

PASTORAL DE LA SALUD

Pbro. Sotero Domínguez Gómez

MADUREZ Y EQUILIBRIO PSICOLÓGICO



Mapa epigenético



1 a 2 años	2 a 3 años	3 a 5 años	6 a 12 años	12 a 18 años	18 a 35 años	36 a 65 años	65 adelante
							Integridad vs Desesperación
						Generatividad vs Estancamiento	→ ↑
					Intimidad vs Aislamiento	→ ↑	→ ↑
				Identidad vs Confusión	→ ↑	→ ↑	→ ↑
			Laboriosidad vs Inferioridad	→ ↑	→ ↑	→ ↑	→ ↑
		Iniciativa vs Culpa	→ ↑	→ ↑	→ ↑	→ ↑	→ ↑
	Autonomía vs Vergüenza o Duda	→ ↑	→ ↑	→ ↑	→ ↑	→ ↑	→ ↑
Confianza básica vs Desconfianza	→ ↑	→ ↑	→ ↑	→ ↑	→ ↑	→ ↑	→ ↑



NECESIDADES BÁSICAS DE LA PERSONA

SEGÚN MASLOW



NECESIDADES BIOLÓGICAS, FISIOLÓGICAS Y FÍSICAS

ALIMENTACIÓN
PROTECCIÓN
SOBREVIVENCIA
SEGURIDAD
CONTACTO



NECESIDADES PSICOSOCIALES

ÉXITO

PODER

PERTENENCIA

STATUS O ROL

AMOR ALTRUISTA

AMISTAD



NECESIDADES EXISTENCIALES O TRASCENDENTALES

MOTIVACIÓN PROFUNDA

PROYECTO VITAL

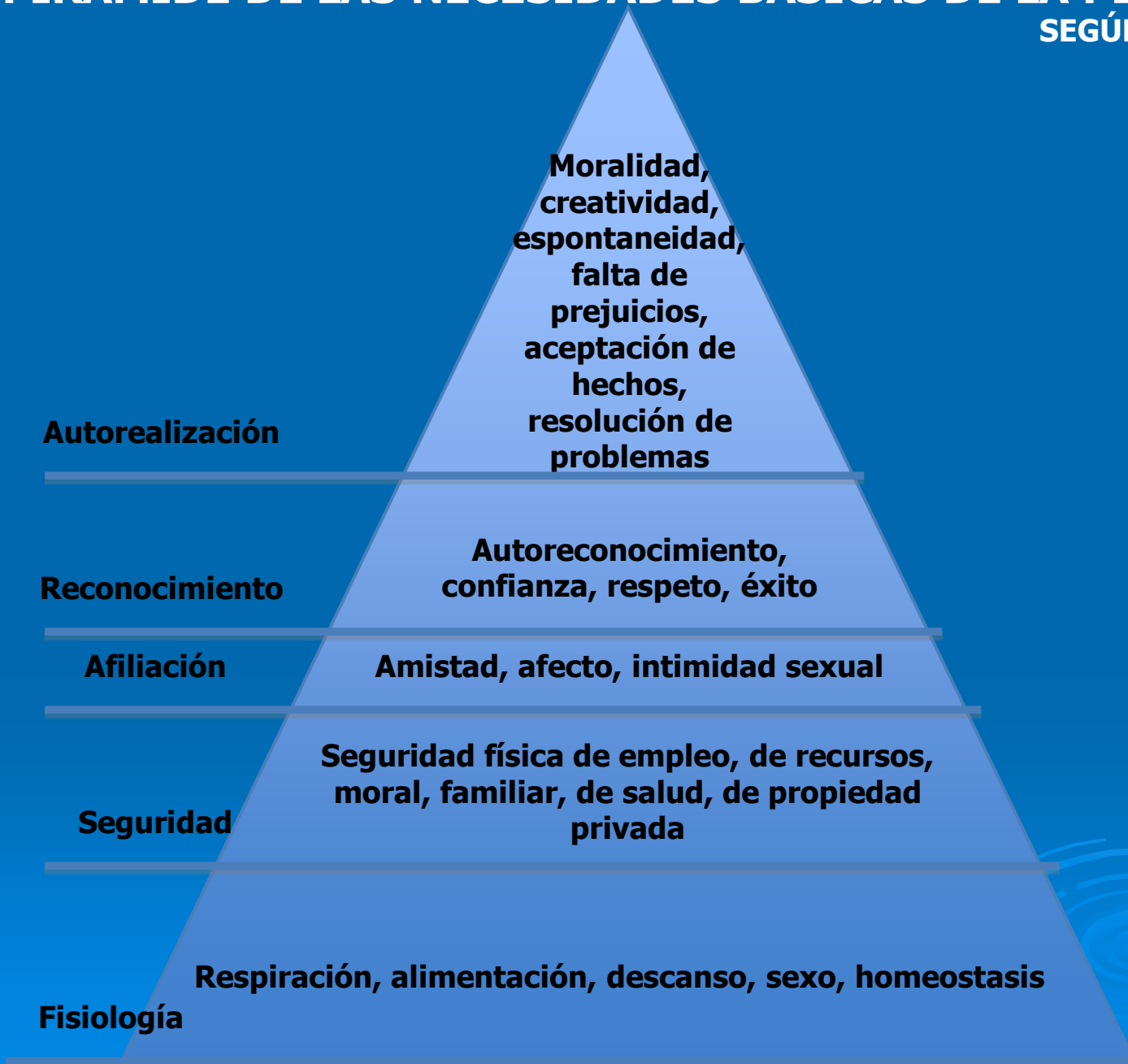
SENTIDO DE LA VIDA

DESEO DE TRASCENDERSE

AUTOTRASCENDENCIA



PIRÁMIDE DE LAS NECESIDADES BÁSICAS DE LA PERSONA SEGÚN MASLOW



CRITERIOS EMPÍRICO-CULTURALES DE SALUD Y MADUREZ PSÍQUICA^[1]

^[1] Tomado de RONCO Albino. *Introduzione alla Psicologia*, Vol. I, LAS. Roma, 1980 (traducción libre de Psic. Pbro. Sotero Domínguez Gómez)

1. UN ADECUADO MARCO DE REFERENCIA

- Para ser “sano”, un sujeto debe tener un marco de referencia que sea para él satisfactorio y objetivamente eficiente. Para serlo, tal marco debe responder a las siguientes preguntas:

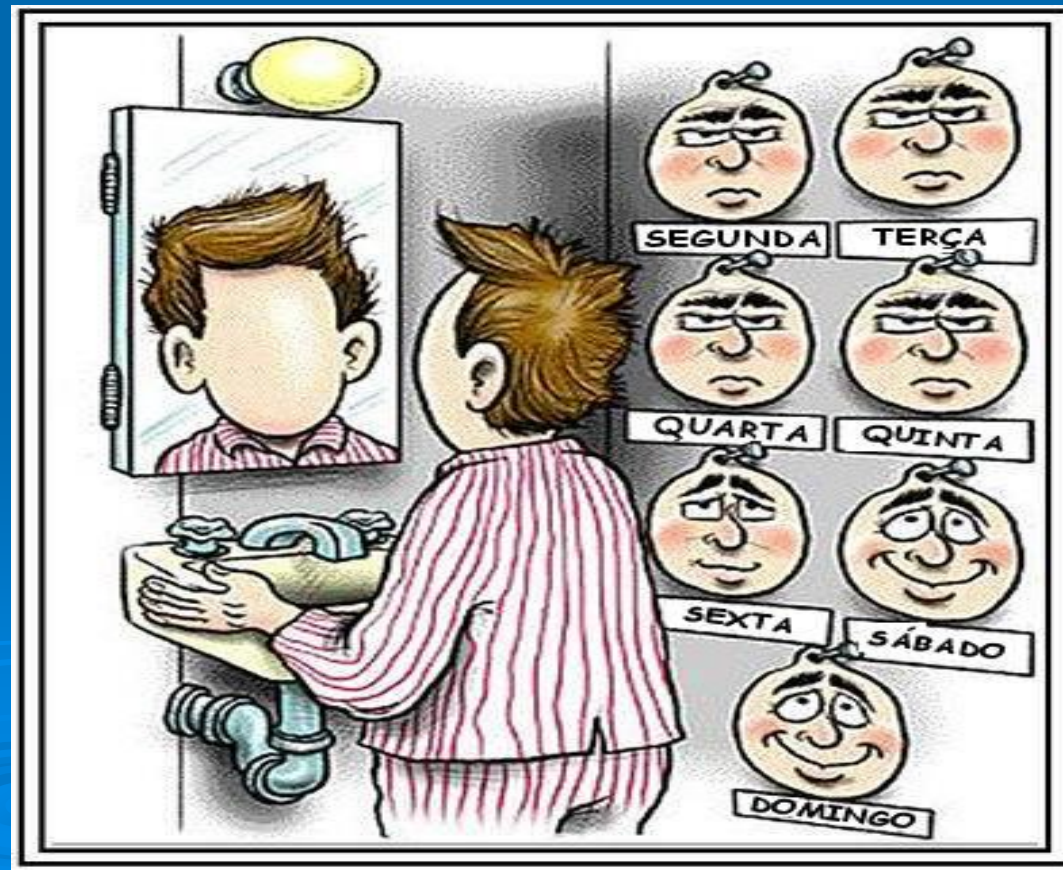


¿QUIÉN SOY YO?

- Es el factor del concepto de sí mismo



- Tal concepto es adecuado cuando no sólo es externo, cuando no se identifica solamente con su rol social o con la estima que los otros tienen de él, sino que está basado sobre un sentimiento de valor personal.



- Otro elemento esencial para un “adecuado” concepto de sí mismo es que éste sea positivo, determinado por un sentimiento de valor personal de capacidad.



- Un concepto de sí excesivamente crítico no construye a la persona sana.



Querse a uno mismo

Descripción Gráfica

www.demotivaciones.es



¿DÓNDE DEBO LLEGAR?

- Es el factor de los valores, de las metas a realizar, que comprende la elección de una “Filosofía de Vida” y la aceptación o el rechazo de una religión revelada, al menos para la cultura occidental.



- Se requiere además que tales valores sean unificados, organizados en un sistema.



¿QUÉ ME ES POSIBLE LOGRAR?

- Es el factor de la confianza en la propia libertad y de la esperanza, que permite al sujeto “proyectar” su porvenir.



- El sujeto sano debe tener la certeza de poder crear conductas nuevas, de reaccionar de un modo no siempre determinado por el ambiente ni por sus hábitos.



- Debe tener la esperanza de “crecer”, la esperanza de tener los medios necesarios para satisfacer sus motivos más urgentes, y especialmente la esperanza de perpetuar su existencia.



2. UNA MADUREZ EMOTIVA

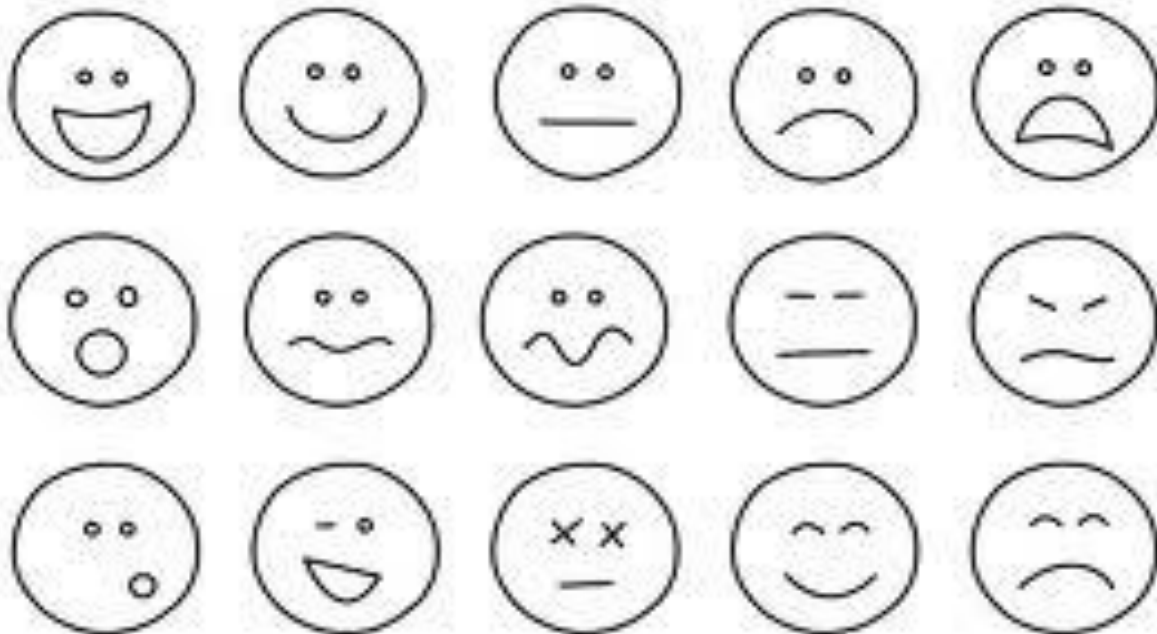
- En la adecuación de la reacción emotiva: la reacción debe ser proporcionada a la gravedad del estímulo: la frialdad y sensibilidad excesivas no pertenecen a la persona psíquicamente sana.



- En la diferenciación de las emociones cada vez más finamente correspondientes a la situación.



- En el control de la expresión emotiva, que la mantenga dentro de los límites de la constructividad sin llegar, por reacción, a la represión total de cada manifestación emotiva.



- En el cultivar un sentido de optimismo, de seguridad y combatir la ansiedad en cada uno de sus aspectos, buscando y superando las raíces de ésta.



- En el desarrollar sentimientos y actitudes positivas, de benevolencia, de amor, simpatía, donación, etc.



- La madurez emotiva se traduce en la conquista del sentimiento profundo de seguridad, en la superación de la ansiedad y en la consiguiente disponibilidad a la experiencia y al contacto social.



3. UNA MADUREZ SOCIAL

- Las actitudes más requeridas parecen ser:
- El conocimiento y respeto de los derechos, necesidades y valores de los otros, además de las relativas responsabilidades personales.



- La comprensión y la tolerancia de los valores y de las culturas diversas a las nuestras (problema del prejuicio cultural y racial).



- La capacidad de mantener la propia posición, la propia autonomía cuando se tienen razones suficientes, aun respetando la opinión de los demás: defensa de la presión del grupo y confianza en la propia razón.



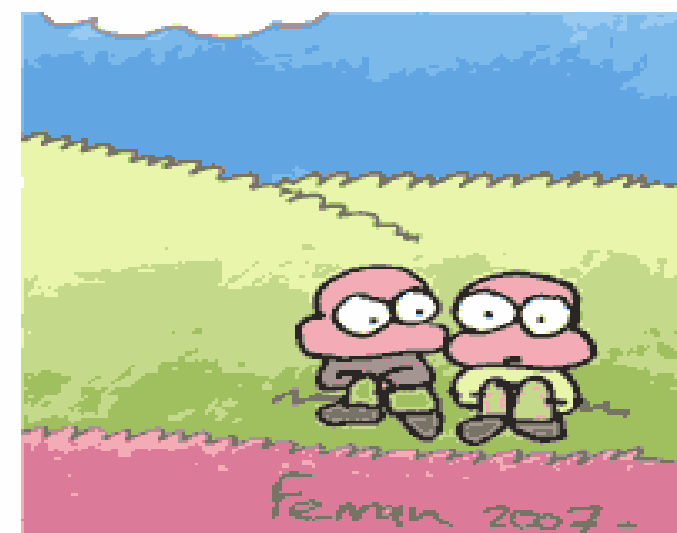
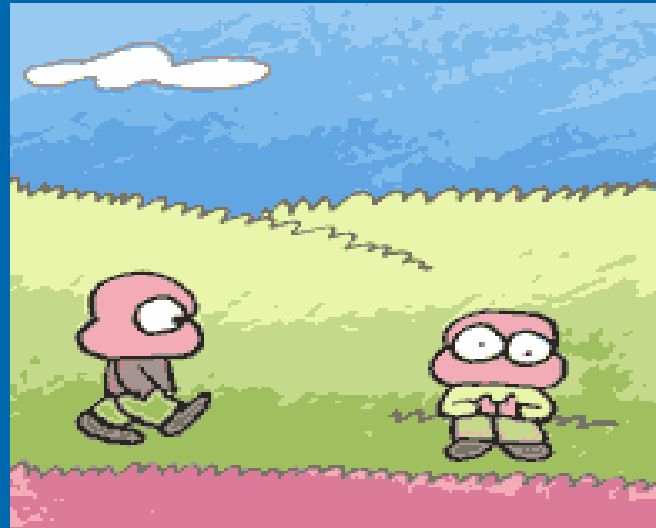
- La capacidad de cooperación y comunicación con los demás: saber escuchar; buscar comprender el pensamiento del otro.



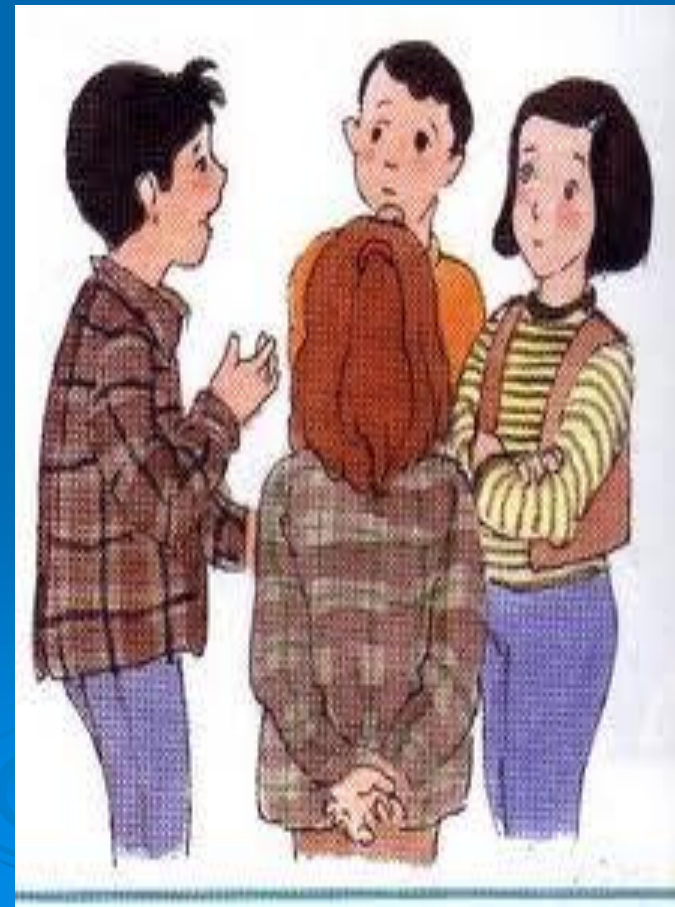
4. UNA MADUREZ INTELECTUAL Y OPERATIVA

- puede ser representada por:
- Suficiente base de experiencias cognoscitivas, de informaciones almacenadas y organizadas. La amplitud de esta base varía naturalmente según la profesión y posición social.

➤ Amplitud y profundidad de intereses culturales.



- Flexibilidad en el acercamiento a nuevos problemas y en el resolver creativamente problemas antiguos.



- Esta madurez intelectual se debe agregar a los elementos de madurez y satisfacción profesional, como la correspondencia entre la profesión y los intereses y la adquisición de las habilidades necesarias



¿SOY MADURO?



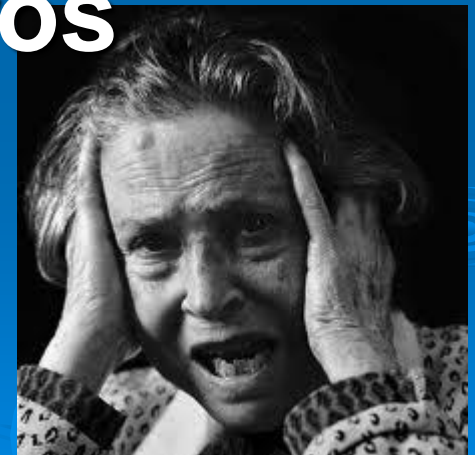
CLASIFICACIÓN GENERAL DE TRASTORNOS DE LA VIDA PSÍQUICA O MENTAL (DSM-IV)



➤ **Del inicio de la infancia, niñez y adolescencia**



➤ **Delirium, demencia, otros cognoscitivos**



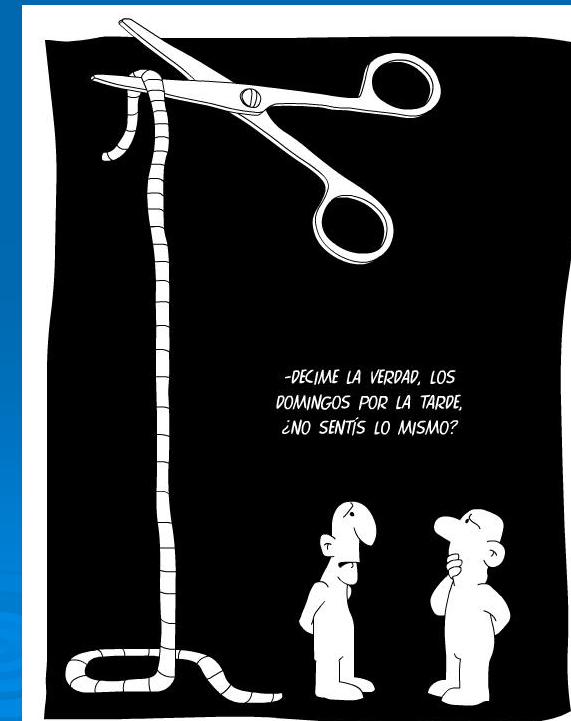
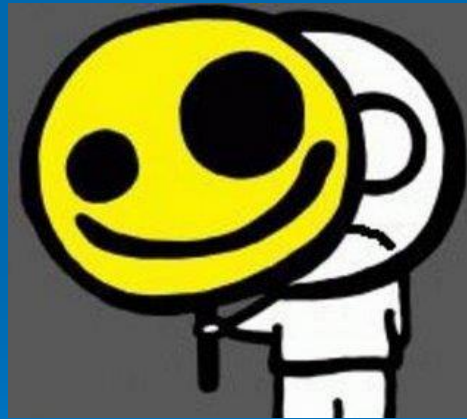
➤ Debidos a enfermedad médica



dos co
s



- **Psicosis (Esquizofrenia y otros trastornos psicóticos)**
- **Del estado de ánimo (depresiones; Síndrome bipolar)**



➤ De la ansiedad (crisis de angustia, fobias, estrés)

➤ Somatomorfos (hipocondría, somatización)



➤ Facticios (sintomatología fingida de enfermedad)



Facticios (fug
a, disociac





➤ Sexuales y de la identidad sexual (aversión...)

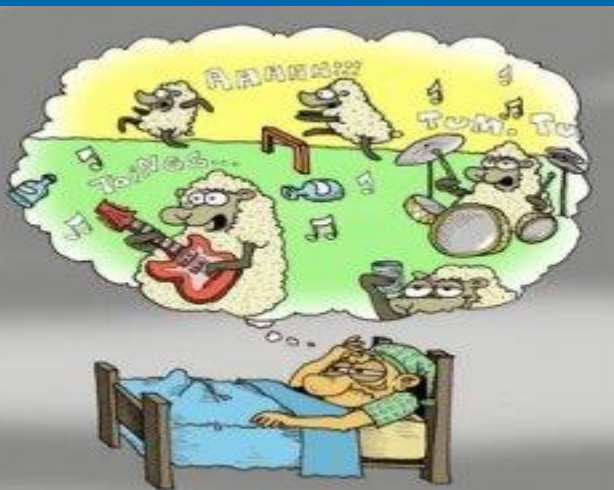
➤ De la conducta alimentaria (anorexia, bulimia, anorexia nervosa, bulimia nervosa)



➤ Del sueño (insomnio, hipersomnias, narcolepsia, Terror nocturno, sonambulismo...)



SuperNetX.Net



ol de impulsos
n intermitente,
(Epilepsia)

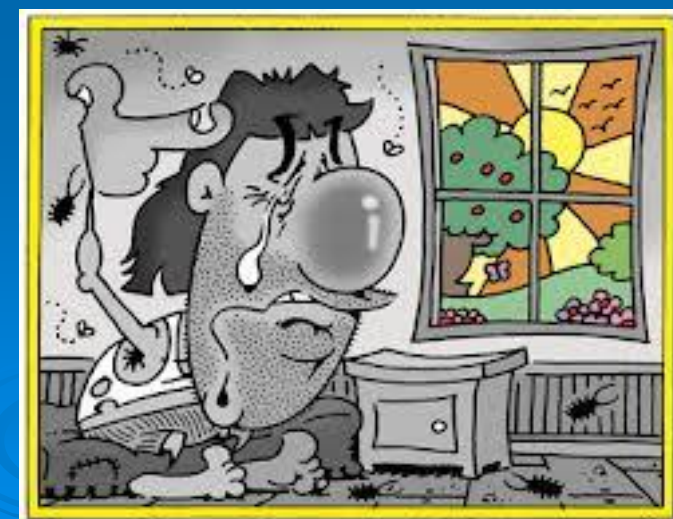


Ira, enojo, coraje...
¿Cómo
Controlarla?

➤ **D**



alic



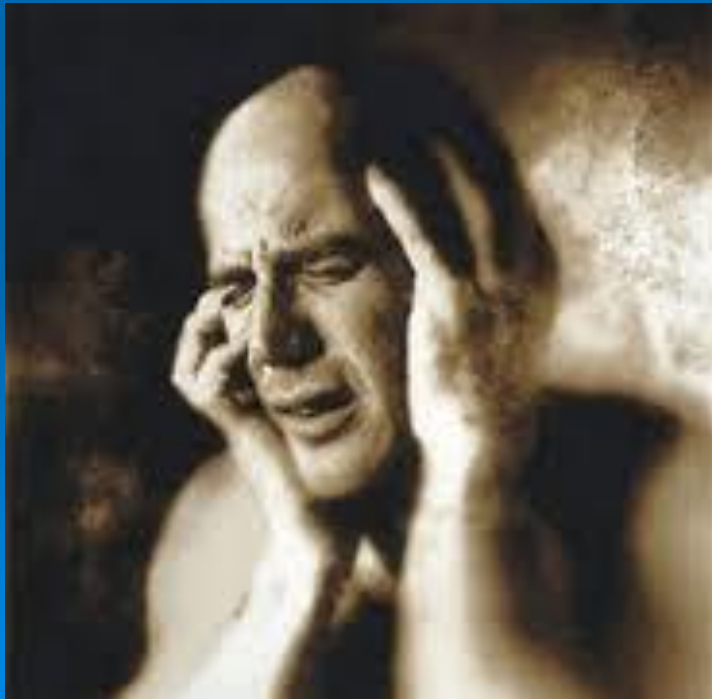
DEPRESIÓN

TRASTORNOS DE LA PERSONALIDAD



➤ **PARANOIDE**

➤ **ESQUIZOIDE**



➤ **ESQUIZOTÍPICO**

➤ **ANTISOCIAL**



➤ LIMÍTROFE O “BORDELINE”

➤ HISTRIÓNICO



➤ **NARCISISTA**

➤ **EVITATIVO**



➤ **DEPENDIENTE (ADHESIVO)**

➤ **OBSESIVO- COMPULSIVO**



➤ **NO ESPECIFICADOS**
(ejemplo: PASIVO-
AGRESIVO)



**TRASTORNOS DE
ANGUSTIA
(MANUAL
DIAGNÓSTICO Y
ESTADÍSTICO DE LOS
TRASTORNOS
MENTALES. DSM-IV)**

➤ **AGORAFOBIA**



➤ **CRISIS DE ANGUSTIA**



➤ **TRASTORNO
DE ANGUSTIA
SIN
AGORAFOBIA**



➤ **TRASTORNO
DE ANGUSTIA
CON
AGORAFOBIA**



➤ **AGORAFOBIA
SIN HISTORIA DE
TRASTORNO DE
ANGUSTIA**



➤ **FOBIA
ESPECÍFICA**

➤ **FOBIA SOCIAL**



➤ **TRASTORNO OBSESIVO- COMPULSIVO**



➤ **TRASTORNO POR
ESTRÉS
POSTRAUMÁTICA**



➤ **TRASTORNO POR
ESTRÉS AGUDO**



➤ **TRASTORNO DE
ANSIEDAD
GENERALIZADA**

➤ **TRASTORNO DE
ANSIEDAD DEBIDO
A ENFERMEDAD
MÉDICA**



➤ **TRASTORNO DE ANSIEDAD INDUCIDO POR SUSTANCIAS**



➤ **TRASTORNO DE ANSIEDAD NO ESPECIFICADO**



SALUD MENTAL Y SANACIÓN INTERIOR

PSICOTERAPIAS:

- PSICOANALÍTICA,
- CONDUCTISTA,
- COGNOCITIVISTA,
- EXISTENCIAL,
- HUMANISTA,
- PSICOCORPORAL,
- TRANSPERSONAL, ETC.





OBJETIVO TERAPEÚTICO:

**EQUILIBRIO, ADAPTACIÓN, SALUD,
NORMALIDAD, FUNCIONALIDAD,
SENTIDO VITAL, SENSIBILIZACIÓN,
ETC.**

**ALGUNAS PSICOTERAPIAS
POTENCIAN LA PARTE ESPIRITUAL
(TRASCENDENTAL) DE LA
PERSONA.**



**ALGUNAS TÉCNICAS TERAPÉUTICAS
AYUDAN A ENCONTRAR
RECONCILIACIÓN Y PAZ INTERIOR
APOYÁNDOSE EN LA EXPERIENCIA
RELIGIOSA SANA.**



**SI LA GRACIA VIENE EN AYUDA DE
LA NATURALEZA HERIDA HAY QUE
DISPONER LA NATURALEZA CON
LA AYUDA INTERMEDIARIA DE LA
PSICOTERAPIA.**



**LO MÁS IMPORTANTE PARA LA
SANACIÓN INTERIOR: LA
EXPERIENCIA AUTÉNTICA DEL
AMOR Y LA MISERICORDIA DE DIOS.**



LA ESPIRITUALIDAD: EXPERIENCIA DE DIOS

P. Sotero Domínguez Gómez

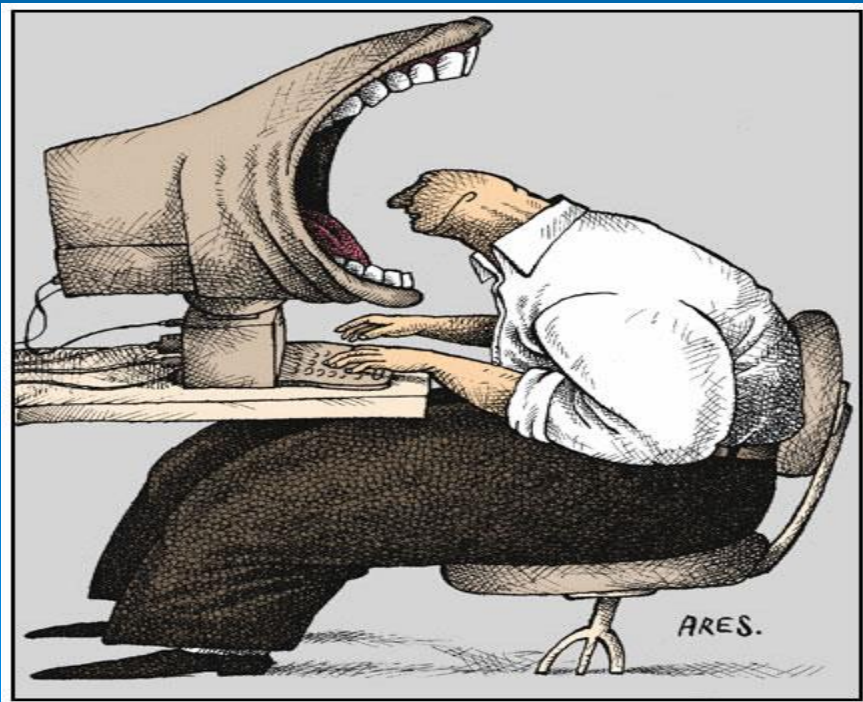


I.- INTRODUCCIÓN

- Este tema no se lo plantearía una persona que haya vivido en tiempos de Jesucristo.



- Fuimos educados para ser eficientes y técnicos.
- Separamos demasiado el ser del hacer



➤ ¿Por qué andamos tan lejos de nuestro núcleo interior, el centro del alma, de mi mí mismo, del misterio personal donde mora Dios?



➤ La Modernidad (razón) y postmodernidad (experiencia)



➤ ¿Qué significa
experiencia?



➤ Es un conocimiento
“inmediato” sin que medie
el pensamiento con una
explicación, algo
existencial o vivencial.



➤ Si tomamos sólo la experiencia en concepto de postmodernidad como se entiende ahora (que niega las verdades absolutas y trascendentes) llegamos al vacío.



Significa sentir : *Físicamente*

- Si se trata sólo de sentir físicamente, también los animales pueden tener experiencia sensible; ésta va incluida en la experiencia humana pero tiene otras condicionantes.

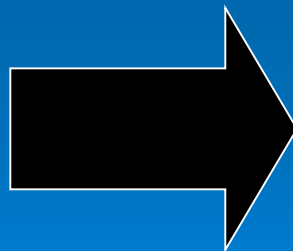
**MI PRIMER
BESO**



Significa sentir *emocionalmente*

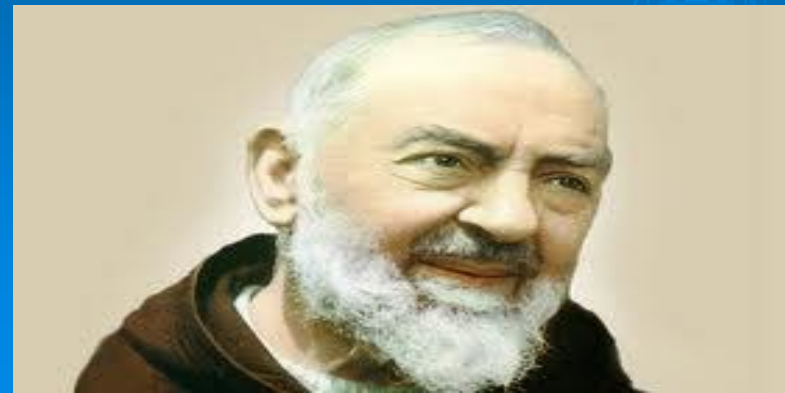
- Tener la experiencia de los sentimientos y todas sus reacciones correspondientes.

**ODIO SER
BIPOLAR**



Sentir religiosamente

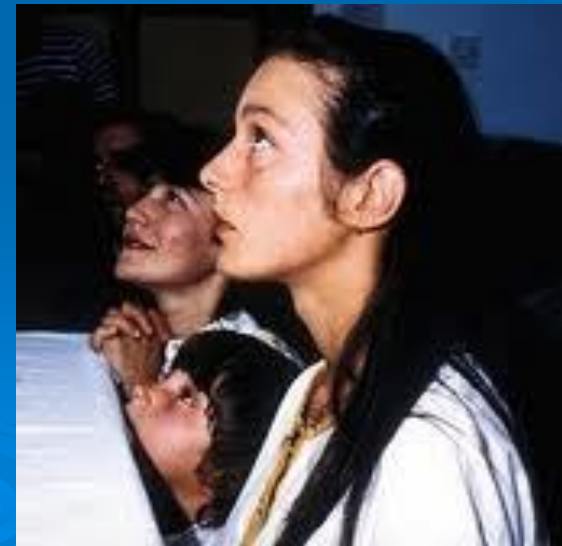
- Significa sentir ***religiosamente*** (el hombre religioso es el que se ha hecho sensible a lo que hay tras lo inmediatamente comprobable y manipulable y con ello se ha puesto en camino hacia el sentido de su vida)



➤ Se experimenta lo fascinantemente bello, la belleza. Lo totalmente otro-Otro.



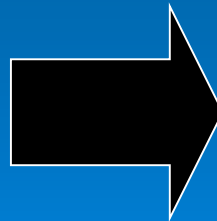
- La experiencia no se aprende ni se piensa; es una especie de conocimiento desde dentro; con la experiencia uno se siente AFECTADO, SOBRECOGIDO, ZARANDEADO, DOMINADO...



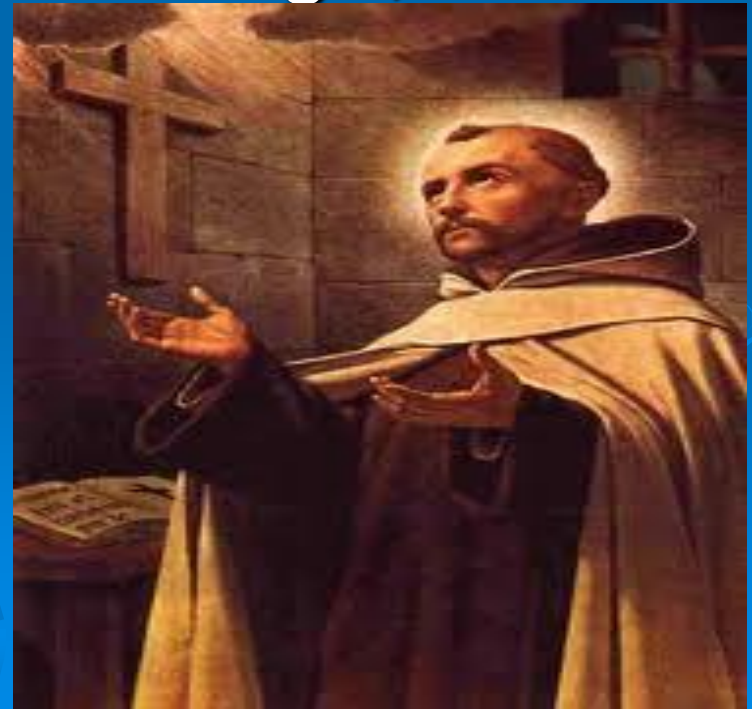
Sentir espiritualmente

- Significa sentir ***espiritualmente***, es decir, experimentar la realidad sin riberas, como un albatros en el oceano ; experimentar la presencia del ser, de alguien que se acerca y se revela.

**LA CONVERSIÓN
DE SAN PABLO**

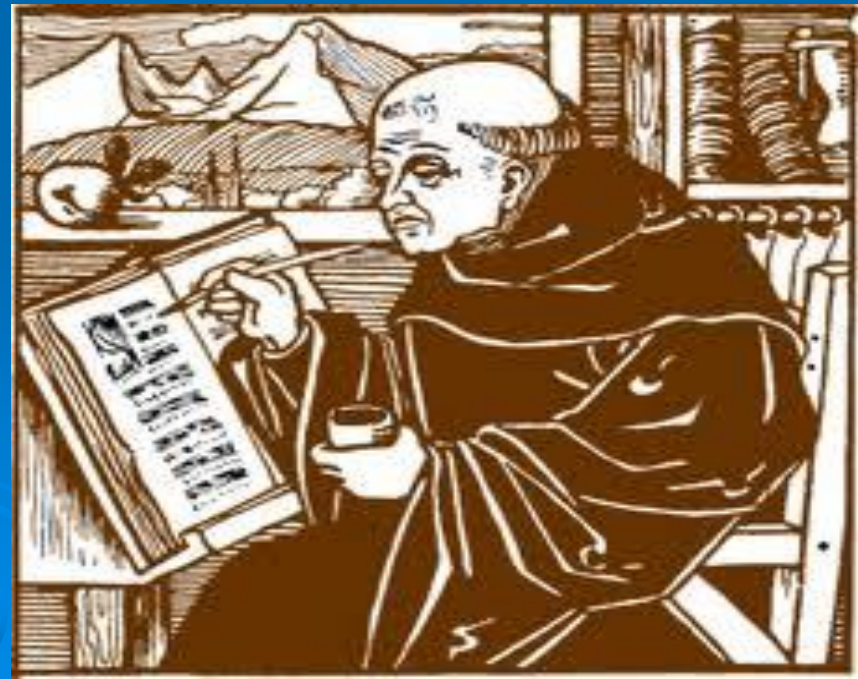


- Si experiencia es entendida como una puerta a lo trascendental entonces podemos decir con Rahner: “El cristiano del futuro o será un <<místico>>, es decir, una persona que ha <<experimentado>> algo, o no será cristiano”.



LA EXPERIENCIA DE DIOS

- La iglesia promovió el intelectualismo (sobre todo en la Edad Media) y el legalismo y dejó fuera la parte vital-existencial-concreta.



- Estructurar, sistematizar, institucionalizar fue necesario pero puede matar la experiencia.
- Lo que primero fue experiencia luego pasó a ser dogma.



- La experiencia del Dios de la Biblia.
- El encuentro de Dios con un pueblo que elige y educa.



➤ La Biblia es el recuento de la experiencia de Dios en muchos matices.



- Se trata de Dios y de la vida del hombre (más que de reflexión y conceptualización) Es una experiencia en la vida y para la vida.



- Yahvé es el Dios de la historia, libera de la opresión, educa y guía, es el Dios de la Justicia y el derecho (profetas).



➤ La experiencia cristiana de Dios es la experiencia del Dios revelado por Jesucristo: una persona (no una idea), el Padre.

**JESUS
CAMINO,
VERDAD Y VIDA**



➤ Experiencia de Abraham,
Moisés, David, Salomón,
etc.



➤ Experiencia de profetas:
Jeremías, Ezequiel, Oseas,
Amós, etc.



Isaías (Is 6,1-8)

- *El año de la muerte del rey Ozías vi al Señor sentado en su trono excelso y elevado, y sus haldas llenaban el templo.*



➤ *Unos de los serafines se mantenían erguidos por encima de Él; cada uno tenía seis alas: con un par se cubrían la faz, con otro par se cubrían los pies y con el par aleteaban.*



➤ *Y se gritaban el uno al otro:
Santo, santo, santo, Yahvé
Sebaot: llena está la tierra de
su gloria.*



➤ *Se conmovieron los quicios y los dinteles a la voz de los que clamaban, y el templo se llenó de humo. Y dije:*





➤ *“Ay de mí, que estoy perdido, pues soy un hombre de labios impuros y entre un pueblo de labios impuros habito: que al rey Yahvé Sebaot han visto mis ojos”.*

➤ *Entonces voló hacia mí uno de los serafines con una brasa en la mano, que con las tenazas había tomado de sobre un altar, y tocó mi boca y dijo:*





➤ *“He aquí que esto ha tocado tus labios: se ha retirado tu culpa, tu pecado está expiado”.*



➤ *Y percibí la voz del Señor que decía: “¿A quién enviaré?, y ¿Quién irá de parte nuestra?”*

➤ *Dije: “heme aquí:
envíame”.*



➤ La experiencia en el seguimiento (no perfeccionista).



➤ La transfiguración como experiencia vital completa.



➤ Una experiencia que se vive en comunidad y en amor a los más pequeños. “En los efectos y obras de después se conocen estas verdades de oración, que no hay mejor crisol para probarse” (Sta. Teresa de Ávila).



- Juan escribe su evangelio y sus cartas para comunicar su propia experiencia de Dios en Cristo (1Jn 1,1-4; Jn 1,14).



1Jn 1, 1-2

- Lo que existía desde el principio, lo que hemos oído, lo que hemos visto con nuestros ojos, lo que contemplamos y palpamos nuestras manos acerca de la Palabra de vida... La hemos visto y damos testimonio.

➤ La experiencia de los Discípulos de Emaús como paradigma de seguimiento personal y comunitario (Lc 24, 13-35).



EXPEIENCIAS DE SANACIÓN

Pbro. Sotero Domínguez Gómez

The background of the slide is a solid blue color. In the lower right quadrant, there are several decorative elements consisting of concentric circles, resembling ripples in water. These circles are light blue and vary in size and opacity, creating a subtle pattern.

- La amistad con Dios es ya experiencia de sanación
- La experiencia de Dios sana las heridas del pasado y produce la reconciliación con uno mismo



- Cuando Dios nos ve como él mismo siempre nos ha visto la sanación interior es una resignificación de la vida pasada (con cambio de raíz y de nombre)

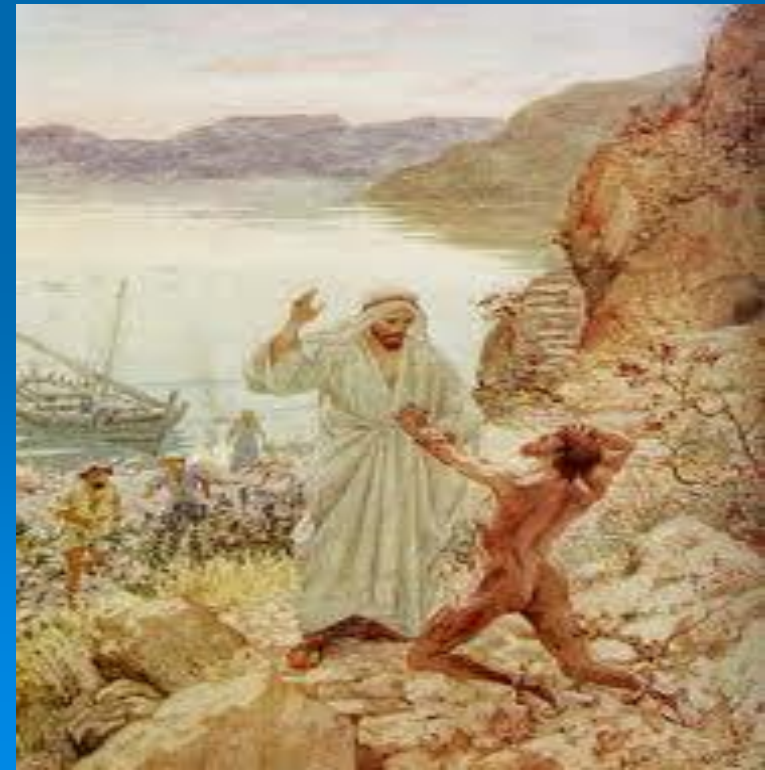


EXPERIENCIAS CON JESÚS

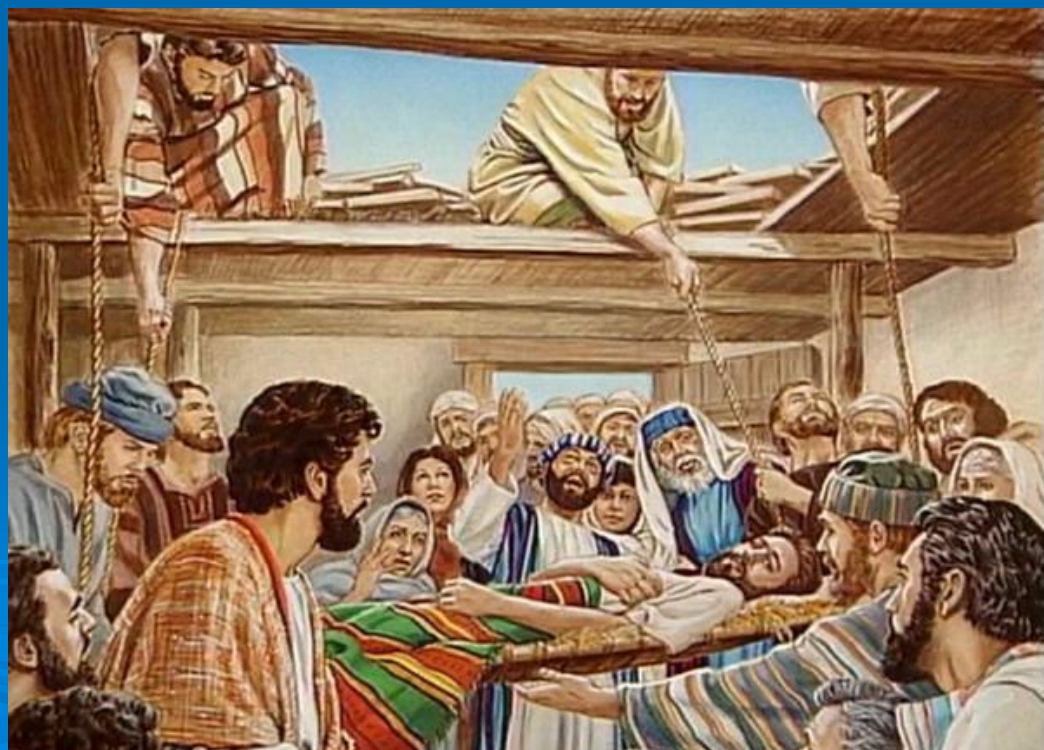
- Diversos experiencias de Jesús con enfermos: ***“Vete en paz tu fe te ha salvado”***



- Jesús sana a un endemoniado (Lc 4,31-36; Mc 1,28; Mt 7,28-29; Lc 8,28).
- Jesús sana a la suegra de Pedro y a muchos enfermos(Lc 4,38-44).



- Jesús sana a un leproso (Lc 5, 12-15)
- Jesús sana a un paralítico (L 5, 17-25)
- Jesús sana al siervo de un oficial romano (Lc 7,1-10).



- Jesús resucita al hijo de una viuda en Naim (Lc 7,11-17)
- Salud espiritual : Simón y la pecadora (Lc 7,36-50)



- La hemorroísa (Lc 8,40-48).
- El ciego de Jericó (Lc 18, 35-43).
- ¿Quieres quedar sano? :
Paralítico (Jn 5, 1-9).

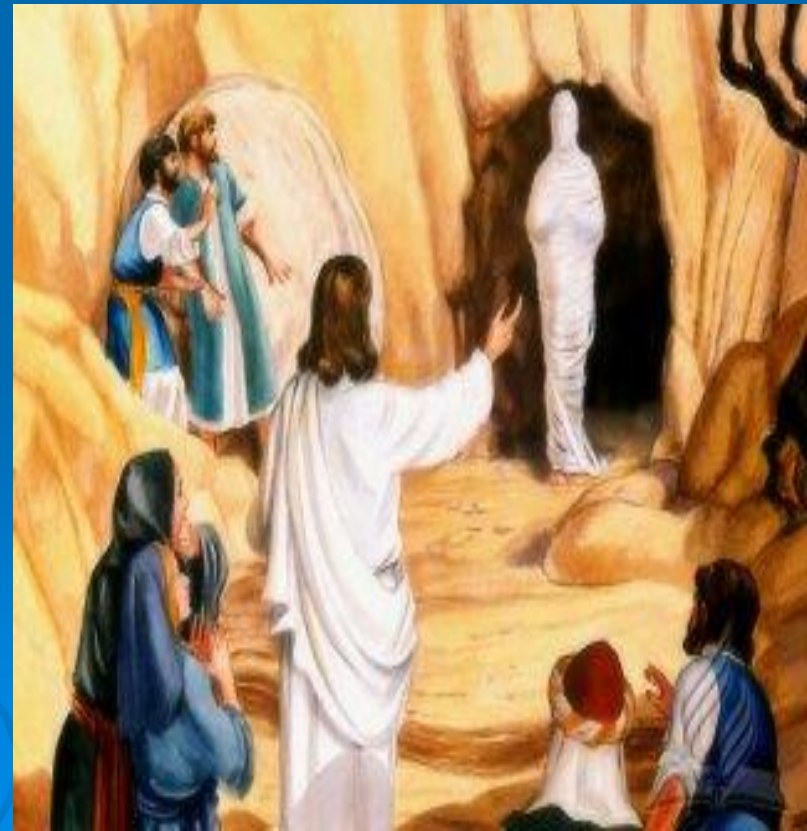


- Yo soy el pan de vida (Jn 6,35-50)
Salud espiritual.
- Ríos de agua viva: Jn7,37-52
- Ceguera espiritual: Jn 9,35-41 (Hech 9,1-19).



➤ Resurrección de Lázaro: Jn 11,38-53

➤ Rom 10, 8b-11 Ser salvado es ser sanado



GRACIAS

