

## 1.1 Einleitung

Die Botschaft der Al-Anon Familiengruppen, einschließlich Alateen, ist hoffnungsvoll. Sie vermittelt die Geschichte von Männern, Frauen und Kindern, die sich wegen des Alkoholismus eines anderen hilflos, verloren und einsam gefühlt hatten. Al-Anon hat sich aus der geäußerten Not von Familienmitgliedern der Anonymen Alkoholiker entwickelt. Al-Anon und Alateen bieten Hilfe und Hoffnung für Freunde und Familien von Alkoholikern, unabhängig davon, ob diese noch trinken oder nicht.

Al-Anon ist eine einzigartige Gemeinschaft, die Mitglieder verschiedener Hintergründe und Lebensweisen in einem inspirierenden Unterfangen vereint: sich selbst und anderen zu helfen, ein selbstbestimmtes, nützliches Leben zu führen, indem Gefühle von Frustrationen und Hilflosigkeit überwunden werden, die durch die Nähe zu einem Alkoholiker verursacht wurden oder werden.

Alateen (Al-Anon für jugendliche Mitglieder) ist ein lebendiger Teil von Al-Anon für diejenigen, deren Elternteil, andere nahe Verwandte, oder ein Freund vom Alkoholismus betroffen sind. Die Mitglieder tauschen Erfahrungen aus und beginnen, sich selbst und den Alkoholiker besser zu verstehen. Dies unterstützt die eigene persönliche Entwicklung und kann helfen, sorgenvolle Gedanken zu reduzieren, die durch die Nähe zu einem Alkoholiker entstanden sind.

Dieses Kapitel erklärt, wie eine Gruppe gegründet wird, hilft ihr beim Wachsen und zeigt auf, wie andere Mitglieder Probleme in den Gruppen gelöst haben. Die Harmonie und der Erfolg einer Gruppe hängen von der geteilten Verantwortung ab, einem guten Geist der Gemeinschaft und der eigenen positiven Entwicklung.

Heute besitzen diese Männer, Frauen und Kinder Mut und Selbstbewusstsein. Sie haben Verständnis gefunden und gelernt, was man tun kann, um sich selbst zu helfen – und dies kann indirekt auch dem alkoholkranken Verwandten helfen, anderen geliebten Menschen, den Freunden, ob sie trocken sind, oder nicht. Al-Anon wird immer das sein, was die Mitglieder daraus machen. Wir in Al-Anon glauben, dass unser Wohlergehen an unserer Bereitschaft, sich anderen mitzuteilen, messbar ist. Denn wir wissen, dass wir nie so viel geben können, wie wir erhalten.