

## Guía de Reunión del Grupo de Aprendices – HONESTIDAD

### “¿Cómo estamos todos?” (Revisión breve – 10 minutos)

- Todos venimos de semanas diferentes. Comparte brevemente tu “Alto, Bajo y Búfalo.” (Algo que fue grandioso o que te dio vida, algo que fue difícil o agotador, y cualquier otra cosa de tu semana.)

### “¿Estamos todos listos?” (Preparar – Hecho de antemano o 3-4 minutos ahora)

- ¡Ojalá hayas pensado en lo que compartirás hoy! Si no, toma un momento para revisar individualmente las preguntas y orar: “Espíritu Santo, ¿qué quieres sacar a la luz hoy?”

### “¿Entramos de lleno?” (Escritura – 3 minutos)

- Lee en voz alta 2 Corintios 3:17-18. Tómense unos segundos para reflexionar en silencio, luego pide a otra persona que lea el mismo pasaje nuevamente en la misma traducción.

### “Tomémonos un momento.” (Silencio – 2 minutos)

- El silencio puede ser incómodo, pero no está vacío. Pon un temporizador de 2 minutos. Como al cambiar una radio a otra estación, toma 2 minutos en silencio para “sintonizar” tu corazón hacia Jesús.

### “¿Quién quisiera comenzar?” (Compartir de uno en uno – Poner un temporizador de 15-20 minutos)

*Pon realmente un temporizador, luego una persona responde a todas las preguntas. Mientras escuchas, siéntete libre de responder o hacer preguntas de seguimiento, pero no compartas de tu vida, no des consejos ni ofrezcas consejería.*

1. Piensa en tu historia – ¿dónde has experimentado crecimiento, libertad o salud en el pasado?
2. Piensa en el presente – ¿qué problema, hábito o comportamiento te está causando dolor? (Por ejemplo, sigues enojándote, sigues compartiendo secretos, sigues bebiendo, sigues comprando, sigues pasando tiempo poco saludable en línea, sigues alejándote de tus seres queridos, sigues mintiendo, etc.)
3. ¿Has intentado arreglar o cambiar este problema? Si es así, ¿qué has intentado?
4. El camino hacia la libertad comienza cuando admitimos que no podemos cambiarnos a nosotros mismos. Tómame un momento, luego comparte esta frase: “Admito que soy impotente ante \_\_\_\_.”
5. ¿Cómo se vería la libertad o la sanidad para ti?
6. ¿Qué quieres que haga Jesús por ti durante las próximas 11 semanas?

*¡No te preocupes si compartes menos de 15 o 20 minutos, especialmente en las primeras semanas!*

### “¡Se acabó el tiempo! Gracias por compartir \_\_\_\_ . Oremos por ti.” (Oración)

- Que 1 o 2 personas oren según lo que se haya compartido. Si no sabes cómo orar, puedes usar “Por favor y Gracias.” Dios, gracias porque \_\_\_\_ . Te pedimos que \_\_\_\_ .”

### “Muy bien, ¿quién sigue?” (Todos toman un turno para compartir y ser orados por ellos)

### “¡Gracias a todos! ¿Misma hora la próxima semana?” (Confirmar la próxima reunión y terminar)

*Durante las primeras semanas, considera tener esta página delante de ti.*

### **Preparando el ambiente**

- Sin pantallas a la vista (teléfono, computadora portátil, TV, reloj inteligente, etc.)
- Evita las interrupciones tanto como puedas (teléfonos en silencio, reloj inteligente silenciado o quitado, espacio de los niños/compañeros de trabajo/familia, etc.)
- Siéntense de modo que todos puedan verse entre sí
- Estén atentos a las cosas que puedan distraer: ventanas, tráfico, pasillos, etc.
- ¡Pon un temporizador! Quieres que todos tengan tiempo para compartir.

### **Cómo compartir**

- Lee la pregunta (en voz alta si quieres)
- Tómame un momento para reunir tus pensamientos. Tómame otro momento si quieres. (¡Tienes 15-20 minutos!)
- Empieza compartiendo algo (¡lo que sea!) y luego haz una pausa si lo necesitas antes de seguir compartiendo. Pasa a la siguiente pregunta cuando estés listo.
- *Si estás pensando en qué decir* – “Solo necesito un momento.”
- *Si no estás seguro de cómo decirlo bien, sé directo. Puedes explicar después.* – “No estoy seguro de cómo decir esto, así que simplemente lo voy a decir.”
- *Si piensas que hay más que decir pero no estás seguro de cómo continuar* – “No estoy seguro de qué más decir. ¿Alguien puede hacerme una pregunta?”
- *Da espacio a otros para compartir* – cuando suene el temporizador, tráelo a un cierre rápido.

### **Cómo escuchar**

- Haz contacto visual, asiente y escucha activamente (“*ajá, está bien, claro, sí, oh no,*” etc.)
- Está bien con el silencio. Dale al que habla espacio para formar sus pensamientos mientras comparte.
  - El silencio no dura tanto como piensas. Si estás muy incómodo, simplemente cuenta hasta 10 lentamente en tu mente para darle tiempo a la persona.
- Está bien con que la gente comparta cosas grandes. Si alguien comparte algo vulnerable:
  - “*Eso es fuerte*” o “*Eso es difícil*” o “*Eso duele*”
  - “*Gracias por compartir.*”
  - “*Lamento que eso haya pasado.*”
  - “*Suena como que fue (difícil/devastador/horrible/etc.) para ti.*”
  - Está bien responder y luego dar espacio – “*Lo siento, eso es difícil*” seguido de silencio.
- Haz preguntas de seguimiento
  - “*¿Puedes contarnos más acerca de...?*”
  - “*¿Cómo se ha visto \_\_\_\_\_ para ti?*” o “*¿Cómo fue \_\_\_\_\_ para ti?*”
  - “*¿Qué más / de qué otra manera ha \_\_\_\_\_?*”