**Información General para Participantes**

**Información del Estudio de Pasos de CoDA**

# Información de teleconferencia

Cada [FECHA Y HORA] consulte el cronograma para las tareas de lectura y del ***Libro de Trabajo***.

Marque #: ( ) El número de identidad (ID) de la reunión es \_\_\_\_\_\_\_\_#

Se necesitarán algunas reuniones para acostumbrarse a las teleconferencias. Puede parecer un poco extraño al principio. Sin embargo, déle una oportunidad justa. Confíe en nuestro

Poder Superior para trabajar en nuestro beneficio.

# Recursos necesarios

***Libro de Trabajo de los Doce Pasos y las Doce Tradiciones de CoDA***

(o sea, el ***Libro Verde*** - pieza n. ° 6005)

***Codependientes Anónimos*** (o sea, el ***Libro Grande/Libro Azul***)

Sugerido: ***En Este Momento: Libro de Meditaciones Diarias***

## Formato general de reuniones

-**Bienvenido-** Abra con la Oración del Paso en cuestión (por ejemplo, la Oración del Paso Uno, la del Paso Dos, etc.)

-**Establecer el orden de participación consecutiva** de compartir

-**Ronda inicial de sus sentimientos actuales** (2 minutos o menos, tómese el tiempo)

-**Compartimientos**

-**Leer la oración del Paso** que corresponde al final de cada Paso

-**Preguntas**

-**Ronda brevísimo final de sentimientos** (1 minuto o menos, tómese el tiempo)

-**Cierre con la Oración de la Serenidad** (se le ha proporcionado, ver también

la pág. 178 del ***Libro de Trabajo***)

\*También puede esperar recibir correos electrónicos que proveen recursos adicionales, inspiración e información relevante para el Paso que se estudia. Responda con un breve acuse de recibo, para que sepa que lo ha recibido.

## Cronología

Comenzaremos el Primer Paso [FECHA, HORA] y continuaremos hasta [FECHA].

¡También elegiremos una fecha para celebrar nuestra finalización de los Doce Pasos!

Tomaremos una conciencia de grupo para cualquier reunión adicional.

**Horario de lectura y del *Libro de Trabajo***

Se le ha proporcionado un horario de Excel con tareas de lectura y del ***Libro de Trabajo***.

Planifique completar ese trabajo antes de nuestra llamada cada semana.

**Lista de teléfonos** 1.

2.

3.

4

. 5.

## Algunos recordatorios amistosos

* **“*El regalo más precioso que podemos darle a otra persona es nuestra atención absorta.*”**

Honraremos la regla de "No interferencia" durante los compartimentos de participación consecutiva. En resumen, esto significa un compromiso de no interrumpirse, no convertirse en terapeuta/madre/consejera, no decirle a otra persona lo que debe hacer ni iniciar una conversación sobre lo que otra persona ha compartido.

* **Todos nos apadrinamos mutuamente**

Nos reuniremos con regularidad para trabajar en los Pasos y apoyarnos mutuamente.

Un padrino eficaz: \*No da consejos. \*No le rescata ni repara. \*No le da críticas duras o vergonzosas. \*No utiliza la relación para obtener ganancias inapropiadas. \*No actúa como su terapeuta. \*No comparte sus confidencias con otra gente. \*No descuide su propio programa de recuperación para poder atender el suyo.

* **Tiene la opción de compartir**

No olvide que cada vez que compartimos (respondemos a preguntas, etc.), puede optar por mantenerse en silencio. Sentirse seguro significa que puede decir "no" sin que se le juzgue ni que dé explicaciones.