

REPOSITORIO ACADÉMICO DIGITAL INSTITUCIONAL

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON EL VOTO DE OBEDIENCIA EN MUJERES CONSAGRADAS.

Autor: ARIADNA ANGELINA RAMÍREZ GUZMÁN

**Tesis presentada para obtener el título de:
LICENCIADA EN PSICOLOGIA**

**Nombre del asesor:
DRA. MARTHA PATRICIA JIMÉNEZ MARTÍNEZ**

Este documento está disponible para su consulta en el Repositorio Académico Digital Institucional de la Universidad Vasco de Quiroga, cuyo objetivo es integrar, organizar, almacenar, preservar y difundir en formato digital la producción intelectual resultante de la actividad académica, científica e investigadora de los diferentes campus de la universidad, para beneficio de la comunidad universitaria.

Esta iniciativa está a cargo del Centro de Información y Documentación "Dr. Silvio Zavala" que lleva adelante las tareas de gestión y coordinación para la concreción de los objetivos planteados.

Esta Tesis se publica bajo licencia Creative Commons de tipo "Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada", se permite su consulta siempre y cuando se mantenga el reconocimiento de sus autores, no se haga uso comercial de las obras derivadas.





FACULTAD DE PSICOLOGÍA

TESIS

**LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON EL
VOTO DE OBEDIENCIA EN MUJERES CONSAGRADAS.**

PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGIA

PRESENTA:

ARIADNA ANGELINA RAMÍREZ GUZMÁN

ASESOR DE TESIS:

DRA. MARTHA PATRICIA JIMÉNEZ MARTÍNEZ

N° DE ACUERDO LIC100404

CLAVE 16PSU0004J

MORELIA, MICHOACÁN. MAYO 2018

ÍNDICE

ÍNDICE	2
RESUMEN	4
INTRODUCCIÓN	5
JUSTIFICACIÓN.....	7
CAPÍTULO 1 MARCO TEÓRICO	9
I. LA TEORÍA DE LA ANTROPOLOGÍA DE LA VOCACIÓN CRISTIANA	9
1.1 HISTORIA Y ANTECEDENTES.....	9
1.2 DIMENSIONES DE LA DIALÉCTICA DE BASE DE LA PERSONA.....	12
1.2.1 PRIMERA DIMENSIÓN	13
1.2.2 SEGUNDA DIMENSIÓN.....	15
1.2.3 TERCERA DIMENSIÓN	16
II. LA OBEDIENCIA	19
2.1 DEFINICIÓN	19
2.2 VIVENCIA DE LA OBEDIENCIA.....	21
2.3 IMPACTO DE LA OBEDIENCIA EN LA VOCACIÓN	28
2.4 RELACIÓN ENTRE OBEDIENCIA Y AUTORIDAD	39
III. INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	41
3.1 DEFINICIÓN.....	41
3.2 DIFERENCIA ENTRE EMOCIÓN, AFECTO Y SENTIMIENTO.....	41
3.3 ÁREAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	44
3.3.1 AUTOCONCIENCIA (CONOCER LAS PROPIAS EMOCIONES).	44
3.3.2 AUTORREGULACIÓN (MANEJAR LAS EMOCIONES).....	44
3.3.3 MOTIVACIÓN (LA PROPIA MOTIVACIÓN)	45
3.3.4 EMPATÍA (RECONOCER EMOCIONES EN LOS DEMÁS).....	45
3.3.5 HABILIDADES SOCIALES (MANEJAR LAS RELACIONES)	46
IV. LA ESPIRITUALIDAD	47
4.1 DEFINICIÓN.....	47
4.2 CARACTERÍSTICAS DE UNA AUTÉNTICA VIDA ESPIRITUAL	49
4.3 ESPIRITUALIDAD, OBEDIENCIA E INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA VIDA CONSAGRADA.....	53

V. SOMATIZACIÓN COMO FORMA DE CANALIZACIÓN DE LAS EMOCIONES	
57	
5.1 DEFINICIÓN.....	57
5.2 IMPACTO DE LA EMOCIÓN EN EL CUERPO	58
5.3 MECANISMOS DE DEFENSA	60
5.4 REPRESIÓN Y SUBLIMACIÓN	60
CAPÍTULO 2 METODOLOGÍA	63
CAPÍTULO 3 RESULTADOS	77
CAPÍTULO 4 CONCLUSIONES	121
CAPITULO 5 DISCUSIONES.....	127
BIBLIOGRAFÍA	129
ANEXOS.....	133

RESUMEN

La presente investigación explica los beneficios que aporta la inteligencia emocional para la vivencia del voto de obediencia en mujeres consagradas, la cual lleva al manejo adecuado de las emociones, favoreciendo la madurez integral y evitando se dé el fenómeno de somatización.

La obediencia es reconocida en esta investigación como: “El compromiso público, aceptado como tal por la Iglesia católica, de acoger la voluntad de Dios como único criterio de vida, discernida e interpretada a través de múltiples mediaciones humanas y, de modo particular, por medio de los superiores, en sus distintos grados” (Alonso, 2008).

Aborda el tema de la vida espiritual, como componente clave para el desarrollo de dicha inteligencia, conjuntando todos los elementos que favorecen el desarrollo pleno y consciente de la vocación consagrada; la cual promueve el amor a Dios y al prójimo, desde la experiencia del amor personal que lleva al pleno desarrollo de la dimensión trascendente del ser humano.

INTRODUCCIÓN

La vida consagrada es un estilo de vida que busca llevar al hombre a su plenitud, mediante la trascendencia, en el servicio a Dios a través de los hermanos. Desde tiempos muy antiguos ha habido personas que dejan todo para responder a la llamada de Dios de seguirlo en esta forma de vida en particular.

Sin embargo, este llamado no cae en una tierra neutra, sino en una realidad humana que presenta diferentes matices y limitaciones, es por ello que la gracia divina supone la naturaleza propia del ser humano, la cual tiene que ir buscando su madurez para que esa entrega sea más real y libre.

La presente investigación pretende profundizar en los diversos aspectos que limitan esta respuesta a la llamada divina, desde el área física, psicológica y espiritual de aquellos que han decidido entregarse a esta vocación.

En la vida consagrada el voto de obediencia es uno de los ejes centrales de su razón de ser, ya que por este se configuran con Cristo quien se hizo obediente hasta la muerte y una muerte de cruz (filipenses 2,8). Sin embargo, la renuncia que implica este voto no siempre es vivida desde la libertad y la plena consciencia, sino por el contrario, puede provocar algunas dificultades generalmente de tipo emocional, las cuales se ven reflejadas inevitablemente en la salud de algunas de las mujeres que han optado por este estilo de vida.

Unido a esto se aborda la importancia de la vivencia de una auténtica vida espiritual la cual favorece a que esta entrega a la vocación se haga cada vez más libre y consciente, generando una auténtica vida consagrada.

La propuesta de esta investigación es el lograr el desarrollo de la inteligencia emocional, como medio para vivir de manera más libre y plena dicha vocación, sin reprimir, ni frustrar ninguna emoción, sino por el contrario, aprovechándolas como medio para servir mejor a los hermanos y ayudarlos a que ellos mismos lleguen a vivirse como seres humanos integrados.

La investigación está dividido en cinco capítulos, el primero es el marco teórico en donde se desarrollan los temas de la antropología de la vocación cristiana, la obediencia, la inteligencia emocional, la espiritualidad y la somatización como medio para canalizar las emociones.

Los capítulos siguientes presentan la metodología utilizada para la investigación, los resultados y las conclusiones a las que se llegaron y finalmente las discusiones que surgieron a partir de los resultados más significativos.

JUSTIFICACIÓN

Desde los años 70s a los 90s el Padre Luigi Rulla, catedrático de la facultad de Psicología de la Universidad Pontificia en Roma, realizó estudios de seguimiento a diversos grupos de consagrados en distintas partes del mundo, para determinar las causas de entrada, salida o perseverancia en este estilo de vida.

De dicha investigación surgió la teoría de la “Antropología de la Vocación Cristiana” la cual es una propuesta interdisciplinaria para abordar el tema de la vocación, tomando como fundamentos aspectos, antropológicos, filosóficos, psicológicos y teológicos e integrándolos en una propuesta para vivir la vocación de una manera cada vez más plena.

En este estudio se analizaron algunas limitaciones que se presentan en la vida consagrada para vivir de manera plena la vocación, una de ellas es la dificultad para vivir el voto de obediencia de manera consciente y plena, lo cual al no realizarse de manera adecuada, genera frustración, por la tendencia a reprimir y no a canalizar de manera adecuada las emociones.

Es por ello que la presente investigación quiere ser una propuesta que favorezca a la vivencia sana de la obediencia, ayudadas desde la vivencia auténtica de la vida espiritual y desarrollando una inteligencia emocional que favorezca el desarrollo integral de las mujeres que han decidido dejar todo para seguir la vocación a la vida consagrada.

Se pretende que esta investigación sea una contribución para diversas comunidades de consagradas, sobre todo en aquellas en las que la autora ha tenido la oportunidad de trabajar, ya que este estudio tiene la ventaja de que es realizado con

población mexicana en la que se pretende tomar en cuenta los aspectos propios de esta región y por lo tanto dar respuesta a las expectativas de dichas mujeres desde su psicología y cultura propia.

CAPÍTULO 1 MARCO TEÓRICO

I. LA TEORÍA DE LA ANTROPOLOGÍA DE LA VOCACIÓN CRISTIANA

El presente capítulo describe de manera breve la teoría de la Antropología de la Vocación Cristiana en donde desde una base interdisciplinar, se aborda los factores psíquicos relevantes para el inicio, la perseverancia y la asimilación de los valores vocacionales.

1.1 HISTORIA Y ANTECEDENTES.

El autor de la teoría de la de la Autotrascendencia en la consistencia fue el padre Luigi M. Rulla (1971), ayudado por varios colaboradores del Instituto de Psicología de la Universidad Gregoriana en Roma, quienes durante más de veinte años fueron madurando dicha teoría a través de la investigación, de la enseñanza y de las confirmaciones existenciales y estadísticas, tanto en la formación sacerdotal como religiosa.

Su teoría es una propuesta de la vivencia de la vocación cristiana, desde tres perspectivas antropológicas: filosófica, teológica y psicosocial. Todo esto siguiendo un rigor metodológico que ha permitido que su teoría tenga la validez necesaria en el campo de la psicología, ya que hace referencia continua a la psicología profunda, estudiando al hombre en sus aspectos intrapsíquicos, demostrando las estructuras Yo ideal y Yo actual y no solo los contenidos (necesidades, valores y actitudes) de la psique, tomando en cuenta las motivaciones humanas en su totalidad (conscientes e inconscientes).

Uno de los grandes aportes de esta teoría es el estudio del inconsciente como factor de un posible influjo en la formulación de ideales y en los estilos de vida (Rulla, 1990).

La teoría se concreta en tres dimensiones, consideradas como tres diferentes disposiciones dialécticas a la autotranscendencia continuamente presentes en el ser humano, y que en cierta medida determinan la facilidad de responder o escoger ciertos contenidos de los valores o las necesidades.

Para entender esta teoría es importante señalar que la Vocación Cristiana es el llamamiento de Dios a la persona humana para que sea colaboradora en la Nueva Alianza (Jer. 31,31; Ez 36, 26) que Dios mismo ha querido establecer entre Él y el hombre (Rulla, 1990).

Sin embargo, este llamado divino no cae en un terreno neutro, sino que encuentra en la persona dos realidades antropológicas, que forman parte de su naturaleza humana:

1. Existe en el hombre la capacidad de autotranscenderse teocéntricamente, es decir, de superarse sistémicamente a sí mismo, para proyectarse más allá de su situación actual y alcanzar a Dios como su último fin. Lo cual le implica el compromiso de vivir los valores autotranscendentes (morales y religiosos) y no según valores puramente naturales (económicos, sociales y estéticos).
2. Existen limitaciones de naturaleza diversa inherentes a la persona, los cuales pueden obstaculizar la libertad del hombre para vivir su tendencia a la autotranscendencia teocéntrica (Rulla, 1990).

Como vemos ambas tendencias antropológicas son divergentes, ya que mientras una favorece a la cooperación humana de la Nueva Alianza, la otra, la libertad imperfecta, puede ser un obstáculo a dicha cooperación.

Lo que pretende, por tanto, esta teoría, es tener una visión más completa, articulada y realista de la libertad humana, para ofrecer una ayuda para reducir las limitaciones de la libertad de la persona, especialmente las que provienen de obstáculos inconscientes, dándole la ayuda necesaria para ser más libre, para usar las propias energías para amar a Dios y a las demás personas. En concreto, pretende ayudar a la persona a conocer y a vivir mejor su vocación cristiana.

Para lograr esto, se requiere que la persona adquiera la formación en las dos concepciones antropológicas: natural y sobrenatural.

1. Antropología Natural. Que implica responder a la pregunta ¿Quién es el hombre?, dicha respuesta comprende dos aspectos: la observación y análisis de los datos reales y de pensamientos concretos de la persona. Y en segundo lugar se procederá de esos datos inductivamente a las causas de sus pensamientos.
2. Antropología teológica. Lo cual implica que el hombre no alcanza su perfección sino sobrenaturalmente, es decir, que la antropología natural, debe tener sus fundamentos en la antropología teológica y debe converger con la misma (Rulla, 1990).

Con todo esto podemos decir que la aportación central de la teoría de la autotranscendencia en la consistencia se resume afirmando:

“Salvado el primado y la precedencia insustituible de la gracia divina, los dinamismos, las fuerzas psico-sociales del hombre, conscientes y subconscientes, influyen en la libertad hacia la autotranscendencia del amor, y así, pueden afectar al proceso vocacional en distintos grados y modos” (Rulla, 1990).

1.2 DIMENSIONES DE LA DIALÉCTICA DE BASE.

Según Rulla, (1990) las dimensiones se desarrollan y se forman a lo largo del crecimiento del ser humano, como resultado de su interacción con los valores que él encuentra, de esta relación surgen tres disposiciones distintas hacia los valores, lo que la teoría maneja como las tres dimensiones.

La persona, en su vida cotidiana, está influida por tres clases de valores:

1. Valores naturales. El niño y el adolescente están influidos por los valores que conciernen a su naturaleza, por valores de base no específicamente humana y por valores humanos infra-morales.
2. Valores autotranscendentes. A medida en que sigue creciendo, el hombre está influido por valores autotranscendentes, morales y religiosos que conciernen a su persona, y lo comprometen en el ejercicio de su libertad hacia la autotranscendencia del amor teocéntrico (centrado en Dios).
3. Los valores naturales y autotranscendentes combinados. Los valores naturales y autotranscendentes se encuentran muy poco en estado puro, y generalmente estos dos valores se presentan juntos (Rulla, 1990).

De tal manera que el hombre está influido por estos tres tipos de valores.

VALORES NATURALES	No específicamente humanos	El hombre los comparte con los animales. Sensibilidad, vida biológica, placer, dolor, salud, enfermedad, etc.
	Inframorales	Son humanos porque son propios del hombre, pero son inframorales porque quedan fuera del ejercicio de la libertad y de la responsabilidad del propio yo. Valores económicos y eudemónicos (prosperidad o miseria, éxito o fracaso).
VALORES AUTO-TRASCENDENTES	Morales	Afecta al sujeto en lo que es más suyo, en su ser y actuar en libertad.
	Religiosos	Se refieren a la relación de la persona con el principio supremo de su ser: Dios.

Fuente: (Santos, 2002)

1.2.1 Primera Dimensión

Es la que se deriva de las estructuras conscientes, en ella existe libertad y responsabilidad, por parte de la persona, en lo que atañe a la resistencia o no de la autotranscendencia, por ellos esta dimensión es la que predispone a la virtud o al pecado.

Esta dimensión es la dimensión de la consistencia ya que la parte consciente (yo manifiesto) y la inconsciente (yo latente) del yo actual están centralmente de acuerdo, es decir no están en contradicción con el yo ideal, que por definición es siempre consciente.

Está formada por consistencias no defensivas, es decir por consistencias que expresan los valores autotrascendentes más que ejercitar otras funciones.

En esta primera dimensión la falta de madurez es de naturaleza consciente y por lo tanto puede implicar pecado deliberado.

Como se ha dicho en esta dimensión las limitaciones que se presentan son prevalentemente conscientes, por lo cual pueden ser superadas con medios tradicionales de ascesis (conjunto de reglas y prácticas para alcanzar el perfeccionamiento espiritual). Es por ello que además de la vida de oración y la educación en los valores, la formación vocacional debe poner particular atención a la educación de la voluntad y de las emociones y no limitarse a la información cognitiva.

Como esta dimensión es la de la intencionalidad prevalentemente consciente es importante que el conocimiento de las virtudes y las normas de la vida consagrada valla acompañada de la presentación de las razones por las que las virtudes y las normas, que sumen para su vida, son buenas, buscando con ello la toma de consciencia de las responsabilidades personales creciendo con ello en una adhesión personal e internalizando los valores.

Como podemos ver la primera dimensión presenta obstáculos prevalentemente conscientes, para elegir y vivir el compromiso vocacional adoptado. El deber de superar estos obstáculos es inseparable a la naturaleza humana y es parte del amor para el reino de los cielos que hace preciosa la elección y la vida vocacional.

En esta dimensión se encuentra el 10 % de las personas consagradas (Palacio, 2014).

1.2.2 Segunda Dimensión

Es la que se deriva de la acción concerniente de las estructuras conscientes e inconscientes, en ella la libertad y la responsabilidad están limitadas por el inconsciente, por ello se le llama del bien real o del bien aparente, o también la dimensión del error no culpable (Rulla, 1990).

En esta dimensión se introducen las inconsistencias inconscientes en su interacción relacionada con las consistencias conscientes de la primera dimensión. Se tiene inconsistencias inconscientes, cuando la parte inconsistente del yo actual (yo latente) está centradamente en contradicción con el yo ideal mientras que, al mismo tiempo, la parte consciente del yo actual (yo manifiesto) esta centralmente consciente en acuerdo con el yo ideal.

En esta dimensión la falta de madurez es de naturaleza inconsciente. Se puede decir que en esta dimensión los maduros son los que tienden hacia el bien real, mientras que los menos maduros, están inclinados al bien aparente.

Con todo lo anterior podemos ver que la segunda dimensión es la que puede de manera particular, limitar la libertad en el crecimiento de los valores autotranscendentes o teocéntricos y por tanto afecta en el crecimiento en la vocación cristiana, es por ello que la segunda dimensión puede hacer más difícil elegir y vivir el compromiso vocacional, sin embargo no afecta a la validez del compromiso anteriormente adoptado.

En esta dimensión se encuentran la mayoría de los consagrados 75% (Palacio, 2014).

1.2.3 Tercera Dimensión

Esta dimensión es la que caracteriza la normalidad o la patología, esta se desarrolla prevalentemente por la fuerza motivante de los valores naturales. En ella normalidad significa madurez si manifiesta algunas dialécticas del yo centrales y estables, que no presentan ningún signo de patología.

Aquí los primeros corresponden a los que se pueden llamar normales, los segundos, serían los anormales o con manifestaciones de naturaleza patológica.

Lo que se tiene que hacer en los casos de inmadurez en la tercera dimensión es el de ayudar a la persona a superar su patología, ya que en estos casos esto influye de manera significativa en la capacidad del candidato para la adaptación y el funcionamiento en la vida religiosa y comunitaria en general, además de que puede afectar al proceso de internalización de los valores autotranscendentes.

A diferencia de la segunda dimensión, la tercera puede ser un elemento que afecte decisivamente a la validez del compromiso, no en los casos de neurosis, ni en los borderline, ya que en ellos la difusión de la identidad del yo no priva de la capacidad de contacto con el objeto y con la realidad, aunque hay que considerar que la hace más difícil. Sin embargo para los casos de patologías graves como psicosis, personalidad antisocial, narcisismo maligno o alguna desviación sexual.

Esta dimensión la ocupan el 15 % de los consagrados (Palacio, 2014).

La exposición de las tres dimensiones permite descubrir la importancia de los valores autotranscendentes que atraen a la persona, ya que la vocación implica la llamada de Dios a la vida cristiana y a una vocación particular, para la cual la persona responde con libertad haciendo propios los valores.

Esta apropiación de los valores autotranscendentes, los cuales implican dejarse cambiar por ellos, se denomina internalización, sin embargo, este proceso no es fácil puesto que en la mayoría de las personas el inconsciente influye limitando o dificultando este proceso, ya que la mayor o menor madurez en cada una de las dimensiones es un factor decisivo en la apropiación de los valores autotranscendentes.

La persona internaliza los valores autotranscendentes objetivos cuando los considera importantes por sí mismos en cuanto que son de Cristo a quien ama y sigue. No obstante sucede que por influencia de las propias inconsistencias centrales, se acepte un valor solo por complacerse a sí mismo y no por amor a Dios. En este caso la persona vive el valor, sin internalizarlo, movido por obtener una ventaja o evitar un castigo.

Un proceso más maduro es la identificación, en donde la persona se apropia del valor no por la recompensa o el castigo de los otros, sino porque satisface su imagen, su estima, o lo protege de las amenazas provenientes de su propio interior.

El proceso de internalización de los valores objetivos autotrascendentes se ve favorecido por la madurez en la primera y en la segunda dimensión (Rulla, 1990).

II. LA OBEDIENCIA

2.1 DEFINICIÓN

La palabra obediencia procede del latín oboedientía, palabra derivada del verbo oboediere (obedecer), formada por ob (enfrentamiento, oposición) y audire (escuchar).

A) Obediencia en general: *“es la acción de obedecer especialmente en organizaciones jerárquicas. Se trata del cumplimiento de un mandato o una orden. Esta palabra se utiliza en diferentes contextos, como en la religión, el ejército, la familia o la educación”* (Significados.com, s.f.).

B) Obediencia Cristiana. *“La obediencia antes de ser cristiana debe de ser humana, lo que implica la obediencia de un ser racional dotado de inteligencia y libre voluntad, que puede comprender cognitivamente, ordenar libre y voluntariamente su vida, con lo cual se puede decir que obra humanamente”* (Ridick, 1988).

La obediencia religiosa se diferencia de la obediencia humana en cuanto que está construida sobre un sistema de valores distintos:

a) La presencia de la voluntad del Padre y de los designios de la providencia, más que la sola voluntad del ser humano.

b) Una visión de sí mismo, no como dueño de su propio destino, ni esclavo de sus propias limitaciones o la de los demás, sino de una visón de hijo valorizado

y vivificado por el amor, que salva, que trasciende, que desea responder con devoción obediente a la invitación de la nueva alianza (Ridick, 1988).

Por ello la obediencia cristiana implica la obediencia más allá de las puras razones humanas, por la sola recompensa o bienestar de un orden meramente humano.

Hinnebusch resume el concepto de obediencia cristiana de la siguiente manera:

... Aun siendo como somos uno en el Espíritu, cada uno conserva la propia personalidad individual y distinta, y, por tanto, en la caridad hemos de respetar a cada individuo como persona singular, amarlo por sí mismo, y desear que cada uno sea lo que verdaderamente es, aquel yo, que el amor creador de Dios, se emplea para llevar a todo hermano nuestro a la verdadera perfección... Es un compromiso que cada cual debe mantener y desarrollar de acuerdo por la verdadera potencialidad dada por Dios a cada uno (Hinnebusch, 1966).

C) La obediencia como voto religioso. Uno de los documentos del Concilio Vaticano II define los elementos esenciales del voto de obediencia:

“los religiosos por la profesión de la obediencia, ofrecen a Dios, como sacrificio de sí mismos, la plena entrega de su voluntad, y por ello se unen más constante y plenamente a la voluntad salvífica de Dios. Por eso, a ejemplo de Jesucristo, que vino a cumplir la voluntad de su Padre, y `tomando la forma de siervo`, aprendió por sus padecimientos obediencia; los religiosos, por moción del Espíritu Santo, se someten con fe a sus superiores, que hacen las veces de Dios, y por ellos son dirigidos al ministerio de todos los hermanos en Cristo, a la manera de Cristo mismo, por su sumisión al Padre, sirvió a sus hermanos y dio

su vida por la redención de muchos. Así se vinculan más estrechamente al servicio de la iglesia y se esfuerzan por llegar a la medida de la plenitud de Cristo” (Perfectae caritatis, N° 14).

El voto de obediencia comprende cuanto pide la obediencia humana y cristiana, pero también implica un carácter específicamente suyo, en cuanto que se refiere a los medios para alcanzar la perfección, además de que este voto se realiza frente a la comunidad eclesial, dándole con ello a la obediencia un carácter sagrado, en cuanto es un compromiso que se desea asumir para vivir de acuerdo a la voluntad de Dios. Por tanto la obediencia es *“un acto libre de conversión interior, la decisión central de la voluntad, para dejarse transformar por Cristo sin reserva”* (Ridick, 1988).

Este voto compromete a la mujer consagrada a ser obediente al Evangelio, a las constituciones de su familia religiosa y a la comunidad eclesial. Así como la vivencia de otras virtudes como la fe, la esperanza, la misericordia, la humildad, la docilidad, la justicia y la paciencia.

2.2 VIVENCIA DE LA OBEDIENCIA

Para tener una visión integral de lo que es la obediencia religiosa es necesario tener en cuenta los elementos y procesos esenciales del ser humano, los cuales se tienen que considerar para la adecuada vivencia de la obediencia.

Para ello tomaremos en cuenta los tres niveles de la vida psíquica: psicofisiológico, psicosocial y espiritual-racional.

1. Nivel Psicofisiológico.

A este nivel la obediencia es solamente una condición reactiva respecto a las leyes naturales, las cuales funcionan automáticamente, a no ser que se interponga alguna enfermedad o anormalidad fisiológica.

En una persona con salud, el cuerpo obedece, a la solicitación psíquica de satisfacer las necesidades corporales, ya que existe una ley natural que proviene de una organización somática o corporal y a la cual se obedece automáticamente.

Las emociones también pueden nacer de estos procesos corporales, que aunque no son producto de reacciones somáticas, sino acontecimientos psíquicos, se experimenta mayor bienestar o menor bienestar física o psíquicamente con relación a la satisfacción o no, de las leyes naturales innatas. Por ello se tiene que buscar la salud y el buen funcionamiento de cada parte del cuerpo, ya que esto es la ley, es la naturaleza.

En ocasiones en este nivel, una parte puede sacrificarse por el bien general de todo el cuerpo, como cuando se tiene que curar una herida o una infección, las demás partes del cuerpo concurren en auxilio de la parte lastimada, trabajando intensamente para producir las células sanguíneas o glóbulos necesarios para aliviar la situación de incomodidad.

Como esta, hay más leyes ordenadas, a fin de un bien general, es decir, el buen funcionamiento del yo fisiológico, en donde todo funciona en bien de todos, todo se va acomodando según la necesidad, para que el cuerpo funcione con la máxima eficacia, y todo esto, sin que la persona tenga consciencia de que todo esto sucede (Ridick, 1988). Si esta tarea, del

organismo fuera mal interpretado o ignorado, seguramente terminaría en perjuicio para el cuerpo.

Con todo esto se afirma que hay una obediencia a nivel fisiológica. El ser humano obedece a las leyes de la naturaleza a nivel fisiológico, esta obediencia se hace cientos de veces al día, sin darse cuenta, el cuerpo puede sacrificarse por un bien mayor, dando como resultado un funcionamiento eficiente en favor de la vida. La misma muerte es una ley de la vida y con ello podemos decir que nuestro cuerpo es obediente hasta el fin.

2. Nivel psicosocial.

En esta segunda dimensión el ser humano trasciende el nivel fisiológico y sus necesidades automáticas, para entrar en un nivel más profundo, donde se da sentido al mundo exterior y no se reacciona solamente a la parte corporal, sino que ahora implica la relación de la persona y el mundo.

En este nivel se esperaría que la persona haya logrado la madurez, para superar los efectos puramente fisiológicos, para poder ver las necesidades del otro y ser sensible a los demás, es donde nace una necesidad diferente a la que podemos llamar necesidad de sentido (Ridick, 1988). La cual implica el reconocimiento social, estima, cuidado, interés y todos aquellos aspectos que den sentido a la vida del hombre.

La obediencia en este nivel se ve en el hecho de que somos seres sociales, y las relaciones interpersonales nos son necesarias, como el alimento, con lo cual adquiere el ser humano su plenitud y un cierto crecimiento, por lo cual se afirma, que necesita establecer amistades y formar comunidad, pero para

que esto se logre se necesita que cada miembro de la comunidad o sociedad pueda crecer, por medio de la diversidad y aportes de los otros miembros.

Al igual que en el nivel fisiológico, en este nivel existen leyes de obediencia que se tienen que considerar

“La obediencia nace de la fundamental necesidad de la persona humana inclinada a ser social... lo cual supone, luchar contra la propia voluntad, que se manifiesta individualista, cerrada, replegada sobre sí misma. Más que aislarse y abandonar la comunidad, lo cual equivale a la muerte de esa parte del ser, el hombre debe personalizarse a sí mismo cada vez más, descubriendo, con las alternativas del tiempo, con mayor libertad y claridad, que la persona no vive, ni se realiza, sino estableciendo relaciones válidas e interpersonales insertándose ahí donde existe la comunidad” (Rahner, 1969).

Teniendo en cuenta esto se realiza una obediencia natural, en la medida que la persona es capaz de pasar del individualismo que implica el interés fisiológico de la propia vida, las funciones automáticas de satisfacción, supervivencia y de crecimiento, a una visión más amplia en la cual se ve a la otra persona, como parte del propio entorno y de la propia existencia.

Por lo tanto se obedece no solo cuando se satisfacen tendencias naturales, fisiológicas o sociales, sino también cuando se limita el interés por el yo, aceptando la pertenencia a un grupo social o a una comunidad, colaborando con ella, bajo la guía de una autoridad constitutiva por el bien del grupo.

De este modo se presenta una nueva meta más allá de la persona, lo cual se conoce como bien común. Por lo tanto el grupo asegura el desarrollo del bien común en cuanto al bien de todos los pertenecientes al grupo.

Entonces, se puede afirmar que la obediencia en esta área, consiste en la sensibilidad y respuesta a las necesidades y requerimientos de las demás personas y de una cierta renuncia a los deseos o intereses personales, en la búsqueda, casi siempre, de un bien mayor (Ridick, 1988).

Esto se puede ver en una familia en la cual los miembros logran obedecer recíprocamente, dando con ello respuesta a las necesidades de unos y de otros, en beneficio de la unidad con cada uno, la alegría, el bienestar y el crecimiento como familia. Del mismo modo esto es válido, para un ambiente social selecto de amistad o asociación de algún tipo, ya que también se busca el bien común, presupone aspectos como la justicia, los cuales implican la obediencia y la sumisión de la propia voluntad a la de los fines o metas de grupos más amplios, a los que libremente la persona decide pertenecer.

Con ello se concluye que aspectos como autoridad y normas se establecen o espontáneamente o de común acuerdo (Ridick, 1988). De este modo queda claro que dado que el ser humano tiene la necesidad innata de sociabilizar, se llega a obedecer a aquellas normas que favorecen, al mismo tiempo los derechos de individualidad, crecimiento y el bien del conjunto de los miembros. Por lo cual se puede afirmar que en este nivel la obediencia es en cierto modo material y espiritualmente utilitaria.

Esta obediencia a normas comunes, puede implicar trascendencia y a la vez renuncia de parte de la persona, ejemplos de esta obediencia pueden ser

entre gobierno y ciudadanos, marido y mujer, padres e hijos, patrones y obreros, lo cual implica la trascendencia de los propios intereses en obediencia a un bien común más grande y a beneficios personales.

3. Nivel espiritual racional.

El ser humano, por naturaleza, tiene una tendencia a trascender los límites de los hechos inmediatos y los procesos meramente materiales (Ridick, 1988). El ser humano por medio de la razón e inteligencia es capaz de llegar a comprender y experimentar la obligación moral, que implica el juzgar las situaciones como buenas o malas racionalmente, no exclusivamente en base a una evaluación emocional, a la gratificación personal o satisfacción personal, sino que se pueden considerar desde principios más allá de la persona misma, por razones de bueno, bello y verdadero (Ridick, 1988), todo lo cual es válido en sí mismo.

Por lo tanto, este nivel va más allá de ciertos estímulos y más allá del proceso de vida, a este nivel obedecemos de manera verdaderamente humana, en cuanto el ser humano es solamente sensaciones, emociones o reacciones, como en el nivel fisiológico, o como en el segundo nivel en el que simplemente hay una coexistencia con los demás, sino que además, en este tercer nivel, implica saber comprender y juzgar situaciones significativas, relativas al bien de la persona y al de los demás y buscar con ello la verdad más allá de sí mismo.

En este caso, se puede afirmar que el objeto de la obediencia, no es simplemente la obediencia a las leyes de la naturaleza física, ni la del bien común, sino la obediencia a la verdad, a los principios por sí mismos, como una de las características humanas más elevadas.

Esto implica favorecer una obediencia que conlleva la conciencia de juicio, decisión y de acción de acuerdo a normas objetivas, establecidas o principios trascendentes. Lo cual da como resultado una obediencia más madura, con elementos esencialmente humanos, ya que esta implica mayor libertad.

Se obedece, no solo de una forma reactiva o utilitarista, en base a necesidades humanas propias y de los demás, sino por principios aún más elevados, que implican un acto volitivo más consciente y menos reactivo. Aun se puede ir más allá, la elección de un no obedecer a un nivel puede ser obediencia a otro nivel más alto. Este tipo de obediencia en ocasiones implica sufrimiento, renuncia a gratificaciones u obediencia en otros planos, pero sin embargo, este nivel nos libera para ser lo que verdaderamente somos: humanos, con todo lo que esto implica en su sentido más profundo (Ridick, 1988).

A este respecto, Wojtyla citado por Ridick, en 1988 dice: *“la libertad típica del ser humano, la libertad que brota de la voluntad, se manifiesta idéntica a la autodeterminación, mediante este órgano experimental, más completo y fundamental, que es la autonomía humana”*.

Teniendo en cuenta esta afirmación los diversos grados de emoción provenientes de las necesidades de los dos primeros niveles se integran bajo, con y por la emoción resultante del último nivel, el cual es un impulso hacia un bien objetivo, que puede ser un bien o un mal moral. El tercer nivel presenta una obediencia más completa, ya que facilita la integración humana para una vivencia de la obediencia más auténtica, dicha integración como afirma Wojtyla (1978) es *“la manifestación y realización de la unidad sobre*

la base de la multiforme complejidad humana...” Es complementaria de la trascendencia.

Como se puede ver la obediencia en el tercer nivel supera el sentimiento y subordina a los otros niveles, generando con ello la autodeterminación, autogobierno, autoposesión, es decir, una obediencia verdaderamente libre, objetiva, basada en la percepción del dinamismo personal. Esta obediencia implica la integración de dos aspectos:

- a) La subjetividad: conocer mis reacciones
- b) Objetividad: dirigir mis acciones

Con todo esto se puede decir que tomando en cuenta al ser humano en su ser integral (físico, psíquico, social y espiritual), es en la trascendencia, es decir en el nivel más elevado, donde se manifiesta el sentido más profundo de la espiritualidad del ser humano la cual sirve como base para comprobar la espiritualidad del ser humano, en otras palabras:

“La transformación natural bajo la acción de los valores experimentados, la potencialidad fundamental de nuestra constitución intelectual, prefigura y prepara, predispone en cierto modo y continúa ayudando a la transformación sobrenatural que está esencialmente destinada a promover” (Hildebrand, 1963).

2.3 IMPACTO DE LA OBEDIENCIA EN LA VOCACIÓN

La obediencia religiosa es uno de los fundamentos de la vida consagrada si se logra vivir de manera madura este voto habrá un impacto positivo sobre la vocación, si

por el contrario se dan usos y abusos se dificultara la vigencia autentica del llamado hecho por Dios.

Es por ello que se necesita tener claridad sobre los aspectos que favorecen la vivencia de la vocación, aquellos que la dificultan o en casos más graves, la suprimen.

Características de la obediencia religiosa madura.

Para que una persona pueda vivir la obediencia religiosa de manera madura se requiere de varias características, sin las cuales esta obediencia se podría reducir a una obediencia instrumental (segundo nivel) o lo que es aún más grave una obediencia de reacción (primer nivel), por lo cual se requiere de:

a) Corresponsabilidad

El consagrado no puede renunciar totalmente al uso autónomo de la libertad y responsabilidad, aun cuando reciba órdenes de su superior, ya que siempre la última responsabilidad de la realización de lo mandado, permanece en la consciencia de la persona, por eso la Lumen Genitum (1976), en número 12 establece que *“todo miembro tendría que participar activa y responsablemente en el proceso de discernimiento, sostenido por el carisma que el Espíritu Santo distribuye entre los fieles de cualquier condición”*.

Es por ello que la corresponsabilidad juega un papel importante en la obediencia, ya que se comparte responsabilidad con los que han sido escogidos por Dios para ayudar a descubrir su voluntad y vivirla con fidelidad. Por ello las personas corresponsables buscan elegir circunstancias y situaciones que permitan a ellos y a los demás contemplar a Dios más de cerca y extender su Reino por todas partes.

b) Constancia y fidelidad en el discernimiento objetivo.

Un consagrado debe de buscar el confrontar con el superior, con los miembros de su comunidad, con las constituciones de su instituto, con la iglesia, con las instituciones, con sus disposiciones psicosociales, la decisión que sea apta y real, para la realización de la Voluntad del Padre hacia él.

Este discernimiento requiere una actitud constante de reflexión, sobre él mismo, su conciencia y sus límites para que al realizar lo mandado sea de verdad un acto maduro por ello el religioso se tiene que preguntar sobre:

1. Él mismo
2. El objeto en sí mismo (el tipo de acción que se quiere emprender)
3. Las consecuencias de la acción
4. Sus motivos
5. Su entidad de valores evangélicos (Ridick, 1988)

c) Capacidad de escucha.

Se tiene que tener una escucha atenta del superior y del consagrado para juntos escuchar la voluntad divina, de tal manera que se disponga el corazón y la voluntad para que la realización de lo mandado sea realmente un acto de obediencia.

d) Apertura al dialogo

El dialogo es el paso que antecede para decidir, se tiene que promover la empatía, por lo cual, la persona debe estar dispuesta incluso a cambiar los puntos de vista, para ello el dialogo debe de ser sincero, abierto y sin rigidez (Ridick, 1988).

El cardenal Garrone (1970) presenta cuatro características de un diálogo maduro, que pueden favorecer grandemente a este respecto: *Claridad, afabilidad, confianza y prudencia* (Ecclesiam Suam, nn 51,52 y 55).

e) Valorar a los individuos

Tanto mandar, como obedecer, implica el aprecio mutuo, así como valorar las diferencias de los demás, para poder enriquecerse con ellas, lo que implica estar abiertos a soluciones diferentes, a puntos de vista distintos y a métodos más eficientes, lo cual implica una conducta evangélica. Si existe este respeto entre las personas, puede haber mayor respeto y consideración del bien común.

f) Interiorización de los valores evangélicos.

Esto implica descubrir en los valores proclamados por Cristo, un llamado a vivirlos de igual forma, asumiendo la propia naturaleza y al mismo tiempo buscando la trascendencia a través de la obediencia religiosa asumiéndola como un acto libre y consciente.

g) Personalidad psicológicamente madura.

Para vivir la obediencia de manera auténtica es indispensable la confianza en sí mismo, el conocimiento y aceptación personal, con capacidad de valorar de manera realista las capacidades y dones que se poseen. Lo cual implica el reconocer las limitaciones personales y por ende, la necesidad que se tiene de las demás personas.

Ya que una personalidad madura, es auténtica en la vivencia del voto de obediencia, por ser dueña de sus reacciones espontáneas, sabe utilizar adecuadamente la inteligencia y la razón, también puede trascender sus limitaciones personales en beneficio de una visión más real, liberada de prejuicios emocionales y sin prejuicios o intereses personales. Ya que el objetivo de esta persona es “dar un aporte constructivo a la comunidad” (Rulla, 1976).

Algunas investigaciones, como las de Rulla en 1990 indican como las decisiones y el discernimiento, son tanto más objetivos cuanto más madura es la persona en cada una de las dimensiones de su personalidad. Es por ello que la posibilidad de vivir el voto de obediencia, que procede un nivel superior, es decir de un nivel espiritual-racional, se manifiesta en la vitalidad, la alegría y en todos los frutos del Espíritu Santo (Mt. 7, 16): amor, alegría, paz, comprensión, cordialidad, bondad, fidelidad, mansedumbre, dominio de sí, teniendo en cuenta que ninguna ley puede formar esos frutos (Gal.5 22-23), sino que son producto de la vivencia auténtica de este voto, el cual cuando se vive de manera auténtica lleva a la realización del ser humano y a la autotranscendencia en el amor teocéntrico.

h) Abusos en el voto de obediencia.

Teniendo en cuenta los tres niveles de la vida psíquica, es importante considerar los usos y abusos posibles en el voto de obediencia (Ridick, 1988).

1. Primer nivel

a) Vida cómoda

En este nivel se puede dar que la satisfacción física sea el fin de la vida y no un medio, lo cual implicaría al momento de discernir lo que se tiene que hacer o realizar lo que el superior indique, lo que se toma como referencia sea la comodidad, el evitar el cansancio, la angustia y los sentimientos de debilidad o insatisfacción, por lo que se tenderá a rechazar todo aquello que cuesta a nivel físico.

Pero si por el contrario se tiene la capacidad de sacrificar, para la entrega total de la persona incluida la parte física, se tiene la capacidad del desapego, como el de la vejez por la cual en el transcurso de los años a pesar del cansancio y del desgaste físico, la persona se sigue entregando de manera entera, ya que la obediencia religiosa implica la aceptación del dolor, el cansancio, las limitaciones a un nivel físico.

Escapar de la realidad movidos por la comodidad es una forma de reusar la obediencia.

b) Esfuerzos excesivos.

En contra parte se encuentran aquellos que no paran nunca, que siempre están corriendo, que sienten la necesidad de hacer, hablar, actuar, encontrarse con el

otro, lo cual para la obediencia religiosa sería un abuso ya que deja poco tiempo para ponerse en la presencia del Señor y escucharlo, y los propios planes y esfuerzos se convierten en el fin principal de la vida.

2. Segundo nivel

- a) Complacencia. Rulla en 1983 afirma que *“la complacencia es aceptar una orden o invitación con el principal motivo de evitar el castigo o recibir una recompensa”*. En este nivel se obedece desde un orden material, la cual puede provenir de un impulso de pasar por buena persona, con la finalidad de mantener paz y tranquilidad.

Cuando se obedece por complacencia se duda de exponer su opinión sobre cualquier cosa, ni tampoco pueden confrontar su comportamiento contrario a la voluntad de Dios, podrán tender a criticar a otros pero no a ellos mismos. Con esta actitud se puede correr el riesgo de soportar la obediencia religiosa, aminorando las responsabilidades y compromisos, llevando una vida mediocre y complaciente, con el cual se trunca el sentido de la obediencia.

- b) Identificación no internalizante.

Esta es *“el proceso mediante el cual obedecemos a una regla o mandato por los beneficios sociales que de ahí se derivan”* (Rulla, 1983), es decir se obedece no por el valor sino por sentirse parte del grupo, generalmente para mantener la amistad y el apoyo, aunque la amistad no es obstáculo para vivir la obediencia, si lo llega a ser cuando se convierte en dependencia o egoísmo. Aquí la persona obedece para ser aceptada, como lo hiciera un niño o un adolescente.

La obediencia se condiciona por las ventajas que se sacan del otro, por la identidad o estima personal. Esto en gran medida tiene que ver con la internalización de la figura paterna del pasado.

c) Dependencia

Se puede obedecer solo por el apoyo, los cuidados, la atención o el interés que la persona puede recibir del superior o de alguna persona significativa, incluso por conservar la imagen que se tiene de la persona dentro de la misma familia. Corriendo el riesgo de que sea el superior quien tome todas las decisiones del religioso, debilitando su autonomía.

Se puede obedecer pero no por el valor, sino por motivos inconscientes, como los de la dependencia afectiva. Como dice Rahner en el año 1960: “no puede haber subordinación del individuo (en la obediencia madura) a la comunidad y a la autoridad que la representa si se pretende hacer del individuo una función totalmente dependiente de la comunidad o de la autoridad”.

d) Desconfianza

Cuando existe una desconfianza de sí mismo, viene como consecuencia una falta de capacidad para razonar, de tener responsabilidad sobre sí mismo e incluso de amar de manera altruista, ya que también se desconfía de los demás. Con esto se demuestra no estar abierto al poder del amor obediente de la persona misma y el poder obediente de los demás, lo que nos limita en gran medida a la vivencia de este voto.

e) Dominación

Esto se refiere a los que critican los mandatos del superior por considerar que sus mandatos son rígidos u obsesivos, que provienen de un superior inflexible y reaccionan como si ellos si supieran lo que es la verdadera obediencia en cada situación, pero en este caso, están más impulsados por necesidades inconscientes de poder que por apertura y disponibilidad para escuchar lo que Dios quiere de su vida.

f) Falta de honradez en el dialogo

Es necesario que el dialogo y la discusión sean absolutamente honestos, que este impregnado de verdad y objetividad, sin intenciones de hacer el asunto más ambiguo o confuso para obstaculizar la decisión. Con el dialogo lo que se debe de buscar es descubrir juntos la voluntad de Dios, y lo que sea mejor para la persona y la situación.

g) Evitar el peligro

La persona puede utilizar la obediencia más que vivirla cuando la mayor parte de su vida, va guiada por el deseo de evitar el peligro y entonces la obediencia se convierte en una sumisión pasiva a la decisión de otro, sin motivaciones interiorizadas sino para evitar el peligro lo cual la llevaría a un infantilismo.

Estos son lo que hacen el nido en la vida religiosa (Rulla, 1976), entran en una fase de mediocridad, evitan lo nuevo y lo distinto y buscan una vida tranquila. Rahner (1975) citado por Ridick en 1988 los describe como *“cumplimos con nuestro deber y recibimos a cambio alimento, estamos contentos y no deseamos nada de la vida.*

La obediencia religiosa no tiene, sin embargo, este sentido; es el sacrificio real de un valor de importancia central como acto de fe... “

Con esto se puede llegar a no renunciar ni a Dios ni al mundo y a buscar tranquilamente la cuadratura del círculo, que implica el servicio a Dios y vivir cómodamente. Lo cual lleva a terminar por no servir a ninguno. (Rueda, 1975).

h) Individualismo

El individualismo puede ser una fuga de desconfianza, de la agresividad e incluso del sufrimiento, cualquiera de estas fugas no puede considerarse como obediencia madura, ya que están impregnadas de posibles inconsistencias y motivos inconscientes que camuflajan este valor.

3. Tercer nivel

En este nivel intervienen diferentes factores que impiden la vivencia del valor de la obediencia.

a) Autojustificaciones

Se puede manipular la voluntad de Dios según los proyectos personales, se puede hacer ostentación de la vivencia de la virtud, pero en ella la vivencia de este voto es por autoafirmación y no por caridad.

Crear que se es obediente es una cosa, pero entenderlo, vivirlo e internalizarlo en sí mismo y en el otro es algo distinto (Wojtyla, 1974).

b) Narcisismo-Amor propio.

El narcisista usara el voto de obediencia, si es superior, para realizar sus planes personales y probar su validez, si por el contrario es súbdito, para exhibir sus derechos y sus méritos, para obtener permiso que realicen sus expectativas de éxito personal.

c) Ausencia de fe.

Esta falta en la obediencia del narcisista, no existe ningún plan sino el suyo. La fe es la seguridad de que Dios está en cada movimiento de nuestro ser, en las personas, en los diferentes acontecimientos por lo que sin ella no podemos considerar que exista obediencia aunque se sacrifique muchas cosas por aparentemente realizarla.

d) Rechazo.

El cual puede ser a los fines del instituto, a los compromisos tomados en la vida religiosa e incluso a la razón de ser de la ley. Ya que si la persona busca a través del cumplimiento de lo mandado otros fines que no van conforme a su consagración no se puede hablar de verdadera obediencia.

e) Racionalizaciones

Se puede defender la persona por el uso de la racionalización con las cuales se busca justificar el propio comportamiento, utilizando medios, en apariencia aceptables. Si se pretende utilizar la razón para realizar la voluntad de Dios, pero en vistas de defender las ideas personales, su bienestar personal y la realización de su querer, de ser así se está perdiendo el tiempo (Rueda, 1975).

f) Celos.

Estos implican la insatisfacción personal por el bien de otra persona, se toma como referencia lo que los demás hacen o dejan de hacer, cuando se ataca a los demás quedan al descubierto varios aspectos de la inmadurez personal como lo es la poca estima de si, la insatisfacción personal, necesidades inconscientes, pero sobre todo la incoherencia de vida.

2.4 RELACIÓN ENTRE OBEDIENCIA Y AUTORIDAD

La vida consagrada esta llamada a hacer visible en la Iglesia los rasgos característicos de Jesús, virgen, pobre y obediente.

Dios manifiesta su voluntad a través de múltiples mediaciones externas como lo son las constituciones del instituto, los superiores, la comunidad, los signos de los tiempos y las expectativas de la gente, sobretodo de los pobres (CIVCSVA, 2008).

La vida consagrada es una sincera búsqueda de la voluntad del Padre. Esta búsqueda se realiza en comunidad, con los hermanos y las hermanas, la autoridad está al servicio de esta búsqueda, a fin de que se haga en la sinceridad y en la verdad.

Se tiene que considerar que en la vida consagrada la autoridad es en primer lugar una autoridad espiritual. Por lo tanto, el que tiene la autoridad está llamado a:

- a. Garantizar a la comunidad el tiempo y la cualidad de la oración
- b. Promover la dignidad de la persona

- c. Infundir ánimos y esperanza en medio de las dificultades
 - d. Mantener vivo el carisma de la propia familia religiosa
 - e. Mantener vivo el sentido de creer con la Iglesia que incluye la obediencia al Santo Padre y una fiel adhesión a su Magisterio
 - f. Acompañar el camino de la formación permanente
- (CIVCSVA, 2008).

Es importante retomar, que la obediencia religiosa no es una pérdida de la autonomía personal, de la libertad o de la independencia, sino más bien la conquista de la libertad de los hijos de Dios, una libertad modelada según Cristo, hombre libre para servir a Dios y a los hermanos.

Los que tienen el servicio de la autoridad están llamados a construir comunidades fraternas y a estar al servicio de la comunidad. Son responsables de la animación de la comunidad, de coordinar los distintos campos de misión que la comunidad tiene confiados y tiene la última responsabilidad en todo (Pablo II, 1996).

La autoridad debe promover en quien obedece la actitud de responsabilidad ante lo que se manda, debe tener un corazón misericordioso y un sentido de la justicia que favorezca la vivencia de la obediencia de los que tiene a su cargo (CIVCSVA, 2008).

III. INTELIGENCIA EMOCIONAL

La inteligencia emocional es uno de los conceptos nuevos que se proponen dentro de la psicología, como medio para llevar a la persona a su desarrollo y madurez, ya que permite la toma de consciencia de las emociones, la comprensión de los sentimientos de los demás, la tolerancia de las frustraciones, el incremento de la capacidad de empatía y la relación con los otros (Goleman, 1995). Desde esta perspectiva, se presenta como un medio favorable para vivir de manera adecuada la obediencia religiosa.

3.1 DEFINICIÓN

La inteligencia emocional es descrita por Daniel Goleman en 1995 como: *“la capacidad del individuo para identificar su propio estado emocional y gestionarlo de forma adecuada”*. Esta capacidad le permite a la persona canalizar de manera positiva sus emociones, ya que puede entender y controlar sus impulsos, facilitando las relaciones comunicativas con los demás.

3.2 DIFERENCIA ENTRE EMOCIÓN, AFECTO Y SENTIMIENTO.

Estos conceptos frecuentemente se utilizan como sinónimos, sin embargo, se considera importante hacer una distinción entre ellos para poder comprender de una manera más precisa lo que implica la inteligencia emocional.

Muñoz en el 2010, hablaba de la importancia de hacer una distinción entre sensaciones, emociones y sentimientos, en su libro explica como considerando estos conceptos desde un plano meramente lingüístico, las emociones son

energéticas y pasajeras, lo que nos habla de un plano psicológico, mientras que los sentimientos, son de índole más intelectual o espiritual, lo cual implica elementos más cognitivos.

Para Yankovic (2011), el afecto es un proceso de interacción social entre dos o más personas. Esto es, que como seres sociales el afecto se convierte en una de las necesidades básicas de la persona.

El diccionario de la Real Academia Española define estos términos de la siguiente manera:

Emoción: *“Alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática”*

Afecto: *“Inclinado a alguien o algo”*

Sentimiento: *“Hecho o efecto de sentir o sentirse”, y sentir lo define como: “experimentar sensaciones producidas por causas externas o internas”.*

Muñoz en el 2010 cita la definición James (1994) que dice que la emoción es *“la percepción de trastornos fisiológicos que ocurren cuando nos damos cuenta de sucesos y objetivos de nuestro ambiente”*. Por lo que se puede decir, que para que exista una emoción se tienen que percibir los cambios del cuerpo a nivel fisiológico y su relación con la interpretación cognitiva de la vivencia presente del sujeto.

Por lo cual James (1994) decía que *“no lloramos porque estemos tristes, sino que nos sentimos tristes porque lloramos”*. Por lo que concluimos que la reacción fisiológica es central para la emoción.

Damasco (2001) citado por Muñoz 2011, define el sentimiento como, “*la percepción y la experimentación de todos los cambios que constituyen la respuesta emocional*”, para este autor hay sentimientos que están relacionados con las emociones y otros no, a los que no se originan por las emociones les llama “*sentimientos de fondo*”, mientras que a los que surgen de las emociones los llama “*sentimientos de emociones*”. Por lo que lo define como la percepción y experimentación de todos los cambios que constituyen la respuesta emocional (Muñoz, 2009).

Juntando estos dos conceptos se puede decir que “*las emociones emergen a la consciencia cuando se atiende la sensación sentida corporalmente y está se simboliza en el darse cuenta*” esta simbolización es la que llama sentimiento (Grennberg & Paivio, 1999).

Finalmente según Rapaport (1953), los afectos tienen constituyentes innatos que consisten en canales y umbrales de descarga, y existen previamente a la diferenciación del yo y del ello. En ese momento, los afectos están al servicio del principio del placer y se descarga sin premura (conducta primaria). En el curso del desarrollo se adquiere una capacidad para postergar las descargas. Ese modelo secundario se adquiere al conformarse el aparato psíquico que controla la tensión y la descarga.

En este modelo, las pulsiones pueden tener tres destinos: la descarga inmediata, la dilación para una descarga posterior y la represión. El camino que siga una emoción pulsional depende de su intensidad, las condiciones de la realidad y la estructura de la personalidad. Los afectos domesticados, su cualidad anticipatoria como afectos señales, juegan un rol adaptativo al medio ambiente (Yildiz, 2007).

3.3 ÁREAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

3.3.1 Autoconciencia (conocer las propias emociones).

Esta área abarca la conciencia de uno mismo, la cual lleva implícito el reconocimiento de los sentimientos que la persona puede llegar a experimentar, esto es básico para la inteligencia emocional, ya que este conocimiento permite a la persona llegar a ser capaz de controlar los sentimientos, entrar en contacto con sus movimientos interiores y favorece la comprensión de uno mismo.

Cuando no existe la capacidad de reconocer los propios sentimientos, se puede llegar a ser dominado por ellos mismos, llegando a hacer aquello que la persona no quiere y dejando de hacer lo que la persona desea (Romanos 7,19).

Las personas que tienen un mayor conocimiento de sí mismas y por lo tanto conocen mejor sus sentimientos, son dueñas de sus vidas, tiene mayor consciencia en sus decisiones y por lo tanto son más libres.

El poder reconocer el estado interior, favorece el autocontrol de la persona, incluso en medio de emociones turbulentas, que entonces se convierten en medios de crecimiento y madurez.

3.3.2 Autorregulación (manejar las emociones)

Cuando existe la consciencia de uno mismo es posible que la persona tenga la capacidad de manejar los sentimientos de forma adecuada. Las personas que carecen de esta capacidad, luchan frecuentemente contra sentimientos que

perciben como negativos y se decepcionan ante la imposibilidad de controlar sus propias emociones.

Por tanto, la conciencia de uno mismo y de los sentimientos, permite la autorregulación de la conducta y por lo tanto el poder ser dueños de uno mismo. Su objetivo es el equilibrio, no la supresión emocional, y que como decía Aristóteles citado por Bekker (1836) *“lo que se quiere es la emoción adecuada, el sentir de manera proporcionada a las circunstancias”*, lo cual contribuye para el bienestar emocional.

3.3.3 Motivación (la propia motivación)

El tener claridad en las emociones y dirigir las a objetivos definidos, favorece la automotivación y la creatividad. Esto lleva implícito el autodominio que implica el control de impulsos (postergar la gratificación y contener la impulsividad), pero es un medio efectivo para alcanzar metas y logros, lo que favorece la autoestima y motivación de la persona. Con esto se puede lograr un desempeño destacado en los diversos ámbitos de su vida, es por ello que estas personas pueden ser más productivas y eficaces en cualquier tarea que emprendan.

3.3.4 Empatía (reconocer emociones en los demás)

Está es una de las habilidades principales de la persona, ya que esta les permite estar mejor adaptadas a su entorno y comprender mejor las necesidades del otro. Lo cual les permite tener una mejor actitud en su entorno.

La empatía se construye sobre la conciencia de uno mismo, ya que mientras más conocimiento se tiene sobre las propias emociones, más hábil se es para interpretar los sentimientos. (Goleman, 1995)

3.3.5 Habilidades sociales (manejar las relaciones)

La persona que posee adecuadas relaciones sociales, deben tener la habilidad de entender las emociones de los demás, esta habilidad es la que proporciona habilidades de liderazgo, manejo de grupos, la eficacia interpersonal y satisfacción en la relación con el otro.

IV. LA ESPIRITUALIDAD

El ser humano es un ente compuesto por varias instancias: física, emocional y racional-espiritual, para lograr un crecimiento y madurez integral, se tiene que atender a cada una de estas instancias, como se ha visto el área espiritual es un aspecto superior, que favorece el crecimiento integral del ser humano, sin embargo, esta es el área que más frecuentemente es descuida lo que implica una dificultad para vivir la trascendencia que favorece a la vivencia de los valores evangélicos, entre los cuales se encuentra el voto de obediencia.

En el primer capítulo, se habló de la importancia de la realización del yo ideal, lo cual favorece para llegar a la autotrascendencia, sin embargo, este yo ideal será objetivo y libre en la medida en que la persona con vocación vive una vida de oración que tiende hacia la madurez, por lo cual es necesario la vivencia de una espiritualidad que mueva a la persona a trascender en un plano superior, no solo en un plano meramente físico o de complacencia social.

Esta tendencia hacia lo auténticamente espiritual, le dará a la persona mayor libertad de autotrascenderse teocéntricamente en el amor. De tal manera que no vivirá un egocentrismo del yo, o un personalismo filantrópico-social, sino en un personalismo altruista del Tú divino y del tú humano, es decir, según un personalismo cristiano (Rulla, 1990).

4.1 DEFINICIÓN

La espiritualidad es la que da sentido a nuestra existencia y significado a nuestro camino. Normalmente se suele definir lo espiritual como lo opuesto a la materia o lo

material, o como aquello que no tiene contacto con lo corporal. Aquí se presentan algunas definiciones.

En el Oxford dictionary (2005) la espiritualidad se refiere “al estado o cualidad de estar involucrado en asuntos espirituales”.

González (1996), afirma que *“la espiritualidad alude al hecho vivo y concreto de relacionarse con Dios desde la situación personal, social y ambiental”*. Enriquece la definición diciendo *“la espiritualidad se refiere a relaciones de fe, esperanza y amor del hombre y de la mujer con su creador y, unido a Él, con los demás seres humanos, consigo mismo, con la sociedad, el medio ambiente y el universo entero”*. Lo que podría concluirse afirmando que la espiritualidad se refiere al fenómeno de las relaciones vividas y operantes con Dios.

La espiritualidad también es definida como *“una relación con Dios o lo que sea que este sostenido por ser lo último que brinda una sensación de significado, propósito y misión en la vida”*; esta relación produce frutos como el altruismo, amor y perdón, los cuales tienen un efecto discernible en la relación individual, con el sí mismo, la naturaleza, los otros y aquel fin último (Candal y Carroll citado por Hodge 2001).

Para Pietro en 2010 la espiritualidad *“es la expresión de la esencia del ser”*, según él esta esencia es la sustancia de la vida y se manifiesta en energía, cualidades y valores. Valores como la dignidad, la verdad, el coraje, la justicia, y la paz; energía como fortaleza vital, mental, física, dinámica, equilibrio y dominio propio; cualidades como la belleza, la bondad, la honradez, y la compasión, solo se logran a través de la espiritualidad.

En términos psicológicos Frankl (1945) percibe al espíritu como un eje que atraviesa el consciente, preconsciente e inconsciente. El espíritu –el yo en su esencia- se introduce en estos tres planos. Surge un nuevo concepto de “persona profunda”. No será ya la actividad psicofísica, algo vegetativo o propio de un animal, sino la persona espiritual-existencial que en su dimensión más profunda es inconsciente (Prieto, 2002).

Frankl (1965) observa que en los actos espirituales la persona queda de tal modo absorbida que no puede ser objeto de reflexión, no puede aparecer la verdadera esencia de la persona: la propia existencia –dirá- es irreflexiva y no analizable; el espíritu tiene la capacidad de captar el mundo como objeto, siendo él mismo inobjetable. Lo espiritual, concluye “tanto en su última instancia como en su origen tiene que ser inconsciente” (Prieto, 2002).

4.2 CARACTERÍSTICAS DE UNA AUTÉNTICA VIDA ESPIRITUAL

Existen diversos términos para definir el crecimiento espiritual, pero es un hecho que la auténtica vida espiritual, se tiene que ver reflejada en la vida cotidiana, lo que será referente de una vivencia auténtica.

Para tener una auténtica vida espiritual, es necesario tener una vida de oración, que lleve a la unión con Dios y permita a través de ella reflexionar sobre la propia historia e interpretar los signos de los tiempos. Esta oración debe de tener fines concretos, desde la visión de trascendencia que se ha ido manejando en el presente marco teórico, se puede afirmar que lo que se busca en la oración es dirigirse, ante todo, a obtener los valores naturales, pero dando privilegio a los valores autotranscendentes buscando todo aquello que es importante en sí para tener una

auténtica unión con Dios, con nosotros mismos, con los demás y con el medio ambiente, sin buscar únicamente lo gratificante para la persona.

El conocimiento personal, permite al individuo reconocer sus limitaciones, tener una visión más realista, mas verdadera, más humilde, reconociendo con ello, la obra que Dios hace en él a través de las mediaciones que hay en su entorno, de este modo crece la confianza en el amor incondicional de Dios, que finalmente servirá de ayuda para ser más comprensivos con las limitaciones de las otras personas.

Como se ve, la vida de oración, ayuda a trabajar en la libertad interior, la cual dispone a la persona para la realización de la voluntad de Dios en ella. Quien se dejará amar y salvar como Dios quiere, es quien llega finalmente a la plenitud del ser humano.

Otra de las características de la vida espiritual es el esfuerzo continuo por la vivencia de los valores autotrascendentes, los cuales se tienen que convertir para la persona en el ideal supremo, ya que solo a través de la vivencia de estos valores la existencia humana adquiere su pleno significado y la vocación humana logra su realización (Rulla, 1990).

Para lograr esto tiene que haber una integración en los diferentes niveles de la persona y en especial el racional espiritual, como se había visto en el capítulo sobre la obediencia, en el cual se menciona, como este nivel puede incluso superar a los otros dos postergando o pasando algunas necesidades en segundo término.

Otras de las características de una auténtica vida espiritual según Ricart (2014) son:

A) La sensación frecuente de felicidad

Las personas que han crecido en espiritualidad emanan energía de felicidad. Reflejado en carácter compuesto de alegría, la cual es transmitida a través de su rostro, su mirada o de sus gestos. Esta sensación de bienestar, logra ser contagiada a los demás, el optimismo es parte de su vida y generan sensaciones de bienestar más permanentes.

B) La Paz

Hay una facilidad para vivir un estado de paz, la cual a pesar de los problemas de la vida, es más fuerte la confianza en un poder más grande y absoluto, en quien confían plenamente. No existe problema que en manos de un ser supremo no tenga solución, y eso favorece a la sublimación de las dificultades, dándole a la persona una sensación de paz con la que reflejan el estado espiritual de su alma.

C) Compasivos

La compasión es una verdadera virtud espiritual, la cual no se puede fingir, ya que esta virtud parte de una experiencia que la persona ha tenido con ella misma, a estas personas verdaderamente les importa el bienestar de los demás y saben ponerse en lugar de quien sufre para entender su condición y poder ofrecer ayuda.

D) No Son Egocéntricos

Una auténtica espiritualidad quita el egoísmo, ya que reconoce que todo es creación de Dios y que estamos conectados a nivel espiritual, que tenemos una gran

hermandad trascendente por la que todo somos hijos de un mismo Dios. De ahí surge la misión primordial de servir a Dios y en Él a los que nos rodea.

E) Emocionalmente Estables

Este aspecto tiene directa relación con lo que se hablaba en el capítulo anterior sobre la inteligencia emocional, la cual implica una autoconsciencia, autoregulación, motivación, empatía y habilidades sociales lo cual es fruto de un trabajo espiritual profundo que la persona realiza a través de la unión con Dios y el dialogo consigo mismo a través de su historia.

F) Pacientes

Otra de las más deseadas virtudes es la paciencia, las personas que han adquirido este crecimiento entienden que esta virtud es espiritual. Tienden a llevar las cosas un día a la vez porque entienden que no todo el mundo está a su nivel espiritual. Reconocen que la ignorancia en el ser humano es la que desarrolla el dolor y no juzgan a los demás por esta flaqueza.

G) Humildes

La persona altamente espiritual es humilde, ya que reconoce su lugar en el universo y no necesita que nadie se lo reafirme, no tiene nada que comprobarle a la sociedad y mucho menos a sí mismo. Esta naturaleza le permite ser noble y abierto con todo mundo que tenga la oportunidad de conocer y tratar.

Todas estas características resumen a una persona espiritual, esta actitud facilita la inteligencia emocional y por lo tanto la vivencia del voto de obediencia.

4.3 ESPIRITUALIDAD, OBEDIENCIA E INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA VIDA CONSAGRADA

Actualmente se observa una urgencia de que los consagrados adquieran una adecuada madurez humana, ya que de ella depende tanto el crecimiento como el aprovechamiento su vida cristiana, religiosa y carismática, puesto que si tambalea esta base, los niveles superiores cristianos y carismáticos sufrirán decididamente las consecuencias y se verán limitados en su potencialidad fomentando frutos de inconstancia y de escasa fecundidad (Goya, 1998).

Debe de ser clara la convicción de que el estilo de vida *“aunque implica la renuncia de bienes que indudablemente son dignos de gran estimación, sin embargo, no solo no se opone al verdadero desarrollo de la persona humana, sino que, por su propia naturaleza, lo favorece en gran medida”* (LG 46), ya que como dice el Papa Juan Pablo II *“La dimensión humana y fraterna exige el conocimiento de sí mismo y de los propios límites, para obtener el estímulo necesario y el apoyo en el camino hacia la plena liberación”* (VC 71), para lo cual la vida espiritual es un medio eficaz que favorece esta experiencia.

Esta espiritualidad ayuda a comprender la personalidad, las principales energías motivacionales y afectivas, así como a aumentar su nivel social mediante las relaciones interpersonales satisfactorias, buscando con ello su crecimiento global (Goya, 1998).

Frecuentemente se pueden encontrar con mujeres consagradas que no logran tener una auténtica vida espiritual e incluso con la tendencia de pasar a segundo término este elemento indispensable de la vida consagrada, a pesar de los procesos de formación y de conversión que se llevan durante el camino vocacional. Lo que es más preocupante es que con el tiempo, la vivencia de la vocación se vuelve algo pesado que les va robando algo legítimo como puede ser un cariño humano, el derecho a programar su vida o a disfrutar de ciertas compensaciones que consideran necesaria por la labor que realizan, de tal manera que el voto de obediencia se va volviendo una carga (Isingrini, 1999).

Es por ello que la vivencia de la espiritualidad ayuda a que la mujer, que ha decidido entregarse en la vocación religiosa, pueda con este medio llegar a ser lo que está llamada a ser: una auténtica mujer consagrada al servicio de Dios y del prójimo, por lo que necesita una formación integral que profundice tanto en los aspectos humanos y cristianos, para que se pueda asumir de manera genuina la renuncia que implica el voto de obediencia.

Un medio para llegar a esto es la inteligencia emocional, que lleva a la mujer consagrada a una más auténtica y plena integración personal, disponiéndola a una mejor realización de su vocación. Lo cual favorecerá para que no experimente división entre lo que piensa y desea, sino que desde un reconocimiento de sus emociones llegue a la decisión de obrar conforme a la opción que libremente ha tomado.

Para lograr esta interacción entre espiritualidad, obediencia e inteligencia emocional se hace necesaria no sólo una pedagogía que sea capaz de guiar hacia esta integridad, sino sobre todo una antropología que permita comprender a la persona en su totalidad, como se propone en el capítulo primero.

Algunos de los elementos que favorecen para que esta integridad suceda son:

- a) La exigencia de una concepción concreta e histórica de la persona. En donde entra tanto la experiencia personal como antropología del ser humano en general.
- b) La exigencia de una concepción dinámica de la persona. Esta concepción deberá tener en cuenta su antinomia fundamental que la pone continuamente en tensión entre la sublimidad de su vocación y la fragilidad de su ser, por lo que se puede deducir que frecuentemente la persona es más débil que pecaminosa.
- c) Dar importancia al subconsciente. Lo cual implica el conocimiento de ciertas limitaciones que afectan a la libertad de la persona, ya que una decisión que pudiera parecer una respuesta a un valor, puede ser, en parte, motivada por necesidades humanas más afectadas por la búsqueda de lo que, en sentido general, gusta o disgusta.
- d) La madurez en tres dimensiones de la persona. Como se vio en el capítulo primero, la primera dimensión es en la que se ejerce la libertad para elegir lo bueno, lo verdadero y responder así al llamado de Dios, favoreciendo con ello un comportamiento virtuoso. En la segunda dimensión el comportamiento está motivado por el bien real y la tercera dimensión se refleja en la salud tanto física como mental de la persona (Isingrini, 1999).

Todo esto adquiere un importante papel si se considera que no es posible llegar a configurarse plenamente con la persona de Jesucristo y llegar a participar de la unión con Dios, sin llegar a ser hombres completos y maduros.

Por lo que en cada etapa de vida de la persona consagrada, se debe trabajar para buscar esta madurez espiritual y humana, superando adecuadamente las dificultades que se presentan en cada etapa, es aquí donde entra la inteligencia emocional, la cual permite a la persona crecer en autoconsciencia y libertad favoreciendo así el proceso de reconocerse y perfeccionarse a sí mismo para el servicio de la sociedad (Ramírez, 2000).

V. SOMATIZACIÓN COMO FORMA DE CANALIZACIÓN DE LAS EMOCIONES

5.1 DEFINICIÓN

La palabra somatizar se refiere a la transformación inconsciente de una afección psíquica en orgánica. Por lo tanto la somatización es la tendencia a experimentar y comunicar síntomas corporales, los cuales exceden o no tienen causas orgánicas demostrables (ABC, s.f.).

La palabra emoción deriva del Latín *emovere* que significa mover, remover; turbación, agitación del ánimo. Es decir, mover fuera de sí, hacia el mundo exterior (Carripio, 1991).

Warren en 1996 dice que la *“Emoción es la experiencia o estado psíquico caracterizado por un grado muy fuerte de sentimientos y acompañado casi siempre de una expresión motora, a menudo muy intensa. Expresión dinámica de los instintos.”*

Mientras que para James (1890) *“La emoción es una reacción fisiológica y en su acompañamiento sensorial un sentimiento. Hay en la emoción una participación de las reacciones y sensaciones fisiológicas y hay una implicación cognitiva en ellas, es decir que abarcan conceptos y creencias. Lo resume como la percepción de trastornos fisiológicos que ocurren cuando nos damos cuenta de sucesos y objetos de nuestro ambiente”.*

Y para Marina 1996, *“La emoción es un sentimiento breve, de aparición normalmente abrupta y manifestaciones físicas conscientes (agitación, participación, palidez, rubor etc)”*. Son experiencias estrictamente físicas que dependen de los diferentes sistemas neuronales.

5.2 IMPACTO DE LA EMOCIÓN EN EL CUERPO

“Las emociones son el resultado de la evaluación de una situación por parte del organismo” (Muñoz, 2009). Las emociones, y todas las reacciones corporales asociadas a ellas, sirven de fundamento para los mecanismos básicos de la regulación de la vida, están fundamentalmente al servicio de la supervivencia. Están constituidos por reacciones simples, para promover la supervivencia del organismo, son espontaneas.

Para generarse una emoción hay que percibir los cambios que ocurren en el cuerpo a nivel fisiológico y su relación con la interpretación cognitiva de la vivencia presente de la persona. De tal manera que la reacción fisiológica es central para la emoción (Muñoz, 2009).

Para Lepeyronne citada por Muñoz en 2009. La emoción es de corta duración, pero intensa y el sentimiento es más duradero e intenso. La emoción tiene un inicio repentino y su duración es muy limitada, ya que la emoción depende de una reacción corporal y de la evaluación cognitiva de la situación. Tiene una relación estrecha con las creencias, los pensamientos y con el contexto en que surge.

Para Damasio (2006) citado por Muñoz (2009). Dice que cuando estamos en relación con algo externo ocurren fenómenos o respuestas internas en el organismo, ya que en la interacción somos afectados y esto nos influye; cuando esta influencia es lo suficientemente fuerte nos involucramos de manera adecuada para producir una serie de cambios corporales, pero esto es cuando la interacción no nos fue indiferente. Finalmente estos cambios corporales son llamados por Damasio (2006) sensaciones de la emoción y que obviamente tiene relación con aquello que excitó o generó este cambio corporal. “Las emociones se representan en el teatro del cuerpo”.

Las necesidades básicas de amor, atención, cuidado y seguridad son inherentes al ser humano, cuando no hay una satisfacción adecuada de estas, el organismo reacciona por medio del sistema simpático y parasimpático, dichas reacciones son inconscientes y quedan inscritas en el cuerpo (Ramírez, 2000).

Por ejemplo, si un hombre recibe una agresión física, psicológica o social, el cuerpo reacciona de manera automática para protegerse: puede ocurrir que el sistema digestivo corte su actividad, el corazón lata con mayor rapidez, para propiciar más energía a los músculos que contrataran, la respiración se hará más rápida para dar oxígenos a la sangre y el sistema hormonal puede vaciar en la corriente sanguínea cierta cantidad de adrenalina para disponer a los músculos para atacar al agresor o por el contrario escapar de él (Ramírez, 2000).

Sin embargo, si por razones religiosas o sociales se inhibe el contraataque, la energía acumulada en los músculos y en los demás sistemas busca una salida que produce síntomas neuróticos o enfermedades psicosomáticas en distintas partes del cuerpo, como pueden ser: en el estómago, en el corazón, los músculos contraídos, y si se gasta inútilmente esa energía que se podría usar en actividades más productivas (Ramírez, 2000).

Por lo tanto se puede deducir que el origen de las tenciones y nerviosismo, que invaden frecuentemente al ser humano provienen de miedos, ansiedades, fobias o experiencias significativas que tienen sus raíces en la infancia.

La agresividad del sistema nervioso simpático, afecta el funcionamiento del aparato digestivo.

Si existen incidentes de rabia u odio, las tenciones se notan en la espalda, en la nuca, en las mandíbulas y en las extremidades con las que un animal atacaría. Mientras que si se trata de experiencias de miedo, se notaran dolores en el estómago y podrán existir algunas úlceras.

5.3 MECANISMOS DE DEFENSA

Como se ha visto si existe un desarrollo incompleto en alguna de las etapas del ser humano, aparecen en el cuerpo como enfermedades psicosomáticas o como reacciones psíquicas que tratan de ocultar estas fallas, las cuales se conocen como mecanismo de defensas, porque ocultan los sentimientos reprimidos o dan una satisfacción aparente (Ramírez, 2000).

5.4 REPRESIÓN Y SUBLIMACIÓN

La represión según Sigmund Freud (1923), es el mecanismo de defensa principal del Yo, el cual es una instancia del aparato psíquico, y es usada principalmente por la mayoría de personas de estructura neurótica de la personalidad la cual implica

una identidad integrada, su organización defensiva se centra en la represión y en la utilización de mecanismos defensivos avanzados.

La represión consiste en expulsar de la conciencia toda expresión de deseos, sentimientos o fantasías inaceptables impulsadas principalmente por el Ello. Sin embargo, debido a que la carga energética de estos deseos y fantasías inaceptables puede ser muy elevada, el aparato psíquico necesitará implementar otras estrategias a fin de expresar el contenido del Ello, por lo cual, el Yo implementará sus estrategias defensivas alternas para evitarlo (Freud, 1923), por lo que entran en juego otros mecanismos de defensa, como por ejemplo, la somatización descrita al inicio de este capítulo.

La sublimación es el mecanismo de defensa que se expresa de manera inconsciente o consciente a través de acciones y alternativas socialmente aceptables por las cuales se canalizan pulsiones o deseos conscientemente inaceptables. Ejemplos de esto son el arte y el deporte que se presentan como medios que permiten expresar de manera sublimada estas energías internas (Freud, 1923). Cuando este mecanismo es consciente estamos hablando de un mecanismo no defensivo, sino adaptativo, el cual habla de la madurez del individuo que la utiliza.

Tanto sublimación como la represión son dos mecanismos psíquicos que, desde los comienzos del psicoanálisis, fueron contrastados en sus modos de funcionamiento, sobre todo, en sus resultados finales. No es fácil distinguir cuando está jugando uno u otro en la dinámica de la persona, pero mientras más consciente se sea de ellos se puede ir hablando de mayor libertad (Morales, 2006).

Como se puede observar en las anteriores definiciones, la represión actúa como un mecanismo que elimina de la conciencia el material que resulta molesto o conflictivo para la persona, mientras que la sublimación, le permite canalizar de manera constructiva las emociones y pensamientos que son percibidos como negativos para el individuo.

Por lo tanto para la presente investigación, se propone la sublimación como mecanismo adaptativo, que le permita a la mujer consagrada vivir más libre y consiente su voto de obediencia, mediante la canalización de sus emociones, favoreciendo así la inteligencia emocional y evitando la somatización como resultado de la represión de las emociones no aceptadas.

CAPÍTULO 2 METODOLOGÍA

2.1 ENFOQUE CUALITATIVO

Este enfoque se utiliza para descubrir y reafirmar preguntas de investigación, en el cual, el investigador comienza examinando el mundo social y en este proceso desarrolla una teoría consistente con la que observa que ocurre, en éste método no se aprueban hipótesis, se basa en métodos de recolección de datos no estandarizados. La recolección de datos consiste en obtener las perspectivas y puntos de vista de los participantes. Su propósito consiste en reconstruir la realidad tal y como la observan los actores de un sistema social previamente definido (Sampieri, Collado, & Lucio, 2010).

Por otra parte, Taylor y Bogdan (1987), citados por Blasco y Pérez (2007) se refiere al enfoque cualitativo como un modo de encarar el mundo empírico, señalan que en su más amplio sentido es la investigación que produce datos descriptivos: las palabras de las personas, habladas o escritas y la conducta observable.

2.2 ALCANCE DESCRIPTIVO

Este alcance *“Busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población”* (Sampieri, Collado, & Lucio, 2010).

Según Dankhe en 1986 menciona que los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis.

2.3 OBJETIVO GENERAL:

Describir el nivel de inteligencia emocional y su relación con el voto de obediencia en las mujeres consagradas para la vivencia de una auténtica vida espiritual.

2.3.1. Objetivos específicos

- Identificar el nivel de inteligencia emocional en las mujeres consagradas.
- Describir el significado personal del voto de obediencia.
- Resaltar la importancia de la espiritualidad para la vivencia de la obediencia.

2.4 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

De acuerdo con los estudios realizados por Rulla (1990) sobre la permanencia y perseverancia en la vida consagrada, llama la atención que solo el 10% de los consagrados viven a plenitud su vocación, el 75% no cuentan con la libertad suficiente para responder conscientemente a este llamado, sino que hay motivaciones inconscientes que los hacen permanecer en la vida religiosa, finalmente un 15% presentan limitaciones patológicas que limitan su opción de vida.

A causa de esta limitación de la libertad se gestan malestares físicos, los cuales están relacionados con la falta de canalización de las emociones, las cuales son reprimidas para mantener una imagen que favorece la falsa autoestima.

Como origen se encontró la dificultad de vivir el voto de obediencia, que como resultado trae enojo y frustración y por ende enfermedad, sin embargo, es un hecho que aquellas personas que tienen un alto nivel de vida espiritual logran integrar perfectamente este voto a su vida y ayudándoles a encontrar sentido a la misma,

teniendo como principal arma, el desarrollo de la inteligencia emocional, que les permite encontrar el equilibrio y la madurez en la vivencia plena de su vocación, logrando así la autotrascendencia en el amor.

Es por ello que la investigación planteada pretende describir como el desarrollar una adecuada inteligencia emocional y una autentica vida espiritual, favorece para la mejor vivencia del voto de obediencia y por ende un mejoramiento en la salud física y psíquica, logrando así un desarrollo integral, que lleve a la vivencia plena de su vocación.

Los resultados de este estudio ayudaran a las mujeres consagradas a identificar los aspectos que limitan su vocación, al mismo tiempo que se abre una propuesta de intervención que favorezca este trabajo según las características propias de cada persona.

Estudios de esta naturaleza solo han surgido en Italia, España, Alemania y actualmente pocos en Estados Unidos y Colombia, sin embargo, en México no ha sido un tema que se halla investigado, por lo que es una propuesta con buena viabilidad, ya que se estudia a población mexicana, por lo que los resultados serán de beneficio específico para la población antes mencionada.

2.4.1 Pregunta de investigación

¿Cómo influye el nivel de inteligencia emocional en el voto de obediencia en las mujeres consagradas para que tengan una auténtica vida espiritual?

2.5 SUPUESTOS TEÓRICOS

- El nivel de inteligencia emocional bajo favorece el falso voto de obediencia.
- La represión de las emociones, favorece la obediencia autoritaria.
- La somatización es favorecida por la mala canalización de las emociones en el cumplimiento inauténtico de la obediencia.

2.6 EJES TEMÁTICOS

- **Eje 1 Inteligencia emocional**

“Es la capacidad de percibir y expresar emociones, de asimilar las emociones en el pensamiento, de comprender y razonar con las emociones y de regular las emociones en uno mismo y en los demás” (Mayer, Salovey, & Carruso, 2000).

“Capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos” (Goleman, 1995).

“Percibir, comprender y regular las emociones propias y la de los demás” (Fernández Berrocal & Ramos Días , 2006).

- **Eje 2 Obediencia**

“Es la obediencia razonable firmada por voto de sujetar la propia voluntad a otro por sujetarla a Dios y en orden a la perfección” (Aquino , 1485).

“Es aquella sumisión general que los religiosos juran a Dios, y voluntariamente prometen a sus superiores, para ser dirigidos por ellos en los caminos de

perfección de acuerdo al propósito y constituciones de su orden. Consiste, de acuerdo a Lessius (De Justitia, II, XLVI, 37), en el permitirse un hombre a sí mismo ser gobernado a través de toda su vida por otro por amor a Dios”.

“El religioso confía su vida a la voluntad de Dios expresada en sus legítimos superiores. Cumpliendo lo que le manden éstos y la regla de su congregación u orden, el religioso puede estar seguro de encontrarse en el auténtico camino de santidad” (VC123).

- **Eje 3 Espiritualidad**

“Es la expresión de la esencia del ser. Esta esencia es la sustancia de la vida y se manifiesta en energía, cualidades y valores” (Pietro, 2010).

“Se manifiesta fenomenológicamente por una conciencia inmediata del yo, y brota del inconsciente espiritual. La espiritualidad es el principal atributo del hombre, y de ella deriva la conciencia, el amor y la conciencia estética” (Frankl, 2014).

“Es la cualidad de lo que es espiritual (por ejemplo, de Dios, de los ángeles, del alma hermana, de la Iglesia); es sinónimo de piedad realmente poseída; es la ciencia que estudia y enseña los principios y las prácticas de que se compone dicha piedad o dicho servicio de Dios” (Ancilli, 1983).

- **Eje 4 Somatización**

“Patrón crónico de conducta de enfermedad, con un estilo de vida caracterizado por numerosas consultas médicas y dificultades sociales secundarias” El Manual

Diagnóstico y Estadístico de la Asociación Psiquiátrica Americana (DSM-IV-TR, 2002).

“Es un proceso hipotético en el cual los mecanismos de defensa natural no permiten la expresión de la ansiedad y, en su lugar, sólo es posible una expresión visceral, impidiendo la manifestación de la ansiedad experimentada conscientemente por el individuo” (Lipowski, 1988).

“Son situaciones clínicas en las cuales los pacientes se presentan clínicamente con síntomas exclusivamente somáticos a pesar de existir a la vez problemas psicológicos o estrés emocional demostrable” (Kirmayer & Robbins, 1991).

2.7 TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

- **Entrevista a profundidad**

La entrevista a profundidad implica hacer preguntas, escuchar y registrar las respuestas y posteriormente hacer otras preguntas que aclaren o amplíen un tema particular.

Las preguntas son abiertas y los entrevistados deben expresar sus percepciones con sus propias palabras.

Las entrevistas a profundidad tienen la finalidad de comprender la opinión que tienen los entrevistados acerca de un tema particular, su terminología y sus juicios.

Con ella se pretende medir:

- Obediencia
- Somatización
- Espiritualidad

- **Test de la figura humana**

El dibujo de la Figura Humana pertenece al conjunto de las denominadas técnicas proyectivas en las que la persona no tan sólo se limita a efectuar un simple dibujo sino que se espera que plasme de forma indirecta, la esencia de su propia personalidad.

También podemos hipotetizar, según los elementos y características del dibujo, acerca de sus capacidades y competencias cognitivas e intelectuales.

Autora: Karen Machover

Año: 1948

Consigna: Se sienta a la persona frente a una mesa o escritorio vacío y se le presenta una hoja de papel en blanco en forma vertical, con un lápiz del nº 2. Luego el evaluador da la instrucción: “Quiero que en esta hoja me dibujes una figura humana lo más completa posible. Puede ser cualquier clase de persona que quieras dibujar, siempre que sea una persona completa y no una caricatura o una figura hecha con palos o rayas.”

-No hay tiempo límite para esta prueba, la persona puede borrar, rectificar o cambiar su dibujo durante la ejecución.

Mide: aspectos de la personalidad del sujeto en relación a su auto concepto y a su imagen corporal.

Que voy a medir: obediencia y somatización.

- **HTP**

Es un test proyectivo basado en la técnica gráfica del dibujo, a través del cual podemos realizar una evaluación global de la personalidad del individuo, su estado de ánimo, emocional, etc. La realización de dibujos es una forma de lenguaje simbólico que ayuda a expresar de manera bastante inconsciente los rasgos más íntimos de la personalidad.

Autor: John n. Buck y W.L. Warren.

Año: 1947

Consigna: Para la realización de este test, se le entrega a la persona una hoja en blanco sin pautas y un lápiz negro (preferiblemente nº 2 HB). No se permite regla u otro tipo de ayuda mecánica. El dibujo debe ser manual.

La primera hoja se entrega en forma horizontal, y se le pide al sujeto que dibuje una casa. Cuando termina, se retira esa hoja y se le entrega otra en forma vertical, pidiendo que dibuje un árbol. Al finalizar, se retira esta segunda hoja, y se le entrega la tercera, también en forma vertical, pidiendo que dibuje una persona, sin indicar el sexo de la misma.

No se toma tiempo en este tipo de técnicas, pero en general es un test que no suele ni debería durar más de 20 o 30 minutos.

Mide: Brinda información acerca de la manera en que un individuo experimenta su yo en relación con los demás y con su ambiente familiar. El H-T-P facilita elementos de la personalidad y áreas de conflicto en el entorno terapéutico.

Que voy a medir: obediencia y somatización

- **Persona bajo la lluvia**

Autor: Silvia Mabel Querol y María Chávez Paz

Evalúa las ansiedades, temores, aspectos conductuales que se activan ante una situación de presión ambiental.

Diagnostica modalidad defensiva predominante. Y su modalidad adaptativa, o patológica. Nivel de ansiedad.

Diagnostica o infiere estructura psicopatológica subyacente y su característica de organización-desorganización.

- **Test para medir inteligencia emocional**

Autos: Daniel Goleman

Año: 1995

Mide: Nivel de inteligencia emocional

Consigna: A continuación se presentan un cuestionario, con el cual se pretende obtener una aproximación de su nivel de Inteligencia emocional. Es necesario colocar los datos que se le pide y responder con la mayor sinceridad posible para obtener excelentes resultados. No hay respuestas correctas o incorrectas, no hay tiempo límite y debe de procurar no dejar ninguna pregunta sin contestas.

2.8 PARTICIPANTES

1 LMP38

Edad: 38 años

Escolaridad: bachillerato en Trabajo Social

Congregación: Misioneras Trabajadoras Sociales de la Iglesia

2 MRJ32

Edad: 32 años

Escolaridad: preparatoria

Congregación: Misioneras Trabajadoras Sociales de la Iglesia

3 EDP32

Edad: 32 años

Escolaridad: preparatoria

Congregación: Agustinas Recoletas

4 EAL30

Edad: 30 años

Escolaridad: 4to semestre de enfermería

Congregación: Misioneras Trabajadoras Sociales de la Iglesia

5 CEVC46

Edad: 46 años

Escolaridad: secundaria

Congregación: Agustinas recoletas

6 MGPL40

Edad: 40 años

Escolaridad: preparatoria

Congregación: Agustinas Recoletas

7 AFC30

Edad: 30 años

Escolaridad: bachillerato

Congregación: Misioneras Trabajadoras Sociales de la Iglesia

8 RGG42

Edad: años

Escolaridad: bachillerato en Trabajo Social

Congregación: Misioneras Trabajadoras Sociales de la Iglesia

9. AMV41

Edad: 41 años

Escolaridad: Licenciada en Enfermería y Obstetricia

Congregación: Misioneras Trabajadoras Sociales de la Iglesia

10. MASO37

Edad: 37 años

Escolaridad: preparatoria

Congregación: Misioneras Trabajadoras Sociales de la Iglesia

2.9 ESCENARIO

1. Congregación:

Misioneras Trabajadoras Sociales de la Iglesia

Domicilio:

Utume 100 Colonia Vista Bella

Misión: Hacer presente Cristo compasivo y misericordioso, promoviendo al hombre de manera integral.

2. Congregación:

Agustinas Recoletas

Domicilio:

Pacanda 81 Colonia Vista bella

Misión: La caridad evangélica en comunidad fraterna desde la consagración religiosa en auténtica vida de pobreza y oración al servicio de los más pobres.

2.10 PROCEDIMIENTO

Primeramente la población se eligió entre mujeres de vida consagrada de entre 1 a 15 años de profesión perpetua, para asegurar que tuvieran la experiencia de la vivencia de la obediencia por más tiempo.

Se aplicaron las pruebas de manera individual, en una sola sesión a cada una de las participantes.

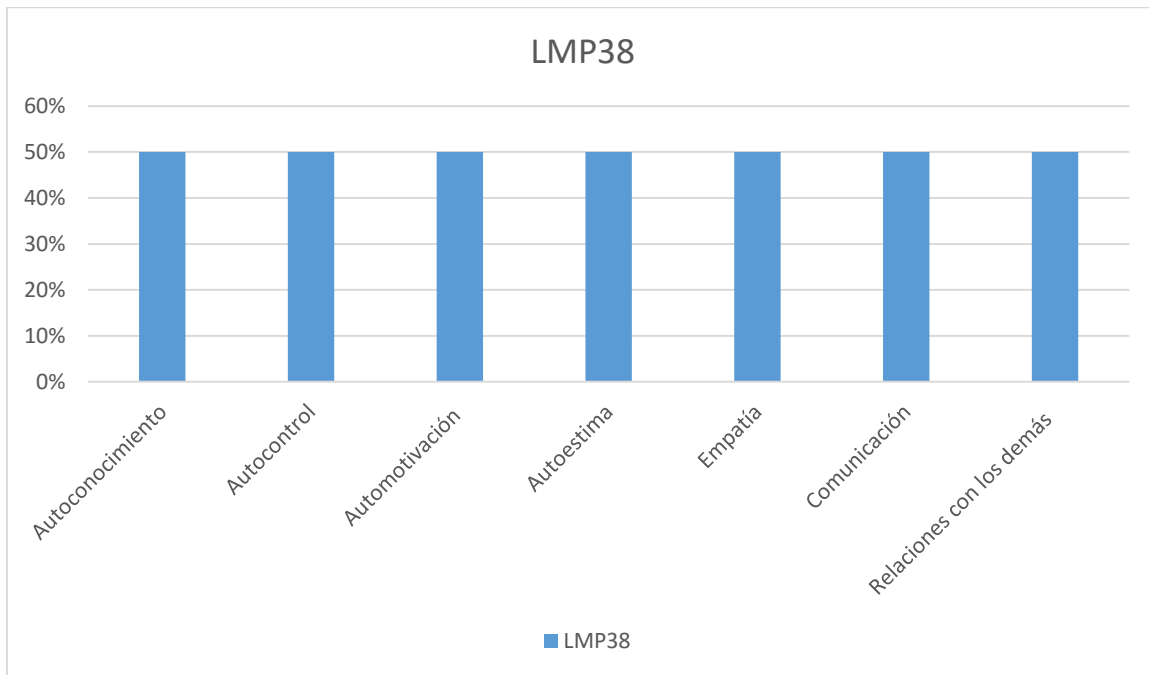
Se inició con la entrevista a profundidad, posteriormente el test de la figura humana, HTP y persona bajo la lluvia, para terminar con el test de inteligencia emocional.

Después de aplicarlas a 10 participantes se procedió a realizar el vaciado de datos, seguidos de la interpretación, para terminar con las conclusiones finales.

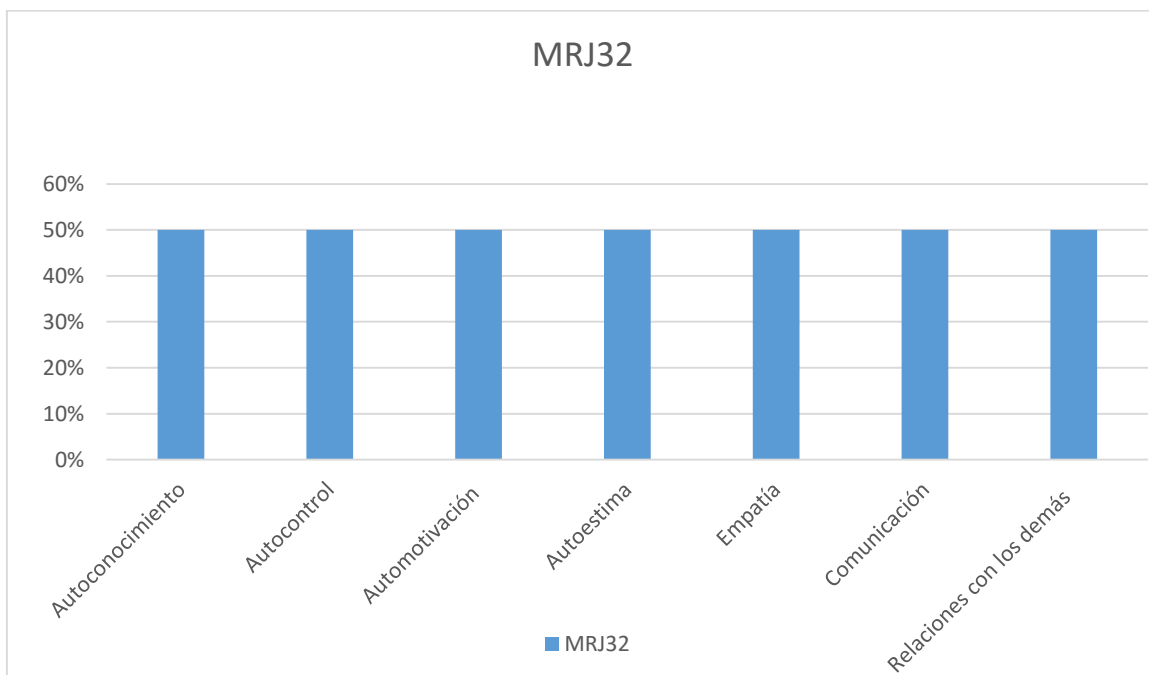
CAPÍTULO 3 RESULTADOS

Eje 1. Inteligencia emocional

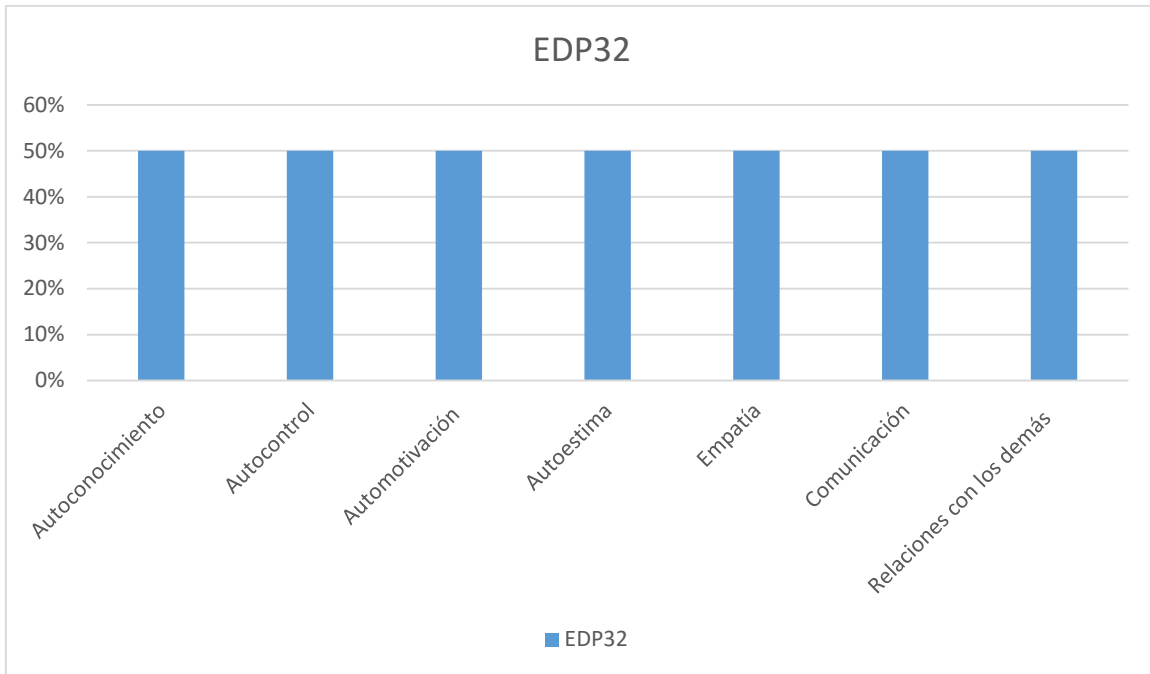
RESULTADOS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL POR SUJETO



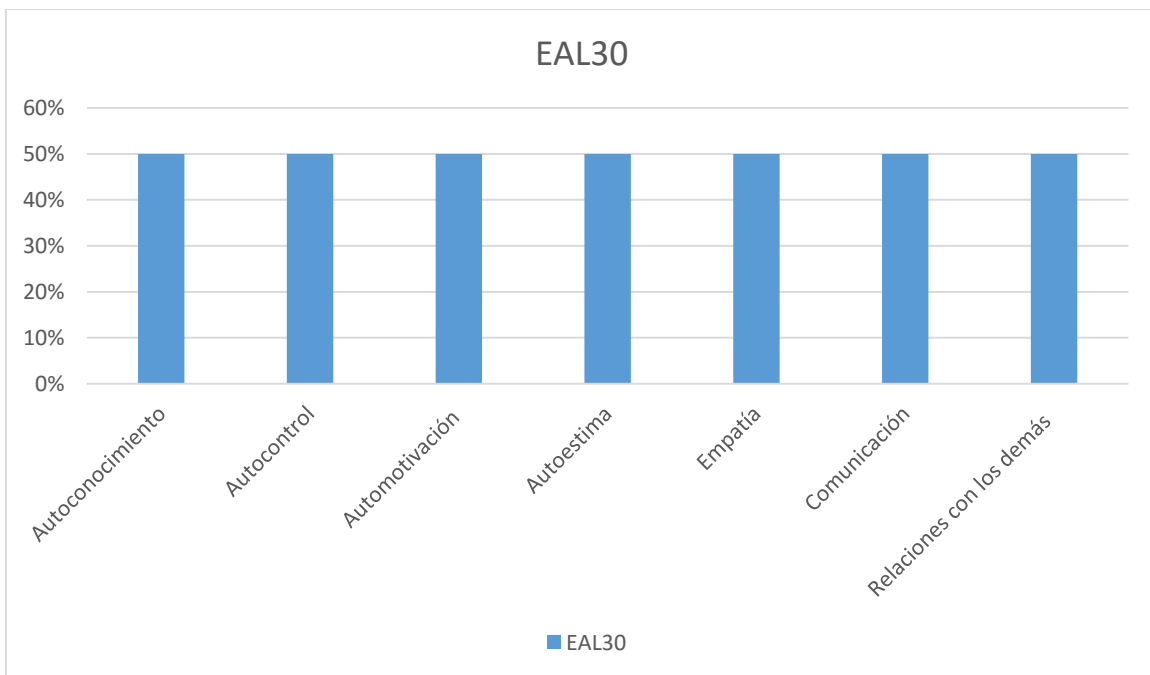
LMP38 Presenta un término medio en las diferentes escalas de inteligencia emocional.



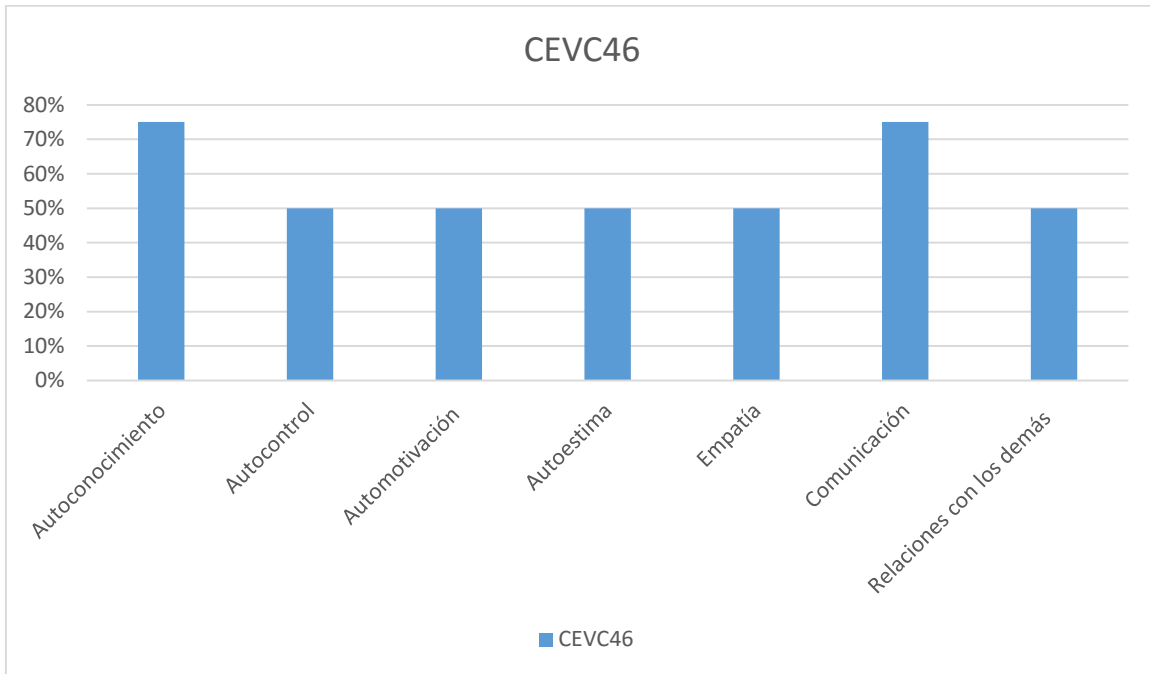
MRJ32 Presenta un término medio en las diferentes escala de inteligencia emocional.



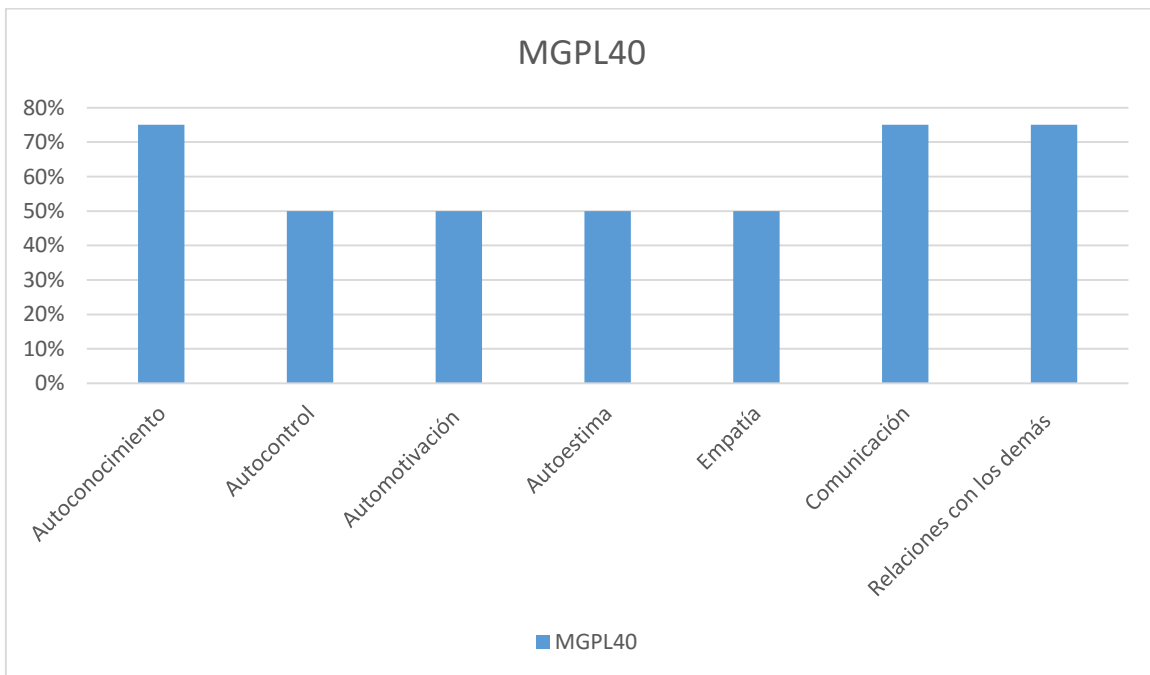
EDP32 Presenta un término medio en todas las áreas de inteligencia emocional.



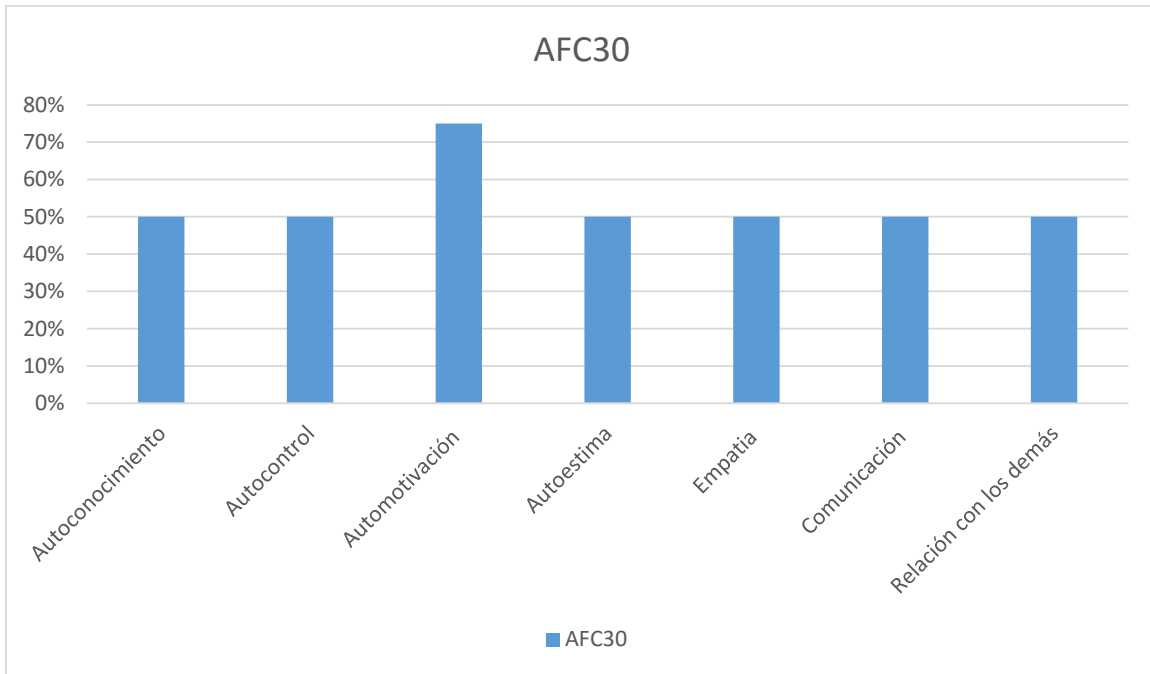
EAL30 Presenta un término medio en todas las escalas de la inteligencia emocional.



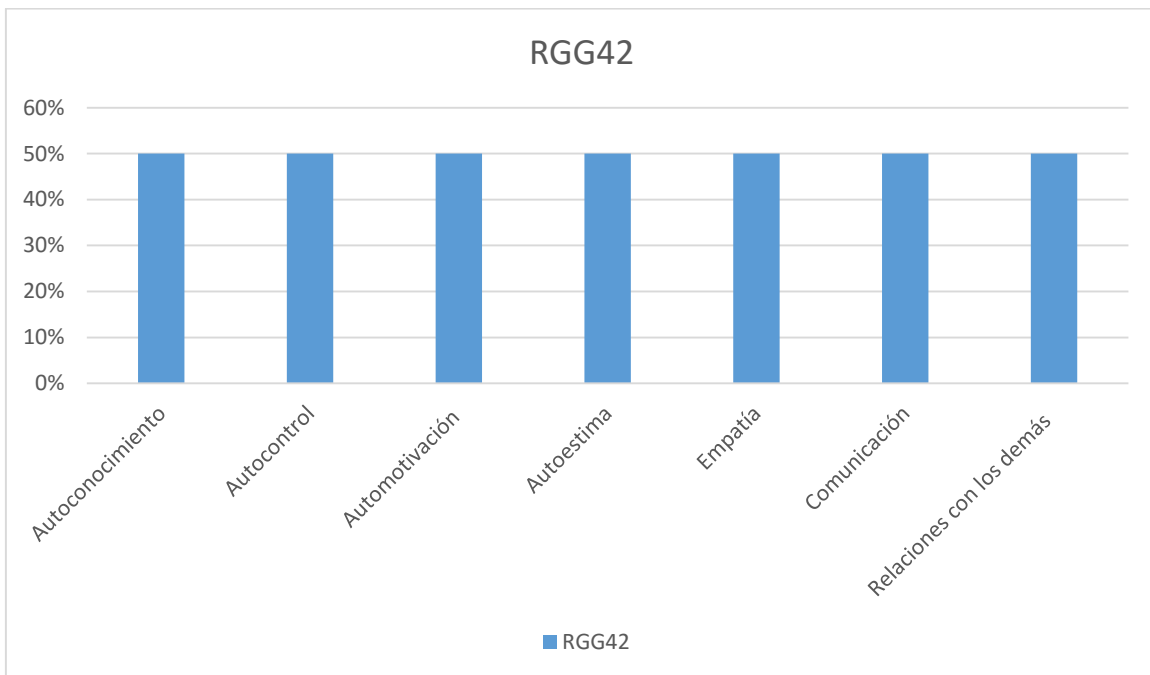
CEVC46 Presenta las áreas de autoconocimiento y comunicación, con un 75%, mientras que en las demás se encuentra en la media.



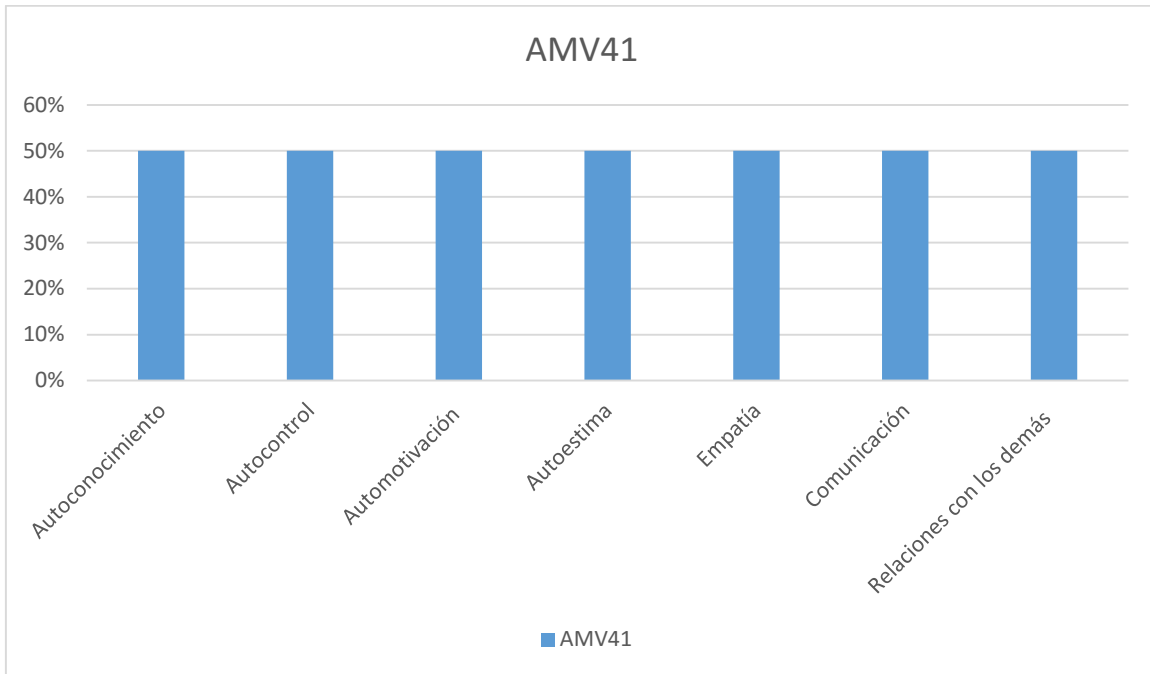
MGPL40 presenta un 75% en autoconocimiento, comunicación y relación con los demás, y las otras áreas se mantienen en un 50%. Es la participante con mayor porcentaje en inteligencia emocional.



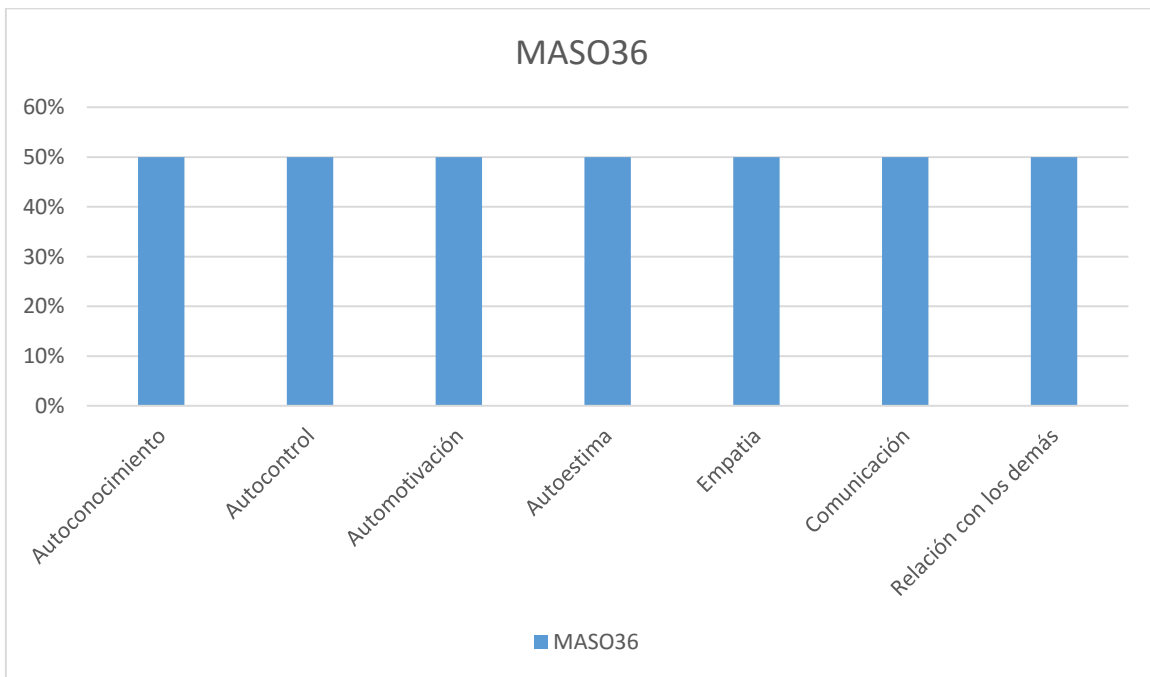
AFC30 presenta un 75% en automotivación, mientras que en todas las demás se encuentra en 50%.



RGG42 Presenta un término medio en todas las áreas de inteligencia emocional.

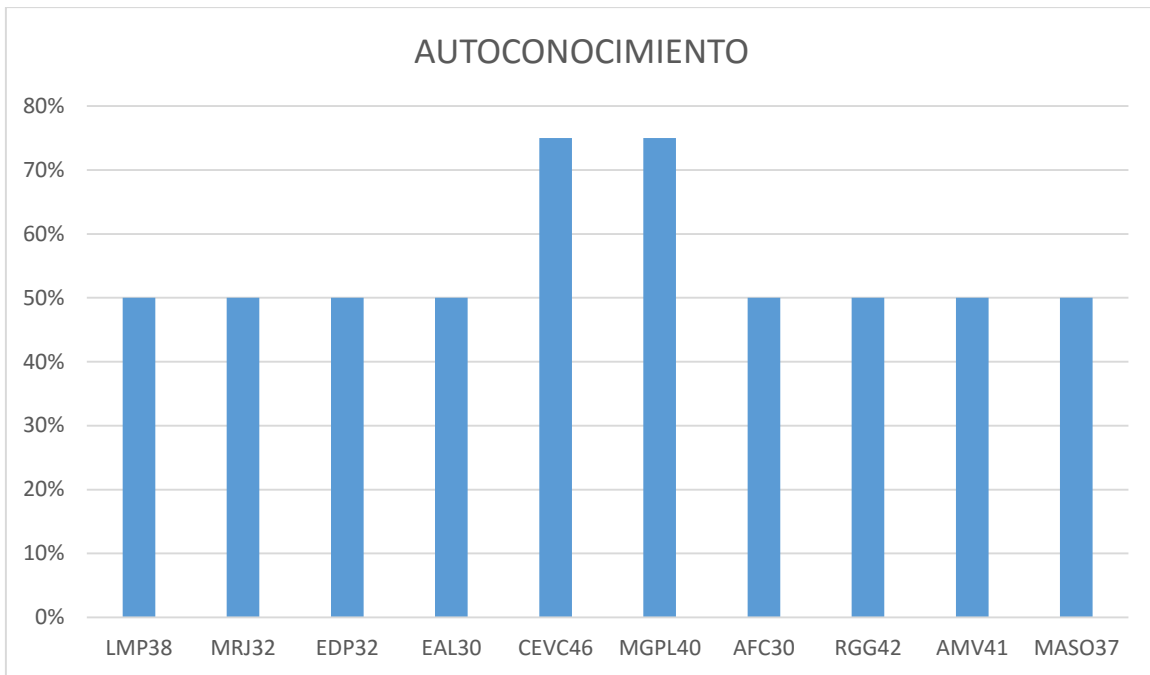


AMV41 Presenta un término medio en todas las escalas de inteligencia emocional.

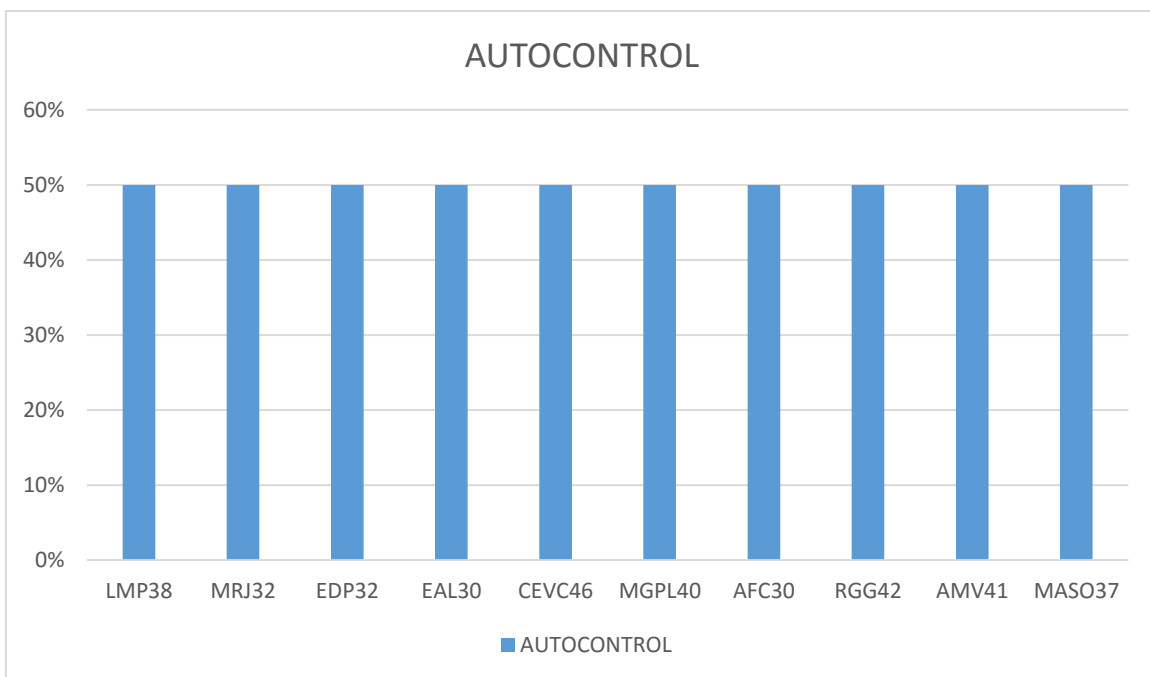


MASO37 Presenta un 50% en todas las áreas de inteligencia emocional.

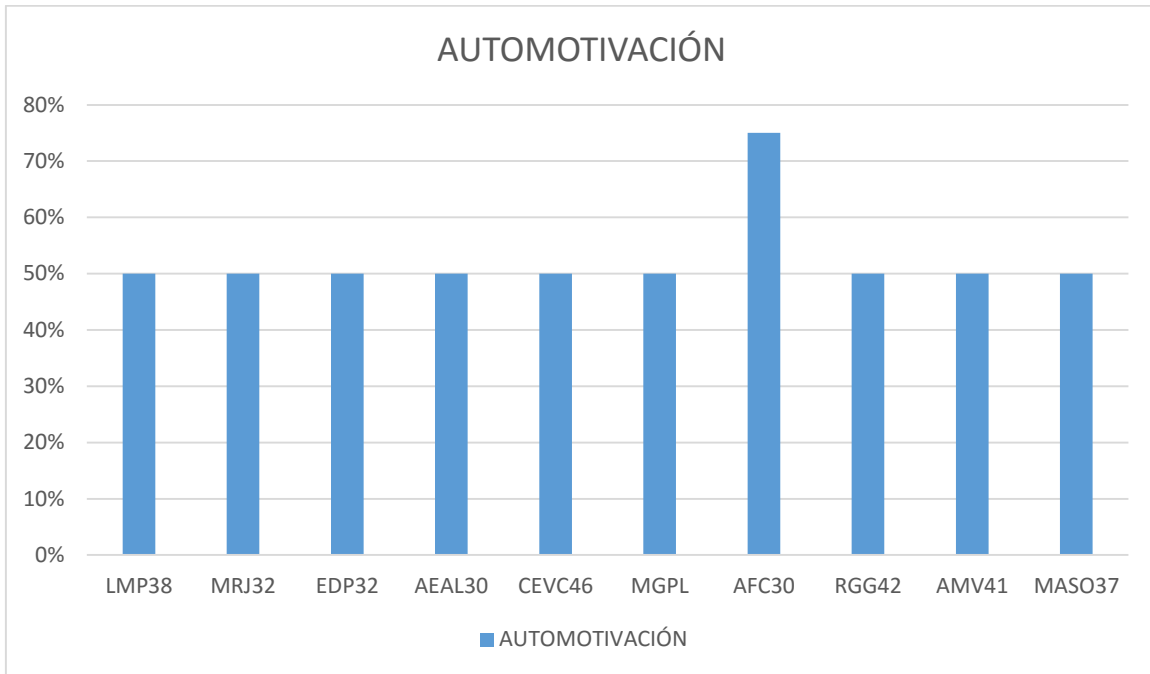
RESULTADOS INTELIGENCIA EMOCIONAL POR AREA



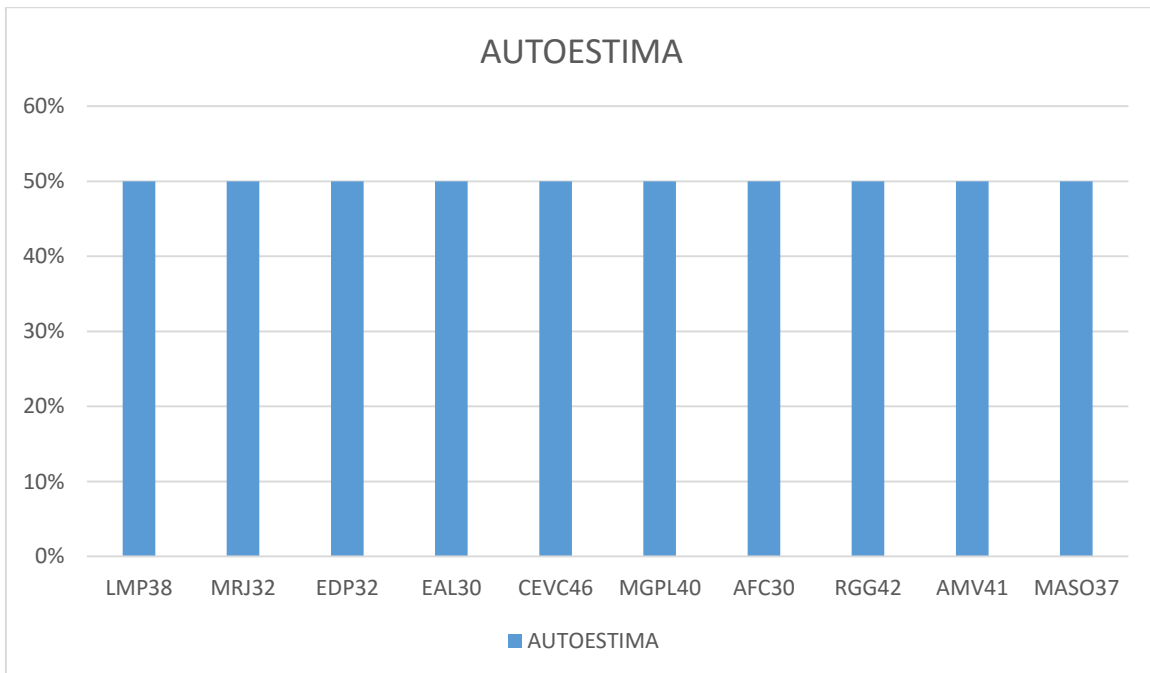
2 de 10 de las participantes salieron elevadas en autoconocimiento con 75% las demás se encuentran dentro del 50%.



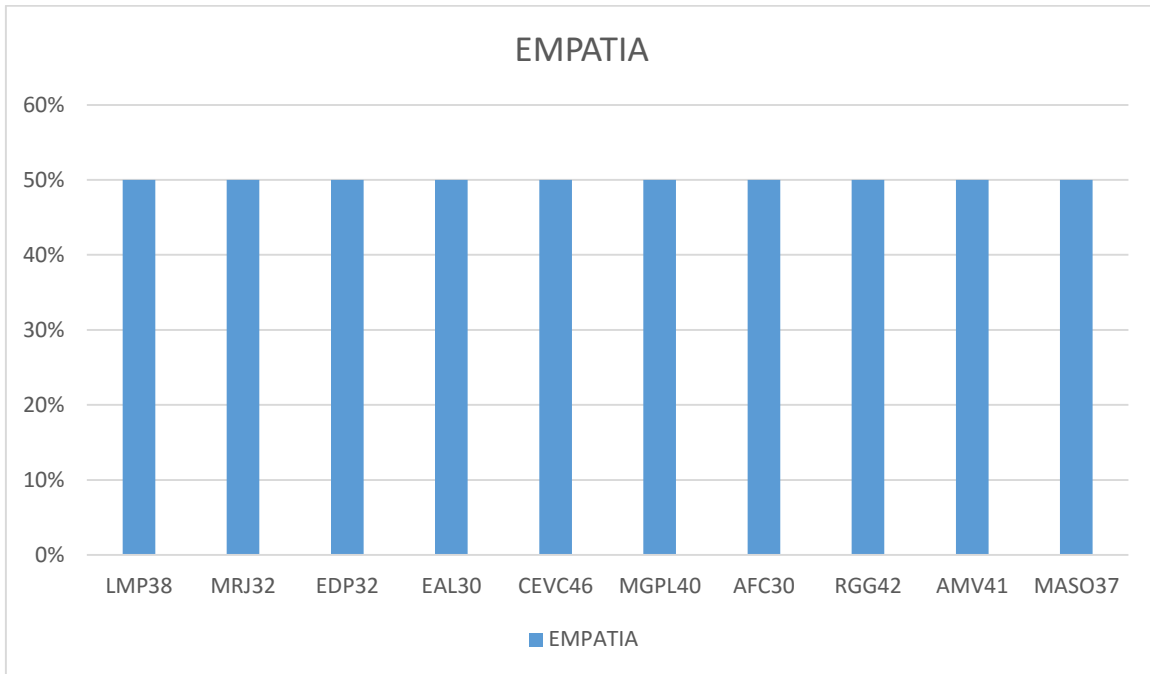
Todas las participantes presentan un 50% en autocontrol.



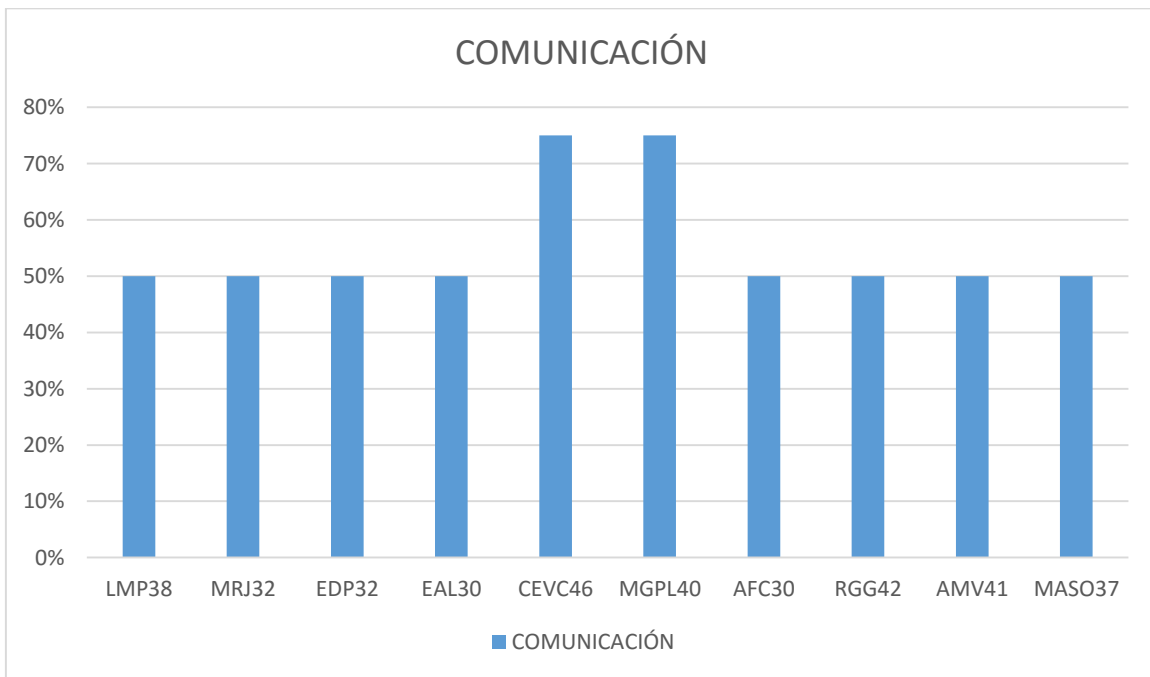
1 de las 10 participantes presenta 75% en automotivación, todas las demás un 50%.



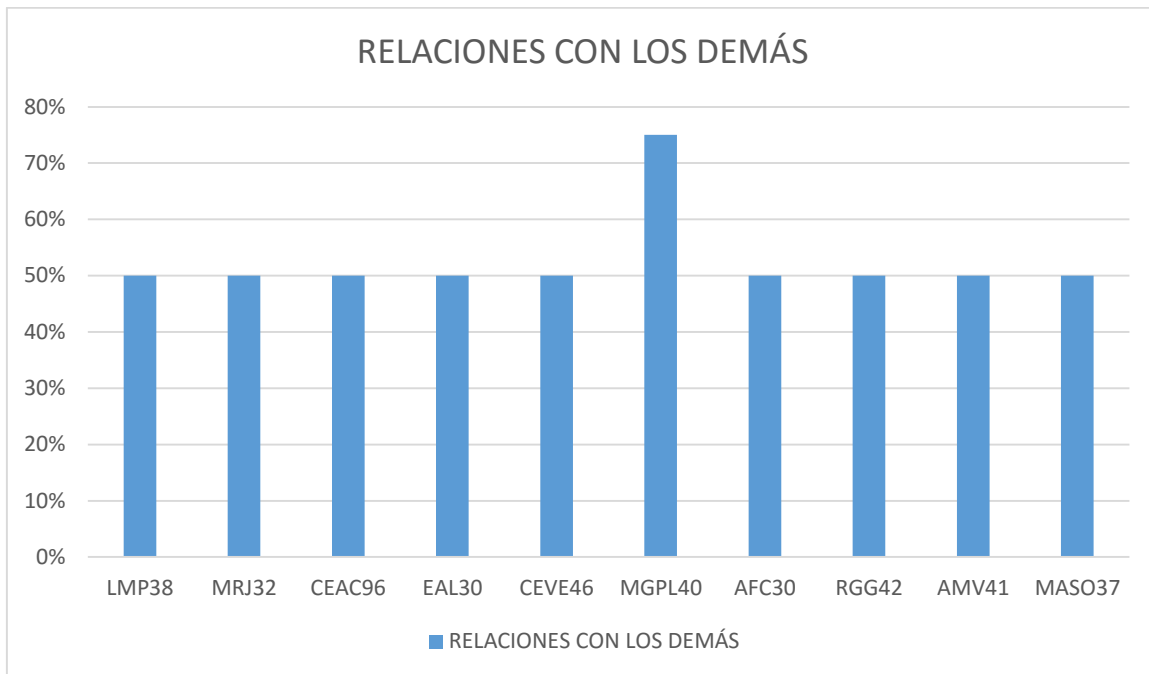
Todas las participantes presentaron un 50% en autoestima.



En empatía presentan 50% todas las participantes.

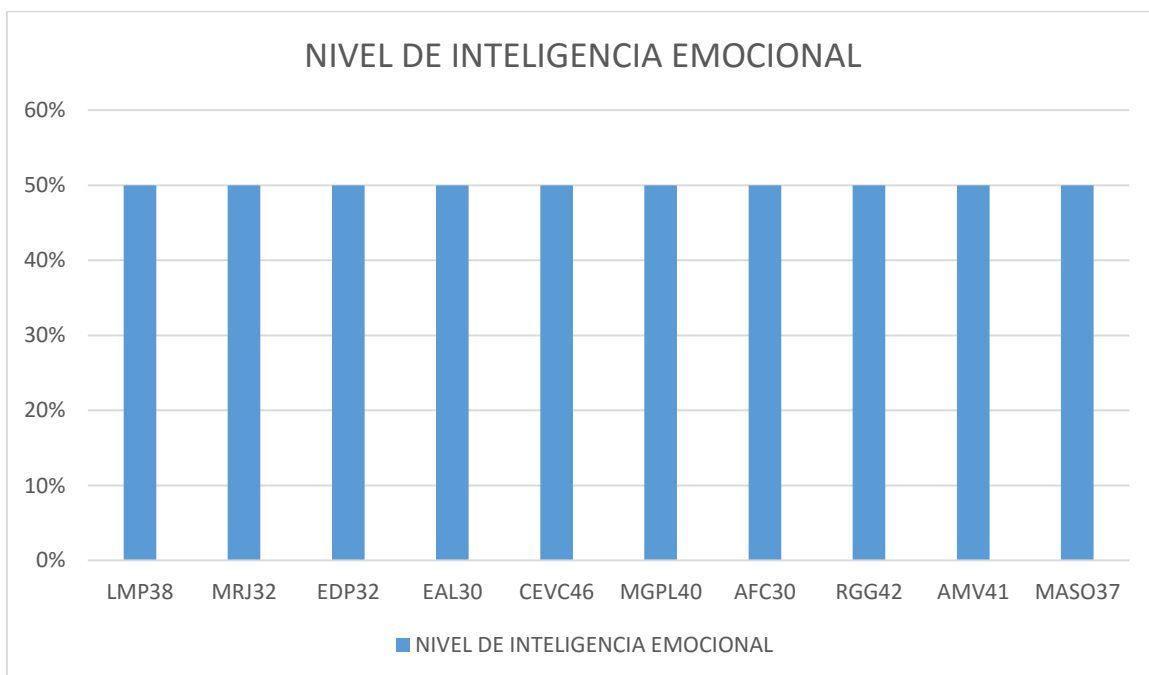


2 de las 10 participantes presentan un 75% de comunicación, las demás un 50%.



Solo 1 de 10 participantes presenta un 75% en relaciones con los demás, las demás tienen un 50%.

TABLA GENERAL



De forma general todas las participantes obtuvieron el 50% en inteligencia emocional, con lo que se puede decir que el 100% de la población estudiada tiene un nivel de inteligencia emocional de término medio.

Tomando en cuenta estos resultados, se puede afirmar que las participantes no cuentan con una inteligencia emocional elevada, sino como se ve en las gráficas: término medio. Dicha Inteligencia puede ser resultado de sus rasgos de personalidad propia, o bien, de lo que a través de sus años de formación, la disciplina, así como de la oración y meditación han adquirido.

Sin embargo, para la exigencia de su vocación y en concreto para vivir el voto de obediencia de manera libre, resulta apenas suficiente. Lo cual puede tener como resultado la vivencia de este voto, con cierta dificultad o incluso con sufrimiento, ya que como se ha visto, la vivencia auténtica de la obediencia implica madurez y un adecuado desarrollo personal.

De manera más precisa, si no se cuenta con la adecuada Inteligencia emocional les será más complejo identificar sus emociones, por la dificultad de entrar en contacto con sus movimientos interiores, esto se hará, pero de manera parcial y en otros casos, de manera equivocada.

También puede dar como resultado mayor dificultad para empatizar con los sentimientos de los demás, obstaculizar la comunicación, se hace más difícil el equilibrio emocional y se cae en el riesgo de que haya supresión emocional.

Puede haber motivación para hacer lo que implica la vocación, pero en momentos puede ser insuficiente o llegar a faltar en algunos momentos, sobre todo cuando lo que se le ordena no va acorde con sus deseos, gustos o su propia voluntad. La adaptación a su entorno y realidad podrá ser insuficiente, así como el desarrollo de habilidades para trabajar y relacionarse en grupo.

Con esto concluimos que la población estudiada al no tener una Inteligencia Emocional elevada puede presentar dificultades para la vivencia auténtica del voto de obediencia, lo cual puede implicar que al haberse comprometido en vivir su vida en obediencia a sus superiores, careciendo de un adecuado equilibrio y madurez sufrirá al hacerlo, incluso llegando a afectar la salud, como se podrá ver más adelante.

Por lo cual se propone, el trabajo para aumentar la inteligencia emocional y la vivencia auténtica de la vida espiritual como medios que favorecen la vivencia auténtica de este voto.

Eje 2. Obediencia

OBEDIENCIA				
	ENTREVISTA	FIGURA HUMANA	HTP	PERSONA BAJO LA LLUVIA
1. LMP38	<p>Es don de Dios. Renuncia libremente a mi voluntad. Búsqueda de la voluntad del Padre a través de los superiores. Su vivencia es en apertura y dialogo. Esta dispuesta a realizar lo que le dicen dependiendo de las circunstancias. La autoridad es un servicio a la comunidad.</p>	<p>Dificultad para la adaptación social. Comportamiento infantil. Esfuerzo por ganar aprobación. Necesidad de protección materna.</p>	<p>Sometimiento ante la figura materna. Incapacidad de expresar opinión ante las figuras de autoridad. Incapacidad de establecer contacto con figura de autoridad. Devaluación frente a la figura de autoridad.</p>	<p>Dificultad para enfrentar conflictos. Sin recursos para afrontar los problemas.</p>
2. MRJ32	<p>Renuncia de mis caprichos. Ofrenda.</p>	<p>Falta de adaptación social.</p>	<p>Sometimiento ante la figura de autoridad.</p>	<p>No se centra en los</p>

	<p>Búsqueda de la voluntad del Padre.</p> <p>Me parecía ser dependiente y sin libertad.</p> <p>La autoridad es quien rige cierta institución.</p> <p>Es mi deber determinar determinadas leyes y normas.</p> <p>Se dificulta por miedo a afrontar responsabilidades</p> <p>Falta de madurez para ser alumnos responsables.</p>	<p>Preocupación.</p> <p>Necesidad de protección materna.</p> <p>Dificultad para expresar las cosas.</p>	<p>Sentimiento de inferioridad.</p> <p>Incapacidad de establecer contacto sano con la figura de autoridad.</p> <p>Distancia emocional.</p>	<p>problemas y dificultades.</p> <p>Dificultad para generar recursos para enfrentar conflictos.</p>
3. EDP32	<p>Escucha de la voluntad de Dios a través de mis superiores.</p> <p>Cumpliendo lo que me pidan aunque valla en</p>	<p>Sumisión.</p> <p>Tendencia a la participación social.</p> <p>Agresiva pero reprimida.</p> <p>Infantilismo.</p> <p>Flexibilidad.</p>	<p>Dificultad para entrar en contacto con la figura de autoridad.</p>	<p>No se centra en las dificultades, pero cuenta con pocos recursos para</p>

	<p>contra de mi voluntad.</p> <p>Lo vive con alegría, tratando de creer que es Dios quien lo manda, aunque en algunas cosas le cuesta descubrir la voluntad de Dios.</p> <p>La autoridad es alguien que está frente de la comunidad que tiene poder sobre ti y que le es fácil manejarte.</p>	<p>Capacidad de asumir responsabilidades.</p>		<p>enfrentar los problemas.</p>
4. EAL30	<p>Es la búsqueda de la voluntad de Dios en medio de lo que realizo cotidianamente.</p> <p>La vivo con alegría, me cuesta pero me</p>	<p>Falta de adaptación social.</p> <p>Esfuerzo por ganar aprobación.</p> <p>Sentimientos de inferioridad.</p>	<p>Sometimiento a la figura de autoridad.</p> <p>Dependencia.</p> <p>Sentimiento de inferioridad.</p> <p>Dificultad de entrar en contacto con</p>	<p>Dificultad para enfrentar conflictos.</p> <p>Aparenta bienestar ante los conflictos.</p>

	esfuerzo por salir adelante a pesar de todo.	Capacidad de asumir responsabilidad	figuras de autoridad.	
5. CEVC46	<p>La obediencia es un don de Dios, poner mi persona en manos de un superior.</p> <p>Me adapto con facilidad, no siempre siento dificultad de obedecer.</p> <p>La autoridad es la persona que tiene la capacidad para estar frente de un grupo, con capacidades de líder, guía, cuida, protege, acompaña y ayuda.</p> <p>Las personas autoritarias son las que no se ponen en los zapatos del</p>	<p>Sumisión agresiva pero reprimida, interrelación evasiva, contacto social defensivo, arranques de mal humor, inmadurez, falta de confianza en el contacto social.</p>	<p>Le cuesta entrar en relación con las figuras de autoridad.</p> <p>Tiende a evadir la realidad y mantenerse al margen de ella.</p>	<p>Incapacidad para generar recursos propios.</p> <p>Poca fuerza yoica.</p>

	otro, no es flexible ni comprensiva.			
6. MGPL40	<p>La obediencia es una donación de mi voluntad a Dios, una donación libre y abierta.</p> <p>Casi siempre he sido obediente, pero en algunos momentos tengo que luchar contra mi orgullo, cuando no tengo buena relación con mi superior.</p> <p>El superior debe ser un hermano mayor que coordina desde el amor, respetando la personalidad, capacidad y</p>	<p>Yo fuerte y madurez.</p> <p>Tendencia a la participación social.</p> <p>Persona digna de confianza.</p> <p>Regresión.</p> <p>Reacciona ante la crítica.</p>	<p>Distanciamiento con las figuras de autoridad.</p> <p>Sentimiento de devaluación frente a ellos.</p>	<p>Sin recursos para enfrentar conflictos.</p> <p>Simula buena adaptación a ellos.</p>

	<p>dones de cada hermano</p> <p>Sabe escuchar y guía con prudencia para cumplir la voluntad de Dios.</p>			
7. AFC32	<p>Es la donación de mi voluntad a Dios a través de mis superiores.</p> <p>Me cuesta descubrir la obediencia sobre todo cuando hay incoherencia entre lo que dicen y lo que hacen.</p> <p>La autoridad debe ser un servicio para la comunidad.</p>	<p>Falta de adaptación social.</p> <p>Contacto social defensivo.</p> <p>Arranques de mal humor.</p> <p>Falta de confianza en el contacto social.</p>	<p>Distanciamiento con las figuras de autoridad.</p> <p>Dificultad para entrar en contacto con ellas.</p>	<p>Se acomoda a las dificultades.</p> <p>Falta de iniciativa para buscar salida de los problemas.</p>
8. RGG32	<p>Es configurarme con Cristo y</p>	<p>Falta de adaptación personal.</p>	<p>Sentimiento de inferioridad con respecto a las</p>	<p>Incapacidad para enfrentar</p>

	<p>cumplir su voluntad a través de las autoridades de la comunidad.</p> <p>Me ha costado vivir este voto por mi carácter, porque no siempre estoy de acuerdo con lo que se me manda.</p> <p>La autoridad debe ser una persona madura que nos ayude a descubrir y cumplir la voluntad de Dios para cada una.</p>	<p>Infantilismo.</p>	<p>figuras de autoridad.</p> <p>Dificultad para relacionarse con ellas.</p>	<p>dificultades, con tendencia a anularlas o no verlas.</p> <p>Dificultad para generar recursos para superar problemas.</p>
9. AMV40	<p>La obediencia es un desprendimiento de lo que yo quiero y de lo que Dios quiere para mí,</p>	<p>Falta de adaptación social.</p> <p>Tendencia a la participación social.</p> <p>Sumisión.</p>	<p>Posibilidad de entrar en contacto con figuras de autoridad, capacidad de ver de manera</p>	<p>Aparente bienestar en medio del conflicto.</p>

	<p>de confiar aunque a veces no vea claro y no logre descubrirlo por momentos en quien representa autoridad, también me siento libre y contenta al realizar los trabajos encomendados por la obediencia. Llegué a experimentar como un castigo lo encomendado, pero Dios me ha mostrado que detrás de eso que para mí eran estas experiencias me han ayudado a descubrir la</p>	<p>Simpatía forzada. Falta de confianza en el contacto social.</p>	<p>objetiva la realidad.</p>	
--	---	--	------------------------------	--

	<p>voluntad de Dios en lo encomendado y a obedecer confiada en que Él es quien me envía y me dará la gracia y la fuerza para realizar lo encomendado. La autoridad es un servicio y cercanía.</p>			
10.MASO37	<p>La obediencia me cuesta mucho, es ver en la persona que manda a Dios mismo, lo hago pero no tan libremente. He tratado de obedecer y cumplir con lo que me mandan los superiores. Reconozco que tengo problema</p>	<p>Presenta falta de adaptación social, simpatía forzada, con reacción a la crítica, con necesidad de protección materna.</p>	<p>Presenta sentimientos de devaluación frente a figura de autoridad, con tendencia a depender de ella y a simular buena adaptación.</p>	<p>Cuenta con recursos para enfrentar situaciones conflictivas.</p>

	<p>con la autoridad, ya que lo veo como alguien que manda, que exige, me da miedo la autoridad.</p>			
--	---	--	--	--

LMP38. Presenta una visión clara de lo que implica el voto de obediencia, sin embargo, hay circunstancias que la llevan a que la vivencia sea un poco complicada, ya que presenta dificultades en la relación con las figuras de autoridad, pero al mismo tiempo hay una necesidad de dependencia que la lleva a buscar el reconocimiento.

MRJ32. Ve en la obediencia una renuncia y una búsqueda de la voluntad de Dios, aparentemente no presenta dificultades para la vivencia de este voto, sin embargo, esto tiene que ver con el hecho de que tiene una tendencia a la sumisión ante las figuras de autoridad, además de un sentimiento de inferioridad que le hace más fácil el poder obedecer.

EDP32. Escucha la voluntad de Dios a través de los superiores y obedece con alegría, sin embargo, tiene agresividad contenida, la cual puede estar estrechamente relacionada con el hecho de que tiene conflictos para entrar en relación con los superiores, esto lo hace simulando no costarle.

EAL30. Existe una vivencia aparentemente adecuada de la obediencia, la cual está determinada por el sentimiento de inferioridad y sumisión a las figuras de autoridad, que la hacen que asuma la obediencia, como algo que embona perfectamente con sus características personales.

CEVC46. La obediencia se presenta como un don de Dios, sin embargo, presenta dificultad para entrar en relación con figuras de autoridad, pero obedece, lo cual provoca que tenga enojo contenido y que le impida generar recursos ante los momentos de ansiedad.

MGPL40. La obediencia es una donación de la voluntad a Dios, cuenta con fuerza yoica y madurez que le permite hacer más consciente y libre la opción, sin embargo, hay situaciones de conflicto en las cuales se queda inmóvil sin generar recursos que la lleven a salir de ellos.

AFC32. Es la donación de la voluntad a Dios a través de los superiores, pero su contacto con los demás de manera defensiva le impide hacer un contacto auténtico con ellos, generando una distancia que no le hace sentir confianza, ni apoyo por parte de ellos.

RGC32. La obediencia es una forma de configurarse con Cristo, pero presenta una cierta inferioridad e infantilismo que impide un contacto adecuado con la autoridad.

AMV40. La obediencia es un desprendimiento del yo, lo cual se le facilita por su tendencia natural a la sumisión, lo cual le permite entrar en contacto fácilmente con las figuras de autoridad.

MASO37. Refiere que la obediencia le cuesta mucho, para ella este voto implica ver en la persona que manda, a Dios mismo, pero aun así reconoce que no lo hace libremente, es claro que tiene problema con la autoridad, ya que hay un sentimiento de inferioridad y temor hacia quien manda. Por lo que la paciente tiende a simular buena adaptación. Sin embargo, cuenta con los recursos suficientes para enfrentar los conflictos que se le puedan presentar.

Integración: en general podemos afirmar que las participantes tienen claro el concepto de obediencia como la donación de su voluntad a Dios, manifestada a través de los superiores, sin embargo, a pesar de la claridad encuentran dificultad para vivir de manera libre y consciente esta entrega, lo cual tiene que ver con conflictos relacionados con las figuras de autoridad o la autoestima.

Las dificultades que presentan para la vivencia de este voto es:

- Sentimientos de inferioridad
- Sumisión (no consciente) ante la figura de autoridad
- Necesidad de reconocimiento
- Conflictos con la figura de autoridad
- Enojo contenido
- Infantilismo

Como se puede ver estos son obstáculos para vivir la obediencia autentica, ya que como se ha visto, esta implica un acto libre y consiente de la voluntad, y no solo una reacción motivada por emociones de los cuales la persona no tiene conciencia. Por lo que si no es así no se estaría hablando de un acto maduro, sino reactivo. Esto lleva a la persona a soportar la obediencia religiosa, en sumisión pasiva, evitando el castigo y buscando por el contrario recibir recompensa por lo que hace.

La obediencia madura implica quitar todos estos obstáculos buscando por el contrario, la confianza es sí mismo, un mayor conocimiento y aceptación personal que dispone a la persona para hacer una opción libre para servir a Dios y a los hermanos. Conservando, por otro lado, su personalidad, individualidad y características propias que lo harán responder a este llamado de forma responsable y autentica.

Es por ello que en la presente investigación se considera la vida espiritual y la inteligencia emocional como medios que favorecen la vivencia autentica de este voto, ya que ambos ayudan al desarrollo y madurez de la persona, haciéndola cada vez más libre para tomar opciones responsables.

Eje 3. Espiritualidad

Espiritualidad					
Participantes	Características de una vida auténtica espiritual	Cómo favorece la espiritualidad a la vivencia de la obediencia	Cómo influyen las emociones en la vivencia de la obediencia y en la vida espiritual	Cómo favorece la vida espiritual en tu salud y en la vivencia de la obediencia	Integración
LMP38	Dejarse guiar por el Espíritu Santo. Estar unida a Dios a través de la oración. Alimentarme con Jesús eucaristía. Amor a los hermanos, sobre todo a los que nos rodean.	En que hay apertura, disponibilidad, dialogo, docilidad y se es responsable para buscar la voluntad de Dios y tratar de realizar según su plan divino.	Se pone un poco de cabeza, porque a veces no se manifiestan mis emociones, no logro ver en mis superiores, hermanas, personas, o en la palabra, la voluntad de	Me ayuda bastante ya que busco y puedo ver que lo que se me pide es voluntad de Dios.	La vida espiritual le ayuda para descubrir en lo que realiza la voluntad de Dios, solo se le dificulta cuando no sabe manifestar sus emociones.

	El testimonio.		Dios y por ello mi vida espiritual se desmorona. Solo en algunas ocasiones logro descubrir la voluntad de Dios.		
MRJ32	Humana. Libre. Creativa. Alegre. Llena de paz.	Dando armonía, fuerza interior, ayudando a trascender las renuncias con la confianza en un fruto.	De manera negativa cuando por miedo a expresar mi sentir obedezco o decido no obedecer.	Dándome el espacio de reflexionar para ir encontrándome con mi intención y deseo de obedecer a lo que el Señor me va pidiendo en este caminar.	La espiritualidad le da una fuerza interior, pero el no saber manejar sus emociones, le impide que pueda ser más libre para obedecer.
EDP32	Cuando la persona sabe	Favorece al crecimiento de las	Si influye mucho, porque en	He experimentado que	La vida espiritual le ayuda a

	<p>manejar sus emociones. Cuando prudentemente las puedes expresar. Cuando se está íntimamente unida a Dios por medio de la oración. Que la persona no se deja llevar por sus limitaciones, las reconoce y lucha por alcanzar su ideal. Se acepta con humildad y acepta a los demás.</p>	<p>virtudes, en especial en la humildad.</p>	<p>la oración si no estoy tranquila o trato de estar en paz, no logro concentrarme; pero si controlo mis emociones y vivo con fe y humildad la obediencia, siento que la unión con Dios es más cercana y puedo presentar mis emociones como una ofrenda a Dios, orando con</p>	<p>cuando intensifico mis momentos de oración, me comprometo yo misma a ser coherente, mi salud está en perfectas condiciones y mi ánimo mejora; lo cual me ayuda a cumplir con más convicción, alegría, fe y humildad el voto de obediencia.</p>	<p>manejar sus emociones e incluso a mejorar su salud física. Y es entonces cuando puede vivir el voto de obediencia de manera coherente.</p>
--	--	--	--	---	---

	Cuando es un persona coherente.		ellas ante Dios.		
EAL30	Es una persona respetuosa, sincera, alegre, sabe distinguir entre lo bueno y lo mejor, sociable, sabe amar, escuchar y estar atenta a las necesidades de otras personas.	En mucho, porque una persona que tiene una espiritualidad con fundamento, es una persona que sabe desprenderse de sí misma y pone en primer lugar las necesidades de los demás.	Influyen mucho, en muchos momentos depende de la emoción que esté viviendo, influye en la vida espiritual. En la obediencia también porque si no se está convencida se vivirá de acuerdo a la emoción que la persona este experimentando.	Favorece mucho, porque si no fuera por la vida espiritual nos enfermaríamos más, porque no habría donde enfocar las emociones o ilusiones. Y la obediencia sin espiritualidad, solo renegaría y no obedecería.	Reconoce la importancia que tiene la vida espiritual para tener buena salud, así como para la vivencia del voto de obediencia. Sin embargo, desde su experiencia, las emociones influyen significativamente en estos dos aspectos. La vida espiritual es para ella fundamental

					para la entrega a los demás como pide su vocación.
CEVC46	Humano, social, intelectual y espiritual. Unión con Dios desde los sacramentos. Oración en sus diferentes grados. Integración. Encuentro con Dios. Relación con los hermanos y amor al prójimo. Su amor a Dios.	Es poner toda su persona en Dios desde la fe: valores, oración, abandono, confianza en Dios y esperanza; el gran amor a Dios.	De manera tranquila a veces, amor, entrega, ilusión, donación, fe y esperanza.	Equilibrio personal, encuentro nuevas formas y mejores opciones saludables para estar en mejores condiciones.	La vida espiritual le favorece para generar formas saludables de manejar los conflictos, de manera más tranquila, dándole equilibrio personal favoreciendo así la vivencia de los valores.
MGPR40	Una vida guiada por	Un continuo discernimiento	Muy poco porque realmente	Mucho porque cuando estoy en	Le ayuda para aceptar

	<p>la interioridad, vivida desde el corazón donde habita el maestro interior, guiado por el discernimiento continuo a través de la palabra de Dios.</p>	<p>nos ayudará a comprender y a describir la voluntad de Dios por medio de la autoridad.</p>	<p>no me cuesta mucho la obediencia.</p>	<p>una etapa estable, me siento mucho mejor y puedo aceptar con gozo hasta lo que no me gusta.</p>	<p>tar de manera más madura la vivencia de la obediencia, ya que le permite hacer discernimientos que le ayudan a la vivencia de su vocación.</p>
AFC32	<p>Se es coherente, se vive la caridad, todo es más fácil, tienes la fuerza que solo da Dios.</p>	<p>Te permite hacer un buen discernimiento de la opción que uno toma. Te da la seguridad de que lo que estás haciendo es la voluntad de Dios.</p>	<p>Cuando hay estabilidad en ellas, me es más fácil hacer oración y ver a Dios en todo. En otras ocasiones las mismas emociones las llevo a la oración.</p>	<p>Me da equilibrio y me ayuda a no sentir las tanto o que sean más reales, sin exagerar o ponerme trágica.</p>	<p>La vida espiritual equilibra su vida, le ayuda al discernimiento y a canalizar de manera adecuada sus emociones, así como mejorar en el</p>

					discernimiento.
RGG32	La persona tiene más estabilidad y es más madura, sabe manejar mejor los conflictos y problemas con los demás.	Te hace ser más consciente de lo que vas hacer y de lo que quieres, te ayuda a unir a Dios todo lo que vas hacer.	Si están bien, la favorecen, si están por ningún lado, me cuesta mucho la obediencia o concentrarme en la oración.	Me siento mejor, más libre, no me enfermo y es más fácil obedecer.	La vida espiritual le aporta mayor estabilidad y madurez, le permite hacer más consciente su consagración de amor a Dios y compromiso con los hermanos.
AMV41	Confianza y abandono en Dios	Bastante, pues las cosas se ven con otros ojos, con los ojos de la fe.	En ocasiones me ayudan a orar.	Cuando me siento más unida a Dios me resulta más fácil trascender los malestares físicos o situaciones complicadas en mi vivir	La espiritualidad le facilita la vivencia de los diferentes aspectos de la vida religiosa, ya que le dan una visión

				diario. Le doy otro sentido.	de fe y de trascendencia.
MASO37	Se vive la caridad, la coherencia, la libertad y en verdad hay empatía con todos, produciendo paz.	Si en verdad la vivo con entrega, me va a costar menos porque voy a ver en mis superiores a Dios mismo.	Al desánimo, no obedezco y me doy un bajón.	No creo que favorezca mucho porque dejo de lado mi vida espiritual cuando estoy mal emocionalmente.	Las emociones influyen de manera muy significativa en su vida espiritual y en la obediencia. Tiene un concepto claro de la importancia de la vida espiritual, pero aun así le cuesta vivir.

Integración: de forma general se puede decir que la vida espiritual les ayuda a la vivencia del voto de obediencia de manera más libre y consciente, ya que les aporta elementos de integración, discernimiento, madurez y estabilidad que las dispone a trascender en su entrega.

Sin embargo, en algunas, la dificultad de tener una auténtica vida espiritual, está en el hecho de no poder manejar correctamente las emociones, obstaculizando con ello el crecimiento en la vida espiritual, la cual todas la consideran como fundamental para la vivencia de este voto.

Como muestran los resultados sobre el apartado de inteligencia emocional la población estudiada presenta un término medio, lo cual se decía que no era suficiente para la vivencia auténtica del voto de obediencia, en este apartado se puede afirmar que aunque la vida espiritual les ayuda, aún encuentran dificultades.

Como se ha visto en el marco teórico, la vida espiritual da mayor libertad a la persona para conocerse, integrarse y autotrascenderse, ya que favorece una adecuada relación con Dios, consigo mismo, con los demás y en general con su entorno.

De ahí que la vida espiritual siga siendo para los que han optado por esta vocación, algo fundamental, pues además de favorecer la unión con Dios y la trascendencia, hay frutos que aporta la espiritualidad tales como: la paz, la compasión, la estabilidad emocional, la paciencia, la humildad, entre otros, aspectos que definitivamente implican la inteligencia emocional y favorecen la salud física y mental, lo cual hace posible la opción por vivir en obediencia a la voluntad de Dios a través de los superiores y de la Iglesia.

Eje 4 Somatización

Somatización					
	Entrevista	Figura humana	HTP	Persona bajo la lluvia	Resultados
LMP38	<p>Somatizo demasiado, cuando me reprimo o no quiero manifestar algunas emociones. Las emociones que más me cuesta expresar: enojo, frustración, impotencia, miedo y algunas veces hasta alegría. Las enfermedades más frecuentes son: dolor de cabeza y</p>	<p>Dependencia. Agresividad. Miedo.</p>	<p>Sentimiento de inferioridad. Represión de emociones y sentimientos.</p>	<p>Presenta ansiedad ante los problemas. Tiene dificultad para generar recursos para enfrentar las dificultades.</p>	<p>Reconoce que somatiza. Tiende a reprimir. Las emociones que más le cuestan expresar son: enojo, frustración, impotencia, miedo y alegría. Las enfermedades más frecuentes son: dolor de cabeza y cansancio físico.</p>

	cansancio físico.				
MRJ32	De manera positiva cuando busco dar cauce a la emoción, y negativo cuando no soy consciente de ellas o las reprimo dañando mi salud. La emoción que reprimo es el enojo. Mis enfermedades son: dolor de cabeza, de espalda, estómago y pies.	Introversión. Dolor de cabeza. Temor a la sexualidad Conflicto interior. Sentimiento de insuficiencia. Sentimiento de inseguridad. Miedo.	Tendencia a devaluarse frente a la figura de autoridad. Represión e incapacidad de contacto.	Poca ansiedad ante los problemas. Trata de sacar lo mejor aún en medio de las dificultades.	Tiende a reprimir las emociones por sentimientos de insuficiencia. La emoción que más le cuesta expresar es el enojo. Las enfermedades más frecuentes son: dolor de cabeza, de espalda, estómago y pies.
EDP32	La emoción es muy fuerte y no logro	Depresión.	Buna relación	Adaptación a los conflictos.	No maneja adecuadamente las

	<p>darle el manejo adecuado me alcanza a afectar mi salud física y emocional. Las enfermedades más comunes son: dolor de cabeza, de espalda, diarrea, náuseas y gripa. Las emociones que más cuesta expresar es: el enojo, miedo y la alegría.</p>	<p>Sentimiento de culpa. Rigidez ética. Cuidado personal. Sentimiento de inseguridad. Sensibilidad corporal.</p>	<p>con su entorno.</p>	<p>Dificultad para generar mecanismos para afrontar dificultades.</p>	<p>emociones y tiende a somatizar. Las emociones que más le cuestan expresar son: enojo, miedo y alegría. Las enfermedades más frecuentes son: dolor de cabeza, de espalda, diarrea, náuseas y gripa</p>
EAL30	<p>Las emociones afectan demasiado mi salud,</p>	<p>Depresión. Introversión. Rechazo ambiental.</p>	<p>Dependencia</p>	<p>Aparenta estar bien, aun en los momentos difíciles.</p>	<p>Las emociones afectan de manera</p>

	<p>sobre todo cuando no las se manejar, me domina el enojo y el miedo y en ocasiones me es difícil manejar el afecto.</p> <p>Me enfermo de gripa, del estómago y de repente me duele la cabeza.</p>	<p>Tendencias introvertidas.</p> <p>Contacto social débil.</p> <p>Sentimiento de inseguridad.</p> <p>Enojo contenido.</p> <p>Control precario.</p> <p>Resignación y ausencia de emociones.</p>			<p>significativa su salud.</p> <p>Las emociones que más le cuestan expresar son: enojo, miedo y afecto.</p> <p>Las enfermedades más frecuentes son: gripa, estómago y dolor de cabeza.</p>
CEVC46	<p>Son una fuerza creativa para buscar nuevas formas de mejorar.</p> <p>Las emociones que me</p>	<p>Represión.</p> <p>Sentimiento de culpa.</p> <p>Depresión.</p> <p>Ensimismamiento.</p> <p>Temor de la sexualidad.</p>	<p>Tendencia a evadir la realidad.</p>	<p>La consumen los problemas y dificultades.</p> <p>Se pierde en ellos.</p> <p>Con incapacidad para generar recursos.</p>	<p>Las emociones son una fuerza que le ayudan a salir adelante.</p> <p>La emoción que más le cuesta</p>

	<p>cuestan expresar es el afecto.</p> <p>Enfermedades: mareos, náuseas, dolor de cabeza e insomnio.</p>	<p>Retraimiento.</p> <p>Resignación.</p>			<p>expresar es: el afecto.</p> <p>Las enfermedades más frecuentes son: mareos, náuseas, dolor de cabeza e insomnio.</p>
MGPL40	<p>Afectan algunas veces en mi digestión y en mis sueños.</p> <p>No me cuesta expresarlas.</p> <p>Enfermedades: diarrea, estreñimiento e insomnio.</p>	<p>Capacidad para comunicarse.</p> <p>Temor a la sexualidad.</p> <p>Rigidez ética.</p> <p>Debilidad.</p>	<p>Distanciamiento emocional.</p>	<p>Aparente bienestar en los problemas.</p> <p>Sin recursos para enfrentarse a acontecimientos adversos.</p>	<p>Las emociones si le afectan, algunas le son más fácil de expresar que otras.</p> <p>Las que más le cuestan expresar son: el enojo y el miedo.</p>

					Las enfermedades más frecuentes son: diarrea, estreñimiento e insomnio.
AFC32	Cuando no estoy bien emocionalmente o físicamente me afecta, me siento cansada o sin ganas de hacer las cosas o muy tensa. Las emociones que reprimo son: el enojo y la tristeza. Mis enfermedades son: dolor de cabeza, de	Introversión Sentimiento de culpa. Inmadurez emocional. Temor a la sexualidad. Introvertida . Rigidez ética. Contacto social débil. Sentimiento de inseguridad. Descontento con	Distanciamiento emocional con los demás. Falta de contacto con los demás. Inestabilidad emocional. Ansiedad ante la ausencia de los otros.	Pobreza de recursos para enfrentar los problemas. Adaptación a los problemas.	Si le afectan las emociones. Las emociones que más le cuestan expresar son: enojo y tristeza. Las enfermedades más frecuentes son: cansancio y desgano, dolor de cabeza, de cintura y estómago.

	cintura o de estómago.	el propio cuerpo. Sensibilidad corporal. Resignación.			
RGG32	Siento que no me enfermo tanto pero en mi estado de ánimo si se ven porque cuando ando mal soy muy irritable. Reprimo la tristeza y el afecto o cariño. Mis enfermedades son: Dolor de cabeza e insomnio, este es muy frecuente en los últimos dos años.	Rechazo ambiental. Dificultad para controlar los impulsos. Rigidez. Contacto social débil. Sentimiento de deficiencia. Sentimiento de inseguridad Miedo Sensibilidad corporal.	Dificultad para adaptarse al entorno. Inestabilidad emocional.	Se adecua a los problemas. Pocos recursos para superarlos.	Afectan más las emociones en su estado de ánimo. Las emociones que más le cuestan expresar son: tristeza, afecto y cariño. Las enfermedades más frecuentes son: dolor de cabeza e insomnio.

		Ausencia de emociones.			
AMV40	Un poco en el estómago, sobre todo cuando me enojo o reprimo lo que quiero decir. Le cuesta más expresar la tristeza, la inconformidad y el enojo. Las enfermedades o malestares que se presentan con mayor frecuencia son: la gastritis, dolor de pies, y tensión de	Sentimiento de culpa. Mal humor. Contacto social pobre. Necesidades orales. Sensibilidad corporal.	Capacidad de adaptación al entorno.	Adaptación a los conflictos.	Si afectan de manera significativa las emociones. Las emociones que más le cuestan expresar son: tristeza, inconformidad y enojo. Las enfermedades más frecuentes: gastritis, dolor de pies y tensión en los omoplatos.

	los omoplatos.				
MASO3 7	<p>Las emociones influyen mucho en mi salud, ya que hasta me da la gastritis. No me cuesta expresar mis emociones ya que todo lo hago con mis gestos, me cuesta más bien reconocerlas. Mis enfermedades más frecuente son:</p> <p>La gastritis, dolor de cabeza, de cervicales y de cuello.</p>	<p>Frustración intelectual.</p> <p>Temor a la sexualidad.</p> <p>Preocupación por lograr control.</p> <p>Rigidez.</p> <p>Descontenta con su propio cuerpo.</p>	<p>Devaluación.</p> <p>Sentimiento de inferioridad.</p> <p>Simulación de adaptación.</p>	<p>Cuenta con recursos para enfrentar los conflictos.</p>	<p>Las emociones influyen de manera muy significativa en sus emociones, afectando a su salud. Esto se debe a la preocupación por tener el control y a la rigidez con la que vive. A pesar de contar con recursos para enfrentar los problemas, la inferioridad y devaluación</p>

					hacen que le afecten de manera significativa.
--	--	--	--	--	---

Interpretación:

A través de estas pruebas pudimos comprobar que en 9 de 10 hermanas, las emociones repercuten de manera negativa en su salud, dando con ello el fenómeno de somatización, ya que la causa de dichos malestares es la represión o mala canalización de las emociones.

Las emociones que refieren más tienden a reprimir son:

- Enojo
- Tristeza
- Miedo
- Afecto
- Alegría
- Frustración
- Cariño

Las enfermedades que aparecen como más comunes son:

- dolor de cabeza
- dolor de estómago
- dolor de espalda
- tensión muscular
- gripe
- gastritis
- dolor de pies
- insomnio

Es interesante ver como las emociones tienen estrecha relación con las enfermedades que son prevalentes en el grupo investigado, por lo que se puede ver que las enfermedades son totalmente somáticas.

Es por ello de suma importancia la adecuada canalización de las emociones para generar una salud adecuada, que permita a la persona vivirse en mayor bienestar, salud y por ende su respuesta sea más libre, consiente y generosa.

CAPÍTULO 4 CONCLUSIONES

1. El objetivo general de la presente investigación es describir el nivel de inteligencia emocional y su relación con el voto de obediencia en las mujeres consagradas para la vivencia de una autentica vida espiritual, lo cual ha quedado desarrollado a lo largo del capítulo tres en donde se muestra que en el 100% de la población estudiada se encontró que cuentan con un 50% de inteligencia emocional, lo cual se relacionó con la dificultad que pueden llegar a encontrar en la vivencia de la obediencia, sobre todo por la dificultad que presentan para manejar sus emociones, principalmente el enojo, tristeza, miedo, afecto, alegría, frustración y cariño, las cuales al ser reprimidas salen a través de la somatización de síntomas como dolor de cabeza, de estómago, de espalda, tensión muscular, gripe, gastritis, dolor de pies e insomnio.

Es decir, el presentar una inteligencia emocional promedio no es suficiente para lograr mantener un adecuado equilibrio emocional.

También se pudo describir como un nivel alto de inteligencia emocional favorece la vivencia de una autentica vida espiritual, ya que permite a la persona vivirse con más libertad y transparencia ante su proceso de crecimiento espiritual, el cual permitirá un desarrollo integral y armónico de la mujer consagrada a través de la vivencia de su vocación.

2. Los objetivos específicos fueron:
 - a) Identificar el nivel de inteligencia emocional en las mujeres consagradas. De lo cual se concluyó que el total de la población cuenta con un 50% de inteligencia emocional.

- b) Describir el significado personal del voto de obediencia. De manera general lo establecen como una manera de configurarse con Cristo, por el cual donan su voluntad a Dios a través de los superiores, quienes son sus representantes en la tierra y por medio de los cuales Dios les manifiesta su voluntad y les permite optar libremente por aquello en lo cual pueden servir a Dios a través de los hermanos.

Para algunas también implica la renuncia de ellas mismas, de sus gustos y necesidades. Y de obedecer incluso cuando lo que se manda está en contra de lo que ellas quieran.

- c) Resaltar la importancia de la espiritualidad para la vivencia de la obediencia. Se determinó que efectivamente para vivir la obediencia es necesario tener una adecuada vida espiritual, ya que sin ella es difícil tener una visión trascendente que dé sentido a obedecer a una persona con límites y carencias como todo ser humano.
- Sin embargo, se pudo resaltar que la fuerza de una auténtica vida espiritual dispone para vivencia libre y consciente del voto de obediencia.

3. Para el planteamiento el cual pretendía responder a la interrogante de ¿cómo influye el nivel de inteligencia emocional en el voto de obediencia en mujeres consagradas para que tengan una auténtica vida espiritual? Se pudo responder que el nivel de inteligencia emocional favorece un alto grado para la vivencia del voto de obediencia, ya que a través de la inteligencia emocional se establecen patrones de conductas más estables, maduros y conscientes los cuales le permiten a la mujer consagrada vivirse con mayor libertad, disponiéndola de manera favorable a la vivencia de una auténtica

vida espiritual, la cual surge de su experiencia de vida y de su capacidad de autotrascenderse a sí misma.

4. A los supuestos teóricos pudimos responder así:

a) Que efectivamente el nivel de inteligencia emocional bajo, favorece la vivencia de un falso voto de obediencia, o en otras palabras, a la vivencia de la obediencia más desde la obligación y compromiso, que a la auténtica entrega de la voluntad de manera libre y responsable para servir a Dios a través de los hermanos.

b) En cuanto a que la represión de las emociones favorece la obediencia autoritaria, se concluyó que la represión de las emociones favorece la obediencia cómoda o conformista que impide a la persona hacerse responsable de sus opciones; sino que delega a los demás la responsabilidad de sus actos, la cual es considerada como una carga más que un valor que permite a la persona la autotrascendencia.

c) En cuanto que si la somatización es favorecida por la mala canalización de las emociones en el cumplimiento inauténtico de la obediencia, queda de manifiesto que efectivamente la mala canalización de las emociones hace que las mujeres consagradas tiendan a la somatización impidiéndoles la vivencia auténtica de este voto.

Ya que dichas enfermedades limita su vocación impidiéndoles vivir realizadas y plenas a través de este voto.

5. Ejes temáticos

- a) Inteligencia emocional. Se comprobó que la población estudiada cuenta con un término medio en cuanto inteligencia emocional, lo cual es favorable, sin embargo, no es suficiente para poder vivir los compromisos de su consagración de manera más libre y sana. Ya que la inteligencia emocional aporta a la experiencia de vida elementos bases como el conocimiento de las emociones, el manejo de estas, el trabajo en las propias motivaciones y por ende el reconocimiento de las emociones de los demás lo cual facilita la mejora en las relaciones con el otro.

Es por ello que en la presente investigación se considera a la inteligencia emocional como un medio efectivo para la vivencia de la obediencia y la vida espiritual, ya que esta le permite a la persona disminuir y manejar lo que impide la vivencia de su estilo de vida al mismo tiempo que le proporciona seguridad y nuevas formas para vivir su vida de manera inteligente y libre.

- b) Obediencia. La obediencia como voto tiene un tinte muy particular, ya que implica un plano trascendente el cual se realiza en una naturaleza inclinada a la búsqueda del placer, más que a la búsqueda del deber, es por ello que la obediencia consagrada implica un alto desarrollo y conocimiento personal para que se viva de manera autentica, ya que de no ser así solo será una forma de cuartar la libertad o de vivir un infantilismo que impide que la persona sea protagonista de su propia vida, haciéndose responsable de sus actos.

En este sentido la obediencia se presenta como una forma de vida que favorece a la libertad y realización de la persona que es capaz de

trascenderse a sí misma para satisfacer no solo necesidades básicas, sino que lo impulsa para lograr la integración en el plano fisiológico, social y racional espiritual, para lograr llegar a la cumbre del ser humano que es la trascendencia.

- c) Espiritualidad. Este eje temático es uno de los menos estudiados dentro de la psicología por el temor de no ser algo tangible y comprobable, sin embargo, en la presente investigación se abordó desde la perspectiva de varios psicólogos que a través de sus investigaciones y estudios han descubierto el papel tan importante que esta tiene en la vida del ser humano, ya que este aspecto es uno de los que nos separan de los demás seres vivos.

En este trabajo la espiritualidad viene a ser lo que le da sentido al voto de obediencia y desde donde se puede vivir dicho voto, pues se refiere al trabajo y realización en un ámbito más profundo que la remuneración económica, como puede ser la obediencia en el trabajo, o la satisfacción personal por la vivencia de la obediencia altruista como el ejército, la marina o los scout, sino toma un tinte trascendente en cuanto que por una creencia profunda y racional la persona está convencida de que lo que realiza va más allá del plano material de las personas, sino que su labor en favor del bien llega al centro más profundo de la persona (su espiritualidad) y es capaz de motivarlo y transformarlo para responder de la misma forma a un ideal no tangible pero que ha estado presente a lo largo de la historia de la humanidad proporcionando a la persona la capacidad de trascender.

- d) Somatización. Se logró establecer que este fenómeno está presente en el 100% de la población estudiada, las cuales manifestaron que las emociones efectivamente influyen en su salud. Se logró realizar una síntesis en donde

se relacionaron las emociones que reprimen y como estas se relacionan con las enfermedades o malestares que presentan las cuales se presentan a continuación:

MANERA COMO SOMATIZAN LAS EMOCIONES.	
Enojo	Dolor de estómago, de espalda y gastritis
Tristeza	Gripa e insomnio
Miedo	Dolor de pies
Frustración	Dolor de cabeza
Alegría y afecto	Dolor de pecho y dificultad para respirar

Con ello podemos concluir que efectivamente existe la somatización como consecuencia de la falta de inteligencia emocional que impide la adecuada canalización de las emociones y por lo tanto la vivencia auténtica del voto de obediencia y de la vida espiritual.

La vivencia plena de la vocación consagrada implica un desarrollo integral de la persona, lo cual lo lleva a la autotrascendencia. La obediencia es un elemento clave en dicha vocación y como se ha presentado en esta investigación la inteligencia emocional le proporciona a la mujer consagrada elementos claves para vivirla con autenticidad.

Con todos estos elementos se propone la autora, un próximo estudio en donde se establezca un proceso, en el cual se favorezca el desarrollo de una adecuada inteligencia emocional, desde la realidad y características propias de las mujeres que han decidido dejar todo por servir a Dios a través de sus hermanos.

CAPÍTULO 5 DISCUSIONES

En este capítulo abordaremos como los aspectos desarrollados en el marco teórico quedan comprobados y enriquecidos en la presente investigación.

En el capítulo tres se abordó el tema la inteligencia emocional en donde Goleman en 1995 define la inteligencia emocional como *“la capacidad del individuo para identificar su propio estado emocional y gestionarlo de forma adecuada”* en la investigación se pudo comprobar que la población identifica su estado emocional, y presenta dificultad para gestionarlo de forma adecuada, razón por la cual se entiende que se encuentren solo con un 50% de IE.

Por otro lado Pietro en 2010 habla que la espiritualidad *“es una expresión de la esencia del ser”* con lo cual suma al hecho de que si la mujer logra tener una adecuada inteligencia emocional y por lo tanto se vive de una manera más madura, la consecuencia de esto será la vivencia de una espiritualidad más auténtica, ya que esta es expresión de lo que forma el ser de la persona.

En cuanto a la relación de la vivencia de la obediencia y la vida espiritual Isingrini habla en 1999 que frecuentemente se pueden encontrar con mujeres consagradas que no logran tener una auténtica vida espiritual e incluso con la tendencia de pasar a segundo término este elemento indispensable de la vida consagrada, a pesar de los procesos de formación y de conversión que se llevan durante el camino vocacional.

Y afirma que lo que es más preocupante es que con el tiempo, la vivencia de la vocación se vuelve algo pesado que les ha robado algo legítimo como puede ser un cariño humano, el derecho a programar su vida o a disfrutar de ciertas

compensaciones que consideran necesaria por la labor que realizan, de tal manera que el voto de obediencia se va volviendo una carga, esto se relaciona con el hecho de que la mayoría de la población estudiada experimenta cierta frustración por la no realización de su vida como ellas esperaban y por lo tanto la vida espiritual se ve disminuida haciendo que efectivamente la obediencia consagrada se vuelva una carga pesada.

En cuanto a la somatización Ramírez en el 2010 establece que esta paraliza las funciones normales de la persona y la incapacita para su plena realización, lo cual queda plenamente comprobado en esta investigación en donde las participantes refieren que efectivamente el no saber manejar sus emociones las paraliza para seguir adelante.

Por otro lado la misma autora afirma que la agresividad del sistema nervioso simpático, afecta el funcionamiento del aparato digestivo y que si existen incidentes de rabia u odio, las tensiones se notan en la espalda, en nuca, en las mandíbulas y en las extremidades con las que un animal atacaría.

Si se trata de experiencias de miedo, se notarán dolores en el estómago y podrán existir algunas úlceras. Lo cual queda comprobado en las enfermedades que manifiestan las pacientes ante estas mismas emociones.

BIBLIOGRAFÍA

Significados.com. (s.f.). Recuperado el 25 de octubre de 2015, de <http://www.significados.com>

A New English Dictionary on Historical Principles (NED. (2005). Oxford: Oxford University Press.

Alonso , S. M. (29 de mayo de 2008). Recuperado el 13 de marzo de 2016, de <http://www.ciudadredonda.org/articulo/el-misterio-de-la-obediencia-consagrada>

Ancilli, E. (1983). *Diccionario de espiritualidad*. Barcelona: Herder.

APA, A. P. (2002). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-IV-TR*. Barcelona: Masson.

Aquino , T. (1485). *Suma Teológica II*. España: Biblioteca de autores cristianos .

Bekker, I. (1836). *Georgium Reimerum*, ed. Aristoteles graece. Berlín: Berolini.

Carripio, P. F. (1991). *Diccionario abreviado de sinónimos*. Barcelona: Ediciones B.

CIVCSVA, C. d. (2008). *El servicio de la autoridad y la obediencia*. Roma: San Pablo.

Damasio, A. (2006). *En busca de Spinoza: Neurobiología de la emoción y los sentimientos*. Barselona: Crítica.

Definición ABC. (s.f.). Obtenido de Tu diccionario hecho facil: www.definicionabc.com

Fernandes Dols, J., & Ortega, J. (1985). *Los niveles de análisis de la emoción: James, cien años después. Estudios de Psicología*. España.

Fernández Berrocal, P., & Ramos Días , N. (2006). *Desarrolla tu inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós .

- Frankl, V. (2014). *La psicoterapia en la práctica clínica* . Herder.
- Freud, S. (1923). *El yo y el ello. En Obras Completas, tomo XIX*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Garrone, G. M. (1970). *Presencia de la religiosa ante Dios y ante el mundo*. Vaticano: Mensajero S.A. Unipersonal.
- Golerman, D. (1995). *La inteligencia emocional* . Barcelona : Vergara .
- González , L. J. (1996). *Amor, salud y larga vida*. México: Font.
- Goya, B. (1998). *Formación integral de la vida religiosa*. Madrid: San Pablo.
- Grennberg, L. S., & Paivio, S. C. (1999). *Trabajar con las emociones en Psicoterapia*. España: Paidos Iberica.
- Hildebrand, D. V. (1963). *Transformation in Christ*. Nueva York: Image Books.
- Hinnebusch, P. (1966). *Salvation History and the Religious Life*. Denville N,J: Dimension Books.
- Hodeg, S. (2001). *Budismo tibetano*. dve.
- <http://www.significados.com/>. (s.f.). Recuperado el 25 de octubre de 2015
- Isingrini, V. (1999). *para ser formador no basta el amor*. México: San Pablo.
- James, W. (1980). *Principios de Psicología* . Henry Holt and Company .
- Kirmayer, L. J., & Robbins, J. M. (1991). *Current Concepts of Somatization: Research and Clinical Perspectives (Progress in Psychiatry)*. Hardcover.
- Marina, J. A. (1996). *El laberinto sentimental*. Barcelona: Anagrama.
- Mayer, J., Salovey, P., & Carruso, D. (2000). *Emotional intelligence as Zeitgeist, as personality, and as mental ability*. San Francisco: Jossey Bass.
- Morales, L. M. (marzo de 2006). *Celibato religioso; ¿Sublimación y Represión?*
Obtenido de Universidad Adolfo Ibáñez, Instituto chileno de Psicoanálisis:
http://www.academia.edu/21701390/Celibato_religioso_sublimacion.

- Muñoz, P. M. (2009). *Emociones, sentimientos y necesidades*. México: Castellanos.
- Pablo II, J. (1996). *Vita Consecrata*. Roma: San Pablo.
- Palacio, G. (2014 de noviembre de 2014). *prezi: antropología de la vocación cristian*. Obtenido de <http://www.prezi.com/q8qg7uelroq2/la-antropologia-de-la-vocacion-cristiana/>
- Prieto, D. M. (junio de 2002). *Facultad de Psicología y Psicopedagogía de la USAL*. Recuperado el 10 de diciembre de 2015, de <http://psico.usal.edu.ar/psico/espiritualidad-hombre-desde-perspectiva-logoterapeutica-viktor-frankl>
- Rahner, K. (1960). *Some Reflections on Obedience*. Viena: Verlag Herdes.
- Rahner, K. (1969). *Nuovo stile di obbedienza*. Milan: Ancora .
- Ramírez, J. A. (2000). *Ser auténticos para llegar a Dios*. México: Paulinas.
- Ridick, J. (1988). *un tesoro en vasijas de barro* . Madreid : Atenas .
- Rueda, B. (1975). *Conversazioni sull obbedienza*. Roma: Aicora.
- Rulla, L. (1976). *Madurez Psicológica*. Turin LDC.
- Rulla, L. (1983). *Psicología profunda y vocación*. Madrid: Sociedad de Educación Atenas .
- Rulla, L. (1990). *Antropología de la vocación cristiana*. Madrid: Atenas.
- Rulla, L. (1990). *Antropología de la Vocación Cristiana 1. Bases interdisciplinarias*. Madrid: Atenas.
- Sampieri, R. H., Collado, C. F., & Lucio, M. d. (2010). *Metodología de a Investigación* . México D.F.: Mc Graw Hill.
- Santos, F. (2002). *Antropología de base para la existencia del creyente*.

- Warren, H. (1996). *Diccionario de Psicología*. México: Fondo de cultura económica.
- Warren, L. (1996). *Systems research and behavioral science*. Jackson.
- Wojtyla, K. (1974). *The structure of self-Determination as the Core of the Theory of the Person*. Nápoles : Edizioni Domenicane Italiane.
- Wojtyla, K. (1978). *Amor y responsabilidad*. Madrid: Razón y Fe S.A.
- Yildiz, D. I. (2007). TEORÍAS SOBRE AFECTOS Y SÍNTOMAS II. Psicología del Yo, Klein y postkleinianos y el grupo "independiente". *Asociación Psicoanalítica Colombiana, Psicoanálisis (APC), XIX, (1), 56-88*.

ANEXOS

PROTOCOLO DE ENTREVISTA

Tesis: La inteligencia emocional y su relación con el voto de obediencia en mujeres consagradas.

Nombre: _____ Edad: _____

Congregación: _____

1. Describe el significado que tiene para ti el voto de obediencia
2. ¿Cómo has vivido a lo largo de tu vida consagrada este voto?
3. ¿Cuál es tu concepto de autoridad?
4. ¿Cuál crees que sea la causa de la obediencia autoritaria?
5. Define como te encuentras en cada uno de estos aspectos:
 - A) Conocimiento de tus emociones
 - B) En el manejo de tus emociones
 - C) La propia motivación
 - D) En el reconocimiento de las emociones en los demás
 - E) En el manejo de tus relaciones
6. ¿Cómo te ayudan tus emociones en la vivencia de la obediencia?
7. ¿Cómo limitan tus emociones la vivencia del voto de obediencia?
8. Menciona las características de una autentica vida espiritual
9. ¿Cómo favorece la espiritualidad para la vivencia autentica del voto de obediencia?
10. ¿Cómo influyen tus emociones en tu salud?
11. ¿Cuáles emociones son las que más te cuesta expresar?
12. ¿Cuáles con las enfermedades o malestares que presentas con mayor frecuencia?
13. ¿Cómo influyen tus emociones y la vivencia de la obediencia en tu vida espiritual?
14. ¿Cómo favorece tu vida espiritual en tu salud y en la vivencia del voto de obediencia?

15. ¿Qué necesitamos como vida consagrada para tener una vivencia auténtica y sana del voto de obediencia?

CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Instrucciones: A continuación se presentan un cuestionario, con el cual se pretende obtener una aproximación de su nivel de Inteligencia emocional. Es necesario colocar los datos que se le pide y responder con la mayor sinceridad posible para obtener excelentes resultados. No hay repuestas correctas o incorrectas, no hay tiempo límite y debe de procurar no dejar ninguna pregunta sin contestas.

Edad: _____ Sexo:

M	F
---	---

 Ocupación: _____

	Siempre	Casi siempre	Casi nunca	Nunca
1. Puedo mantener la calma cuando soy el blanco del enfado de otros.				
2. Tengo problemas de timidez.				
3. Me siento incomodo (a) cuando me critican.				
4. Me desconcentro fácilmente en la realización de una tarea.				
5. Me dejo influenciar por una conducta negativa realizada anteriormente por otra persona.				
6. Me cuesta hablar y dirigirme a personas que no conozco.				
7. Me dejo afectar por las bromas de los demás.				
8. Se me dificulta tranquilizarme cuando estoy de mal genio.				
9. Evito lugares públicos o concurridos.				
10. Postergo las actividades que había planeado iniciar.				
11. Puedo presentir el ánimo de un grupo cuando entro en un salón				
12. Se me dificulta iniciar una acción en el momento que lo quiera.				
13. Necesito el reconocimiento para lograr mis metas.				
14. Me demoro en establecer contacto con quienes me rodean.				
15. Me desagrada organizar nuevas actividades.				
16. Hago amistades con facilidad.				
17. Me impaciente fácilmente.				
18. Tengo cuidado con las palabras con las que me dirijo a alguien y la forma en que digo las cosas.				
19. Me desanimo fácilmente.				
20. Soy incapaz de relajarme en una situación de presión.				
21. Me recompenso poco aún cuando alcanzo una meta difícil.				
22. Se me dificulta pedir ayuda a otra persona.				
23. Cuando una persona cambia su actitud conmigo, le pregunto cuál es la causa.				
24. Me cuesta trabajo hablar con personas que no comparten mis puntos de vista.				
25. Se me dificulta mostrar mis emociones.				
26. Cuando estoy triste busco alguna actividad que me ayude a mejorar mi estado de ánimo.				
27. Tengo una mala comunicación con mis jefes.				
28. Puedo mediar conflictos de los demás.				
29. Identifico con precisión los sentimientos y emociones de las personas.				
30. Dudo de la habilidad que poseo.				
31. Me considero una persona exitosa.				
32. Me recupero lentamente luego de un contratiempo.				

33. Se decir no cuando es necesario.				
34. Pido una aclaración de lo que me dicen, en lugar de adivinar el significado.				
35. Me expreso con facilidad hacia los demás.				
36. Doy a entender lo que quiero o lo que siento sin rodeos.				
37. Reconozco cuando cometo un error.				
38. Puedo escuchar a personas negativas sin contagiarme de lo que me digan.				
39. Me dejo llevar por una situación aunque no esté de acuerdo con ella.				
40. Soy capaz de interpretar correctamente mis propias emociones.				
41. Me siento desalentado (a) conmigo mismo y me pregunto si hay algo que valga la pena.				
42. Me concentro en las cualidades negativas de lo demás.				
43. Me siento inseguro (a) de mis conocimientos.				
44. Prescindo con facilidad de los demás.				
45. Soy capaz de iniciar una acción en el momento que lo desee.				
46. Tengo una mala comunicación con mis superiores.				
47. Siento que soy atractivo (a).				
48. Ayudo a un grupo a controlar sus emociones.				
49. Detecto incoherencias entre las emociones o sentimientos de los demás y sus conductas.				
50. Animo, alabo o felicito a los demás, sin que esto represente problema alguno.				
51. Soy capaz de trabajar de modo productivo cuando estoy de mal humor (enfadado).				
52. Pienso que es lo que quiero antes de actuar.				
53. Contribuyo a que el trabajo sea estresante y aburrido.				
54. Creo que no puedo contribuir a cambiar el rumbo del país.				
55. Manejo las situaciones aun cuando empiezo a enfadarme.				
56. Ante un problema no veo el lado positivo de la situación.				
57. Tengo el sentimiento de no poder hacer nada bien.				
58. Trato con respeto a los demás.				
59. Me doy cuenta cuando alguien me miente.				
60. Puedo aplazar un beneficio positivo a corto plazo para obtener uno mayor a largo plazo.				
61. Me siento inferior con respecto a los demás.				
62. Manejo un vocabulario incorrecto.				
63. Prefiero el trabajo en grupo al individual.				
64. Puedo realizar alguna actividad que me interese aun cuando me produzca miedo llevarla a cavo.				
65. Se cuando experimento sentimientos de amor y dicha.				
66. Hago saber a los demás cuando hacen algo positivo en su trabajo.				
67. Excluyo a alguien cuando es excluido por otra persona.				
68. Sé cuando tengo que hablar y cuando no en una reunión.				
69. Soy original y creativo.				
70. Sé que puedo conseguir lo que me proponga.				
71. Trato de escuchar a quien me habla.				
72. Creo que soy físicamente agradable para los demás.				
73. Utilizo el "dialogo interior" para controlar mis emociones.				

74. Puedo ajustar mi comportamiento para satisfacer las exigencias de cualquier situación.				
75. Me gusta negociar para obtener algo que deseo.				
76. Me parece complicado llegar a un consenso con los demás.				
77. Me preocupo si a los demás les gusta estar conmigo.				
78. Siento que puedo hacer todo bien.				
79. Ante un problema sé que se puede hacer algo para resolverlo.				
80. Estoy consciente de lo que soy.				
81. Identifico mis pensamientos negativos.				
82. Me gustan los desafíos sencillos.				
83. Ayudo a los demás a controlar sus emociones.				
84. Me intereso por los sentimientos de los demás.				
85. Soy capaz de hablar en público aun cuando siento un poco de vergüenza.				
86. Reconozco cuando alguien siente angustia.				
87. Siento que soy una persona desaprovechada.				
88. Estoy atento a los movimientos o gestos de los demás cuando se dirigen a mí.				
89. Soy competente en pocos trabajos.				
90. Trabajo duro y persistentemente para alcanzar una meta.				
91. En una situación competitiva en la cual estoy ganando o soy superior me siento mal por el otro.				
92. Puedo cambiar mi imagen cuando siento que la proyectada no está dando resultados.				
93. Sé que la gente me busca y me respeta.				
94. Termino lo que comienzo.				
95. Descuido mis propios movimientos o gestos cuando me dirijo a alguien.				
96. Me comporto adecuadamente en una situación social.				
97. Tengo una mala comunicación con mi familia.				
98. Acostumbro a fijarme objetivos.				
99. Cuando tengo que tomar una decisión importante, sé como me siento al respecto: asustado, emocionado, enojado u otras combinaciones de emociones.				
100. Explico mis críticas hacia los demás.				
101. Fomento la desconfianza de los demás hacia mí.				
102. Procuero que los demás se sientan bien conmigo.				
103. Hago cosas por otras personas, porque simpatizo con ellas.				
104. Hago cosas contrarias a mis principios.				
105. Me angustio cuando pienso en sentimientos negativos.				
106. Me considero una persona poco inteligente.				
107. Identifico mis cambios de humor.				
108. Cuando hablo con alguien le doy a entender que le estoy prestando atención (fruncir el ceño. asiento con la cabeza, etc.)				
109. Cuando hago un comentario subrayo los puntos débiles de los demás.				
110. Siento que no valgo.				
111. Sé cuando estoy a la defensiva.				
112. Expongo mi filosofía personal a los demás.				
113. Sugiero nuevas ideas que ayuden a los demás.				
114. Verifico que la persona entendió lo que le dije.				

115. Identifico mis pensamientos positivos.				
116. Pienso que mi futuro depende de mi esfuerzo.				
117. Puedo comportarme de manera espontanea y natural.				
118. Uso un tono apropiado cuando me dirijo a un grupo o a una persona.				
119. Verifico que entendí lo que la otra persona me dijo.				
120. Identifico mis cambios físicos ante un estímulo.				

¡¡ Muchas gracias por su colaboración!!

El cuestionario consta de 120 ítems, pero 5 ítems son de control y son: 12, 32, 45, 47 y 72. Y tiene los siguientes factores:

1. **Autoconocimiento** son: 2, 3, 15, 37, 40, 65, 81, 82, 96, 107, 111, 112, 115 y 120. (En total son **14** ítems)
2. **Autocontrol** son: 1, 4, 8, 17, 20, 33, 39, 51, 52, 55, 60, 64, 73, 74, 85, 94, 99, 104 y 105. (En total son **19** ítems)
3. **Automotivación** son: 10, 13, 19, 21, 26, 38, 54, 56, 70, 79, 90, 98 y 116. (En total son **13** ítems)
4. **Autoestima** son: 30, 31, 41, 43, 57, 61, 69, 77, 78, 80, 87, 89, 92, 93, 106 y 110. (En total son **16** ítems)
5. **Empalía** son: 5, 11, 24, 29, 42, 59, 83, 84, 86, 91, 102 y 103. (En total son **12** ítems)
6. **Comunicación** son: 18, 22, 23, 27, 34, 36, 46, 62, 66, 71, 75, 76, 88, 95, 97, 100, 108, 114, 118 y 119. (En total son **20** ítems)
7. **Relación con los demás** son: 6, 7, 9, 14, 16, 25, 28, 35, 44, 48, 49, 50, 53, 58, 63, 67, 68, 101, 109, 113 y 117. (En total son **21** ítems)

La interpretación de los resultados del cuestionario se realizó de acuerdo a la siguiente clasificación:

Puntuación	Nivel de Inteligencia emocional
De 361 a 480	Nivel Alto
De 241 a 360	Nivel Medio
De 240 a 120	Nivel Bajo

NOTA: No se toman en cuenta los ítems de control para la suma total de los reactivos.