



## **Círculo de Restauración Familiar: Guía de Introducción**

*Subtítulo: Navegando la crisis hacia la paz en el hogar.*

### **1. Bienvenida y Propósito**

Si estás leyendo este documento, es probable que tu hogar esté atravesando una tormenta. En **HOF Community**, entendemos que la crisis o la adicción de un ser querido no solo afecta al individuo, sino que fractura a toda la familia. Este recurso no ofrece soluciones mágicas, sino una ruta basada en la **Verdad** para **equipar** a

los padres, cónyuges y familiares en su proceso de restauración integral.

## 2. El Pilar de la Verdad: Salir de la Negación

El primer paso para la restauración es la honestidad radical. A menudo, las familias intentan ocultar el problema por vergüenza o miedo.

- **Aceptación del entorno:** Identificar la realidad de la situación sin adornos.
- **Integridad en la comunicación:** Hablar con claridad sobre lo que está sucediendo, eliminando los secretos que alimentan la crisis.
- **Nuestra Guía:** En el círculo, te **guiamos** para que dejes de ser un espectador y te conviertas en un agente de cambio saludable.

## 3. Límites Saludables vs. Habilitación

Uno de los mayores desafíos es confundir el amor con la facilitación de conductas destructivas.

- **¿Qué es habilitar?:** Es resolver los problemas que el ser querido debería resolver por sí mismo.
- **Establecer límites con firmeza:** Aprender a decir "no" desde una postura de amor y protección del núcleo familiar.
- **Restaurar el orden:** Los límites no son muros para separar, sino cercas para proteger la paz del hogar.

## 4. El Autocuidado: Tu Restauración es Prioridad

No puedes **servir** ni ayudar a otros si tú mismo estás colapsando. La restauración familiar comienza con la salud individual de cada miembro.

- **Equipamiento emocional:** Buscar espacios de apoyo (como nuestros grupos en Kissimmee) para procesar el dolor.
- **Rehabilitar la esperanza:** Entender que tu identidad no depende de la conducta de tu ser querido.

## 5. Próximos Pasos en HOF Community

Este documento es solo el comienzo. Para caminar este proceso acompañado:

1. **Únete a nuestras reuniones:** Espacios seguros y confidenciales para compartir experiencias.
2. **Consulta nuestro Directorio:** Enlaces a recursos locales en Florida Central para asistencia inmediata.
3. **Compromiso de Integridad:** Nos comprometemos a caminar contigo bajo principios de honestidad y apoyo mutuo.