáticos para abordar los problemas del individuo de manera eficaz.
- 3. Identificación y cuestionamiento de las distorsiones cognitivas:** La PCC se enfoca en ayudar a las personas a reconocer y cuestionar las **distorsiones cognitivas**, que son patrones de pensamiento inexactos o sesgados. Se busca sustituir estos pensamientos negativos o distorsionados por pensamientos más **realistas y adaptativos**.



La psicología cognitiva conductual: enfoque terapéutico.

4. Modificación de patrones de comportamiento: La PCC se centra en la modificación de los comportamientos problemáticos a través de técnicas como el entrenamiento en habilidades sociales, la exposición gradual, el condicionamiento operante y el establecimiento de metas. Se busca fomentar cambios en el comportamiento que promuevan la **salud** y el **bienestar**.

5. Técnicas de reestructuración cognitiva: Se utiliza para ayudar a las personas a modificar sus pensamientos negativos y sustituirlos por pensamientos más **realistas y positivos**. Esto incluye técnicas como la identificación de pensamientos automáticos, el cuestionamiento de la evidencia de apoyo y la generación de alternativas más adaptativas.

6. Enfoque orientado a la resolución de problemas: Se busca ayudar a las personas a identificar soluciones alternativas y a adquirir estrategias para enfrentar los desafíos de manera más constructiva.



La psicología cognitiva conductual: Debilidades desde una mirada secular.

1. **Enfoque centrado en los síntomas:** Procuran abordar los síntomas específicos y mejorar el funcionamiento a corto plazo, sin prestar tanta atención a las causas subyacentes de los problemas o a la comprensión profunda del individuo. Esto puede limitar la visión holística de la persona y descuidar aspectos más profundos de la experiencia humana.
2. **Énfasis en la racionalidad y el control:** Enfatiza el papel de los pensamientos racionales y el control consciente sobre las emociones y comportamientos. Esto puede descartar la importancia de las emociones más profundas, la intuición y la influencia de factores inconscientes en el funcionamiento humano.



La psicología cognitiva conductual: Debilidades desde una mirada secular.

- 3. Limitaciones en trastornos complejos:** Aunque ha demostrado ser efectiva en el tratamiento de varios trastornos, puede tener limitaciones en el manejo de trastornos complejos, como trastornos de personalidad, trauma complejo o trastornos psicóticos. Estos trastornos a menudo requieren enfoques terapéuticos más integradores y profundos que vayan más allá de los aspectos cognitivos y conductuales.
- 4. Dependencia de la autorreporte:** Se basa en la recopilación de información a través del autorreporte de los clientes, lo que puede estar sujeto a sesgos o inexactitudes. Esto puede limitar la precisión de la evaluación y el tratamiento, especialmente cuando los clientes tienen dificultades para informar con precisión sobre sus pensamientos, emociones o comportamientos.



Debilidades que identificamos:

LOGOTERAPIA:

- Da cabida a todo tipo de espiritualidad.
- El sentido es una búsqueda individual (no tiene que estar relacionada con Dios). El ser humano es autoreferente.
- La escala de valores depende de la moral o cosmovisión del consultante (sin hacer daño al prójimo).
- La trascendencia se vincula más a “salir de sí mismo”. El legado sale de mi, pero habla de mí, no apunta a Dios.
- Se considera el alto sentido de responsabilidad como el elemento principal para el cambio.

COGNITIVO CONDUCTUAL:

- Puedo llamar “patrón disfuncional, problemático, distorsionado o desadaptativo” a lo que Dios llama pecado.
- La reestructuración cognitiva se alimenta de lo que el consultante (no Dios) llama “bueno o correcto”. Considera al ser humano como autoreferente.
- Puedo hacer cambios temporales en la superficie (mi forma de hablar/comportarme) sin profundizar en las raíces ocultas de mi corazón.
- Entienden que el control y la modificación de sus pensamientos y conductas, es el principal elemento para el cambio.

El cambio comienza por la comprensión y aplicación del Evangelio. Su mayor problema es el pecado.

Si el principio no está claro, el tratamiento no será el adecuado.



Fortalezas que resaltamos:

LOGOTERAPIA:

- Da cabida a la dimensión espiritual del paciente, a diferencia de las demás corrientes. .
- Aunque la búsqueda de sentido se considera un proceso individual, Frankl sí hace referencia a la existencia de Dios cuando habla del metasentido (*“la presencia ignorada de Dios”*).
- Divide la escala de valores como superiores e inferiores. Va en contra de *“sólo haz lo que te haga feliz”*.
- Invita al paciente a salir de sí mismo (autotrascendencia, no solo autorrealización).
- Normaliza el sufrimiento como parte elemental e inevitable de todo ser humano (triada trágica).

COGNITIVO CONDUCTUAL:

- Es el modelo de terapia más accesible y con más respaldo científico.
- La duración del tratamiento total es más corta que otras corrientes.
- El terapeuta es activo y directivo, guiando y estableciendo metas específicas.
- Las herramientas y asignaciones suelen ser muy prácticas.
- Ha demostrado ser una de las más eficaces para el abordaje de la ansiedad y depresión.

Aplicando CBT/TCC.

- Identificamos pensamientos, comportamientos y emociones que *“preocupan o afligen al consultado”*.
- Observamos: Qué *“dicen ellos”* de lo que creo de Dios, de mí misma y de mi entorno.
- Clasificamos/exponemos: Mentiras y Verdades, hechos reales, distorsiones, pecados ocultos (a la luz de la Palabra).

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

- Acompañamos al arrepentimiento, meditación en Su Palabra, compromiso, entrenamiento habilidades, uso de estrategias, etc.

**Acompañamos al consultante a crecer en
dependencia al Señor.**

LO QUE ADOPTAMOS
LO QUE RECHAZAMOS &
LO QUE REDIMIMOS

No es que “la Biblia se alinea con las propuestas seculares,

es que las propuestas seculares se alinean con la Biblia”

Ventajas de la práctica de la psicología clínica

Desventajas de la práctica de la psicología clínica



Medicamentos



Criterios para evaluar terapia farmacológica:

- Consultantes con antecedentes familiares o personales, con intentos o plan suicida, unido o no a trastornos de personalidad con rasgos impulsivos o psicóticos.
- Consultantes con esquizofrenia y trastorno bipolar.
- Consultantes con depresión mayor o crónica con evidencia clínica de funcionalidad escasa o inexistente, por un largo período de tiempo.
- Consultantes que presentan trastornos de ansiedad generalizada con síntomas físicos muy perturbadores, que impiden su participación consciente y activa en terapia.

La línea fina y peligrosa de los fármacos:

- El caso del joven rico. Consultantes con mejoría de síntomas pueden ausentarse o abandonar la terapia por “aparente mejoría”, sin antes confrontar y edificar su corazón a la luz de la Palabra.
- Consultantes inconversos sintiéndose nuevamente “empoderados”... para seguir pecando.
- Automedicación. Consultantes que abandonan la consulta psiquiátrica y acompañamiento psicológico o consejería, una vez tienen la indicación médica.
- Consultantes que detienen medicación por los efectos secundarios (sin autorización), y pierden la esperanza en el proceso psiquiátrico y de consejería.

El rol del psicólogo bíblico

No es que la Biblia no es
suficiente, es que mi reflexión
de la misma no es suficiente.

Cuando ayudamos a las personas a lidiar con la vida, no podemos ni debemos separar nuestra fe de la ayuda que ofrecemos.

Mantén la ética requerida sin negociar tu fe:

7

- Conoce a profundidad las leyes y normativas legales por las cuales debes regirte en tu país.
 - Elabora un consentimiento informado detallado.
 - Informa en los medios digitales que utilizas, tus especialidades, áreas de trabajo y convicciones.
 - Evalúa, a la luz de lo que conoces hoy, qué decisiones tomar si trabajas en un centro con políticas diferentes.
 - Identifica los temas en los que no tienes la formación o experiencia, y refiere.
 - Pide al Señor que te ayude a hablar con los “romanos” como los “romanos”, sin negociar tus convicciones.
-

Mantén la ética requerida sin negociar tu fe:

7

- No te avergüences de compartir el Evangelio.
 - Considera el “punto de inicio” de cada consultante.
 - No somos quienes “convertimos a Cristo” a las personas, hablamos de Sus Buenas Nuevas, y modelamos Su amor (Ej: Caso joven homosexual y consultante “atea”).
 - Si ofreces capacitaciones en psicología, informa con anticipación algunos puntos que pueden entrar en debate (Ej: Síndrome del impostor).
 - Prepárate para posibles ataques o persecuciones.
-

Pequeños pasos que puedes dar:



- Si trabajas en un centro, puedes ofrecerte a ser el especialista del mismo que trabaje exclusivamente con personas creyentes.
 - Si ejerces la práctica de manera independiente, evita ser ambigua en lo que proyectas y comunicas.
 - Ora en todo tiempo, por las decisiones que debes de tomar y por los corazones de tus consultantes. Santiago 5:16 *“Por tanto, confesaos vuestros pecados unos a otros, y orad unos por otros para que seáis sanados. La oración eficaz del justo puede lograr mucho”*.
 - Cuida tu testimonio. Sé coherente con tu fe cristiana. 1 Corint.10:31 *“Entonces, ya sea que comáis, que bebáis, o que hagáis cualquier otra cosa, hacedlo todo para la gloria de Dios”*.
 - Busca consejo de un líder, anciana o hermana que pueda acompañarte en el proceso.
 - No tengas temor cuando el Señor te confronte. Corre a Sus pies en arrepentimiento.
-

¿Qué hago si no trabajo
con no creyentes?

¿Terapia o discipulado?

Gálatas 6:10

“Así que entonces, hagamos bien a todos según tengamos oportunidad, y especialmente a los de la familia de la fe”.

¿Es malo usar términos psicológicos?

¿Terapia o discipulado?

El discipulado cristiano es el proceso mediante el cual los discípulos crecen en el Señor Jesucristo y son equipados por el Espíritu Santo, que habita en nuestros corazones, para vencer las presiones y las pruebas de la vida presente y se vuelven más y más parecidos a Jesús. Este proceso requiere que los creyentes respondan a la invitación del Espíritu Santo para examinar sus pensamientos, palabras y acciones, y que las comparen con la palabra de Dios. Esto requiere que estemos en la palabra diariamente, estudiando, orando, y obedeciéndola. (<https://www.gotquestions.org/Espanol/discipulado-cristiano.html>)

La terapia es un tratamiento para los problemas psicológicos en el cual los terapeutas y los clientes trabajan juntos para entender los problemas y crear planes para solucionarlos, generalmente cambiando pensamientos, emociones o comportamientos ineficaces.



Peligros de los cuales cuidarnos:

- Hacer las cosas por temor, buscando la aprobación del mundo. Gálatas 1:10
“Porque, ¿busco ahora el favor de los hombres o el de Dios? ¿O me esfuerzo por agradar a los hombres? Si yo todavía estuviera tratando de agradar a los hombres, no sería siervo de Cristo”
- Descansar más en nuestras herramientas o conocimientos que en cómo Dios utiliza de forma sabia y soberana todos los elementos, personas y recursos necesarios para obrar en la vida del aconsejado/consultante.
- No establecer límites interpersonales con el aconsejado/consultante.
- No reconocer nuestros límites personales, sobre la cantidad y tipo de casos que podemos atender por semana.
- Asociar nuestra identidad al rol que desempeñamos como profesionales.
- Desconectarnos de las formas en las que el Señor también ministra/confronta/anima nuestros corazones mientras acompañamos a otros.
- Pensar más en “resultados, likes” que en fidelidad y mayordomía.
- Confiar excesivamente en nuestro propio entendimiento y no buscar consejo sabio para rendición de cuentas.



¿Cómo lucirá nuestro apoyo a las personas?

Con nuestros consultantes:

1. Apoyo íntegro e integral.
2. Oración y reflexión teológica
3. Enseñanza
4. Esperanza y propósito
5. Fomentar comunidad

En nuestra vida personal:

1. Dependencia
2. Descanso
3. Oración
4. Comunidad de apoyo