

REGLAS DE GRUPOS PEQUEÑOS

1. Mantenga su participación enfocada en sus propios pensamientos y sentimientos usando expresiones como: “Yo siento”, “Yo pienso”, limite su tiempo de compartir de tres a cinco minutos.
2. No se permite conversación cruzada, la conversación cruzada es cuando dos personas se involucran en un dialogo excluyendo al resto del grupo. Cada persona tiene libertad para expresar sus sentimientos sin interrupciones.
3. Estamos para apoyarnos unos a otros, no para “arreglar” a otros, esto nos mantiene enfocados con nuestras propias batallas.
4. Anonimato y confidencialidad son requisitos básicos. Lo que se comparte en el grupo, permanece en el grupo. La única excepción es cuando alguien amenaza con dañarse a sí mismo o a otra persona.
5. El lenguaje ofensivo no tiene lugar en un grupo de recuperación Cristo-céntrico.

Reglas adicionales para los grupos en línea. Las siguientes reglas serán usadas en los grupos de participación abierta y en los grupos de estudio de pasos.

6. Todos los miembros deberán usar audífonos.
7. Todos los miembros deberán tener su cámara encendida y estar solos en la habitación.
8. Las reuniones NO deben grabarse.

REGLAS DE GRUPOS PEQUEÑOS, VERSIÓN EXTENDIDA

Las siguientes reglas para los grupos pequeños aseguran que su grupo pequeño sea un lugar seguro.

1. Mantenga su participación enfocada en sus propios pensamientos y sentimientos usando expresiones como: “Yo siento”, “Yo pienso”.

Es importante compartir tus propios pensamientos, sentimientos y acciones, no las heridas, complejos y malos hábitos de otra persona, solo los tuyos. Compartir con el grupo como nos sentimos y el impacto de las heridas recibidas, nos ayuda a sanar y crecer por medio de estas heridas, usar las expresiones “yo siento” o “yo pienso” en lugar de expresiones con “él”, “ella” o “nosotros”, nos ayudan a mantenernos enfocados en nosotros mismos.

Limite su tiempo de compartir de tres a cinco minutos.

Esto para que todos tengan oportunidad de compartir y asegurar que otra persona no domine el tiempo para compartir del resto del grupo.

2. No se permite conversación cruzada, la conversación cruzada es cuando dos personas se involucran en un diálogo excluyendo al resto del grupo. Cada persona tiene libertad para expresar sus sentimientos sin interrupciones.

La conversación cruzada también es hacer comentarios o preguntas que distraen de lo que alguien está compartiendo. Esto incluye hablar a otro miembro del grupo mientras se comparte, o responder a lo que alguien ha compartido durante su tiempo para compartir. Estas reglas son sobre respeto. Cuando otro participante está compartiendo, no queremos interrumpir sus pensamientos y sentimientos que pueden ser muy profundos, dolorosos, atemorizantes, tristes, etc. Básicamente, todo lo que dé la impresión de que no nos importa lo alguien más está compartiendo, puede ser considerado conversación cruzada.

3. Estamos para apoyarnos unos a otros, no para “arreglar” a otros, esto nos mantiene enfocados con nuestras propias batallas.

No damos consejos ni resolvemos los problemas de otros en nuestro tiempo de compartir, tampoco ofrecemos referencias de libros o referencias de consejeros.

No somos consejeros profesionales, psicólogos, o terapeutas y no lo son los miembros del grupo. Los grupos de Celebrate Recovery no están diseñados para esto, depende de los participantes incluir consejería por fuera del programa cuando ellos estén listos.

4. Anonimato y confidencialidad son requisitos básicos. Lo que se comparte en el grupo, permanece en el grupo. La única excepción es cuando alguien amenaza con dañarse a sí mismo o a otra persona.

No compartimos información con nuestros cónyuges/familia/compañeros de trabajo, etc. Esto también implica que no discutimos lo que se compartió en el grupo con otros miembros del mismo. Si así fuera se llamaría chisme.

Por favor esté atento, si alguien pretende dañarse a sí mismo o a otro, el líder del grupo pequeño tiene la responsabilidad de reportarlo al líder del ministerio local de Celebrate Recovery.

5. El lenguaje ofensivo no tiene lugar en un grupo de recuperación Cristo-céntrico.

Por lo tanto, pedimos que cuide su lenguaje. El asunto principal es que el nombre de Dios no se use inapropiadamente.

También evitamos descripciones gráficas. Si alguien se siente incómodo con la forma explícita en que un participante comparte sus comportamientos, puede indicarlo simplemente levantando la mano. Luego el participante respetará sus límites siendo menos específico en sus descripciones. Esto evitará posibles detonantes que lleven a la persona a actuar mal.

Reglas adicionales para los grupos en línea. Las siguientes reglas serán usadas en los grupos de participación abierta y en los grupos de estudio de pasos

- 6. Todos los miembros deberán usar audífonos.** Esto asegura que nadie más escuche lo que se comparte en el grupo.
- 7. Todos los miembros deberán tener su cámara encendida y estar solos en la habitación.** Con la cámara frente a ellos todo el tiempo, el líder puede pedir mostrar al resto del grupo que no hay nadie más en la habitación.
- 8. Las reuniones NO deben grabarse.** Esto protege la confidencialidad y el anonimato de las reuniones.

Al final de la reunión, enfatice que las reglas para compartir en el grupo permanecen intactas mientras que los participantes conversan entre sí después de la reunión.