



P. ¿Debe un sobreviviente de SRA (Sobreviviente de Abuso Ritual Satánico) mantener una relación cercana con los miembros de la familia?

R. Si un sobreviviente de SRA es de una unidad familiar multigeneracional de SRA, en la mayoría de los casos, los miembros de la familia están altamente programados y tienen asignaciones para mantener la programación en otros miembros de la familia.

Hay algunas preguntas que podrías hacerte:

1. ¿Me encuentro compulsivamente diciéndole todo a un miembro específico de la familia semanalmente?
2. ¿Me siento diferente después de tener contacto con mi familia?
3. ¿Me desvinculo o pierdo tiempo con los miembros de la familia?
4. ¿Los miembros de mi familia son disociativos?
5. ¿Me estoy curando a buen ritmo o parece que estoy atascado?
6. ¿Tengo recuerdo de familiares participando en los rituales?
7. ¿Mi familia me hace preguntas entrometidas sobre el ministerio/terapia que estoy recibiendo o lo que estoy recordando?
8. ¿Me siento seguro con los miembros de mi familia?

Solo tú puedes decidir qué es lo mejor para ti. Tómate un tiempo con el Señor para buscar Su consejo para ti. Cuando

sientes Su paz con una decisión, ese es un buen indicador. Si decides que la familia NO es segura:

Fuente: <https://endritualabuse.org/?s=safety>

- Ten cuidado con hermanos y padres que actúan como espías y reporteros.
- Mantenga mucha distancia física: de 200 a 1000 millas
- Tenga personas "seguras" para rendición de cuentas y donde pueda ir durante festividades familiares
- La seguridad se logra solo cuando las personalidades se liberan de la sumisión a la secta y los programas de control mental se rompen

Formar un equipo de apoyo:

- Ministro o Consejero Pastoral
- Profesionales médicos (Puede ser necesario para manejar la depresión, la ansiedad y dolor)
- Compañerismo de la iglesia, grupos celulares y compañeros de oración (Abstenerse de los detalles del abuso)
- Grupos de recuperación de 12 pasos (Codependencia, abuso sexual y recuperación de adicciones)
- Familiares seguros y amigos seguros

Herramientas para la recuperación:

- Oración, tiempo devocional y adoración
- Biblia diaria estudio y meditación sobre las promesas de Dios.
- Llamar a un amigo: comuníquese con compañerismo y apoyo.
- Diario: pensamientos, sentimientos y sueños.
- Expresiones creativas: útiles para la curación emocional.
- Ejercicio: ayuda. manejar el estrés y la depresión