



Regla de Vida

Dentro de la manera Holística de asistir al soldado el estudiante como parte de su regla de vida, maneja dentro de los distintos dominios para poder asistir a los individuos que impactara estos se presentan dentro de los contextos los dominios de preparación mental, del sueño y espiritual son altamente codependientes, ya que son todos dominios no físicos que afectan la capacidad de pensar de una manera que optimiza el rendimiento.

La resiliencia impulsa la preparación personal, y la preparación personal se basa en cinco dimensiones, a veces denominadas pilares: física, emocional, social, espiritual y familiar. Mantener comportamientos saludables dentro ya través de estas dimensiones es esencial para la preparación personal.



Utilizando la resiliencia, o la capacidad de enfrentar y hacer frente a la adversidad, es un componente clave de la preparación del soldado y la unidad. Una fuerte resiliencia mental permite a los líderes y sus unidades llevar a cabo misiones difíciles hasta el final. De la misma manera al salir del servicio le servirá para relacionarse en la comunidad y su iglesia. Para el componente de resiliencia mental, un líder espiritual puede compartir ejemplos de su vida cuando luchó y tuvo que lidiar con la adversidad, adaptarse y crecer a partir de los contratiempos. Esta vulnerabilidad puede mostrar la fortaleza de los líderes. Los líderes espirituales (Capellanes) pueden desarrollar agudeza social asignando tiempo para pasar con sus soldados y a través de una comunicación empática, asertiva y honesta.

Dominio de preparación para dormir

- Desarrollar resiliencia mental requiere una mente sana y bien descansada, lo que se puede lograr con un sueño adecuado de siete a ocho horas cada 24 horas, los profesionales de la salud. El objetivo del dominio de preparación para dormir es garantizar que el cerebro y el cuerpo del soldado se recuperen adecuadamente de cualquier estrés mental y físico por el que hayan pasado para que puedan permanecer lo más alertas y preparados posibles.
- El sueño es crucial para la reparación de tejidos y la síntesis de hormonas para mantener el máximo rendimiento tanto en el ámbito físico como en el no físico de la vida. Los efectos del sueño inadecuado en la función y el rendimiento del cerebro están bien documentados e incluyen disminución de la concentración, deterioro del juicio, tiempo de respuesta más lento, disminución del estrés y mayor riesgo de lesiones físicas.¹

¹ The heart truth

Dominio de preparación espiritual

- El Army define la preparación espiritual como “la capacidad de soportar y superar momentos de estrés, dificultades y tragedias al dar sentido a las experiencias de la vida”. Este significado se extrae de la dimensión espiritual del soldado, que está influenciada por sus creencias, valores, motivación e identidad fundamentales. El dominio de preparación espiritual es inclusivo y se aplica tanto a personas religiosas como no religiosas, independientemente de su origen, filosofía o religión.
- El teniente coronel Paul Fritts, capellán de comando en USACIMT, explicó el dominio de preparación espiritual a través de una cita del general George C. Marshall: “El corazón del soldado, el espíritu del soldado, el alma del soldado, lo son todo. A menos que el alma del Soldado lo sostenga, no se puede confiar en él y al final se fallará a sí mismo, a su comandante y a su país”.
- Las dificultades que enfrentan los soldados son extremadamente peligrosas, y Fritts afirma que para que un soldado tenga una resiliencia verdaderamente duradera, necesita construir un núcleo espiritual fuerte. Fritts alienta a los soldados a trabajar con el equipo de ministerio de su unidad para encontrar orientación adicional y crear un plan de desarrollo espiritual personalizado. Por otro lado el Army menciona algunas sugerencias sobre cómo los soldados pueden trabajar para desarrollar su preparación espiritual, como asistir a reuniones con personas de valores similares, participar en obras de caridad, escribir un diario, meditar y orar.
- Al igual que con los otros cuatro dominios, es importante que los líderes fomenten la preparación espiritual personal a través del liderazgo desde el frente. Fritts afirma que la forma en que un líder decide alentar esto es altamente individualizada y personal, pero aún puede demostrarse externamente, como asistir a los servicios de capilla semanales.

Dominio de preparación mental

- Según el Army , la preparación mental también depende del carácter, el comportamiento, la resiliencia, la habilidad cognitiva y la agudeza social del soldado. El carácter y el comportamiento se desarrollan durante el proceso de acceso y continúan a lo largo de la carrera del soldado. La resiliencia, o la capacidad de enfrentar y hacer frente a la adversidad, es un componente clave de la preparación del soldado y la unidad. Una fuerte resiliencia mental permite a los líderes y sus unidades llevar a cabo misiones difíciles hasta el final.
- La agudeza social, o la conciencia de las interacciones de uno con los demás, permite a los soldados interactuar de manera efectiva con los demás al tener en cuenta las señales sociales y las emociones de otras personas. Tres medidas de agudeza social, según el Army, son la cohesión de la tarea, la identificación con el Ejército y la cohesión social, que es la motivación para construir y mantener relaciones sociales sólidas dentro de la propia unidad.

El candidato cumplirá con las siguientes responsabilidades según la regla de vida.

- Dirigir el culto y ayudar en la parte administrativa.
- Realización de otras ceremonias y servicios religiosos.
- Visitando a los miembros del servicio
- Desarrollar programas de educación religiosa y actividades para los soldados y sus familias o comunidad.
- Realización de seminarios y retiros.
- Acompañando a los miembros del servicio durante el proceso de recuperación.
- Brindar apoyo contra el estrés.
- Asesorar a los comandantes en asuntos religiosos y morales.
- Consejería a los miembros del servicio y sus familias.

Firma estudiante: Eduardo Rodriguez Hernandez Fecha: 7 de febrero de 2023

Firma Mentor(a): Felipe Candelaria Fecha: 7 de febrero de 2023

Acuerdo de Internado

Informe Intermedio de Interno

Informe Intermedio Mentor

Estudio de Caso