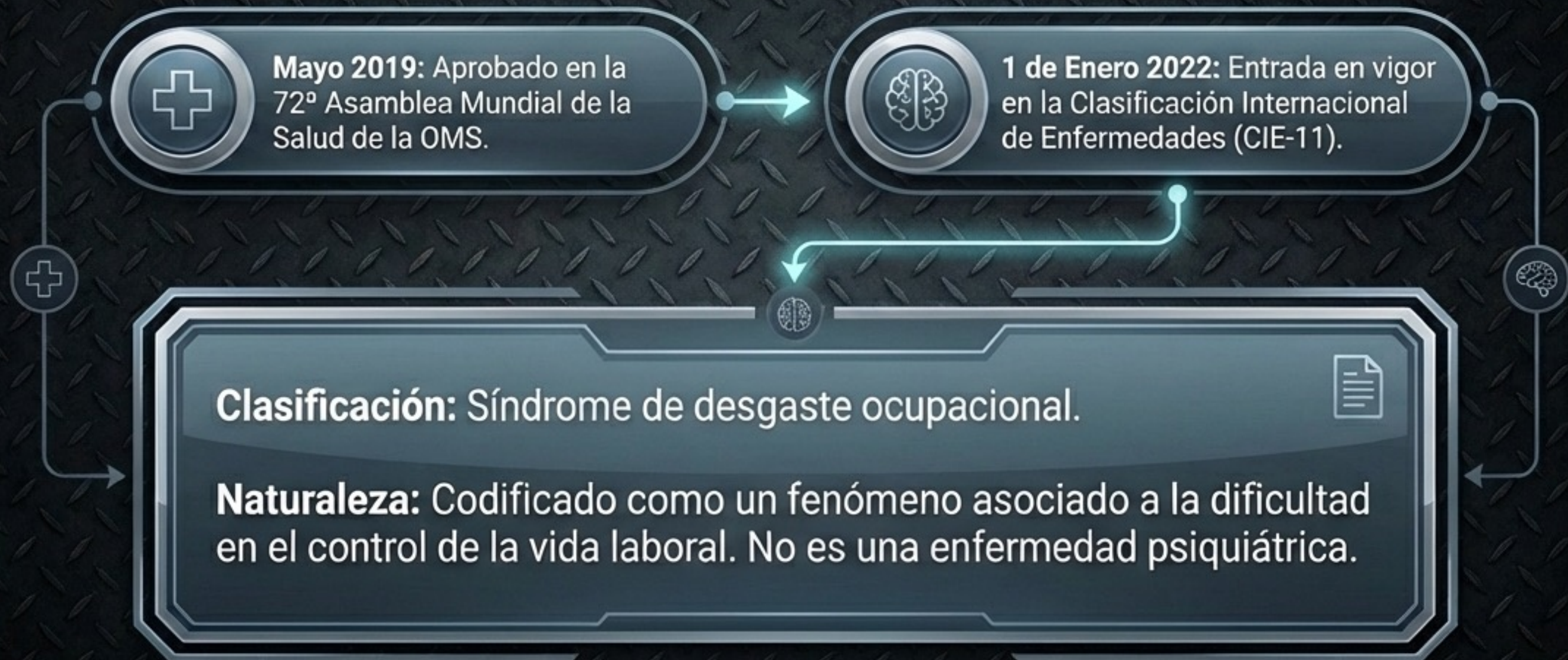


EL SÍNDROME DE BURNOUT EN EL CONTEXTO PASTORAL

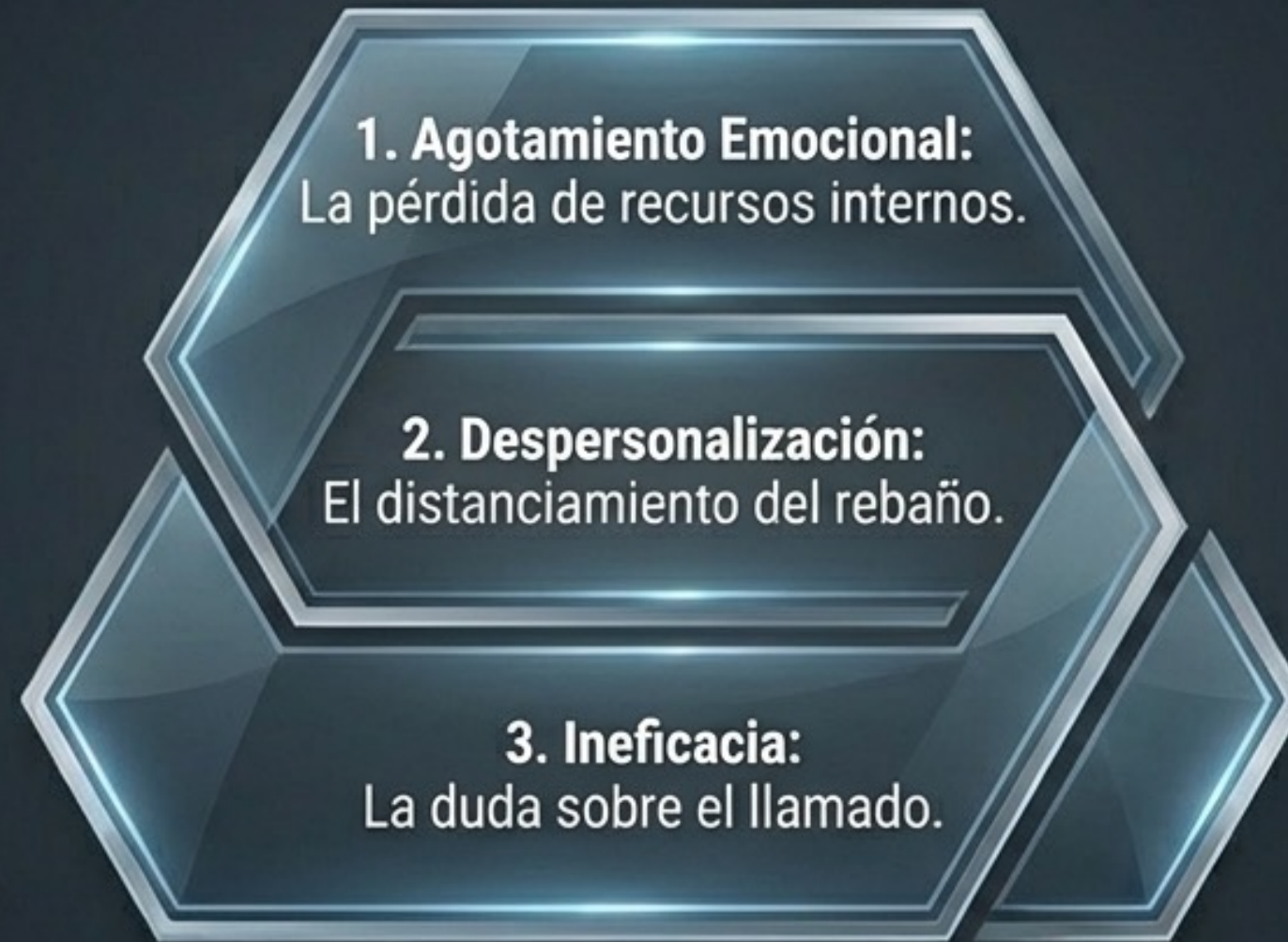
La Ecuación del Desgaste



Reconocimiento Clínico Oficial del Síndrome de Burnout



Las Tres Dimensiones del Síndrome

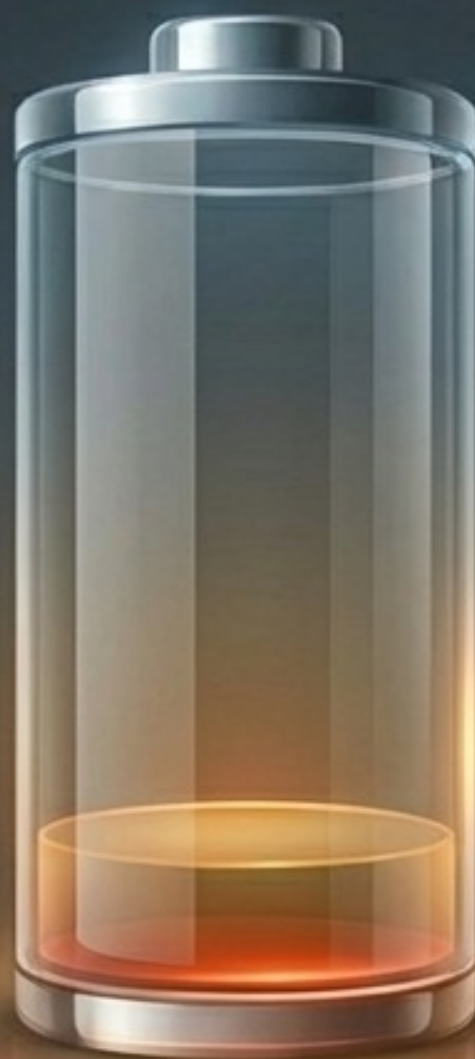


Cada dimensión tiene una manifestación clínica, un síntoma pastoral y un ancla bíblica.

Dimensión 1: Agotamiento Emocional

Realidad Clínica

Una merma total de recursos emocionales. Se experimenta saturación profunda y un cansancio abrumador derivado de la labor.



Manifestación Pastoral

El desgaste constante y silencioso que produce la práctica diaria de sobrellevar las cargas, crisis y dolores de la congregación.

Ayúdense a llevar los unos las cargas de los otros, y obedezcan de esa manera la ley de Cristo.

Gálatas 6:2

Dimensión 2: Despersonalización

Realidad Clínica

Un distanciamiento mental del trabajo. Deriva en sentimientos negativos, cinismo o indiferencia hacia las personas que se atienden.



Manifestación Pastoral

Predicaciones mecánicas y un corazón endurecido. Las ovejas dejan de verse como almas perdidas y comienzan a percibirse como cargas interminables.



34 Así que ahora les doy un nuevo mandamiento: ámense unos a otros. Tal como yo los he amado, ustedes deben amarse unos a otros.

35 El amor que tengan unos por otros será la prueba ante el mundo de que son mis discípulos (Jn 13:34–35).

Dimensión 3: Sensación de Ineficacia

Realidad Clínica

Una evaluación negativa propia del trabajo y una percepción crónica de incompetencia profesional o falta de realización.



Manifestación Pastoral

Minar la confianza en el llamado divino, asumiendo la culpa por la falta de resultados e ignorando que es Dios quien da el crecimiento.

Yo planté la semilla en sus corazones, y Apolos la regó, pero fue Dios quien la hizo crecer. No importa quién planta o quién riega, lo importante es que Dios hace crecer la semilla.

1 Corintios 3:6-7

Matriz de Diagnóstico Pastoral

Dimensión Clínica	Síntoma Pastoral	Ancla Bíblica
Agotamiento	El peso de las cargas ajenas agota los recursos emocionales.	Gálatas 6:2 (Ayuda mutua)
Despersonalización	Ver a las ovejas como cargas; indiferencia y cinismo.	Juan 13:34-35 (El mandato del amor)
Ineficacia	Dudar del llamado por percibir falta de resultados.	1 Corintios 3:6-7 (Dios da el crecimiento)

El Camino a la Restauración

El Síndrome de Burnout no es una falla espiritual, es una realidad ocupacional. Nombrar el desgaste con precisión clínica es el primer paso; sostenerse en las promesas de Dios es el ancla para la recuperación.

Reconocer el límite de nuestra fuerza es el comienzo de la gracia.