**Manual de Reuniones**

**de CoDAteen**

Añadido y revisado del ***Manual de Servicios de la Fraternidad de CoDA***   
para adaptarse a los grupos CoDAteen

Contenido

[Propósito de este Manual 1](#_Toc118374076)

[Llevando el Mensaje de CoDAteen 1](#_Toc118374077)

[SECCIÓN UNO: Introducción y Cómo Empezar 2](#_Toc118374078)

[¿Qué es una reunión de CoDAteen? 2](#_Toc118374079)

[Propósito de una Reunión de CoDAteen 3](#_Toc118374080)

[Diferencias Entre Reuniones de CoDAteen y de Adultos de CoDA 3](#_Toc118374081)

[Estructura de CoDAteen 4](#_Toc118374082)

[Pasos para que una Reunión de Adultos de CoDA Apadrine una Reunión de CoDAteen 5](#_Toc118374083)

[Pasos para que una Intergrupal, Región o Entidad con Derecho a Voto de CoDA   
Apadrine una Reunión de CoDAteen 7](#_Toc118374084)

[¿Pueden Dos Miembros Adultos de CoDA Organizar una Reunión de CoDAteen   
sin el Apoyo de un Grupo Local o Regional? 7](#_Toc118374085)

[Papel de Padrinos/Madrinas/Anfitriones Dentro de Reuniones de CoDAteen 7](#_Toc118374086)

[Papel de Padrinos/Madrinas/Anfitriones Adultos Fuera de Reuniones de CoDAteen 8](#_Toc118374087)

[Requisitos Mínimos de Comportamiento y Seguridad de CoDA para CoDAteen 8](#_Toc118374088)

[Consejos Útiles para Padrinos/Madrinas/Anfitriones Adultos de   
Reuniones de CoDAteen: 11](#_Toc118374089)

[Algunas Sugerencias para Ayudar a Interesar a Adolescentes 12](#_Toc118374090)

[SECCIÓN DOS: Actividades de Divulgación Pública y Comunitaria 14](#_Toc118374091)

[Informar al Público sobre CoDAteen 14](#_Toc118374092)

[Organice un Evento de CoDAteen en su Convención o Conferencia 14](#_Toc118374093)

[Reuniones en Línea y en Formato Alternativo 14](#_Toc118374094)

[Sugerencias de Reuniones en Escuelas Locales y Otras Áreas Públicas 15](#_Toc118374095)

[Sugerencias para Reuniones en un Campus Universitario 15](#_Toc118374096)

[SECCIÓN TRES: Recursos de Capacitación para Padrinos/Madrinas/Anfitriones Adultos 17](#_Toc118374097)

[Cómo Ayudar a los Adolescentes a Participar en Una Reunión 17](#_Toc118374098)

[Límites 19](#_Toc118374099)

[Otras consideraciones de seguridad y límites adecuados. 21](#_Toc118374100)

[Transferencia 21](#_Toc118374101)

[Comportamiento Inapropiado/Problemático 22](#_Toc118374102)

[Consejos útiles para abordar el comportamiento inapropiado o problemático: 24](#_Toc118374103)

[SECCIÓN CUATRO: Estructura de la Reunión y Documentos de la Reunión 25](#_Toc118374104)

[Posiciones de Servicio de CoDAteen. 25](#_Toc118374105)

[Formato Sugerido para las Reuniones de CoDAteen 28](#_Toc118374106)

[Preámbulo de CoDAteen 37](#_Toc118374107)

[Bienvenida de CoDAteen (versión completa) 38](#_Toc118374108)

[Bienvenida de CoDAteen (versión corta) 39](#_Toc118374109)

[Doce Pasos de CoDA© 40](#_Toc118374110)

[Doce Tradiciones de CoDA© 41](#_Toc118374111)

[Guía de CoDAteen para Compartir – En Aras de la Seguridad 42](#_Toc118374112)

[En Aras de la Seguridad 42](#_Toc118374113)

[Regla de los Treinta Segundos 42](#_Toc118374114)

[Sugerencia de Cierre de la Reunión de CoDAteen 43](#_Toc118374115)

[Cartel En Aras de la Seguridad 43](#_Toc118374116)

[Afirmaciones de *En Este Momento* 45](#_Toc118374117)

[CoDAteen Sugiere lo que Hay Que Hacer y lo que NO Hay Que Hacer 46](#_Toc118374118)

[LO QUE HAY QUE HACER 46](#_Toc118374119)

[LO QUE NO HAY QUE HACER 47](#_Toc118374120)

[Lemas 48](#_Toc118374121)

[Herramientas de CoDAteen para la Recuperación 49](#_Toc118374122)

[¿Qué son las herramientas de recuperación? 49](#_Toc118374123)

[SECCIÓN CINCO: Formularios de Servicio 50](#_Toc118374124)

[Pedido de Literatura del Editorial CoRe 50](#_Toc118374125)

[Registrar su Grupo con CoDA Mundial 51](#_Toc118374126)

[Carta de Autorización de los Padres 52](#_Toc118374127)

# Propósito de este Manual

El propósito de este documento es proporcionar a los miembros de CoDA todos los documentos básicos y la información necesaria para iniciar y llevar a cabo las reuniones de CoDAteen. Este documento proporciona información y pautas para los grupos apadrinados de CoDA y los Padrinos/Madrinas/anfitriones adultos que trabajan con adolescentes. CoDA recomienda que cada reunión tenga una copia de este manual. Tiene los documentos básicos que apoyan la unidad de CoDA y la seguridad de los miembros de CoDAteen.

# Llevando el Mensaje de CoDAteen

¿Cómo podemos "llevar el mensaje" de recuperación a los adolescentes? Muchos miembros de CoDA comparten el deseo de haber conocido CoDA cuando éramos más jóvenes. No tenemos poder sobre el pasado. Hoy, podemos elegir apoyar a los jóvenes en recuperación de la codependencia.

# SECCIÓN UNO: Introducción y Cómo Empezar

## ¿Qué es una reunión de CoDAteen?

Una reunión de CoDAteen es un grupo de dos o más jóvenes que se reúnen en torno a su deseo compartido de tener relaciones saludables y amorosas. Estas reuniones son guiadas por un miembro adulto de CoDA (padrino/madrina/anfitrión adulto) que tiene el deseo de trabajar con jóvenes o adolescentes. La reunión utiliza los Doce Pasos y las Doce Tradiciones de Codependientes Anónimos como base para trabajar hacia la recuperación. Es un lugar para encontrar apadrinamiento y compañerismo, así como para compartir experiencias, fortaleza y esperanza.

Los grupos de CoDAteen son apadrinados o acogidos por un grupo de adultos de CoDA, o una Intergrupal, Región o Entidad con Derecho a Voto. Se requiere que se registren con Codependientes Anónimos para la seguridad del grupo y para tener el apoyo de CoDA como un todo. Las reuniones de CoDAteen tienen requisitos específicos de comportamiento y seguridad para trabajar con menores, pero en general, deben funcionar lo más parecido a una reunión de adultos de CoDA. Las reuniones de CoDAteen deben leer los cuatro Documentos Fundacionales siguientes tal y como están escritos en cada reunión:

• Preámbulo de CoDAteen

• Bienvenida de CoDAteen

• Doce Pasos de CoDA

• Doce Tradiciones de CoDA

Con respecto a otras preguntas sobre la organización del grupo (fecha, hora, tipo de reunión), cada grupo es autónomo. Como la Cuarta Tradición dice

*Cada grupo debe mantenerse autónomo, excepto en asuntos que afectan a otros grupos o a CoDA como un todo.*

es importante que una reunión de CoDAteen comunique claramente el mensaje –***Esto es CoDAteen***. Aunque es raro, algunas reuniones han elegido adoptar un formato que varía significativamente de las pautas de CoDAteen. Esto presenta confusión, particularmente para el recién llegado, sobre la naturaleza de nuestro programa.

## Propósito de una Reunión de CoDAteen

El propósito básico de una reunión de CoDAteen es permitir a los jóvenes descubrir una relación sana y amorosa con su Poder Superior, con ellos mismos y con los demás. Esto ocurre según su experienciacon el trabajo de Pasos, el apadrinamiento y, sobre todo, la identificación con otros en el grupo. Ver que otras personas con sentimientos y problemas similares encuentran una solución común es la clave para confiar en un *Poder Superior de nuestro propio entendimiento.*

Las familias disfuncionales, los cuidadores u otros adultos implicados en la vida de un adolescente presentan malos modelos de conducta que ofrecen mensajes mixtos y negativos que fomentan las creencias autodestructivas. Estas creencias se forman a través de ejemplos y mensajes repetitivos diarios que disminuyen la autoestima. Es esta experiencia diaria la que inculca estas ideas como creencia, y será necesario un proceso diario de sanación con afirmaciones positivas para revertir el impacto.

Las reuniones están diseñadas para ofrecer las herramientas necesarias para la recuperación de la codependencia y las relaciones insanas. También ofrecen el ejemplo de otros miembros que comparten su experiencia, fuerza y esperanza, lo que puede provocar un cambio saludable. Estos ejemplos son mucho más poderosos que las palabras.

Una reunión de CoDAteen es el enfoque para desarrollar una nueva forma de vida. Cuando los padrinos/madrinas/anfitriones adultos de CoDA revisan su Noveno Paso, pueden encontrar en el apadrinamiento de CoDAteen una forma saludable de enmendar los errores del pasado. Incluso cuando sus hijos hayan crecido y se hayan ido, la oportunidad de modelar la recuperación para nuestros jóvenes sería una poderosa experiencia de sanación.

## Diferencias Entre Reuniones de CoDAteen y de Adultos de CoDA

Hay muchas más similitudes que diferencias. CoDAteen se basa en los Doce Pasos y las Doce Tradiciones de CoDA. El formato de reunión de CoDAteen es como el formato de reunión sugerido por CoDA. En CoDAteen tienen posiciones de servicio similares y toman decisiones en las reuniones basadas en el proceso de conciencia de grupo, como las reuniones de adultos.

Los miembros de CoDAteen, a través de su proceso de conciencia de grupo, pueden decidir si quieren permitir la asistencia de un miembro adulto que no sean los padrinos/madrinas/anfitriones adultos regulares, para propósitos especiales. Por ejemplo, un miembro de CoDA puede estar disponible para compartir su experiencia, fortaleza y esperanza en relación con los problemas de los adolescentes. Un miembro adulto de CoDA puede estar disponible para realizar un taller relacionado con CoDAteen. Estas decisiones son tomadas por los adolescentes, no por los padrinos/ madrinas/anfitriones adultos de las reuniones. Aparte de estas circunstancias especiales, las reuniones de CoDAteen no están abiertas a los adultos, excepto a los padrinos/madrinas/anfitriones adultos.

## Estructura de CoDAteen

Cada reunión de CoDAteen debe tener un grupo apadrinador de CoDA que celebre las reuniones de trabajo (servicios) con los padrinos/madrinas/anfitriones adultos incluidos, para ayudar a supervisar el grupo de CoDAteen. Así mismo, el grupo puede ayudar con el transporte, finanzas, reclutamiento de padrinos/madrinas/anfitriones adultos, padrinos/madrinas/anfitriones alternativos, y/o eventos especiales.

Este grupo apadrinador también sería responsable de asegurar que los padrinos/madrinas/anfitriones adultos y cualquier otro miembro adulto de CoDA involucrado con CoDAteen, cumplan con los *[Requisitos Mínimos de Comportamiento y Seguridad para CoDAteen](https://coda.org/wp-content/uploads/Requisitos-Minimos-Seguridad-y-Comportamiento-CoDAteen.docx)* así como cualquier requisito de la zona de la localidad para trabajar con menores.

También puede haber un enlace con otras organizaciones de adolescentes de la zona. Un enlace importante sería con los hospitales e instituciones. A veces, los jóvenes más necesitados son pasados por alto en las escuelas con internado, los programas de hogares de acogida, el centro de menores y otros entornos institucionales. Los adolescentes codependientes suelen ser incomprendidos en estas situaciones. El grupo también puede mantener una lista de recursos de la comunidad para compartir cómo los miembros de CoDAteen pueden ponerse en contacto con aquellos que pueden ayudar.

Este grupo apadrinador de CoDAteen es también una clave para la Cuarta Tradición –*Cada grupo debe mantenerse autónomo, excepto en asuntos que afectan a otros grupos o a CoDA como un todo*. Los grupos locales, regionales, Intergrupales y las Entidades con Derecho a Voto mantienen la responsabilidad de los adultos sobre los menores. Sin el grupo apadrinador adulto, la "autonomía" sería imposible de establecer.

Este grupo apadrinador está permitido por la Novena Tradición *–CoDA como tal, nunca debe ser organizada, pero podemos crear juntas o comités de servicio que sean directamente responsables ante aquellos a quienes sirven.*

Aunque son autónomos, los grupos adultos apadrinadores de CoDAteen son responsables ante CoDA, así como de las reuniones individuales de CoDAteen.

## Pasos para que una Reunión de Adultos de CoDA Apadrine una Reunión de CoDAteen

* Convocar una o más reuniones de conciencia de grupo para determinar si hay suficiente apoyo dentro de su grupo para organizar una reunión de CoDAteen.
* Lea y revise los [*Requisitos Mínimos de Comportamiento y Seguridad para CoDAteen*](https://coda.org/wp-content/uploads/Requisitos-Minimos-Seguridad-y-Comportamiento-CoDAteen.docx) durante la reunión de conciencia de grupo.
* Determine si hay dos personas en su grupo que cumplan con los requisitos mínimos para ser anfitrión adulto de una reunión de CoDAteen. Por favor, tenga en cuenta que, por seguridad, los [Requisitos Mínimos de Comportamiento y Seguridad para CoDAteen](https://coda.org/wp-content/uploads/Requisitos-Minimos-Seguridad-y-Comportamiento-CoDAteen.docx) son obligatorios.
* Cuando sea posible, es preferible, por seguridad, que un miembro de cada sexo sea el anfitrión adulto en una reunión de CoDAteen mixta. Si esto no es posible, dos personas del mismo sexo pueden servir como padrinos/madrinas/anfitriones adultos. Sin embargo, es necesario que los dos padrinos/madrinas/anfitriones adultos no tengan una relación marital/romántica/sexual entre ellos. La reunión de adultos de CoDA debe de poder proporcionar un padrino/madrina/anfitrión adulto sustituto cualificado cuando el padrino/madrina/anfitrión adulto habitual no esté disponible.
* Póngase en contacto con el departamento de policía local o con las autoridades para conocer los requisitos más actualizados y los procedimientos necesarios para permitir que los adultos trabajen con adolescentes/menores. Es posible que exijan la toma de huellas dactilares y/o la comprobación de antecedentes.
* Determinar si hay fondos disponibles para pagar el alquiler y algo de literatura de CoDA y/o de CoDAteen para iniciar la reunión de CoDAteen. El grupo de adultos de CoDA puede apoyar financieramente al grupo de CoDAteen, si es necesario, dentro del ámbito de la Séptima Tradición.
* Sugerimos tener medallones de bienvenida y folletos como: *Estableciendo Límites en la Recuperación,* [*Comunicación y Recuperación*](https://www.google.com/url?q=https%3A%2F%2Farchivo.divulgacioncoda.org%2FTextos%2FLiteraturaDescargable%2FLimites-4104S.pdf&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw2dB-49E4qJp6J7D1Kz_bOM)*,* [*¿Soy Codependiente?*](https://www.google.com/url?q=https%3A%2F%2Farchivo.divulgacioncoda.org%2FTextos%2FLiteraturaDescargable%2FSoy-Codependiente-4002S.pdf&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw10SfuKs2kcU-_Saw92f41J)*,* [*Su Primera Reunión*](https://www.google.com/url?q=https%3A%2F%2Farchivo.divulgacioncoda.org%2FTextos%2FLiteraturaDescargable%2FSu-Primera-Reunion-4011S.pdf&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw1nIQOTDvjGbwK9TOWZtJoy)*,* [*Información para los Profesionales*](https://www.google.com/url?q=https%3A%2F%2Farchivo.divulgacioncoda.org%2FTextos%2FLiteraturaDescargable%2FInformacion-para-Profesionales-4012S.pdf&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw0yZPt9EAnGgmx2rg7h0pp2)*,* [*Manual para Nuevos Participantes*](https://www.corepublications.org/product/manual-de-instrucciones-para-nuevos-participantes), [*Herramientas para la Recuperación*](https://www.corepublications.org/product/herramientas-para-la-recuperacion), y otros materiales que elija el grupo. (*Nota:* Muchos de estos folletos pueden descargarse gratuitamente desde la página [**Literatura**](https://www.divulgacioncoda.org/literatura) **del sitio** [*www.divulgacioncoda.org*](http://www.divulgacioncoda.org)*.* También puede adquirir la literatura del Editorial CoRe, a [www.corepublications.org](http://www.corepublications.org).
* Se sugiere que las reuniones presenciales se lleven a cabo en el mismo edificio y al mismo tiempo que una reunión de adultos o que se agende un horario después de la escuela, que sea conveniente para que el adolescente asista.
* También se puede optar por celebrar una reunión virtual. La hora y el día más convenientes serían fijados por los miembros asistentes de CoDAteen a través de la conciencia de grupo.
* Establecer una fecha de inicio.
* Registrar la reunión de CoDAteen con CoDA Mundial. Llenar y enviar el formulario de registro del grupo, sea por correo o por correo electrónico a [*https://www.divulgacioncoda.org/registro-grupos*](https://www.divulgacioncoda.org/registro-grupos)especificando que se trata de una reunión de CoDAteen. (Véase *Sección 5- Formularios de Servicio* de este ***Manual***).
* Decida de qué edades está dispuesto a aceptar personas en su grupo, e inclúyalo en su registro.
* Anuncie la reunión de CoDAteen mediante carteles o folletos para atraer miembros a CoDAteen. Los lugares sugeridos para anunciar las reuniones son:
  + Escuelas locales y centros para adolescentes/jóvenes.
  + Oficinas de los consejeros y/o centros de tratamiento.
  + Consultorios médicos/enfermeros y hospitales.
  + Centros de Detención o Refugios.
  + Periódicos locales.
  + Grupos CoDA u otros grupos de Doce Pasos, es decir: Alcohólicos Anónimos, Al-Anon, Alateen, Hijos Adultos de Alcohólicos*,* etc.
  + En la página web de CoDA –coda.org/es/ o divulgacioncoda.org.
  + Bibliotecas u otros centros municipales.
  + Supermercados o tiendas de comestibles.
  + Tiendas de vídeo o música, películas, boliches, etc.

## Pasos para que una Intergrupal, Región o Entidad con Derecho a Voto de CoDA Apadrine una Reunión de CoDAteen

* Si su grupo de CoDA quiere organizar una reunión para CoDAteen, siga el proceso anterior, que corresponde a un grupo regular de CoDA que es anfitrión adulto de una reunión de CoDAteen.
* El grupo tiene que decidir cuál sería la mejor ubicación para CoDAteen.
* Entre las consideraciones se incluyen:
  + ¿Es accesible el lugar? ¿Cómo podrían llegar los adolescentes?
  + ¿Estará junto a - o cerca de - una reunión regular de CoDA dentro de su Intergrupal, Región o Entidad con Derecho a Voto?
  + ¿Cuál es el mejor momento para los adolescentes? ¿Cuándo están disponibles los padrinos/madrinas/anfitriones?

## ¿Pueden Dos Miembros Adultos de CoDA Organizar una Reunión de CoDAteen sin el Apoyo de un Grupo Local o Regional?

No se recomienda por la seguridad de todos los involucrados. Es imprescindible contar con el apoyo de un grupo de adultos de CoDA.

## Papel de Padrinos/Madrinas/Anfitriones Dentro de Reuniones de CoDAteen

Los padrinos/madrinas/anfitriones adultos de CoDAteen modelan un comportamiento adulto apropiado para los miembros de CoDAteen, llegando más temprano para que la reunión comience a tiempo, comunicándose directamente entre ellos y con el grupo, siendo buenos oyentes, usando declaraciones "yo", animando a los miembros de CoDAteen a asumir roles de servicio y apoyándolos en su proceso de recuperación.

Los padrinos/madrinas/anfitriones adultos son modelos para los miembros de CoDAteen a través de sus interacciones entre ellos y con los propios adolescentes. Muestran la recuperación a través de sus acciones –es decir, dejando de lado el control, utilizando los Pasos y Tradiciones de CoDA en sus vidas, acudiendo a su Poder Superior para que les guíe, y confiando en el proceso mientras los miembros de CoDAteen toman decisiones utilizando el proceso de conciencia de grupo.

Es importante recordar que el papel del padrino/madrina/anfitrión adulto de CoDAteen es proporcionar un lugar seguro para que los adolescentes compartan entre sí, y apoyar y animar al grupo en su conjunto. Todos los adolescentes deben ser tratados por igual, sin ninguna indicación de favoritismo.

## Papel de Padrinos/Madrinas/Anfitriones Adultos Fuera de Reuniones de CoDAteen

Entre reuniones, el padrino/madrina/anfitrión adulto puede animar a los adolescentes a ponerse en contacto, si lo necesitan, con el padrino/madrina/anfitrión adulto o con otros miembros de CoDAteen, utilizando la lista de teléfonos de los voluntarios. Los padrinos/madrinas/anfitriones adultos no fungen como padrinos/madrinas personales de los CoDAteen individuales. Los miembros de CoDAteen sirven como padrinos/madrinas personales entre sí.

Los adultos en el servicio de CoDAteen deben tener siempre precaución en cualquier interacción individual con menores, ya sea en persona, por teléfono u otros medios electrónicos. Recuerde que las comunicaciones como los mensajes de texto y los correos electrónicos pueden ser guardados, reenviados y manipulados. Asegúrese de conocer a los adolescentes, y de que todo lo que diga o escriba sea apropiado para la relación entre el padrino/madrina/anfitrión adulto y el miembro de CoDAteen. Evite también opinar o intervenir de una manera que ponga al padrino/madrina/anfitrión adulto en un papel antagónico con el padre/madre/tutor.

## Requisitos Mínimos de Comportamiento y Seguridad de CoDA para CoDAteen

(Moción #22033 sustituirá esta parte una vez aprobada por la CSC del 2022)

Para garantizar la seguridad de los miembros de CoDAteen, por recomendación de la Junta Directiva de CoDA y el Grupo de Trabajo de CoDAteen, se requiere que todos los miembros de CoDA que trabajen con CoDAteen sean apadrinados y certificados por un grupo de adultos de CoDA, Intergrupal, Región o Entidad con Derecho a Voto. A través de la conciencia de grupo, se requiere que un grupo apadrinador adapte un proceso para certificar a los padrinos/madrinas/anfitriones adultos que trabajan con miembros de CoDAteen y se registre en CoDA Mundial. El proceso de certificación debe cumplir con los requisitos mínimos que se enumeran a continuación, junto con otras consideraciones.

1. Cada miembro adulto de CoDA o padrino/madrina/anfitrión adulto involucrado en el servicio de CoDAteen **debe**:
   * Ser un miembro de CoDA que asiste regularmente a las reuniones de CoDA, que tiene un padrino/madrina y que está trabajando los Doce Pasos y las Doce Tradiciones de acuerdo con el programa de recuperación de CoDA.
   * Tener al menos 25 años con un mínimo de 3 años de recuperación en CoDA y haber participado en el trabajo de servicio de CoDA.
   * No haber sido condenado por un delito grave.
   * No haber sido acusado de ninguna forma de maltrato infantil.
   * No haber sido acusado ni haber demostrado ningún comportamiento sexual inapropiado ni figurar en ninguna lista de delincuentes sexuales.
   * Demostrar estabilidad emocional y sobriedad.
   * Mantenerse libre de sustancias que alteran la mente durante las reuniones y el trabajo de servicio*.*
   * No haber demostrado tendencias violentas o abusos coercitivos que puedan perjudicar a un miembro de CoDAteen.
2. Debe haber dos padrinos/madrinas/anfitriones adultos de CoDA en cada reunión de CoDAteen, pero si esto no es posible, se puede aceptar un padrino/madrina/anfitrión adulto que esté certificado y patrocinado por un grupo de CoDA y que cumpla con todos los demás requisitos.
3. Los requisitos del grupo deben prohibir la interacción sexual abierta o encubierta entre cualquier adulto y miembro de CoDAteen.
4. Los requisitos del grupo deben prohibir las conductas contrarias a las leyes aplicables.
5. Investigue en su localidad los requisitos según la ley.
6. Los requisitos del grupo deben contener procedimientos que incluyan el permiso de los padres y la atención médica para que el adolescente participe cuando sea necesario. En algunas circunstancias, podría ser posible aceptar una referencia de un consejero, profesor o médico. (Véase ejemplo de[*Carta de Autorización de los Padres*](https://coda.org/wp-content/uploads/Carta-de-Autorizacion-para-CoDAteen.docx)en la *Sección 5- Formularios de Servicio en el* ***Manual de CoDAteen****).*
7. Adaptar un proceso de entrenamiento de padrinos/madrinas/anfitriones adultos utilizando las recomendaciones y recursos de CoDAteen en CoDA Mundial.
8. Adaptar un proceso para abordar los comportamientos problemáticos dentro del grupo, utilizando las recomendaciones y los recursos de CoDAteen en CoDA Mundial.

Otros puntos para que los grupos analicen o consideren:

1. Requerir que haya dos padrinos/madrinas/anfitriones de CoDA en cada reunión de CoDAteen.
2. Tener una verificación de antecedentes, muchas áreas lo requieren por ley para trabajar con menores.
3. Decidir los rangos de edad para su grupo. En general, CoDAteen es para "adolescentes" de 13 a 18 años. Sin embargo, puede haber niños más pequeños que estén listos para CoDAteen y que puedan participar con seguridad en una experiencia de compartir y aprender. Cada grupo puede decidir a través de la conciencia de grupo sobre un rango de edad aceptable, o pueden decidir dividir sus reuniones basadas en el rango de edad. Se anima a que los adolescentes mayores empiecen a asistir a las reuniones de adultos de CoDA mientras asisten a CoDAteen para tener una transición fluida o pueden formar un grupo de CoDA de "jóvenes adultos".
4. Conectar las conferencias o convenciones de CoDAteen con las Intergrupales, Regiones o Entidades con Derecho a Voto de CoDA.
5. Ser anfitrión adulto de una reunión de CoDAteen que se reúna a la misma hora y en el mismo lugar que la reunión o el grupo apadrinador de CoDA.
6. Ser consciente de la diversidad de género.
7. Evitar las interacciones personales.
8. Tener siempre una proporción adecuada de adultos y miembros de CoDAteen.
9. Formas de transportar a los miembros de CoDAteen hacia y desde los eventos.
10. Organizar actividades informativas y de sensibilización, es decir, invitar a oradores de CoDA, organizar talleres y/o puestos de información, etc., sobre la codependencia para los adolescentes, los padrinos/madrinas/anfitriones adultos y/o la comunidad.
11. Hacer que un asesor jurídico local revise los requisitos del grupo para trabajar con menores.

CoDA Mundial tiene muchos recursos y descargas gratuitas para ayudar, incluyendo el ***Manual de Reuniones de CoDAteen*** que se encuentra en la página web de CoDAteen en [www.divulgacioncoda.org](http://www.divulgacioncoda.org)

## Consejos Útiles para Padrinos/Madrinas/Anfitriones Adultos de Reuniones de CoDAteen:

* Tener la voluntad de compartir la experiencia, fortaleza y esperanza de la recuperación de CoDA.
* Ser un modelo saludable para los adolescentes y apoyar a los adolescentes en su recuperación.
* Practicar la paciencia.
* Ser buenos oyentes.
* Permitir que el Poder Superior trabaje dentro de la reunión de CoDAteen.
* Tener en cuenta que los miembros de CoDAteen no están equipados para hacer frente a situaciones de crisis –por ejemplo, posibles lesiones a sí mismos o a otros, peleas, etc. En caso de emergencia, el padrino/madrina/anfitrión adulto puede llamar al 911 o a los números nacionales de emergencia, o a la línea nacional de prevención del suicidio de su respectivo país, o a la policía local si es necesario. También recordar notificar a el padre/madre/tutor a través de su información de contacto de emergencia proporcionada al grupo, tan pronto como sea posible.
* Continuar trabajando los Pasos de CoDA y seguir las Tradiciones en su propia recuperación de CoDA.
* Estar en contacto con el grupo apadrinador de CoDA, Región o Entidad con Derecho a Voto para obtener apoyo y orientación.
* Ser capaz de comprometerse con el servicio de CoDAteen durante un mínimo de un año, de preferencia dos años.
* Cada padrino/madrina/anfitrión adulto debe primero mantener el enfoque en su propia recuperación. La reunión de CoDAteen existe para el beneficio de los adolescentes y debe estar orientada a sus necesidades. Un padrino/madrina que se sienta particularmente preocupado debe buscar un sustituto, y lidiar con sus propios problemas serios fuera de la reunión de adolescentes.
* Apadrinar a los miembros de CoDAteen no es un sustituto de la participación de las reuniones de adultos. Debemos recordar que debemos trabajar en nuestra recuperación dentro de nuestras propias reuniones de adultos de CoDA. Es un compromiso de servicio. Nuestra principal responsabilidad es modelar nuestro propio comportamiento de recuperación como adultos.
* Todas estas precauciones no deben restarle importancia al hecho de que trabajar con jóvenes es una de las experiencias más gratificantes que jamás tendremos.

## Algunas Sugerencias para Ayudar a Interesar a Adolescentes

* Tener un orador invitado de CoDA.
* Utilice los folletos [*Estableciendo Límites en la Recuperación*](https://www.google.com/url?q=https%3A%2F%2Farchivo.divulgacioncoda.org%2FTextos%2FLiteraturaDescargable%2FLimites-4104S.pdf&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw2dB-49E4qJp6J7D1Kz_bOM)*,* [*Comunicación y Recuperación*](https://www.google.com/url?q=https%3A%2F%2Farchivo.divulgacioncoda.org%2FTextos%2FLiteraturaDescargable%2FComunicacion-y-Recuperacion-4005S.pdf&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw2Yr6Zi52J0d7oULRcdY6F7) y [*¿Soy Codependiente?*](https://www.google.com/url?q=https%3A%2F%2Farchivo.divulgacioncoda.org%2FTextos%2FLiteraturaDescargable%2FSoy-Codependiente-4002S.pdf&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw10SfuKs2kcU-_Saw92f41J) (Descargas gratuitas en [www.divulgacioncoda.org](http://www.divulgacioncoda.org)).
* Leer y discutir extractos del libro[***Codependientes Anónimos***](https://www.corepublications.org/product/libro-de-coda-edicion-de-bolsillo) *(Libro Azul),* edición abreviada. Es un recurso útil para los miembros de CoDAteen (se puede comprar en línea en [www.corepublications.org](http://www.corepublications.org)).
* Utilice el [***Libro de Trabajo de los Doce Pasos y las Doce Tradiciones de CoDA***](https://www.corepublications.org/product/libro-de-trabajo-de-los-doce-pasos-y-las-doce-tradiciones) (adaptado adecuadamente para los adolescentes) y/o [*Guía de Estudio de Pasos de CoDAteen*](https://coda.org/wp-content/uploads/Estudio-de-los-Doce-Pasos-de-CoDAteen.docx). (Véase *Recursos para Miembros* en [www.divulgacioncoda.org](http://www.divulgacioncoda.org) o comprar en [www.corepublications.org](http://www.corepublications.org)).
* Utilizar las herramientas de autoevaluación *(*[*Patrones y Características de la Codependencia*](https://www.google.com/url?q=https%3A%2F%2Farchivo.divulgacioncoda.org%2FTextos%2FPatronesdelaCodependencia2010.pdf&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw3o-vSg8Pg-uVpNsZ8pP31c) y [*Patrones y Características de la Recuperación*](https://www.google.com/url?q=https%3A%2F%2Fcoda.org%2Fwp-content%2Fuploads%2FPatrones-de-la-Recuperacion.pdf&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw3N5kcMInwx6rookQtYDop9)*)* para iniciar el compartir. (Véase la *Sección 4* de este***Manual***).
* Otros recursos para compartir son *Afirmaciones de* ***En Este Momento****, Lo Que se Debe y No Se Debe Hacer en CoDAteen* o los *Lemas (*Véase la *Sección 4* de este***Manual****).*
* No todas las reuniones de CoDAteen pueden ser económicamente autosuficientes, pero los miembros deben tener la oportunidad de donar como puedan.
* Las reuniones pueden empezar con poca gente. Algunos de los adolescentes no están seguros de qué compartir o cómo decirlo. La seguridad, la confianza y la confidencialidad son cuestiones que deben tratarse*.*
* ¡Es una buena idea recordar cómo era ser un adolescente!
* Para que su reunión tenga la mejor oportunidad de éxito, trabaje los Pasos para su propia recuperación, siga las Tradiciones para ayudar a resolver los problemas personales y del grupo, y busque ayuda en su comunidad de CoDA.

# SECCIÓN DOS: Actividades de Divulgación Pública y Comunitaria

## Informar al Público sobre CoDAteen

Los miembros/grupos de CoDA pueden participar en eventos de la comunidad proporcionando literatura de CoDA y CoDAteen y pueden referirse a la página web de CoDAteen en [www.divulgacioncoda.org](http://www.divulgacioncoda.org)

* Los eventos comunitarios pueden tener lugar en centros comunitarios, ferias de salud de hospitales, centros juveniles, escuelas, etc. Es una gran manera de dar a conocer CoDAteen y Codependientes Anónimos.
* Puede consultar con los centros juveniles locales, las agencias de servicios sociales, los hospitales, los centros de salud, la enfermera(o) de la escuela local o el consejero(a) para saber si celebran eventos apropiados o si desean recibir información sobre CoDAteen y Codependientes Anónimos.
* Puede obtener descargas gratuitas de los folletos [*Información para los Profesionales*](https://www.google.com/url?q=https%3A%2F%2Farchivo.divulgacioncoda.org%2FTextos%2FLiteraturaDescargable%2FInformacion-para-Profesionales-4012S.pdf&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw0yZPt9EAnGgmx2rg7h0pp2) y [*Su Primera Reunión*](https://www.google.com/url?q=https%3A%2F%2Farchivo.divulgacioncoda.org%2FTextos%2FLiteraturaDescargable%2FSu-Primera-Reunion-4011S.pdf&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw1nIQOTDvjGbwK9TOWZtJoy) u otros folletos relacionados, para distribuir. (Véase *Recursos para los Miembros* en [www.divulgacioncoda.org](http://www.divulgacioncoda.org) )

## Organice un Evento de CoDAteen en su Convención o Conferencia

* Si su comunidad celebra una convención o conferencia de CoDA, considere la posibilidad de organizar allí una reunión de CoDAteen durante el evento.
* Anuncie en las reuniones de adultos que habrá actividades y reuniones para adolescentes en su evento. De esta manera, los miembros adultos de CoDA saben que pueden invitar a sus adolescentes a la conferencia, proporcionando una oportunidad para la interacción familiar y la recuperación. Es una gran manera de que las familias crezcan juntas en la recuperación.

## Reuniones en Línea y en Formato Alternativo

* Los adolescentes no siempre pueden ir a una reunión cuando necesitan compartir. De la misma manera que las reuniones para adultos, todas las reuniones de formato alternativo pueden estar disponibles para los adolescentes.
* Hay muchas opciones –por ejemplo, salas de chat, correo electrónico, WhatsApp, grupos virtuales en línea y/o telefónicos. Las redes sociales son una gran manera de conectarse, por ejemplo, Facebook, YouTube, Instagram, Twitter, Snapchat. (Véase [*Directrices sobre el Anonimato y las Redes Sociales*](https://coda.org/wp-content/uploads/Directrices-para-Comunicacion.docx)).
* Para obtener información actualizada sobre las reuniones en línea, consulte el sitio web: [www.divulgacioncoda.org](http://www.divulgacioncoda.org)

## Sugerencias de Reuniones en Escuelas Locales y Otras Áreas Públicas

* Algunas escuelas permiten que los grupos se reúnan dentro de la escuela. Cualquier miembro de CoDA puede hacer una petición a la escuela, aunque ayuda que haya un miembro de CoDA que tenga una conexión, como un padre/madre/tutor que pueda hablar con la escuela o el distrito.
* El éxito de la reunión depende del apoyo de los consejeros, profesores, personal y centros de adolescentes o de la comunidad de la zona.
* Los centros de adolescentes, los edificios religiosos, las bibliotecas, los refugios y los hospitales son otros buenos lugares para una reunión de CoDAteen. Sin embargo, el transporte puede ser difícil si no hay transporte público o escolar.
* Celebrar la reunión inmediatamente después de las clases puede garantizar una mayor participación.
* Los anuncios de las reuniones pueden publicarse en las aulas, el auditorio, los boletines escolares u otros recursos viables aprobados por CoDAteen y la escuela.

## Sugerencias para Reuniones en un Campus Universitario

* Los colegios y universidades a veces proporcionan salones para los programas de Doce Pasos. Hable con la División de Servicios Comunitarios de la universidad. El colegio o universidad puede tener reglamentos que deben seguirse para celebrar una reunión en el campus. Por ejemplo, las universidades pueden exigir que las reuniones se anuncien, incluyendo la hora y el lugar de la reunión.
* Si el colegio o universidad dice que deben convertirse en un "club" para reunirse allí, busque otro lugar. Ser un club, con una lista de miembros, rompe la Doceava Tradición: *El anonimato es la base espiritual de todas nuestras tradiciones....*
* A veces, un miembro de la facultad debe ser responsable del lugar. El miembro de la facultad no tiene que supervisar la reunión, pero tiene que firmar a efectos de responsabilidad. Puede ser útil involucrar a un miembro del departamento de Psicología o de Sociología.
* Una universidad o colegio puede exigir que las reuniones en el campus estén abiertas a todos los miembros de la comunidad escolar, incluidos el personal y la facultad. Si ese es el caso, los padrinos/madrinas/anfitriones adultos de la reunión de CoDAteen y/o la comunidad de CoDA apadrinadora necesitan tomar una decisión de conciencia de grupo sobre permitir que el personal y la facultad asistan, teniendo en cuenta los requisitos para que los adultos se involucren con los menores en la zona de la localidad.

# SECCIÓN TRES: Recursos de Capacitación para Padrinos/Madrinas/Anfitriones Adultos

Es importante que los grupos adapten un proceso de capacitación y una guía de recursos para ayudar a los padrinos/madrinas/anfitriones adultos. Los grupos pueden lograr esto ofreciendo talleres, retiros, materiales de lectura, etc. Esta sección ofrece recursos recomendados y aprobados en la Conferencia de Servicios por los miembros de Codependientes Anónimos.

## Cómo Ayudar a los Adolescentes a Participar en Una Reunión

Encontrar un poder superior a nosotros mismos comienza con la autoevaluación y el autodescubrimiento a través de la identificación con otros miembros en el grupo.

Es importante repasar los folletos [*¿Soy Codependiente?*](https://www.google.com/url?q=https%3A%2F%2Farchivo.divulgacioncoda.org%2FTextos%2FLiteraturaDescargable%2FSoy-Codependiente-4002S.pdf&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw10SfuKs2kcU-_Saw92f41J) y[*Su Primera Reunión*](https://www.google.com/url?q=https%3A%2F%2Farchivo.divulgacioncoda.org%2FTextos%2FLiteraturaDescargable%2FSu-Primera-Reunion-4011S.pdf&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw1nIQOTDvjGbwK9TOWZtJoy) con el recién llegado tan pronto como sea posible. (Véase *Material para Reuniones en* [*www.divulgacioncoda.org*](http://www.divulgacioncoda.org)) Dependiendo de la edad y otros factores, puede ser necesario repasar este material varias veces, ya que parte de las "expresiones" puede ser desconocida para los adolescentes más jóvenes.

Sin embargo, una vez que entienden su relación con la codependencia, tienen alguna base para relacionarse con los demás en las reuniones. Se puede animar a cada persona a que se identifique con los demás en lo que comparten con sus propias historias. A medida que algunos adolescentes adquieren más experiencia, hay que advertirles que tengan cuidado de evitar la crítica fuerte de la terapia como medio para sonar mejor que sus compañeros. Cada uno de los adolescentes debe compartir su propia experiencia, fortaleza y esperanza y evitar los sermones. Por ejemplo, decir *"Cuando hice esto o aquello"* es mucho más poderoso que *"Tú deberías hacer esto".* A veces, ayudar con la limpieza o colocar las sillas es la mejor manera de decir "me importa".

Ayude a los recién llegados con un estilo de compartir apropiado. Recuerde que, en un hogar basado en la vergüenza, un adolescente puede estar perdido en cómo hablar por sí mismo. *"Hola, soy Bill, soy un codependiente"*, es algo que vale la pena ensayar con un nuevo miembro de CoDAteen. Anime a los adolescentes a compartir lo que sienten, por ejemplo*, "Me siento triste, solo, feliz, cansado, abrumado..."* o tal vez no están seguros de cómo se sienten.

Revise la política de la NO interferencia y cómo evitarla. Incluso sin quererlo, es posible molestar a alguien con un comentario inapropiado. Haga hincapié en hablar de los sentimientos personales sobre situaciones y preocupaciones. Por ejemplo, "Me siento fatal por el tema de esta reunión". En ocasiones, algunos miembros de CoDAteen pueden necesitar que se les explique que lo que se ha compartido no iba dirigido a ellos, ni era necesariamente una crítica a sus comentarios. Podría haber sido casualidad la experiencia de otra persona. Puede utilizar la *Regla de los Treinta Segundos* (pág. 42) y/o repetir la declaración de la NO interferencia en la directriz de CoDA *En Aras de la Seguridad* durante la reunión, según sea necesario.

En la medida de lo posible, al final de cada reunión, se puede cerrar con una "revisión de sentimientos" compartiendo unas palabras sobre cómo se sienten en ese momento. Los padrinos/madrinas/anfitriones adultos pueden ofrecer su experiencia, fortaleza y esperanza después de la reunión si el adolescente lo autoriza, en respuesta a las situaciones difíciles reveladas por el adolescente. Vivir en la solución es la clave de la felicidad.

Los padrinos/madrinas/anfitriones adultos y otros miembros de CoDAteen deben familiarizarse con las cortesías o distracciones sugeridas para las reuniones. Por ejemplo, evitar susurrar o reírse mientras otra persona está compartiendo. Algunas de estas cosas pueden parecer triviales, pero las pequeñas cosas podrían hacer una gran diferencia en los sentimientos sensibles de algunos adolescentes.

Los adolescentes mayores y los padrinos/madrinas/anfitriones adultos deben ser conscientes de sus mensajes faciales y lenguaje corporal. Por ejemplo, evitar el comportamiento seductor hacia los adolescentes. Una aparente "broma" podría tener implicaciones dolorosas para un adolescente abusado. La empatía y el ponerse a su nivel no excusan a los padrinos/madrinas/anfitriones adultos de su responsabilidad como modelos adultos.

Consulte los folletos [*Experiencias con la No Interferencia*](https://www.corepublications.org/product/manual-de-experiencias-con-la-no-interferencia) en el sitio del Editorial CoRe y [*Construir la Comunidad de CoDA: Es Importante Celebrar Reuniones Saludables*](https://www.google.com/url?q=https%3A%2F%2Farchivo.divulgacioncoda.org%2FTextos%2F4022S-Construir-La-Comunidad-De-CoDA.pdf&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw0XULWKZiRIY0z2UoESUE-Z).

Las reuniones podrían terminar con la lectura de afirmaciones positivas, las Promesas de CoDA, la versión estándar o la versión aumentada de la Oración de la Serenidad y/o con una meditación guiada escrita por los miembros del grupo CoDAteen. Eventualmente podrían turnarse para dirigir esta meditación. (Véase la *Sección 4* del ***Manual*** - *Formato Sugerido de la Reunión, pág. 31*).

## Límites

En cada sistema familiar, los límites, que imponen a cada miembro de la familia a roles y comportamientos específicos, son claros y saludables, o van de difusos a inexistentes y poco saludables.

No es necesario que los adultos padrinos/madrinas/anfitriones adultos de CoDA sean consejeros o terapeutas para apadrinar a adolescentes. Puede ser útil revisar el folleto [*Estableciendo Límites en la Recuperación*](https://archivo.divulgacioncoda.org/Textos/LiteraturaDescargable/Limites-4104S.pdf) y dos partes del libro [***Codependientes Anónimos***](https://www.corepublications.org/product/libro-de-coda-edicion-de-bolsillo)*:* Capítulo *2 –Nuestro Dilema Espiritual* y Capítulo 5 *–¿Qué son los límites?* Es importante continuar con nuestro propio curso de crecimiento personal y enfoque espiritual, recordando que nuestro propio niño interior o los problemas de codependencia pueden desencadenarse.

En nuestro caso, la espiritualidad comienza con la confianza en el proceso de CoDA y con recordarnos a nosotros mismos que debemos seguir trabajando diariamente en los Pasos Décimo y Onceavo, y mantenernos en estrecho contacto con el grupo apadrinador de adultos de CoDA y con nuestro propio padrino/madrina o copadrino/ comadrina. Tener fe en nuestro Poder Superior y buscar una respuesta espiritual con los Doce Pasos, el apadrinamiento y la asistencia a reuniones nos lleva a liberarnos de los sentimientos basados en la vergüenza y nos permite crear y apoyar límites saludables.

En la familia disfuncional, los niños desarrollan herramientas de supervivencia, que llegan a ser vistas en la recuperación como patrones y características codependientes basadas en la vergüenza. (Véase el Capítulo 2 *–Nuestro Dilema Espiritual* y, en el Capítulo 5 de [***Codependientes Anónimos***](https://www.corepublications.org/product/libro-de-coda-edicion-de-bolsillo) *–¿Qué son los límites?*). Los patrones de cómo se utilizan estas herramientas de supervivencia definen los roles familiares basados en la vergüenza. Dichos roles proporcionan la ilusión de control, que continúa hasta que se realiza una respuesta espiritual efectiva. Eficacia significa tocar el corazón, así como los recovecos profundos de la mente.

Estos roles basados en la vergüenza pueden presentarse de la siguiente manera:

Rescatador, facilitador y ayudante.

Antagonista, perseguidor y provocador.

Sufridor, mártir y víctima.

Los codependientes han desempeñado todos estos papeles en varias ocasiones. A veces se utilizan durante pocos minutos para mantener una sensación de control. Por lo general, uno de los roles puede dominar y convertirse en la personalidad basada en la vergüenza del que actúa, y poner en juego las características y los patrones codependientes. (Véase [*Patrones y Características de los Codependientes*](https://www.google.com/url?q=https%3A%2F%2Farchivo.divulgacioncoda.org%2FTextos%2FPatronesdelaCodependencia2010.pdf&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw3o-vSg8Pg-uVpNsZ8pP31c)y[*Patrones y Características de Recuperación*](https://www.google.com/url?q=https%3A%2F%2Fcoda.org%2Fwp-content%2Fuploads%2FPatrones-de-la-Recuperacion.pdf&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw3N5kcMInwx6rookQtYDop9)).

Afortunadamente, en nuestro trabajo de Pasos y el trabajo de Pasos del adolescente, se identifica el papel principal, y la recuperación nos lleva a una condición espiritual que nos permite abordar nuestros propios patrones y características codependientes. Los [*Patrones y Características de la Recuperación*](https://www.google.com/url?q=https%3A%2F%2Fcoda.org%2Fwp-content%2Fuploads%2FPatrones-de-la-Recuperacion.pdf&sa=D&sntz=1&usg=AOvVaw3N5kcMInwx6rookQtYDop9) son buenos ejemplos para orientarnos. Recordemos que debemos fomentar el equilibrio tanto en nuestras vidas como en las de los adolescentes. La Oración de la Serenidad ofrece la mejor afirmación de límites escrita.

Oración de la Serenidad

Dios, concédeme la serenidad

para aceptar las cosas que no puedo cambiar,

valor para cambiar aquellas que puedo, y

A drawing of a fish

Description automatically generated with medium confidencela sabiduría para reconocer la diferencia.

Oración de la Serenidad, *aumentada*

Dios, concédeme la serenidad

para aceptar las cosas que no puedo cambiar,

valor para cambiar aquellas que puedo, y

la sabiduría para reconocer la diferencia.

**Concédeme Paciencia con los cambios que toman tiempo   
Gratitud por todo lo que tengo   
Tolerancia con los que tienen diferentes conflictos  
Y la Fuerza para levantarme e intentarlo de nuevo,  
Un día a la vez.**

## Otras consideraciones de seguridad y límites adecuados.

Los menores son vulnerables a la manipulación y a las figuras de autoridad coercitivas, como los adultos con límites sexuales inapropiados, incluidos los depredadores sexuales. Muchas regiones/estados/provincias y países requieren que los adultos que participan en actividades con menores se sometan a una verificación de antecedentes y a la toma de huellas digitales. CoDAteen sugiere esto como un requisito para todos los padrinos/madrinas/anfitriones adultos de CoDAteen en su área.

Los límites apropiados requieren no tener ninguno de estos comportamientos con los adolescentes:

* Contacto sexual de cualquier tipo. Esto incluye la seducción verbal, emocional o física, el contacto implícito, el coqueteo o cualquier otro comportamiento que pueda interpretarse como de naturaleza sexual.
* Manipulación, explotación o amenaza a cualquier adolescente.
* Mostrar ira de forma inapropiada gritando, enfadándose, diciendo groserías.
* Controlar la reunión de CoDAteen o a los miembros de CoDAteen mediante comportamientos de cuidar, arreglar o rescatar.
* Proporcionar terapia, asesoramiento o servicios profesionales de cualquier tipo.
* Relaciones comerciales de cualquier tipo.

## Transferencia

La transferencia se refiere específicamente a la forma en que los adolescentes pueden redirigir sus sentimientos, de la vida en el hogar a sus padrinos/madrinas/ anfitriones adultos. Del mismo modo los padrinos/madrinas/anfitriones adultos pueden permitir que sus sentimientos de la infancia influyan en su forma de relacionarse con los miembros de CoDAteen.

Al igual que la codependencia, la transferencia no es buena ni mala, simplemente está ahí y debe abordarse adecuadamente. Esperemos que cada grupo apadrinador de CoDAteen tenga un grupo diverso de personas que puedan ayudar a la objetividad del padrino/madrina y del adolescente.

Como padrinos/madrinas/anfitriones adultos, no debemos ser reacios a remitir a los adolescentes a una ayuda externa cuando una situación se complica o es inmanejable. No somos terapeutas. Los padrinos/madrinas/anfitriones adultos que ejemplifican los límites saludables son la clave para la recuperación de los miembros de CoDAteen.

Un adolescente con un padre/madre/tutor abusivo, podría tener una tremenda ira y proyección de emociones mezcladas hacia el padrino/madrina del mismo sexo. Si esta ira puede salir de forma no violenta, puede ser útil animar a esos adolescentes a expresar sus sentimientos. La ira reprimida es el producto más dañino que podemos tener que tratar en los adolescentes*.* Consultael capítulo 5 de [***Codependientes Anónimos***](https://www.corepublications.org/product/libro-de-coda-edicion-de-bolsillo)(el ***Libro Azul***) para obtener más información sobre cómo tratar este tipo de comportamientos que pueden surgir en las reuniones.

Si nosotros, los padrinos/madrinas/anfitriones adultos, modelamos una respuesta espiritual, la mayoría de las veces los enfoques básicos van a funcionar. Nuestro enfoque espiritual primario a menudo funciona sin nuestra completa comprensión de ello.

Tenga en cuenta que puede ser la primera vez que un adolescente comparta sobre sentimientos difíciles o traumas pasados. Estamos ofreciendo una nueva dirección que se basa en el valor espiritual. Algunos adolescentes pueden no estar preparados para el trabajo en grupo, y podemos sugerir que un miembro de CoDAteen busque asesoramiento individual además de asistir a las reuniones de CoDAteen. De acuerdo con las Tradiciones Sexta y Décima, podemos animar a los adolescentes a que pidan ayuda al grupo, a que hablen con sus padres/tutores (si es seguro) o sugerir agencias públicas externas y recursos comunitarios para dirigir al adolescente a un lugar en el que pueda obtener ayuda adicional, pero no podemos dar consejos ni hacer recomendaciones específicas nosotros mismos.

Los padrinos/madrinas/anfitriones adultos que experimentan ira hacia un adolescente, o algunos otros sentimientos inapropiados, necesitan hablar con su padrino/madrina y otros en su propio grupo de CoDA y buscar la guía de su Poder Superior.

## Comportamiento Inapropiado/Problemático

A veces, los adolescentes nuevos e inexpertos pueden tener problemas para tratar los temas y comportarse mal en las reuniones. Los adolescentes suelen reflejar los sentimientos exagerados del hogar. Cuando el mal comportamiento ocurre y no se remedia usando la *Regla de los Treinta Segundos* (véase pág. 42), si es posible puede elegir repetir la *Guía de CoDAteen para Compartir – En Aras de la Seguridad* o llamar a una conciencia de grupo inmediata para discutir los sentimientos dentro del grupo.

Si el comportamiento continúa siendo inapropiado para el grupo, los padrinos/madrinas/anfitriones adultos pueden pedir al adolescente que salga un momento de la reunión. Una rápida revisión de los sentimientos del adolescente y lo que surgió para él puede ser útil. Al mismo tiempo, esto no significa forzar el tema. Es simplemente una forma cariñosa de decir que "debemos tener un cierto espacio para que todos se sientan seguros al compartir". Es posible que necesiten desahogar sus sentimientos y apreciar la privacidad. Puede ser un buen momento para establecer un vínculo con los adolescentes gravemente afectados. A veces es mejor dejar al adolescente con su propio proceso. No es necesario definir con precisión el sentimiento o el problema y solucionarlo. Simplemente significa que les surgió un sentimiento que necesitaban tratar a su manera, lo cual puede no haber sido apropiado para el resto del grupo.

Lo ideal es no trabajar individualmente con los adolescentes que tienen un comportamiento problemático. Puede incluir un segundo padrino/madrina/anfitrión adulto o un adolescente mayor que esté firme en su recuperación. Si debe ser uno a uno, es importante tener en cuenta el sexo u orientación sexual del adolescente. No se permita estar solo en una situación potencialmente comprometedora

Los ataques y el acoso deben abordarse directamente en el grupo si se producen durante el compartir. También podría ser un tema de la reunión para tener un momento en el que los adolescentes puedan compartir sus experiencias de haber sido acosados o abusados, o haber sido ellos mismos los acosadores. Véase elCapítulo 5del libro[*Codependientes Anónimos*](https://www.corepublications.org/product/libro-de-coda-edicion-de-bolsillo)*,* las secciones *¿Cuáles son las formas físicas y agresivas de abuso y control?* Y *¿Cuáles son las formas no físicas y pasivas de abuso y control?*

Cuando un miembro de CoDAteen comparte experiencias relacionadas con temas difíciles como el abuso, la violencia o el suicidio, el padrino/madrina/anfitrión adulto puede animar al adolescente a buscar ayuda de sus padres/tutores (si es seguro), consejeros escolares, agencias de servicios sociales, la policía y los tribunales. Como se mencionó anteriormente, algunos adolescentes pueden no estar listos para el grupo y/o pueden ser ayudados por consejería adicional fuera de las reuniones de CoDAteen. En estas situaciones, puede ser útil sugerir amablemente al adolescente el siguiente ejemplo: "Cuando he visto a otra persona herida de la forma que has descrito y/o por mi propia experiencia, he descubierto que podría ser útil hablar con alguien de forma individual, como un consejero o un terapeuta, para explorar cuestiones más profundas, junto con la asistencia a las reuniones de CoDAteen."

Los padrinos/madrinas/anfitriones adultos tienen cuidado de limitar su parte en la discusión a su propia experiencia, y no dan consejos específicos. Es útil mantener una lista de agencias públicas, recursos comunitarios, líneas de emergencia, etc. para poder compartir con el adolescente dónde obtener ayuda. Sea cauteloso y obtenga otras opiniones del grupo de adultos de CoDA que apadrina, antes de intentar rescatar o arreglar una situación.

### Consejos útiles para abordar el comportamiento inapropiado o problemático:

* Para la seguridad de los adolescentes y del adulto, evite las interacciones uno a uno cuando sea posible.
* Utilice la *Guía de CoDAteen para Compartir – En Aras de la Seguridad* y la *Regla de los Treinta Segundos* (pág. 42).
* Utilice una "Revisión de Sentimientos". *Cada persona puede levantar la mano por turnos y decir muy brevemente en pocas palabras cómo se siente en este momento*.
* Si el comportamiento de los adolescentes es problemático para el grupo, un miembro puede llamar a un tiempo fuera de 30 segundos y recitar la Oración de la Serenidad o la versión aumentada de la Oración de la Serenidad y puede volver a leer la *Guía de CoDAteen para Compartir – En Aras de la Seguridad* (pág. 42)*.*
* Si es necesario se puede convocar una conciencia de grupo inmediata, dentro de la sesión de la reunión, para resolver la situación.
* Fomentar el uso de las herramientas del programa. (Véase [Herramientas Para la Recuperación](https://www.corepublications.org/product/herramientas-para-la-recuperacion), o [30 Preguntas-Pasos 1,2,3](https://archivo.divulgacioncoda.org/Textos/Treinta-Preguntas.pdf) )*.*

# SECCIÓN CUATRO: Estructura de la Reunión y Documentos de la Reunión

## Posiciones de Servicio de CoDAteen.

El grupo apadrinador de CoDA puede ayudar a los adolescentes a desarrollar sus puestos de servicio. Por ejemplo, el tesorero adulto trabajaría con el tesorero de los adolescentes en la apertura de cuentas bancarias, el mantenimiento de registros financieros y la previsión de gastos. Esta actividad es una parte vital de la recuperación. Algunos adolescentes pueden necesitar ayuda para manejar el dinero.

Cualquier miembro puede convocar una reunión de servicios de conciencia de grupo para tratar asuntos especiales. Los adultos no están ahí para rescatar o arreglar. Están para mantener las tareas adecuadas para el desarrollo del grupo.

Estas son sugerencias de posiciones que han funcionado con las reuniones en el pasado. Cada reunión puede decidir cómo distribuir las responsabilidades entre los servidores de confianza de la reunión, combinando o ampliando los cargos según sea necesario. No es necesario que una reunión tenga todas estas posiciones.

**Coordinador(a)/moderador(a) de la reunión:** Se sugiere que este puesto rote con cada reunión o a intervalos de tiempo, por ejemplo, mensualmente, o bianualmente.

• Asume un papel de liderazgo durante la reunión.

• Asume la responsabilidad general del formato de la reunión.

• Invita a los oradores o busca un voluntario para que se encargue de las invitaciones a los oradores.

• Guía la reunión de acuerdo con las directrices aprobadas por CoDAteen.

**Secretario(a):** Término sugerido de la posición - 6 meses o 1 año).

• Es el representante de trabajo de la reunión y actúa como enlace con el salón de reuniones.

• Obtiene y mantiene una sala de reuniones o una cuenta en línea/teléfono/ virtual.

• Planifica y dirige las reuniones de conciencia de grupo o de trabajo (servicios) con regularidad. Los puntos del orden del día pueden incluir las elecciones, el formato de la reunión, los procedimientos, etc. Mantiene un registro de las decisiones de conciencia de grupo de la reunión.

• Garantiza que la información sobre la reunión (el día y hora de sesionar, el lugar o la liga para participar, datos de las personas de contacto) se mantenga actualizada en las listas de reuniones de la Intergrupal, de las Entidades con Derecho a Voto y de CoDA Mundial.

**Representante de Servicio de Grupo (RSG):** Plazo habitual de rotación de 1 a 2 años.

• El enlace entre la reunión de CoDAteen y el siguiente nivel. Idealmente, un RSG es un miembro establecido del grupo, con experiencia, conocimiento y comprensión de los Doce Pasos y las Doce Tradiciones de CoDAteen.

• Asiste a las reuniones de servicios de la Intergrupal, Región o Entidades con Derecho a Voto locales de CoDAteen.

• Lleva la conciencia de grupo al siguiente nivel de servicio local y luego informa a la reunión sobre los resultados.

• Notifica a la reunión sobre cualquier actualización de anuncios y folletos locales o de CoDA Mundial.

**Tesorero:**

• Lleva un registro financiero exacto del grupo e informa regularmente al grupo sobre los ingresos, los gastos y la reserva prudente. Nota: La reserva prudente la determina la conciencia de grupo de la reunión, normalmente es de dos o tres meses de gastos del grupo.

• Paga el alquiler al salón de reuniones o a la cuenta de formatos alternativos por el uso del salón de reuniones.

• Distribuye los fondos de la Séptima Tradición siguiendo la conciencia del grupo de la reunión. **En páginas anteriores en este documento, se ofrece una directriz sugerida.**

• Entrega los registros y los fondos a un nuevo tesorero.

**Persona Encargada de la Literatura:**

• Pone a disposición de la reunión literatura de CoDA o CoDAteen avalada por la Conferencia de Servicios de CoDA.

• Lleva un registro de los suministros de literatura del grupo y la reabastece según sea necesario.

• Obtiene fondos del tesorero del grupo para reponer la literatura.

• Remite a los recién llegados y a otros miembros de CoDAteen a la literatura disponible de CoDA y de CoDAteen avalada por la Conferencia de Servicios de CoDA.

**Persona(s) para Contacto por Teléfono:**

• Facilita el nombre y la información de contacto en las listas de reuniones locales y de CoDAteen Mundial.

• Está disponible para responder a las preguntas sobre la reunión y sobre CoDAteen.

## Formato Sugerido para las Reuniones de CoDAteen

Este formato de reunión se incluye como una guía. El estilo de programa que desea utilizar su reunión (ya sea Orador, Compartir, Tema o Paso) puede ser una decisión de conciencia de grupo tomada por los miembros de su grupo. También puede copiar y exhibir nuestro cartel *En Aras de la Seguridad* (véase pág. 44) durante las reuniones.

**Sección de Apertura.**

1. **"Buenas noches (buenos días, tardes) y bienvenidos a la reunión \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** (insertar el nombre de la reunión) **de CoDAteen, la cual forma parte de Codependientes Anónimos. Mi nombre es \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ y soy codependiente. Soy el anfitrión(a) de la reunión de esta noche (hoy). CoDA pide a los que tienen teléfonos celulares que por favor los apaguen o los silencien durante la reunión, para que podamos concentrarnos en la reunión sin interrupciones. Por favor, ayúdenme a abrir esta reunión con un momento de silencio seguido de alguna de** las oraciones que elige el coordinador/moderador del grupo: la *Oración de la Serenidad* o la *Oración de Apertura de CoDA***)”**

**Oración de Apertura ©**

En el espíritu del amor y de la verdad, te pedimos, Poder Superior, que nos guíes al compartir nuestra experiencia, fortaleza y esperanza.

Abrimos nuestros corazones a la luz de la sabiduría, la calidez del amor y la alegría de la aceptación. **Oración de la Serenidad**

Dios, concédeme la serenidad   
para aceptar las cosas   
que no puedo cambiar,  
valor para cambiar   
aquellas que puedo,   
y la sabiduría para   
reconocer la diferencia.

Oración de la Serenidad, *aumentada*

Dios, concédeme la Serenidad para  
Aceptar las cosas que no puedo cambiar,  
Valor para cambiar aquellas que puedo, y la  
Sabiduría para reconocer la diferencia.

Concédeme Paciencia con los cambios que toman tiempo,   
Gratitud por todo lo que tengo,  
Tolerancia con los que tienen diferentes conflictos, y la  
Fortaleza para levantarme y volver a intentarlo,  
Un día a la vez.

1. **El coordinador/moderador de la reunión lee el *Preámbulo* de CoDAteen como está escrito.**
2. **"Damos la bienvenida a todos los recién llegados que asisten a su primera, segunda o tercera reunión de CoDAteen, y les pedimos que levanten la mano y se presenten sólo por su nombre de pila... (*llamar a quienes levantaron la mano y esperar las presentaciones)* Bienvenidos a CoDAteen.** Le sugerimos que escuche las similitudes más que las diferencias en nuestras acciones. Le sugerimos que asista al menos a seis reuniones antes de decidir si CoDAteen es para usted.

***Opcional -*** Se puede dar la bienvenida a los recién llegados, aplaudiendo después de que cada uno o todos se hayan presentado. Si su reunión reparte medallones de bienvenida y/o paquetes para los recién llegados, en este momento puede distribuirlos.

1. **"Ahora nos presentaremos y haremos una "Revisión de Sentimientos". Levantamos la mano por turnos y nos presentamos sólo por nuestro nombre de pila, diciendo brevemente y en pocas palabras cómo nos sentimos en este momento. Más adelante tendremos la oportunidad de compartirlo con más detalle*.*” *El coordinador/moderador de la reunión se presenta y luego continúan las presentaciones en la sala.***
2. **El coordinador/moderador de la reunión lee la *"Bienvenida" de CoDAteen* como está escrita** (versión larga o corta).
3. **“*Los Doce Pasos de CoDA* son las pautas espirituales para nuestra recuperación individual. ¿Podría la persona que tiene los *Doce Pasos* leerlos, por favor?" *Opcional-*** Algunos grupos prefieren pasar alrededor los Doce Pasos y compartir **la** lectura de estos.
4. **“*Las Doce Tradiciones de CoDA* son los principios espirituales que guían nuestras reuniones. ¿Podría la persona que tiene las *Doce Tradiciones* leerlas, por favor*?" Opcional-*** Algunos grupos prefieren pasar las Doce Tradiciones y compartir la lectura de estas.

**Sección de Anuncios –**Algunos grupos lo hacen después de la sección del Programa.

1. **"Hay horarios de reuniones y listas de teléfonos en la mesa de literatura. Nuestra lista de teléfonos es sólo para el uso privado de CoDAteen, en caso de que necesitemos hablar con alguien, tengamos un problema o necesitemos que nos lleven a una reunión. Los recién llegados son bienvenidos a anotarse en ella.**
2. “Esta reunión cuenta con varias personas de servicio.

**a) Nuestra persona encargada de la literatura es\_\_\_\_\_\_. ¿Tiene algún anuncio?**

* 1. **Nuestro tesorero es\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. ¿Tiene algún anuncio?**
  2. **Nuestro Representante de Grupo es\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. ¿Tiene algún anuncio?**
  3. **Nuestra persona encargada de la lista de contactos de teléfonos es \_\_\_\_\_\_\_\_\_. ¿Tiene algún anuncio?”**

*Nota: Si no tienen servidores de confianza para los puestos anteriores, o si elige el grupo no hablar de los temas en el punto 9, entonces continúen desde el punto 10.*

1. **"Los baños están ubicados en........"** Anuncie cualquier asunto relacionado con las instalaciones de la reunión, p. ej., política de fumadores, etc.
2. **"¿Hay anuncios para CoDAteen?"** El RSG o el secretario comparte los anuncios de la comunidad, de las Entidades con Derecho a Voto o de CoDA Mundial, a menos que ya se hayan compartido anteriormente. Cualquier miembro también puede compartir anuncios de CoDAteen o relacionados con CoDA.

***Opcional-* “Damos medallones en esta reunión. ¿Hay algún cumpleaños de CoDA hoy -30 días, 60 días, 90 días, 6 meses, 9 meses, 1 año, 2 años, etc.?".**

***Nota:*** En algunas reuniones se pregunta a la persona que celebra si quiere compartir unas palabras de recuperación. En algunas reuniones el grupo aplaude después de reconocer cada cumpleaños; para los cumpleaños de 30 días a 9 meses; para los de 1 año o más el grupo canta "Feliz Cumpleaños", terminando con "sigue viniendo”.

***Opcional***- **Anuncie:** "Si quiere celebrar su cumpleaños, por favor avise al secretari0(a) con al menos una semana de antelación”.

**Sección del Programa**

Comience el programa de su reunión aquí. Si su reunión tiene un orador o lee de la literatura de CoDA o la de CoDAteen, esto suele durar de 10 a 20 minutos. Presente al orador, después de que el orador comparta, él escoge un tema para la discusión. Si no hay orador puede pedirle a alguien que hable sobre un problema, leer de la literatura de CoDA o escoger temas de las *Afirmaciones de* ***En Este Momento****, Lo Que Se Debe y No Se Debe Hacer en CoDAteen* o los **Lemas***.*

Para aumentar el poder de nuestro programa de recuperación, CoDAteen sugiere considerar la posibilidad de dedicar al menos una reunión al mes al estudio de uno de los Doce Pasos. Puede usar la [*Guía de Estudio de Pasos de CoDAteen*](https://coda.org/wp-content/uploads/Estudio-de-los-Doce-Pasos-de-CoDAteen.docx)o el[*Libro de Trabajo de Doce Pasos* y *Doce Tradiciones de CoDA*](https://www.corepublications.org/product/libro-de-trabajo-de-los-doce-pasos-y-las-doce-tradiciones).

1. **Lea:** "CoDAteen y Codependientes Anónimos no acepta el acoso, la intimidación o la intolerancia expresa de ningún tipo. Ninguna persona debe ser objeto de una conducta verbal o física no deseada que intimide o muestre hostilidad hacia esa persona por su género, clase, edad, apariencia, origen nacional, color de piel, discapacidad, idioma, orientación sexual o por cualquier otra razón. Si cree que se le está tratando de forma irrespetuosa en esta reunión, notifíquelo a la persona que la dirige".
2. **Lea la**[***Guía de CoDAteen para los Compartires***](https://archivo.divulgacioncoda.org/Textos/LiteraturaDescargable/Gu%C3%ADa%20de%20CoDA%20para%20compartir%20experiencias.pdf) ***y*** [***En Aras de la Seguridad***](https://archivo.divulgacioncoda.org/Textos/CartelEnArasdelaSeguridad.pdf)
3. “En el proceso de rehabilitación, es importante que cada uno de nosotros hable a medida que se sienta listo para hacerlo. A muchos de nosotros nos resulta difícil hablar en frente de otras personas, especialmente desconocidos. Sugerimos que se vayan animando de a poco y lo hagan con cuidado. La intención de todos los miembros y grupos de CoDAteen es no ridiculizar ni avergonzar a nadie. Nada de lo que compartimos es tonto o carece de importancia. La mejor manera de compartir nuestras experiencias es hablar en primera persona, *yo*. Se desaconseja la interferencia y retroalimentación.

**“Mientras muchos de nosotros crecíamos, nadie nos escuchaba. Nos decían que nuestros sentimientos eran erróneos o que no importaban. A menudo nos interrumpían y criticaban. Necesitamos saber que en nuestras reuniones podemos compartir sin miedo a la interrupción, la crítica o la contradicción.**

1. **“EN ARAS DE LA SEGURIDAD**

*“Hablo en primera persona, “yo”, cuando comparto (Siento, creo).*

*“Comparto mi propia experiencia, fortaleza y esperanza – y no las de los demás.*

*“Me abstengo de comentar lo que otros comparten.*

*“Comparto durante tres a cinco minutos y me centro en mí mismo.*

*“Me ayudo a mí mismo y a los demás manteniéndome presente emocionalmente y siendo honesto.*

*“Dejo que los demás experimenten sus propios sentimientos; me guardo los consejos para mí mismo.*

1. **“Como codependientes estamos aprendiendo a establecer límites y a reconocer que son vitales para la recuperación. Por eso desaconsejamos la retroalimentación, las interferencias y los consejos. Tenemos que aprender a mantener el enfoque en nuestra propia recuperación en lugar de rescatar o controlar a los demás.**

**“Si cree que se han infringido estas directrices, pida al anfitrión adulto de la reunión que las vuelva a leer al final de un compartir en particular.”**

1. "Me gustaría agradecer de nuevo a \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ por compartir. Ahora nos turnaremos y compartiremos sobre el tema de hoy o \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_".

***Opcional-*** "¿Podría cada uno de ustedes limitar su participación a 3-5 minutos (o menos, si la reunión tiene muchos asistentes) para permitir que todos compartan?" La conciencia de grupo puede decidir cómo indicar cuándo se acaba el tiempo, por ejemplo, con un temporizador, tocando algo o con un recordatorio suave del presidente.

**Sección de Cierre.**

1. **Lea: "Nuestra Séptima Tradición nos recuerda que, aunque no tenemos cuotas ni honorarios, nos autofinanciamos con nuestras propias aportaciones. Le pedimos que done sólo lo que pueda. Con el dinero que usted ofrece al grupo se compra literatura y se pagan los gastos de las reuniones**.”

Pasar la cesta o comunicar los detalles de cómo contribuir para una reunión en línea.

***Opcional-*** Algunas reuniones optan por pedir donaciones de la Séptima Tradición al principio de la reunión, durante la sección de Anuncios.

1. **Lea: "Al terminar esta reunión, me gustaría recordarles que CoDA es un programa anónimo. Todo lo que se comparte aquí es confidencial.** Sólo así podemos sentirnos libres de decir lo que hay en nuestras mentes y corazones, porque así es como nos ayudamos unos a otros en CoDAteen.

**"A quien vea aquí, lo que se diga aquí, cuando salga de aquí, que se quede aquí."**

Lo que dice cada persona es su propia opinión. Toma lo que quiera y deje el resto. Una nota especial para los recién llegados: lo que le preocupa a usted, también ha preocupado a otros. Se dará cuenta de que no hay situación demasiado difícil para ser mejorada, ni infelicidad demasiado grande para ser disminuida. No somos perfectos. Puede que la bienvenida que le demos no demuestre lo mucho que nos importa, o lo mucho que ya le queremos y aceptamos tal y como es. Siga viniendo y mantenga la mente abierta y encontrará un nuevo amor y aceptación de sí mismo y de los demás, un día a la vez.

***Opcional-*** "¿La persona que tiene las ***Doce Promesas de Codependientes Anónimos* podría** leerlas?" Pueden ser pasadas para ser leídas individualmente.

1. **"Gracias a nuestro orador".** (si se trata de una reunión de oradores).
2. **"Gracias a los que leyeron y a los que prestaron servicio en esta reunión".**

***Opcional -*** Afirmaciones: Empezando por el coordinador/moderador o un voluntario, cada persona por turno da una afirmación positiva como: "Conozco una nueva libertad" o puede pasar. También puede utilizar las lecturas de *Afirmaciones de en Este Momento* (véasemás abajo)o del cuadernillo *Tomando Decisiones en la Recuperación*, o pedir a los adolescentes que hagan las suyas propias.

1. El coordinador/moderador del grupo **pide a todos que se unan en un círculo para la oración de cierre elegida.** Las siguientes son las oraciones aprobadas por CoDA:

***Oración de la Serenidad***

Dios, concédeme la serenidad  
Para aceptar las cosas que no puedo cambiar,  
Valor para cambiar aquellas que puedo, y  
Sabiduría para reconocer la diferencia.

***Oración de la Serenidad, aumentada***

Dios, concédeme la serenidad  
Para aceptar las cosas que no puedo cambiar,  
Valor para cambiar aquellas que puedo, y  
sabiduría para reconocer la diferencia.

Concédeme **Paciencia** con los cambios que toman tiempo,  
**Gratitud** por todo lo que tengo,  
**Tolerancia** con los que tienen diferentes conflictos,  
y la **Fuerza** para levantarme e intentarlo de nuevo,  
**Un día a la vez.**

***Oración de Cierre* ©**

Te agradecemos, Poder Superior, por todo lo que  
Hemos recibido durante esta reunión   
Que al concluir, nos llevemos en nuestro interior la sabiduría,  
El amor, la aceptación y la esperanza de recuperación.

## Preámbulo de CoDAteen

CoDA Teen, parte de Codependientes Anónimos, es una comunidad de jóvenes cuyo propósito común es desarrollar relaciones saludables. El único requisito para ser miembro es el deseo de tener relaciones sanas y amorosas. Nos reunimos para apoyarnos y compartir unos con otros en un viaje de autodescubrimiento: aprender a amarnos a nosotros mismos. Vivir el programa nos permite a cada uno de nosotros ser cada vez más honestos con nosotros mismos sobre nuestras historias personales y nuestros propios comportamientos codependientes.

Confiamos en los *Doce Pasos* y las *Doce Tradiciones* para el conocimiento y la sabiduría. Estos son los principios de nuestro programa y guías para desarrollar relaciones honestas y satisfactorias con nosotros mismos y con los demás. En CoDA Teen, cada uno de nosotros aprendemos a construir un puente hacia un Poder Superior de nuestro propio entendimiento, y les permitimos a otros el mismo privilegio.

Este proceso de renovación es un regalo de sanación para nosotros. Al trabajar activamente en el programa de CoDAteen y Codependientes Anónimos, cada uno de nosotros puede experimentar una nueva alegría, aceptación y serenidad en nuestras vidas.

## Bienvenida de CoDAteen (versión completa)

Le damos la bienvenida a CoDA Teen, una parte de Codependientes Anónimos - un programa de recuperación de la codependencia, donde cada uno de nosotros puede compartir nuestra experiencia, fortaleza y esperanza en nuestros esfuerzos por encontrar la libertad donde hubo ataduras y la paz donde existió confusión en nuestras relaciones con los demás y con nosotros mismos.

La mayoría de nosotros hemos buscado la manera de superar los dilemas debidos a los conflictos de nuestras relaciones y de nuestra niñez. Muchos de nosotros nos criamos en un entorno familiar donde existían adicciones; para otros, no fue así. Pero en cualquiera de los casos, nos hemos dado cuenta de que en cada una de nuestras vidas la codependencia es una conducta compulsiva profundamente enraizada, nacida en nuestras familias y otros sistemas algunas veces moderado y en otras extremadamente disfuncional.

Cada uno de nosotros ha experimentado a su manera el doloroso trauma del vacío de nuestra niñez y de nuestras relaciones a lo largo de nuestra vida. Hemos intentado utilizar a otros – a nuestros hermanos y amigos y hasta nuestros padres, como nuestra única fuente de identidad, valor y bienestar y como una manera de restaurar las pérdidas emocionales de nuestra niñez. Nuestras historias personales también pueden incluir otras adicciones poderosas que a rato hemos usado para darnos abasto con nuestra codependencia.

En la vida, todos hemos aprendido a sobrevivir, pero en CoDA Teen estamos aprendiendo cómo vivir la vida. Mediante la aplicación de los Doce Pasos y de los principios de CoDA en nuestra vida diaria y en nuestras relaciones, tanto presentes como pasadas, podemos experimentar una nueva liberación de nuestros estilos autoderrotistas de vida. Es un proceso de crecimiento individual. Cada uno de nosotros va creciendo a su propio ritmo y continuaremos haciéndolo mientras nos mantengamos receptivos, día a día, a la voluntad de Dios. El compartir nuestras experiencias es nuestra manera de identificarnos y nos ayuda a liberarnos de las ataduras emocionales de nuestro pasado y del control compulsivo de nuestro presente.

Independientemente de cuán traumático haya sido su pasado o cuán desesperanzado le parezca su presente, en el programa de CoDA Teen y Codependientes Anónimos hay la esperanza de un nuevo día. Ya no necesita confiar en los demás como un poder superior a sí mismo. Esperamos, en cambio, que aquí encuentre una nueva fortaleza interior para ser lo que Dios pretende que sea: valioso y libre.

## Bienvenida de CoDAteen (versión corta)

Le damos la bienvenida a CoDA Teen, una parte de Codependientes Anónimos - un programa de recuperación de la codependencia, donde cada uno de nosotros puede compartir nuestra experiencia, fortaleza y esperanza en nuestros esfuerzos por encontrar la libertad donde hubo ataduras y la paz donde existió confusión en nuestras relaciones con los demás y con nosotros mismos.

La codependencia es una conducta compulsiva profundamente enraizada, nacida en nuestro sistema familiar algunas veces moderado y en otras extremadamente disfuncional. Hemos intentado utilizar a otros como nuestra única fuente de identidad, valor y bienestar y como una manera de restaurar las pérdidas emocionales. Nuestras historias personales también pueden incluir otras adicciones poderosas que a rato hemos usado para enfrentarnos a nuestra codependencia

En la vida, todos hemos aprendido a sobrevivir, pero en CoDA Teen estamos aprendiendo cómo vivir la vida. Mediante la aplicación de los *Doce Pasos* y de los principios de CoDA en nuestra vida diaria y en nuestras relaciones, tanto presentes como pasadas, podemos experimentar una nueva liberación de nuestros estilos autoderrotistas de vida. El compartir nuestras experiencias es nuestra manera de identificarnos y nos ayuda a liberarnos de las ataduras emocionales de nuestro pasado y del control compulsivo de nuestro presente.

Independientemente de cuán traumático haya sido su pasado o cuán desesperanzado le parezca su presente, en el programa de CoDA Teen y Codependientes Anónimos hay la esperanza de un nuevo día. Esperamos que aquí encuentre una nueva fortaleza interior para ser lo que Dios pretende que sea: valioso y libre.

## Doce Pasos de CoDA©

1. Admitimos que éramos impotentes ante otros y que nuestra vida se había vuelto ingobernable.
2. Llegamos al convencimiento de que un Poder Superior podría restaurar nuestro sano juicio.
3. Decidimos poner nuestra voluntad y nuestra vida al cuidado de Dios, como cada uno entendemos a Dios.
4. Sin miedo, hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos.
5. Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos y ante otro ser humano la naturaleza exacta de todos nuestros errores.
6. Estuvimos enteramente dispuestos a dejar que Dios nos liberase de todos nuestros defectos de carácter.
7. Humildemente le pedimos a Dios que nos libere de nuestros defectos.
8. Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos.
9. Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño causado, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para otros.
10. Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos lo admitíamos inmediatamente.
11. Buscamos a través de la oración y de la meditación mejorar nuestro contacto consciente con Dios, tal como nosotros lo concebimos, pidiéndole solamente nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla.
12. Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar el mensaje a otros codependientes y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos.

## Doce Tradiciones de CoDA©

**\*Las *Doce Tradiciones* son reimpresas y adaptadas con permiso de Servicios Mundiales de Alcohólicos Anónimos, Inc.**

1. Nuestro bienestar común debe tener la preferencia; la recuperación personal depende de la unidad de CoDA.
2. Para el propósito de nuestro grupo sólo existe una autoridad fundamental: un Poder Superior amoroso que se expresa en la conciencia de nuestro grupo. Nuestros líderes son solo servidores de confianza; no gobiernan.
3. El único requisito para ser miembro de CoDA es desear relaciones sanas y amorosas.
4. Cada grupo debe mantenerse autónomo, excepto en asuntos que afectan a otros grupos o a CoDA como un todo.
5. Cada grupo tiene un solo objetivo primordial; llevar el mensaje a otros codependientes que aún sufren.
6. Un grupo de CoDA nunca debe respaldar, financiar o prestar el nombre de CoDA a ninguna entidad allegada o empresa ajena, para evitar que los problemas de dinero, propiedad y prestigio nos desvíen de nuestro objetivo espiritual primordial.
7. Todo grupo de CoDA debe mantenerse completamente a sí mismo, negándose a recibir contribuciones de afuera.
8. Codependientes Anónimos siempre debe mantener su carácter no profesional, pero nuestros centros deservicio pueden emplear trabajadores especiales.
9. CoDA, como tal, nunca debe ser organizada; pero podemos crear juntas o comités de servicio que sean directamente responsables ante aquellos a quienes sirven.
10. CoDA no tiene opinión acerca de asuntos ajenos; por consiguiente, su nombre nunca debe mezclarse en controversias públicas.
11. Nuestra política de relaciones públicas se basa en atracción más que en promoción; nosotros necesitamos mantener siempre el anonimato personal ante la prensa, radio, cine, televisión y todos los demás medios públicos de comunicación.
12. El anonimato es la base espiritual de todas nuestras tradiciones, recordándonos siempre anteponer los principios a las personalidades.

## Guía de CoDAteen para Compartir – En Aras de la Seguridad

**Mientras muchos de nosotros crecíamos, nadie nos escuchaba. Nos decían que nuestros sentimientos eran erróneos o que no importaban. A menudo nos interrumpían y criticaban. Necesitamos saber que en nuestras reuniones podemos compartir sin miedo a la interrupción, la crítica o la contradicción**.

### En Aras de la Seguridad

**Usamos las afirmaciones "yo" cuando compartimos. (Yo siento; yo creo).**

**Compartimos nuestra propia experiencia, fortaleza y esperanza, no la de otros.**

**No comentamos lo que otros comparten.**

**Somos conscientes del tiempo disponible para compartir.**

**Nos ayudamos a nosotros mismos y a los demás estando emocionalmente presentes y siendo honestos.**

**Dejamos que los demás experimenten sus propios sentimientos.**

**Nos guardamos los consejos para nosotros mismos**.

**Como codependientes estamos aprendiendo a establecer límites y a reconocer que son vitales para la recuperación. Por eso desaconsejamos la retroalimentación, las interferencias y los consejos. Tenemos que aprender a mantener el enfoque en nuestra propia recuperación en lugar de rescatar o controlar a los demás.**

**Si cree que se han infringido estas directrices, pida al anfitrión adulto de la reunión que las vuelva a leer al final de un compartir en particular.**

### Regla de los Treinta Segundos

"De vez en cuando, un miembro puede caer en un comportamiento peligroso por no respetar los límites de los que le rodean, y alguien puede percibir que esto sucede. En tal situación, cualquier miembro puede solicitar “hacer un alto” o “el ejercicio de los treinta segundos”. Durante este tiempo, todos cesan de hablar y dedican este tiempo para pedir la guía del Poder Superior. Al terminar los treinta segundos, alguien dice “Tiempo”. Entonces, los miembros pueden elegir terminar el momento de silencio con la Oración de la Serenidad.

"Si el “momento de silencio” no elimina el comportamiento peligroso, puede ser apropiado pedir al grupo tomar una decisión de conciencia de grupo sobre si el comportamiento de esa persona es amenazante y ofensivo. Si el grupo decide que la persona está actuando en detrimento del bienestar común o su comportamiento es peligroso, se puede detener a la persona responsable y pedirle que deje de tener ese comportamiento. Las personas involucradas pueden ser conminadas a trabajar los Pasos Cuatro y Diez, y a actuar de acuerdo con su verdad personal. Entonces puede solicitársele a la conciencia de grupo que restablezca la seguridad y unidad."

## Sugerencia de Cierre de la Reunión de CoDAteen

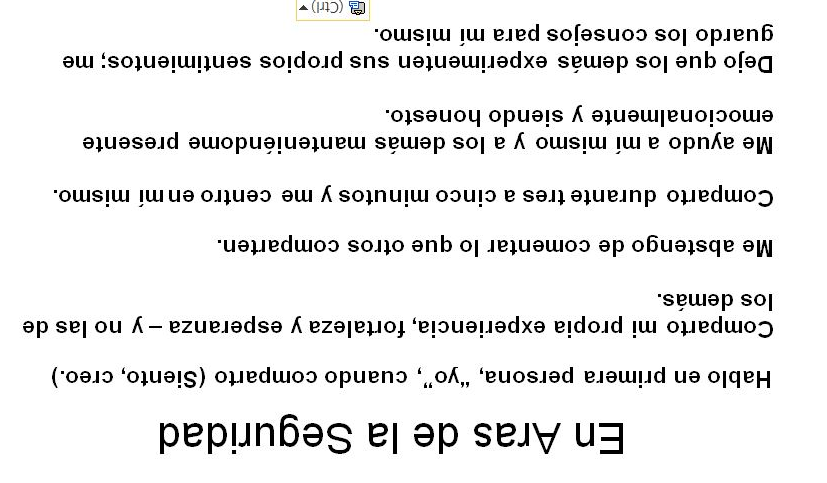
**Al terminar esta reunión, me gustaría recordarles que CoDA es un programa anónimo. Todo lo que se comparte aquí es confidencial. Sólo así podemos sentirnos libres de decir lo que hay en nuestras mentes y corazones, porque así es como nos ayudamos unos a otros en CoDAteen**

**"A quien vea aquí, lo que se diga aquí, cuando salga de aquí, que se quede aquí."**

Lo que dice cada persona es su propia opinión. Tome lo que quiera y deje el resto. Una nota especial para los recién llegados: lo que le preocupa a usted, también ha preocupado a otros. Se dará cuenta de que no hay situación demasiado difícil para ser mejorada, ni infelicidad demasiado grande para ser disminuida. No somos perfectos. Puede que la acogida que le demos no demuestre lo mucho que nos importa, o lo mucho que ya le queremos y aceptamos tal y como es. Siga viniendo y mantenga la mente abierta y encontrará un nuevo amor y aceptación de sí mismo y de los demás, un día a la vez

### Cartel En Aras de la Seguridad

**A continuación se provee una página como ejemplo para que lo utilicen en las reuniones, o para que lo copien en papel más grueso o cartulina.**



En Aras de la Seguridad

**Hablo en primera persona, “yo”, cuando comparto (Siento, creo.)**

**Comparto mi propia experiencia, fortaleza y esperanza – y no las de los demás.**

**Me abstengo de comentar lo que otros comparten.**

**Comparto durante tres a cinco minutos y me centro en** **mí mismo.**

**Me ayudo a mí mismo y a los demás manteniéndome presente emocionalmente y siendo honesto.**

**Dejo que los demás experimenten sus propios sentimientos; me guardo los consejos para mí mismo.**

## Afirmaciones de *En Este Momento*

EN ESTE MOMENTO, viviré sólo este día. No abordaré todos los problemas de mi vida de una vez.

EN ESTE MOMENTO, seré feliz. Seré mi mejor amigo(a). Me querré tal y como soy. Haré algo que me guste y planearé algo especial que me haga feliz. No me afectarán sus emociones, opiniones o aprobación de mí.

EN ESTE MOMENTO, me hago responsable de mí mismo, y le dejo hacer lo mismo.

EN ESTE MOMENTO, puedo decir "no" sin sentirme egoísta. Tendré el valor de pedir ayuda. Puede que me rechacen, pero al menos me estoy ocupando de mis necesidades al pedirla.

EN ESTE MOMENTO, pediré la voluntad de hablar de lo que me molesta y entregarlo a un Poder Superior de mi propio entendimiento, incluso cuando piense que es lo último que podría hacer en el mundo. Disfrutaré de la nueva sensación de libertad que siento al "dejar ir."

EN ESTE MOMENTO, fortaleceré mi mente. Estudiaré y aprenderé algo útil. Leeré algo que requiera esfuerzo, pensamiento y concentración.

EN ESTE MOMENTO, respetaré mis límites y los suyos.

Físicamente, seré consciente de mantener una distancia segura y cómoda entre usted y yo, y no me acercaré hasta que ambos estemos de acuerdo.

Emocionalmente, mantendré una burbuja imaginaria a mi alrededor y confiaré valientemente en mis propios sentimientos. Esta burbuja actuará como un guardia y ayudará a mantener fuera las cosas que no son ciertas sobre mí. Cuando me ataca verbal o físicamente, sé que se trata más bien del dolor que usted siente.

Intelectualmente, no pensaré ni hablaré por usted. Escucharé, no interrumpiré y permitiré que tenga sus propios sentimientos ya que usted es el único que sabe lo que son.

EN ESTE MOMENTO, seré paciente y agradable. Estaré agradecido por todo lo que tengo. Tendré la mejor apariencia posible. Hablaré con calma y respeto. Actuaré con cortesía y seré tolerante con las luchas de los demás. Evitaré preocupaciones e indecisiones.

EN ESTE MOMENTO, sentiré mis sentimientos, ya sea el dolor, la ira, la desesperación, la falta de esperanza o sus opuestos. Me ayudan a descubrir quién soy. No negaré, reprimiré ni reaccionaré a ninguno de estos sentimientos utilizando personas, lugares, cosas o sustancias. Los sentimientos no son buenos ni malos. "Esto también pasará.”

EN ESTE MOMENTO, tendré valor y no tendré miedo. Disfrutaré de lo que es bello y creeré que como yo le doy al mundo, el mundo me dará a mí.

## CoDAteen Sugiere lo que Hay Que Hacer y lo que NO Hay Que Hacer

### LO QUE HAY QUE HACER

1. Recuerde que no es el único que tiene problemas con las relaciones.
2. Busque ayuda en CoDAteen, Codependientes Anónimos y otros programas de Doce Pasos relacionados.
3. Aprenda todo lo que pueda sobre la codependencia, una enfermedad de familia.
4. Sea sincero consigo mismo y con los demás.
5. Utilice sus talentos en lo que le interesa.
6. Desarrolle una actitud sensata con respecto a los demás.
7. Recuerde que no sólo usted, sino todos los miembros de su familia están emocionalmente involucrados con la codependencia.
8. Aprenda a perdonarse a usted mismo y a los demás: sólo se hace daño a usted mismo si guarda rencor.
9. Encuentre una persona segura adicional fuera del sistema familiar o un miembro de CoDAteen en quien confiar.
10. Haga un inventario diario y admita sus faltas ante una persona. (Décimo Paso)
11. Mantenga su confianza en su Poder Superior y pase tiempo en oración y meditación. (Onceavo Paso)
12. Comparta su conocimiento sobre CoDAteen con otras personas. (Doceavo Paso)

### LO QUE NO HAY QUE HACER

1. No se lo ponga fácil a nadie que abuse de sí mismo o de otros, encubriéndoles y asumiendo su responsabilidad. (No se lo permita a otros.)
2. No intente cambiar el comportamiento incoherente de nadie. Usted no puede. Sólo ellos pueden.
3. No discuta con nadie que esté enfadado cuando su seguridad esté en juego.
4. No intente vengarse con quien lo ha tratado injustamente. La situación sólo empeorará.
5. Cuando alguien lo culpe de su mal humor, no se lo tome a pecho. Utilizarán cualquier excusa para justificar su consumo de conductas (patrones) codependientes.
6. No utilice las drogas o el alcohol como medio para escapar de la situación familiar o para no sentir sus sentimientos.
7. No se condene, juzgue o critique a usted mismo o a los demás. Recuerde que la codependencia es una enfermedad de silencio, auto descuido y abandono.
8. No convierta los problemas de sus padres o de otras personas en lo más importante de su vida.
9. No espere que las cosas mejoren de la noche a la mañana.
10. No espere cambiar a nadie más que a usted mismo.
11. No permita que la autocompasión crezca dentro de usted, para que no lo destruya.
12. No exagere ni reaccione a los problemas de los demás o a los suyos propios. Cuando se sienta abrumado, utilice las herramientas del programa, la Oración de la Serenidad o diríjase a su Poder Superior.

## Lemas

VIVA Y DEJE VIVIR. Para sacar el máximo partido a su vida, no juzgue ni critique a los demás, ni se preocupe por lo que hacen.

PRIMERO, LO PRIMERO. Haga primero lo que es más importante: así hará más cosas. Es una buena manera de organizar su tiempo y energía.

PIENSE. Retenga esa palabra imprudente o esa acción irreflexiva. PIENSE en las formas de mejorar. PIENSE antes de tomar decisiones.

TÓMELO CON CALMA. Las prisas hacen perder tiempo y esfuerzo. Relájese - libérese de la tensión y las prisas.

DÉJELO IR Y DÉJESELO A DIOS. No puede arreglar todo lo que está mal en el mundo, en su familia o amigos. ¡Déjelo ir! Dios no puede hacer su trabajo si nos interponemos en el camino.

UN DÍA A LA VEZ. Hoy es el día más importante de su vida. Aprovéchelo. Olvide el ayer y no se preocupe por lo que pueda pasar mañana.

ESCUCHE Y APRENDA. Hay algo valioso que aprender de todas las personas que conoce. Búsquelo y utilícelo.

## Herramientas de CoDAteen para la Recuperación

### ¿Qué son las herramientas de recuperación?

El mapa para nuestra recuperación de la codependencia incluye los Doce Pasos y las Doce Tradiciones, asistir a reuniones, trabajar en el programa con un padrino/madrina, confiar en un Poder Superior y usar otras herramientas de recuperación. Si estamos dispuestos a utilizar estas herramientas a diario, podemos conseguir vivir una vida más feliz y satisfactoria.

Estas herramientas pueden incluir:

* Pedir ayuda - Llegar a los demás puede ser difícil. Algunos de nosotros tememos el rechazo, por lo que es difícil abrirnos a otras personas. Sin embargo, en la recuperación aprendemos a pedir ayuda cuando la necesitamos –a nuestro Poder Superior, padrino, miembros de CoDAteen o amigos de confianza.
* Teléfono, mensajes de texto, mensajería instantánea, WhatsApp - Los que tenemos la comodidad de los teléfonos móviles nunca estamos demasiado lejos de la ayuda, porque nos permiten conectarnos con otros en tiempo real.
* Lista de teléfonos - La mayoría de las reuniones mantienen una lista de teléfonos de los miembros de CoDAteen y/o de los padrinos/madrinas/anfitriones adultos que están disponibles para aquellos que deseen ponerse en contacto.
* Redes Sociales- Para los miembros de todo el mundo, existe la necesidad de conectarse entre sí. Las redes sociales son una forma en la que los miembros desean conectarse. Esto es especialmente cierto en lugares con pocas reuniones presenciales y para los miembros de CoDAteen.
* Apadrinamiento- Los padrinos/madrinas guían a los ahijados en el trabajo de los Pasos de CoDA. Ellos escuchan cuidadosamente y comparten su experiencia, fortaleza y esperanza. Como ahijados podemos compartir con nuestro padrino/madrina partes de nuestro diario, nuestro inventario del Cuarto Paso o cartas a un miembro de la familia. Para más información, consulta el folleto [*Padrinazgo y Madrinazgo en CoDA*](https://www.corepublications.org/product/padrinazgo-y-madrinazgo-en-coda), y el cuadernillo de CoDA sobre el apadrinamiento, [*Padrinazgo: ¿Qué hay en ello para mí?*](https://www.corepublications.org/product/padrinazgo-que-hay-en-ello-para-mi)
* Literatura - Leer sobre la codependencia vista a través de los ojos de otros que han pasado por lo mismo que nosotros puede proporcionar nuevas perspectivas y apoyo. Véase los folletos de descarga gratuita, en la página [**Literatura**](https://www.divulgacioncoda.org/literatura), en [www.divulgacioncoda.org](http://www.divulgacioncoda.org).
* Reducir la velocidad y vivir el presente - En los momentos de estrés, la respiración profunda nos ayuda a ordenar nuestros pensamientos y a reflexionar sobre lo que está ocurriendo en el momento. Reconocemos que no podemos cambiar los acontecimientos pasados. El futuro aún no existe. Cuando nos concentramos en el día de hoy, la mayoría de nosotros descubrimos que tenemos lo que necesitamos para el momento, por ejemplo, comida, refugio, ropa, un trabajo, amigos, salud, un Poder Superior en nuestras vidas. Tomando la vida *un día a la vez*, se vuelve manejable.
* Lemas – Los lemas son utilizados por los miembros durante el compartir y en momentos de estrés. También se denominan *tapones de pensamiento* que se utilizan una y otra vez cuando amenaza el pensamiento desagradable obsesivo. Véase ***Lemas***, página 46.

# SECCIÓN CINCO: Formularios de Servicio

## Pedido de Literatura del Editorial CoRe

Este formulario está en vías de crearse.

## Registrar su Grupo con CoDA Mundial

Este formulario está en vías de crearse.

## **Carta de Autorización de los Padres**

**Carta de Autorización de CoDAteen**

Nombre de la Reunión: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Grupo CoDA que Apadrina: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Lugar: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Nombre del **primer** adulto anfitrión/padrino o madrina: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Nombre del **segundo** adulto anfitrión/padrino o madrina: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Nombre del **adolescente participante**: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Estimado Padre o Tutor,

CoDAteen es parte de Codependientes Anónimos (CoDA). Es una Fraternidad de jóvenes cuyo propósito común es desarrollar relaciones saludables. El único requisito para ser miembro es el deseo de tener relaciones sanas y amorosas. Nos reunimos para apoyarnos y compartir con los demás en un viaje de autodescubrimiento, aprendiendo a amarnos a nosotros mismos. Vivir el programa nos permite ser cada vez más honestos con nosotros mismos sobre nuestras historias personales y nuestros propios comportamientos codependientes

Nos basamos en los Doce Pasos y las Doce Tradiciones para obtener conocimiento y sabiduría. Estos son los principios de nuestro programa y las guías para desarrollar relaciones honestas y satisfactorias con nosotros mismos y con los demás. En CoDAteen, cada uno de nosotros aprende a construir un puente hacia un Poder Superior de nuestro propio entendimiento, y permitimos a los demás el mismo privilegio.

Este proceso de renovación es un regalo de sanación para nosotros. Trabajando activamente el programa de CoDAteen y Codependientes Anónimos, cada uno de nosotros puede hacer realidad una nueva alegría, aceptación y serenidad en nuestras vidas.

CoDAteen es una Fraternidad de Doce Pasos y un grupo de apoyo entre compañeros. Su objetivo es crear un entorno seguro para aquellos que desean recuperarse de la codependencia de las relaciones disfuncionales y quieren tener relaciones sanas y amorosas, proporcionando anonimato y libertad de juicio o retroalimentación. En CoDAteen compartimos nuestra propia experiencia, fortaleza y esperanza. No damos consejos. Los padrinos/madrinas/anfitriones adultos están ahí para apoyar y acompañar a los adolescentes en su propio autodescubrimiento.  No son terapeutas y no proporcionan terapia. Son miembros de CoDA cuidadosamente examinados que trabajan en su propio programa de recuperación y tienen el deseo de trabajar con los adolescentes. Se les exige que cumplan con los *“Requisitos Mínimos de Comportamiento y Seguridad de CoDA para CoDAteen”,* así como con los requisitos legales de su zona para trabajar con menores.

Cada grupo patrocinador de CoDA tendrá unas directrices impresas para la participación de los padrinos/madrinas/anfitriones adultos con CoDAteen, que deben incluir los *“Requisitos Mínimos de Comportamiento y Seguridad de CoDAteen”*, así como cualquier otro requisito legal en su área para que los adultos trabajen con menores. El padre/madre/tutor recibirá dos copias, una de las cuales será firmada y devuelta al grupo. Cada grupo puede tener otros requisitos especiales que debe dar a conocer y que debe firmar el padre/madre/tutor.

Con esta información, el grupo CoDA da a conocer a los padres de los adolescentes la naturaleza de las reuniones a las que asisten sus hijos y la seguridad que se proporciona a los adolescentes en las reuniones de CoDAteen.

Por lo tanto, al firmar este documento, yo \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, en mi calidad de padre/madre/tutor de \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, reconozco que he leído la información anterior y he leído y recibido una copia de los *“Requisitos Mínimos de Comportamiento y Seguridad de CoDAteen”* así como cualquier requisito adicional de comportamiento y seguridad de CoDAteen incluido por este grupo de CoDAteen y apruebo la asistencia de mi hijo(a) a esta reunión de CoDAteen.

Entiendo que dos padrinos/madrinas/anfitriones adultos estarán presentes. Si no hay dos disponibles, habrá al menos un adulto padrino/madrina/anfitrión responsable que esté certificado. En cualquier situación de emergencia, el padre/madre/tutor será notificado lo antes posible utilizando la información de contacto de emergencia proporcionada en este formulario. Acepto que a veces los padrinos/madrinas/anfitriones adultos nombrados pueden no estar disponibles y el grupo de CoDA puede elegir sustitutos apropiados.

Yo\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (nombre del padre/madre/tutor) entiendo que, en caso de emergencia, se administrarán los primeros auxilios y se notificará a los padres/tutores u otras personas responsables designadas. Los adultos padrinos/madrinas/anfitriones adultos no podrán prestar más cuidados que los primeros auxilios (definidos como cuidados inmediatos y temporales en caso de accidente o enfermedad). Autorizo al padrino/madrina/anfitrión adulto a obtener tratamiento médico de emergencia para mi hijo(a). Entiendo que el padrino/madrina/anfitrión adulto o CoDA no es responsable del costo del tratamiento de emergencia o de la atención médica dada por el personal médico de emergencia. También entiendo que todos los gastos incurridos son ;a responsabilidad del padre/madre/tutor.

Información de Contacto en Caso de Emergencia:

1. Nombre: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Teléfono: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Nombre: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Teléfono: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Firma del padre/madre/tutor: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Si desea más información sobre CoDAteen, puede consultar nuestra página de CoDAteen en [www.divulgacioncoda.org](http://www.divulgacioncoda.org)



Co-Dependents Anonymous Inc.

PO Box 33577

Phoenix, AZ 85067 – 7991

www.coda.org

Derechos Reservados © 2022 Codependientes Anónimos, Incorporados y sus licenciatarios - Todos los derechos reservados