

At lave en grupperansagelse

(G-8a)

At lave en grupperansagelse med jævne mellemrum hjælper med at holde jeres gruppe styrket og sund. Medlemmer kan bruge grupperansagelsen til at drøfte hvilke handlinger der har været en fordel for gruppens velfærd og vækst og hvilke handlinger der har behov for at blive opdateret, stoppet eller forbedret. Drøftelser under eller efter en grupperansagelse, kan indeholde idéer til nye serviceposter, idéer til at række ud til potentielle nye medlemmer, og beslutninger omkring større eller mindre bekymringer, inden gruppens enhed og sammenhold bliver forstyrret. "Hver enkelt gruppes harmoni og succes afhænger af delt ansvar, en varm ånd af fællesskab og den enkeltes egen helbredelse og villighed dertil" (Al-Anon/Alateen Groups at Work [P24], introduction).

"Holder jeg fokus på Al-Anon og på min egen helbredelse, når jeg deler?"

Mit syn på vores ugentlige Al-Anon-møder:

(svar med mere end ja eller nej)

- Er mødelokationen praktisk, tryk og indbydende?
- Kommer medlemmer før mødet for at byde nykommere og medlemmer på besøg, velkommen?
- Bliver Al-Anon's princip om anonymitet forklaret når der er nykommere og besøgende til stede på mødet? Understreger vi vigtigheden af ikke at gentage hvad vi ser og hører på mødet?

- Følger mødet det foreslåede mødeforamt fra "Dette er Al-Anon" (P-32)?
- Er der en mødeleder planlagt for hver uge?
- Er vores møder fornyende, interessante og til hjælp?
- Opmuntret vi alle til at deltage ved at lytte og dele?
- Afstår vi fra at give råd?
- Er vores emner for møderne relateret til Al-Anon?
- Gør vi god brug af vores konferencegodkendte litteratur til at finde temaer og emner til møderne?

- Holder vi os til emnet for mødet eller går vi ud ad forskellige tangenter?
- Bliver vi let afledte fra emnet for mødet for at fokusere på et medlems problemer?
- Afstår vi fra at drøfte og dele om alkoholikeren og hans/hendes mangler?
- Har vi som gruppe et eksemplar af Al-Anon/Alateen servicemanual? Er den tilgængelig, så medlemmer kan bruge den?
- Har vores mødeformat afsat tid til at gruppens betroede tjenere kan aflægge beretninger (fx kasserer, grupperepræsentant)?
- Gør vi en speciel indsats for at give nykommere en varm velkomst?
- Byder vi alle velkomne til vores møder, uanset deres alder, køn, udseende, etc.?

- Er teenagere velkomne på vores møder?

- Bliver nykommere opmuntrede til at dele? Læser vi teksten "3 forhindringer til helbredelse i Al-Anon" op og forklarer hvad der er passende at dele om på et møde?

- Får nykommere mindst et medlems telefonnummer eller en telefonliste samt noget Al-Anon-litteratur?

- Fortæller vi nykommere hvad sponsorskab er og hvordan man finder sig en sponsor?