

1.4 Grundlagen für Gruppenmeetings

Mitgliedschaft

Dritte Tradition

Wenn sich Angehörige von Alkoholikern zu gegenseitiger Hilfe versammeln, können sie sich Al-Anon Familiengruppe nennen, vorausgesetzt, dass sie - als Gruppe - keine andere Bindung haben. Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist, dass bei einem Angehörigen oder Freund ein Alkoholproblem besteht.

Al-Anon/Alateen steht jedem offen, der sich durch das Trinken eines Anderen beeinträchtigt fühlt, egal ob in der Gegenwart oder in der Vergangenheit. Im Einklang mit der Dritten Tradition sind alle Angehörigen und Freunde von Problemtrinkern willkommen Al-Anon Meetings zu besuchen. Sie können selbst entscheiden, ob Al-Anon ihnen helfen kann. Neue Mitglieder werden angeregt, unterschiedliche Meetings zu besuchen und haben die freie Wahl, in welcher Gruppe sie sich wohlfühlen.

Mitgliedschaft in einer Al-Anon Gruppe

Mitglieder besuchen lokale Gruppen, in denen das Al-Anon Programm geteilt wird und die Teilnehmer sich am Gruppendienst beteiligen. Al-Anon und Alateen Gruppenmitglieder betrachten häufig eine spezielle Gruppe als ihre „Stammgruppe“. Diese unterstützt das Wachstum auf persönlicher und Gruppenebene durch die Besetzung der unterschiedlichen Dienste. Dadurch sind die Mitglieder mit der weltweiten Gemeinschaft verbunden.

Meetingsbeiträge

Erste Tradition

Unser gemeinsames Wohlergehen sollte an erster Stelle stehen: persönlicher Fortschritt für möglichst viele hängt vom Einigsein ab.

Unsere Gespräche konzentrieren sich auf Lösungen für unsere eigenen Schwierigkeiten. Wir versuchen nicht, die Geschichten anderer zu erzählen oder das zu wiederholen, was wir hören oder sehen. Wir schützen gegenseitig unsere Anonymität und ebenso die Anonymität von Alateen und A.A.-Mitgliedern.

Wir teilen vorrangig unsere Gefühle und Verhaltensweisen statt Einzelheiten unserer Lebenssituation. Mitglieder lassen die Mitgliedschaft in anderen Zwölf Schritte Programmen oder therapeutische Erfahrungen außerhalb der Meetingsräume.

Al-Anon Mitgliedern wird empfohlen, dass Diskussionen über Glaubensfragen oder -ideen, Kritik an anderen Mitgliedern oder den Alkoholikern unterbleiben. Ebenso sollten Beiträge über intime Details und Klatsch nicht ins Meeting getragen werden. Persönliche Angelegenheiten können außerhalb der Meetings mit einem Sponsor oder einem Gruppenmitglied besprochen werden.

Informationen dazu finden sich in den Broschüren:

Alkoholismus eine Krankheit der ganzen Familie (Best. Nr. 221)

Alles über Sponsorschaft (Best. Nr. 209)

Wir sprechen über Al-Anon (Best. Nr. 234)

Begrüßung neuer Mitglieder

Wer neu zu Al-Anon kommt, ist oft nervös, einsam und meistens verzweifelt. Persönliche Aufmerksamkeit und die Unterstützung eines erfahrenen Al-Anon Mitgliedes können zusätzlich zur Ermutigung durch die Gruppe und die Literatur eine große Hilfe sein.

Nachdem neue Mitglieder regelmäßig einige Meetings besucht haben, sollten die Gruppenmitglieder ihnen Mut machen, sich zu äußern. Sie können sie bitten, den Gelassenheitsspruch oder die empfohlene Präambel vorzulesen oder sich an kleineren Gruppendiensten zu beteiligen, damit sie sich zugehörig fühlen.

Wenn neue Teilnehmer kommen, können Mitglieder kurz ihre eigene Erfahrung, Kraft und Hoffnung mitteilen. Sie können den neuen Mitgliedern konferenzgeprüfte Literatur empfehlen. Außerdem können sie ihnen die Zwölf Schritte und die Slogans erklären und den Wert des Programms beim Umgang mit Problemen aufzeigen. Es ist hilfreich, den neuen Mitgliedern der Gruppe das Meetingsformat zu erklären.

Anonymität

Zwölfte Tradition

Anonymität ist die geistige Grundlage aller unserer Traditionen, die uns immer daran erinnern soll, unsere Prinzipien allem Persönlichen voranzustellen.

Anonymität ist eine unantastbare feste Überzeugung sowie die Grundlage für unsere Gemeinschaft und für ihr Überleben.

Das Prinzip der Anonymität ist unerlässlich in unseren Meetings. Damit wird Diskretion darüber gewahrt, wer im Meeting ist und worüber in den Meetings geteilt wird. Mit der Zeit sind einige Mitglieder bereit, innerhalb der Gemeinschaft ihren vollen Namen frei zu geben, um Dienst zu tun. Wenn noch mehr Zeit vergangen ist, beschließen einige Mitglieder, Fachleute in ihrer Umgebung ihre Mitgliedschaft in Al-Anon wissen zu lassen, damit auch andere die Hilfe von Al-Anon erhalten können. Jedes Mitglied entscheidet, wann es andere außerhalb des Meetings wissen lässt, dass es Al-Anon Meetings besucht. Das Prinzip der Anonymität bestärkt jedes Mitglied, die Gründe für diese persönliche Entscheidung zu respektieren und nicht darüber zu urteilen.

Besonderer Hinweis:

Anonymität ist eine geistige Grundlage und kann nicht als rechtmäßige Grundlage für kriminelles Verhalten, in der Vergangenheit oder aktuell, benutzt werden. Es ist wichtig, daran zu denken, dass Al-Anon und Alateen Meetings nicht über dem Gesetz stehen.

Elfte Tradition

Gegenüber der Öffentlichkeit setzen wir mehr auf Anziehung als auf Anpreisung. Wir haben stets persönliche Anonymität gegenüber Presse, Rundfunk, Film und Fernsehen zu wahren. Wir müssen mit besonderer Sorgfalt die Anonymität aller Anonymen Alkoholiker schützen.

Das Prinzip der Anonymität dient auch als Beschränkung/Verbot für Mitglieder im öffentlichen Bereich, damit niemand Al-Anon zu persönlichem Profit, Ansehen oder Macht ausnutzt. Das bedeutet, dass im Rahmen von Presse, Radio, Film, Fernsehen und Internet der volle Name und Gesichter von Al-Anon und Alateen Mitgliedern nicht verwendet werden dürfen. Kein Al-Anon

Mitglied darf in den Medien als Vertreter von Al-Anon sprechen. Niemand hat eine wichtigere Geschichte als die anderen. Wir sind eine Gemeinschaft von Gleichen und Al-Anon ist ein Programm über Prinzipien nicht über Persönliches.

In offenen Al-Anon Meetings, auf Gruppengeburtstagen, besonderen Treffen oder Seminaren, bei denen Nicht-Mitglieder dabei sind, können die Al-Anon und Alateen Mitglieder frei entscheiden, wie viel Anonymität sie haben wollen. Es ist gut, solche Meetings mit einer kurzen Erklärung der Elften und Zwölften Tradition zu eröffnen. Hier ein Vorschlag dazu:

Einige hier sind vielleicht nicht mit unserer Tradition von persönlicher Anonymität gegenüber Presse, Rundfunk, Film, Fernsehen, Internet und anderen elektronischen Medien vertraut. Wenn das so ist, bitten wir höflich darum, dass kein Sprecher von Al-Anon, Alateen oder A.A. mit vollem Namen oder mit Bild in gedruckten, gesendeten oder geposteten Berichten über unser Meeting erscheint.

Die Garantie der Anonymität ist unerlässlich bei unseren Bemühungen, anderen Familien von Alkoholikern zu helfen. Unsere Tradition der Anonymität erinnert uns daran, Al-Anon und Alateen Prinzipien allem Persönlichen voranzustellen.

Meetingsideen

Es gibt keine starren Regeln für ein Al-Anon oder Alateen Meeting. Üblicherweise eröffnet und beendet der Gruppensprecher das Meeting, kündigt die Meetingsthemen an oder stellt Gastsprecher oder auch Mitglieder vor, die über ihre Erfahrungen als Resultat aus dem Praktizieren des Al-Anon Programms sprechen wollen.

Die Gruppe entscheidet autonom, welche Al-Anon Texte zu Beginn und zum Abschluss des Meetings gelesen werden.

Literaturbeiträge entnehmen wir ausschließlich unserer konferenzgeprüften Literatur.

Dazu die Broschüre „Warum konferenzgeprüfte Literatur“ (Best. Nr. 200).

Erfahrungsgemäß sollte jedes Meeting ein spirituelles Thema haben. Die Konzentration auf ein spezielles Thema erleichtert es den Gruppenmitgliedern sich nur darauf zu konzentrieren und hierzu ihre Erfahrung mit den anderen Mitgliedern zu teilen.

Themenmeeting :

Der Gruppensprecher oder Meetingsleiter schlägt den Mitgliedern ein Al-Anon Thema vor, zu dem dann die Erfahrungen geteilt werden können. Solche Themen sind zum Beispiel:

Die Zwölf Schritte:

Es wird vorgeschlagen, dass einer der Schritte pro Monat bearbeitet wird. Dazu ist es hilfreich, wenn aus der Literatur ein kurzer Abschnitt zum anstehenden Thema vorgelesen wird. Hilfreich sind die Bücher:

Al-Anon Zwölf Schritte und Zwölf Traditionen (Best. Nr.108) ,

So wirkt Al-Anon, für Familien und Freunde von Alkoholikern (Best. Nr. 105) ,

Wege zur Genesung (Best. Nr. 114) und

Aufbruch zur persönlichen Freiheit (Best. Nr. 121)

und natürlich die Texte in vielen anderen Schriften. Die Mitglieder können darüber teilen, wie der entsprechende Schritt in ihrem Leben Anwendung findet.

Die Zwölf Traditionen:

Die Gruppe bearbeitet eine Tradition in Bezug auf die Harmonie und das Wachstum innerhalb der Gruppe. Damit wird zur weltweiten Harmonie innerhalb von Al-Anon beigetragen. Materialien für die Bearbeitung der Traditionen sind identisch mit denen für die Schritte.

Die Zwölf Dienstgrundsätze:

Die Bearbeitung dieser Prinzipien bringt ein besseres Verständnis für die gesamte Al-Anon Struktur.

Empfohlene Bücher: So wirkt Al-Anon (Best. Nr. 105) , Wege zur Genesung (Best. Nr. 114), Aufbruch zur persönlichen Freiheit (Best. Nr. 121) , das Diensthandbuch und andere Literaturangebote. Diese können dabei helfen, die wertvollen Hinweise auch in unserem persönlichen Leben anzuwenden.

Al-Anon Slogans:

Einer oder mehrere Slogans können die Grundlage für ein Meetingsthema sein. Zu finden sind sie in den Büchern:

Al-Anon Familiengruppen (Best. Nr. 101)

So wirkt Al-Anon (Best. Nr. 105)

und den verschiedenen Meditationsbüchern für jeden Tag (Best. Nr. 103/109/115/116). Darin wird auch beschrieben, wie wir sie in unseren persönlichen Situationen anwenden können.

Literaturmeetings:

In unserer konferenzgeprüften Literatur finden sich unbegrenzt viele Themen, die als Grundlage für die Meetings dienen können.

Sprechermeeting:

Persönliche Lebensgeschichte:

Ein oder mehrere Al-Anon oder Alateen Mitglieder werden gebeten im Meeting darüber zu berichten, wie ihnen die Anwendung des Programms in ihrem täglichen Leben hilft.

A.A. Sprecher:

Ein Mitglied von A.A. kann als Sprecher einen Einblick in die Krankheit des Alkoholikers geben und wie sie sich aus seinem Blickwinkel darstellt.

Fachleute als Sprecher:

Hier kann die Gruppe Außenstehende zu besonderen Meetings einladen, wenn sie Erfahrungen mit Alkoholismus haben. Dabei ist zu beachten, dass diese Gäste uns nicht von unserem Programm ablenken.

Anfängermeeting:

Wenn Neue anwesend sind, kann die Gruppe entweder einen Teil oder die gesamte Meetingszeit nur für das Willkommen des Neuen zur Verfügung stellen. Das geschieht am Besten dadurch, dass ein oder mehrere Mitglieder erklären warum sie wiederkommen oder wie Al-Anon ihnen hilft. Dazu sind Themen aus den ersten drei Schritten, der Gelassenheitsspruch oder ein Slogan eine gute Basis für das Meetingsthema.

Für Anfängermeetings stehen ein Leitfaden (L-2) und eine Sammelmappe für Neue zur Verfügung.

Gruppeninventur Meeting:

Eine Gruppeninventur kann während des normalen Meetings abgehalten werden. Die Mitglieder können jedoch auch ein separates Meeting dafür einberufen.

Hilfsmittel für die Durchführung ist der Leitfaden für Gruppeninventur (L-8).

Meetings zur Information der Öffentlichkeit:

Manche Gruppen veranstalten auch offene Meetings, bei denen Al-Anon/Alateen Mitglieder ihre Geschichte für jeden erzählen, der sich für die Familienkrankheit Alkoholismus interessiert.

Manche Gruppen laden dazu Beschäftigte aus Fachkreisen ein, damit diese erfahren, wie das Al-Anon Programm zur Genesung beiträgt.

Mehr Informationen im Leitfaden (L-10).

Geschlossene oder offene Meetings:

Im allgemeinen sind Al-Anon/Alateen Meetings "geschlossen". Geschlossene Meetings sind Mitgliedern und solchen, die es werden wollen, vorbehalten. Dies sind Menschen, deren Leben durch den Alkoholkonsum eines Familienangehörigen oder Freundes beeinträchtigt wurde oder wird. Dadurch fühlen sich die Meetingsteilnehmer freier, über ihre eigenen Probleme und Gefühle zu sprechen.

Daneben steht es einer Gruppe frei ab und zu ein „offenes“ Meeting anzubieten. Hierzu sind Interessierte, Fachleute und Mitglieder von A.A., die nicht gleichzeitig auch zu Al-Anon gehören, zugelassen.

Falls ein Interessierter an einem geschlossenen Meeting teilnehmen möchte, muss das Gruppengewissen über die Teilnahme abstimmen.

Gruppen, die ihre Meetings immer „offen“ oder als „Gemeinsames Meeting“ anbieten möchten, werden nicht registriert, da sie Neuen nicht den Schutz der Al-Anon Gemeinschaft bieten können. Alateen Meetings sind immer geschlossen.