

TALLER DE AUTOCONOCIMIENTO

Corresponsal y Fotos: Tony Rodríguez

Redacción: Miguel Albuerne

Cienfuegos, 31 de marzo de 2008: Un Taller sobre “Autoconocimiento” fue animado por el P. Ramón Rivas sj. en el Salón de Actos de la parroquia “Nuestra Señora de Montserrat” en Cienfuegos las noches del 24 al 26 de marzo. El P. Ramón fue llevando de la mano al auditorio a través de temas tan interesantes como “La Terapia Emotivo Racional” adentrándose en dimensiones de la conducta como es la neurosis a la que definió en el sentido más amplio de la palabra como “Una reacción o respuesta emocional y conductualmente disfuncional, generada por la percepción evaluativa de un estímulo.”



Citó el sacerdote animador a los psicoterapeutas alemanes Shaetzing y Thomas para explicar lo que ellos llamaron “Neurosis eclesiogénica” que se define como el resultado de una educación religiosa impartida verbal y/o extraverbalmente por “las iglesias”, “la educación religiosa”, “un hogar puritano”, etc. planteando que “se dan frecuentemente y casi exclusivamente como resultado de la formación y educación impartida por las iglesias y en su nombre...es la enfermedad mental causada por una educación bastante extendida que crea tabúes, especialmente en lo referente a lo sexual y erótico”.



Abordó también el tema de la autoestima definiéndola como “la percepción evaluativa y afectiva de uno mismo”, es decir, lo que uno piensa y siente de sí mismo. Pasó a explicar que se puede hablar de una autoestima más o menos alta o baja, fuerte o débil, constructiva o no, suficiente o deficiente, etc., tanto si tratamos de la persona en su conjunto como si tratamos tan sólo de algunas de sus facetas en particular, arribando a la conclusión de que: (...) “para establecer relaciones enriquecedoras y liberadoras con otras personas, para dedicarse al servicio de los demás con generosidad y en libertad, se requiere un mínimo de autoestima.”

Para finalizar abordó el tema de la “Asertividad” Cristiana, la que definió como: “La actitud de la persona que se autoestima y, por lo mismo, es capaz de expresar abierta y directamente sus pensamientos y sentimientos y defender sus derechos cuando a ella le parezca apropiado y prudente, sin intentar violar los derechos del interlocutor o imponerle sus opiniones”. Puso como ejemplo genuino de esto a Jesús de Nazaret.



Nosotros Hoy - Segmento noticioso del Sitio WEB de la COCC
Conferencia de Obispos Católicos de Cuba. 2008 ©

Puede reproducir parcial o totalmente esta información, siempre que cite la fuente original