ATH
DESDE 1973
Asociación Teológica Hispana

EL ARTE DEL

ACOMPAÑAMIENTO

Comprender con profundidad, acompañar con responsabilidad y servir con sabiduría

ATH Conferencia annual 2026

Pablo Anabalon, Psy.D

PREGUNTA PRINCIPAL

¿Cómo pueden las iglesias, instituciones educativas y comunidades cristianas acompañar integralmente a las personas y contribuir a procesos auténticos de formación y transformación?

PROPÓSITO GENERAL

Fortalecer la capacidad de líderes, docentes, pastores e instituciones cristianas para comprender integralmente a las personas, acompañarlas con responsabilidad y contribuir a procesos de formación y transformación personal, comunitaria e institucional.

TESIS CENTRAL

El acompañamiento cristiano no consiste únicamente en ofrecer ayuda durante una crisis, transmitir conocimientos o corregir conductas.

Es una práctica teológica, relacional, formativa y ética mediante la cual entramos responsablemente en la historia de una persona, discernimos con ella la acción de Dios y contribuimos a su formación integral dentro de una comunidad.

COMPRENDER

Comprender: evita que acompañemos desde prejuicios, simplificaciones o diagnósticos apresurados.

ATH
Asociación Teológica Hispana

¿A QUIÉN ESTAMOS ACOMPAÑANDO?

Antropología bíblica:

- Creados a su imagen
- Seres caídos (Pecado original)
- Redimidos
- Destino final

CREADOS A SU IMAGEN

1. Dignidad inviolable e intrínseca

2. Identidad relacional y comunitaria

3. Vocación representativa y mayordomía (Dominio responsable)

4. Capacidad moral, espiritual y racional

CAÍDOS

Cuatro separaciones:

- Dios
- Naturaleza
- Otros
- Si mismo

Enfermedades en este contexto

REDIMIDOS

Juan 10:10

10 El ladrón no viene más que a robar, matar y destruir; yo he venido para que tengan vida, y la tengan en abundancia.

DESTINO FINAL

Orientación al futuro

Una perspectiva de esperanza

INTEGRACIÓN DE PSICOLOGÍA Y TEOLOGÍA

Implicaciones:

- Dignidad humana e imagen de Dios.
- Integralidad de la persona: cuerpo, mente, afectividad, espiritualidad y relaciones.
- Identidad, historia personal y contexto cultural.
- Entendiendo el Desarrollo humano: Trauma y resilencia

MENTAL HEALTH

A Guide for Faith Leaders

American Psychiatric Association
2024

https://www.apaf.org/getmedia/fa00989b-dc0b-4b17-ac3e-f2b37bae2a98/9-13-24-Faith-Guide-Pages.pdf

PREGUNTA

¿Estamos acompañando a personas reales o a versiones idealizadas de cómo creemos que deberían ser?

ACOMPAÑAR

Acompañar: convierte la comprensión en una presencia relacional, ética y responsable.

Presencia, discernimiento y responsabilidad en la historia del otro

Presencia, escucha profunda, empatía y compasión.

Hospitalidad y discernimiento como prácticas teológicas.

Crisis, duelo, trauma y procesos de restauración.

Autoridad pastoral, confidencialidad, consentimiento y relaciones de poder.

Competencias, límites, colaboración y derivación profesional.

Cuidado del acompañante y sostenibilidad de las relaciones de ayuda.

ACCESO A LA SALUD MENTAL

“Los adultos hispanos en Estados Unidos enfrentan una brecha significativa en el acceso a la salud mental: solo entre el 34% y el 35% de quienes padecen una condición reciben tratamiento profesional, en comparación con un promedio nacional del 46%”. NAMI

IGLESIAS Y SALUD MENTAL

“Las iglesias y los líderes religiosos hispanos funcionan como un puente de confianza fundamental para el acceso a la salud mental, especialmente debido al estigma cultural que rodea a estos padecimientos. Encuestas de la Asociación Americana de Psiquiatría (APA) indican que el 57% de los adultos creyentes acudiría primeramente a un líder religioso ante problemas de salud mental, y el 68% buscaría atención profesional si su líder se la recomienda” (Psychiatry.org)

PRINCIPIOS DE CONSEJERÍA PARA EL ACOMPAÑAMIENTO PASTORAL

ATH
Asociación Teológica Hispana

ESTABLECIENDO EL MARCO DE LA RELACIÓN

Entendimiento mutuo

Establecer un objetivo

Un marco de tiempo

ETAPAS DEL CAMBIO



ENTREVISTA MOTIVACIONAL

Es un acercamiento en consejería que implica un estilo directivo, centrado en la persona para elicitar conductas de cambio para explorar y resolver ambivalencia

CUATRO PRINCIPIOS

Expresa empatía

Desarrolla discrepancias

No confronta las resistencias

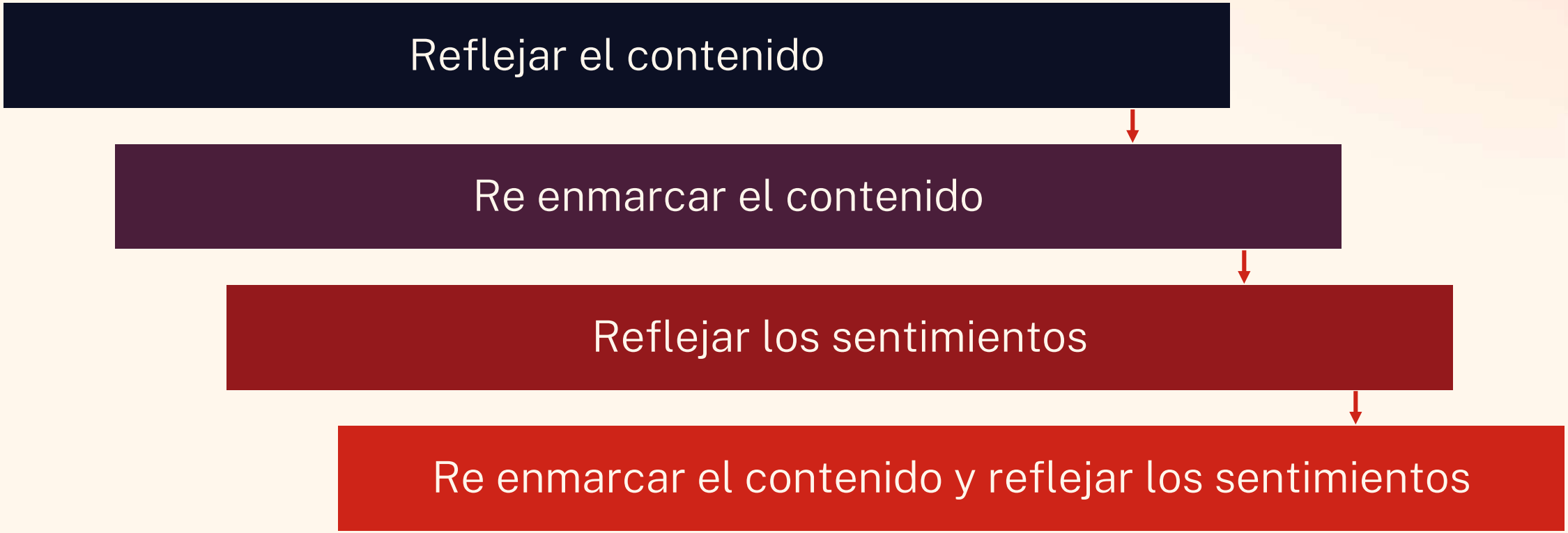
Apoya el potencial de recuperación de la persona

MODELO DE RECUPERACIÓN

Un enfoque que enfatiza y apoya el potencial para la recuperación de una persona

El concepto básico es el empoderamiento de la persona, enfatizando el control que tienen sobre sus decisiones con respecto a su cuidado y desarrollo

ESCUCHAR EMPÁTICO



LIMITES DEL ACOMPAÑAMIENTO PASTORAL

Principio ético de la consejería es saber cuales son los limites de nuestra competencia

ACOMPAÑANDO ENTRE EL SUFRIMIENTO Y LA ESPERANZA

Filipenses 3

10 Lo que quiero es conocer a Cristo y
experimentar el poder de su resurrección.
Quiero compartir con él sus sufrimientos.
También quisiera ser como él en su
muerte, 11 y de alguna manera poder
alcanzar la resurrección de los muertos.



TRAUMA

El trauma es:

- El resultado de un evento, una serie de eventos, o un set de circunstancias
- Experimentado como física, o emocionalmente dañino, o de amenaza a la vida
- Tiene un impacto negativo y sostenido en el funcionamiento y bienestar mental, físico, emocional, social, o espiritual.



CUIDADO INFORMADO POR TRAUMA (TIC)

Un conocimiento de la prevalencia del trauma;

Un entendimiento del impacto del trauma en la salud física, emocional y mental así como en el comportamiento y participación en nuestras actividades y

Un entendimiento de que las actividades actuales pueden re-traumatizar a las personas.

(Trauma informed Oregon)



“El cuidado informado sobre el trauma es un marco de trabajo basado en la comprensión y sensibilidad del impacto del trauma, el cual hace hincapié en la seguridad física, psicológica y emocional tanto del proveedor de servicios como el de los sobrevivientes y crea oportunidades de recuperación para los sobrevivientes y un sentido de control y fortalecimiento”

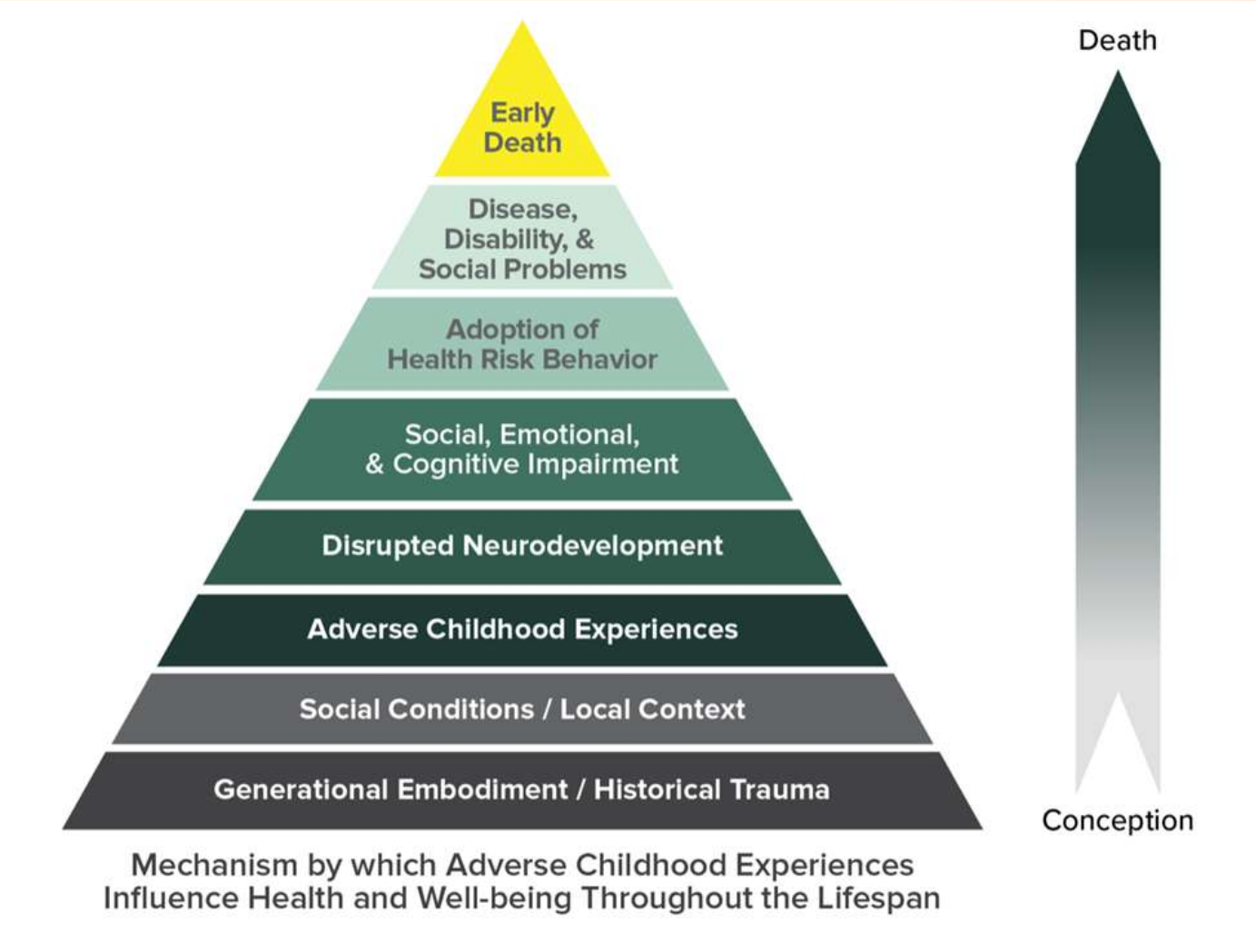
(Hopper, Bassuk, & Olivet, 2010)

ACE

Las Experiencias Adversas en la Infancia (ACE) son eventos potencialmente traumáticos que ocurren en la niñez. Las ACE pueden incluir violencia, abuso y crecer en una familia con problemas de salud mental o uso de sustancias.

El estrés tóxico de las ACE puede cambiar el desarrollo del cerebro y afectar la forma en que el cuerpo responde al estrés. Las ACE están relacionadas con problemas de salud crónicos, enfermedades mentales y abuso de sustancias en la edad adulta.

Sin embargo, las ACE se pueden prevenir.



Mechanism by which Adverse Childhood Experiences Influence Health and Well-being Throughout the Lifespan

LAS 10 ÁREAS DESCRITAS COMO ACE




What Impact Do ACEs Have?
As the number of ACEs increases, so does the risk of negative health outcomes
RISK
0 ACES
1 ACES
2 ACES
3 ACES
4+ ACES
Possible Risk Outcomes:
BEHAVIOR
Lack of Physical Activity
Smoking
Alcoholism
Substance Abuse
Missed Work
PHYSICAL & MENTAL HEALTH
Severe Obesity
Diabetes
Depression
Suicide Threats
STIs
Heart Disease
Cancer
Stroke
COPD
Broken Bones

La prevención de las ACE puede ayudar a niños y adultos a prosperar y potencialmente:

- Disminuir riesgo de trastornos como depresión, asma, cáncer y diabetes en la edad adulta.
- Reducir los comportamientos de riesgo como fumar y beber en exceso.
- Mejorar la educación y el potencial de empleo.
- Evitar que las ACE se transmitan de una generación a la siguiente

ACE, SALUD Y PREVENCIÓN

Las ACE están vinculadas a problemas de salud crónicos, de salud mental, de uso indebido de sustancias y a menores logros educativos y ocupacionales.

Prevenir las ACE tiene el potencial de reducir causas principales de muerte como enfermedades cardiacas, cáncer, enfermedades respiratorias, diabetes y suicidio.

La prevención de las ACE también puede tener un efecto positivo a nivel educativo y laboral.

EXPOSICIÓN A ACE

Los adultos que reportaron el mayor nivel de exposición a ACE en la niñez tuvieron mayores probabilidades de presentar afecciones crónicas, depresión, tabaquismo corriente, consumo excesivo de alcohol y problemas socioeconómicos (como desempleo en ese momento), en comparación con aquellos que reportaron no haber tenido estas experiencias adversas.

Las mujeres, los indoamericanos o nativos de Alaska y los afroamericano o personas de raza negra tuvieron más probabilidades de tener cuatro o más ACE.

PREVENCIÓN DE LAS ACE

HASTA

13 %

Prevenir las ACE habría podido reducir la cantidad de adultos que tuvieron enfermedades cardiacas en hasta un 13 %: hasta 1.9 millones de casos evitados, usando las estimaciones nacionales del 2017.

HASTA

2 %

Prevenir las ACE habría podido reducir la cantidad de adultos que tuvieron sobrepeso u obesidad en hasta un 2 %: hasta 2.5 millones de casos de sobrepeso u obesidad evitados, usando las estimaciones nacionales del 2017.

HASTA

44 %

Prevenir las ACE habría podido reducir la cantidad de adultos con depresión en hasta un 44 %: hasta 21 millones de casos de depresión evitados, usando las estimaciones nacionales del 2017.

TAREAS DEL DUELO

(worden/Joaquín Mateu Mollá)

ATH
Asociación Teológica Hispana

1. ACEPTAR LA REALIDAD DE LA PÉRDIDA

Una de las primeras reacciones emocionales que surgen tras conocer la pérdida de un ser querido es el shock. Se trata de una respuesta en la que emergen emociones muy intensas, que incluso comprometen la atención y/o la memoria para el episodio

En el momento en el que la persona empieza a orientarse, lo común es que se mantenga en una posición de negación o incredulidad.

2. ELABORACIÓN DEL DOLOR DEL DUELO

Enfrentarnos al proceso del duelo supone reconocer y asumir que se pasará por estados internos dispares y confusos; como la rabia, la tristeza o el miedo. Todos son afectos legítimos que forman parte del bagaje con el que contamos para superar la adversidad, por lo que es clave detenerse a escucharlos desde una posición de aceptación y con la disposición necesaria para tolerar su presencia.

3. ADAPTARSE A UN NUEVO MUNDO SIN EL SER QUERIDO

Todas las familias funcionan como un sistema y podría decirse que sus miembros tienen roles complementarios respecto a los de los demás, por lo que las dinámicas que les mantienen unidos están sujetas a un equilibrio u "homeostasis social". Cuando falta una de las piezas, es necesario que se produzcan ajustes dirigidos a posibilitar la continuidad de la vida en común.

Así, la muerte del ser querido no solo deja un vacío emocional, sino que se hace extensible a los actos y las costumbres del día a día. Las responsabilidades que se le atribuían quedan ahora desatendidas, y habrán de ser resueltas por otros elementos de la unidad familiar. Este proceso no es en absoluto sencillo

4. REUBICAR EMOCIONALMENTE AL SER QUERIDO FALLECIDO

La muerte de alguien querido supone una ruptura en la línea de continuidad sobre la que escribimos el libro de nuestra existencia, lo que dificulta su integración en la narrativa que uno hace de su propia historia.

Es por ello que entendemos como "superado" un proceso de duelo cuando la persona es capaz de atribuir un sentido armonioso a la vida de quien ya no está. Pues lo cierto es que los vínculos entre seres humanos no se diluyen con la muerte, sino que siguen vigentes, transformándose y adquiriendo nuevos significados.

2 CORINTIOS 11



He trabajado más arduamente, he sido encarcelado más veces, he recibido los azotes más severos, he estado en peligro de muerte repetidas veces. 24 Cinco veces recibí de los judíos los treinta y nueve azotes. 25 Tres veces me golpearon con varas, una vez me apedrearon, tres veces naufragué, y pasé un día y una noche como náufrago en alta mar.

2 CORINTIOS 11



26 Mi vida ha sido un continuo ir y venir de un sitio a otro; en peligros de ríos, peligros de bandidos, peligros de parte de mis compatriotas, peligros a manos de los no judíos, peligros en la ciudad, peligros en el campo, peligros en el mar y peligros de parte de falsos hermanos. 27 He pasado muchos trabajos y fatigas, muchas veces me he quedado sin dormir, he sufrido hambre y sed. Muchas veces me he quedado en ayunas y he sufrido frío y desnudez.

EL DESGASTE EN EL MINISTERIO

(Barna)

Definición de desgaste en el ministerio

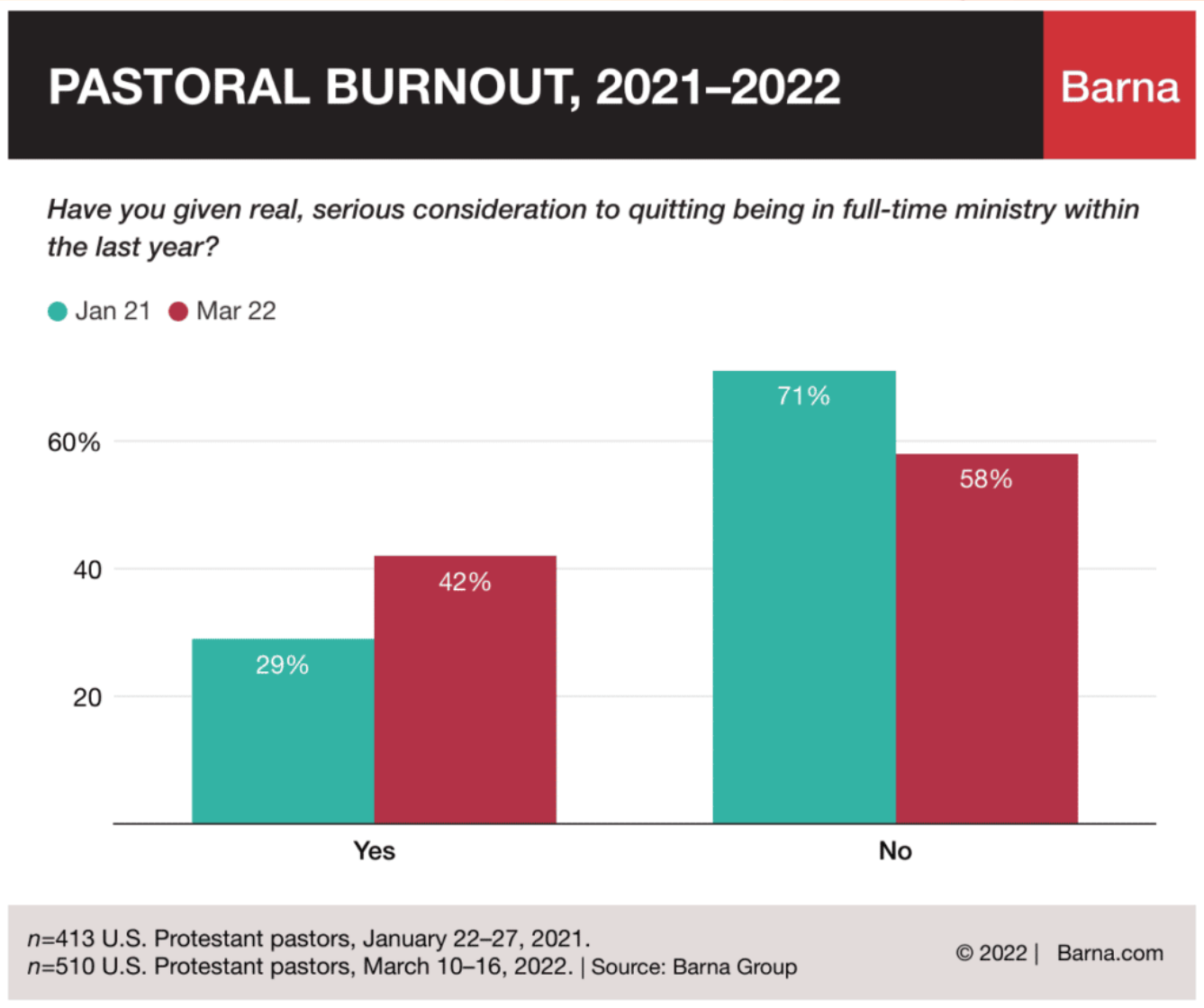
¿Qué es el agotamiento ministerial?

El 'agotamiento ministerial' se refiere al agotamiento y la disminución de la pasión que muchos líderes de la iglesia experimentan después de un estrés prolongado y excesivo por el trabajo que han sido llamados a realizar .



DESGASTE PASTORAL 2021–2022

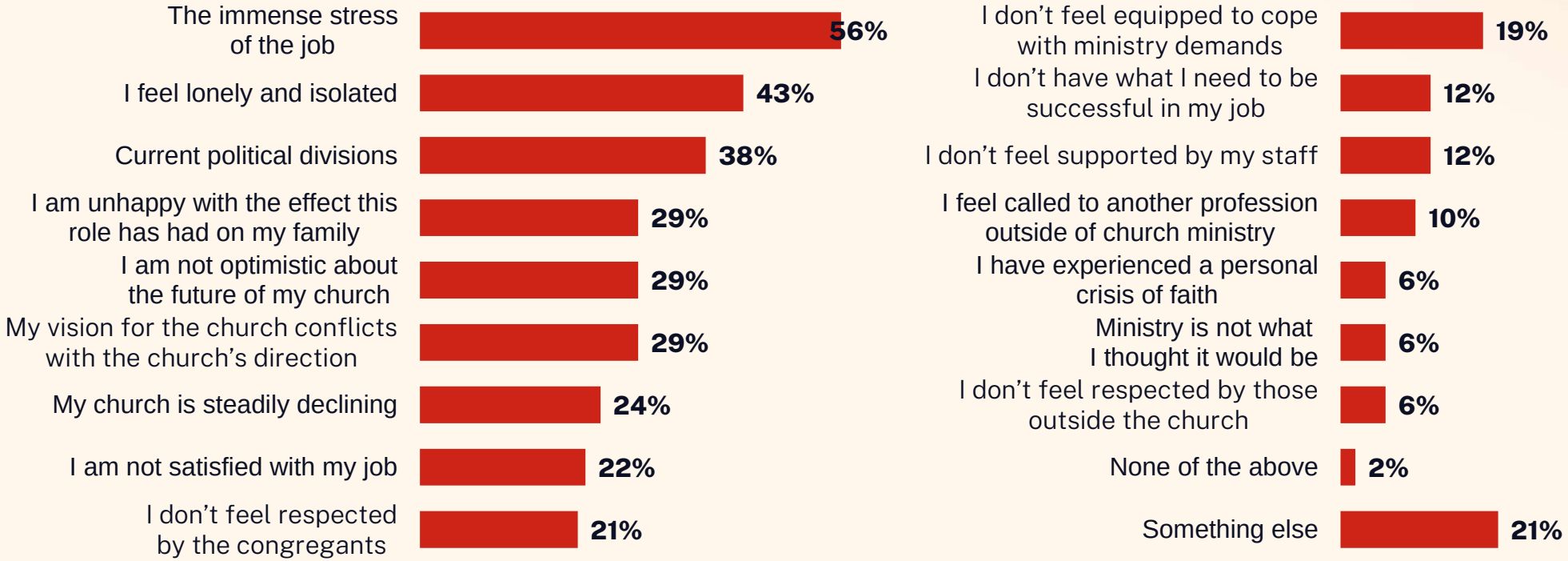
BARNA



MINISTRY CHALLENGES, BY PASTORS WHO HAVE CONSIDERED QUITTING

Are any of the following reasons why you have considered quitting full-time ministry? Select all that apply.

Base: % among those who have considered quitting full-time ministry

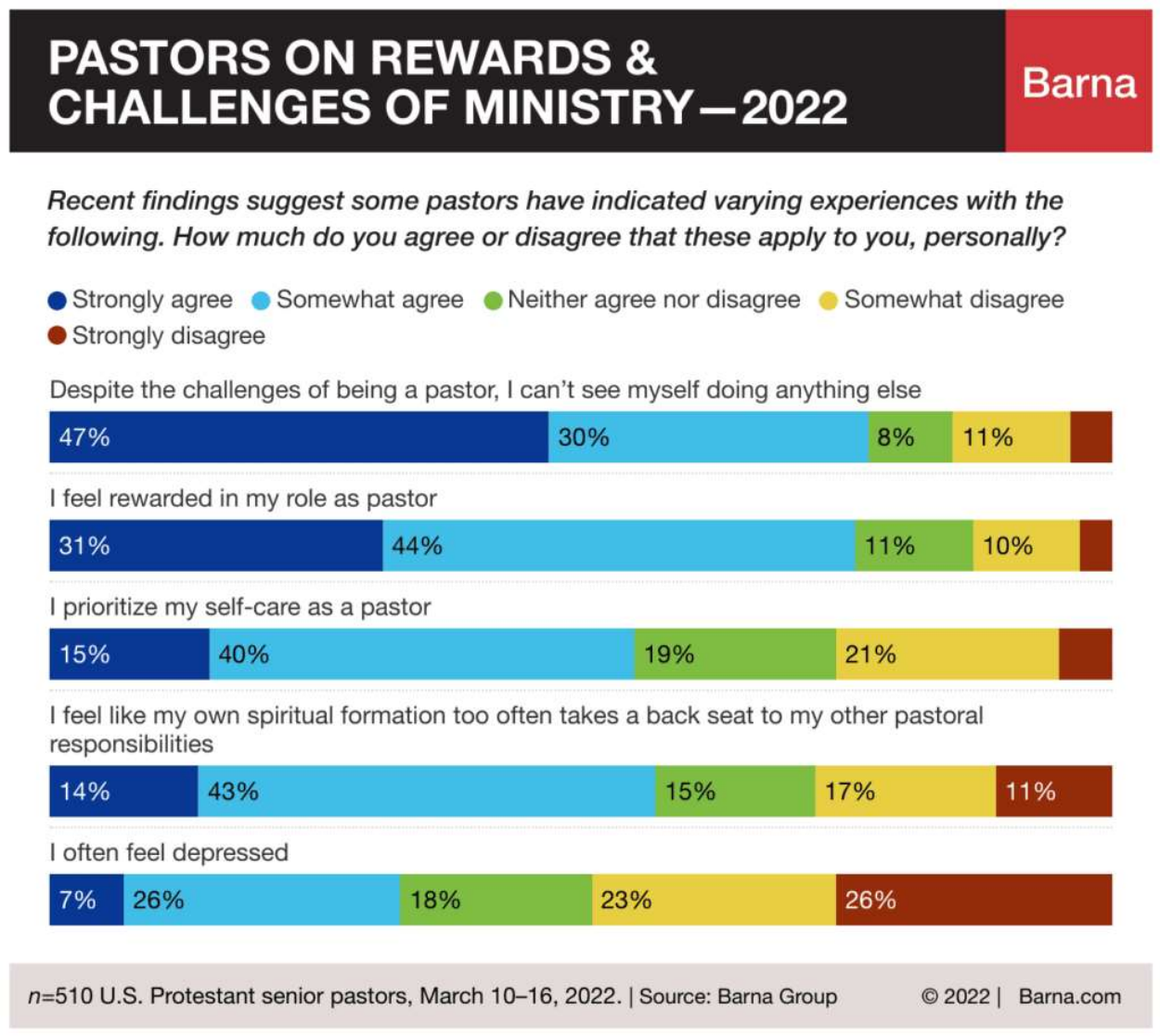


n=221 U.S. Protestant pastors who have considered quitting full-time ministry in the past year. March 10–16, 2022.

Source: Barna Group. © 2022 | Barna.com

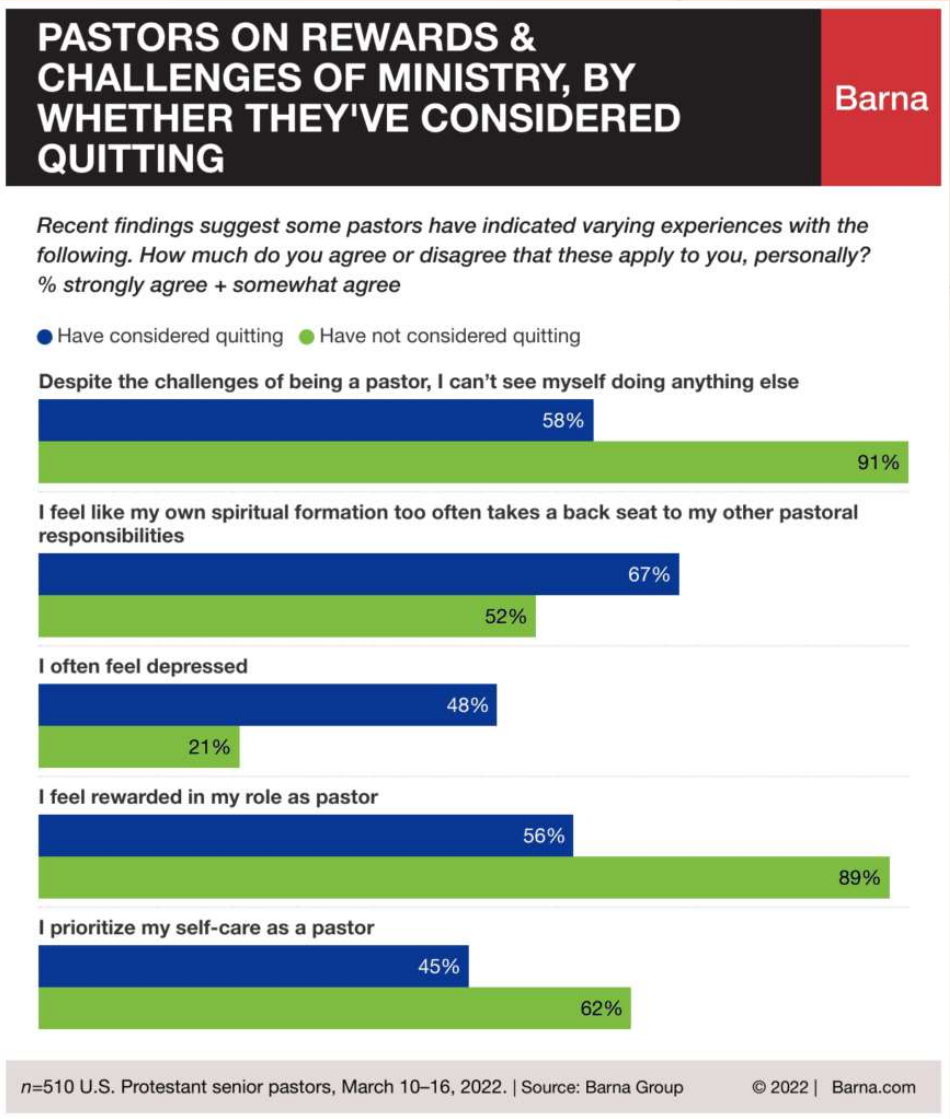
RECOMPENSAS Y DESAFÍOS DEL MINISTERIO

BARNA



RECOMPENSAS Y DESAFÍOS DEL MINISTERIO

BARNA



SÍNTOMAS DEL DESGASTE

Estar exhausto

Negatividad

Baja productividad

Insomnia

CAUSAS DEL DESGASTE

Expectativas poco realistas	Aislamiento	Trabajo excesivo
No delegar	Trauma Vicario	Fatiga de compasion

3. EL PROCESO DE RESTAURACIÓN CONFRONTA NUESTRA FORMA DE PENSAR

Hay aquí un proceso en el que el Señor confronta la forma distorsionada de pensar de Elías

Elías	Dios
Quitame la vida	Levántate y come
Basta ya	Tengo un propósito para ti
Yo soy el único	Siete mil israelitas que no han doblado rodilla

VOLVER LA ATENCIÓN DE LA IGLESIA HACIA LA SALUD MENTAL

Sanar los corazones heridos

Bradford Smith & Gladys Mwiti Nov 2018

Lausanne movement

https://lausanne.org/es/global-analysis/volver-la-atencion-de-la-iglesia-hacia-la-salud-mental

PREGUNTA

¿Acompañamos para controlar resultados, resolver problemas o caminar responsablemente con las personas?

FORMAR

Formar: entrega dirección y horizonte al proceso de acompañamiento.

Del conocimiento recibido a una vida configurada

ATH
Asociación Teológica Hispana

¿HACIA DÓNDE ORIENTAMOS EL ACOMPAÑAMIENTO?

01 Discipulado como proceso relacional y comunitario.

02 Integración entre conocimiento, experiencia, práctica y reflexión.

03 Mentoría, comunidades de aprendizaje y prácticas formativas.

GENERATIVIDAD

Mentoria

Ejemplo de Elias y Eliseo
Pablo y Timoteo



Principios de mentoria (Dallas Theological Seminary):

Mentoria de exito se centra en las necesidades del discipulo

Los mentores sirven de guia

Los discípulos son colaboradores activos

La mentoria esta centrada en una relación autentica

La mentoria es un proceso fluido

Existen distintas maneras de hacer mentoria

Mentoria poco sabia puede sabotear la relación

TAREAS DEL LIDER TRANFORMACIONAL

01 Definir realidad.

02 Articular la vision.

03 Crear alineamiento.

04 Ser un siervo.

05 Decir “GRACIAS”

PREGUNTA

¿Puede existir una formación teológica sólida sin formación emocional, relacional, ética y espiritual?

TRANSFORMAR

Transformar: examina los frutos personales, comunitarios e institucionales de aquello que estamos formando.

→

De la formación personal a la renovación de comunidades e instituciones

¿QUÉ OCURRE CUANDO EL ACOMPAÑAMIENTO PRODUCE FORMACIÓN?

Transformación personal, relacional, comunitaria e institucional.

Acción de Dios y participación humana en los procesos de cambio.

Iglesias como comunidades de cuidado, pertenencia y formación.

Seminarios y universidades como ecosistemas de acompañamiento.

PREGUNTA

¿Qué tipo de personas y comunidades estamos formando mediante nuestra manera de acompañar?

EL ARTE DEL ACOMPAÑAMIENTO

Comprender antes de intervenir.
Acompañar sin controlar.
Formar sin uniformar.
Participar en la transformación sin apropiarnos de ella.

→

Comprender con profundidad, acompañar con responsabilidad y servir con sabiduría

PREGUNTA

¿Puede pensar en un momento de transición de su vida (Nueva vocación, algo del matrimonio o familia, alguna perdida, aspectos de salud) en el que alguien lo acompaño de un modo que hizo la diferencia en su vida? ¿Qué cosas puede destacar de la forma en que esta persona lo acompañó?

PREGUNTAS

¿Cuáles son los indicadores que le hacen saber que su "tanque se está vaciando"?

¿Qué le ayuda a restaurar sus energías físicas, emocionales, espirituales y sociales?