



METODOLOGÍA DE RECUPERACIÓN C.S.B

Casa San Benito puede describirse como un centro de rehabilitación basado en los principios del **Programa de los 12 Pasos de Alcohólicos Anónimos**, un enfoque ampliamente utilizado en la recuperación de personas con adicciones. Aquí está una descripción de cómo Casa San Benito podría alinearse con estos principios:

1. **Admisión de la impotencia:** Casa San Benito proporciona un espacio seguro donde los residentes o usuarios pueden reconocer su falta de control sobre las adicciones, el primer paso para aceptar ayuda y comenzar el proceso de sanación.
2. **Confianza en un poder superior:** Se fomenta la espiritualidad, sin necesidad de estar vinculada a ninguna religión en particular, permitiendo a los usuarios encontrar esperanza y apoyo en algo mayor que ellos mismos.
3. **Decisión de cambiar:** A través de un entorno estructurado, Casa San Benito ayuda a los usuarios a tomar la decisión de entregarse a este proceso, con la guía de un equipo dedicado y apoyo grupal.
4. **Autoexamen honesto:** A través de la terapia de catarsis y las juntas de A.A. y N.A., los usuarios reflexionan sobre sus conductas y emociones, reconociendo sus debilidades y fortalezas.
5. **Admisión de errores:** Los grupos de apoyo y las terapias proporcionan un entorno de confianza donde los usuarios pueden compartir abiertamente sus errores y experiencias, fomentando el respeto entre compañeros.
6. **Estar listos para el cambio:** Las actividades ocupacionales y deportivas ayudan a los usuarios a prepararse para un cambio positivo en su vida, trabajando tanto en el bienestar físico como mental.



7. **Solicitud de ayuda divina:** Se fomenta la oración y la meditación para pedir la fortaleza en el proceso de recuperación, adaptando esta práctica a la creencia personal de cada uno.
8. **Revisión de la lista de personas afectadas:** En un entorno de respeto mutuo y servicio a la comunidad, se alienta a los usuarios a reflexionar sobre las personas que han sido impactadas por sus adicciones.
9. **Reparación directa:** Se promueve el acto de hacer las paces con uno mismo y los demás, cuando es posible hacerlo, a través de la introspección, así como de la acción concreta.
10. **Continuación del autoexamen:** Casa San Benito incentiva la revisión constante de las emociones y comportamientos a través de un estilo de vida estructurado y apoyo continuo.
11. **Búsqueda de conexión espiritual:** Con el enfoque en la espiritualidad y el servicio, se anima a los residentes a desarrollar una conexión constante con su bienestar físico, mental, emocional y espiritual.
12. **Ayuda a otros:** El principio de servicio se refleja en el respeto a los padrinos, visitantes, servidores de la casa y el apoyo mutuo entre los compañeros.

Al completar su proceso, los individuos pueden convertirse en una fuente de inspiración y apoyo para nuevos miembros.

Este enfoque integrador del Programa de los 12 Pasos, combinado con las actividades terapéuticas y holísticas, el respeto a las normas de Casa San Benito proporciona una base sólida para la desintoxicación, rehabilitación, recuperación y el crecimiento personal.

“TU RECUPERACIÓN ES NUESTRA MISIÓN”