



Zuweilen können EA-Meetingsteilnehmende den Ablauf eines EA-Meetings gefährden. Vielleicht reagieren sie emotional auf Turbulenzen in ihrem Leben, stehen eventuell unter Medikamenteneinfluss oder sind einfach "schlecht drauf". Ungeachtet der Ursache können sie ein Meeting stören.

Jetzt ist das Gruppengewissen gefragt.

Hierzu einige Hinweise:

Die Meetingsleitung ist zwar für den äußeren Ablauf des Meetings zuständig, jedoch trägt jede und jeder Anwesende Verantwortung für die Einhaltung der EA-Regeln (z.B. die Anwendung der Hilfreichen EA-Gedanken und der Zwölf Traditionen) und die Atmosphäre des Meetings. Deswegen ist es an jedem, sich einzubringen, wenn jemand stört. Niemand sollte sich darauf verlassen, dass jemand anderes aktiv wird. Sollten immer wieder die gleichen Personen die Initiative ergreifen, bestünde die Gefahr, dass sie als die Autoritäten der Gruppe erscheinen oder zu einer Aggressionszielscheibe werden.

Da wir EA zu unserer Genesung besuchen, können Störungen diesen Zweck vereiteln und so zu einem Problem für die gesamte Gruppe werden. Manchmal kommen (neue) Teilnehmer nicht wieder, weil das Meeting sie abgeschreckt hat. Andere mag es von weiteren Meetingsbesuchen abhalten, wenn häufig Störungen auftreten.

Nur die Gruppe und ihr gemeinsames Gewissen sind fähig, das aufgetretene Problem zu lösen.

Manchmal es ist jedoch notwendig, dass die Meetingsleitung andere motiviert, das Problem anzugehen, bevor die gesamte Gruppe darunter leidet.

Teilnahme an einem EA-Meeting und seine Leitung erfordern wohlwollendes Miteinander. Wir sollten nie starr in unserer Auslegung der EA-Regeln sein, denn so zu handeln stellt das Formale über den Heilungsprozess.

Die Vierte Tradition betont: "Jede Gruppe sollte selbstständig sein, außer in Angelegenheiten, die andere Gruppen oder EA als Ganzes angehen."

Da jede Gruppe autonom ist, mischen sich die überregionalen Dienste (Diensttuende, Regionalbetreuung, Intergruppensprecher) nicht in die Arbeit einzelner

Gruppen ein. Sie können Vorschläge und Unterstützung anbieten, aber die Störungen können nur innerhalb der einzelnen Gruppe bewältigt werden. Eine Gruppe kann sich auch dazu entschließen, die Sponsorschaft einer anderen Gruppe zu suchen. Hilfe bieten außerdem die Broschüren Nr. 300 "Gründung und Organisation von EA-Gruppen" im Abschnitt über den vorgeschlagenen Ablauf eines EA-Meetings und Nr. 310 "Gruppen in Schwierigkeiten". Des Weiteren finden sich in der Nr. 500 „Struktur der EA-Gemeinschaft“ hilfreiche Informationen.

Deshalb sind die folgenden Vorschläge genau das - **Vorschläge**. Nutzt, was euch passend erscheint, bleibt euch bewusst, dass die Höhere Macht, die Hilfreichen EA-Gedanken und die Zwölf Traditionen Mittelpunkt unserer Meetings sind.

Meetingsteilnehmende haben schon von Störungen berichtet, die respektlos waren oder EA-Regeln verletzen:

- Unterbrechen, Dazwischenreden oder während des Meetings Ratschläge geben
- Diskussion über religiöse Glaubensvorstellungen oder politische Ansichten
- Diskussion über medikamentöse Behandlungen und Therapien
- Lesen von Fremdliteratur während des Meetings
- Im eigenen Beitrag kein Ende finden
- Ständiges langwieriges Wiederholen von eigenem Elend
- Diskussionen über den Meetingsablauf
- Nebengespräche während des Meetings
- Diskussionen über Nichtanwesende
- Verwendung der Nachnamen
- Kinder zu Meetings mitbringen
- Sexuelle Bemerkungen und Anspielungen
- Meetings als Kontaktbörse nutzen
- Wutausbrüche, Beschimpfungen, Drohungen
- Drohen mit oder Anwenden von körperlicher Gewalt

Wenn Störungen auftreten, liegt es zunächst in der Verantwortung der Meetingsleitung, die Person freundlich und bestimmt daran zu erinnern, dass sie die Regeln des Meetings übertreten hat.

Macht die Leitung dies nicht, sollte sich irgendeine andere Person einschalten. Dies kann mit der Feststellung geschehen: "Ich fühle mich unwohl, weil ich

Selbsthilfegruppen für emotionale Gesundheit

Emotions Anonymous® Deutschland • kontaktstelle@ea-selbsthilfe.net • Tel 06031 1604 168 • www.ea-selbsthilfe.net

denke, dass wir uns im Moment nicht an einen der EA-Gedanken oder eine der Traditionen halten." Durch Aufzeigen des betreffenden EA-Prinzips und durch Verwenden von "Ich"-Aussagen verringern wir die Wahrscheinlichkeit, dass die Person, von der die Störung ausging, die Bemerkungen als persönlichen Angriff auffasst.

Hält die Gruppe eine weitere Aussprache für notwendig, sollte sie möglichst zeitnah erfolgen. Das Mitglied, das den Vorfall angesprochen hat, sollte dabei sein Handeln und seine Auffassung erklären. Teilnehmende, die das wünschen, drücken ihre Gefühle bezüglich des störenden Verhaltens in einer nicht verurteilenden, nicht feindseligen Weise aus. Zum Beispiel: "Wutausbrüche machen mir Angst und verunsichern mich." Oder: "Wenn unsere Meetingszeit übermäßig und ohne für mich erkennbare Not von einem allein beansprucht wird, habe ich nicht die Gelegenheit, von allen zu lernen oder selbst einen Beitrag zu leisten." Es ist wichtig, den Unterschied zwischen störendem und regelgemäßem Verhalten zu erklären.

Es kann hilfreich sein, wenn ein oder zwei Teilnehmende außerhalb des Meetings mit der betreffenden Person in Ruhe darüber sprechen. Möglicherweise hat sich die Angelegenheit damit erledigt. Falls nicht, führt die Gruppe im üblichen oder Arbeitsmeeting eine Gruppeninventur durch. Eine Aussprache sollte immer unter Einhaltung der EA-Regeln stattfinden.

Wenn die Gruppe beschließt, dass das störende Verhalten unannehmbar ist und das Funktionieren der Gruppe beeinträchtigt, sollte diese Person gebeten werden, das Meeting für eine festgelegte Zeit nicht zu besuchen. Einzelne, vielleicht ein Sponsor, können mit der Person z.B. telefonisch in Kontakt bleiben, um ihr zu vermitteln, dass sie danach willkommen ist.

EA-Meetingsteilnehmenden steht es jederzeit frei, ein anderes Meeting zu besuchen oder ein neues zu gründen, wenn sie mit den Entscheidungen der Mehrheit ihrer Gruppe unglücklich sind.

Zum Abschluss

Unsere Hilfreichen EA-Gedanken sagen aus, dass jede und jeder in unseren Meetings willkommen ist. Weil es unser gemeinsamer Wunsch ist, emotional gesund zu werden (3. Tradition), muss unsere Gruppe gut funktionieren. In der Arbeit mit den Zwölf Schritten sind gegenseitige Unterstützung und Verständnis die wesentlichen Stärken unserer Meetings. In dem Bewusstsein, dass wir niemand außer uns selbst ändern können, steht gemäß der ersten Tradition unser gemeinsames Wohlergehen an erster Stelle, besonders dann, wenn das Verhalten eines Teilnehmers das Meeting bedroht. Dieses Wohlergehen beruht unter anderem auf gegenseitigem Respekt. Die Gruppe muss in der Lage sein, denen zu helfen, die bereit sind, die EA-Botschaft anzunehmen.

Die grundlegenden Texte wie die Hilfreichen EA-Gedanken und die Zwölf Traditionen sind im EA-Buch Nr. 10, in der Broschüre Nr. 100, im Faltkärtchen Nr. 106 oder auf unserer Website zu finden.

Sie erreichen uns unter:

www.ea-selbsthilfe.net

Tel.: +49 (0) 6031 160 4168 (Do. 19 bis 21 Uhr, sonst AB)

E-Mail: kontaktstelle@ea-selbsthilfe.net

© 2018 Emotions Anonymous International, all rights reserved

Translated from English with permission of Emotions Anonymous International. Copyright in the English language version of this work is owned by Emotions Anonymous International. No part of this translation may be duplicated in any form without the written permission of EA.

Falls Sie Inhalte verwenden möchten, ist unsere Zustimmung erforderlich, die wir auf Nachfrage gerne erteilen.
(kontaktstelle@EA-selbsthilfe.net)

Emotions Anonymous International	EA-Selbsthilfe e.V.
St Paul MN 55104-0245, USA	Friedberg, Hessen
www.emotionsanonymous.org	www.ea-selbsthilfe.net

EA Schweiz, www.emotionsanonymous.ch

Tel.: +41 79 684 45 12, ea.info@gmx.ch

Lit.-Nr. 107 Zur kostenlosen Weitergabe 1. Auflage 2018