

Reglas para los Grupos Pequeños con Definiciones

A continuación, las Reglas esenciales están en negrita. La información agregada explica cada regla.

1. **Mantén tu participación enfocada en tus propios pensamientos, sentimientos y acciones.**

No en los de tu cónyuge, o en los de alguien con quien estés saliendo, o en las heridas y complejos de tu familia, sino en los tuyos propios. Enfocarte en ti mismo beneficiará tu recuperación, así como la de los que te rodean. Solo menciona el "Yo" o "A MI" en tus declaraciones, no el "su o sus".

Limita tu participación de tres a cinco minutos, para que todos tengan la oportunidad de compartir – y asegurarse que una persona no domina el tiempo de participación del grupo.

2. **NO hay conversación cruzada. La conversación cruzada es cuando dos personas inician un diálogo durante la reunión excluyendo a los demás. Cada persona es libre de expresar sus sentimientos sin interrupciones.**

La conversación cruzada es también hacer comentarios que distraen, o preguntas mientras alguien está compartiendo. Esto incluye hablar con otro miembro del grupo mientras alguien está compartiendo o responder a lo que alguien dijo durante su tiempo para compartir.

3. **Estamos aquí para apoyarnos unos a otros. No trataremos de "arreglarnos" unos a otros. Esto nos mantiene enfocados en nuestros propios problemas.**

¡No damos consejo ni resolvemos los problemas de alguien en nuestro tiempo para compartir, ni ofrecemos referencias de libros ni referencias de consejería!

No somos consejeros con licencia, ni psicólogos, ni terapeutas, ni tampoco los demás miembros del grupo. Los grupos de Celebremos la Recuperación no están diseñados para esto. Depende de los participantes incluir consejo externo a su programa, cuando estén listos.

4. **El anonimato y la confidencialidad son requisitos básicos. Lo que se comparte en el grupo se queda en el grupo. La única excepción es cuando alguien amenaza con hacerse daño a sí mismo o a otros.**

No debemos compartir información con nuestros cónyuges / familia / compañeros de trabajo. Esto también significa no discutir lo que se comparte en el grupo entre los miembros del grupo. A eso se le llama chisme.

Por favor ten en cuenta de que si alguien amenaza con lastimarse a sí mismo o a otros, el Líder del Grupo Pequeño tiene la responsabilidad de reportarlo al Líder del Ministerio de Celebremos la Recuperación.

Celebremos la Recuperación®

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

Por lo que te pedimos que por favor cuides tu lenguaje. Lo principal aquí, es que el nombre del Señor no se use inapropiadamente.

También evitamos hacer descripciones gráficas. Si alguien no se siente cómodo con lo que un participante está compartiendo de acuerdo con sus comportamientos, entonces simplemente lo puedes indicar, levantando tu mano. El participante respetará tus límites siendo menos específico en sus descripciones. Esto evitará reacciones potenciales que podrían causar a una persona actuar mal.

Enfatiza en el cierre de tu reunión que las Reglas para los Grupos Pequeños permanecen intactas mientras los participantes comparten unos con otros después de la reunión.

Celebremos la Recuperación[®]