

ACUERDO DE PARTICIPACIÓN

Normas de participación y convivencia

Grupo de amistades neurodivergentes

Este proyecto nace para facilitar que personas adultas neurodivergentes puedan conocerse, compartir intereses y crear nuevas amistades en un entorno inclusivo y seguro.

Está dirigido principalmente a personas con **TDAH y/o Altas Capacidades (AACC)**, tanto con diagnóstico o identificación formal como con sospecha razonable (contactar con el administrador para más información).

El proyecto se articula a través de un grupo de WhatsApp en el que se propondrán actividades y encuentros presenciales de carácter socio-cultural y de ocio.

Nuestro objetivo no es hacer terapia ni crear un grupo de apoyo psicológico. Queremos algo mucho más cotidiano: **crear oportunidades para conocernos y hacer cosas juntos.**

1. Requisitos de participación

Para participar será necesario:

- Ser mayor de 18 años.
- Tener diagnóstico/identificación formal o sospecha de TDAH y/o Altas Capacidades.
- Aceptar estas normas de convivencia mediante firma del acuerdo de participación y consentimiento informado.
- Participar desde el respeto hacia el resto de integrantes.

No será necesario aportar informes médicos o psicológicos ni demostrar públicamente ningún diagnóstico.

2. El objetivo es conocer gente

El proyecto está orientado a facilitar nuevas amistades.

Participar no implica tener que conectar con todo el mundo ni mantener posteriormente una relación con las personas que conozcamos.

Habrà personas con las que sintamos mucha afinidad, otras con las que compartamos simplemente una actividad agradable y otras con las que quizá no conectemos. Todo ello forma parte natural de conocer gente.

3. El grupo de WhatsApp es principalmente organizativo

El grupo servirá fundamentalmente para:

- Proponer actividades.
- Organizar quedadas.
- Compartir información relacionada con ellas.
- Confirmar asistencia.
- Facilitar que los miembros puedan proponer nuevos planes.

Podrá existir conversación espontánea, pero intentaremos evitar cadenas de mensajes excesivas, contenido repetitivo, spam o conversaciones completamente ajenas al propósito del grupo.

La idea es que **WhatsApp facilite la vida social fuera de WhatsApp**.

4. Todos podemos proponer planes

El proyecto no pretende que todas las actividades dependan de los organizadores.

Los participantes podrán proponer actividades como tomar algo, senderismo, juegos de mesa, cine, exposiciones, museos, actividades culturales, excursiones, talleres u otros planes compatibles con el espíritu del grupo.

Nadie estará obligado a participar en una actividad por formar parte del proyecto.

5. Respeto y diversidad

No se tolerarán insultos, humillaciones, amenazas, acoso, discriminación ni comportamientos intimidatorios.

El grupo será respetuoso con la diversidad sexual y de género, cultural, funcional, corporal, ideológica y personal.

Cualquier falta de respeto o problema semejante será motivo de expulsión del grupo por parte del administrador.

6. La neurodivergencia no nos hace iguales

Compartir TDAH o Altas Capacidades no significa compartir personalidad, necesidades, capacidades, opiniones o experiencias.

Intentaremos evitar estereotipos y generalizaciones.

Cada persona es mucho más que una etiqueta diagnóstica y con este grupo pretendemos demostrar que así es.

7. No es terapia

Este proyecto tiene una finalidad socio-cultural y de ocio.

Podemos hablar de nuestras experiencias, dificultades o emociones de forma espontánea, pero el grupo no sustituye la atención psicológica o sanitaria.

Ningún participante tiene la obligación de aconsejar o ejercer de terapeuta de otra persona.

También evitaremos diagnosticar a otros participantes o realizar interpretaciones psicológicas sobre ellos.

8. Privacidad

Al entrar en un grupo de WhatsApp, nuestro número de teléfono y determinados datos de nuestro perfil pueden ser visibles para otros participantes.

Por ello, formar parte del grupo implica aceptar esta circunstancia mediante firma del acuerdo de participación y consentimiento informado. En caso de no ser firmado, el administrador no incluirá a la citada persona en el grupo de referencia.

Sin embargo, queda prohibido compartir fuera del grupo sin autorización:

- Números de teléfono.
- Fotografías.
- Capturas de conversaciones.
- Mensajes privados.
- Información personal proporcionada por otros participantes.

Tampoco se publicarán fotografías de las quedadas en redes sociales sin consentimiento de las personas identificables en ellas.

Cualquier acto en dicho sentido será reportado al administrador y a las personas que corresponda, sin perjuicio de la responsabilidad consecuente derivada de dicho acto.

9. Contacto privado

Conocer a alguien dentro del grupo no supone automáticamente permiso para mantener un contacto privado insistente.

Puedes escribir a otra persona para continuar una conversación o proponer un plan, pero deberán respetarse sus límites.

Si alguien expresa que no desea mantener contacto privado, deja claro que no está interesado o pide que no se le escriba más, deberá respetarse.

La insistencia reiterada podrá ser motivo de intervención por parte del administrador.

10. Este no es un grupo de citas

El objetivo del proyecto es conocer amistades.

Naturalmente, entre dos adultos puede aparecer atracción o interés romántico o sexual. No pretendemos controlar las relaciones personales que puedan surgir.

Sin embargo, el grupo no deberá utilizarse principalmente para ligar, buscar pareja, realizar proposiciones sexuales o contactar indiscriminadamente con participantes con esa finalidad.

Si surge interés entre dos personas, deberá desarrollarse de manera privada, respetuosa y recíproca.

11. Respetamos diferentes formas de socializar

Algunas personas hablan mucho cuando están cómodas. Otras necesitan tiempo antes de participar. Algunas pueden interrumpir involuntariamente, cambiar rápidamente de tema o entusiasmarse intensamente con determinados intereses.

Intentaremos comprender estas diferencias sin ridiculizarlas.

Al mismo tiempo, procuraremos que las conversaciones tengan espacio para todos: escuchar, preguntar y dejar hablar también forman parte de construir vínculos.

12. Puedes participar a tu ritmo

Formar parte del grupo no obliga a acudir a todas las actividades ni a mantener un determinado nivel de participación.

Puedes venir a una actividad y no a las siguientes, permanecer una temporada sin participar o decidir que un determinado plan no es para ti.

En las quedadas también puedes necesitar momentos de silencio, apartarte un rato o marcharte antes.

No tendrás que justificarlo.

13. Compromiso con las quedadas

Sabemos que los imprevistos existen y que precisamente el TDAH puede dificultar la planificación.

Aun así, cuando una actividad necesite reserva, entradas o tenga plazas limitadas, pedimos responsabilidad al apuntarse.

Si finalmente no puedes acudir, avisa en cuanto sea posible para que otra persona pueda ocupar tu plaza o podamos reorganizarnos.

14. Alcohol y otras sustancias

Cuando una actividad tenga lugar en bares, fiestas u otros espacios donde exista consumo de alcohol, cada participante será responsable de su propio consumo.

No se tolerarán comportamientos agresivos, invasivos o irrespetuosos justificados por haber consumido alcohol u otras sustancias.

15. Responsabilidad individual en las actividades

Las actividades constituyen encuentros voluntarios entre personas adultas.

Cada participante será responsable de valorar si una actividad resulta adecuada para sus circunstancias y capacidades, especialmente en excursiones, senderismo, deporte u otras actividades que puedan requerir determinadas condiciones físicas.

Cuando exista algún requisito o dificultad especial, se intentará indicar previamente.

16. Los conflictos pueden ocurrir

Crear un espacio respetuoso no significa que nunca vayan a existir desacuerdos o malentendidos.

Cuando sea posible, animamos a resolverlos mediante comunicación directa y respetuosa.

Si existe acoso, discriminación, amenazas, vulneración reiterada de límites o comportamientos que afecten gravemente a la convivencia, podrá comunicarse de manera privada al administrador.

17. La organización podrá intervenir

La organización, representada por el administrador, podrá moderar conversaciones, recordar las normas, contactar privadamente con participantes o intervenir ante situaciones que dificulten el funcionamiento del proyecto.

Los comportamientos graves o el incumplimiento reiterado de estas normas podrán implicar la expulsión del grupo.

Esta medida se utilizará para proteger la convivencia y el funcionamiento del espacio.

18. Papel del administrador

La persona administradora del grupo participa en este proyecto **como un miembro más**, con el mismo propósito que el resto: conocer personas, participar en actividades y establecer nuevas amistades.

Su condición de administrador del grupo de WhatsApp responde principalmente a funciones básicas de gestión, como aceptar la incorporación de nuevos miembros, facilitar el acceso al grupo, mantener la información general del proyecto y, cuando resulte necesario, intervenir ante incumplimientos graves de las normas de convivencia.

El administrador no ejerce como coordinador central de las actividades, dinamizador del grupo, terapeuta, mediador ni responsable de organizar las quedadas.

El funcionamiento del proyecto pretende ser horizontal y participativo. Por ello, **las actividades y encuentros deberán surgir principalmente de las propuestas e iniciativa de los propios participantes.** Cualquier miembro podrá plantear un plan, indicar fecha y lugar y consultar quién desea participar.

El administrador podrá proponer actividades ocasionalmente, exactamente igual que cualquier otro miembro, sin que exista obligación por su parte de mantener una determinada frecuencia de encuentros, buscar actividades o garantizar que haya planes disponibles.

Del mismo modo, su presencia no será necesaria para que una actividad pueda realizarse. Las personas participantes podrán organizarse entre ellas y llevar a cabo encuentros independientemente de que el administrador asista o no.

Cuando participe en una quedada, lo hará **a título personal y como participante**, no como responsable, supervisor o profesional encargado del grupo.

La existencia de una persona administradora pretende facilitar el funcionamiento básico del espacio, **no dirigir la vida social que se genere dentro de él.**

El proyecto será, por tanto, aquello que sus propios participantes construyan: cuantos más miembros propongan, participen y tomen la iniciativa, más oportunidades habrá de que surjan nuevos encuentros y amistades.

19. Comunicación con el administrador

Para cualquier cuestión relacionada con la administración del grupo —solicitudes de acceso, dudas sobre el funcionamiento, comunicación de incidencias o cualquier otro asunto relacionado con el proyecto—, el **canal preferente de contacto con el administrador será Instagram** o el correo electrónico, según los siguientes datos:

Álex Melic Montañés

principedelmont@gmail.com

Instagram: @alex.melic

Se ruega evitar, en la medida de lo posible, utilizar el WhatsApp privado del administrador para cuestiones relacionadas con la gestión del grupo. El hecho de que su número de teléfono sea visible por formar parte del grupo no implica que este constituya un canal de atención o contacto administrativo.

Los mensajes enviados por Instagram serán atendidos cuando sea posible, sin que exista un compromiso de respuesta inmediata ni un horario específico de atención.

Cuando se trate de una situación delicada relacionada con otro participante, se recomienda contactar de manera privada con el administrador en lugar de exponerla públicamente en el grupo.

Esta norma se refiere únicamente a las comunicaciones relacionadas con la **administración y funcionamiento del proyecto**. Al participar también como un miembro más, las conversaciones personales o amistosas que puedan surgir entre el administrador y otros participantes quedan, naturalmente, fuera de esta función.

Nombre y apellidos: _____

Fecha: ____ / ____ / ____

Firma o aceptación electrónica:

Declaro ser **mayor de 18 años** y haber recibido la información anterior antes de solicitar mi incorporación al proyecto.