

EJEMPLOS DE DECLARACIONES DE SEGURIDAD EN LOS GRUPOS

Publicado por Josh | 12 de noviembre de 2018 | Abordar el comportamiento depredador, las mejores prácticas

A continuación, encontrará algunos ejemplos de discursos o enunciados de seguridad grupales destinadas a abordar comportamientos abusivos o inapropiados dentro y alrededor de las reuniones. Estos se proporcionan como punto de partida: su grupo puede optar por usar y / o adaptar algunos de los siguientes, o comenzar desde cero. ¡Toma lo que quieras y deja el resto!

(3) Grupo: Robles PA076

Nuestra reunión debe ser un lugar seguro donde tengamos en cuenta el derecho de cada persona a elegir cómo interactúan y con quién interactúan. Practicamos el principio espiritual de la recuperación de la atracción, no la promoción. No utilizamos el programa para solicitar recuperación, romance, ayuda financiera o cualquier otro servicio. Seguimos dispuestos a hacer un inventario cuando podemos provenir de nuestras propias necesidades no satisfechas a medida que interactuamos entre nosotros.

Muchos le damos a conocer al recién llegado lo siguiente: Hacemos esto porque sabemos que muchos de nosotros, especialmente los recién llegados, aún no hemos aprendido a sentirnos cómodos diciendo no o estableciendo límites. Por lo tanto no solicitamos ni damos asesoramiento sin consentimiento expreso. La mano, apretones de manos, abrazos son todos opcionales. "No, gracias" es suficiente. Si bien le damos espacio para experimentar nuestro programa, estamos realmente agradecidos de que esté aquí y esperamos conocerlos y responder preguntas antes y después de la reunión. No somos perfectos, La bienvenida que le damos puede que no muestre la calidez que tenemos en nuestros corazones, pero si sigue regresando verá que lo amamos y lo aceptamos de una manera muy especial. Si se siente incómodo o cuestiona el enfoque de un miembro, hable con un oficial de la reunión o un miembro de confianza.

(5) Seguridad de grupo y diafonía (presentado por el grupo CA 837 en Costa Mesa)

EnACA, no "hablamos" en la reunión. La conversación cruzada significa interrumpir, referirse o comentar lo que otra persona ha dicho durante la reunión. No hablamos de manera cruzada porque los hijos adultos provienen de entornos familiares donde los sentimientos y las percepciones se juzgaron como incorrectos o defectuosos. En ACA, cada persona puede compartir sentimientos y percepciones sin temor al juicio. Aceptamos sin comentarios lo que otros dicen porque es cierto para ellos. Trabajamos para tomar más responsabilidad en nuestras vidas en lugar de dar consejos a los demás.

Compartir nuestra propia experiencia se puede hacer con declaraciones en el "YO" en lugar de declaraciones en "usted" o "nosotros" o haciendo referencia a alguien .

Cuando escuchamos a otros compartir su experiencia, retenemos comentarios, respuestas y distracciones. Se sugiere que en lugar de referirse directamente a la participación de otra persona, una persona puede usar un lenguaje como:

"Lo que se me ocurre es: punto, punto, punto ...".

EnACA no tocamos, abrazamos ni intentamos consolar a los demás cuando se vuelven emocionales durante una reunión de ACA. Si alguien comienza a llorar durante una reunión, permitimos que la persona sienta sus sentimientos sin interrupción. Tocar o abrazar a la persona se conoce como "arreglo". Como niños, intentamos arreglar a nuestros padres o controlarlos con nuestro comportamiento. En ACA, estamos aprendiendo a cuidarnos. Apoyamos a los demás aceptándolos en nuestra reunión y escuchándolos. Les permitimos sentir sus sentimientos en paz.

* Fuentes: Declaraciones de "CrossTalk" de Costa Mesa, CA