

hope, help, support



for children with disabilities
and their families



Reglas de Convivencia Virtual

Para proteger este espacio seguro y apoyar con empatía

1. Todo lo que se comparte aquí, se queda aquí

La confidencialidad es fundamental. No compartas fuera del grupo lo que otra persona haya contado.

2. Escucha con el corazón, no con la intención de responder

Permite que cada persona se exprese sin interrupciones. A veces solo queremos ser escuchados, no corregidos.

3. Habla desde tu experiencia

Usa frases como “yo siento”, “yo viví”, “en mi caso”. Evita dar consejos no solicitados o generalizar. No se permiten consejos sobre prácticas médicas o medicación.

4. Respeto ante todo

No todos criamos igual. Este es un espacio libre de juicios, comparaciones o críticas. Aquí se valora la diversidad de caminos y decisiones.

5. No hay preguntas tontas ni emociones equivocadas

Todas las dudas, sentimientos y experiencias son válidas. Expresarse con vulnerabilidad es un acto de valentía, no de debilidad.

6. Se vale llorar... y también reír

Este espacio es emocionalmente seguro. Puedes mostrarte tal como eres, con alegría, con cansancio o con dolor.

7. Participa solo si lo deseas

No es obligatorio hablar. Puedes estar presente solo escuchando. Estás aportando con tu presencia.

8. Cuidemos el tiempo y el turno de palabra

Se consciente del tiempo para intervenir. Usa el chat si necesitas expresar algo breve mientras otra persona habla. Promocionar proveedores con fines comerciales no está permitido.

9. Apaga el micrófono cuando no estés hablando

Esto ayuda a reducir ruidos de fondo y a que todos puedan escuchar mejor.

10. Cámaras encendidas si te sientes cómodo/a

Vernos nos ayuda a sentirnos más conectados, pero siempre es opcional.



Cierre

Este grupo es un lugar de encuentro humano. Aquí no estamos para dar soluciones mágicas, sino para **acompañarnos con empatía y sin juicios**.

“Somos más fuertes cuando nos apoyamos unos a otros.”

7990 SW 117th Ave, Ste 200,
Miami, Florida 33183

Ph 305.271.9797
Fx 305.271.6628

www.ptopmiami.org