

## ***Taller de Resolución de Conflictos: lecturas***

*Introducción:*

***Lo que se busca con este taller es prestar atención a nuestras actitudes y recordar los recursos que nos brinda el programa para la Resolución de Conflictos.***

(Se sugieren dos reflexiones breves después de cada lectura completa)

### **Libro. Descubramos nuevas opciones**

p 82. Desde el principio "Cuando mi esposa y yo..." hasta donde termina.

p 82-83 Desde el principio "No sé cuándo me transformé..." hasta el final.

p 136 "Mi vida en recuperación..." hasta el final en página 137. Aplicación de las herramientas de Al-Anon

p 160 Desde el principio "El obstáculo mayor..." hasta el final

p 250 "Aprendí a resolver conflictos..." hasta "... las cosas y divertirme al hacerlas".

p 263 "La Duodécima tradición nos recuerda..." hasta el final de ese párrafo.

### **Valor para cambiar**

p 362 Mente receptiva.

p. 189 La búsqueda de un culpable no suma. Los conflictos existen igual. La actitud: evitar estar a la defensiva.

p 335 El espejo. Cambio de actitud.

### **Pregunta de cierre:**

¿De qué forma me ha ayudado Al-Anon a aceptar el conflicto y a responder al mismo de manera diferente?

### **RECURSOS QUE VIMOS EN LAS LECTURAS**

En este taller se han hablado de estos recursos:

Lema: *Cuán importante es*

Lema *Escucha y aprende*. Escuchar con respeto, sin justificarse, y tratar con dignidad.

Lema *Criterio abierto, mente receptiva*

Conciencia de grupo, Segunda Tradición

Comprender y animar al alcohólico: Quinta Tradición

Anteponer los principios a las personas, Duodécima tradición

Padrinazgo y práctica de pasos y tradiciones

Comunicación con el Poder Superior

Hacer servicio

*Además, el libro Muchas voces un mismo viaje suma estas tres:*

Crear que las intenciones son buenas (todos los que participan quieren lo mejor para Al-Anon)

Buscar que todo resulte en beneficio mutuo

Los conflictos disminuyen cuando todas las partes son escuchadas.