

---

# PROPUESTA DE ACOMPAÑAMIENTO PSICOLÓGICO PARA EL PROCESO DE ADAPTACIÓN A LA VIDA RELIGIOSA DE JÓVENES

*Proposal of psychological accompaniment for the process of  
adaptation to the religious life of young people.*

*Proposta de acompanhamento psicológico para o processo de  
adaptação à vida religiosa de jovens*

---

Rosario Soledad Cando-Morales<sup>1</sup> , María Verónica Egas-Reyes<sup>2</sup> 

<sup>1</sup> Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Ambato - Ecuador. Correo:

[rosarios.s.cando.m@puce.edu.ec](mailto:rosarios.s.cando.m@puce.edu.ec)

<sup>2</sup> Facultad de Psicología. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Ambato -

Ecuador. Correo: [megas776@puce.edu.ec](mailto:megas776@puce.edu.ec)

Fecha de recepción: 03 de marzo de 2022

Fecha de aceptación: 31 de mayo de 2022.

## RESUMEN

**INTRODUCCIÓN.** La adaptación a la vida dentro de un monasterio de clausura incluye aspectos relacionados con la voluntad, el juicio y auto aceptación, que en conjunto forman parte del proceso de discernimiento. **OBJETIVO.** Crear un dispositivo de acompañamiento psicológico para mujeres jóvenes que inician su vida religiosa en un monasterio de clausura **MÉTODO.** Cualitativo descriptivo. Se realizó una revisión de la literatura especializada y una entrevista semiestructurada a cuatro expertos en la materia. Una vez recolectada la información, esta fue contrastada con lo obtenido en la revisión bibliográfica. **RESULTADOS.** Se identificaron tres ejes de acción: adaptación a la vida monástica, el conocimiento del perfil de las jóvenes religiosas y, la necesidad de definir intervenciones para facilitar su proceso de adaptación. La propuesta está conformada por acciones para las jóvenes aspirantes antes y después de su entrada al monasterio, para la hermana maestra de novicias y las hermanas de la comunidad; en cuatro fases. **DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.** La adaptación a la vida monástica es un proceso constante y necesita de un abordaje humanista, que favorezca el crecimiento personal y espiritual de las jóvenes religiosas, centrado en sus necesidades particularidades, según su historia de vida y el contexto en el cual se desarrolló.

**Palabras claves:** monjas, adaptación psicológica, dispositivo psicológico.



Compartir

Cando-Morales & Egas-Reyes. Propuesta de acompañamiento psicológico para  
el proceso de adaptación a la vida religiosa de jóvenes.

Enero – Junio 2022

<http://dx.doi.org/10.33210/ca.v11i1.386>



Compartir

## ABSTRACT

**INTRODUCTION.** The adaptation to life within a cloistered monastery includes aspects related to the will, judgment and self-acceptance, which together form part of the discernment process. **OBJECTIVE.** create a device for psychological accompaniment for young women who begin their religious life in a cloistered monastery **METHOD.** Descriptive qualitative. A review of the specialized literature and a semi-structured interview were carried out with four experts in the field. Once the information was collected, it was contrasted with what was obtained in the bibliographic review. **RESULTS.** Three axes of action were identified: adaptation to monastic life, knowledge of the profile of young religious, and the need to define interventions to facilitate their adaptation process. The proposal is made up of actions for the young aspirants before and after their entry to the monastery, for the religious teacher and the sisters of the community; in four phases. **DISCUSSION AND CONCLUSIONS.** Adaptation to monastic life is a constant process and requires a humanistic approach that favors the personal and spiritual growth of young religious, focused on their particular needs, according to their life history and the context in which it developed.

**Keywords:** nuns, psychological adaptation, devices psychological.

## RESUMO

**INTRODUÇÃO.** A adaptação à vida dentro de um mosteiro de clausura inclui aspectos relacionados à vontade, julgamento e auto-aceitação, que juntos fazem parte do processo de discernimento. **OBJETIVO.** Criar um dispositivo de acompanhamento psicológico para jovens mulheres que iniciam sua vida religiosa em um mosteiro de clausura **MÉTODO.** Qualitativa descritiva. Realizou-se revisão da literatura especializada e entrevista semiestruturada com quatro especialistas na área. Uma vez que as informações foram coletadas, elas foram contrastadas com o que foi obtido na revisão bibliográfica. **RESULTADOS.** Foram identificados três eixos de atuação: adaptação à vida monástica, conhecimento do perfil dos jovens religiosos e necessidade de definir intervenções para facilitar seu processo de adaptação. A proposta é composta por ações para os jovens aspirantes antes e depois de sua entrada no mosteiro, para a professora religiosa e as irmãs da comunidade; em quatro fases. **DISCUSSÃO E CONCLUSÕES.** A adaptação à vida monástica é um processo constante e requer uma abordagem humanista que favoreça o crescimento pessoal e espiritual do jovem religioso, centrado nas suas necessidades particulares, de acordo com a sua história de vida e o contexto em que se desenvolveu.

**Palavras-chave:** freiras, adaptação psicológica, dispositivo psicológico.

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad, se acepta que más del 90% de la población mundial practica alguna forma de espiritualidad o religión. Adicionalmente, se vincula la religiosidad con la salud mental, el afrontamiento y la resiliencia<sup>1,2</sup>. A pesar de la amplia difusión de la religiosidad en el mundo, los monasterios de clausura femeninos no son tan populares



en la sociedad actual, ya que implican una renuncia total a las actividades sociales, profesionales y a la sexualidad <sup>3</sup>.

Los monasterios de clausura femeninos tienen una amplia tradición en la cultura hispanoamericana <sup>4</sup>. Estas instituciones tenían como función primaria brindar un espacio a las mujeres solas, viudas, solteras, que no cumplían con las reglas sociales de la época, que consideran como rol primario femenino, el matrimonio <sup>5</sup>. Con el tiempo, los monasterios de clausura fueron ganando un rol importante en la sociedad, ya que tener una familiar en estas instituciones, era bien visto socialmente y, además, representaba un alivio económico, ya que la “dote” necesaria para ingresar en los monasterios de clausura, era sustancialmente inferior a la necesaria para casarse <sup>6</sup>.

Las razones por las que una mujer toma la decisión de insertarse en un monasterio de clausura son varias y, la vocación religiosa es solo una de estas <sup>7</sup>. Otros motivos se relacionan con situaciones económicas desfavorables, disfunciones familiares, violencia doméstica, agresiones sexuales o problemas legales, en los que el aislamiento concibe como la solución a situaciones imposibles de afrontar en el mundo exterior <sup>8</sup>. Este cambio en la forma de vida presupone la necesidad de un proceso de aprendizaje y adaptación a las nuevas circunstancias de vida, que además amerita el desarrollo de habilidades como la resolución de problemas, la capacidad de adaptación y el renunciar a la comunicación e interacción con otros seres humanos y el desarrollo de habilidades de convivencia, que le permitan emprender de forma favorable su nueva vida, en el contexto de un monasterio de clausura, sin afectar el bienestar de la comunidad que las rodea <sup>3</sup>.

La vida dentro de un monasterio de clausura femenino se basa en la contemplación y el trabajo. Como parte de su perfil contemplativo, estas religiosas guardan silencio la mayor parte del día, a pesar de que tienen un calendario muy estricto de actividades, se comunican entre sí solamente si es muy necesario para el desarrollo de sus actividades; adicionalmente, su mundo se reduce a los límites del monasterio y sus hermanas de comunidad, son su único contacto humano, lo que pone de manifiesto la necesidad de que las religiosas de clausura, cuenten con un apoyo psicológico, que les ayude a realizar esta transición de la manera más adecuada posible, con el menor impacto en su salud mental y en su calidad de vida <sup>9</sup>.

Esto, unido a que, no es habitual que se les realicen evaluaciones psicosociales previas a su entrada al monasterio, y al ser una vida diferente a la que cada joven está acostumbrada, es necesario que este proceso de adaptación sea acompañado a nivel psicológico y espiritual. Evitando que se den problemas de obediencia, deserción, relaciones difíciles con la comunidad, que afecten el desarrollo habitual de las actividades diarias dentro del monasterio, sin perturbar la calidad de vida del resto de religiosas.

Es por esto que surge la propuesta de un dispositivo de acompañamiento psicológico destinado a contribuir con el proceso de adaptación de las jóvenes a la vida monástica en el convento el Carmen Alto, que fue fundado en Quito en el año 1653, con grandes estándares de exclusividad para admitir a sus aspirantes, en su totalidad jóvenes de la más encumbrada sociedad local y, que desde entonces hasta la actualidad, ha tenido un rol importante en la sociedad quiteña y su historia, acogiendo a mujeres de muy diverso origen <sup>10</sup>.

## Investigaciones previas

Las investigaciones recientes sobre intervenciones de acompañamiento psicológico en religiosas de clausura no abundan, sin embargo, se identificaron reportes acerca de la necesidad de una interacción entre psicólogos, sacerdotes, monjas y cualquier representante de la vida religiosa, ya que esto incrementa el éxito de cualquier intervención de acompañamiento psicológico, en poblaciones determinadas, con altos niveles de religiosidad, resaltando la importancia del trabajo conjunto entre psicólogos y autoridades religiosas <sup>11</sup>.

En otra investigación, Bukiet <sup>12</sup> se analizan las tendencias actuales en los monasterios de clausura, haciendo énfasis en la posibilidad formar una red colaborativa entre estos, manteniendo altos estándares en el campo contemplativo, pero mejorando la adaptación de los religiosos y su bienestar, mediante la intervención de la psicología, medicina y neurociencia; lo que impulsará la innovación en el campo de la ciencia contemplativa y, al hacerlo, promoverá el florecimiento humano y mejorará el sufrimiento, mediante un proceso de aprendizaje al inicio de la vida monástica.

Por su parte Durá et al., <sup>13</sup> en una investigación realizada en dos monasterios de clausura en España, estableció que la vida religiosa dentro de estos desarrolla un modelo humano extraordinario de búsqueda de la soledad; aunque vivan en comunidad, no se sienten solas, evitan activamente la intimidad y la cercanía con otros miembros de la comunidad, con un esfuerzo notable por sentirse solas por voluntad propia. En este sentido, Hodapp y Zwingmann <sup>2</sup> analizaron la relación entre religiosidad, espiritualidad y salud mental en los claustros religiosos en Alemania, Austria y Suiza, con un resultado común en los tres países, que indican que a menor grado de desarrollo de religiosidad y espiritualidad, mayor probabilidad de desarrollar trastornos mentales, con afectaciones importantes en la salud mental y en el proceso de adaptación a la vida en los monasterios de clausura.

De acuerdo a la consulta a las investigaciones previas, puede decirse que existe una importante limitación de literatura que describe el funcionamiento de los monasterios de clausura, el proceso de adaptación a este estilo de vida en el contexto de la vida moderna. Esto resalta la importancia de las habilidades de resolución de problemas, y el aprendizaje, para poder aceptar y adaptarse a los requerimientos de obediencia, pobreza y castidad que requiere esta vida. La inexistencia de estrategias que faciliten y acompañen en el proceso de adaptación a la vida monástica constituye un vacío en el conocimiento del tema; en consecuencia, el estudio de la evidencia disponible, así como la creación y puesta en práctica de un dispositivo de acompañamiento psicológico, pudiera aportar soluciones en el proceso de selección y adaptación de las aspirantes a religiosas de clausura.

## Contextualización

Los dispositivos de acompañamiento psicológico surgieron como una forma de intervención terapéutica, aunque con el paso del tiempo se fueron encaminando también a la prevención y pueden ser adaptado a diferentes contextos y grupos poblacionales <sup>14</sup>. Sarmiento et al., <sup>15</sup> mencionan que los dispositivos de acompañamiento psicológico establecen “espacios en donde los participantes pueden desarrollarse y reformularse de otra manera: lugares de encuentro con el otro, lugares de construcción, deconstrucción y reconstrucción y también de introducción a lo social” (p. 94).

Además, permiten establecer estrategias clínicas que conciben un espacio íntimo entre el psicólogo y su paciente, en el que el primero tiene un rol flexible, que

está sustentado en la transferencia, y esto permite el desarrollo del dispositivo. En este tipo de trabajo individual, el psicólogo abandona por momentos su lugar de “experto”, para permitir que las ideas del paciente fluyan libremente, mediante la transferencia, lo que facilita la terapia <sup>15</sup>.

También se utilizan en las intervenciones grupales y, según Botella et al., <sup>16</sup> se conforman por tres clases fundamentales de actividades: las “presentaciones”, que son espacios en los que el psicólogo transmite al grupo los pormenores de las actividades relacionadas con el dispositivo; las “charlas” en las que se aborda un tema particular, que se realizan de forma breve y los temas son seleccionados por la misma población o por el psicólogo; el tercer tipo de actividad son los “talleres”, que propician la reflexión en conjunto, el intercambio de opiniones en grupo, en dúos o personales, de acuerdo al tema tratado, para esto pueden utilizarse diferentes técnicas de comunicación y puede beneficiarse del uso de tecnologías de comunicación. La literatura académica regional describe el uso de dispositivos de acompañamiento psicológico y religioso en el tratamiento de adicciones en jóvenes de Argentina <sup>17</sup> y Colombia <sup>18</sup>. En el Ecuador Egas et al., <sup>15,19</sup> han propuesto dispositivos de acompañamiento psicológico en diversos ámbitos.

## MÉTODO

### Participantes

Participaron dos religiosas, un sacerdote psicólogo y una psicóloga laica.

### Normas éticas de investigación

Con esta investigación no se realizó ningún tipo de intervención sobre los entrevistados. A los que se les indicó verbalmente en qué consistía el trabajo y se solicitó su autorización para participar. No se expone la información personal de ninguno de los participantes.

### Instrumentos / Reactivos de medición / Técnicas de recolección de datos...

Para recolectar los datos, se utilizaron dos técnicas: revisión bibliográfica y entrevistas semiestructurada.

### Técnicas de análisis de datos

Se realizó un proceso de análisis de contenido de las entrevistas, mediante las tres etapas de codificación (abierta, axial y selectiva) en la investigación cualitativa. En la etapa de codificación abierta se analizaron las unidades de estudio, con el propósito de identificar las que puedan resultar interesantes para el tema a tratar. En la fase de codificación axial se extrajeron las ideas, propuestas y temáticas generales de donde resulta la investigación y, finalmente, en la fase de codificación selectiva, se extrajeron los temas que direccionaron la búsqueda de información y la propuesta de intervención.

### Procedimiento

Se trata de una investigación con 2 fases. En la primera se presenta el estudio cualitativo realizado. En la segunda, se describe el desarrollo de la propuesta y sus características. Posteriormente, en la discusión se analizan los resultados encontrados y se analiza la línea de investigación futura al ser aplicado el protocolo propuesto.

**Fase 1:** Se recopiló información acerca del diseño, planificación y puesta en práctica de dispositivos de acompañamiento psicológico en jóvenes religiosos. Se utilizaron las bases de datos Psycnet, Redalyc, Science Direct, Google académico y Dialnet. Adicionalmente, se desarrolló una entrevista semiestructurada por vía zoom, a cuatro expertos: dos religiosas, un sacerdote psicólogo y una psicóloga laica, con la que se obtuvieron sus consideraciones acerca de los inconvenientes para la adaptación a la vida religiosa en un monasterio de clausura, el perfil de las jóvenes aspirantes, el tiempo que demora la adaptación y, las posibles intervenciones que podrían implementarse, para contribuir al proceso de adaptación.

**Fase 2:** Una vez recolectada la información de las entrevistas a los expertos, esta fue contrastada con lo obtenido en la literatura especializada, a partir de lo cual, se propuso el dispositivo de acompañamiento psicológico destinado a facilitar la adaptación a la vida monástica de estas jóvenes.

## RESULTADOS

A partir de los análisis realizados, se identificaron tres ejes importantes:

En primer lugar, sobresalió el tema de la adaptación a la vida monástica, acerca de lo cual los expertos entrevistados concuerdan en que se trata de un proceso multifactorial, en el que intervienen aspectos relacionados con la joven religiosa, su historia, su aprendizaje o su experiencia vital anterior, el apoyo familiar y la severidad de las normas disciplinarias del monasterio, que implican un cambio drástico en relación con su vida anterior.

En segundo lugar, se accedió a algunos elementos a tomar en cuenta para construir el perfil que deberían tener las jóvenes religiosas, que es imprescindible que cuente con una sólida formación y vocación religiosa, y tenga conocimiento de las particularidades de la vida en los claustros. Idealmente deberían gozar de un alto grado de autoestima y habilidades de resiliencia.

Por último, se pudo identificar algunos elementos a tener en cuenta para desarrollar intervenciones que permitan mejorar el proceso de adaptación, con enfoque personalizado, humanista, que permitan el crecimiento personal y espiritual. Facilitar el acceso a la educación general y religiosa; así como la formación continua del resto de la comunidad religiosa, que incluye la madre formadora y el resto de las hermanas.

### Proceso de adaptación

Al abordar el proceso de adaptación y sus inconvenientes, las respuestas fueron amplias y diversas; los expertos entrevistados concuerdan en que se trata de un proceso multifactorial, en el que intervienen aspectos relacionados con la joven religiosa, su historia, su aprendizaje o su experiencia vital anterior:

“El primer impacto en el proceso de adaptación son las reglas muy estrictas” (Religiosa #1, 2021).

“Uno de los principales inconvenientes podría ser ahora la situación que estamos viviendo a nivel del país, a nivel del mundo, porque es la globalización, la tecnología que se ha ido desarrollando cada vez más” (Religiosa #2; 2021).

El rol de la familia en el proceso de adaptación fue también muy mencionado por los expertos, ya que el hecho de tener visitas mensuales implica una ruptura súbita con la estructura familiar, que sufre una crisis por desmembramiento y, suelen tener encuentros muy emotivos en las visitas al monasterio. El entorno familiar, si no era totalmente funcional, o si había problemas con la autoridad, puede resultar muy deletéreo para el proceso de adaptación a la vida monástica, ya que, en esencia, esta se trata de obedecer u cumplir órdenes de las autoridades religiosas.

“La manera como ellas tienen que hacer las cosas de forma nueva, muy distinta a lo que se hace en la casa y la familia, que tienen (a) los hombres” (Religiosa #1; 2021).

“La cuestión familiar, y el hecho de no tener las visitas seguidas sino una vez al mes vienen los problemas” (Religiosa #2; 2021).

“Veo que es un inconveniente también esas taras que vienen trayendo. Haber vivido en su infancia y esos problemas que se han ido suscitando a lo largo de su vida. Eso tiene que superarlo en nuestra vida contemplativa, porque es aquí encontrarse uno tú a tú con Dios directamente” (Religiosa #2; 2021).

“Todo depende de la actitud y de la posición de la familia” (Sacerdote, 2021).

Los entrevistados también concordaron en que las normas estrictas de la vida monástica, con sus horarios bien establecidos y la obligatoriedad de obedecer a la autoridad religiosa, era uno de los puntos más problemáticos durante la adaptación. Esto, unido al impedimento de la comunicación, la prohibición de usar dispositivos informáticos, el cambio brusco de las leyes y costumbres en el seno de la familia, al aislamiento total, fueron los principales inconvenientes descritos por los entrevistados.

“Las características de la vida monástica, que no hay recambio, y tiene normas muy rigurosas” (Sacerdote, 2021).

“Hay una crisis de autoridad muy, muy fuerte en las familias” (Sacerdote, 2021).

“La persona que no reconoce límites o no reconoce la autoridad tiene un gran inconveniente, porque en el monasterio todo es obediencia” (Sacerdote, 2021).

El tiempo que demora la adaptación, según los entrevistados, es variable. Hubo concordancia entre dos de estos en que se trata de un proceso de toda la vida, gradual, que debería comenzar antes de la entrada al monasterio, que necesita de un acompañamiento permanente por especialistas en todos los perfiles, incluyendo el psicológico y espiritual. Se evidenció que la adaptación a la vida monástica no se logra en un periodo corto, por norma general, está mediado por el grado de motivación, las características personales de cada joven religiosa; su entorno social y familiar, y la forma en que las autoridades religiosas sean capaces de trabajar con ellas y acompañarlas durante este proceso.

“A mí me parece que es un tiempo más, más prudencial (...) diría yo hasta toda la vida” (Religiosa #1; 2021).

“Es toda una vida, porque toda la vida tenemos que irnos adaptando a situaciones, a cambios, a normas, a formas. Irá haciendo como decir un renuevo total, un retomar nuevas exigencias del mundo” (Religiosa #2; 2021).

“Adaptación aparente puede ser inmediato desde el primer día. Si está motivada por distintas razones, nobles o no poco nobles, como el deseo de ser admitido” (Sacerdote, 2021).

“Pero dependerá de cada persona. Sin embargo, para una verdadera adaptación real, eso puede tomar unos cinco años” (Sacerdote, 2021).

### Perfil de las jóvenes religiosas

En cuanto al perfil de las jóvenes religiosas que pretenden comenzar la vida monástica, los entrevistados coincidieron en que debe tratarse de una persona con formación religiosa, que haya desarrollado una vocación férrea y conozca los pormenores de la vida en los claustros.

“Que tenga vocación, (...) que tenga la posibilidad de vivir bien en fraternidad” (Religiosa #1; 2021).

“Una persona sana, normal, con capacidades relativamente sociables. Es capaz de renunciar a esa sociabilidad y era un signo de madurez” (Sacerdote, 2021).

“Que sean conscientes de sus emociones” (Psicóloga, 2021).

“Que pueda, dentro de la formación, trabajar en la parte vulnerable; porque todos traemos vulnerabilidad, en mayor o en menor grado, y esto no nos imposibilita a vivir una vida normal, te relaciones más con los demás” (Religiosa #1; 2021).

“Es importante esto, que la persona venga con el convencimiento de que en verdad es una vocación” (Religiosa #1; 2021).

“También es importante y la madurez afectiva. Entre sí hay una cierta base humana, espiritual, afectiva. Se puede construir. Y los votos a los que se va a preparar implican un camino de renuncia, de dependencia, que es muy férrea en la vida monástica” (Sacerdote, 2021).

Además de estos aspectos, los entrevistados mencionaron que, de forma ideal, debería tratarse de jóvenes, sanas, con madurez afectiva, conscientes de sus emociones, que sean capaces de adoptar estos cambios en su modo de vida de forma positiva, evidenciando altos niveles de resiliencia y autoestima, que sean capaces de la renuncia a todas las comunidades de su vida fuera del monasterio a una vida basada en el silencio, obediencia, castidad y pobreza.

### Intervenciones para mejorar el proceso de adaptación





Las intervenciones recomendadas para mejorar la adaptación a la vida monástica fueron variadas, con diferentes enfoques.

En primer lugar, las religiosas expresaron que es necesario un enfoque personalizado, según las características de cada joven; por lo que un primer paso sería conocer profundamente sus particularidades, su familia, los problemas que ha enfrentado antes de ingresar al monasterio, su historia de vida. Esto debería realizarse antes de su ingreso, con un enfoque humanista y espiritual.

Recomiendan realizar un acompañamiento con un enfoque humanista y espiritual, según las necesidades de la joven aspirante. También recomendaron que el proceso debería ser gradual, con visitas guiadas y permitirle a la joven conocer de a poco las interioridades de la vida monástica, sus leyes, autoridades, sus implicaciones para la vida social una vez que ingresen, en la etapa previa al ingreso a la vida monástica.

“El aspecto humano primero, trabajado en su totalidad, para luego poder pasar a su parte espiritual, a la par, porque somos una unidad” (Religiosa #1; 2021).

“La parte humana, psicología y conocimiento personal” (Religiosa #2; 2021).

“La fraternidad o comunión, que es el encuentro directamente con las hermanas (...) encuentro aquí otra familia, que es el que formamos también una unidad y el encuentro con mis hermanas, el encuentro porque el Señor nos dice el Evangelio” (Religiosa #2; 2021).

Los entrevistados le otorgaron mucha importancia al acceso a la educación general y religiosa, como parte de las acciones para mejorar la adaptación. Ofrecer a las jóvenes educación amplia, acceso a la literatura, el arte, la música, aspectos religiosos y espirituales. Estas serían acciones que favorecerían el crecimiento personal y espiritual de estas jóvenes para una mejor adaptación a la vida monástica.

“Incrementar el nivel académico de las candidatas y su formación dentro del monasterio” (Sacerdote, 2021).

“Hay variedad de acompañamientos, estela con pensamiento racional, psicológico, espiritual y otros tipos de acompañamiento que deben ir a la par. El tema crucial es que. Me atrevo a decir que no hay formadoras preparadas” (Sacerdote, 2021).

“Un crecimiento espiritual de coherencia, coherencia de lo que dicen y lo que hacen” (Sacerdote, 2021).

La psicóloga laica entrevistada recomendó el uso de técnicas narrativas y proyectivas en el acompañamiento de estas jóvenes, lo que indica que debe brindárseles el espacio para hablar abiertamente de sus sentimientos, miedos, preocupaciones y, de proyectarlos, mediante la escritura, la pintura o la música.

“Espacio de recreación, buscar esos espacios personales de poder mirarse a sí mismos, de poder consentirse” (Psicóloga, 2021).

“Técnicas narrativas: Espacios de recreación, de música, espacios de oración. Creo que hay que trabajar mucho la posibilidad de meditación, de la meditación personal, de la introspección” (Psicóloga, 2021).

“Técnicas proyectivas” (Psicóloga, 2021).

“La resiliencia creo que se debe trabajar mucho” (Psicóloga, 2021).

En este sentido, también hubo recomendaciones para la adaptación a los votos de castidad, mediante elementos de educación sexual, que les permita a estas mujeres jóvenes renunciar a una vida sexual activa y convencional, y redirigir su energía sexual hacia la entrega espiritual, la oración, la contemplación o el desarrollo personal.

Otro punto importante en las entrevistas realizadas es que se evidenció la necesidad de capacitar no solamente a las jóvenes religiosas, sino a las hermanas y autoridades del monasterio, que son las encargadas de ofrecer este acompañamiento. Enseñarles técnicas de comunicación, negociación de las órdenes, actualizar sus conocimientos religiosos y espirituales, brindarles herramientas que les permita acompañar a estas jóvenes, según sus necesidades particulares.

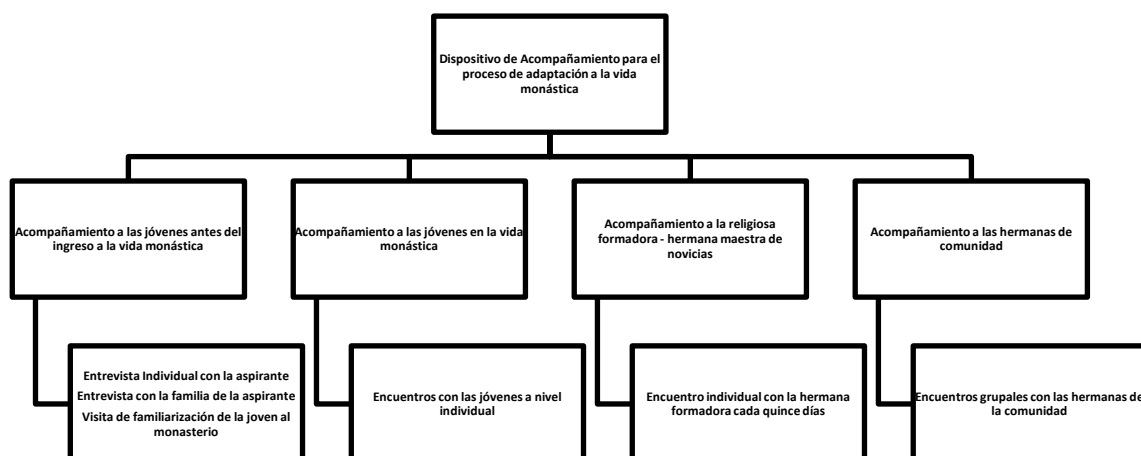
## PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Partiendo de la información obtenida en las entrevistas realizadas a los cuatro expertos, se procedió a diseñar el siguiente dispositivo de intervención, que está conformado por cuatro etapas o fases, como se muestra en la figura 1.

**Título:** Dispositivo de acompañamiento para el proceso de adaptación a la vida monástica.

### Objetivos:

- Conocer a las jóvenes y su entorno familiar antes de su ingreso a la vida monástica.
- Familiarizar a las jóvenes con la vida monástica y el funcionamiento del monasterio
- Acompañar psicológica y espiritualmente a las jóvenes durante la vida monástica.
- Fortalecer las habilidades de comunicación efectiva de la religiosa formadora – hermana maestra de novicias.
- Desarrollar la solidaridad y las habilidades de resolución de problemas de las hermanas religiosas.



**Figura 1. Dispositivo de acompañamiento**

Como se observa en la figura 1, esta propuesta de dispositivo está conformada por cuatro etapas, que se desarrollarán de forma concomitante, como se describe a continuación.

### **Descripción del dispositivo**

Se propuso un dispositivo que cuenta con cuatro fases, explicadas de forma esquemática en la figura 1; que se describen a continuación:

#### **Fase I: Conociendo a las jóvenes antes del ingreso a la vida monástica.**

Esta primera fase se enfoca con el primer y segundo ejes de acción identificados en las entrevistas realizadas y tiene el propósito de obtener información acerca de la historia personal de las jóvenes religiosas, su familia, expectativas y conocimientos acerca de la vida monástica. Se realizarán tres actividades diferentes: dos entrevistas individuales con las jóvenes aspirantes; una entrevista grupal con su familia y por último, una visita de familiarización al monasterio.

El objetivo de esta primera fase es conocer a las jóvenes aspirantes y a su familia, así como comenzar un proceso de familiarización y acercamiento de esta al monasterio: para esto, se realizarán tres actividades, que consisten en dos entrevistas a la joven, una a la familia y una visita de familiarización al monasterio.

En la primera entrevista se indagará sobre las motivaciones y expectativas de la aspirante, su vocación y carisma. Se realizará una descripción de las particularidades de la vida dentro de un monasterio de clausura, en qué consisten los votos de obediencia, pobreza y castidad; los horarios y la distribución de las tareas dentro del monasterio. En la segunda se abordará la historia de vida de la aspirante; funcionalidad familiar, antecedentes de eventos traumáticos, exposición a violencia intrafamiliar, violencia de género, antecedentes de salud mental.

En la entrevista con el grupo familiar más cercano de la aspirante, conformado por el padre, la madre y los hermanos mayores de edad que convivan con esta; en esta se indagará acerca del clima familiar, su posición con respecto a la decisión de ingresar

en el monasterio de clausura. El objetivo de esta entrevista es conocer si existe apoyo o rechazo de la familia.

La última actividad de esta fase es una visita de familiarización de la joven al monasterio, que se realizará con el propósito de que la aspirante conozca de cerca la vida dentro del monasterio, sus instalaciones, las características de cada área y las actividades que se realizan. Se programará en cada caso unos 15 días antes de la entrada definitiva al monasterio.

Será una visita guiada por la formadora religiosa, en la que se dará a conocer a la joven aspirante cada una de las áreas del monasterio, su propósito y funciones; el régimen de visitas familiares, la forma en que se desarrolla el trabajo, los horarios de comida, oración y recreación. En esta visita también se socializará con la aspirante las reglas de obediencia y disciplina que debe seguir en el monasterio y como deben cumplirse los votos de obediencia, pobreza y castidad.

## **Fase II. Acompañamiento psicológico y espiritual a las jóvenes en la vida monástica**

Esta fase corresponde con el tercer eje de acción identificado. Tiene como objetivo facilitar la adaptación de la joven a la vida monástica. Se desarrollarán actividades de acompañamiento psicológico, espiritual y de capacitación continua con las jóvenes religiosas.

El acompañamiento psicológico estará encaminado a escuchar a la joven acerca de su experiencia después del ingreso al monasterio. Se le brindará el espacio para comunicarse de forma segura, sobre sus consideraciones, vivencias, temores y ansiedades en relación con la vida monástica. Como estrategia se utilizará la escritura proyectiva; animando a la joven a que exprese de forma escrita, en forma de historia, su experiencia en esta primera semana. Este acompañamiento tendrá un enfoque humanista, basado en las necesidades particulares de cada joven y, estará enfocada al fortalecimiento de la resiliencia, autoestima y enfrentamiento de crisis, según las necesidades de la joven.

Por otra parte, el acompañamiento espiritual será un espacio con un enfoque continuado y vocacional; con el propósito de fortalecer o consolidar la vida espiritual, centrado en la persona, sus particularidades y necesidades; potenciando el desarrollo de sus fortalezas.

## **Fase III. Fortalecimiento de las habilidades de comunicación efectiva de la formadora religiosa**

Forma parte de las intervenciones necesarias para facilitar el proceso de adaptación y corresponde con el tercer eje de acción identificado. Tiene como propósito favorecer su crecimiento personal y espiritual, aportándoles elementos de comunicación eficaz, con enfoque humanista, que les facilitará su función como madres formadoras.

En este encuentro con la madre formadora, se profundizará con ella en la importancia de establecer una comunicación eficaz en todos sus contactos con la joven religiosa, logrando una relación centrada en esta como ser humano, teniendo en cuenta sus aspiraciones, expectativas, y su historia de vida; con lo que se pretende favorecer el crecimiento personal y espiritual de las religiosas.

#### **Fase IV: Desarrollo de la solidaridad y las habilidades de resolución de problemas de las hermanas religiosas**

Esta etapa también corresponde con el tercer eje de acción identificado y forma parte de las intervenciones para mejorar la adaptación a la vida monástica, que si bien se caracteriza por el silencio y el aislamiento; los espacios de comunicación y las actividades de recreación son muy importantes. Por eso, se desarrollarán encuentros grupales, ofreciendo un espacio seguro para interactuar y fortalecer la solidaridad, comunicación y resolución de problemas en grupo.

En estos encuentros grupales se abordará el tema del manejo del estrés y la ansiedad, mediante técnicas de relajación. Para esto se utilizará la técnica psicofisiológica de control de la respiración. También se profundizará en el desarrollo de la resiliencia, mediante talleres grupales de arte y manualidades.

En estas actividades se persigue el propósito de aportar un espacio para fortalecer los vínculos de la comunidad, las relaciones interpersonales y los horarios de recreación y aprendizaje, que son tan limitados en el contexto de la vida monástica y que podrían ser de gran ayuda en su crecimiento personal y facilitar la adaptación a esta, su nueva vida.

### **DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES**

Se presentó una investigación en dos fases, la primera, con enfoque cualitativo, abordó aspectos teóricos sobre la adaptación a la vida monástica y las principales intervenciones para facilitar este proceso, en la segunda, se presentó una propuesta de dispositivo de acompañamiento psicológico, conformado por cuatro etapas.

Analizando la primera etapa de la investigación, se abordaron temas como la adaptación a la vida monástica y las principales intervenciones a realizar para contribuir con esto. En relación con la adaptación, existe evidencia que indica se hace particularmente difícil en el caso de las jóvenes religiosas, porque se enfrentan a cambios radicales en cuanto a sus costumbres y hábitos de vida. Esto se ha explicado porque, se acepta que la acción humana dirigida a objetivos se caracteriza por un conflicto entre dos modos cognitivos antagónicos.

Esto se sustenta en los aportes de Graña et al.,<sup>20</sup> quienes aseguran que por un lado, el comportamiento dirigido a objetivos requiere que se mantengan objetivos estables y que estén protegidos de información irrelevante o de objetivos en competencia. Por otra parte, el comportamiento debe permanecer sensible a las posibilidades alternativas, desconectarse de objetivos ineficaces y adaptarse con flexibilidad cuando cambian los entornos o los estados internos. Por su parte, Simkim<sup>21</sup> resalta la relación entre los rasgos de personalidad, la conducta y el carácter con el desarrollo de la espiritualidad y religiosidad, como formas de obtener el bienestar, ya que la espiritualidad se ha considerado como uno de los factores de la personalidad, que en el caso de las jóvenes que aspiran a la vida monástica, debería estimularse de forma constante.

Acerca de las intervenciones, se observó que el acompañamiento basado en el desarrollo espiritual, afrontamiento y resiliencia, han sido utilizadas con éxito. Bowland et al.,<sup>22</sup> utilizaron un abordaje psicoeducativo, de reestructuración cognitiva y desarrollo de habilidades para abordar las luchas espirituales con adultos sobrevivientes de traumas psicológicos graves pero con creencias religiosas, con los que observaron una reducción importante de los síntomas físicos, de ansiedad y depresión; por lo que este



Compartir



Compartir

tipo de estrategias pudiera funcionar en el acompañamiento durante el proceso de adaptación, ya que aporta elementos de afrontamiento basados en la espiritualidad.

La evidencia disponible recomienda utilizar al acompañamiento espiritual siempre que sea factible, desde el punto de vista preventivo y terapéutico, reforzando la búsqueda de sentido, como parte del discernimiento de la vocación religiosa<sup>23,24</sup>, ya que el desarrollo de la religiosidad, en los seres humanos se ha relacionado de forma inequívoca con la búsqueda del significado y de la orientación para la vida<sup>25</sup>.

En cuanto al dispositivo de acompañamiento psicológico, los resultados obtenidos en las entrevistas pueden sustentarse en investigaciones como la de Puertas y Vera<sup>26</sup> que utilizaron un dispositivo de acompañamiento psicológico basado en el ofrecimiento de espacios de comunicación, el desarrollo de habilidades de afrontamiento, mediante la cual se normalicen los sentimientos agudos y latentes, como una manera de contribuir a la adaptación a situaciones críticas, con crisis vitales importantes.

Adicionalmente, Téllez y Medina<sup>27</sup> utilizaron un enfoque humanista en su dispositivo de acompañamiento, partiendo de cinco aproximaciones teóricas: desarrollo humano potencial, acompañamiento centrado en la persona, psicoterapia existencial, la gestáltica y el análisis transaccional; con lo que reportan resultados satisfactorios en cuanto a la orientación personal, la búsqueda de sentido, con un enfoque humanista y espiritual.

Por lo tanto, con esta propuesta de acompañamiento se sientan las bases para la puesta en práctica de dispositivos para el acompañamiento antes y durante la adaptación a la vida monástica; cuyos resultados en la salud mental de las jóvenes religiosas de clausura deberá ser cuidadosamente analizado en investigaciones posteriores.

### Limitaciones

Como limitación a esta investigación se identificó que no abundan las publicaciones sobre dispositivos de acompañamiento psicológico en religiosas de clausura, por lo que no se contó con referentes teóricos específicos sobre el tema, lo que evidencia la importancia de continuar en el estudio y la implementación de estrategias de acompañamiento a las religiosas de clausura, como parte de la sociedad moderna.

### Conclusiones

La adaptación a la vida monástica toma toda la vida e implica un abordaje humanista, que favorezca el crecimiento personal y espiritual de las jóvenes religiosas, centrado en sus necesidades particularidades, según su historia de vida y el contexto en el cual se desarrolló.

A pesar del paso de los años, los monasterios de clausura siguen vigentes en la sociedad ecuatoriana actual; aunque han experimentado poca evolución en cuanto a la atención a la joven religiosa aspirante y la preparación para afrontar esta nueva realidad.

Para contribuir con el proceso de adaptación a la vida monástica se propuso un dispositivo de acompañamiento psicológico, a partir de la evidencia disponible en la literatura especializada y la opinión de expertos en el tema. Este dispositivo está conformado por cuatro fases, que incluyen el acompañamiento a la joven aspirante antes y después de su ingreso al monasterio; a la hermana religiosa formadora y a las hermanas de la comunidad.



Compartir



Compartir

Con la puesta en práctica de este dispositivo de acompañamiento se espera contribuir al proceso de adaptación de las jóvenes religiosas a la vida monástica, favorecer su crecimiento espiritual y personal.

### FUENTES DE FINANCIAMIENTO

Esta investigación fue financiada por sus autores, sin recibir ningún tipo de financiamiento.

### DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores declaran no tener conflicto de interés.

### APORTE DEL ARTÍCULO EN LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Esta investigación aportó una propuesta de dispositivo para el acompañamiento psicológico a jóvenes durante su proceso de adaptación a la vida monástica.

### DECLARACIÓN DE CONTRIBUCIÓN DE CADA AUTOR

Soledad Cando-Morales llevó a cabo la investigación de esta propuesta, estuvo a cargo de la recolección de información bibliográfica, análisis de la información recolectada de los entrevistados, y redacción del manuscrito. Verónica Egas-Reyes delineó y contribuyó con los aspectos teórico-metodológicos, asesoró y revisó la redacción del artículo, aportó con información bibliográfica actualizada.

### AGRADECIMIENTOS

Agradecemos al monasterio y expertos por los aportes para que se pueda realizar esta investigación.

### REFERENCIAS

- [1] Jakovljevic M, Kurjak A, Jerkovic A, Hasanovic A, Nikic M. Spirituality, Religiosity and Nationalism from the Perspective of Public and Global Mental Health. *Psychiatr Danub.* 2019;31(4):382-391. doi:10.24869/psyd.2019.382
- [2] Hodapp B, Zwingmann C. Religiosity/Spirituality and Mental Health: A Meta-analysis of Studies from the German-Speaking Area. *J Relig Health.* 2019;58(6):1970-1998. doi:10.1007/s10943-019-00759-0
- [3] Bahillo T. Novedades normativas en materia de derecho de la vida consagrada administración de bienes y vida contemplativa. In: *Verdad, Justicia y Caridad.* Dykinson (Madrid, España); 2019:247-280. [http://w2.vatican.va/content/francesco/es/motu\\_proprio/documents/papa-francesco-motu-proprio-](http://w2.vatican.va/content/francesco/es/motu_proprio/documents/papa-francesco-motu-proprio-). Accessed September 2, 2020.
- [4] Pérez FJG. Solicitation and Abuses in the Women's Monasteries of Indies at the beginning of the 17th century: An approximation. *Hipogrifo.* 2019;7(2):395-407. doi:10.13035/H.2019.07.02.31
- [5] Fuentes A. El claustro femenino como microcosmos laboral en Hispanoamérica. *Itinerantes.* 2018;9(7):26-38. <https://revistas.unsta.edu.ar/index.php/Itinerantes/article/view/117>.



- [6] Londoño J. *La Vida de Los Monasterios de Quito.*; 2000. <https://biblio.flacsoandes.edu.ec/libros/digital/40917.pdf>.
- [7] Saarinen R. *Recognition and Religion: A Historical and Systematic Study.* (Oxford University Press, ed.); 2016. <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=XMhLDQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT8&dq=religious%2Bnouns+%2B+interpersonal+relationships&ots=Hc-IAozFN1&sig=OQFv5gHgaLYvlh6zeMMRLQ2FLvo#v=onepage&q=religious%2Bnouns%2Binterpersonalrelationships&f=false>.
- [8] Alabrús RM. Beatas y monjas postridentinas. El sufrimiento de la violencia doméstica y el convento como espacio de libertad. *Dimens e Probl della Ric Stor.* 2017;30(2):97-112. doi:10.7376/89331
- [9] Liu EY, Schieman S, Jang SJ. Religiousness, spirituality, and psychological distress in Taiwan. *Rev Relig Res.* 2011;53(2):137-159. doi:10.1007/s13644-011-0011-8
- [10] Gayol V. Letras y vidas en clausura. Atisbos a lo cotidiano en la vida conventual americana. *Relac Estud Hist y Soc.* 2017;38(150):5. doi:10.24901/rehs.v38i150.305
- [11] Plante TG. Consultation with religious professionals and institutions. *Consult Psychol A competency-based approach.* October 2019:221-237. doi:10.1037/0000153-013
- [12] Bukiet M. Monasteries of the Future. 2018. [https://repository.upenn.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1158&context=mapp\\_capstone](https://repository.upenn.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1158&context=mapp_capstone).
- [13] Durà-Vilà G, Leavey G. Solitude among contemplative cloistered nuns and monks: conceptualisation, coping and benefits of spiritually motivated solitude. *Ment Health Relig Cult.* 2017;20(1):45-60. doi:10.1080/13674676.2017.1322049
- [14] López R. El dispositivo de acompañamiento terapéutico y sus posibles alcances en el contexto del Síndrome Down. *Rev Electrónica Psicol Iztacala.* 2019;22(2):42-59. <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol22num2/Vol22No2Art19.pdf>.
- [15] Sarmiento A, Perlaza C, Pérez P, Salao S, Vallejos S, Egas V. *Psicólogos Fuera de Los Muros de La Consulta.* Universidad Internacional SEK.; 2013.
- [16] Botella S, Quero S, Serrano B, García A. *Avances En Los Tratamientos Psicologicos: La Utilizacion de Nuevas Tecnologías de La Informacion y La Comunicación.*; 2010. <https://www.terapiacognitiva.eu/cpc/dwl/VR/45706.pdf>.
- [17] Azparren AL. La dimensión territorial y religiosa en el abordaje de los consumos de drogas: el programa hogar de cristo en villas de la ciudad de Buenos Aires, Argentina. *Cult y Drog.* 2020;25(29):63-88. doi:10.17151/culdr.2020.25.29.4
- [18] Castrillón M. Entre “teoterapias” y “laicoterapias”. comunidades terapéuticas en Colombia. *Psicol Soc.* 2008;20(1):80-90. doi:https://doi.org/10.1590/S0102-71822008000100009
- [19] Egas V. Trabajo comunitario desde una perspectiva psicoanalítica: Un



- acompañamiento en la construcción grupal de saberes. *Rev. latinoam. cienc. soc. niñez juv*. 2011;9(2):23-35. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1692-715X2011000200027](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2011000200027). Accessed May 3, 2022.
- [20] Graña M. Espacios de la vida espiritual de las mujeres. 2008. <https://eprints.ucm.es/id/eprint/54927/1/T30953.pdf>.
- [21] Simkin H. Espiritualidad, religiosidad y bienestar subjetivo y psicológico en el marco del Modelo y la Teoría de los Cinco Factores de la Personalidad. March 2016. doi:10.35537/10915/52984
- [22] Bowland S, Edmond T, Fallot RD. Evaluation of a spiritually focused intervention with older trauma survivors. *Soc Work (United States)*. 2012;57(1):73-82. doi:10.1093/sw/swr001
- [23] Koszycki D, Bilodeau C, Raab-Mayo K, Bradwejn J. A multifaith spiritually based intervention versus supportive therapy for generalized anxiety disorder: A pilot randomized controlled trial. *J Clin Psychol*. 2014;70(6):489-509. doi:10.1002/jclp.22052
- [24] Wilcoxson Dodd D. *Exploring Spirituality/Religion Related Interventions Used by Mental Health Workers in Psychotherapy and Counseling*; 2007. <https://scholarworks.smith.edu/theses/1273>. Accessed June 29, 2021.
- [25] García-Alandete J, Rosa Martínez E, Sellés Nohales P, Soucase Lozano B. Orientación religiosa y sentido de la vida. *Univ Psychol*. 2013;12(2):363-374. doi:10.11144/Javeriana.UPSY12-2.orsv
- [26] Puertas E, Vera I. Dispositivo de Intervención Psicosocial en el Incendio Forestal de la provincia de Guadalajara (España). *Psicol sin Front*. 2006;1(2):41-51. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2652427>.
- [27] Téllez J, Medina G. Humanistic Psychological Accompaniment Model: a contribution to the teaching of humanistic psychotherapy. *Online J Couns Educ*. 2015;4(4):1-15. [https://www.academia.edu/17680977/Humanistic\\_Psychological\\_Accompaniment\\_Model\\_a\\_contribution\\_to\\_the\\_teaching\\_of\\_humanistic\\_pschotherapy](https://www.academia.edu/17680977/Humanistic_Psychological_Accompaniment_Model_a_contribution_to_the_teaching_of_humanistic_pschotherapy). Accessed June 29, 2021.

## NOTA BIOGRÁFICA




Rosario Soledad Cando Morales. **ORCID ID**  <https://orcid.org/0000-0003-4887-4957>  
Obtuvo su licenciatura en Psicología Clínica, Pontificia Universidad Católica del



Ecuador. Su línea de investigación es en Dispositivos de Acompañamiento Psicológico para comunidades religiosas de vida activa y monástica. Quito, Ecuador



María Verónica Egas Reyes. **ORCID iD**  <https://orcid.org/0000-0002-5361-8213>  
PhD en Psicología y Ciencias de la Educación y Máster en Psicoterapia Psicoanalítica Infantil y de Adolescencia (Universidad Católica de Lovaina). Docente de grado de la Facultad de Psicología de la PUCE y de postgrado de varias instituciones del Ecuador. Es Investigadora de alto rendimiento PUCE. Líneas de investigación: Dispositivos Psicológicos, Salud Mental, Comunidades, Psicoanálisis, Psicoterapia, Nuevas Tecnologías y Virtualidad. Quito, Ecuador.



This work is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 International License. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/> or send a letter to Creative Commons, PO Box 1866, Mountain View, CA 94042, USA.