

Leitfaden L-13 Empfehlungen für die Gestaltung von Meetings

Dieser Leitfaden darf kopiert werden!

Die Al-Anon Gruppen sind das Herz des Al-Anon Programms – interessante Meetings gewährleisten gesunde Gruppen!

Al-Anon Mitglieder besuchen lokale Meetings. Dort ist das Al-Anon Programm Basis für den Austausch. Die Teilnehmer übernehmen Gruppendienste. Al-Anon Mitglieder betrachten häufig eine einzelne Gruppe als ihre „Stammgruppe“. Durch den regelmäßigen Besuch ihrer Stammgruppe entsteht oft ein Gefühl der Zusammengehörigkeit. Persönliches Wachstum wird eher wahrgenommen. In einer Al-Anon Gruppe muss sich niemand verstellen. Jedes Mitglied zeigt sich einfach so wie es ist.

Jede Gruppe entscheidet im Rahmen unserer Traditionen über den Ablauf des Meetings. Das kann wie folgt aussehen: Der Meetingssprecher eröffnet das Meeting mit einer Schweigeminute und/oder mit dem Verlesen der Präambel. Im Anschluss können die Zwölf Schritte, Zwölf Traditionen und die Zwölf Dienstgrundsätze vorgelesen werden. Diese und andere Literaturbeiträge entnehmen wir ausschließlich unserer konferenzgeprüften Literatur.

Im Sprechermeeting stellt der Meetingssprecher das Meetingsthema und den Gastsprecher vor oder auch Mitglieder, die ihre Erfahrungen und Ergebnisse ihrer Arbeit im Al-Anon Programm teilen wollen.

Jedes Meeting sollte ein zentrales Thema haben. Dadurch kann intensiv im Programm gearbeitet werden. Die Konzentration auf ein Thema erleichtert den Gruppenmitgliedern hierzu ihre Erfahrungen zu teilen.

Der Meetingssprecher nimmt die Wortmeldungen entgegen und erteilt das Wort. siehe Broschüre „Warum konferenzgeprüfte Literatur“ (Best. Nr. 200).

Meetingsbeiträge

Die Erste Tradition zeigt uns den Weg:

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

Unsere Beiträge konzentrieren sich auf Lösungen für unsere eigenen Schwierigkeiten. Wir vermeiden es, die Geschichten anderer zu erzählen oder das zu wiederholen, was wir hören oder sehen. Wir schützen gegenseitig unsere Anonymität und ebenso die aller Al-Anon, Alateen und A.A.-Mitglieder.

Wir konzentrieren uns mehr auf unsere eigenen Gefühle und Verhaltensweisen als auf die Einzelheiten unserer Lebenssituation.

Die Zugehörigkeit zu anderen Zwölf Schritte Programmen oder Berichte über therapeutische Erfahrungen sind in unseren Meetingsräumen kein Thema. Genauso wenig wie Diskussionen über Glaubensfragen oder -ideen, Kritik an anderen Mitgliedern oder Alkoholikern. Ebenso gehören Beiträge über intime Details und Klatsch nicht ins Meeting. 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 verzweifelt.

Zusätzlich zu der Hilfe, Unterstützung und Literatur, welche die Gruppe anbietet, können persönliche Aufmerksamkeit und die Sponsorschaft durch ein erfahrenes Al-Anon Mitglied sehr wertvoll sein.

Wenn eine Gruppe ein Anfängermeeting hat, sollten Neue zum Besuch ermutigt werden. Nachdem sie einige Meetings besucht haben, können die Gruppenmitglieder sie bitten, sich an der Meetingsorganisation zu beteiligen. Sie können z. B. den Gelassenheitsspruch oder die empfohlene Präambel vorlesen oder sich an kleineren Gruppendiensten beteiligen. Das fördert die Zugehörigkeit.

Wo es kein Anfängermeeting gibt, können Mitglieder kurz ihre eigene Erfahrung, Kraft und Hoffnung teilen. Sie empfehlen den Neuen konferenzgeprüfte Literatur. Sie können ihnen außerdem die Zwölf Schritte und die Slogans erklären und den Wert des Programms beim Umgang mit Problemen aufzeigen.

Es ist wichtig, den neuen Mitgliedern den Ablauf des Meetings zu erklären. Dazu gehört die Art der Wortbeiträge, also dass wir nur von uns sprechen und uns nicht gegenseitig unterbrechen, sondern jeden Beitrag unkommentiert respektieren. Wichtig ist auch, darauf hinzuweisen, welche Themen nicht in unsere Meetings gehören. Das sind z. B. Therapieformen, Religion und die Zugehörigkeit zu anderen Zwölf Schritte Programmen. Gruppenmitglieder können Neuen ihre Telefonnummer anbieten, damit sie bei Bedarf zwischen den Meetings einen Ansprechpartner haben.

Mehr Informationen im Leitfaden Anfängermeeting (L-2).

Meetingsthemen:

Es gibt so viele Möglichkeiten für Themen und Gestaltung von Meetings wie es Gruppen und individuelle Mitglieder gibt. Das Folgende ist keineswegs eine vollständige Liste.

Die Zwölf Schritte:

Es wird vorgeschlagen, dass jeden Monat einer der Schritte bearbeitet wird. Als Einstieg eignet sich ein Abschnitt aus der Literatur zum anstehenden Thema.

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)

Aufbruch zur persönlichen Freiheit“ (Best. Nr. 121).

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. Wenn die Tradition auf unsere Beziehungen in der Familie angewandt wird, können sich neue Erkenntnisse ergeben.

Die Literaturempfehlung ist dieselbe, wie bei den Zwölf Schritten.

Die Zwölf Dienstgrundsätze:

Die Bearbeitung dieser Prinzipien bringt ein besseres Verständnis für die gesamte Al-Anon Struktur. Das kann uns dabei helfen, die wertvollen Hinweise auch in unserem Leben anzuwenden.

Literatur: „Wege zur Genesung“ (Best. Nr. 114), das Arbeitsbuch „Aufbruch zur persönlichen Freiheit“ (Best. Nr. 121), das Diensthandbuch.

Al-Anon Slogans:

Einer oder mehrere Slogans eignen sich als Meetingsthema. Zu finden sind sie in den Büchern: „Al-Anon Familiengruppen“ (Best. Nr. 101), „So wirkt Al-Anon“ (Best. Nr. 105), den verschiedenen Meditationsbüchern für jeden Tag (Best. Nr. 103/109/116) und „Der Mut ich selbst zu sein“ (Best. Nr. 115). Darin wird auch beschrieben, wie wir sie in unseren persönlichen Situationen anwenden können.

Literaturmeetings:

In unserer konferenzgeprüften Literatur findet sich eine unerschöpfliche Vielfalt von Themen, die wir als Grundlage für das Meeting nutzen können.

Anfängermeeting:

Wenn Neue anwesend sind, kann die Gruppe einen Teil der 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.

Zusätzlich sind Themen aus den ersten drei Schritten, der Gelassenheitsspruch oder ein Slogan eine gute Basis für die Meetinggestaltung.

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

Gruppeninventur Meeting:

Eine Gruppeninventur kann während des normalen Meetings durchgeführt werden. Einige Gruppen entscheiden sich für ein separates Meeting. Hilfsmittel für die Durchführung ist der Leitfaden für Gruppeninventur (L-8).

„Geschlossene“ oder „offene“ Meetings:

Al-Anon/Alateen Meetings sind normalerweise geschlossene Meetings. Alle Teilnehmer wurden oder werden durch den Alkoholkonsum eines Familienangehörigen oder Freundes beeinträchtigt. In geschlossenen Meetings können die Meetingsteilnehmer frei über ihre eigenen Probleme und Gefühle sprechen.

Daneben steht es einer Gruppe frei, zum Beispiel einmal monatlich ein offenes Meeting anzubieten. Hier dürfen Interessierte, Fachleute und Mitglieder von A.A. teilnehmen. Falls ein Interessierter an einem geschlossenen Meeting teilnehmen möchte, muss das Gruppengewissen über die Teilnahme abstimmen. Dabei sollten wir immer mit Respekt auf ein möglicherweise neues Mitglied eingehen.

Gruppen, die ihre Meetings immer offen oder als „Gemeinsames Meeting“ anbieten möchten, werden nicht registriert. Sie können Neuen nicht den Schutz der Al-Anon Gemeinschaft bieten und arbeiten nicht im Sinne der Traditionen.

Alateen Meetings sind immer geschlossen.

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.

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

Die Gruppe kann Fachleute, die Erfahrungen mit den Auswirkungen des Alkoholismus haben, zu besonderen Meetings einladen. Dabei ist zu beachten, dass diese Gäste uns nicht von unserem Programm ablenken.

Meetings zur Information der Öffentlichkeit:

Manche Gruppen veranstalten auch Informationsmeetings. Hier schildern Al-Anon Mitglieder ihren Genesungsweg. Jeder, der sich für die Familienkrankheit Alkoholismus interessiert, ist willkommen. Die Gruppen können dazu Fachleute einladen, die darüber berichten, wie das Al-Anon Programm aus ihrer Sicht zur Genesung beiträgt.

Mehr Informationen im Leitfaden (L-27)

Am Ende eines Meetings kann der Meetingsprecher den vorgeschlagenen Abschluss lesen. Danach sprechen alle, die dies möchten, den Gelassenheitsspruch.