

Recursos para apoyo emocional y espiritual

El Equipo de Respuesta Pastoral en la Convención General

Puesto que la liturgia del 4 de julio en la Convención General podría resultar difícil espiritual y emocionalmente para algunos participantes cuyas vidas han sido afectadas por la violencia sexual en la Iglesia, habrá oportunidad para obtener cuidado pastoral de manera confidencial. A lo largo de la convención los miembros del Equipo de Respuesta Pastoral estarán ubicados en o cerca de la capilla designada y también al final de la liturgia diaria para proporcionar apoyo informal y oración de sanación. Los miembros del Equipo de Respuesta Pastoral llevarán insignias que indican su afiliación a este equipo.

El Equipo de Respuesta Pastoral está compuesto por laicos y clérigos que son especialistas en salud mental, con licencia, y también por experimentados capellanes y personal diocesano que han atendido a personas que enfrentan las consecuencias de la violencia sexual.

Los principales objetivos del equipo son proveer un espacio privado y seguro en el cual personas afligidas o afectadas puedan encontrar apoyo hasta que regresen a sus comunidades de origen y proporcionar también acceso a la información relacionada con los procesos del Título IV. Si se encuentra en la Convención y no puede localizar un miembro del Equipo de Respuesta Pastoral, puede llamar al 919-448-6202.

Para los participantes que usen Transmisión en Vivo

Si usted participó en la Liturgia desde la Convención General el 4 de Julio a las 5:15 de la tarde y necesita urgentemente recibir apoyo emocional, por favor considere usar la línea Nacional de Atención contra el Asalto Sexual al 800-656-HOPE o para conversar en línea visite www.rainn.org.

Una vez que vuelva a Casa

Después de participar en la Liturgia del 4 de julio en la Convención General, puede considerar seguir un tratamiento de psicoterapia o dirección espiritual. Si lo hace, la siguiente información puede ser útil.

Psicoterapia y dirección espiritual.

La psicoterapia y la dirección espiritual son dos procesos o modalidades a través de los cuales las personas pueden buscar sanación.

Si bien es cierto que estas modalidades comparten similitudes entre sí, como una serie de visitas programadas regulares que duran entre 45 a 60 minutos, son marcadamente diferentes. Por ejemplo, en la psicoterapia la frecuencia de visitas tiende a ser semanal. En la dirección espiritual, las visitas suelen tener lugar mensualmente. Tal vez la diferencia más profunda entre las dos modalidades es que la psicoterapia busca facilitar la concienciación de la dinámica intrapersonal e interpersonal y como éstas afectan la calidad de las interacciones diarias en el hogar, el trabajo y la diversión. Una pregunta clave del proceso psicoterapéutico es "¿cómo su pasado se manifiesta en su presente y cómo maneja eso?". Por contraste, la dirección espiritual busca facilitar la concienciación de que Dios está presente y

activo en nuestras experiencias interpersonales e intrapersonales y en particular cómo Dios se manifiesta en el curso de nuestras interacciones diarias. Un interrogante central de la dirección espiritual pudiese ser: ¿dónde está Dios (o Cristo o el Más Santo) en lo que usted experimenta o describe?

Algunas personas utilizan la psicoterapia y la dirección espiritual al mismo tiempo. Algunas personas deciden emplear una modalidad por un periodo prolongado de tiempo y luego hacen una transición intencional a la otra modalidad. Al escoger un psicoterapeuta, considere a aquellos que tengan licencia de una Junta Estatal (por ejemplo, psicólogos, trabajadores sociales clínicos, consejeros profesionales). Una buena manera de encontrar terapeutas competentes es preguntando a alguien de su confianza como su médico de cabecera, o un amigo o colega cercano, a quién recomendaría. De igual manera, al escoger un director espiritual, pregunte a una persona de su confianza a quién recomendaría. Muchos directores espirituales tienen certificación de reconocidos programas de formación nacionales o regionales.

Para cerrar, dos reflexiones esenciales.

Primera, algunas personas empiezan tanto la psicoterapia como la dirección espiritual con la intención y la expectativa de *sentirse mejor*. Si llegan a sentirse mejor, todo eso está muy bien. Sin embargo, si lo que las personas realmente desean es alcanzar sanación entonces *mejorarse* debe ser la principal intención y expectativa. Eso quiere decir, tener la voluntad y estar dispuesto a aprender cómo enfrentar asuntos que causan ansiedad e inquietud. En segundo lugar, en cualquiera de las dos modalidades es esencial poder hablar sobre el proceso, la interacción misma, con su terapeuta o director espiritual. En otras palabras, es importante tener un compromiso mutuo de hablar sobre lo que está funcionando en esa relación, lo que no está funcionando y sobre todo qué ajustes deben hacerse para optimizar la relación.