

Seminario Teológico de Puerto Rico
Extensión de Alliance Theological Seminary
Programa de Maestría
San Juan, Puerto Rico

“Evaluando mi Realidad Espiritual”

Requisito final del curso de Iniciación en Dirección Espiritual

SF 503

Midaly Tellado Sabater

Fecha: 17 de noviembre de 2021

Profesor: Dr. Javier Gómez Marrero

Días de la clase: miércoles

Hora de la clase 7:00 pm

Tabla de Contenido

	Páginas
1. Introducción.....	3
2. Avalúo Senderos Espirituales.....	4
3. Avalúo Learning Type Measure.....	5
4. Avalúo Escala de Bienestar Espiritual.....	6
5. Avalúo Aptitudes.....	6-7
6. Avalúo DISC Personality Questionnaire.....	7
7. Avalúo de Capítulos de Espiritualidad Emocionalmente Sana.....	8-10
8. Conclusión.....	10-11

Introducción

Este trabajo presenta un resumen de cada avalúo requerido para esta clase. Redactar este documento ha sido una confrontación de mi realidad emocional y espiritual en este momento. Un paso necesario para madurar mi fe, pero admito que no tenía el espacio para hacerlo. No es la primera vez que me enfrento con algunos de estos conceptos planteados en los avalúos. Este trabajo es como una pequeña brújula que me dirige a la próxima etapa que Dios desea de mí. Entiendo que en estos últimos dos a tres años, Dios ha empezado a mostrar y trabajar en mi área emocional, mi carácter y mi vida espiritual. Lo discutido en clase y en este trabajo han sido indicadores del camino que debo seguir. Mi meta en este trabajo es utilizarlo como herramienta para discernir mi estado emocional y espiritual actuales para trabajar con él.

Avalúo Senderos Espirituales

En el primer avalúo, encontré una combinación de cuatro principales senderos espirituales para desarrollar más mi vida espiritual. Estos senderos son contemplativo, intelectual, servir y activista. El sendero espiritual con mayor puntuación en mi evaluación fue contemplativo. Según el material de la clase, este sendero espiritual se describe como las personas que se relacionan y crecen con Dios cuando pasan mucho tiempo en soledad y siente de manera profunda desde su mundo interior. No me sorprende este resultado ya que soy una persona reservada en este momento de vida. Cuando niña era muy tímida, pasaba mucho tiempo a solas y me acostumbré a ello. He observado que mis mejores servicios a nuestro Señor Jesucristo están conectados con mis tiempos en soledad.

Los otros senderos espirituales de intelectual y servir obtuvieron una misma puntuación de 14 puntos. Estos resultados son curiosos para mí ya que he tomado avalúos similares sobre desarrollo espiritual y no recuerdo haberme encontrado con esa situación de puntuaciones altas iguales. El sendero espiritual intelectual es uno que he reconocido más en mi vida recientemente porque me gusta mucho aprender sobre las cosas de Dios. El sendero de servir a Dios es muy latente en mi diario vivir. Soy el estilo de persona que si tengo los recursos y el tiempo disponible ayudo a otros. El último sendero espiritual con puntuación alta fue activista. Este resultado es cónsono con mi búsqueda de siempre buscar lo justo en las situaciones diarias y un propósito en común con otras personas. Los otros resultados en la evaluación fueron un empate entre los senderos espirituales de adoración y relacional. El sendero espiritual con la puntuación más bajo fue creación con una puntuación de cinco puntos.

Avalúo Learning Type Measure

Este avalúo de estilo de aprendizaje, me identificó con un estilo de aprendizaje cuatro. Este estilo tiene una preferencia fuerte por el pensamiento creativo en el individuo y la solución de problemas en base al resultado de sus experiencias. La mejor manera de aprendizaje en este estilo es la búsqueda de patrones y relaciones que conectan la experiencia personal con la nueva información. Nos desarrollamos mejor y estamos más cómodos en un ambiente no convencional que explora y une las diferentes ideas de las personas. Buscamos relacionar las ideas creativas, la dinámica humana y la solución de asuntos sociales. Juzgamos lo que aprendemos por su originalidad y creatividad. Sabemos cómo hacer conversaciones estimulantes y reflexivas y buscar soluciones a problemas relacionados a las personas. Nuestras limitaciones son no prestar suficiente atención a nuestras consecuencias de nuestras acciones y dejamos llevar por el entusiasmo del momento.

El resultado de este avalúo me hizo reflexionar y observar mi estilo de aprendizaje con más detenimiento dentro de mi vida diaria. Confirme el uso de la búsqueda de patrones y relaciones en el análisis de información cuando aprendo o trabajo algo nuevo. Por lo que he observado, la exploración de varias opciones en las ideas me surge de una manera más natural que otras personas. Varias veces he llegado a soluciones de problemas que son creativas y poco ortodoxas. Siempre estoy en la búsqueda de aprender otras perspectivas y cosas nuevas e integrarlas a mi actual conocimiento. También, entiendo que mi estilo de aprendizaje me ha ayudado en mis relaciones interpersonales y cuando he aconsejado a otros.

Avalúo Escala de Bienestar Espiritual

Considero los resultados de este avalúo en mi bienestar espiritual como no tan marcado como los otros avalúos en este trabajo. Mi nivel de bienestar espiritual general surge como moderado con una puntuación de 83. La área de bienestar religioso resulta en 52 puntos y la otra área de bienestar existencial con 35 puntos. Ambas áreas tienen un nivel moderado. Si observe que el área de bienestar religioso no está a la par con la área de bienestar existencial. El bienestar religioso es mayor que el bienestar existencial. Mi bienestar religioso refleja un buen concepto de Dios y mi relación con él. Sin embargo, mi bienestar existencial muestra que existe algo que me está impidiendo ver y experimentar mi vida plena en Cristo. Entiendo que es un asunto que debo consultar y explorar en oración con Dios.

Avalúo Aptitudes

Este avalúo registro mis competencias o habilidades especialmente en el área laboral. Las competencias con más alto nivel en mi avalúo fueron creatividad, ayudar, comunicación escrita y desarrollo y manejo personal. Estas competencias mencionadas se encuentran entre los niveles justo por encima del promedio hasta por debajo del promedio. Las competencias con niveles bajo fueron tomar iniciativa, observación, análisis, relaciones interpersonales, verificación y liderato. Las competencias con niveles extremadamente bajo fueron planificación y organización, comunicación verbal, funcionamiento bajo presión y reaccionar flexiblemente. Me he sorprendido de los resultados de este avalúo de competencias. Entendía que había áreas que estaban desarrollándose, pero estos resultados me presentaron un panorama muy diferente al que imaginaba.

Ejemplos de este planteamiento serían las competencias de relaciones interpersonales y liderato. Estas competencias han tenido un gran desarrollo a lo largo de mi vida cristiana, pero pueden ser interpretadas como estancadas a la luz de este avalúo. Considero que existen habilidades en el nivel extremadamente bajo de este avalúo que existen desarrollo. Este avalúo me ha planteado que debo seguir desarrollando mis competencias. Mejorar las competencias con niveles bajo y no descuidar las competencias con resultados altos.

Avalúo DISC Personality Questionnaire

La personalidad que resulta de este avalúo es la perfeccionista. Esta personalidad es guiada internamente a hacer todo sistemático y preciso. La personalidad perfeccionista tiende por naturaleza a elegir el trabajo que requiere prestar atención a los detalles y a la precisión. Esta personalidad necesita un ambiente de trabajo estable, armonioso y predecible. El resultado de avalúo describe un individuo con esta personalidad como reservado, conservador, cauteloso, calmado y controlado. Considero este avalúo como uno de los más certeros en este trabajo en describirme como persona. Observé y concluí hace largo tiempo que mi personalidad tenía una tendencia perfeccionista. Este avalúo me confirma que mi conclusión sobre mi personalidad fue correcta.

Avalúo de Capítulos de Espiritualidad Emocionalmente Sana

Los capítulos de Peter Scazzerro me ha mostrado facetas de mi vida que no había observado o había enterado hace años atrás. Mi primer choque con los capítulos fue examinarme mi estado emocional y su conexión con la parte espiritual. Me acabo de enfrentar con la realidad de no tener una espiritualmente completamente sana. Dios ha trabajado mucho en mi vida y lo continúa haciendo. He visto los cambios, pero hay algo más que me estanca mi crecimiento. Entiendo que me pasó una experiencia parecida al autor sobre su práctica en su vida espiritual. Las enseñanzas de mi comunidad de fe sobre la vida espiritual solo me llevaron hasta cierto punto.

En mi reflexión, comparé con los diez síntomas de espiritualidad emocionalmente enferma y concluí que casi todos los síntomas descritos se han mostrado en algún momento de mi vida cristiana. Los síntomas más notorios que he manifestado son no hacer caso a mis sentimientos de tristeza, ira y miedo, no ser auténtica conmigo misma y los demás, omitir el impacto y el daño del pasado, disimular la debilidad y excluir los conflictos de la espiritualidad. Entiendo que parte de estos síntomas han moldeado mi carácter y como me relaciono con otras personas. No descarto haber sido propensa a estos síntomas por la influencia de los valores de mi familia y mis experiencias vividas en mi niñez y juventud y la influencia religiosa cristiana. Mi vida familiar no fue tan catastrófica como el autor de los capítulos y los testimonios de otras personas que he conocido. No sufrí maltrato ni abuso emocional ni físico como otros niños, pero si mi vida familiar se caracterizó por relaciones no muy apegadas entre sí especialmente por el lado de la familia paterna.

Peter Scazerro nos habla de cinco niveles de salud familiar basado en el modelo de sistema Beaver. Examinando y meditando en esa parte del material, entiendo que mi familia era un nivel tres, la familia atada a reglas. Estas reglas familiares eran más implícitas y había algo de abertura al diálogo en situaciones problemáticas que en otras familias. En algún momento de mi análisis, consideré a mi familia era nivel dos, la familia apropiada. Con la ayuda del libro, reconocí los mandamientos de la familia Tellado Sabater. Admito que llegue a pensar que estos valores eran positivos y eran aceptables en la sociedad, pero han tenido un efecto más negativo en mi vida.

Utilizando la tabla de ese sistema presentada en el libro, estos son los mandamientos en mi familia: el dinero es la mejor forma de seguridad, no hagas que las personas se enojen contigo, el sexo no es un tema del que se puede hablar abiertamente, la tristeza es una señal de debilidad, sobreponerte de las pérdidas rápidamente y sigue con tu vida, la ira es peligrosa y mala, le debes a tus padres por todo lo que han hecho por ti, no muestres vulnerabilidad, el éxito se consigue casándose y teniendo hijos y el éxito se consigue ingresando en las mejores escuelas. Observe de estos mandamientos, el énfasis en la adquisición de bienes materiales para sentir seguridad en la vida, suprimir mis sentimientos especialmente los negativos y seguir la norma de la sociedad en aquel momento. Otro asunto del capítulo 5 que me conmovió es la discusión del falso yo. Identifique que exprese las tres identidades falsas descritas por Scazerro en varias etapas de mi vida. La identidad más manifestada en mí fue soy lo que otros piensan de mí. Otras personas me influenciaron a tomar esa identidad y creí esa mentira por largo tiempo. Otro aspecto que me encaminó el capítulo, es ubicarme dentro de la escala adaptada de Bowen que se refiere a la diferenciación. Considero que estoy en la puntuación 50 de esa escala. Esto debido a

que le daba mucho énfasis a la opinión ajena para mi autoestima y no tengo un manejo adecuado del estrés.

La descripción del muro por Scazzerro me ha impactado mucho. En mis últimos años, he pasado por varios problemas en mi trabajo y en mi congregación local. Meditando en esas experiencias que me hicieron tocar fondo en mi identidad, mis emociones y hacerme cuestionamientos sobre mi fe, puedo afirmar que pase por un muro como lo describe el autor. Fueron experiencias muy dolorosas pero necesarias para que Dios trabaje algunas cosas dentro de mí como el orgullo.

Conclusión

Estos avalúos me ha ayudado a tener un panorama más claro de mi vida espiritual y emocional actual. En algunos aspectos fue un redescubrimiento de facetas olvidadas de mi personalidad que me distinguen como persona. En otros puntos confirma cosas de mi carácter que ya se mostraban, pero no los podía definir con claridad. Ejemplo de esto es mi manera de aprendizaje. Yo encontré que mis ambientes de aprendizaje y de trabajo son un poco contradictorios entre sí. Por un lado, necesito un ambiente poco convencional para aprender y del otro necesito un ambiente estructurado para trabajar. No fue sorpresa que mi mayor sendero espiritual fuera el contemplativo. Por mis experiencias vividas y mi tipo de personalidad tiendo aislarme de las personas para recuperar mis fuerzas. Estar largo tiempo a solas ya es natural en mí antes lo veía extraño. En estos momentos, me he cuestionado que cosas están impidiendo que me desarrollen en mis senderos espirituales. En otras palabras, ¿qué está pasando que no me he estado alimentando espiritualmente bien? La conclusión que he llegado con este trabajo, es que

no estoy en el sendero espiritual correcto que me lleva a crecer y a madurar. He estado viviendo una vida espiritual de otra persona no la vida espiritual de Midaly Tellado.

También, este trabajo me ha ayudado a reconocer que tengo heridas de mi pasado que no han sanado, las he sepultado y me había olvidado de que existían. Esas heridas aún afectan mis emociones actuales y como interactué con las personas. Ese planteamiento de Scazzerro que hay personas dentro de la iglesia que no ha trabajado ni sanado sus emociones es cierto, yo soy una de ellas. He aprendido que no debo ocultar ni suprimir mis emociones sino permitir que fluya de manera saludable porque es parte de nuestro diseño humano. Actualmente, me da lástima que hay pocos sitios dentro del pueblo de Dios donde podemos abrir y trabajar con nuestras emociones.

Por último, entiendo que Dios me encamina a profundizar y a madurar en mi vida espiritual con él. Prepararme para la próxima misión que él tiene para mí. Me muestra que primero debo sanar y trabajar en mi vida interior. Lo visualizo como un gran jardín que era bello pero que se encontraba seco y que casi estaba moribundo. Además, él me invita a ser honesta conmigo misma y ser yo. Porque cuando mi yo y Dios nos alineamos en un mismo sentir, he observado lo que él puede bendecir a través de mí. Mientras redactaba este documento, el pensamiento más latente en mi mente era la frase, boga mar adentro. Pretendo responder ese llamado y que se afirme el propósito de Dios en mí.

