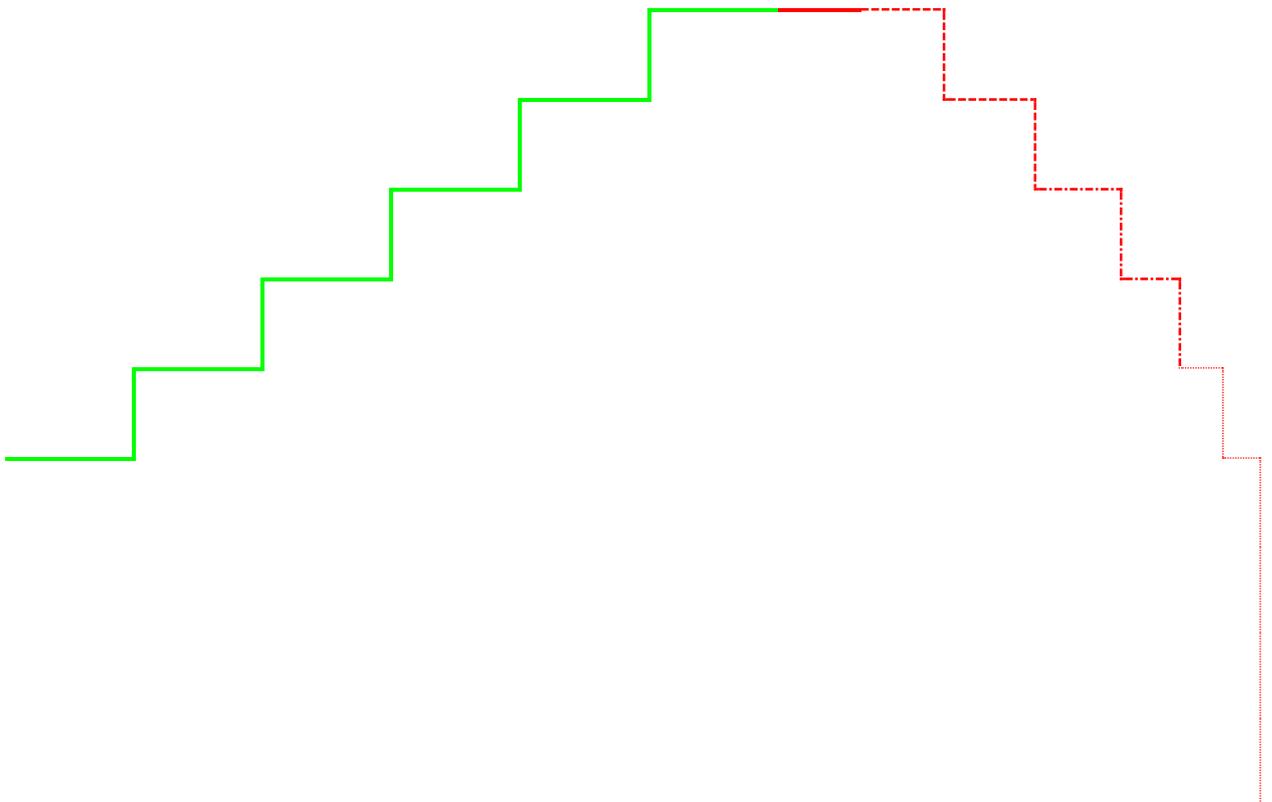


Entendiendo los pasos así la recaída

Deletreando **Recuperación** al Revés

Por David Batty



Entendiendo los pasos asía la recaída

Deletreando la Recuperación al Revés

Edición 2.2

Por

David Batty

Copyright © 2007, 2012, 2013 David R. Batty

Este curso puede ser reproducido y distribuido gratuitamente. El permiso por escrito del propietario del copyright es necesario para aquellos que deseen vender este curso. Para obtener una lista completa de los recursos disponibles para este curso, visite nuestro sitio web:

www.iTeenChallenge.org

Ir a la sección de Formación de Personal (Staff Training) y luego entrar en "Relapse" en la herramienta de búsqueda (Search tool) en la esquina superior derecha.

David Batty

Email: DBattytc@gmail.com

Global Teen Challenge

PO Box 511

Columbus, GA 31902

Oficina: 706-576-6555

Email: gtc@globaltc.org

Contenido

Recursos para estudios adicionales	2
Capítulo 1: Introducción a la Recaída	3
Cuatro temas principales en la comprensión de la recaída	3
La Recaída tiene 2 grandes etapas	4
Siete razones por las que la recuperación se convierte rápidamente en una recaída	4
¿Toda recaída causa el mismo daño?.....	5
Capítulo 2: Recaída.....	6
Escala de conciencia a la recaída rápida	7
Una mirada más profunda a la recaída (37 síntomas de la recaída).....	8
Capítulo 3: El camino a las adicciones y los problemas que controlan su vida-	13
Tres características principales de aquellos en el sendero a las adicciones	13
¿Qué es una adicción?.....	14
¿Cómo se puede quedar atrapado en una adicción?.....	15
Cuatro etapas de la adicción	15
Otras características de la adicción	16
Hay dos tipos de daño que puede configurar a una persona a ir por el camino de la adicción	16
La cuestión de asumir la responsabilidad por sus acciones	17
Capítulo 4: Recuperación.....	18
La recuperación a menudo implica 4 fases	18
1. Intervención	19
2. Desintoxicación.....	19
3. Aprendiendo los pasos para una vida saludable	19
El concepto bíblico de arrojando la vieja manera de vivir y poniéndome la nueva manera de vivir	22
¿Qué significa la recuperación?	22
4. La reinserción a la sociedad de nuevo, la vida sana se convierte en lo normal	23
¿Qué es la recuperación?	23
Capítulo 5: Vida sana	25
El camino a la madurez tiene 3 características	25
Capítulo 6: Una segunda mirada a la vida saludable - paso hacia la madurez.....	27
Etapas de la vida	27
Modelo de Vida: Indicadores de Madurez.....	28
Notas adicionales sobre el modelo de vida	38
Apéndice.....	39
Claves adicionales para el efectivo cuidado posterior	39
Ejemplo de Contrato de Recuperación	40
Ideas sobre pedir un cambio en el comportamiento de otro	41
Recursos para estudios adicionales	42

Ideas para la aplicación personal

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

8. _____

9. _____

10. _____

11. _____

Capítulo 1

Introducción a la recaída

Un joven volvió a consumir drogas el día en que se graduó del programa de un año de tratamiento residencial de drogas. Entonces, ¿cuándo comenzó su recaída?

Otro hombre sufrió seis años después de completar un programa de tratamiento residencial. A las pocas semanas de su recaída en el consumo de drogas, volvió a entrar en un programa de tratamiento de drogas para un período de restauración. Afirmó que los seis años de estar libre de drogas, se sintió incómodo. Sólo cuando él estaba drogado, se sentía normal. ¿Así es “la recuperación nudillo blanco” lo mejor que hay?

Un breve resumen de lo que vamos a hablar hoy

Hay 4 partes importantes de comprensión en la recaída.
Cada parte tiene varios componentes.

Ilustración Rompecabezas:

La recaída y la recuperación son como tratar de armar un rompecabezas. Lo que vamos a hacer hoy es tomar este montón de piezas, y tratar de empezar a ponerlos en su lugar.

La recaída es más complicada que este rompecabezas porque en la vida real, algunas de las piezas se rompen. Algunos han sido destruidos. Otras piezas nunca han estado allí desde el principio de la vida.

Necesitamos ayuda para poner las piezas juntas, para que podamos tener una vida completa. Necesitamos la ayuda de Dios, y necesitamos la ayuda de otras personas.

La recaída no será lo mismo para cada persona, ya que las adicciones y los antecedentes familiares son muy diferentes.

Pero hay muchos principios que son los mismos, y los pasos básicos son muy similares. Algunos de los detalles serán muy diferentes.

Cuatro temas principales en la comprensión de la recaída

- 1. Recaída:** qué es
¿Cuáles son las señales de advertencia de una recaída?
¿Cómo se puede prevenir la recaída?
¿Qué debe hacer si ocurre una recaída?
Para entender la recaída, también debe entender lo que es la recuperación.
- 2. Recuperación**
Usted no puede recaer si nunca ha estado en recuperación.
¿Cuáles son los pasos para la recuperación?

Para entender la recuperación es necesario comprender dos cuestiones más importantes:
Adicción y la vida saludable

3. **Adicción / problemas de control sus vidas**

¿Cuál es la vía a la adicción?

¿Por qué se quedan atrapados en los problemas que controlan sus vidas?

Los patrones familiares de las adicciones

Cualquier tentación o malos hábitos al principio son muy similares

4. **Una vida saludable**

¿Cuál es el camino hacia la madurez?

¿Qué es el plan de Dios para lo “normal” de la vida?

La Recaída tiene 2 grandes etapas

1. **Recaída seca**

Yo estoy en el camino a la recaída, pero todavía no he vuelto al uso físico de la sustancia de mis adicciones alcohol, drogas, o lo que sea

El término “recaída seco” sale del campo de la adicción al alcohol.

“Seco”, que significa que no se está usando alcohol.

2. **Recaída mojada**

He vuelto a usar la sustancia de mi adicción-alcohol, drogas o lo que sea.

El uso físico ha vuelto.

Los pasos en la fase de recaída seco puede ser identificado-luego veremos 37 pasos a la recaída. Cada uno es una señal de que usted está en camino, que está en problemas.

Una persona puede estar en el camino a la recaída durante mucho tiempo, y sin embargo dice: “Yo estoy haciendo bien.” Incluso pueden volver al “uso responsable” de su sustancia adictiva, y sin embargo dice: “Yo estoy haciendo bien.”

Pero la crisis llega, y los empuja sobre el borde, y están de nuevo en su adicción en toda su forma.

Siete razones por las que la recuperación se convierte rápidamente en una recaída

1. Estoy bien. Puedo manejar esto por mi cuenta. Me han entregado.
2. Abstinencia vs Ambiental cambio real en el interior.
3. Mis viejos amigos siguen siendo mis amigos hoy.

4. Cuando se enfrenta a nuevos problemas, todavía estoy usando mis viejas estrategias de “resolución de problemas”.
--Carta de un estudiante de secundaria.
“Las drogas me ayudaban. Si yo no tomaba drogas, no podía hacer frente a las situaciones.”
5. Fracase al querer tomar del poder de Dios y usarlo apropiadamente en mi vida diaria.
6. Los problemas no resueltos de mi pasado todavía me afectan.
7. Compartimentos en mi vida.

¿Toda recaída causa el mismo daño?

La recaída puede ser pequeña.

La recaída puede ser catastrófica, podemos terminar en un lugar peor del que estábamos antes.

La recaída es como un edificio en llamas.

La recaída es tener un incendio en su casa.

Si lo apago en forma rápida, el daño es limitado, pero hay un daño real.

Mientras más tiempo se deje que se quemé, mayor es la destrucción, no sólo en su vida, pero en la vida de quienes le rodean.

Algunas familias están en la desesperación.

Su ser querido se encuentra atrapado en una adicción.

Ha pasado por los programas de tratamiento.

Ahora lo han sacado y devuelto a la sociedad, tiene trabajo- éxito.

Luego 1 o 2 años, más tarde, la recaída.

Este ciclo se repite varias veces.

Familia ha perdido la esperanza. “Siempre va a ser así.”

Hay esperanza. La recuperación puede ser completa. Una vida saludable puede convertirse en lo normal.

Ahora echemos un vistazo más de cerca a estos cuatro temas principales identificados:

Vida Sana

El camino hacia los problemas de adicción o de control en su vida

Recuperación

¿Recaída y cómo volver a la senda de la recuperación?

Capítulo 2

Recaída

El daño de la recaída es proporcional al nivel de recuperación

Muchos adictos a las drogas han estado entrando y saliendo de centros de desintoxicación, recuperación nunca han experimentado realmente algo cierto.

La recaída es muy grave: la persona ahora se abre a un daño más profundo.

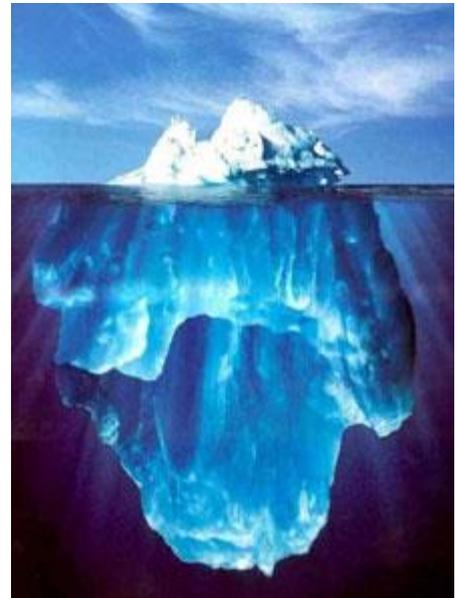
Revise la lista de rápida recaída en el capítulo uno, consulte las páginas 3-4.

Uno de los patrones más comunes en la recaída es la persona que no pudo hacer frente a cuestiones que no eran la adicción primaria. Pero esto era a menudo relacionado con la adicción.

Podría ser incluso adicciones paralelas.

Una persona podría haber abordado cuestiones superficiales, no problemas de raíz.

Ilustración de Iceberg



La importancia de hacer frente a nuestros miedos

La importancia de enfrentar nuestro dolor

El mito de la Lepra

La verdad de la Lepra

El proceso de génesis

Instrucciones: Marque su pensamiento haciendo referencia a esta escala. Usted puede estar experimentando un incidente en lugar de un patrón. Tener síntomas secos, recaída no significa que usted está en un patrón de recaída. Círculo comportamientos con los que puede identificarse, ya sea ahora o en el pasado. Síntomas recurrentes indican un patrón de recaída en seco.

Escala de conciencia a la recaída rápida

	Paso 1	<p>Recuperación: (<i>Aceptación y Gratitud</i>) No hay secretos actuales, resolución de problemas, temores y sentimientos de identificación, manteniendo los compromisos de las reuniones, la iglesia, la gente, las metas propias. Abierto, honesto, haciendo contacto visual, llegando a los demás, aumentando las relaciones con Dios y con los demás. Rendición de cuentas.</p>
	Paso 2	<p>Olvídese de Prioridades: (<i>negación, vuelo, un cambio en lo que es importante, cómo gasta su tiempo y pensamientos</i>) Secretos, menos tiempo o energía para Dios, reuniones, iglesias. Evitar apoyar a las personas o la rendición de cuentas, las conversaciones superficiales, aislamiento, cambios en las metas. Obsesionado con las relaciones, romper promesas, compromisos. La preocupación por las cosas materiales, televisión, entretenimiento. La dilación, mintiendo. Sensación de exceso de confianza.</p>
	Paso 3	<p>Ansiedad: (<i>Obtener energía de las emociones</i>) preocupe. Usar blasfemias. Temeroso. Resentido, reproducir viejos pensamientos, negativos. El perfeccionismo, a juzgar los motivos de otros, leer la mente, la fantasía, la masturbación, el rescate de codependencia, problemas para dormir, dificultad para concentrarse, buscando o creando drama, chismes. Utilizando medicamentos de venta libre para el dolor, el sueño y el control del peso.</p>
	Paso 4	<p>Acelerando: (<i>Fuera de funcionamiento depresión</i>) Súper ocupado. Adicto al trabajo. No se puede relajar. Saltarse las comidas, comer de forma compulsiva (normalmente por la noche), un gasto excesivo. No se puede identificar sus propios sentimientos o necesidades. Pensamientos negativos repetitivos. Oscilaciones del estado de ánimo irritable, dramático, la lujuria, consumo de cafeína, el exceso de ejercicio, nerviosismo, no puede estar solo. Dificultad para escuchar a los demás. Evitar apoyo o ayuda.</p>
	Paso 5	<p>Marcado: (<i>Corriendo sobre la ira, pelear</i>) Crisis en el dinero, el trabajo, y sabotear las relaciones. Sarcasmo, exagerando, resentimientos constantes. Empujar a los otros, un mayor aislamiento, culpando. No puede aceptar las críticas, los problemas defensivos, digestivos, dolores de cabeza, los pensamientos obsesivos (atrapado). No se puede perdonar. Sentirse grandioso.</p>
	Paso 5	<p>Exhausto: (<i>Sin energía</i>) Deprimido. El pánico, confusión, desesperanza, dormir demasiado o demasiado poco. No se puede hacer frente, impotente pesimista, cansado, entumecido. Querer correr, pensando en usar, los amigos del usuario y lugares. Realmente aislados, gente enojada con usted. Abuso de uno mismo, pensamientos suicidas, sin metas, el modo de supervivencia. No devolver las llamadas telefónicas, la falta de trabajo, irritabilidad, buscando viejos amigos.</p>
		<p>Recaída: (<i>Uso</i>) Bebiendo, mintiendo, manipulando. El uso de drogas. Los atracones. Volviendo a la adicción.</p>

Una mirada más profunda a la recaída

Una persona debe tener recuperación experimentada, en cierto grado para tener otra recaída.

Tres dimensiones de recaída

1. Físico
2. Mental
3. Espiritual

“Recaída no comienza con la primera copa. Recaída comienza cuando una persona reactiva patrones de negación, aislamiento, estrés elevado, y alteraciones del juicio.” – Cita de *Consejería para la prevención recaída* por Terence T. Gorski y Miller Merlene (Herald House-Independence Press).

Gorski y Miller investigaron los síntomas de la recaída se enumeran a continuación.

Con cada síntoma de recaída, es necesario identificar las estrategias de respuesta que pueden detener la recaída y mover a la persona hacia la recuperación.

Síntomas de recaída

Las estrategias de recuperación

- | | |
|---|---|
| 1. Aprehensión sobre bienestar | 1. Me veo a mí mismo como un hijo de Dios. Acepto la manera en que Dios me hizo. Desarrollo una actitud de agradecimiento. Gracias a Dios por la provisión diaria |
| 2. Negación | 2. Vivir en la verdad. Memorizar las Escrituras. Auto inventario de creencias falsas. Rendición de Cuentas a una persona que va a decir la verdad. |
| 3. Compromiso inflexible a la sobriedad | 3. Compromiso saludable a la sobriedad. Honestidad acerca del potencial de recaída. La necesidad de límites. Comprender los desencadenantes en mi vida. |
| 4. Intentos compulsivos de imponer sobriedad en los demás | 4. |
| 5. Actitud defensiva | 5. |

Síntomas de recaída**Las estrategias de recuperación**

- | | |
|---|-----|
| 6. Comportamiento compulsivo | 6. |
| 7. El comportamiento impulsivo | 7. |
| 8. Las tendencias hacia la soledad | 8. |
| 9. Visión de túnel | 9. |
| 10. La depresión menor | 10. |
| 11. Pérdida de planificación constructiva | 11. |
| 12. Los planes comienzan a fallar | 12. |
| 13. Soñar despierto inactividad y deseo de estar pensando | 13. |
| 14. Sensación de que nada puede ser solucionado | 14. |

Síntomas de recaída**Las estrategias de recuperación**

- | | |
|--|-----|
| 15. Inmaduro deseo de ser feliz | 15. |
| 16. Los períodos de confusión | 16. |
| 17. Irritación con amigos | 17. |
| 18. Se enoja fácilmente | 18. |
| 19. Hábitos alimenticios irregulares | 19. |
| 20. Indiferencia | 20. |
| 21. Hábitos de sueño irregulares | 21. |
| 22. La pérdida progresiva de todos los días estructura | 22. |
| 23. Periodos de profunda depresión | 23. |

Síntomas de recaída**Las estrategias de recuperación**

- | | |
|--|-----|
| 24. La asistencia irregular al tratamiento.
(O en la iglesia, <i>añadido por Dave Batty</i>) | 24. |
| 25. El desarrollo de un “no me importa”
actitud. | 25. |
| 26. Rechazo abierto de la ayuda | 26. |
| 27. La insatisfacción con la vida | 27. |
| 28. Sentimientos de impotencia y
desamparo | 28. |
| 29. La autocompasión | 29. |
| 30. Pensamientos de beber socialmente | 30. |
| 31. Consciente de la mentira | 31. |

Síntomas de recaída**Las estrategias de recuperación**

- | | |
|--|-----|
| 32. Pérdida total de la confianza en sí mismo | 32. |
| 33. Resentimientos irracional | 33. |
| 34. La interrupción de todo tratamiento | 34. |
| 35. Soledad aplastante, frustración, enojo y tensión | 35. |
| 36. Inicio de bebida controlada | 36. |
| 37. La pérdida de control | 37. |

Estos son síntomas _____ o señales de advertencia que preceden retorno al alcohol (U otras adicciones)

Tenemos que desarrollar estrategias de intervención para hacer frente a estos síntomas de inmediato para evitar el deslizamiento hacia una recaída.

Capítulo 3

El camino a las adicciones y los problemas que controlan su vida

Muchos de los que terminan atrapados en las adicciones nacen en una familia disfuncional. Los daños se inicia en su vida, incluso antes de nacer.

3 características principales de aquellos en el sendero a las adicciones

1. Ellos están viviendo con creencias _____

Vivir en la negación

Puede ser ignorante de la verdad, o puede optar por rechazar la verdad.

Siempre hay falsas creencias en la mente de la persona que vive con adicciones.

Lo mismo es cierto para cualquier persona que cede a la tentación.

2. Ellos no están manejando los _____ a la manera que Dios quiere que ellos lo hagan.

A menudo, el uso de drogas u otros problemas que controlan su vida se convierte en el escape de las presiones y los problemas de la vida.

Su percepción es que las drogas ayudan a enfrentar el estrés de sus problemas.

En realidad, el uso de drogas es parte del problema, y sólo empeora la situación

3. Ellos están viviendo con relaciones _____

Relaciones inseguras

Las relaciones destructivas

No hay relaciones

False intimidad pornografía, películas, TV, juegos o video juegos.

¿Qué es una adicción?

El término “dependencia” es básicamente lo mismo que “adicción”.

Jeff Van Vonderan

La dependencia química es el estado que resulta del proceso de cada vez más uso de sustancias químicas para satisfacer las necesidades de la vida.

Ponga cualquier cosa en esta norma y se describen una adicción: Juegos de azar, el tabaco, la lujuria, el dinero, el poder, la comida, el sexo, la televisión, el cine, el trabajo, las relaciones, etc.

Todas estas dependencias son calles sin salida que causan daño y te dejan insatisfecho. Ninguno de ellos puede satisfacer las necesidades de la vida.

Sólo hay una manera de hacer esta declaración realmente funcione:

Dependencia de _____ es el estado que resulta del proceso de cada vez más de _____ para satisfacer las necesidades de la vida.

Reflexión Personal

¿Qué comportamientos, sustancias, o relaciones han perseguido, tratando de usarlo para satisfacer sus necesidades?

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

¿Cómo se puede quedar atrapado en una adicción?



Ni un solo error del pincel.

La adicción es un proceso, tanto como la recaída es un proceso.

Cuatro etapas de la adicción

- 1. Experimentación**
- 2. Uso social**
- 3. Abuso Nocivo (Preocupación diaria)**
- 4. Utiliza para sentirse normal**

Están físicamente y psicológicamente adictos a esta sustancia o conducta.

Sólo se siente normal cuando están bajo la sustancia. Cuando no están bajo la sustancia se sienten enfermos, física o emocionalmente se sienten fuera de lugar, a menos que estén bajo la sustancia. Sólo siento paz cuando están bajo el efecto de la sustancia.

Ellos se convierten a estos falsos caminos en una frecuencia cada vez mayor, buscando satisfacer las necesidades de su vida, pero cuanto más se usa, más profundo es el vacío, porque es un camino falso sin cumplimiento real.

Otras características de la adicción

1. Gran temor de los medicamentos de uso del dolor u otros comportamientos para escapar del dolor.
2. Buscando satisfacción inmediata-la solución rápida.
3. Viven sólo para el momento inmediato

Hay dos tipos de daño que puede configurar a una persona a ir por el camino de la adicción

1. **Los daños causados por _____**
 - Su familia no le dan las cosas saludables que necesitan cuando era niño. El amor, la protección, la verdad, relaciones saludables, habilidades para solucionar bien los problemas.
2. **Los daños causados por las cosas _____ que te pasaron**
 - El abuso sexual, la violación
 - Lesiones en accidente de auto

La persona que se va por el camino de la adicción como un camino de “auto-medicación.” Para aliviar el dolor de la herida en su vida.

Ir adelante con la cuestión de la recuperación de la persona que ha experimentado la 2^a categoría de daño a menudo tiene un proceso de recuperación más fácil que el que tiene daño experimentado de primera categoría, los daños causados por negligencia.

¿Por qué?

Los daños causados por descuido a menudo son mucho más profundos que el segundo tipo de trauma.

Desde muy temprana edad han sido dañados, y nunca he tenido la saludable influencia de una familia sana.

Capítulo 4

Recuperación

A menudo, la familia ve la necesidad de ayuda, mucho antes que la persona que tiene el problema porque no ve la necesidad de ayuda.

¿Por qué?

La persona que tiene el problema está viviendo con creencias falsas.

El Fundamento para la Recuperación

1. Detenga el comportamiento adictivo
2. Comunicar _____ en un cambio real
3. Establecer una relación personal con Jesús
4. ¿Cuál es la actitud de Dios hacia dañar a las personas?

4 Claves para la recuperación

1. Compromiso con el _____
2. Compromiso con la rendición de cuentas
3. Compromiso con las promesas de Dios
4. La clave para la recuperación—_____

La recuperación a menudo implica 4 fases

1. Intervención
2. Desintoxicación
3. Aprender los pasos para una vida saludable
4. Inserción a la sociedad de nuevo, la vida sana se convierte en la norma

Echemos un vistazo más de cerca a cada una de las fases.

1. Intervención

Familia se reúne con la persona para motivarlos a buscar ayuda. Dejan de proveerle a la persona con el problema. (Ofreciendo el tipo equivocado de ayuda) En lugar de esperar a que la persona “toque fondo”, ellos “levantan el fondo”.

Otro seminario, “*Cómo ayudar a un ser querido que no quiere la ayuda,*” se ocupa de esto en mucho más detalle.

2. Desintoxicación

Desintoxicación no es la recuperación. Es sólo uno de los primeros pasos para la recuperación. Simplemente se pone a la persona más allá de la enfermedad física de retirarse de la adicción física.

No se quitan todos los medicamentos del cuerpo de una persona. Es posible que haya efectos residuales durante varias semanas o meses antes de que la persona esté libre de los efectos físicos de la droga en su cuerpo.

Desintoxicación frecuentemente tarda entre 3-5 días en un centro de desintoxicación médico.

Una persona que está en esa etapa de desintoxicación a menudo se siente mucho mejor físicamente y piensa que no es necesario ningún tratamiento adicional, porque se sienten bien.

La realidad-que siguen siendo un adicto, y piensan como un adicto, y siguen viviendo con una gran cantidad de falsas creencias y engaño.

3. Aprendiendo los pasos para una vida saludable

La recuperación es más que vivir libre de drogas (libre de la adicción)

En esta parte del aprendizaje, pasos para una vida sana, es la parte importante de la recuperación.

Recuperación consiste en tres elementos básicos para una vida saludable

1. Vivir en la verdad
2. Aprender habilidades para resolver problemas saludablemente
3. El desarrollo de relaciones saludables con personas sanas

Estos temas se abordan en el capítulo 5.

El enfoque de recuperación debe ser más en resolver los problemas del pasado.

A. ¿Quieres ayuda?

B. ¿Está usted dispuesto a cambiar?

C. Fundamento espiritual y proceso para el cambio 2 Pedro 1:3-11

El poder de Dios y sus promesas:

2 Pedro 1:3-4 Nueva Versión Internacional

Su divino poder, al darnos el conocimiento de aquel que nos llamó por su propia gloria y potencia, nos ha concedido todas las cosas que necesitamos para vivir como Dios manda. ⁴ Así Dios nos ha entregado sus preciosas y magníficas promesas para que ustedes, luego de escapar de la corrupción que hay en el mundo debido a los malos deseos, lleguen a tener parte en la naturaleza divina.

2 Pedro 1:5-7

Estos cambios bíblicos se refieren a la “recuperación” a través de un proceso de transformación

- | | |
|----------------------------|---------------------|
| A. Añadid a vuestra fe ... | E. Perseverancia |
| B. La bondad | F. Piedad |
| C. Conocimiento | G. Bondad fraternal |
| D. Auto-control | H. Amor |

El desafío de la aplicación y crecimiento:

2 Pedro 1:8-11 Nueva Versión Internacional

⁸ Porque estas cualidades, **si abundan en ustedes**, les harán crecer en el conocimiento de nuestro Señor Jesucristo, y evitarán que sean inútiles e improductivos. ⁹ En cambio, el que no las tiene es tan corto de vista que ya ni ve, y se olvida de que ha sido limpiado de sus antiguos pecados.

¹⁰ Por lo tanto, hermanos, esfuércense más todavía por asegurarse del llamado de Dios, que fue quien los eligió. **Si hacen estas cosas, no caerán jamás**, ¹¹ y se les abrirán de par en par las puertas del reino eterno de nuestro Señor y Salvador Jesucristo. (*Énfasis añadido*)

La recuperación es crecer en el Señor, Dios quiere alcanzar el pleno potencial que tiene para nosotros. La ausencia de estos es “recaída”



D. Teen Challenge utiliza el “Discipulado Cristiano” como tratamiento modelo.

Desarrollar una relación personal con Jesús.

Volver a la definición de adicción por Jeff Van Vonderan

“Dependencia de Dios es el estado que resulta del proceso que necesitamos más de Dios para satisfacer las necesidades de la vida”.

Esta relación con Jesús provee lo siguiente:

El _____ para cambiar

La _____ para cambiar y

El _____ para cambiar

En Teen Challenge y en cada iglesia local, tenemos que proporcionar enseñanzas claras sobre cuáles son los conceptos básicos de una vida cristiana exitosa.

Estudios en Grupo para Nuevos Cristianos

1. ¿Cómo saber si soy cristiano?
2. Una introducción a la Biblia
3. Las actitudes
4. La tentación
5. Buen éxito en la vida cristiana
6. Madurez a través del fracaso
7. Practicas cristianas
8. La obediencia a Dios
9. Obediencia al hombre
10. La ira y los derechos personales
11. Cómo estudiar la Biblia
12. El amor y la aceptación propia
13. Relaciones interpersonales
14. El poder espiritual y lo sobrenatural

Para obtener más información sobre el plan de estudios de Teen Challenge, visite www.iTeenChallenge.org

Con cada uno de estos cursos, tiene como objetivo: no el dominio del contenido. Nuestro objetivo principal es ayudar a aprender cómo encontrar la verdad práctica en la Biblia, y comenzar a ponerlo en práctica en sus vidas a partir de hoy.

Aplicación personal es el corazón del discipulado cristiano.

Los nuevos hábitos y actitudes a menudo toman 90 días para establecer un cambio.

Tenemos que ver cada una de estas disciplinas básicas de la vida como pasos en el proceso de recuperación.

Concepto bíblico de arrojando la vieja manera de vivir y poniéndome la nueva forma de vivir

Colosenses 3:1-17

Vs 5 Por tanto, hagan morir >>>>>>>>

Vs. 8 Pero ahora abandonen también todo esto: >>>>>>>>

Vs. 12 Por lo tanto, como escogidos de Dios, *santos y amados, revístanse de afecto >>>>>>>>

Vs. 14 Por encima de todo, vístanse de amor, que es el vínculo perfecto.

Vs. 15 Que gobierne en sus corazones la paz de Cristo

Vs. 17 Y todo lo que hagan, de palabra o de obra, háganlo en el nombre del Señor Jesús, dando gracias a Dios el Padre por medio de él.

¿Qué significa la recuperación?

1. Recuperación significa aprender a vivir en la verdad de Dios - el dominio de los pasos hacia la madurez

Esto se explica con más detalle en los capítulos 5 y 6.

2. La recuperación significa resolver las _____ del pasado.

3. La recuperación significa la reconstrucción de las relaciones _____ en la familia.

Puede ser necesario centrarse en la familia espiritual nueva

La recuperación a menudo implica 4 etapas

1. Intervención
2. Desintoxicación
3. Aprender los pasos para una vida saludable
4. La reinserción a la sociedad de nuevo, la vida sana se convierte en lo normal

4. La reinserción a la sociedad de nuevo, la vida sana se convierte en lo normal

La necesidad de relaciones y de rendición de cuentas.

Es bueno tener un contrato para explicar los detalles de dicha relación, rendición de cuentas.

¿Qué es una transición saludable se parece?

1. Persona de rendición de cuentas
2. Conexión a la iglesia local
3. Trabajo o los planes educativos
4. Grupo de apoyo
5. Devociones-oración personal y el tiempo de estudio de la Biblia.
6. Las relaciones familiares

¿Qué es la recuperación?

Definición de la recuperación de Escala de conciencia a la recaída rápida, del proceso de Génesis (The Genesis Project).

Recuperación (Aceptación y Gratitud) No hay secretos actuales, la resolución de problemas, la identificación de los miedos y sentimientos, manteniendo los compromisos de las reuniones, la iglesia, la gente, las metas propias. Abierto, honesto, haciendo contacto visual, llegando a los demás, aumentando las relaciones con Dios y con los demás. Rendición de cuentas.

La recuperación es un trabajo duro.

La recuperación es como caminar por la cuerda floja sobre un pozo profundo.

La persona en recuperación puede sentirse muy incómodo en los sentimientos y patrones de conducta. ¿Por qué?

Porque nunca vivió de esta manera antes. Es un nuevo territorio fuera de su zona de comodidad.

El caminar por la cuerda floja le llevará a tierra firme donde se puede sentir cómodo.

Nos sentimos desorientados porque no estamos familiarizados con el territorio. Se siente miedo.

¿Qué hay en tu caja de herramientas para la recuperación?

1. Anote donde estará usted de acá a 5 años a partir de ahora, si no cambian.
2. Lista de 30 razones por qué usted nunca quiere volver a su vieja manera de vivir.

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

8. _____

9. _____

10. _____

11. _____

Capítulo 5

Vida Sana

También vemos esto como el camino hacia la madurez

- Camino a la libertad
- Camino a la plenitud
- Camino al sentido de la vida
- Camino hacia la realización
- Camino a la vida real, más allá de los objetivos de mi mismo

La vida real es más que satisfacer mis necesidades y mis deseos.

El camino a la madurez tiene 3 características

1. El camino hacia la madurez comienza viviendo en la _____

Juan 14:6 Jesús—”Yo soy el camino, la verdad y la vida”

Tenemos que aprender a vivir la vida que Jesús nos dio.

Jesús: “Yo te digo la verdad

Contraste - viviendo con falsas creencias

Juan 8:32 “Y conocerán la verdad, y la verdad los hará libres.”

2 Palabras griegas para “conocer”

A. Conocer _____

B. Conocer _____

Santiago 1: 22 No se contenten sólo con escuchar la palabra, pues así se engañan ustedes mismos. Llénenla a la práctica.

Si le han dicho creencias falsas, y vivió con esas creencias falsas, entonces la verdad puede _____ como una _____, y la _____ se siente como la _____.

2. El camino a la madurez va a través de los _____

Juan 16:33 Nueva Versión Internacional

“Yo les he dicho estas cosas para que en mí hallen paz. En este mundo afrontarán aflicciones, pero ¡ánimense! Yo he vencido al mundo.”

Cada problema es una oportunidad para vivir en la verdad.

Cada problema ofrece una opción para seguir a Dios o seguir los caminos de Satanás, o nuestros caminos.

¿Cómo quiere Dios que respondamos a los problemas?

Santiago 1:2-5

Tened por sumo gozo cuando os halléis en diversas pruebas.

Dios está ahí para ayudarle.

Los problemas son el campo de pruebas de potencia en la fe, Dios que nos ayuda con los problemas que son más grandes de lo que podemos superar con nuestras propias fuerzas

2 Corintios 12:7-10

3. Camino a la madurez es a través de las _____

El camino de Dios a la madurez requiere relaciones.

La vida sana no es posible aislado de otros.

Una vida saludable requiere de relaciones saludables con otras personas.

No hay sustituto para las relaciones saludables.

Las relaciones son un requisito **indispensable** para una vida saludable.

Respuesta de Dios - 2 Grandes mandamientos tratan de las relaciones.

1. Grande _____

2. Segundo más grande _____

Tenemos que desarrollar relaciones con personas sanas.

Todos necesitamos mentores.

Es el deseo de Dios para cada uno de nosotros, que nazcamos en una familia sana, donde en un ambiente seguro y amoroso, aprendemos cómo vivir una vida sana y avanzar hacia la madurez.

Volveremos a esta cuestión y tomaremos un vistazo más detallado de los pasos a la madurez, pero primero vamos a ver la forma en como empezamos por el camino de las adicciones.

Capítulo 6

Una segunda mirada a la vida saludable - pasos hacia la madurez

Echemos un vistazo más de cerca cuáles son los pasos a la madurez de una persona sana.

Con cada paso a la madurez, podrás ver lo que la persona necesita dominar para alcanzar la madurez en esa etapa de la vida. En cada etapa, el resto de los miembros de la familia deben ayudar a esta persona a lo largo. Si la familia no proporciona la ayuda adecuada, entonces será mucho más difícil para el niño para alcanzar la madurez. El no poder dominar cada paso a la madurez crea problemas. Estos se ven muy familiar a los temas que hemos acabamos de ver en el camino a la adicción.

Estas etapas de madurez se tomaron del libro: [El Modelo de Vida: Vivir desde el Corazón que Jesús le dio: Lo esencial de la vida cristiana](#), por James Friesen, E. James Wilder, Anne M. Bierling, Koepcke Rick, y Poole Maribeth.

Etapas de la vida

Etapas de vida

- | | | |
|----|-------------------|--|
| 1. | Etapa de Infancia | Nacimiento a 3 años |
| 2. | Etapa de Niñez | Edad 4 – 12 años |
| 3. | Etapa de Adulto | Edad 13 – a nacimiento de primer hijo |
| 4. | Etapa de Padres | Nacimiento de primer hijo hasta que el hijo menor llega a ser adulto |
| 5. | Etapa de Mayor | Comenzando cuando el hijo menor llega a ser adulto |

El Modelo de Vida: INDICADORES DE MADUREZ

LA ETAPA DE INFANTE: DESDE EL NACIMIENTO HASTA LOS 3 AÑOS DE EDAD

(Se incluyen recién nacidos e infantes hasta la edad en que efectivamente pueden expresar cuáles son sus necesidades.)

LA TAREA PRIMARIA a completarse durante esta etapa: **Aprender a recibir**

EL PROBLEMA PRIMARIO RESULTANTE en el adulto cuando esta tarea queda inconclusa: Relaciones débiles o tormentosas.

TAREAS PERSONALES	TAREAS DE COMUNIDAD Y FAMILIA	CUANDO LAS TAREAS FALLAN
1. Vive en gozo. Expande capacidad para el gozo, aprende que el gozo es el estado normal, y aumenta la fuerza del gozo.	Los padres se deleitan en la maravillosa y singular existencia del infante.	Identidad débil: el temor y la frialdad dominan los vínculos con otros.
2. Desarrolla confianza.	Los padres construyen fuertes vínculos de amor con el infante – vínculos de amor incondicional.	Tiene dificultad en formar vínculos, que a menudo produce una personalidad manipuladora, egocéntrica, aislada o disconforme.
3. Aprende a recibir.	Proveen cuidado de acuerdo con las necesidades del infante, sin que este se los pida.	Es retraído, desconectado, introspectivo e insensible.
4. Comienza a organizar el ser interior como persona mediante relaciones.	Descubren las verdaderas características de la singular identidad del infante, mediante la atención de la conducta y el carácter del niño.	Es incapaz de regular las emociones.
5. Aprende cómo volver al gozo desde una emoción desagradable.	Proveen suficiente seguridad y compañerismo en las dificultades de modo que el infante pueda regresar al gozo desde cualquier otra emoción.	Manifiesta erupciones emocionales descontroladas, preocupación excesiva y depresión. Evita, huye o se atasca en ciertas emociones.

Copyright by Shephard's House, Inc. 2000. No reproducir sin permiso. (818-780-2043)
Shephard's House, McGavran Hall Suite U-5, 1539 East Howard Street, Pasadena, CA 91104

Evaluación personal

1. Estudie cada una de las 5 tareas personales y evalúese. ¿Cómo es de efectiva su vida en cuanto a estas tareas hoy en día?

2. Recordando su niñez, ¿cómo fue de efectiva su vida en cuanto a estas tareas como niño? ¿cómo adolescente?

3. Mire las áreas para la comunidad y familia en columna 2. Evalúe su familia en un escala de 0-10 donde 0 es ninguna ayuda a 10 ayuda excelente proporcionada por sus padres y otros familiares en su niñez.

4. Mire los problemas en columna 3 y haga un auto-examen personal. ¿Cuál de estos problemas son una lucha para usted hoy en día?

5.
 - A. ¿Cuál de todos los problemas en columna 3 presentan su mayor desafío hoy en día?

 - B. Observe la tarea personal correspondiente en Columna 1. ¿Puede ver la relación entre su problema y la tarea que no fue dominada en su vida? ¿Cuáles pasos puede tomar para dominar esta tarea en su vida hoy? Recuerde que las personas más cercanas a usted tienen una parte clave para ayudarle dominar la tarea— columna 2.

El Modelo de Vida: INDICADORES DE MADUREZ

LA ETAPA DE NIÑO: DE 4 A 12 AÑOS

(La primera posibilidad de concluir esta etapa es a los 12 años.)

LA TAREA PRIMARIA a completarse en esta etapa. **Cuidarse a sí mismo**

EL PROBLEMA PRIMARIO RESULTANTE en el adulto cuando esta tarea queda inconclusa: No hacerse cargo de sí mismo.

TAREAS PERSONALES	TAREAS DE COMUNIDAD Y FAMILIA	CUANDO LAS TAREAS FALLAN
1. Pide lo que necesita y expresa lo que piensa y siente.	Enseñan y permiten que el niño comunique sus necesidades en forma apropiada.	Experimenta frustración y desilusión continuas porque sus necesidades no son suplidas; a menudo es pasivo-agresivo.
2. Aprende que produce satisfacción personal.	Ayudan al niño a evaluar las consecuencias de su propia conducta, y a identificar lo que le satisface.	Contrae adicciones a comida, drogas, sexo, dinero a poder, en una desesperada carrera en busca de satisfacción.
3. Desarrolla suficiente persistencia para hacer cosas difíciles.	Desafían y estimulan al niño a hacer tareas difíciles que no tiene deseos de hacer.	Experimenta fracasos, se queda paralizado y no es confiable, esta consumido por una vida de confort y fantasía.
4. Desarrolla recursos y talentos personales.	Proveen oportunidades para desarrollar los talentos e intereses particulares del niño	Llena la vida con actividades no productivas, a pesar de las habilidades que Dios le ha dado.
5. Se conoce a sí mismo y se encarga de hacerse entender por otros.	Guían para descubrir las características particulares del corazón el niño.	No desarrolla verdadera identidad; se adapta a influencias exteriores que desfiguran su identidad.
6. Comprende cómo se ubica en la historia además de conocer el lugar que ocupa en la «pantalla grande» de la vida.	Educación al niño acerca de la historia de su familia y también de la historia de la familia de Dios.	Se siente desconectado de la historia y no puede protegerse de mentiras o disfunciones familiares heredadas.

Copyright by Shephard's House, Inc. 2000. No reproducir sin permiso. (818-780-2043)
Shephard's House, McGavran Hall Suite U-5, 1539 East Howard Street, Pasadena, CA 91104

Evaluación personal

1. Estudie cada una de las 6 tareas personales y evalúese. ¿Cómo es de efectiva su vida en cuanto a estas tareas hoy en día?

2. Recordando su niñez, ¿cómo fue de efectiva su vida en cuanto a estas tareas como niño? ¿cómo adolescente?

3. Mire las áreas para la comunidad y familia en columna 2. Evalúe su familia en un escala de 0-10 donde 0 es ninguna ayuda a 10 ayuda excelente proporcionada por sus padres y otros familiares en su niñez.

4. Mire los problemas en columna 3 y haga un auto-examen personal. ¿Cuál de estos problemas son una lucha para usted hoy en día?

5.
 - A. ¿Cuál de todos los problemas en columna 3 presentan su mayor desafío hoy en día?

 - B. Observe la tarea personal correspondiente en Columna 1. ¿Puede ver la relación entre su problema y la tarea que no fue dominada en su vida? ¿Cuáles pasos puede tomar para dominar esta tarea en su vida hoy? Recuerde que las personas más cercanas a usted tienen una parte clave para ayudarle dominar la tarea—columna 2.

El Modelo de Vida: INDICADORES DE MADUREZ

La Etapa de Adulthood: de 13 años mediante el nacimiento del primer hijo

(Edad 13 se refiere a la edad más temprana que pueden llevar a cabo tareas a nivel de Adultos)

Tarea principal que se completará durante esta etapa. El cuidado de dos personas al mismo tiempo.

Problema principal que resulta cuando esta tarea no se ha completado: Carece de la capacidad de estar en las relaciones mutuamente satisfactorias.

TAREAS PERSONALES	TAREAS DE COMUNIDAD Y FAMILIA	CUANDO LAS TAREAS FALLAN
1. Se preocupa por sí mismo y los demás al mismo tiempo en las relaciones mutuamente satisfactorias.	Ofrece la oportunidad de participar en la vida del grupo.	Es egoísta, deja a otras personas insatisfechas y frustradas.
2. Permanece estable en situaciones difíciles, y sabe cómo devolver a los demás y así mismo la alegría.	Afirma al joven adulto para que sobre pase en los tiempos difíciles.	Cumple con la presión del grupo, y participa en actividades de grupo negativas y destructivas
3. Uniéndose con sus compañeros; desarrolla la identidad del grupo.	Proporciona ambiente positivo y actividades en las que los compañeros pueden unirse.	Es un solitario, con tendencia a aislarse; muestra excesiva importancia personal.
4. Asume la responsabilidad de cómo las acciones personales afectan a los demás, incluyendo la protección de otros de sí mismo.	Enseña a los adultos jóvenes que sus comportamientos afectan a los demás e impacta la historia.	Es controlando, dañino, culpando, y desprotegido a los demás.
5. Contribuye a la comunidad, articula "quiénes somos", como parte de la pertenencia a la comunidad.	Proporciona oportunidades para participar en las tareas importantes de la comunidad.	No llega a ser un factor que da vida a la comunidad, es egocéntrico y utiliza a otros – drenaje de la sociedad.
6. Expresa las características de su corazón en un estilo de la profundización personal.	Mantiene la persona responsable, sin dejar de aceptar y afirmar los aspectos de su yo verdadero.	Es impulsado a "jugar un papel" para demostrarle al mundo, obtener resultados, y buscar aprobación.

Copyright by Shephard's House, Inc. 2000. No reproducir sin permiso. (818-780-2043)
Shephard's House, McGavran Hall Suite U-5, 1539 East Howard Street, Pasadena, CA 91104

Evaluación personal

1. Estudie cada una de las 6 tareas personales y evalúese. ¿Cómo es de efectiva su vida en cuanto a estas tareas hoy en día?

2. Recordando su niñez, ¿cómo fue de efectiva su vida en cuanto a estas tareas como niño? ¿cómo adolescente?

3. Mire las áreas para la comunidad y familia en columna 2. Evalúe su familia en un escala de 0-10 donde 0 es ninguna ayuda a 10 ayuda excelente proporcionada por sus padres y otros familiares en su niñez.

4. Mire los problemas en columna 3 y haga un auto-examen personal. ¿Cuál de estos problemas son una lucha para usted hoy en día?

5.
 - A. ¿Cuál de todos los problemas en columna 3 presentan su mayor desafío hoy en día?

 - B. Observe la tarea personal correspondiente en Columna 1. ¿Puede ver la relación entre su problema y la tarea que no fue dominada en su vida? ¿Cuáles pasos puede tomar para dominar esta tarea en su vida hoy? Recuerde que las personas más cercanas a usted tienen una parte clave para ayudarle dominar la tarea—columna 2.

El Modelo de Vida: INDICADORES DE MADUREZ

Etapas de Padres: Nacimiento de primer hijo hasta que el hijo menor llega a ser adulto

Tarea principal que se completará durante esta etapa. Con sacrificio el cuidado de los niños.

Principal problema resultante cuando esta tarea no se lleva a cabo: las relaciones familiares son distantes o conflictivas.

TAREAS PERSONALES	TAREAS DE COMUNIDAD Y FAMILIA	CUANDO LAS TAREAS FALLAN
1. Protege, sirve y disfruta de su familia.	La comunidad da la oportunidad para que ambos padres contribuyan con sacrificio para su familia.	Integrantes de la familia son (1) en riesgo, (2) privados, y (3) se sienten sin valor o sin importancia.
2. Se dedica al cuidado de los niños sin esperar a ser cuidado por los hijos a cambio.	La comunidad promueve la paternidad devota.	Los niños tienen que cuidar de sus padres, lo cual es imposible, y con frecuencia conduce a (1) abuso / negligencia y / o (2) los niños encargados - que en realidad bloquea su madurez en lugar de facilitarlos.
3. Permite y provee padres y hermanos espirituales para sus hijos.	La comunidad fomenta las relaciones entre los niños y a los miembros de toda la familia espirituales.	Los niños son vulnerables a la presión de sus compañeros, a los cultos, a cualquier desgracia, y tienen menos probabilidades de tener éxito en las metas de la vida. Los padres terminan agotados, sin apoyo extendido de la familia.
4. Aprende a llevar a los niños a través de tiempos difíciles, y volver a la alegría de otras emociones.	La comunidad apoya a los padres dándoles ánimo, la orientación, las pausas y las oportunidades para renovarse.	Desesperanzados, deprimido, desarrollo de la desintegración de la unidad familiar.

Copyright by Shephard's House, Inc. 2000. No reproducir sin permiso. (818-780-2043)
Shephard's House, McGavran Hall Suite U-5, 1539 East Howard Street, Pasadena, CA 91104

Evaluación personal

1. Estudie cada una de las 4 tareas personales y evalúese. ¿Cómo es de efectiva su vida en cuanto a estas tareas hoy en día?

2. Recordando su niñez, ¿cómo fue de efectiva su vida en cuanto a estas tareas como niño? ¿cómo adolescente?

3. Mire las áreas para la comunidad y familia en columna 2. Evalúe su familia en un escala de 0-10 donde 0 es ninguna ayuda a 10 ayuda excelente proporcionada por sus padres y otros familiares en su niñez.

4. Mire los problemas en columna 3 y haga un auto-examen personal. ¿Cuál de estos problemas son una lucha para usted hoy en día?

5.
 - A. ¿Cuál de todos los problemas en columna 3 presentan su mayor desafío hoy en día?

 - B. Observe la tarea personal correspondiente en Columna 1. ¿Puede ver la relación entre su problema y la tarea que no fue dominada en su vida? ¿Cuáles pasos puede tomar para dominar esta tarea en su vida hoy? Recuerde que las personas más cercanas a usted tienen una parte clave para ayudarle dominar la tarea—columna 2.

El Modelo de Vida: INDICADORES DE MADUREZ

Etapa de Mayor Comenzando cuando el hijo menor llega a ser adulto

Tarea principal que se completará durante esta etapa. Con sacrificio el cuidado de la comunidad.

Principal problema que resulta cuando esta tarea no se lleva a cabo: La madurez general de la de la comunidad disminuye.

TAREAS PERSONALES	TAREAS DE COMUNIDAD Y FAMILIA	CUANDO LAS TAREAS FALLAN
1. Establece una identidad comunitaria precisa, y actúa como corresponde en medio de las dificultades.	La comunidad reconoce los ancianos de la comunidad.	Hay falta de sentido, el desorden, la pérdida de la orientación, y la desintegración de todas las estructuras sociales del gobierno a la familia.
2. Da premios a cada miembro de la comunidad, y disfruta el yo verdadero de cada individuo.	La comunidad provee oportunidades para que los ancianos se involucren con aquellos en todos los demás estados de madurez.	Se disminuyen las interacciones que producen vida, junto con la interdependencia, impidiendo el crecimiento de la comunidad. Gente frágil en situaciones de riesgo no pueden curarse o sobrevivir.
3. Liderar y madurar la comunidad.	La comunidad crea una estructura para ayudar a los ancianos a realizar su trabajo, lo que permite a las personas en todas las etapas de madurez para interactuar correctamente con aquellos en otras etapas, y escuchar la sabiduría de la madurez	Cuando los ancianos no toman la iniciativa, personas no calificadas tomarán la iniciativa, es lo que resulta en interacciones inmaduras en todos los niveles de la comunidad.
4. Le da vida a los que no tienen una familia, mediante la adopción espiritual.	Permite colocar un alto valor al ser una familia espiritual a aquellos sin familia.	Cuando los que no tienen una familia no son atendidos individualmente, la pobreza, la violencia, la crisis, la delincuencia y trastornos mentales aumentan.

Copyright by Shephard's House, Inc. 2000. No reproducir sin permiso. (818-780-2043)
Shephard's House, McGavran Hall Suite U-5, 1539 East Howard Street, Pasadena, CA 91104

Evaluación personal

1. Estudie cada una de las 4 tareas personales y evalúese. ¿Cómo es de efectiva su vida en cuanto a estas tareas hoy en día?

2. Recordando su niñez, ¿cómo fue de efectiva su vida en cuanto a estas tareas como niño? ¿cómo adolescente?

3. Mire las áreas para la comunidad y familia en columna 2. Evalúe su familia en un escala de 0-10 donde 0 es ninguna ayuda a 10 ayuda excelente proporcionada por sus padres y otros familiares en su niñez.

4. Mire los problemas en columna 3 y haga un auto-examen personal. ¿Cuál de estos problemas son una lucha para usted hoy en día?

5.
 - A. ¿Cuál de todos los problemas en columna 3 presentan su mayor desafío hoy en día?

 - B. Observe la tarea personal correspondiente en Columna 1. ¿Puede ver la relación entre su problema y la tarea que no fue dominada en su vida? ¿Cuáles pasos puede tomar para dominar esta tarea en su vida hoy? Recuerde que las personas más cercanas a usted tienen una parte clave para ayudarle dominar la tarea—columna 2.

Notas adicionales sobre el modelo de vida

Buscando en cada etapa, tres columnas.

Primero: echemos un vistazo a las columnas uno y dos.

Un niño puede aprender esto sin la ayuda de los adultos, pero rara vez sucede.

Los niños tienen una gran capacidad de alegría, fácilmente es dañada si los adultos no están viviendo en la alegría.

Al mirar a cada una de estas tareas personales, hay que ver cómo se conectan a una adicción.

Si el niño no logra el dominio de estas tareas personales, van a desarrollar problemas en sus vidas. Estos problemas lo llevarán a sus años adolescentes y los años adultos, y lo llevarán para el resto de sus vidas.

La buena noticia es que se puede revertir este daño, y avanzar hacia la madurez a cualquier edad de la vida.

Mira el cuadro de daño de cada tarea.

Cuando no ocurre una vida sana, el daño llega a tu vida.

El daño ocurre cuando usted está viviendo con creencias falsas, problema insuficiente o inadecuada capacidad de resolver y no funcionar con relaciones saludables.

Esto nos lleva por el camino de las adicciones y problemas que controlan la vida. Cuanto más rápido vayamos, más profundo es el daño.

Como una bola de nieve bajando por una colina, va creciendo en volumen y el impulso lo acelera.

La persona con adicción a menudo se siente más cómoda cuando se asocian con personas que comparten los mismos valores, creencias y experiencias.

Apéndice

Claves adicionales para el efectivo cuidado posterior

1. Asistencia regular a la iglesia
2. Devocional diario - lectura personal de la Biblia y oración personal
3. Vivir con la familia o amigos cristianos
4. Tenga una persona de confianza como mentor

Tener un contrato por escrito para explicar los detalles en relación con su mentor. Vea el ejemplo en la página siguiente.

5. Un ministerio personal, evangelismo personal, enseñando una clase en la iglesia, la atención a las personas sin hogar, etc.
6. Tener una “caja de herramientas” para responder a las tentaciones
7. Tener una visión, un sueño, y un llamado para su vida
8. Aprende como “volver a la alegría” en la vida diaria

Basado en el libro, *El Modelo de Vida: Vivir desde el Corazón de Jesús le dio: El esencial de la vida cristiana*, de James G. Friesen, E. James Wilder, Anne M. Bierling, Koepcke Rick, y Poole Maribeth. Workbook también disponibles.

Contrato de Recuperación

(ejemplo)

Yo _____, en reconocimiento de mi necesidad de ayuda con mi dependencia química, de acuerdo con el siguiente programa de actividades.

Debido a la dependencia química que tiene un **componente físico**, me comprometo a permanecer totalmente en abstinencia del alcohol, la nicotina y otras drogas.

Debido a la dependencia química que tiene un componente **mental / emocional**, me comprometo a asistir a grupos de apoyo de doce pasos de recuperación de dependencia química. También me comprometo a cumplir con el Pastor _____ semanal para el asesoramiento y la tarea completa.

- Jueves AA - ¿Ha firmado resbalón en la reunión?
- Lunes “Hora Feliz” 19:00 Iglesia Comunidad Cristiana - ¿Ha firmado resbalón en la reunión?

Debido a la dependencia química tiene una **componente espiritual**, estoy de acuerdo con las siguientes actividades.

- Asistir a la Iglesia por lo menos dos veces por semana
- Participar en las comidas becas mensuales de CDR
- Dedicar diez minutos en la mañana y diez minutos en la tarde en los devocionales personales. Lea un capítulo de la Biblia en la mañana y hacer “inventario diario Moral” en la noche.
- Tener un tiempo devocional corto con su esposa y sus hijos cada día.

Este acuerdo será revisado para su revisión después de un mes a partir de hoy:
___ de _____ de 20____.

Datos incompletos de cualquiera de estos datos del acuerdo se viola este Acuerdo.

Firma del Cliente _____

Firma del Responsable _____

Ideas sobre pedir un cambio en el comportamiento de otro

1. Jesús dice que debería dejar que los demás sepan que sus comportamientos me molestan. Si me interesa la relación, voy a pedir un cambio de comportamiento. Este es un aspecto transparente de intimidad y amor práctico.

Mateo 18:15 Nueva Versión Internacional

“Si tu hermano peca contra ti, ve a solas con él y hazle ver su falta. Si te hace caso, has ganado a tu hermano.”

2. Cuando no lo hace, yo niego la importancia de la relación para mí y también no me respeto a mí mismo ni a otra persona.
3. Siga este importante proceso de cuatro pasos:
 - a. Describir el comportamiento que ve y / o escuchar en la otra persona. Es importante que use palabras DESCRIPTIVAS, en lugar de “etiquetar”. (“Me doy cuenta de que has ido dejando tu ropa sucia por toda la habitación” en lugar de “tú eres un patán desconsiderado!”)
 - b. Expresar los sentimientos que experimentamos como resultado de la conducta de la otra persona. (“Me siento enojado y resentido cuando dejas tu ropa sucia por toda la habitación.”)
 - c. Pida un cambio específico en el comportamiento. (“Me gustaría que tu guardes tu ropa sucia en el armario. ¿Estás dispuesto a hacer esto?”)
 - d. Puede que sea necesario explicar las consecuencias específicas y razonables ¿no debería la persona cumplir con su solicitud? (“Si continúas dejando la ropa sucia por toda la habitación, me limitaré a barrer toda tu ropa debajo de tu cama.”)
4. Recuerde que debe demostrar el lenguaje corporal adecuado:
 - Mantenga el contacto visual directo
 - Mantener una postura corporal erguida
 - Hable claro y audible
 - No se queje
 - Hacer uso de los gestos y la expresión facial para dar énfasis
5. Dar a los demás mensajes directos acerca de cómo su comportamiento le afecta, es una habilidad que se puede aprender.

(Modificado de Bower, 1973 y Manderino, 1974)

Recursos para estudios adicionales

Consejería para la Prevención de Recaída por Terence T. Gorski y Miller Merlene (Herald House-Independence Press, Independence, MO, 1982).

El Proceso de Génesis: Un libro de trabajo para la prevención de la recaída comportamientos adictivos / compulsivos, de Michael Dye y Fancher Patricia. (Proceso de Génesis Adicción y Programas, 25363 Rodeo Flat Rd, Auburn, CA 95602 Teléfono: 530-269-1072, web: www.genesisprocess.org)

El Modelo de Vida: Vivir desde el Corazón de Jesús le dio: El esencial de la vida cristiana, por James G. Friesen, E. James Wiler, Anne M. Bierling, Koepcke Rick, y Poole Maribeth. Workbook también disponibles. Éstos se pueden pedir en línea en www.lifemodel.org

Plan de estudios de Teen Challenge para la formación de nuevos cristianos al Estudios en Grupo para Nuevos Cristianos y Estudios de Personales para nuevos cristianos. Póngase en contacto con Global Teen Challenge EE.UU., PO Box 511, Columbus, GA 31902 web: www.iTeenChallenge.org

Tratando de altura. Jeff Van Vonderan

La Vergüenza y la Gracia. Lewis Smedes

Perdonar a nuestros padres, a perdonarnos a nosotros mismos. David Stoop

Más allá del dolor del pasado. Sandra Wilson

Recuperación para los Hijos Adultos de Alcohólicos y Familias disfuncionales. Sandra Wilson

Liberado de la Vergüenza. Sandra Wilson

Las familias donde La Gracia está en su lugar. Jeff Van Vonderan

Perdonar y Olvidar. Lewis Smedes

El arte del perdón. Lewis Smedes

Las mentiras que creemos. Chris Thurman

Obligado a Control: La recuperación de la intimidad en las relaciones rotas. J. Keith Miller. Health Communications, Inc.

Cambios que Sanan: Cómo entender su pasado para asegurar un futuro más saludable. Dr. Henry Cloud. Zondervan.

El cuidado suficiente para enfrentar. David Augsburg

Límites: Al decir “Sí”, cuando a decir “No”, para tomar el control de tu vida. Dr. Henry Cloud y Dr. John Townsend. Zondervan. Un libro independiente también está disponible para este libro.

Límites en el matrimonio. Dr. Henry Cloud y Dr. John Townsend. Zondervan. Un libro independiente también está disponible para este libro.

Los límites con los niños. Dr. Henry Cloud y Dr. John Townsend. Zondervan. Un libro independiente también está disponible para este libro.

Límites Cara a Cara: ¿Cómo tener esa conversación difícil que has estado evitando.

Dr. Henry Cloud y Dr. John Townsend. Zondervan.

Otra oportunidad. Sharon Wegscheider

La ira es una elección. Tim LaHaye y Bob Phillips. Zondervan.

Las personas seguras: Cómo encontrar relaciones que son buenos para usted y evitar los que no lo son. Dr. Henry Cloud y Dr. John Townsend. Zondervan. Un libro independiente también está disponible para este libro.

La curación para emociones dañadas. (Guía de estudio incluido). David Seamonds & Funk Beth. Viaje por la vida.

Mirando Afuera Bien, Sentirse mal por dentro. Curtis Levang. (JUCUM)

Los siguientes recursos de Dave Batty están disponibles en el sitio web: www.iTeenChallenge.org en virtud de la Sección de Recursos de la canción R01: Ayudar a otros miembros de la familia con problemas.

Límites en su mente

Lidiando con la vergüenza: ¿Cómo puedo saber si es de Dios?

Ilusión, Negación, Decepción: La superación de la trampa de la ilusión, la negación y el engaño.

Habilitación: ¿Está ofreciendo el tipo equivocado de ayuda para sus seres queridos?

Frente a sus problemas: El camino a la felicidad pura.

Encontrar esperanza: Encontrar esperanza en medio de los problemas de la vida.

Escuela de Formación de Dios de vida: ¿Qué tan bueno es para un estudiante estar en la escuela de Dios, en la preparación para la vida?

Vivir con la culpa: ¿Estás viviendo con la culpa que no le pertenece a usted?

Remendar un corazón roto: ¿Cuáles son los pasos para reparar un corazón roto?

Levante el Fondo: Usted ha oído: “No tienen que tocar fondo antes de que consiga ayuda.”
¿Por qué no subir el fondo?

La renovación de su mente: ¿Cómo puede una persona deshacerse de los pensamientos inadecuados? ¿Cómo puede cambiar su forma de pensar?

Volviendo a la Alegría: El entrenamiento de su cerebro para la habilidad de devolver a la alegría de vivir.

Ellos no quieren ayudar: ¿Qué puede hacer por su ser querido cuando no quieren ayuda?

¿Cuáles son sus desencadenantes? ¿Cuáles son esas cosas que desencadenan una respuesta en su vida? ¿Deja que estos factores desencadenantes te tiren por un camino destructivo?

Cuando la gente te Daña: ¿Cómo responde usted a quienes lo traicionan o lo han lastimado?
¿De dónde viene la venganza de todo esto?

¿Cuándo vendrá tu milagro? ¿Cómo puedo recibir un milagro de Dios?



Contact information

Global Teen Challenge
PO Box 511
Columbus, GA 31902 USA

Phone: 706-576-6555

Email: gtc@globaltc.org

Websites: Teen Challenge Training resources: www.iTeenChallenge.org

Global Teen Challenge: www.Globaltc.org