

Fatiga en el Ministerio

Cantares 1:6

Jhon y Adriana Revueltas



En la vida **Por lo menos hemos**



Temor Generalizado

Circunstancias, entorno familiar, nosotros mismos



3 Episodios de ansiedad

Generalizada o asociada al estrés



2 Episodios de depresivos

Experimentando tristeza profunda u otros síntomas



1 Ataque de Panico

En medio de una crisis o situación detonante



Un llamado a la Plenitud

¹³ "hasta que todos lleguemos a la unidad de la fe y del conocimiento del Hijo de Dios, a un varón perfecto, a la medida de la estatura de la **plenitud** de Cristo;" Efesios 4:13



Siete Dimensiones

01

Mental

Ideas, pensamientos, conceptos
esquemas, cosmovisión

02

Emocional

Emociones, sentimientos,
deseos, voluntad

03

Físico/Cond

Estado Físico, conducta

04

Relacional

Relaciones, personal, nuclear,
familiar, amigos, iglesia, etc.

05

MedioAmbiental

Ministeriales, laborales,
sociales, culturales, ecológicos

06

Material

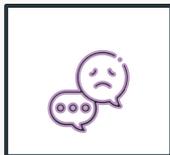
Finanzas, posesiones, medios

07

Espiritual

Relación con Dios, obediencia a
su palabra

Actitudes que **asumimos**



silencio

Callamos y no manifestamos lo que sentimos



Reactivos

Reaccionamos desmedidamente



Crisis de Fé

Escasamente oramos buscando la presencia de Dios



Reprimimos

Nuestros pensamientos y emociones negativas



Nos aislamos

Evitando buscar ayuda o ser vulnerables

Sintomas Asociados

-
- Cansancio
 - Desanimado Generalizado
 - Bajo rendimiento en la ejecución de tareas ministeriales

-
- Pérdida de interés en asuntos ministeriales
 - Irritabilidad y/o enojo

-
- Estrés asociado al ministerio
 - Pensamientos negativos

-
- Sensación de Ansiedad
 - Tristeza Generalizada
 - Atención dispersa
-

-
- Sensación de soledad y/o Abandono
 - Caos Interno
 - Sensación de carencia o pérdida

-
- Dificultad para orar, adorar o leer la palabra
 - Enfoque excesivo en el trabajo

-
- Conductas de Aislamiento
 - Represión Emocional

-
- Insomnio
 - Pérdida de apetito o ansiedad de Comer
 - Olvidos
 - Opresión
-

**¿Como debemos
Afrontar
La Fatiga
Ministerial?**





01

Identificar el Síntoma

Y el area o dimesión efectada



02

Gestionar el Síntoma

Gestionar el Sintoma



- Procésalo: Enfrenta la situación reconociendo que la tienes.
- Busca una solución practica: Delega, descansa, suelta, paga etc. (Acciones Concretas)
- Busca Asesoría: Espiritual, psicológica, financiera, medica Etc.



03

Fortalecimiento Espiritual

Gestionar el Sintoma



- Tiempo devocional: Aumenta la intimidad con Dios.
- Retiro Espiritual
- Sanidad interior – Batalla Espiritual



Taller en Grupos Pequeños

1. ¿Crees que estas experimentando fatiga ministerial en este tiempo? Identifica y haz una lista de los síntomas que puedas estar Manifestando.
 2. Cuáles crees que son las causas de tu fatiga ministerial y en que áreas o dimensiones crees que están ubicadas?
 3. ¿Cuáles son los ajustes o medidas que debes hacer para superar la fatiga ministerial?
-

