



Consejería al Adolescente y el Joven

Compilador
Jaime Morales Herrera

Un curso del

Seminario Internacional de Miami
Miami International Seminary
14401 Old Cutler Road
Miami, FL 33158
305-238-8121 ext. 315
email, MINTS@ocpc.org
web site, www.MINTS.ws

2002

SILABO

Consejería al Adolescente y el Joven



I. GENERALIDADES

Curso: Consejería al Adolescente y el Joven

Profesor: Jaime Morales Herrera

Créditos: 3

Duración: 8 semanas

II. DESCRIPCIÓN GENERAL

En el presente curso se hará un análisis del líder o pastor de jóvenes en su papel como consejero. Se analizarán algunas problemáticas específicas que pueden darse en un joven, pero sin ser exhaustivos en la materia.

III. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Que el consejero desarrolle las capacidades necesarias para ser un buen consejero bajo la dirección y dependencia de Dios
2. Que el consejero se sienta más seguro en su función de aconsejar al tener claridad en su trabajo
3. Que el consejero conozca sus límites y sepa cuando debe remitir a un especialista.
4. Que el consejero se prepare para atender algunos casos comunes de situaciones que pueden vivir sus jóvenes.

IV. METODOLOGÍA

En su forma presencial, la metodología de la enseñanza asumirá un enfoque ecléctico, combinando la exposición magistral con un enfoque más participativo. Se espera el involucramiento del alumno en las diversas dinámicas. Se hará uso especial de "estudios de caso".

En caso de llevarse en línea los alumnos deben seguir al pie de la letra las diversas asignaciones de los módulos, además, se espera la participación del estudiante en el foro de discusión del curso cada semana, esto con el propósito de ser una verdadera comunidad virtual a pesar de que los estudiantes se encuentren en diversas lugares.

V. CRONOGRAMA

Semana	Tema
Semana 1	Módulo 1: Introducción a la Consejería
Semana 2 y 3	Módulo 2: Problemas emocionales
Semana 4	Módulo 3: Problemas familiares
Semana 5	Módulo 4: Adicciones
Semana 6	Módulo 5: Trastornos alimenticios
Semana 7	Módulo 6: Problemas sexuales
Semana 8	Módulo 7: Situaciones de abuso

VI. EVALUACIÓN

1. Hacer las distintas actividades de los módulos. 50% (Véase las páginas 4 y siguientes con una descripción general de las distintas actividades).

2. Escoger hacer uno de los siguientes proyectos:
 - a. Una investigación sobre un problema específico de consejería de la juventud, con un mínimo de 7 páginas. Se adjuntan en la guía dos investigaciones como ejemplo¹, utilice el mismo formato que se encuentra en ellas. Debe exponer en clase en la semana indicada.
25%
 - b. Un programa participativo basado en un tema del libro para dos o tres sesiones. 25%
3. Examen escrito: Dar asesoría a un joven en por lo menos dos sesiones y presentar un informe sobre ello. 25%

Nota: un curso de MINTS exige 300 páginas de lectura, el presente manual cuenta con 88 páginas y los artículos que usted debe consultar en internet abarcan 82 páginas, por tanto, se espera que a lo largo de las diferentes actividades de los módulos (especialmente algunas de investigación) se cumpla con las 130 páginas restantes.

¹ Véase investigaciones sobre el *Tabaquismo* p. 83 y *Uso y Abuso de Alcohol* p. 89.

ACTIVIDADES DE LOS MÓDULOS²

1. Lea el artículo *¿Qué hago cuando me piden consejo?*³ escrito por Verónica Domínguez y resuma los principios expresados por la autora.
2. Lee el artículo *La Psicologización de la Iglesia* escrito por Willian McDonald y haz un informe de una página que brinde tu opinión sobre el mismo. Escribe si estás de acuerdo o no con la perspectiva del autor, explicando tus razones. Para más información sobre este tema observe los siguientes links:

<http://www.ctv.es/USERS/discipulo/alerta%20sobre%20psicoherejia.htm>

<http://www.sedin.org/propesp/Autoest.html>

3. Lea de diez a quince páginas de la sección de *Introducción a la consejería* de un libro sobre *Consejería*, haga un informe de tres páginas resumiendo los principios expresados en ellos.

Recomiendo los siguientes textos:

- Aconsejamiento Pastoral, Bernardo Stamateas, CLIE
- Asesoramiento y Cuidado Personal, Howard Clinebell, Desafío
- Capacitados para Orientar, Jay Adams, Portavoz
- Como aconsejar en situaciones de crisis, Norman Wright, CLIE
- El Arte de Aconsejar Bíblicamente, Laurence Crabb Jr, Logoi
- El Pastor como Consejero, Pablo Hoff, Vida
- Enciclopedia de Problemas Familiares, James Dobson, CLIE
- Manual del Consejero Cristiano, Jay Adams, CLIE

4. Lee el artículo *Ayudando en una crisis. ¿Qué es una crisis?* escrito por Jim Burns y contesta las siguientes preguntas:

² Todas valen dos puntos, a menos que se indique lo contrario.

³ http://www.paralideres.org/pages/page_63.asp

- a. ¿Cuáles sugerencias da Jim Burns que puede hacer un líder de jóvenes para ayudar en una crisis?
 - b. Cite los nueve pasos dados por Gary Collins para ayudar a los jóvenes en crisis.
 - c. Cite las causas por las cuales los jóvenes se drogan.
 - d. Mencione los seis principios para ayudar a una víctima de abuso sexual.
 - e. Menciona los mitos sobre el suicidio.
5. Lea el artículo *La Depresión, compañera indeseable* escrito por Norman Wright y menciona sus causas y las etapas de está.
6. Lea el artículo *Aconsejando en el dolor* escrito por Clayton Bell y cite brevemente los principios expresados por él.
7. Lea el artículo *La Crisis de la Muerte* escrito por Norman Wright y conteste las siguientes preguntas:
- a. ¿Cómo define Wright los términos: muerte, duelo, perdida y pena?
 - b. Mencione los tres procesos de la reacción patológica citados por el Dr. V.D. Josephthal.
 - c. Cite brevemente los estadios normales de reacción que se dan cuando una persona pierde a un ser querido.
 - d. Cite los estadios según Granger Westbergen
 - e. ¿Cuáles tres periodos implica sobrevivir?
 - f. Resuma en una frase las secciones *Tender un puente con el pasado, vivir el presente, y hallar un camino en el futuro.*
8. Lee el artículo *Mis Padres se Separaron... ¿Ahora Que Hago?*⁴ escrito por Cristián Franco. Resume *las tres lágrimas inevitables* y los puntos de *como volver a sonreír.*

⁴ <http://www.gospelcom.net/lpea/spanish/consejero/separaron.html>

9. Investiga uno de los siguientes problemas y expone brevemente en clase (en el foro en caso de llevar el curso on-line). Escribe por lo menos dos páginas sobre el mismo. (3 puntos)
- Padres sobreprotectores.
 - Padres despreocupados.
 - Padres inconversos.
 - Familias con un solo progenitor.
 - Vivir con padrastros o en una familia mixta.
 - Rebeldía de los hijos.
10. Lee el artículo *Carta a un alcohólico* y expresa tu reacción al mismo en un breve informe (1 página).
11. Lee el artículo *Tomando decisiones sabias respecto a las drogas* escrito por Jim Burns. Contesta ¿Porqué los estudiantes se drogan o toman alcohol? ¿Cuáles etapas menciona Jim Burns que pasan antes de volverse drogadicto?.
12. Haz breve una investigación sobre las drogas más conocidas en tu país, incluye una breve descripción de ellas y sus efectos. Haz un informe de una página.
13. Lee los artículos *Tabaquismo* y *Uso u Abuso de Alcohol* escritos por Jaime Morales, resume en forma puntual: causas, efectos y respuesta pastoral a los mismos. (4 puntos)
14. Lee el artículo *Desordenes de Comer* por Jeff Black. Define el problema, sus causas, efectos y puntualiza algunos elementos a la hora de enfrentar el problema. (4 puntos)
15. Lea el artículo de Jaime Morales Herrera, *La adicción a la pornografía*⁵, y conteste las siguientes preguntas.
- Defina las siguientes conceptos: pornografía hardcore, pornografía softcore, y hentai.

- b. Mencione los cuatro patrones de relatos de pedofilia citados por el Dr. Carricart.
 - c. Cite el efecto de la pornografía que más le llamó la atención, explique ¿Por qué?.
 - d. Cite las recomendaciones pastorales que da Morales
16. Contesta en el foro en línea ¿Está usted de acuerdo con que se enseñe sobre métodos anticonceptivos en la iglesia? ¿Por qué?. Si estas llevando el curso en forma presencial, comenta la respuesta con sus compañeros.
17. Haz una lista de las diferentes enfermedades venéreas dando una definición sencilla de cada una de ellas.
18. Lee el artículo publicado en la revista *Apuntes Pastorales* titulado *Codicia sexual, la guerra interior*⁶. Haz un comentario en unos cuantos reglones acerca de tu reacción ante esa lectura.
19. Lee detenidamente el estudio de caso presentado a continuación y haz una lista de las posibles opciones que tiene Lucía a la hora de decidir que hacer (Aún incluye las que resultan pecado, y márcalas como tales).

"Lucía siempre fue una de las mejores alumnas de su clase. Tenía una personalidad encantadora y destacaba como líder nata en su colegio, barrio e iglesia; lo que hizo que llamará mucho la atención de los muchachos. Había tenido entre los 12 y 15 años dos novios "formales", claro a escondidas de sus papás, los cuales no le permitían tener novio sino hasta salir del colegio. Con su tercer novio, llamado Jorge, él cual tuvo a los diecisiete años, las cosas iban muy rápido, y en una ocasión se dejaron llevar por el deseo, y no pudiendo detenerse tuvieron relaciones sexuales. Acababa de ganar con holgura el examen de admisión del Instituto Tecnológico para entrar a estudiar la carrera de biotecnología y todo el mundo la felicitaba. Pero, mientras sus amigos planeaban asistir al campamento de la iglesia, ella se empezaba a sentir sumamente angustiada. Como era de esperarse se asustó al darse cuenta del atraso menstrual; aunque no se había hecho la prueba de

⁵ http://www.paralideres.org/pages/page_1338.asp

⁶ <http://www.desarrollocristiano.com/webapp/articulos/despliegue.cfm?id=208>

embarazó presentía que estaba embarazada. Al fin tomó fuerzas y se hizo la prueba de embarazo, al observar el resultado se desmayó..."

20. Averigua si tu iglesia local o denominación tiene alguna política en caso de que se dé un abuso sexual en la congregación. Expone tu respuesta al grupo (en caso de ser presencial), sino pon tu respuesta en el foro (en caso de llevarse on-line).
21. Investiga lo que dice la ley de tu país sobre los distintos tipos de abuso, e investiga los números de teléfono de las instituciones donde se pueda denunciar la violación de los derechos de los menores.
22. Si se está llevando el curso en forma presencial, en grupos pueden exponer sobre formas específicas de abuso (físico, por descuido, emocional, sexual, etc.). Si llevas el curso on-line entonces haz un informe de 3 páginas sobre abuso físico, emocional o por descuido. (3 puntos)

Módulo 1:

Introducción a la Consejería

Objetivos

- El alumno aprenderá algunos principios básicos de consejería.
- El alumno entenderá el propósito y alcance de este curso.
- El alumno tomará una perspectiva básica acerca de la llamada "psicología cristiana".

Síntesis Temática

Los términos consejería y aconsejamiento no pertenecen al español según el Diccionario de la Real Academia Española (DRAE), por lo menos no en la connotación que nosotros les damos. Estos vocablos más bien son una traducción de la jerga evangélica de la palabra inglesa *counseling*, una palabra que describe una de las funciones más importantes del ministerio pastoral.

Es labor de todo pastor aconsejar a las ovejas y en el ministerio con jóvenes esto es esencial. Por un lado, están en plena formación física, social, espiritual y emocional lo que hace se llenen de dudas e inquietudes; por otro lado están en la etapa de su vida que tienen que tomar las más fuertes decisiones, preguntas comunes en esta etapa son ¿Qué carrera o vocación voy a elegir? y ¿Con quién me voy a casar?. Por último, al adolescente y joven actual le ha tocado vivir en la postmodernidad, en una sociedad cuyos valores han caído notablemente y cuyos antivalores son transmitidos en los distintos medios de comunicación, especialmente la televisión y el Internet. Hoy en día nuestros jóvenes están siendo bombardeados con valores que resultan antagónicos al cristianismo; convirtiendo al cristianismo en una verdadera contracultura.

En el presente curso se hará un análisis del líder o pastor de jóvenes en su papel como consejero. Se analizarán algunas problemáticas

específicas que pueden darse en un joven, pero sin ser exhaustivos en la materia. En ningún modo pretendemos usurpar al consejero profesional sino más bien guiar al pastor de jóvenes a que tenga una comprensión práctica de algunas problemáticas para encontrar reacciones apropiadas a los mismos. De hecho, uno de los objetivos del curso es que el consejero reconozca sus propias limitaciones y sepa cuando debe remitir a un especialista en la materia.

Por otro lado, este módulo busca que el consejero conozca algunos principios básicos de la consejería cristiana; incluyendo su diferenciación con la psicología moderna. Uno de los puntos esenciales en que difiere la perspectiva cristiana de la psicología y la psicología secular es en el concepto del pecado. Nosotros como creyentes sabemos que la causa de muchos problemas es el pecado. El pecado cometido por su propia parte o el pecado cometido contra él. Tengamos cuidado entonces en llamarlo como tal, y no suavizarlo o minimizarlo. No llamemos "aventura" al adulterio, "accidente" a la fornicación, "preferencias alternativas a la sexualidad" al homosexualismo y lesbianismo, entre muchos casos. De hecho, para muchos ya no cometemos pecados sino "errores".

Actividades

- Lea el artículo *¿Qué hago cuando me piden consejo?*⁷ escrito por Verónica Domínguez y resuma los principios expresados por la autora.
- Lee el artículo *La Psicologización de la Iglesia* escrito por Willian McDonald y haz un informe de una página que brinde tu opinión sobre el mismo. Escribe si estás de acuerdo o no con la perspectiva del autor, explicando tus razones. Este artículo lo puedes encontrar en:

<http://www.desarrollocristiano.com/webapp/articulos/despliegue.cfm?id=212>

Para más información sobre este tema observe los siguientes links:

<http://www.ctv.es/USERS/discipulo/alerta%20sobre%20psicoherejia.htm>

<http://www.sedin.org/propesp/Autoest.html>

⁷ http://www.paralideres.org/pages/page_63.asp

- Lea de diez a quince páginas de la sección de *Introducción a la consejería* de un libro sobre *Consejería*, haga un informe de tres páginas resumiendo los principios expresados en ellos.

Recomiendo los siguientes textos:

- Aconsejamiento Pastoral, Bernardo Stamateas, CLIE
- Asesoramiento y Cuidado Personal, Howard Clinebell, Desafío
- Capacitados para Orientar, Jay Adams, Portavoz
- Como aconsejar en situaciones de crisis, Norman Wright, CLIE
- El Arte de Aconsejar Bíblicamente, Laurence Crabb Jr, Logoi
- El Pastor como Consejero, Pablo Hoff, Vida
- Enciclopedia de Problemas Familiares, James Dobson, CLIE
- Manual del Consejero Cristiano, Jay Adams, CLIE
- Manual para Consejeros de Jóvenes, Josh McDowell y Bob Hostetler, Mundo Hispano

¿Qué hago cuando me piden consejo?

por: Verónica Domínguez García (1/Enero/2000)

publicado en: www.paralideres.org

Resulta que tú como líder, estás planeando actividades, esforzándote al máximo para que en cada reunión, a través de los estudios y dinámicas que preparas, los jóvenes aprendan y crezcan en el conocimiento de Dios, y de repente te das cuenta que esto no es suficiente para aclarar todas sus dudas o problemas. Por supuesto que esto que tú estás haciendo, Dios puede usarlo, de hecho puedo asegurarte, que por este medio algunos jóvenes encuentran respuestas a sus dudas e inquietudes y toman decisiones importantes en sus vidas. Sin embargo, algunas ocasiones los problemas o las necesidades de cada joven son muy específicas y es entonces cuando se acercan al líder para pedir consejo o ayuda para tomar una decisión. *¿Te resulta sencillo dar consejos?*

Creo que es una de las áreas que como líderes debemos aprender a manejar con mucho cuidado, en primer lugar, porque en medio de los errores y las deficiencias que tenemos, para los jóvenes somos un modelo a seguir y nuestras palabras tienen especial influencia en ellos; en segundo lugar, es importante considerar que no siempre tenemos todas las respuestas y debemos estar dispuestos a que Dios también hable a través de otros medios al corazón del joven. Si tomamos la decisión que les corresponde tomar a cada uno de ellos, seguramente nos agradecerán si trae resultados buenos, pero si son malos también nos harán responsables.

¿Qué hacer entonces cuando llegan a pedirte un consejo?

1. **Escuchar.** Lo primero y más importante es escucharlos. Tal vez sólo te dicen que se sienten mal por una determinada situación, pero tú puedes ayudarlos a poner en claro sus sentimientos y pensamientos, a través de algunas preguntas claves:
 - ¿Qué fue lo que sucedió?
 - ¿Cuál es el sentimiento más fuerte en esos momentos?
 - ¿Qué piensas de lo que pasó?

2. **Empatizar / Consolar** Independientemente de que tú hayas vivido o no una experiencia, duda o problema similar, en este punto es imprescindible que empatices -"te pongas en sus zapatos"- para comprender y poder realmente ayudar al joven. No se trata de que nosotros aprobemos una acción que consideramos equivocada, pero sí, de que los jóvenes se sientan aceptados y amados. Todos nos equivocamos, todos nos llegamos a desviar de alguna o de otra manera, pero el perdón y el amor de Dios nos ayudan a levantarnos y a renovarnos día con día. No hemos sido puestos como jueces, así es que no tomemos un papel que no nos corresponde. No acuses, ni regañes a los jóvenes, Si uno de ellos comparte contigo algo de su vida que está siendo difícil, lo mejor que puedes hacer es abrazarlo y no olvides tener siempre cerca una caja de pañuelos. Hazle saber que su vida ha sido tan valiosa a los ojos de Dios, que para quitar sus cargas, envió a su Hijo, para que Él las llevara.

3. **Confrontar.** La confrontación no debe hacerse inmediatamente, tal vez debes escuchar más y continuar consolando durante un tiempo, pero tampoco debes dejar de advertir de los riesgos o preparar al joven para tomar una decisión. Algunas preguntas que pueden ayudar a confrontar pueden ser:

- ¿Qué piensas hacer?
- ¿Qué es lo que te haría sentir mejor?
- ¿Cuáles consecuencias traería a tu vida, tomar esa decisión?
- ¿Qué es lo que agradaría más a Dios y cumpliría los propósitos que Él tiene para tu vida?

Espero que Dios te dé sabiduría en este aspecto, pero sobre todo, que te haga sentir toda la compasión y el amor que ÉL ha tenido para cada uno de sus hijos.

Módulo 2:

Problemas Emocionales

Objetivos

- El consejero conocerá algunos aspectos básicos de una crisis.
- El consejero conocerá *a grosso modo* los temas de la depresión, la pérdida y las crisis.
- El consejero conocerá como abordar en forma básica los problemas de la depresión, el dolor ante una pérdida y las crisis.

Síntesis Temática

El presente módulo pretende tomar algunos problemas específicos en relación a las emociones de los jóvenes. En sí se comentarán tres problemas específicos:

La depresión

Se hablara del tema de la depresión, un tema actual cuya definición no es clara.

La pérdida

Todos hemos pasaremos por una pérdida, y el caso de los adolescentes y jóvenes no es la excepción. De hecho en ellos, hay un tipo de pérdida que es poco considerada y es el "quebrantamiento de una relación amorosa", ya sea un noviazgo o algo más informal (algo bastante común en la juventud actual). En este módulo se hablara sobre como aconsejar en medio del dolor, recalcando la peor pérdida, es decir, la muerte de un ser querido.

Las crisis, especialmente las amenazas de suicidio

Por otra, parte es común que se considere que la adolescencia es propensa al suicidio, ese es un estereotipo que hay que callar; las estadísticas más bien muestran que entre más edad se tenga aumenta la

probabilidad de quitarse la vida; por tanto, tengamos cuidado al tratar de difundir la idea de que la adolescencia es un población en riesgo de suicidio; ya que esto podría convertirse en *la profecía autocumplida*, es decir, que estos se comporten de acuerdo al estereotipo.

Aunque hay otros problemas emocionales como la soledad, la ansiedad, el estrés, la ira, baja autoestima, sentimiento de culpa, etc.; estos no serán abordados debido a la breve extensión de este curso. Se espera que un buen líder de jóvenes se informe posteriormente sobre dichos temas.

Actividades

- Lee el artículo *Ayudando en una crisis. ¿Qué es una crisis?* escrito por Jim Burns y contesta las siguientes preguntas:
 - f. ¿Cuáles sugerencias da Jim Burns que puede hacer un líder de jóvenes para ayudar en una crisis?
 - g. Cite los nueve pasos dados por Gary Collins para ayudar a los jóvenes en crisis.
 - h. Cite las causas por las cuales los jóvenes se drogan.
 - i. Mencione los seis principios para ayudar a una víctima de abuso sexual.
 - j. Menciona los mitos sobre el suicidio.

Puedes encontrar este artículo en el siguiente vínculo:

http://www.revistaenfoque.com/articulo/impresora_ver.php3?href=articulo&articulo=000094

- Lea el artículo *La Depresión, compañera indeseable* escrito por Norman Wright y menciona sus causas y las etapas de está. Puedes encontrar este artículo en el siguiente vínculo:

<http://www.revistaenfoque.com/articulo/index.php3?href=articulo&articulo=000081>

- Lea el artículo *Aconsejando en el dolor* escrito por Clayton Bell y cite brevemente los principios expresados por él. Puedes encontrar este artículo en el siguiente vínculo:

http://www.desarrollocristiano.com/webapp/articulos/articulos/%20Aconsejando%20dolor_Bell.doc

- Lea el artículo *La Crisis de la Muerte* escrito por Norman Wright y conteste las siguientes preguntas:
 1. ¿Cómo define Wright los términos: muerte, duelo, pérdida y pena?
 2. Mencione los tres procesos de la reacción patológica citados por el Dr. V.D. Josephthal.
 3. Cite brevemente los estadios normales de reacción que se dan cuando una persona pierde a un ser querido.
 4. Cite los estadios según Granger Westbergen
 5. ¿Cuáles tres periodos implica sobrevivir?
 6. Resuma en una frase las secciones *Tender un puente con el pasado, vivir el presente, y hallar un camino en el futuro.*

Puedes encontrar este artículo en el siguiente vínculo:

http://www.desarrollocristiano.com/webapp/articulos/articulos/Crisis%20de%20la%20muerte_Wright.doc

Módulo 3:

Problemas Familiares

Objetivos

- El consejero conocerá en forma general algunos de los problemas familiares más comunes.
- Se buscarán alternativas de acción ante dichas problemáticas.

Síntesis Temática

Los problemas en las familias siempre han existido; el convivir diario con nuestros hermanos, padres, parejas, etc. genera problemas en virtud de las diferencias que hay entre los miembros de la misma. Los problemas de rebeldía de los hijos hacia los padres y manejo de la disciplina de parte de estos últimos hacia sus hijos son comunes en la etapa de la adolescencia.

Esto se agrava con el hecho de que ya pocos tenemos una familia "normal". Comentaba con un amigo que ahora lo normal es que las personas tengan un hogar disfuncional; tenemos madres solteras, padres divorciados, muchachos y muchachas con padrastros, familias mixtas e incluso en algunos lugares del mundo parejas de homosexuales o lesbianas están adoptando y/o criando niños. De hecho, las personas que tienen aún sus padres juntos en la adolescencia pueden considerarse sumamente bendecidos, debido a que son la excepción y no la regla como lo fue algún día en el pasado.

A esto sumamos los casos especiales de *padres sobreprotectores* y su contraparte los *padres despreocupados*; y en el ámbito evangélico los problemas que tiene un joven cuando su padre es inconverso. Esto para citar algunos cuantos de los problemas familiares que pueden surgir en la etapa de la adolescencia.

En este módulo tocaremos *a grosso modo* algunos de estos problemas buscando reconocerlos, y así orientar en una mejor forma a padres e hijos.

Actividades

- Lee el artículo *Mis Padres se Separaron... ¿Ahora Que Hago?*⁸ escrito por Cristián Franco. Resume *las tres lágrimas inevitables* y los puntos de *como volver a sonreír*.
- Investiga uno de los siguientes problemas y brevemente en clase (en el foro en caso de llevar el curso on-line). Escribe por lo menos dos páginas sobre el mismo.
 1. Padres sobreprotectores.
 2. Padres despreocupados.
 3. Padres inconversos.
 4. Familias con un solo progenitor.
 5. Vivir con padrastros o en una familia mixta.
 6. Rebeldía de los hijos.

⁸ <http://www.gospelcom.net/lpea/spanish/consejero/separaron.html>

MIS PADRES SE SEPARARON... ¿Y AHORA QUE HAGO?

Por Cristian Franco

Tomado del Consejero Bíblico

<http://www.luispalau.net>, usado con permiso⁹

Hay un «club» que día a día gana más integrantes. La condición para entrar no es pagar una cuota, inscribirse o hacer mérito. De un día para el otro uno pasa a ser parte sin siquiera buscarlo. ¿Cómo se les llama a los «afiliados»? «Hijos de padres separados». Y yo soy uno de ellos. Sí, así es. En 1985 mi padre se separó de mi mamá, y desde entonces tanto mi hermano Ezequiel como yo hemos pasado estos dieciséis años sin él.

Existe una gran cantidad de escritos que tratan sobre el matrimonio, otro tanto sobre cómo resolver los problemas que ocurren dentro de esa relación y algunos sobre la separación y el divorcio. No voy a ocupar estas líneas para hablar acerca del matrimonio, o si es bíblico o no divorciarse. Lo que sí haré es conversar contigo de corazón. Porque... ¿quién nos habla a nosotros, los que sufrimos de «segunda mano»? No hay mucha orientación cristiana al respecto. Se condena mucho, se aconseja poco y la tristeza inunda el corazón de miles, que cantan con sus labios pero lloran en su interior.

Y tal vez tú seas un hijo o una hija cuyos padres han roto su relación matrimonial. Pues bien, quiero ponerme a tu lado y hablarte desde el alma, como alguien que a los 24 años se sienta a reflexionar sobre el pasado, el presente y el futuro sin tener a papá y a mamá juntos.

Tres Lágrimas Inevitables.

Cuando tus padres se separan pasan tres cosas inevitables dentro tuyo:

1).- «NO PUEDO MÁS, ¿POR QUÉ TUVO QUE PASARME A MÍ?» (TRISTEZA). De pronto se fue. Ya no está. Papá o mamá dejó el hogar... ¿por qué? «Todos tienen a su papá, ¿y yo? ¿Por qué esto tiene que pasarme a mí?» La tristeza y la depresión te visitan apenas comienzan los problemas en casa y se adueñan de tu corazón cuando ocurre la separación. Cuidado, es normal

⁹ <http://www.gospelcom.net/lpea/spanish/consejero/separaron.html>

ponerse triste, porque uno ama a sus padres. Pero el problema es dejarse dominar por la tristeza, y muchas veces lo hacemos.

2).- «POR MI CULPA... POR TU CULPA... POR NUESTRA CULPA PASÓ ESTO» (CULPA).

Otra cosa que sucede es que te sientes culpable. «Se fueron por mí», «Yo podría haber hecho algo para evitar que se divorciaran». O tal vez le echas la culpa a tus padres: «Mamá no lo cuidó, por eso él se fue con su secretaria. Papá no amaba a mamá, ¿para qué se casó con ella?» Y así elaboramos una lista sin fin de culpables, y mentalmente establecemos un juicio sin piedad contra todos, buscando aliviar la carga de enojo que tenemos adentro.

Pero te puedo asegurar que esto no resuelve para nada las cosas.

3).- «¡YO LOS VOY A VOLVER A JUNTAR!» (MESIANISMO).

Apenas ocurre la separación, y también en varias ocasiones más, te sientes responsable de hacer algo para unir nuevamente a tus padres, como si fueras el salvador (el mesías). Esto es muy común entre los que somos hijos de Dios.

Nos creemos los delegados por el Señor para restaurar las cosas, lograr que nuestros padres vuelvan a amarse y así tener una familia exitosa. Y entonces empieza nuestro plan: hablarle bien a papá de mamá y viceversa, concretar salidas, decirles qué lindos son, pedirles que se unan por nuestro bien (el de sus hijos). Algunos llegan a decir: «¡arrepíentanse porque se van al infierno!»

Ahora, si bien es cierto que Dios puede usarte como instrumento de reconciliación (y de hecho ha ocurrido en muchos hogares), no somos nosotros ni nuestros esfuerzos los que cambiarán sus corazones. Sólo Dios puede hacerlo.

Cómo Volver a Sonreír.

¡Hay esperanza! Dios está presente en nuestra vida y no nos abandona.

«...Aunque ustedes estén tristes, su tristeza se convertirá en gozo» (Juan 16.20b).

Quiero compartir contigo tres cosas que me devolvieron la alegría en medio de mi propia experiencia como hijo de padres separados. Te las comparto a corazón abierto:

1).- «LOS PERDONO» (EL PODER DEL PERDÓN).

Tienes que perdonar. Así de sencillo y así de directo. Perdona a tu papá por haberte dejado solo, quizás sin sostén económico, tal vez sin visitarte. Perdona a tu mamá por haberte descuidado debido a su depresión. Perdónalos a ambos por sus errores, pecados y descuidos. No te pido que te hagas el tonto y les des una sonrisa prefabricada, diciendo: «todo está OK», pasando por alto la situación. Eso no es perdón. El perdón lo damos por amor, aunque el otro no lo merezca (¿no hace Dios así con nosotros?).

Perdonar quizás no hará que tus padres se vuelvan a unir, pero tú experimentarás libertad y paz en tu vida.

2).- «SEAMOS AMIGOS» (LA BENDICIÓN DE LA AMISTAD).

Arrímate al fogón... Un carbón separado de los demás se apaga pronto... Tener amigos es una gran bendición. Algunos evitan la amistad por temor a ser rechazados, y entonces se aíslan. No tengas miedo. Ante todo Dios está a tu lado, y Él es el mejor amigo. Y también desea que compartamos nuestras vidas con otros.

Sólo aquellos que tienen a Jesús como su mejor amigo pueden ser buenos amigos («el hombre que tiene amigos ha de mostrarse amigo, y amigo hay más unido que un hermano» – Proverbios 18.24). Dios creó a los amigos para compartir con ellos las alegrías y las tristezas, los buenos y los malos momentos. No pienses que eres el único que sufre, también hay otros que experimentan situaciones difíciles. Una vez que encuentres amigos verdaderos disfrutarás lo que significa compartir la carga. Como dice un pastor amigo: «Una carga compartida pesa menos».

3).- «TÚ ERES MI PADRE» (DIOS: UN PADRE PERFECTO).

Y lo mejor de todo: Dios es tu Padre. Él se convierte en tu papá o tu mamá cuando éstos te faltan. Y Él es un Padre que no te falla. Muchos, al pensar

en Dios como Padre, inconscientemente proyectan la imagen de sus padres terrenales a Él, y por eso no pueden relacionarse bien o le tienen miedo.

La Biblia dice que Dios es amor. Él te ama. Por eso, la mayor alegría que puedes tener (y lo digo por experiencia propia) es saber que «aunque mi padre y mi madre me dejaran, con todo Dios me levantará» (Salmo 27.10). Él va contigo a la escuela. Está en las gradas mirando y aplaudiendo las jugadas que haces. Te acompaña en las horas de la noche mientras estudias para el examen. Te conoce por nombre aunque estés rodeado por una multitud.

La Mejor Decisión de la Vida.

Hace dieciséis años que no tengo papá: Juan José. Hace más de dieciséis años que sí tengo Papá: Dios. ¿Y todo gracias a qué? Un día recibí a Cristo en mi corazón, lo reconocí como Señor y Salvador de mi vida, creí que murió por mí en la cruz y que resucitó de entre los muertos con poder. Entonces la vida comenzó, y nunca estoy solo.

¿Le has dicho sí a Jesús? ¿Es Dios tu Padre? Si tu respuesta es afirmativa, avanza con todas tus fuerzas para adelante, porque siempre hay esperanza, aunque seas hijo o hija de padres separados. Pero si nunca le abriste la puerta de tu corazón, hoy es el día. Sé valiente. Habla con Él, aunque no entiendas todas las cosas. Pídele que llene tu vida con su presencia. Y te puedo garantizar algo: ¡Él nunca te fallará!

El autor, Cristian Franco, argentino, es miembro de la Asociación Evangélica Luis Palau y vive en Buenos Aires.

Módulo 4:

Adicciones

Objetivos

- El consejero conocerá las causas y efectos de la adicción a las drogas.
- El consejero asumirá una respuesta pastoral a dicha esclavitud pecaminosa.

Síntesis Temática

El Diccionario de la Real Academia Española (DRAE) define una adicción como un "hábito de quien se deja dominar por el uso de alguna o algunas drogas tóxicas, o por la afición desmedida a ciertos juegos". Pero, lo cierto es que no sólo las drogas (ya sean legales e ilegales) y los juegos causan adicción; hay gente adicta a la comida, el trabajo, los placeres sexuales y las relaciones entre muchas que podrían citarse. Lo que podríamos preguntarnos es ¿Toda adicción es pecado?. Mi respuesta es afirmativa. Observemos la definición "hábito de quién se deja dominar", esto se refiere a una esclavitud, y toda esclavitud es pecado. Así, que toda adicción es pecado.

Los jóvenes en sí son especialmente propensos a ser adictos tanto a las drogas legales como aquellas que son ilegales. En este módulo nos concentraremos en este tipo de adicción. En el módulo 6 veremos otro tipo de adicción muy común y es la adicción a la pornografía.

Actividades

- Lee el artículo *Carta a un alcohólico* y expresa tu reacción al mismo en un breve informe (1 página). Puedes encontrar este artículo en el siguiente vínculo:

http://www.desarrollocristiano.com/webapp/articulos/articulos/Carta%20alcohólico_Welch.doc

- Lee el artículo *Tomando decisiones sabias respecto a las drogas* escrito por Jim Burns. Contesta ¿Porqué los estudiantes se drogan o toman alcohol? ¿Cuáles etapas menciona Jim Burns que pasan antes de volverse drogadicto?.

Puedes encontrar este artículo en el siguiente vínculo:

<http://www.revistaenfoque.com/articulo/index.php3?href=articulo&articulo=000046>

- Haz breve una investigación sobre las drogas más conocidas en tu país, incluye una breve descripción de ellas y sus efectos. Haz un informe de una página.
- Lee los artículos *Tabaquismo* y *Uso u Abuso de Alcohol* escritos por Jaime Morales, resume en forma puntual: causas, efectos y respuesta pastoral a los mismos.

EL TABAQUISMO

Por Jaime Morales Herrera

Tomado de www.ParaLideres.org

Objetivos:

El siguiente tema permitirá al estudiante:

Cognitivos (conocimientos)

- Conocer las causas y efectos del uso y abuso del tabaco.
- Conocer la perspectiva bíblica sobre el tabaquismo.

Afectivos (actitudes)

- Tomar conciencia de la amplitud de efectos que trae consigo el uso del tabaco.
- Desarrollar una buena mayordomía del cuerpo.

Psicomotores (habilidades)

- Implementar medidas preventivas en la pastoral juvenil en contra del consumo de tabaco.
- Intervenir en caso de uso o abuso de cigarrillos en los adolescentes y jóvenes de su congregación.

I. INTRODUCCIÓN

Hoy en día las empresas productoras de tabaco y de bebidas alcohólicas han girado toda su publicidad y mercadeo a un público meta fundamental: los adolescentes y los jóvenes. Un estudio reciente del Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia (IAFA) muestra que el 28% de la juventud en Costa Rica entre 18 y 24 años fuman, que el 60% de los fumadores adultos comenzaron a fumar antes de los 13 años y el 90% antes de los 20 años. Este tipo de problemas hacen necesaria la participación de la pastoral juvenil en la prevención e intervención en nuestros jóvenes y adolescentes que pueden llegar a ser afectados por este grave problema.

II. CAUSAS

A. La presión de grupo

Los adolescentes por lo general se preocupan mucho por su apariencia. No quieren que los tachen de ser "diferentes". Si sus amigos fuman, pueden sentirse tentados a fumar también con tal de sentirse aceptados dentro del grupo de pares al que pertenecen.

B. Los mensajes publicitarios

Los anuncios en revistas, televisión, radio, vallas publicitarias, entre otros; hacen ver el fumado como algo deseable y atractivo. Se han diseñado distintos tipos de cigarrillo (normal, light, mentolado) para todos los gustos y la publicidad ha enmarcado el consumo del cigarro asociándolo con actividades juveniles. Así muchos muchachos fuman porque los hace sentirse importantes y "adultos" aunque ni siquiera les guste el sabor del cigarro.

C. La inseguridad

Muchas personas dicen fumar para tratar de sentirse relajados cuando están con otras personas.

D. La preocupación por el peso

Hay personas que fuman porque creen que eso los mantendrá ocupados y no se sentirán tentados a comer en exceso. Lo cierto es que inhibe el apetito y mina la salud produciendo en consecuencia perdida de peso, causando daños físicos más graves al cuerpo que la obesidad.

E. La rebeldía

Algunos adolescentes empiezan a fumar porque saben que sus padres no quieren que lo hagan. Lo hacen sencillamente como una manifestación en contra de la autoridad paterna. Probablemente lo harán en forma clandestina en el baño, la escuela, fiestas, etc.

III. CONSECUENCIAS

Las investigaciones han comprobado que el fumar es dañino tanto para el fumador como también para las personas que no fuman y respiran regularmente el humo del cigarrillo.

A. Efectos Físicos

El humo del cigarrillo contiene químicos que pueden causar cáncer de distintos tipos como de laringe, de cavidad oral, de esófago, de pulmón, de los riñones, del páncreas (del cual es la causa más grande) y de las glándulas urinarias. Puede afectar la garganta, los vellos nasales, los pulmones. Puede aumentar los latidos del corazón y la presión arterial (es la causa primaria de muerte por ataques cardíacos o paros), el riesgo de úlceras estomacales y entorpece los sentidos del olfato y el gusto. Los resfríos, infecciones y muchas otras enfermedades se presentan con mucho más frecuencia en las personas que fuman. Además, al crear adicción se puede presentar síntomas del "síndrome de abstinencia". En las mujeres fumadoras, el daño al aparato reproductor se manifiesta con una frecuencia mayor de problemas menstruales, infertilidad, alumbramiento prologado, etc. En los hombres, el fumado excesivo contribuye a los problemas de esterilidad. En los fumadores crónicos, la movilidad de los espermatozoides está afectada hasta en 50%; la cantidad de espermatozoides anormales es mayor.

B. Efectos en los fumadores pasivos

Los fumadores pasivos son las personas que respiran el humo del cigarrillo de otras personas que están fumando. Respirar el humo del cigarrillo aumenta los niveles de monóxido de carbono en la sangre y deposita alquitrán en los pulmones. Los estudios demuestran porcentajes elevados de cáncer de pulmón en aquellas personas que viven con fumadores.

C. Bebés por nacer o recién nacidos

Las mujeres que fuman tienen probabilidades más altas de tener abortos, problemas en el crecimiento del bebé o nacimientos prematuros. Por lo general, sus bebés sufren de bajo peso al nacer y de infecciones.

D. Peligro de incendio

El fumado irresponsable es una causa importante de quemas e incendios forestales que afectan el medio ambiente.

F. Efectos en la familia

Los hijos de fumadores son más propensos a tener resfríos, infecciones en los oídos y neumanía. Y sus padres son modelos a seguir, hay un alta probabilidad de que hijos de fumadores resulten también fumadores. El costo emocional de la pérdida o incapacidad de uno de los padres es muy grande.

G. Mala apariencia

El cigarrillo produce mal aliento, oscurece los dientes, la ropa se impregna de un olor fuerte a cigarro.

H. Alteración del desempeño

El rendimiento en los estudios, los deportes y el trabajo puede ser alterado por el hábito de fumar. Además, puede interferir con la forma en que la persona se relaciona con otros.

I. Efectos psicológicos

El fumador puede presentarse hipersensible, inseguro y dependiente del tabaco. Puede aislarse él mismo o ser objeto de segregación social.

IV. PERSPECTIVA BÍBLICA

La Biblia no habla sobre fumar cigarrillos o sobre el tabaco. El hábito del fumado era desconocido para la cultura hebrea. Pero aunque la Biblia no prohíbe explícitamente el fumar si lo hace implícitamente. La Sagrada Escritura nos llama a ejercer una buena mayordomía de nuestro cuerpo debido a que somos templo del Espíritu Santo que mora en nosotros. Los efectos físicos, psicológicos y sociales del consumo del tabaco son considerablemente perjudiciales para nuestro organismo y el de otros; por esto podemos afirmar que la Palabra prohíbe implícitamente el uso y abuso del tabaco.

¿No sabéis que sois templo de Dios, y que el Espíritu de Dios mora en vosotros? (1 Corintios 3:16)

¿O ignoráis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo, el cual está en vosotros, el cual tenéis de Dios, y que no sois vuestros? Porque habéis sido comprados por precio; glorificad, pues, a Dios en vuestro cuerpo y en vuestro espíritu, los cuales son de Dios (1 Corintios 6:19-20).

¿Y qué acuerdo hay entre el templo de Dios y los ídolos? Porque vosotros sois el templo del Dios viviente, como Dios dijo: Habitaré y andaré entre ellos, y seré su Dios, y ellos serán mi pueblo (2 Corintios 6:16).

V. RESPUESTA PASTORAL

Como medidas preventivas es importante incluir un apartado sobre el tabaquismo en el curriculum educativo de la pastoral juvenil. Entre muchas cosas se pueden analizar los distintos mensajes que transmiten los medios publicitarios. Enfatizar las medidas preventivas hacia grupos de alto riesgo.

Sensibilizar a los muchachos y muchachas a la idea de que fumar no lo convertirá en "adulto" o lo hará más maduro, sino que por el contrario el hacerlo por este motivo es sólo una señal de inmadurez.

Estar informado sobre la legislación sobre las drogas legales como el tabaco y el alcohol. Y denunciar las infracciones que incumplen la ley. Por ejemplo, sé esta prohibida la venta a personas menores de edad de cigarrillos o tabaco, o el fumar en vehículos automotores de transporte público. Hay que estar vigilantes y controlar el cumplimiento de leyes, reglamentos y normas en la publicidad, manufactura y comercio del tabaco.

A la hora de la intervención, es decir, si se presenta un muchacho con este hábito trate de buscar las razones del porque lo hace. Explíquese las consecuencias de este mal hábito y llévelo a proponer dejarlo. Que el joven tenga claro los motivos de porque él debe dejar ese hábito. Puede buscar ayuda en programas de grupo, clínicas o centros de atención en la comunidad u otras. Alíentelo a buscar sustitutos saludables como

actividades recreativas o deportivas en forma progresiva, pasatiempos donde ocupe las manos, masticar chicle sin azúcar, etc. Recomiende que cambie sus rutinas, que evite gente, lugares y actividades que motiven a fumar. Pídale que busque apoyo en amigos que no fumen y que estén de acuerdo con su decisión, y que le ayuden a mantenerse alejado del tabaco. Si se es adicto al tabaco, lo mejor es hacerlo de forma gradual, es decir, ir disminuyendo en forma paulatina el número de cigarrillos; hacerlo de golpe de un día para otro no es muy eficiente. En caso de ser necesario remita a un profesional calificado.

Bibliografía

- McDowell, Josh y Hostetler, Bob. *Manual para Consejeros de Jóvenes*. El Paso: Mundo Hispano, 2000
- *Peligros en el Camino*. México: Ibalpe, 1995.
- Mensaje para la juventud: Tabaco o Salud, Asociación Nacional Contra el Tabaco, MEP y CCSS.
- Bejarano, Julio y Blanco, Huberth. *Tabaco, publicidad y salud*. San José: IAFA, 1995.
- Monge, Viviana. *Los Peligros del Fumado*. San José: IAFA, 1999.
- *El Fumado y sus consecuencias*. Departamento de Relaciones Públicas de la Caja Costarricense del Seguro Social.

USO Y ABUSO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS

Por Jaime Morales Herrera

Tomado de ParaLideres.org

Objetivos:

El siguiente tema permitirá al estudiante:

Cognitivos (conocimientos)

- Conocer la realidad social del problema del uso y abuso de bebidas alcohólicas.
- Conocer las causas y los efectos del consumo de bebidas alcohólicas.

Afectivos (actitudes)

- Tomar conciencia de las implicaciones sociales y los efectos perjudiciales del consumo de licor.
- Valorar la labor preventiva en nuestras congregaciones con relación al consumo de bebidas alcohólicas.

Psicomotores (habilidades)

- Buscar formas prácticas de prevenir el uso y abuso de licor en los jóvenes a nuestro cargo.
- Intervenir en un caso específico de alcoholismo en el grupo juvenil.

I. INTRODUCCIÓN

El alcoholismo fue diagnosticado como enfermedad incurable, progresiva y mortal, desde el año 1963 por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el seno de la Organización de las Naciones Unidas (ONU). Es una enfermedad incurable porque se pueden pasar años sobrios y tomar una copa, y entonces tener una recaída; es progresiva debido al acondicionamiento del organismo a tolerar cada vez mayores niveles de alcohol; y es mortal debido a que conduce a accidentes de tránsito, suicidios, crímenes, infartos, congestiones alcohólicas, síndromes cerebrales, y muchas otras consecuencias. La cultura latinoamericana

acepta y promueve el consumo de bebidas alcohólicas, y los jóvenes de nuestras congregaciones no están exentos de esta problemática. Por tanto, la pastoral juvenil debe tomar medidas en respuesta a este peligro latente que amenaza a nuestros muchachos y muchachas.

II. TIPOS DE BEBEDORES

A. Moderados

Aquel que consume poca cantidad en una sola ocasión y lo hace muy pocas veces.

B. Excesivos

El que consume más de 120cc de alcohol absoluto y lo hace más de dos veces al mes o su equivalente.

C. Alcohólicos

Es aquel individuo que es incapaz de detenerse y abstenerse de consumir alcohol.

III. CAUSAS PROBABLES

A. Fisiología

Muchos consideran que el alcoholismo es una enfermedad de origen fisiológico, es decir, creen que algunas personas tienen una predisposición congénita hacia el alcoholismo.

B. La familia

Aunque muchos jóvenes cuyos padres son alcohólicos juran que nunca serán como sus padres, estos tienden a seguir el modelo de sus padres. También, el tener padres demasiado estrictos o demasiado permisivos puede estimular el uso y abuso de alcohol. Por lo general las familias promueven el consumo de bebidas alcohólicas en reuniones familiares, donde los niños ven a sus padres disfrutando del alcohol.

C. La cultura

En algunas subculturas la hombría es sinónimo de aguante en la ingestión de bebidas alcohólicas. Por otra parte esta la cultura del bebedor social que bebe para ser aceptado y para ser identificado dentro del grupo, la persona llega a tomar creyendo que si no lo hace será marginado u objeto de burla. Se bebe en todos los eventos de la vida social sean agradables o desagradables: el nacimiento de un hijo, matrimonio, cumpleaños, velorios, ascensos laborales, fracasos, etc.

D. La Publicidad

Las empresas productoras de bebidas alcohólicas gastan mucho dinero en mercadotecnia que les ayude a promocionar el consumo de sus productos en los jóvenes, los cuales han sido adoptados como su público meta. Básicamente se valen de la necesidad de pertenencia o filiación que tienen los jóvenes para promocionar distintos productos destinados a las distintas subculturales juveniles; de esta forma está el grupo que consume cierto tipo de bebida, los que consumen la otra marca, etc.

E. Problemas familiares o sociales

Las personas pueden llegar a consumir o abusar del licor debido a distintos problemas que producen desilusión, frustración, fracaso, inseguridad, automenosprecio, etc. Y pueden recurrir a esto como para tomar valor, eliminar vergüenza o bien olvidar los sufrimientos.

IV. SINTOMAS

A. Ansiedad

El alcohólico espera con ansiedad el momento de beber. Cuando no está bebiendo está pensando en ello.

B. Perdida de dominio propio

Cuando inician la bebida se siente imposibilitados de parar de hacerlo. Bebe más de lo que se supone, sin importar lo firme que sea su resolución de no hacerlo.

C. Negación

El alcohólico niega su comportamiento y lo minimiza buscando razones y excusas para su conducta de bebedor.

D. Irresponsabilidad

Cambios de horario, la persona empieza a llegar tarde o a ausentarse del todo en sus responsabilidades.

E. Efectos físicos

La persona amanece indispuesta con malestar gastrointestinal.

V. EFECTOS

A. Efectos Físicos

El abuso de alcohol puede provocar daños en los órganos internos, tales como enfermedades gástricas (gastritis, úlceras, cáncer), hepáticas (hígado graso, hepatitis, cirrosis) o cerebrales (trastornos de memoria, demencia, trauma). La persona puede tener una disminución de apetito y pérdida de peso; alteraciones cutáneas, es decir piel sensible y enrojecida; hinchazón de párpados y aspecto demacrado; temblores musculares y convulsiones; cefalalgias, vértigo, náuseas, malestares estomacales y sudoración extrema.

B. Angustia

Hay dolor físico y también emocional, se siente el haber perdido el control y frustración.

C. Efectos mentales

Pueden haber problemas de concentración y memoria, y hasta podrían darse lagunas mentales. Aparecen desordenes cerebrales como:

1. Intoxicación patológica:

Desorden cerebral que se presenta después de las ingestión de cantidades relativamente pequeñas de alcohol; cuyos síntomas incluyen desorientación, alucinaciones y delirios asociados a respuestas emocionales exagerados como violencia, ira, ansiedad y excitación.

2. *Delirium tremens:*

Se caracteriza por pánico y desorientación del tiempo y el espacio acompañado de alucinaciones generalmente visuales.

3. *Alusinosis alcohólica:*

Su síntoma principal es la alucinación auditiva, en donde las voces parecen proferir observaciones despectivas, acusadoras, insultantes y con frecuencia con contenido sexual.

4. *Deterioro alcohólico:*

Pérdida y daño de las células de la corteza cerebral causado por la deficiencia nutricional. Se presentan desde síntomas leves de desorganización de personalidad hasta llegar a estados graves de demencia. Aparecen trastornos de memoria y de atención.

5. *Síndrome de korsakoff:*

Se presenta desorientación, deterioro y falsificación de la memoria; la persona es incapaz de reconocer a los amigos y a los familiares y hay una pérdida grave de memoria. Se presentan efectos anestésicos en diversas áreas de la piel y parálisis.

6. *Alcoholismo esquizofrénico:*

La alcoholización impulsiva e intensa acompañada de disociación mental que sobrepasan enormemente los daños observados en las intoxicaciones alcohólicas comunes.

7. *Alcoholismo maniaco-depresivo:*

Se caracteriza por excesos graves y desordenados con períodos de intensa depresión y decaimiento. El estado de ánimo varía de una conducta excesivamente alegre a una conducta agresiva y combativa.

D. Depresión

Se siente triste y desesperanzado e impotente de volver a manejar su vida, lo que lo compele a beber de nuevo, cayendo en un círculo vicioso.

E. Vergüenza

El alcohólico puede sentirse sumamente culpable, las actitudes de su entorno social pueden convencerlo de que esta enfermedad es exclusivamente culpa suya. El alcoholismo puede haberlo separado de su familia, amigos y aun de Dios. Si es un creyente debe saber que lo que está haciendo es condenado y prohibido en la Biblia lo que hace que se sienta peor.

F. Remordimiento

Siente fuertemente el daño que ha causado a las personas. Le duelen las lágrimas de sus amigos y familiares, las mentiras que ha tenido que decir, la vergüenza que ha causado a su familia.

G. Aislamiento

Se siente sólo, incapaz de acercarse a alguien, incapaz de pedir ayuda. Se queda aislado en su sufrimiento.

VI. PERSPECTIVA BÍBLICA

A. La Biblia no condena explícitamente el uso de bebidas alcohólicas. El Salmo 104: 15 habla del "vino que alegra el corazón del hombre" como una bendición de Dios. Jesús también tomaba vino (Jn 2:9; Mt 26:27-29 y Lc 7:33-34). Pablo además receto a Timoteo el uso de vino debido a sus usos medicinales (1 Ti 5:23).

B. La Biblia condena en forma enérgica el abuso del alcohol (Pr 20:1; 23:20; Ef 5:18).

C. La Biblia toma una posición favorable hacia la abstinencia. El nazareato incluía la abstinencia de vino (Nm 6:2-4). Juan el Bautista tampoco tomaba vino.

VII. RESPUESTA PASTORAL

El problema del alcoholismo es sumamente complejo, ante esto la labor de la pastoral juvenil es doble, primeramente de prevención y en segundo lugar de intervención.

De forma preventiva debe ofrecerse dentro del curriculum de formación cristiana en nuestros grupos juveniles, elementos que lleven a la reflexión sobre el consumo de alcohol de parte de los jóvenes y adolescentes. Una de las cosas que se pueden hacer es analizar los anuncios televisivos que invitan al consumo del licor. Además, debe capacitarse al personal encargado de los jóvenes en áreas como está.

Trabajar con los padres en relación con estos temas, hablar sobre la comunicación entre los miembros de la familia y de cómo apoyar a sus hijos.

Por otra parte; conozca las distintas instituciones que hay en el país que pueden ayudar a la persona con problemas relacionados con el alcohol, en áreas como tratamiento, desintoxicación y rehabilitación. Hay que recordar que los programas deportivos y sociales siempre son excelentes medios de prevención en nuestras congregaciones locales. Además, la iglesia puede recomendar a los jóvenes de su congregación los diferentes programas comunitarios, por ejemplo, el programa scout entre muchos.

A la hora de tener que intervenir en este tipo de problema, es decir, cuando se nos presenta un joven con un problema de alcoholismo debemos guiarlo a reconocer y admitir el problema con preguntas que lo guíen a sus propias conclusiones. Debemos acercar al joven a Dios, llevarlo a confesar y arrepentirse de su pecado, y ayudarlo a tomar el perdón de Dios. Recuerde que sin la ayuda de Dios nada podemos hacer.

Informe e involucre a los padres lo más pronto posible del problema, aunque puede ser que en un inicio estos no quieran reconocer que su hijo tiene problemas con el licor, es vital contar con ellos puesto que su colaboración y apoyo serán imprescindibles para lograr un tratamiento y recuperación efectivos. Presente opciones para su tratamiento; este informado sobre las distintas instituciones que lo ofrecen como Alcohólicos Anónimos, remita a profesionales como médicos y psicólogos que pueden valorar en forma más efectiva la situación.

Bibliografía

McDowell, Josh y Hostetler, Bob. *Manual para Consejeros de Jóvenes*. El Paso: Mundo Hispano, 2000

Peligros en el Camino. México: Ibalpe, 1995.

Alcohol y Alcoholismo. Departamento de Prevención del IAFA.

Lee, Lizu San. *Factores Familiares asociados al consumo de alcohol en la población que acude al tratamiento al IAFA*. San José: IAFA, 1993.

Módulo 5:

Trastornos Alimenticios

Objetivos

- El consejero conocerá brevemente dos nuevos trastornos alimenticios que se han descubierto: vigorexia y ortorexia.
- El consejero conocerá *a grosso modo* los problemas de la bulimia y la anorexia, al igual que medidas para enfrentar estos problemas.

Síntesis Temática

Vivimos en una cultura de culto al cuerpo. Comentaba un amigo mío sobre la vestimenta de las muchachas que "las blusas van para arriba y los pantalones cada vez más para abajo" refiriéndose a las minisetas y los pantalones sin pretina, tan de moda hoy en día. Especialmente las mujeres se ven afectadas por la imagen de mujer que proyectan los concursos de belleza y los medios de comunicación. Hoy en día una mujer debe tener medidas 90-60-90 dado que ese es el canon de belleza esperado. Ser físicamente perfecto se ha convertido casi en una exigencia. Es una meta impuesta por nuevos patrones, en los que la apariencia se muestra como sinónimo válido de éxito, felicidad e, incluso, salud.

A parte de los conocidos padecimientos de bulimia y anorexia, hoy en día se habla de dos nuevas enfermedades de este tipo, una de ellas particularmente afecta a los varones, con esta última me refiero a la "vigorexia" u obsesión por hacer músculos que puede llevar al consumo de esteroides con sus correspondientes consecuencias físicas. La segunda es "ortorexia" o fijación por la comida biológicamente sana. Claro, esto se vuelve una enfermedad cuando se vuelve obsesivo.

Por supuesto, que la Biblia habla de la mayordomía del cuerpo, y es menester que un cristiano cuide su salud y apariencia en virtud de que es Templo del Espíritu. Pero, cualquier conducta obsesiva es idolatría y toda

idolatría es pecado. Además, estas obsesiones tienen efectos físicos, sociales, emocionales y espirituales que pueden afectarnos a nosotros mismo y nuestra relación con Dios y nuestro prójimo.

En este módulo observaremos más de cerca este tipo de conducta pecaminosa.

Actividades

- Lee el artículo *Desordenes de Comer* por Jeff Black. Define el problema, sus causas, efectos y puntualiza algunos elementos a la hora de enfrentar el problema.

DESORDENES DE COMER

por Jeff Black

Christian Counseling and Educational Foundation, Phila. PA

Tomado de ThirdMill.org

Desordenes de comer son ambas cosas raras y muy difíciles de superar. Son personas muy difíciles para ayudar.

Dos áreas:

(1) lo técnico, por. ej. Cuestiones de restaurar el peso normal, manejar el comer, comer de exceso y purgar.

(2) arrepentimiento y fe/confiar y obedecer, lo que está pasando dentro del corazón de la persona, sus experiencias que le han influenciado hacia adoptar estos patrones de conducta para manejar sus dolencias, y como tu (alguien comprometido a la consejería bíblica) les puedes ayudar. En un sentido, es simple, porque solamente estamos ofreciéndoles a Cristo, presentando el evangelio de gracia, ofreciendo les la libertad de esclavitud, libertad de la ley (sus leyes).

Parte I: La área técnica

Anorexia:

(1) Es marcado por un temor obsesivo de estar gorda. Su vida se gira alrededor del deseo de estar delgada. Este deseo domina su vida, y la mayoría de personas anoréxicas lo admiten. Este temor continua aunque ella llega a un estado de delgadez peligroso.

(2) Para ser clasificada "anorexia" técnicamente la persona tiene que haber perdido por lo menos 15% de su peso normal. Hay estadísticas para lo que se considera peso normal que se usan. El deseo de estar delgada es tan poderoso en estas personas que a veces prefieren la flaqueza sobre la

vida. Aunque si le preguntaras ¿Prefieres estar delgada más que vivir?, te dirían, "no," sus acciones demuestran que están dispuestas a negarse a comer hasta que mueran, hasta que las funciones de sus cuerpos dejen de estar estables.

(3) 97% son mujeres.

(4) Muchas veces reportan una distorsión en sus percepciones de sí misma. Si tú y tu AC anoréxica estuvieran paradas juntas frente de un espejo, ella se vería a sí misma diferente que tú la verías. Ella se vería como mucho más gorda que tú la verías. Investigaciones han apoyado esta distorsión de auto-percepción. Pero no debe sorprendernos, porque en cualquier caso, cuando alguien organiza su vida alrededor de algo de lo cual Dios dice que no se debe, va a resultar en distorsión incrementando mientras se aleja de Dios. Puedes pensar de la psicosis en la misma manera. La persona ha escogido una senda de pensar torcidamente y llega a estar aún más y más distorsionada hasta que últimamente pierden contacto con la realidad. Estas mujeres tienen años haciendo dietas y todo y eventualmente pierden la habilidad de discernir correctamente su propio estado interno. No pueden discernir si tienen hambre o si están satisfechas o llenas. En los casos más severos de anorexia la muchacha puede sentirse como su propio cuerpo no le pertenece (psicosis).

(5) (Amenorea) La mayoría de anoréxicas dejan de menstruar. El cuerpo femenino requiere un nivel mínimo de porcentaje de grasa para mantener el ciclo de menstruación, y una vez que el porcentaje baje bajo de este nivel, la mujer no menstrúa. En la mayoría de los casos, una vez que la mujer vuelva a un peso saludable y lo mantenga por un periodo de tiempo, también vuelve a menstruar.

(6) Comen muy poco a pesar de estar intensivamente preocupada con comida y su preparación.

(7) Tienen hábitos extraños de comer. Pueden disfrutar el cocinar comida para el consumo de otros, coleccionar recetas y amontonar y almacenar alimentos que nunca comen.

(8) Edad promedio de empezar temprano en la adolescencia, pero es interesante que el rango de la edad de empezar a estar anoréxica está extendiéndose.

El proceso típico:

Empieza con hacer dieta, apoyado por un novio, sus padres, o deseo de comprar nueva ropa, etc.

Recibe complementos acerca de como se ve, y se siente mejor por esto.

Pero algo sucede, y ella continua su dieta más allá del punto en que se ve bien hasta una etapa de los principios de la demarcación (estar de huesos). Esto transcurre sobre unos meses, hasta que la persona puede estar ingiriendo pocas 600 calorías diario. Este proceso anoréxico usualmente involucra un suceso precipitante o provocante, es decir un catalizador. Alguien le dice algo o algo pasa y aprieta el gatillo de la persona, resulta que ella piense que la cosa más importante del mundo es estar delgada. Este evento no le causa estar anoréxica, sino que le influencia para que se manifieste esta conducta que actualmente representa la culminación de una serie de procesos graduales que han sido parte de la vida de esta persona. Puedes buscar a este catalizador y entender como ella respondió a este evento.

Por ej. Una aconsejada estaba discutiendo con su papá, y él le llamó "puerca gorda," y en ese momento ella decidió que lo más importante para ella era estar delgada. Pero también había un trasfondo en su vida que le ponía en una situación en que ya era deseable estar delgada. Otro ejemplo: Una chica que era una "vorrista" y al subir a la cima de una pirámide humano, oyó otra chica de la hilera baja comentar de cuanto ella

pesaba, y este comentario le apretó el gatillo. La muchacha llegó a estar en el hospital y casi murió.

Es muy difícil poner en reverso el proceso una vez que empieza. La vida de la persona llega a estar dominado por el temor, es controlado por su miedo de estar obesa.

Cuando la persona llega a la consejería, normalmente no es propia decisión, sino que alguien que se preocupa por ella la trae. Ella misma dice "No tengo un problema. Mi peso no es un problema. Me siento bien, estoy contenta, me gusta estar así," aunque tú la veas y notes que debe de pesar 40 kilos o menos. (Cuando la condición de uno está de acuerdo con la persona misma, que solamente los demás creen que es problema, el termino secular es "ego-sintónica"). Esto te indica de la dificultad de la consejería, porque tienes que mostrarle que esta condición no le conviene. Con anorexia, normalmente estás aconsejando contra la voluntad de la persona, que está allí contigo a fuerzas, por la voluntad de sus papás, su esposo, en un caso, la universidad de una muchacha le compelió asistir a la consejería.

El transcurso de anorexia no es muy largo porque normalmente es una trayectoria y la persona o muere o se recupera. Pero aún si recupera, usualmente sigue con problemas de preocuparse por su peso. Satanás sigue desafiándoles en esta área de debilidad o sensibilidad de la idolatría.

El papel de la hambruna o síndrome clínico de hambre:

En cualquier caso cuando alguien experimenta el síndrome clínico de hambre, por cualquier razón (pobreza, hambruna, guerra, abuso, etc., no tiene que ser anorexia) cosas le pasan al o ella que son raras (bizarreas). Cualquiera persona que pierde peso significativo y continúa en esa condición, empezará demostrar cambios cognitivos, emocionales, físicos, y de conducta. Si le aconsejas a alguien anoréxica ni modo que haces con la persona acerca de su vida espiritual, si el cuerpo de la persona sigue en esta condición de demarcación, la persona seguirá esclavizada y tendrá

problemas. Por eso, trabajar con el peso de la persona tiene que ser un objetivo principal tuyo en la consejería (aunque quizás no hablas de esto primero). Una vez que la persona empiece recuperar su peso, verás muchos de sus síntomas desapareciendo automáticamente. Entonces, la restauración de peso es una meta principal en la consejería.

Los síntomas de bajar de peso tanto son serios, ponen en riesgo la vida de la persona. Cuando alguien anoréxica te viene, hay que evaluar su condición.

La manera más efectiva de aconsejar a una anoréxica es como miembro de un equipo. (tratamiento por un equipo). Necesitas trabajar estrechamente con un doctor (un Cristiano, preferible), por lo menos, porque hay un complejo de cuestiones físicas que están involucradas con estas personas. También se recomienda un especialista en nutrición (preferible alguien que entiende el desorden de comer bíblicamente, está comprometido a las Escrituras, y está dispuesto trabajar contigo).

Las cuestiones se repiten en los casos de estas personas. Jeff Black dice que no ha aconsejado a ninguna que entendía la gracia. Estas son hermanas que profesan a Cristo pero básicamente no entienden el evangelio. La gracia será el tema dominante en tu consejería con ellas. Vez tras vez oirás "Me amarán si soy buena, cuando sea yo perfecta, el amor es condicional..." y cosas semejantes.

Una hermana que pesa 45 kilos, que debe pesar 57 dice: "Siento especialmente larga hoy. Mis manos parecen tan rechonchas, como de una niña gordita agarrando un crayón. Siento como estoy en una caja contrayéndose y además yo estoy creciendo."

Bulimia

(1) Se define por los episodios recurriendo de comer de exceso. Una ocasión puede variar entre 5,000 a 20,000 calorías. Una AC que consumió 20,000 calorías en una sola ocasión comió 6 litros de helado, dos cajas de donas, sándwichs de queso...Normalmente las comidas de un episodio de

comer en exceso consisten en botanas, "comidas prohibidas," altas en carbohidratos, como dulces, galletas, helados. ¡Casi no ves a personas comiendo de exceso el brócoli o zanahorias!

Muchas veces planea esta sesión de comer de exceso, y siempre lo hace cuando esta sola.

(2) Emoción intensiva de estar fuera de control caracteriza estos episodios. Es una experiencia aterradoradora, como una pesadilla, así ellas describen sus experiencias. Pero la verdad es que no han perdido todo control, porque si llega una visita, la aconsejada NO continuará con el comer de exceso (o tendría vergüenza).

(3) El otro lado de la bulimia es un tipo de purgar, más comúnmente es el vomitar auto-inducido, a veces el abuso de laxantes o menos común el abuso de diuréticas.

(4) Su meta es el cuerpo perfecto, en contraste, la meta de la anoréxica es ser delgada (y llega a un delgadez que no es atractivo).

Algunas anoréxicas pierden control a veces y comen de exceso, y luego purgan. Por eso se llaman "bulimaréxicas."

Estadísticas (EE/UU)

95% son mujeres

57 - 79% de mujeres Americanas ir de parranda en comer (sin entrar en la práctica de bulimia) por lo menos una vez a la semana.

21% de alumnas de las universidades fueron reportadas a comer de exceso a la semana.

¿Cómo lo pensaríamos bíblicamente? Glotonería. Somos una nación de auto-indulgentes, nos gusta las experiencias de los sentidos, y el comer de exceso es una experiencia de los sentidos.

¿Por que mujeres? Mujeres han sido puestas en una caja en la cultura. Mujeres están atrapado en lo mundano, Satanás es experto en presentar valores falsos que nos seducen. La cultura les dice a mujeres, "Si quieres tener éxito, será aprobado, necesitas 3 cosas: El éxito, las logras, ser delgada" Interesante que mientras la cultura dice esto, el peso de mujeres ha sido incrementando sobre el transcurso de los últimos 20 años. Satanás ambos nos seduce, y una vez que caigamos, ¡nos acusa! ¡Es experto en esto! Somos seducidos: "Esté delgada. Esté bella. Hazte de la última moda..." Los negocios de anuncios son muy astutos en empacar el pecado para que se vea bonito y atractivo.

No se ven estas desordenes de comer en países pobres, donde es una lucha meramente para sobrevivir. Son desordenes de una cultura afluyente.

Prevalencia de bulimia en la población general es 6% Usualmente se asoma en adolescencia entre 6 y 19, PERO la edad promedio en que vienen a la consejería es 24. Es decir que han comiendo de exceso y purgando por un promedio de 5 años antes de venir para consejería. Así que es estos hábitos son muy firmemente establecidos.

Duración de esta conducta: Puede durar toda la vida.

El razonamiento para el purgar:

Las bulímicas suelen estar muy conscientes de sus cuerpos, de su figura. Persiguen el cuerpo perfecto o la figura perfecta. (Pero las anoréxicas persiguen la flaqueza, pues creen que el cuerpo perfecto es el flaco.) Por ej., la bulímica se levanta y piensa, "Voy a tener el cuerpo perfecto. Así voy a hacer dieta" --que quiere decir que no va a comer nada. Pero pasando el día, siente hambrienta, quizás hay otras presiones en su vida, y pierde control y come un montón. Luego siente muy culpable y fea, horrible, y

purgar es comer hacer penitencia por haber comido demasiado. Luego piensa "Mañana será mejor." Y llega a estar en este patrón de ayunar, comer de exceso, purgar, etc. En este contexto, el purgar es la solución del comer de exceso.

Es mi perspectiva que una vez que la persona ha empezado a purgar luego de comer de exceso regularmente resulta que el purgar impulsa el comer de exceso. La razón es que cuando ella empieza comer de exceso, es que ya ha planificado purgar. Piensa "No importa lo que voy a comer, porque lo voy a vomitar después." Se nota que la aconsejada no come de exceso cuando ella está en una situación donde no es posible purgar. El purgar llega a ser la solución al problema de glotonería. Lo que como de exceso no cuenta como glotonería si no lo mantengo en mi cuerpo. El vomitar es una respuesta de escape conveniente.

Por eso, mi meta en consejería es tanto interrumpir el patrón de purgar tanto como prevenir el comer de exceso.

Perspectiva experiencial: ¿Cómo hablan estas personas de su experiencia de estar desordenadas con su comer? Muchas hablan de sentirse incompetente, desvalida, ineficaz, que su vida está fuera de control. Parece que la disciplina severa que hace con su cuerpo (de hacer dieta o ayuno, etc.) apacigua el pánico de sentirse impotente.

Ser aburrido es un sentimiento que se reporta a menudo antes de una ocasión de comer de exceso. Personas piensan de Dios como una maquina que dispensa refrescos: Metimos nuestra moneda, y esperamos que Dios obre. Muchas veces somos consumidores en nuestra vida Cristiana y nos olvidamos de cosas como ser conformado a Cristo en su sufrimiento y 2Cor 4 donde Pablo dice que fue consolado de Dios para que pudiera ofrecer este mismo consuelo a otros.

Las mujeres bulímicas suelen tener una historia con problemas de comer.

Causas involucran responsabilidad, últimamente. Aunque reconocemos estos factores catalíticos, reconocemos también que la persona tiene la responsabilidad de interpretar esas experiencias. Cada experiencia es una experiencia interpretada. Este evento pone al descubierto mi cosmovisión, demuestra si tengo la perspectiva de Dios de la situación, si la veo en y por medio de mi relación con Jesucristo, o se pone a descubierto que actualmente soy mundano, no me veo en Cristo en esta situación. Aún el entorno de la familia es una situación interpretada. La tendencia es ver el niño como alguien pasivo, víctima de los hechos de la familia. Es verdad que un niño puede ser abusado; pero también él responde al abuso, actúa...interpreta... La niña es activa también. Pueden pecar contra ella. Pero está responsable delante de Dios por como responde cuando algo peca contra ella. Estaremos hablando con personas que han sido lastimados en maneras muy serias, de sus heridas, las palabras dañosas que les han dicho, etc. , pero no podemos olvidarnos que Dios dice que siempre seremos responsables, que siempre interpretamos, siempre controlamos nuestras propias reacciones a esos eventos.

No hay una sola influencia. Van a encontrar un factor y pensar, "Aja! Es eso!" A veces un área en la vida de una persona es una fuerza dominante, por ej. la familia. Pero con otra AC la familia es muy buena. Quieres entender la interacción de los factores. Por ej. cada jovencita que tiene una televisión es expuesta a la influencias mundanas que le dicen "Se delgada. Se bella. Se rica..." pero no todas llegan a estar anoréxica. Ser expuesta no automáticamente hace que te encuentres con una desorden de comer. Cada AC que tiene papás que se le comunican, "Solamente te amaremos si eres perfecta" no se torna anoréxica. Pueden responder en otras manera, por ej. pueden rebelar, pueden no destacar. No es una cosa.

Muchos factores trabajan juntos: como se relaciona con su familia, como ve la familia asuntos de apariencias externas, influencias de sus compañeros/as o novios, como responde a las expectativas de la cultura, como es su cuerpo (su forma natural, ¿sube de peso fácilmente por como es su metabolismo?). El metabolismo varia mucho entre personas. Una persona de la misma edad, peso, altura, y nivel de actividad física puede

tener un consumo de alimentos que es doble lo de otra persona. Puede ser que una joven pasa tiempo con amigos que comen muchas botanas sin subir de peso pero ella no puede hacer lo mismo sin subir.

Modelo general para aconsejar anorexia

Te importa saber cuanto a la AC le gusta lo que está haciendo, cuanto peso ha perdido, cuan fragmentada es su personalidad, es decir, si son muy emocional, muy sensible, su capacidad de pensar de sí misma objetivamente. Lo más fragmentado, lo más difícil será aconsejarle. Típicamente dura 3 a 6 meses.

Se sugiere que al principio veas a una persona anoréxica 2 a 3 veces a la semana si es posible.

El sexo del consejero no importa tanto. Es más importante sobre todo que le demuestres la compasión de Cristo y que tengas paciencia con ella. Ella normalmente no quiere estar allí. Eres "el enemigo": quien quiere quitarle de la única cosa que le hace sentirse bien y por eso no le gustarás. Eres aliado con sus papás.

Surgen mucho los temas de poder y control. Las anoréxicas especialmente suelen emplear este comportamiento porque les dé un sentido de poder y control, sin esta conducta, por alguna razón, se sienten como han perdido el control. El hecho que sus padres le han traído para que suba de peso y te toca a ti hacerle subir agravia el problema de control. Instantáneamente eres tu el enemigo. Por eso tienes que tener mucho compasión y esmero para con estas aconsejadas. No estés sorprendido por la hostilidad y la negación....

Anticipa intenciones a socavar la consejería o arruinarla. Te pueden poner a la prueba, probarte por tratarte mal, tentarte rechazarles o abandonarles, para comprobar la perspectiva del mundo con la cual venían: No me aceptan sino que soy perfecta, por ej. Esta conducta te indica de que son algunos de los temas que operan en su vida. Siempre tendrás que guiarles

a Cristo y decirles, "No te abandonaré, te ayudaré, pero no puedo yo solucionar tus problemas adentro, solamente Cristo..."

El proceso de recuperar el peso:

1. Metas de peso: 2 maneras básicamente de decidir que sea:

(a) Estadísticas que dicen cuanto de pesar.

(b) Subir hasta que vuelva a menstruar (Dr. Black opina que esta es más bíblica. Puedes decirle, "Dios te hizo, te dio ese equipo físico y lo hizo funcionar en cierta manera. Abusaste tu cuerpo hasta que ahora no funcione como EL intentó que funcionara. Si quieres conformarte a la voluntad de Dios, entonces tu peso debe ser consistente con la manera en que El te diseñó."

Les cae bien a las aconsejadas la segunda manera (b). Pueden decir de la primera (a), "Algún gordo debe de haber hecho esas estadísticas." También el peso fluctúa de un día al otro. Una meta de un peso específico puede frustrar a tu aconsejada más.

2. Anticipar problemas:

Períodos de pánico:

Una anoréxica empezando un programa de comer más saludable verá un sube de peso de inmediato, y le aterrorizará. Tienes que explicarle que esto es la respuesta normal del cuerpo después de haber sido privado por tanto tiempo, pero no es que va a seguir subiendo tan rápido y sin fin. Tienes que tratar con compasión y respeto su temor. Animarle a seguir.

Hincharse es un problema común: Se puede aliviar por medio de comer menos en cada comida y comer más veces al día. Tu cuerpo funciona mejor si puedes comer menos, más frecuentemente.

El subir de peso generalmente un kilo a la semana, consumiendo al principio 1200 a 1500 calorías diario. Se nota que con anoréxicas pueden ser doble de lo que están consumiendo diario.

Ten precaución: No quieres presentar el hecho de volver a comer mejor como una obra necesaria para lograr el amor de Dios. ¡No quieres fomentar el mismo legalismo que es parte de su problema! Dile: Dios no te puede amar menos que ya te ama. Pero; tampoco puede amarte más que ya te ama!

Importante: necesitas compasión, empatía...por cuán difícil es lo que estás pidiendo que la muchacha haga! Cuan difícil es para una persona tan aterrorizada de estar gorda.

3. La dieta típica debe consistir en 50-60% carbohidratos, 10-20% proteínas,

4. Evitar comidas dietéticas

5. Promover tomar mucha agua

6. Introducir algunas de las "comidas prohibidas." El pensamiento de tales aconsejados se caracteriza por ser blanco y negro: Soy o buena o mala, o tengo control completo o he perdido todo control, o soy bella o soy fea, o soy un éxito o soy un fracaso, así que una comida es buena o es mala

Quieres que ella introduzca sus "comidas prohibidas" en su dieta normal porque quiere quebrantar esta manera de pensar acerca de grupos de comida. El propósito es disminuir la atracción que tienen esas comidas prohibidas para tentarle hacer una parranda de comerlas.

7. Patrones de comer deben ser mecánicos porque al principio tales personas no son muy buenas en controlar sus impulsos. Se sugiere que ella prepare sus comidas en una hora avanzada de la hora de comer. Puede

guardarlas en el congelador. Es para que no llegue a la casa con hambre, y no hallando una comida lista para comer, tome unos Pingüinos en lugar...

8. Enseñarle mantener un Diario de dieta = el meollo de los datos para la consejería de una anoréxica (o una bulímica)

Debe incluir: la fecha, la hora, tipos de comida, cantidades de comida, estado de humor, situación...

Precisa para la aconsejada exactamente lo que quieres. Se sugiere que hagas un ejemplo para darle, o una forma que se puede copiar.

No seas tú responsable para su dieta. Tendrás suficientes otras cosas con que tratar. Otro debe ser responsable de esto, como el doctor, el especialista en nutrición, etc. Esté tú en contacto estrecho con tal persona.

No intentas manipular o amenazar a la persona para que coma. Ni deben intentar forzarle sus papás tampoco. No funciona. Si ella verdaderamente no quiere comer, no comerá. Tienes que depender en el hecho que en algún nivel quiere comer otra vez. Pero sí, puedes advertirle del daño que le hace el vomitar al esófago y a los dientes, a su ciclo de reproducción, etc.

¿Cuándo debes animarle a la aconsejada internarse en el hospital?

Cuando ha perdido 25% o más de su peso

Si hay el riesgo de que se suicide

Cuando hay complicaciones médicas, que el doctor lo determina

Cuando la persona está tan fuera de control, por ej. comiendo hasta exceso y vomitando varias veces al día y ya has intentado con otros recursos

Estructura para el aconsejar a una muchacha que practica la bulimia

2 etapas principales:

Primera: Meta principal de esta etapa: establecer alguna medida de control sobre el comer de la persona.

Con mucha estructura, centrada en el problema, con enfoque en el presente. Ahora, esta persona está atrapada, esclavizada, muchas veces deprimida, desesperada. Puedes ser su última esperanza.

Segunda: exploración general de sus patrones de pensar y de conducta que reflejan su entendimiento de los temas tocadas arriba (familia, apariencia, etc.)

Toda consejería consiste en y se basa en el arrepentimiento y fe, por un lado, y el confiar y obedecer por el otro lado, una vez que hayamos creído. Arrepentirse quiere decir cambiar su manera de pensar de algo de acuerdo con Dios. Tiene que empezar pensar de ello como Dios piensa de ello. Necesita la perspectiva de Dios acerca de ella misma, de otras personas, de la situación, y de Dios. Esto es lo que tenemos que llamarle hacer. Luego de pensar diferente, necesita creer. Luego de creer, sigue obedecer. Obedecer es comportarse en una manera consistente con esta perspectiva correcta de todo. Si la fe salvadora es la fe que produce buenas obras (Santiago 2), en un sentido, todo pecado implica algo de incredulidad. En un sentido, si no obedezco a Dios, estoy diciendo que actualmente no creo lo que profeso. Restos de incredulidad he de ser puestos al descubierto. Y como Giezi, el siervo de Eliseo, la aconsejada necesita tener sus ojos abiertos para ver la realidad (2Reyes 6:17).

1. Conocerle y darle esperanza

Hay mucho auto-odio que acompaña a su conducta de purgar y va a atribuir los mismos sentimientos a ti. Va a asumir que tú también la aborreces.

¿Debes perseguir a alguien que no busca la consejería? En amor, orando primero para que Dios abra un camino a la persona, puede ser efectivo acercarte y ofrecerle ayuda. Unas personas aprecian que te importan. Otras se pueden ofender. Pero hazlo en amor, y confía en Dios.

Algunas sabotean: Esas personas frecuentemente han sido rechazadas en sus vidas, entonces te prueban, crean una situación para tratar forzarte a rechazarlas, así cumpliendo su propia "profecía" acerca de sí misma. (Así pueden pensar, Yo sabía que me iba a rechazar, igual como todos los demás.) O, asumiendo que la vas a rechazar, ¡te rechazará a ti primero! Date cuenta de esto. Abunda el amor de Cristo a esta persona.

2. Informarle de los cambios fisiológicos que le pasa por causa de sus hábitos. También informarle de la ineficaz de purgar con laxantes, masticar sin tragar, vomitar, etc. Puede tener una perspectiva mágica de estas acciones para prevenir que suba de peso. Una aconsejada puede creer que se puede vomitar lo que comió hace dos horas ¡pero casi nada se queda! Tienes que informarle que no funciona, no es manera eficaz de controlar su peso.

3. Establecer patrones normales de comer. Interrumpir el ciclo de comer de exceso-purgar con un plan de comer. Que ella demuestre al consejero que puede mantener un peso normal sin recorrer a ayunar o dietas extremas.

Plan de comer:

(1) 3 a 4 comidas diarias

(2) No más de 3 horas entre comidas

(3) Comer debe tomar prioridad sobre cualquier otra actividad en la vida de ella. Razón: Ella buscará cualquier excusa para no comer, a menos que quiere comer de exceso y purgar. Quieres socavar este idea de que si come regularmente, va a subir de peso hasta estar gorda. Quieres demostrar a

ella que si come en una manera saludable, no será una persona muy gorda y sin control sobre su cuerpo.

(4) Compromiso de no purgar. No puedes socavar la voluntad de la persona. No puedes forzarle no purgar. Puedes ofrecer apoyo y sugerencias de como pone estructura en su entorno, etc., pero últimamente si quiere purgar, lo hará.

Segunda Etapa:

La meta de la consejería: Arrepentimiento y fe. Busca a Cristo para manejar tus dolores, buscar a Cristo cuando pecan contra mí, cuando estoy decepcionado, cuando he fracasado.

Ver a mi misma en unión con Cristo, esto siendo el hecho que define quien soy yo.

Ej. De una mujer llegando a casa de su trabajo. Hay un mensaje en la contestadora dejado por su novio, diciendo que el no puede venir a verla esta noche. Y empieza un serie de reacciones, una cadena de reacciones. Ella probablemente no está consiente de estas reacciones, se caen como dominóes. Lo que quiero hacer como consejero es quitar algunos de estos dominóes. En cualquier ocasión que alguien está bajo estrés, su capacidad de razonar puede ser disminuida. En tales momentos es más fácil para la persona hacer lo que está más acostumbrado hacer. Yo quiero darle una alternativa de como puede pensar de esta situación, para quitar algunos de estos dominóes, para hacer que la persona se pare. Es un poco "artificial" pero hago todo que puedo para parar este proceso "automático." Le doy una tarjeta (o pido que haga una tarjeta) con preguntas para hacerse, textos bíblicos en que meditar. Porque la bulímica no se hace estas preguntas hasta después de haber purgado. No se pregunta "¿Por qué siento mal? ¿Es la cosa más peor del mundo que mi novio no puede venir esta noche?" etc.

1. Evaluar el significado adaptivo de comer de exceso y purgar. ¿Qué logra con comer y purgar? (Ve parte II)

2. ¿Que considera la aconsejada una comida "normal"?

2. Enséñale mantener un diario de los episodios de comer de exceso. ¿Cuáles son los estados de sentimientos que preceden el comer de exceso? ¿Cuáles son los que siguen el comer de exceso? ¿Cuáles fueron las circunstancias? etc.

3. Entender las dinámicas de la familia

4. Explorar los temas bíblicas para desafiar las mentiras y poner al descubierto cualquier legalismo, etc.

PARTE II: Como pensar bíblicamente de alguien con problemas de comer

No hay una sola cuestión que explica completamente la experiencia de alguien así.

Categorías bíblicas que aplican:

1. Ser mundano. Las influencias del mundo afectan a todos nosotros. Por ej. ¿Cuántos estarían dispuestos vivir en un vecindario no deseable, para que le dé más tiempo con su familia?

Nadie escapa.

Influencias de la cultura:

La presión de estar delgada. Las modelos y estrellas son las ideales. La mujer promedio es diferente, y tensión resulta, a la medida que la persona acuda a estas influencias en las medias.

La popularidad de hacer dieta.

El papel de la delgadez en definir a la persona sin duda afecta a adolescentes que son vulnerables y inseguros de sí mismo, quienes llegan a creer que controlar el peso iguala el auto-control, belleza, y éxito. Este tema es lo poderoso en alguien que está de alto riesgo para estar anoréxica.

Valor del éxito. "Eres lo que haces."

Lo que transforma a una persona no son meramente principios bíblicos. Lo que transforma a una persona es una relación con Cristo. Estás guiando a la persona a Cristo, no estás dándole una manera alternativa de organizar su vida. Estamos hablando de la obra del Espíritu Santo en la vida de la persona, y esta obra glorifica a Cristo. Cuando hablas de pensar como el mundo, el remedio es relación con Cristo.

5. El legalismo. Hay presión de ser un éxito, o de ser perfecto, trabajar sin hacer errores, para que nadie le critique. Pero "perfeccionismo" no capta la raíz del problema al nivel del corazón, de la motivación que respalda el perfeccionismo. El término que lo capta mejor es el "legalismo." El legalismo es una manera en que yo pueda lograr tener valor en mí misma, por mi propia cuenta. En lugar de decir que en el evangelio tengo "una justicia ajena" (término de Martín Luther) que ha sido dada a mí, el legalista piensa "Yo puedo ser justa por mi propia cuenta. Yo puedo sentirme bien de mí misma por lo que yo he hecho." Obviamente Satanás es el autor de tal sistema que elimina la necesidad para Cristo.

Para estas muchachas, el legalismo es el buscar la aprobación de otros por medio de actuar, de producir, por medio de control sobre el cuerpo, por hechos de auto-justicia, etc.

3. La Idolatría

Haciendo ídolo del cuerpo. En lugar, ha de temer "a aquel que puede destruir el alma y el cuerpo en el infierno" (Mat 10:28).

Haciendo ídolo del placer físico, o del sentirse bien, o del deseo de evitar experimentar sentimientos desagradables.

El comer en exceso y purgar puede ser reductores de estrés inter-personal y deflectores de sentimientos.

¿Que gana la persona el comer y purgar? ¿Qué función tiene en su vida? ¿Qué beneficio le trae? Muchas veces funciona como un mecanismo "multi-propósito" para manejar o regular sentimientos negativos. Pueden ser sentimientos negativos de depresión, ansiedad, enojo, pérdida, rechazo...La comida o comer de exceso está reemplazando a Cristo como la solución a los problemas de estas personas. Dios creó todo bueno. Comer es un placer. Dios lo hizo sabroso. Pero no fue entendido reemplazar a Cristo. Pablo advierte a los Filipenses de esta placer (la sensación de saborear comida), para que no sean como los "enemigos de la cruz de Cristo, el fin de los cuales será perdición, cuyo dios es el vientre, y cuya gloria es su vergüenza" (Fil. 3:18-19).

Una ocasión de comer de exceso puede funcionar para expresar urges sexuales, para expresar agresión, para experimentar el placer de estar fuera de control o desenfrenada, como has tenido un día difícil y sientes como mereces un premio. Como "Hoy sufrí, necesito un placer..." Para auto-castigar ("hacer penitencia"). Ambos el comer de exceso y el purgar puede ser auto-castigo. El purgar llega a ser la solución para CUALQUIER ocasión cuando ella se siente mal.

4. Renovación. Rom. 12:1-2. ¿Cómo podemos ser renovados?

Mat. 6:33. No eres tu cuerpo.

5. Autoridad vs. Autonomía: La perspectiva de la dependencia vs. la independencia.

Responsabilidad de los papás

Responsabilidad de los hijos

Edad del niño

El lado largo del triángulo representa la cantidad de autoridad, poder, y control y trabajo que uno ejercita. Cuando nace, la persona es completamente dependiente de sus papás, completamente bajo su control. Mientras crece, el triángulo de los papás disminuye y lo del hijo crece. La adolescencia es la etapa en que se tiene que negociar más y más de estos controles. Los papás tienen que rendir más y más del control a la hija para que esta gobierne su propia vida. Entonces no nos debe sorprender que es el periodo cuando se asoma la anorexia.

Últimamente la perspectiva correcta se manifiesta en Gen.3 salir y unir con esposo. Una manera de pensar de la separación es ir de la dependencia a la independencia. Autoridad vs. Autonomía. ¿De que habla Pablo a los Efesios acerca de no provocar a tus hijos? Pienso que trata de asuntos de autoridad, de no ejercitar autoridad inapropiada (egoísta, para su propio bien, no el bien del hijo).

Control impuesto vs. auto-control. Un fruto del Espíritu es auto-control (dominio propio). Cuando el hijo es niño, no tiene control sobre sus impulsos. Los papás tienen que imponer control sobre el, pero con la meta de ayudarlo entrenarlo a lograr auto-control. Muchas veces no pueden controlar a los adolescentes, porque son más grandes de tamaño que los papás! ¡Resulta que los papás tienen autoridad pero no tienen poder!

Padres que dominan a sus hijos o ejercitan control de exceso en maneras inapropiadas pueden tentar a sus hijas a ir por la senda de anorexia. ¿Por que? Quizás porque el cuerpo o su comer es la única cosa que es suya, que realmente puede controlar. Es la única cosa que pertenece a ellas. Y claro que combina con los otros factores mencionados. Entonces padres que dominan a sus hijos en maneras que no son bíblicas son culpables de provocar a sus hijos a la ira (Ef. 6..) Puede influenciar a la hija hacia la anorexia. Pero, otra vez digo que esta influencia no es determinante, es decir, que cada evento es un evento interpretado, y cada hija vive delante de Dios y es responsable por como interpreta sus circunstancias y como responde a ellas. El papá debe saber como soltar las riendas de la vida de su hijo o hija.

Los papás representan a Dios a la hija. Empieza a conocer a Dios por medio de sus papás. A veces una persona tiene idea equivocada de los atributos de Dios por medio de la experiencia que tenía con sus papás. Claro que eventualmente la hija tiene que tratar con Dios, con Cristo personalmente. Pero los papás deben tomar en serio esta responsabilidad a representar a Dios fielmente a sus hijos.

La perspectiva de la soberanía: La soberanía de Dios sobre nosotros es la realidad. Uno tiene que rendirse a El. Y no quiere. Cada problema se base en no creer (a) lo que Dios dice acerca de quien es El, acerca de su carácter o (b) no creer lo que Dios dice acerca de obra ya hecha, o (c) no creer lo que Dios promete. Es decir no creer que Dios es el que dice que es, que ha hecho lo que dice que ha hecho, o que no hará lo que dice que hará. Estos temas se ven en la aconsejada. Piensa "Dios no es bueno. Sus planes no serán para el beneficio mío. No puedo rendirme a El! Va a hacer mi vida peor!" O "Dios no me ama. No puedo creer eso, no puedo confiar en El. Mira lo que ha permitido suceder en mi vida.

En Cristo hay todas las riquezas de Dios. Ro. 8. El que no escatimó a su propio Hijo, ¿no nos dará todas las cosas? Esto es lo que la aconsejada no cree. "No me dará. No puedo someterme a El. Yo tengo que mantener el control."

La aconsejada te presenta esta cuestión de sentir impotente, y su conducta representa el intentar ganar control sobre su vida. Y tú estás tratando presentar a Cristo a ella.

6. Rebeldía o venganza: El comer de exceso y purgar puede ser manera de devolver el daño cuando la hija siente lastimado por su mamá, es tipo de conducta "agresiva-pasiva" (nombre secular que describe la conducta, nada más). Puede ser muy egoísta. Una aconsejada también pasaba mucho tiempo en el baño, en una casa con solamente un baño, causando gran efecto en la vida de la familia. Ella sabía que estaba haciendo. Era una manera de castigar a ellos.

Un ejemplo: una muchacha bulímica. El consejero le hablaba de la gracia de Dios mientras estudiaban Mat. 18 acerca del siervo que no perdonó a su consiervo. Ella hizo la declaración asombradora: "No quiero la gracia de Dios, porque si la recibo, tendré que rendir (abandonar) mi enojo." Ella quiere auto-justificarse.

7. Otros factores relacionado con los deberes de los papás en criar los hijos:

a. Cuestiones de la sabiduría: Proverbios habla de la sabiduría mayormente respecto al futuro. Dice que los papás deben entrenar a sus hijos en la sabiduría para que cuando sean más grandes, sepan que hacer. También dice al hijo que consiga la sabiduría. Deut. 6 también dice que es la responsabilidad de los papás a inculcar sabiduría en el hijo, y es poco el tiempo que tiene para hacerlo. Lo más tiempo que pasa, lo menos autoridad tienen en la vida del hijo.

b. Falta de ser preparadas para ser adultas. Los jóvenes temen estar en el mundo. Piensan que van a ser atropellados por las fuerzas del mundo, porque los papás no les enseñan como estar preparados. Imagina un hijo que llega al mundo sin ningún sentido de competencia o de estar preparado, capacitado para dominar la situación. Si el papá no le ayuda al

hijo desarrollar un sentido de competencia, es más probable que tendrá problemas adelante.

c. Protección de parte de los papás v. la protección divina: Cuando son niños, les toca a los papás protegerlos, pero cuando maduran, tienen que protegerse a ellos mismos por medio de ejercitar la sabiduría, o Dios les protege, pero no les toca a los papás a ti protegerlos más. [Acuérdense del diagrama "Aclarando responsabilidad" que puede ser útil para platicar de estos asuntos.]

d. Individualización: Desarrollar mi identidad ante Dios.

¿Que quiere Dios que sea yo?

¿Es la misma la definición de Dios de quien soy y la definición de mis papás de quien soy? Conflicto sobre poder puede resultar. Lucas 2:49. Jesús sabía el plan de Dios para su vida, y estaba yendo hacia ello. La prueba por los padres: Estoy apreciando mi papel como mayordomo de mis hijos o estoy actuando como dueño? Soy responsable a animarles en el desarrollo de sus dones. Muchas veces los papás de jovencitas con desordenes de comer se portan como dueños.

e. Sus dones o dotes: Cada uno tiene habilidades naturales dadas de Dios y estas convienen con los propósitos de Dios para su vida. Parte del proceso de madurar es descubrir quien soy en Cristo y quien quiere Dios que sea yo. Si los papás impiden esto o lo tuercen en lugar de facilitararlo, es terreno para problemas.

Observaciones:

Anoréxicas y bulímicas expresan confusión acerca de su estado interno, acerca de sus propios pensamientos y sentimientos. Tienen mucha dificultad en identificar y admitir sus sentimientos. Hacerles preguntas acerca de sus sentimientos puede evocar respuestas hostiles que representan su sentido de haber sido invadida. Muchas veces no saben

como se sienten, muchas veces porque les han dicho como deben de sentirse.

“Relaciones telegráficas” Actuar como otros deben saber lo que pienso. No distingue entre ella y el otro.

Más acerca del legalismo:

El legalismo enfoca en lograr la aceptación de otros. ¿Cómo voy a lograr ser aceptado? Una manera es por medio de algo afuera de mí, la justicia de Cristo, y en esto hay libertad. O, voy a ser aprobada (o juzgado) por mis propias obras. Le gusta sentirse justificada por sus obras, pero no le gusta el otro lado de la moneda, el ser condenado por sus errores. El perfeccionismo se asoma aquí. Se siente bien consigo mismo por un tiempo cuando logra la aceptación/aprobación. Pero hay esclavitud en esto, porque una vez que logras la aprobación que quieres no hay ni para ir sino mas abajo. Una vez que logras puros “10s” en tus calificaciones en la escuela, no hay nivel más alto de conseguir, y vives en el temor de perder lo que has logrado. Una familia que demuestra el amor o el afecto condicional promueve este tipo de respuesta. Pero también la cultura puede fomentarlo.

El problema del perfeccionismo no trata de la meta de querer ser perfecto o la cualidad de ser perfecto, es el motivo por querer ser perfecto. Es verdad que Cristo dijo que hagamos todo para la gloria de Dios y sed perfectos como tu Padre es perfecto. Pero lo hacemos en un contexto de libertad del juicio, Ro. 8:1 dice No hay condenación para los que están en Cristo. Hay libertad en servir a Dios por eso, por saber que Dios no nos condena y El mismo suple lo que necesitamos para glorificarle con nuestras vidas. Hacemos buenas obras porque estamos en Cristo, ¡no para que estemos en Cristo! ¡Hay una gran diferencia entre los dos! Otra vez, el evangelio dice que no hay nada que puede hacer que Dios me ama menos, pero también es verdad que no hay nada que puedo hacer para lograr que me ame más. Y el intentarlo, intentar lograr que mis papás me amen más, que Dios me ame más, etc. es esclavitud. .

¿Por que el tema de penitencia o castigo con la bulimia? Porque no creemos a Dios cuando nos dice que a Él le gusta perdonar. ¿Alguna vez has hecho algo muy mal a alguien y le pides perdón y te dice, "Fue nada." No nos gusta. Queremos hacer algo más, como invitarle a comer o algo. Somos mejores en arrepentir que en recibir el perdón. No sentimos perdonado cuando nos dice "te perdono" sino cuando hagamos penitencia. Una bulímica que auto-lastima con purgar o aún cuando se pone en relaciones dañosas, puede estar "haciendo penitencia." Por ej. Una aconsejada tuvo relación sexual con un hombre malo con el propósito de afligirse a sí mismo, para castigarse por su comer y purgar. Se lo dijo al consejero.

La legalista quiere auto-justificarse. El legalismo es el deseo de parase sola. La gracia de Dios es ofensiva, porque la idea de dependencia es ofensiva. No es tan solamente que he estado viviendo como esclavo a mis propias leyes y Dios me ofrece libertad, pero en un sentido me gusta donde estoy. No quiero sacrificar esto aunque me trae aflicciones también. Auto-justicia tiene un papel importante en estos desordenes que muchas veces es pasado por alto. Todos nosotros aut-justificamos. En nuestra carne, nos gusta pensar que podemos auto-justificarnos. Y la única cosa que puede transformar a una persona de alguien auto-justificando en un a persona que desea la gracia, una justicia ajena, es la obra del Espíritu Santo. Esto explica porque algo tan sencillo como el evangelio puede ser tan difícil agarrar para alguien tan comprometido a un estilo de vida y sistema de creencias que son legalísticos. Estamos hablando de la guerra espiritual, de ceguera espiritual. El legalismo es una forma de ceguera espiritual. Es ceguera, pero una ceguera que he apropiado por mi propia voluntad, que escogí. Explicas las riquezas del evangelio y dicen, "Sí, pero..." Siempre "Pero..." es expresión de su rebeldía. Adentro, no quiere que la gracia sea la fuente de su vida.

El otro lado del legalismo es que en escoger ser legalista escojo hacer el papel de Dios, porque escojo el privilegio y el derecho de acusar y juzgar a otras personas. Es el punto de Mat. 18. Si escojo la gracia, rindo el derecho de juzgar, rindo el derecho de demandar la restitución, de vengarme. Esa señora entendió esto, y por eso no quiso la gracia. Quiso juzgar.

El combatir el legalismo, no es meramente darle información a alguien, es poner al descubierto los motivos de su corazón. Para ser libre, tiene que escoger a Cristo, y esto involucra cambios profundos en su vida. Escoger a Cristo quiere decir vivir por la fe, y vivir por la fe quiere decir vivir en dependencia. Es un cambio profundo para muchos, y muchos no lo quieren. Ven el costo, y no lo quieren porque su auto-justicia le vale más. A veces, luego de poner esta cuestión en la mesa, una aconsejada terminará la consejería.

Cuanto tiempo debes seguir con un AC esperando que quiera a Cristo?

Puedes amar a una persona, pero últimamente solamente puedes ofrecerles a Cristo, aconsejarles de tu cosmovisión Cristiano. La luz del evangelio o suaviza el corazón de uno o lo endurece.

Patrones comunes de la familia:

Advertencia: Otra vez le digo que no hay una sola influencia en el desarrollo de estos patrones de comer. Una muchacha anoréxica puede ser de una familia muy buena, donde no se ven estos patrones.

A pesar de esto, el patrón típico es lo siguiente: Apariencia superficial es perfecta, y todos de la familia están comprometidos a mantener esta apariencia. Todos te dirán "No tenemos ningún problema." Pero te das cuenta de los problemas por medio de pasar tiempo con la aconsejada. Verás inconsistencias. Un día tu aconsejada está llorando porque sus papás se discutieron anoche, pero anteriormente te había dicho que ellos no se discuten. Te pueden decir muchas cosas de la familia que no son verdad.

Muchas veces las relaciones en la familia son superficiales. Hay poca expresión de cariño y calidez. No saben como ser íntimos el uno con el otro.

La relación matrimonial: parece bien, pero hay tensión y insatisfacción subyacentes. Muchas veces es un matrimonio sin amor. La mamá o el papá a veces trata de ganar a la hija a su lado, convenciéndole que el otro es malo. Pone a la hija en medio de ellos. Una manera de hacerlo es hacer de la hija un esposo o esposa sustituto. Por ej. La mamá se le comunica "Tu papá no satisface mis necesidades emocionales, voy a depender de ti, serás la persona en que confío, serás mi apoyo emocional." Le habla a la hija de todos sus problemas personales. Le confía de todo, le dice que su papá es malo. He aconsejado a jovencitas de 13 años que saben todos los detalles de la vida sexual entre sus papás porque su mamá se lo confía. A la hija le duele de parte de su mamá. Le quiere ayudar. Y a veces la mamá aprovecha de esto. Es otra manera en que la mamá interfiere con el proceso de madurar y separar de los papás que los hijos tienen que hacer. A la mamá (o al papá) no le importa el desarrollo de su hija, con lo que Dios quiere que sea, sino dice, "Eres mía. Yo te voy a usar para mis propios propósitos, porque no estoy tratando con mis problemas en la manera que Dios quiere. Estás disponible. Serás herramienta par mis propósitos." Ej. De una muchacha que desde niña le decía su mamá que iba a ser un virtuosa del piano. Le ponía en enseñanzas y ensayos de piano de la cantidad como un atleta preparándose para los Olímpicos. Lo hizo porque esto era un deseo de la mamá que fue frustrado. No llegó a ser una pianista experta y quiso que su hija la fuera, quiso vivir vicariamente por ella. A los 12 años la mamá se dio cuenta de que la hija nunca iba a ser excelente con el piano, y ahora tenía también un hijo, y el sí era un niño prodigio con el piano. Así que la mamá abandonó a la hija emocionalmente. Luego volvió a relacionarse con la hija pero solamente para servir al hermano en hacerle a él un virtuoso. Imagínate como le era, ver que tu único propósito en la vida es servir al don de otra persona y cuando ya no le sirva más, eres tirado a la basura.

Un padre o una madre no siente actualizado en su vida, y busca a su hijo/a para lograr sus sueños. Busca "salvación" en su hija. Por eso pone énfasis

en sus logros y en el éxito. Las cuestiones del legalismo y del desarrollo interactúan.

Familias enredadas ("Enmeshed families"), término secular para describir una familia en que los papeles y las responsabilidades son mezclados, confundido, enredados. No hay límites apropiados en las relaciones. La mamá usa la hija en maneras inapropiadas, intenta estorbar la voluntad de Dios para la vida de la hija. No trata con sus propios problemas sino hace su hija la solución de sus problemas.

"Triangulación": El papá o mamá intenta formar una alianza con la hija en contra del otro padre. Es una situación de no ganar. La hija puede responder con intentar ser perfecta. O puede responder con rebeldía si no hay relación entre la obediencia y bendición. Pierdes en cualquier caso.

Si es un patrón de la familia, ha de involucrar toda la familia en la consejería. Pero la familia está invertido en esta dinámica mala, es decir están comprometido a mantenerla porque por medio de ella, logran algo (aunque puede ser nada más que evitar la interrupción del cambio). Puede haber que no quieren cambiar. Pueden sabotear la consejería, por ej. Por medio de hacer muchas excusas por no poder venir a la consejería. No hacer las tareas. Si les confrontas, te dicen, "Solamente estamos aquí porque nuestra hija tiene un problema. Nosotros no tenemos ningún problema. Ni sabemos porque estamos aquí." Es negación de sus problemas o de que su conducta tiene un papel en el problema de su hija. Debes hablarles de la verdad, de todos modos. "Esto es lo que está pasando. Yo lo se, y ustedes lo saben también. Pueden seguir haciéndolo, pero no estás convenciéndonos de lo contrario. Todos sabemos lo que está pasando aquí." Lo llamo "Escupir en su sopa." No puedes cambiar tu

voluntad, solamente Dios puede. Pero puedes quitar el disfraz, desenmascarar la dinámica mala.

Cuando hay en la familia presión para lograr o actuar, esto promueve que la hija se divide entre la persona que es al exterior y la persona que es al interior. Esta es una influencia conducente a recurrir a conducta desordenada de comer .

Los hijos son responsables delante de Dios. Y los padres son responsables para entrenar a sus hijos (Deut.6). 1Juan 4 ("Prueba cada espíritu) y Santiago 3 (los maestros serán sujetos a un juicio más estricto) están en tensión. El pastor es responsable para predicar la Biblia fielmente y los feligreses son responsables a discernir si lo hace fielmente. Igual con los papás. Tienen la responsabilidad única delante de Dios de imitarle a Él en llevar a cabo su papel como padres. Pero también si no lo hace, el hijo es responsable de creer a Dios y no al papá. El hijo puede construir una perspectiva legalista de la situación aunque sus papás viven la gracia y no presentan el leer la Biblia etc. en una manera legalista. Puede hacer esta interpretación sin que los papás la promuevan. (Acuérdate que el único factor necesario para pecar es tener un corazón pecaminoso).

Los papás son mayordomos de los hijos. Pertenecen a Dios. Tus hijos eran creados con la habilidad de escoger la justicia o desobediencia.

La distorsión cognitiva. Anoréxicas y bulímicas tienden pensar en blanco y negro acerca de sus actitudes, sus emociones, etc. Usa esta distorsión para mostrarle a la hija que su vida no es como la de Cristo.

Personalización o egoísmo: Adolescentes piensan que todo el mundo los ve siempre, que todos notan como se ven, como se visten, etc. Puedes

desafiar esta perspectiva que son el centro del universo. Puedes preguntarles de cuantas personas notaron cuando fueron de compras.

Pensamientos mágicas, supersticiones: Usualmente una creencia mágica en una relación de causa y efecto entre eventos que se relacionan. Por ej. pensar que soy chaparro porque amenaza a golpear a mi papá algún día cuando yo creciera.

Observaciones de las personas desordenadas en su comer. Jeff las dividen en 3 categorías:

1. Aquellas con una historia caótica y dominada por impulsas. Tienden hacer muchas cosas impulsivamente y arrepentirse de tales cosas adelante. Falta de auto-control, una cuestión más grande de su comer. Más frecuentemente de una familia con muchos problemas ("disfuncional"). Papás malusan a los hijos, conscientemente o inconscientemente. Emociones fluctúan mucho, más entre enojo y depresión. El tema que controla el enojo o la depresión es lo mismo: como impacta a mí el mundo ahora misma. Enfocado en el presente. No piensan en el futuro. No distingue bien entre ella misma y otros. Muy dependiente, interpersonalmente. Tienen un deseo insaciable de sentirse apreciado, amado, etc. Puedes tratarle bien 23.75 horas del día y si en los últimos minutos no le tratas bien es como nunca le has tratado bien en todo el día. Depende de fuentes externas para controlar su conducta. No tienen auto-control sino depende de otros para que se lo impongan. El modo de pensar de los "pensamientos telegráficos," es decir, creer que puedes leer mis pensamientos.

2. Personas moderadas. Son sumisas y obedientes exteriormente, pero muy difícil a conocerles. Después de semanas sientes como no las conoces. Reportan una separación de sus papás prematura por alguna razón. Su mamá ha dejado actuar como mamá en ser protector y guía. Fuerza a la hija hacia la independencia prematura. La hija empieza creer "Soy buena solamente si hago toda estas cosas. Si tomo responsabilidad." Con el desorden de comer la hija rompe la perspectiva que los papás tienen de

ella. Los papás dirán, "No entendemos. Siempre ha sido buena muchacha. No nos ha dado ningún problema hasta ahora." De repente ha interrumpido nuestro estilo de vivir. Una división empieza en que la hija se siente como dos personas diferentes, una que está en control, competente, la buena alumna, la ayudante perfecta, etc. y otra que siente necesitada, confundida, y fuera de control. Un patrón de desear-temer. Desea que alguien se identifique con ella y responda a sus necesidades percibidas. Por el otro lado, teme de que si permite que alguien vea este aspecto necesitado y dependiente de ella, se derrotará su auto-imagen de ser perfecta que ha cultivado resultado de esta conducta prematura. En la consejería, empieza acercarse a ti, y luego, se para. Este es el legalismo, es tener una perspectiva de ti misma que no está dependiente de la gracia. Quien soy depende de que puedo hacer, si lo puedo hacer bien. Si te muestro que soy necesitado, este interrumpe mi auto-justicia. La muchacha es ambos víctima y una que victimiza a otra. Es decir, es víctima de sí misma, porque está escogiendo las tinieblas (si ella escucha el evangelio). Escoge ser visto de la perspectiva de sus propias obras. Ha de predicarles de Cristo.

3. Intacta. Parecen más estables. Sus patrones de comer desordenados parecen más adaptivos. Por ej. Con la bulimia y la ansiedad, "No sé como manejar mi ansiedad en la manera de Fil. 4, entonces voy a comer de exceso y luego vomitar." Con estas personas tengo más éxito en darles consejo.

Conclusión

Desde una perspectiva bíblica no hay nada rara en una persona desordenada en su comer, porque solamente ha encontrado una manera diferente de manejar las mismas cuestiones de idolatría, legalismo, negación de la gracia, temor acerca del carácter de Dios...son aspectos de los temas común de todo problema, es la naturaleza del pecado que es común al hombre. No ves nada más que una manera única de negar al evangelio, una manera que se desarrolla o se manifiesta en un variedad de formas. Las Escrituras proveen un grupo de lentes poderosos que puedes usar con tu aconsejado. Tú provees los lentes, pero el Espíritu Santo produce el fruto. Por eso, debes orar mucho por ellos. Son ciegos. Ora que

el Espíritu Santo abra sus ojos para mostrarles que es la realidad, que es la verdad. La realidad es el evangelio.

Testimonios y cartas de aconsejadas

Viñeta ilustrando el tema de penitencia:

No estoy segura porque estoy enojada ahora. Tomé una galleta, y me dije que no era nada malo en esto, aunque no lo creo. Estoy enojado conmigo mismo por disfrutar comida. Estoy enojado con Dios por haber hecho comida, y estoy enojado con la comida por existir. Comida es un problema grande para mí, y en mi manera de pensar, si algo es un problema, ha de quitártelo. Pero no lo puedo hacer. Tengo que comer diario. Nadie me puede hacer pararme, tengo que hacerlo yo misma. Esto me enoja. Yo quiero que algo o alguien me haga pararme, que me lastime si no me paro. Mi novio discernió que algo andaba mal. Puso su mano con ternura en mi pierna y me preguntó, "¿Estás bien?" No quiero que esté tierno conmigo. Debe ser duro y brusco conmigo.

Una carta de una aconsejada anoréxica:

Querida Mamá,

Me gustaría que estuviéramos estrechas. Me gustaría que pudiésemos pasar tiempo juntas, pero supongo que siento que si doy un poco de mi misma, tomarás todo, como no puedo ser ambos tu hija y la novia de Juan al mismo tiempo. Es una cosa que me mantiene distanciada de tí. Estoy enojada contigo, estoy enojada porque jamás me dejabas desarrollar a ser yo. Tenías tus ideas de quien era yo, y tratabas hacerme conformar a aquellas ideas. Me decías que me gustaban las muñecas y que no me gustaban los deportes ni los muchachos. Hablabas por mí. Estabas tan cierta de que me conocías, de que sabías quien era yo, que no tuve la oportunidad de desarrollar mi propia personalidad. Siento vacía a veces, como justo nada, nadie. Siento como me envolviste apretadamente en un

capullo de lo que querías que fuera yo, y no puedo escapar. Pero no intentabas a conocerme a mí. Todavía haces eso.

(Esto era un ejemplo de provocar a la hija a la ira)

Una carta de una aconsejada bulímica a su consejero:

“Lo peor de lo que dijiste en la última sesión es que es verdad: Yo actúo o desempeño un papel 24 horas al día. En las últimas semanas he hecho alguna introspección, pero quizás no tanto como debí de haber hecho...[date cuenta de la énfasis en lograr hazañas o obrar aquí]. Pero usualmente me perturba y lloro cuando pienso en esto tanto. He estado viendo como me relaciono con personas y con Dios, y en la mayoría de las ocasiones estoy tratando complacerles, en temor, temor de que yo no haya trabajado suficiente ardientemente, temor de no recibir la reacción que quise. Lo que me aterroriza más es que no se como no ‘actuar’.” [Esta es la verdad de todos mis aconsejadas con desordenes de comer.] No sé como vivir por la gracia. No sé que quiere decir eso, o como se ve.

Solamente sé que Jesús murió por mí...pero yo tengo que complacer a personas para vivir. Placerles a la familia, a Dios, etc. No se como vivir en ninguna otra manera. El concepto casi involucrar un completo de mi personalidad, acciones, sentimientos...todo. Me siento completamente perdida y amedrentada horriblemente al mero pensamiento de no actuar. [¡Que esclavitud!] No me siento cómoda con nadie, ni siquiera con Dios, para no actuar.”

Módulo 6:

Pecados sexuales y sus consecuencias

Objetivos

- El consejero conocerá *a grosso modo* los pecados sexuales de lascivia, adicción a la pornografía, y fornicación; y sus respectivas consecuencias lógicas.
- El consejero conocerá como abordar un pecado sexual en la vida de un joven.

Síntesis Temática

¿Por qué los adolescentes y jóvenes caen tanto en problemas sexuales? Por un lado, la adolescencia es una etapa de despertar sexual, sus hormonas están trabajando al máximo produciendo cambios importantes en sus vidas. Por otra parte, estamos en una sociedad obsesionada con el sexo, que toma la sexualidad con una liberalidad increíble; nuestros jóvenes están rodeados de sexo y malos conceptos sobre este; los medios de comunicación, especialmente la televisión y el Internet han colaborado en la degradación de los valores con respecto a la sexualidad, provocando daños increíbles en las actitudes y conductas en la juventud. Por esto, no es extraño que muchos de ellos al no estar preparados para estos cambios y para contrarrestar los continuos ataques que los bombardean, caigan ante sus impulsos sexuales entrando en conductas pecaminosas y aberraciones sexuales.

Entre los distintos pecados sexuales podemos citar:

- La lascivia
- La adicción a la pornografía
- La masturbación
- La fornicación y sus consecuencias (embarazo, aborto, enfermedades venéreas, etc.)

- Las parafilias (homosexualismo, lesbianismo, bestialismo o zoofilia, voyeurismo, etc.)

En otro curso tocaremos los temas de la masturbación y las parafilias; en este módulo, enfocaremos lo que es la lascivia, la adicción a la pornografía y la fornicación y sus consecuencias.

Actividades

- Lea el artículo de Jaime Morales Herrera, *La adicción a la pornografía*¹⁰, y conteste las siguientes preguntas.
 1. Defina las siguientes conceptos: pornografía hardcore, pornografía softcore, y hentai.
 2. Mencione los cuatro patrones de relatos de pedofilia citados por el Dr. Carricart.
 3. Cite el efecto de la pornografía que más le llamó la atención, explique ¿Por qué?.
 4. Cite las recomendaciones pastorales que da Morales
- Contesta en el foro en línea ¿Está usted de acuerdo con que se enseñe sobre métodos anticonceptivos en la iglesia? ¿Por qué?. Si estas llevando el curso en forma presencial, comenta la respuesta con sus compañeros.
- Haz una lista de las diferentes enfermedades venéreas dando una definición sencilla de cada una de ellas.
- Lee el artículo publicado en la revista *Apuntes Pastorales* titulado *Codicia sexual, la guerra interior*. Haz un comentario en unos cuantos reglones acerca de tu reacción ante esa lectura. Puedes encontrar este artículo en el siguiente vínculo:

<http://www.desarrollocristiano.com/webapp/articulos/despliegue.cfm?id=208>
- Lee detenidamente el estudio de caso presentado a continuación y haz una lista de las posibles opciones que tiene Lucía a la hora de decidir que hacer (Aún incluye las que resultan pecado, y márcalas como tales).

¹⁰ http://www.paralideres.org/pages/page_1338.asp

"Lucía siempre fue una de las mejores alumnas de su clase. Tenía una personalidad encantadora y destacaba como líder nata en su colegio, barrio e iglesia; lo que hizo que llamará mucho la atención de los muchachos. Había tenido entre los 12 y 15 años dos novios "formales", claro a escondidas de sus papás, los cuales no le permitían tener novio sino hasta salir del colegio. Con su tercer novio, llamado Jorge, él cual tuvo a los diecisiete años, las cosas iban muy rápido, y en una ocasión se dejaron llevar por el deseo, y no pudiendo detenerse tuvieron relaciones sexuales. Acababa de ganar con holgura el examen de admisión del Instituto Tecnológico para entrar a estudiar la carrera de biotecnología y todo el mundo la felicitaba. Pero, mientras sus amigos planeaban asistir al campamento de la iglesia, ella se empezaba a sentir sumamente angustiada. Como era de esperarse se asustó al darse cuenta del atraso menstrual; aunque no se había hecho la prueba de embarazo presentía que estaba embarazada. Al fin tomó fuerzas y se hizo la prueba de embarazo, al observar el resultado se desmayó..."

La Adicción a la Pornografía

Por Jaime Morales Herrera

Introducción

El Dr. Jeff Olson en su libro *Cuando la mirada de un hombre se desvía* nos dice lo siguiente:

"La comunidad cristiana por lo general no admite cuán extendido es el uso de material sexualmente explícito dentro de su propio grupo. Sin embargo, la verdad es que una multitud de hombres cristianos, jóvenes y viejos, y de todos los antecedentes de la vida, miran pornografía regularmente. No todos los hombres que han mirado pornografía son adictos a ella, pero muchos sí. Y cualquiera que le eche un vistazo casual, o que incluso se tope con ella accidentalmente, está en peligro de volverse adicto. Trágicamente, la mayoría de los hombres no admiten el problema hasta que están atrapados. Algunos creen tontamente que tienen control sobre el problema.¹¹"

Nuestros adolescentes no están exentos de esta tentación, y muchos de ellos podrían convertirse en adictos a la pornografía; más si contamos con la accesibilidad que tiene hoy en día la red de Internet. Por esto, todo líder de jóvenes debe hacer buena labor preventiva en relación al tema y estar preparado para atender a un joven que haya caído en esta esclavitud pecaminosa.

Definición de pornografía

"La pornografía es cualquier material escrito o visual que presente desnudez y/o actividad sexualmente explícita con el propósito de causar excitación sexual"¹².

Tipos de pornografía

¹¹ Olson, Jeff. *Cuando la mirada de un hombre se desvía*. Michigan: RBC Ministries, 2000, p. 3.

¹² *Ibíd*, p. 4.

La pornografía puede ser clasificada en softcore (suave) y hardcore (dura), la primera incluye solo imágenes de desnudos, la segunda actividad sexual explícita en diferentes categorías incluyendo algunas que son ilegales en la mayoría de los países occidentales. Un muchacho puede empezar observando pornografía softcore e ir progresivamente queriendo pornografía más fuerte, incluyendo sexo oral, sexo con animales, sexo con niños, sexo grupal, relaciones lésbicas y homosexuales, etc. Esto puede inducir fácilmente al observador de pornografía a una parafilia o violaciones u otros tipos de abusos sexuales.

Hay diferentes formas de transmisión de pornografía, las más conocidas son revistas y videos producidas con este fin; estas dos categorías también pueden ser encontradas fácilmente en la red de Internet (en websites, groups y chats), inclusive gratis.

Uno de los contenidos más peligrosos es la pornografía escrita, estos relatos estimulan la fantasía sexual de quién los lee y dar rienda suelta a su imaginación. El Dr. Oscar Mario Carricart en un artículo titulado *Pornografía Infantil en la red, lagunas en nuestra legislación*¹³, cita como ejemplo cuatro patrones que se dan en los relatos pornográficos relacionados con la pedofilia.

"El menor seduce al adulto. Es el más frecuente y en el 90% de los casos se trata de una niña adolescente y un hombre maduro. Dicha niña provoca al adulto para aprender o para perder su indeseada virginidad. De este modo se narran relaciones aberrantes entre una niña de 9 años y un hombre casado. Un caso de este tipo puede ser el titulado "Soy una golfa" aparecido en un sitio web de supuesta procedencia española dado el lenguaje utilizado. En el mismo se escribe como una niña de 9 años es iniciada en las prácticas lésbicas por su prima, para a continuación mantener su primera relación sexual plena en un "menage a trois" con el hermano de esta su primo. Acto seguido pasa la noche en la cama de su hermana mayor y su cuñado, "para no tener miedo". Después de presenciar como la

pareja hace el amor, aprovecha que su hermana va a la cocina a preparar el desayuno para seducir a su cuñado con el que mantendrá relaciones periódicas con el consentimiento de su hermana. La primera parte del texto describe la ingenuidad de la niña que desconoce todo lo relativo al sexo. Se incluye una autodescripción física para dejar bien claro que a sus 9 años no le había llegado el menor desarrollo. Observa a perros y caballos realizando la cópula y lee revistas pornográficas junto a sus primos. A lo largo del relato la niña pierde la virginidad y es sodomizada. En ningún momento se describe una sensación de dolor o duda, o algún tipo de reparo por las constantes relaciones sexuales con sus familiares. Esta supuesta cybernauta nos relata sus supuestas experiencias de niña presentando lo que consideraríamos un hecho aberrante como algo natural, normal, placentero, indoloro y sin secuelas para la niña. Y una vez descrito esto es inevitable el preguntarnos ¿Cómo puede influir el contenido de tales relatos en lectores con una inclinación pederasta? ¿Pueden sentirse animados a llevar a la práctica sus fantasías?.

También abundan los relatos de la alumna que busca desesperadamente tener relaciones con su profesor, hasta lograrlo.

La mayoría de los relatos responden a este primer patrón por dos motivos: muchos prefieren a la figura de la devoradora de hombres, o a la ninfómana, que a la mujer equilibrada que es capaz de decir NO y mantener una sexualidad controlada. Y en segundo lugar, el hecho de que sea la niña o adolescente la que provoca al hombre adulto, les permite liberarse de un posible sentimiento de abuso o culpabilidad.

El adulto seduce al menor. Este argumento es empleado aún con mucho menos frecuencia que el anterior y resulta aún más peligroso. Se tramite la idea al lector de ¡Digo NO cuando quiero decir SI!, tópico estúpido tradicionalmente empleado para describir el

¹³ <http://www.lexpenal.com/Archivos/publicaciones/carricart1.htm>

comportamiento de las mujeres. Aquí se incita al adulto a actuar aunque no exista una provocación previa. Si ya es enfermizo el pensar que los niños y niñas provocan a los adultos para mantener relaciones sexuales con ellos, el pensar que lo buscan aún cuando se niegan o lo provocan resulta verdaderamente criminal. Cuando un adulto pedófilo, se aficiona a los relatos de ex menores, que confiesan haber disfrutado de niños en prácticas con sus mayores aún siendo forzados a ello ¿Cómo influye esto en su conducta? ¿Se puede sentir animado a realizar sus fantasías?

Relaciones entre menores. Es un argumento menos explotado que los anteriores. Normalmente se entremezclan los niños de mismas edades, y en ocasiones se llegan a describir situaciones que son físicamente imposibles.

Relaciones incestuosas. Como era de esperar, el tema del incesto es empleado con regularidad por este tipo de sitios. La finalidad es evidentemente provocar excitación en sus lectores presentando como algo natural y deseable la práctica de relaciones sexuales con los propios hijos, hijas, hermanos o padres. Por supuesto nunca se hace referencia a las consecuencias que ello puede acarrear, ni se mencionan las secuelas de todo tipo que dejaría en la propia hija/o, hermano/a o menor".

Otro tipo de pornografía que está tomando relevancia es el llamado *hentai* asociado al animé o al manga japonés; pero que está extendiéndose al dibujo animado occidental. Estos utilizan el dibujo para escenificar relaciones y en caso de ser un cómic el texto se utiliza para describir con lujo de detalles la situación. Nuevamente, se presta para aberraciones sexuales, debido a que fácilmente se puede dibujar una relación sexual adulto-niño, hombre-hombre, mujer-monstruo (son famosos en esta área los monstruos con tentáculos que con ellos "toquetean" y penetran a las mujeres), hermano-hermana, madre-hijo, etc.; muchas de ellas con violencia constituyéndose en imágenes de violación. Las protagonistas suelen ser niñas de trenzas, rostro angelical y uniforme escolar.

Causas de la pornografía

Entre algunas causas de la adicción a la pornografía podemos citar:

- Curiosidad
- La obsesión por el sexo en la cultura moderna
- La fácil estimulación visual en los varones
- Haber despertado sexualmente en forma prematura ya sea por exposición visual o por abuso
- Alivio sexual que se requiere como una droga

Efectos de la pornografía

Entre algunos de los peligros de la pornografía podemos citar¹⁴:

- Separa el sexo del amor y del compromiso
- Las personas que la ven pueden volverse adictos sexuales
- Las personas que lo ven pueden volverse propensas a parafilias
- Puede conducir a las personas a violaciones y abuso sexual infantil.
- Minimiza la violación, el abuso, el incesto y otras conductas sexuales haciéndolas parecer cotidianas.
- Degrada a la mujer, deshumanizándola, al convertirla en objeto de placer sexual para el hombre.
- Por lo general muestra cuerpos esculturales, lo que provoca la sensación de tener un cuerpo inadecuado o desagradable; o de que la futura(o) esposa(o) lo tiene. Ej. Un varón puede sentirse desanimado porque su pene no tiene 20cm de largo o más, como aparecen normalmente en los relatos pornográficos.
- Reduce la humanidad a la categoría de "animal copulando".
- Es materia prima para la masturbación compulsiva pecaminosa.
- Refuerza el hábito de crear fantasías sexuales con conocidos(as) en las mentes de las personas.

Respuesta pastoral

La labor preventiva del líder de jóvenes es clara en este caso. Si es bien sabido que los adolescentes de todas las épocas han tenido curiosidad de ver lo que no conocen y lo que se vive en la intimidad; entonces, es

¹⁴ Algunos son tomados literalmente del libro, *Juventud en Extasis 2*, de Carlos Cuactémoc Sánchez, México: Ediciones Selectas Diamante, 1997.

menester dar una excelente educación sexual, incluyendo hablar cautelosa y claramente sobre el tema de la pornografía, y no que su educación en el área de la sexualidad sea dada por material pornográfico. Hay que enseñarles como deben reaccionar si son expuestos a este tipo de material ya sea accidentalmente o por sus amigos, para que no sean llevados por la curiosidad y la concupiscencia. Se tiene que estar cerca de los muchachos para que estos tengan suficiente confianza para contarnos si se están pasando revistas o videos pornográficos en el colegio; o si ellos están siendo tentados en esa área.

Debemos aconsejar a los padres en el uso de métodos para controlar el uso de Internet en su casa (bloqueadores de web, manejo de password, etc.), para que los jóvenes no tengan la tentación a su alcance. Una forma fácil de saber si una computadora ha sido usada para ver imágenes pornográficas es revisar los archivos en el caché del navegador (especialmente los jpeg y los gif).

Por último recomiendo que un líder de jóvenes debe estar preparado para aconsejar a un muchacho que busca ayuda en este aspecto, además debe saber cuando remitir a un especialista sobretodo si el problema ha degenerado en una parafilia. Para esto recomiendo una lectura del capítulo 27 del libro de Josh McDowell y Bob Hostetler: *Manual para Consejeros de Jóvenes*, un libro que no debe faltar en la biblioteca de alguien que ha sido llamado por Dios a ministrar a adolescentes y jóvenes.

Módulo 7:

Violencia y Abuso Infanto-Juvenil

Objetivos

- Tomar conciencia de la realidad de las problemáticas de abuso a menores, aún en ambientes cristianos y eclesiales.
- Conocer *a grosso modo* las diferentes formas de abuso que pueden darse en un menor de edad.
- Incentivar al alumno a estudiar más profundamente las diferentes situaciones de abuso que se pueden dar con menores.
- Identificar medidas que puede tomar un consejero al darse cuenta que se ha dado o se está dando una situación con uno de sus muchachos o una de sus muchachas.

Síntesis Temática

El tema del abuso no es algo nuevo en la sociedad, a través de la historia los menores de edad han sido objeto de las manifestaciones más variadas de violencia. La cultura ha promovido el castigo físico como forma de disciplina, ha hecho que se oculten los abusos sexuales en los hogares debido a la vergüenza que provocan guardándose como "secreto de familia", y en sí ha vendido la idea de que los hijos les pertenecen a sus padres y estos tienen el poder de hacer con ellos como mejor les parezca; algo que va contrario a los preceptos bíblicos, los hijos al único que pertenecen es a Dios y no a los padres, los padres son simples administradores del pacto divino en la vida de sus hijos.

Gracias a Dios, en los últimos años, sobretodo en Occidente, el creciente número de denuncias de malos tratos infantiles ha llevado a los gobiernos a aprobar leyes que pueden identificar, registrar y tratar este tipo de casos, y cada vez se está buscando una mejor campaña de prevención en escuelas, iglesias y medios de comunicación.

Pero, ¿Qué es abuso infantil? El abuso infantil puede ser definido como toda conducta que se origina en una relación de poder que lesione los derechos de las personas menores de edad. Esta relación de poder puede surgir por medio de la diferencia de fuerza, edad, conocimiento o autoridad entre el agresor y la víctima.

Hay diferentes tipos de abuso:

- Abuso físico: cuando se daña al menor en forma intencional provocando lesiones externas o internas (contusiones, hematomas, fracturas, quemaduras, etc.)
- Abuso emocional: se refiere a acciones u omisiones que dañan la autoestima o el desarrollo de un menor de edad. Incluye insultos, ridiculizar, rechazo, manipulación, explotación, comparaciones, tener expectativas irreales, etc.
- Abuso por descuido: se refiere a acciones u omisiones de los padres o tutores, donde no satisfacen sus necesidades básicas teniendo la posibilidad de hacerlo. Con esto nos referimos a protección, alimentación, cuidado higiénico, vestido, educación, atención médica o supervisión. La forma más común de este tipo de abuso es el abandono.
- Abuso sexual: Es aquel en que se involucra a un menor en una actividad de contenido sexual que propicia su victimización y de la que el ofensor obtiene gratificación. Incluye abusos deshonestos, exhibicionismo, acoso sexual, exposición o participación en pornografía, prostitución, sexo oral, sodomía, penetración genital o anal con un objeto, violación e incesto.
- Abuso ritual satánico (ARS): Es cuando un niño ha sido involucrado en rituales satánicos u ocultistas. Puede incluir otras formas de abuso como el sexual, físico y emocional.

A continuación cito una sección del libro del Dr. Ed Murphy, *Manual de Guerra Espiritual*, libro que contiene como tesis la existencia de una correlación entre la demonización y el abuso de niños, una tesis con la que

no estoy acorde, pero que presenta algunas verdades que no deben ser tomadas a la ligera.

"La suposición casi universal de que los verdaderos creyentes no abusan de los niños es falsa. Un investigador cristiano amigo me dijo que hay un número desproporcionado de creyentes culpables de abuso infantil, incluso de sus propios hijos. Dicho abuso abarca lo psicológico, lo físico y lo sexual.

Steve, ejecutivo de una misión, me contó de un caso destacado de abuso infantil entre cristianos en el cual había tenido que intervenir siendo director de una de las escuelas misioneras más grandes de África.

Una niña había intentado suicidarse sin éxito y como consejero experimentado Steve llegó a tener ciertas sospechas al investigar algunos de los acontecimientos que habían rodeado el caso. Comprendió que de aquella manera la adolescente había lanzado un confuso grito de socorro. Una vez lograda su confianza, Steve empezó a indagar sobre su vida familiar.

Evasiva en un primer momento, la chica terminó por fin con lo que ocultaba y dijo sollozando: «Me odio. No merezco vivir. Estoy sucia. Tengo que aceptar ser utilizada sexualmente por mi padre cada vez que me desea».

Su padre había abusado de ella desde la niñez. La chica no recordaba haber estado nunca libre de esa utilización sexual. Sin embargo, lo peor había ocurrido durante los años más recientes: tenía que ofrecerse voluntariamente para evitar que el hombre abusara de sus hermanas más pequeñas. El odio que sentía por su padre sólo era superado por el que se prodigaba a sí misma por el hecho de entregarse a él como si fuera su amante.

«¡Lo odio! ¡Me odio!», dijo de súbito, «¡Quiero morir! ¡No puedo soportar más este infierno emocional!»

Steve dispuso un encuentro con el padre de la chica, un misionero evangélico y al confrontarlo con las acusaciones de su hija las negó rotundamente. Steve hizo caso omiso de su negación y siguió insistiendo hasta que el padre, al fin, lo admitió todo. ¿Y qué explicación dio de su inmoralidad sexual?

«Tengo la responsabilidad de enseñar a mis hijas acerca del sexo», dijo, «y en vez de dejar que lo aprendan de otros prefiero instruir las yo. ¿Qué mejor manera que ser amadas sexualmente por su padre?»

Steve tuvo la desagradable responsabilidad de informar de aquel abuso tanto a la misión como a la policía. Las tres chicas fueron separadas de su familia. Al hombre y a su esposa los enviaron de vuelta a los Estados Unidos deshonrados. Aquel hombre no sólo cometió incesto, sino que quizás fuera también un adicto sexual, ya que al parecer quería sexo en todo momento".¹⁵

Así como Steve tuvo la desagradable responsabilidad de informar de aquel abuso, nosotros como creyentes que seguimos las leyes del país (y también las divinas) tenemos la responsabilidad de denunciar estos casos que violan los derechos de los menores de edad; aún cuando sabemos que puede tener repercusiones en nuestras vidas, pero, ¿Quién dijo que ser cristiano era fácil? Y más si se está en una posición de servicio, esto es parte de la cruz que debemos de llevar al seguir al Maestro.

Actividades

- Averigua si tu iglesia local o denominación tiene alguna política en caso de que se dé un abuso sexual en la congregación. Expone tu respuesta al grupo (en caso de ser presencial), sino pon tu respuesta en el foro (en caso de llevarse on-line).

15 Murphy, Dr. Ed, *Manual de Guerra Espiritual*, (Nashville, TN: Editorial Caribe Inc.) 2000, © 1994.

- Investiga lo que dice la ley de tu país sobre los distintos tipos de abuso, e investiga los números de teléfono de las instituciones donde se pueda denunciar la violación de los derechos de los menores.
- Si se está llevando el curso en forma presencial, en grupos pueden exponer sobre formas específicas de abuso (físico, por descuido, emocional, sexual, etc.). Si llevas el curso on-line entonces haz un informe de 3 páginas sobre abuso físico, emocional o por descuido.