



SE ABRE UNA NUEVA PUERTA



Le damos la bienvenida a su primera reunión/grupo de Familias Anónimas® (FA®). Ha mostrado gran valentía e interés compasivo al asistir a su primer grupo y compartir con personas desconocidas sus preocupaciones acerca de su familiar o amigo. Puede ser que esté buscando ayuda sólo por la sospecha de que hay un problema; o por el miedo de que su ser querido está usando sólo un poco de marihuana, o un poco más de píldoras de lo normal, o algunos tragos de más. O puede ser que usted está ya profundamente involucrado en una situación prolongada y ha llegado al momento de desesperación y culpabilidad por su incapacidad de resolver el problema.

Aquí en FA, usted puede compartir sus preocupaciones con otras personas que también están preocupadas con los comportamientos de un ser querido. Gradualmente aprenderá nuevas y mejores formas de manejar los problemas causados por el consumo de sustancias de otra persona. FA no ofrece ninguna solución ni cura rápida. Lo que sí hace es ofrecer claridad en *su* rol en la enfermedad familiar de la adicción y le ayuda a que comience a cambiar ese rol llevando a cabo cambios positivos en sus actitudes y acciones, reduciendo así la tensión familiar, y ojalá, permitiéndole a sus seres queridos que comiencen a tomar responsabilidad por sus propias acciones.

Usted aprenderá cómo, sin darse cuenta, ha estado contribuyendo con el problema al rescatar a sus seres queridos de los problemas que ellos han creado. A medida que escuche a miembros de su grupo de FA compartir sus experiencias, esperanzas y fortalezas, y a medida que lea y estudie la literatura de FA, aprenderá nuevas estrategias para poder manejar el caos en su vida. Al asistir continuamente a los grupos de FA, gradualmente sentirá que se le irá quitando un enorme peso de sus hombros. Sus miedos lentamente se irán desapareciendo y se irán reemplazando con serenidad. ¡Todos aquí nos hemos sentido como usted se siente en este momento y gradualmente hemos llegado a experimentar un cambio pacífico en nosotros y en nuestras vidas!

Aquí se respeta su anonimato. Nos conocemos solo por nuestro nombre de pila. Por fuera del sitio donde se reúne nuestro grupo no hablamos sobre lo que los demás han compartido. Aquí se encuentra en un lugar seguro, con gente compasiva y comprensiva, que ha “estado en sus zapatos.”

Los familiares y amigos de personas afectadas por la insidiosa enfermedad del trastorno por consumo de sustancias a menudo se les denomina *codependientes*. El programa de FA nos ayuda a detener nuestra codependencia y la locura que acompaña al consumo de sustancias de un ser querido. Todos progresamos a nuestro propio ritmo a medida que estudiamos los Doce Pasos, practicamos lo que aprendemos, y pasamos gradualmente de la *locura* a la serenidad.

Nos parece extraordinario el descubrir que los cambios que hacemos en nosotros mismos frecuentemente ayudan a la persona por la que vinimos a este programa. Experimentamos una alegría especial cuando alguien comparte una historia victoriosa, sin importar si es pequeña o grande. Aquí estamos el uno para el otro. Muchos miembros que han estado en el programa por un año o más tienen el honor de “apadrinar” a un nuevo miembro, si se lo piden. Creemos que sólo podremos mantener nuestro programa en la medida en que lo “entreguemos a otros,” y que nos ayudemos a nosotros mismos cuando intentamos comunicar y compartir el programa de FA con otras personas.

Si asistió a su primera reunión de manera presencial, le pudieron haber entregado este panfleto unido a otra literatura que le presenta el programa de FA. Su grupo puede que tenga una mesa de literatura que muestra una gran variedad de materiales, publicados por FA, para ayudar en la recuperación a nuestros miembros e informar al público. Y, ya sea que asista a grupos presenciales o en línea, usted puede fácilmente entrar al sitio web de FA, donde encontrará una lista comprensiva de publicaciones para descargar, al igual que nuestro catálogo con más de cien publicaciones producidas por FA para la venta, a través del almacén en línea.

Aun los miembros más veteranos continúan leyendo, estudiando y asistiendo a los grupos, fortaleciendo así su propia recuperación. Los grupos de estudio, las discusiones sobre nuestra literatura y el compartir experiencias personales, en el sitio seguro de nuestras reuniones de FA, nos ayuda a convertirnos en parte de la esperanzadora y servicial comunidad de Familias Anónimas.

FA *no* es una comunidad religiosa, ni tampoco estamos afiliados a ninguna organización en particular. Nuestros líderes son personas confiables, que ofrecen liderar las reuniones voluntariamente y asumen responsabilidades para que nuestros grupos funcionen. Aquí no hay profesionales, salvo que ellos también sean miembros de FA. No hay cobros, ni costos, ni tampoco es requerido un registro formal.

Al ir escuchando, puede que usted se vaya llenando de esperanza y entusiasmo, aunque no esté de acuerdo con algo que el “líder” de la reunión ha dicho o que el grupo ha discutido, o puede que crea que lo que ha leído en alguna de las lecturas no le aplica. ¡Está bien! Trate de mantener una mente abierta y recuerde que tiene la libertad de *llevarse* con usted la información y las ideas que le sean útiles y el resto dejarlo atrás.

Lo más importante que usted puede hacer es....

¡SEGUIR VINIENDO!



Families Anonymous, Inc.
701 Lee Street, Suite 670, Des Plaines, IL 60016-4508
(847) 294-5877 ▪ fax (847) 294-5837 ▪ (800) 736-9805 [USA only]



Sitio Web: www.FamiliesAnonymous.org ▪ Correo electrónico: famanon@FamiliesAnonymous.org

FAMILIES ANONYMOUS® y el acrónimo FA® son marcas comerciales federalmente registradas, y el logo de FA es una marca comercial de propiedad exclusiva, de Families Anonymous, Inc.

© Families Anonymous, Inc.
Derechos de autor en inglés ©1973, 2011, 2012, 2019, 2024 y traducción al español 2019, 2026
Todos los derechos reservados

Puede descargar copias gratuitas de este folleto en el sitio web de Familias Anónimas