



Copii Adulți ai Alcoolicilor sau Proveniți din Familii Disfuncționale

Formatul întâlnirii ACA

(Întâlnirea durează o oră și jumătate)

Salut! Numele meu este (prenumele)_____.

Bun venit la întâlnirea

grupului_____.

Vă rog să vă asigurați că toate celularele sunt închise pe răstimpul întâlnirii.

Ne-am întâlnit pentru a împărtăși experiența pe care am avut-o de copii care au crescut într-o familie alcoolică sau disfuncțională. Acea experiență ne-a infectat atunci și ne afectează astăzi. Practicând cei **12 Pași**, concentrându-ne pe **Soluție**, și acceptând o **Putere Superioară** conform cu înțelegerea noastră, găsim libertate față de efectele alcoolismului și a altor disfuncții familiale. Ne identificăm cu **“Problema”** și învățăm să trăim în **“Soluție”**, în fiecare zi la rând.

Doriți să vă alăturați într-un moment de reculegere urmat de **Rugăciunea pentru Seninătate?**

Rog pe..... să citească **Problema sau Lista pentru spălătorie.**

Rog pesă citească **Soluția.**

Rog pe.....să citească cei **12 Pași.**

Poate că te-ai regăsit în textele noastre chiar dacă aparent nu a existat alcoolism sau vreo dependență în casa ta. Acest lucru este obișnuit pentru că disfuncția poate să apară într-o familie fără prezența dependenței.

Îți urăm bun venit!

Dacă participi la o întâlnire ACA pentru prima dată, putem să te rugăm să te prezinți spunându-ți prenumele?

Acest lucru nu este menit să te stânjenească, ci să îți putem ura bun venit și să te cunoaștem. (Aplauze pentru noul venit!).

Suntem bucuroși că ești aici. Continuă să revii. Putem să facem un tur al camerei să ne prezentăm spunându-ne prenumele ? Numele meu este

Acest program nu este ușor, dar dacă poți să suporti ce va ieși la iveală în următoarele șase întâlniri consecutive atunci vei începe să ieși din negare. Aceasta îți va oferi libertate față de trecut. Atât tu cât și viața ta se va schimba. La început, mulți dintre noi nu au putut să recunoască sau să accepte că unele dintre atitudinile sau comportamentele noastre curente rezultă din experiența legată de alcoolism sau disfuncția din copilăria noastră. Ne purtăm ca niște copii adulți, ceea ce înseamnă că aducem îndoiala de sine și frica învățate din timpul copilăriei în interacțiunile noastre adulte. Prin participarea la șase întâlniri consecutive și apoi participând regulat la ele ajungem să ne cunoaștem și începem să acționăm ca Adevărații Noi Înșine.

Îl încurajăm pe fiecare membru să împărtășească deschis experiența sa pe cât permite timpul. Acesta este un loc sigur pentru a-ți împărtăși experiențele tale adulte sau din copilărie, fără a fi judecat. Pentru a permite fiecăruia șansa de a împărtăși în timpul întâlnirii, rugăm fiecare persoană să își limiteze împărtășirea la cinci minute (trei sau patru dacă grupul este mare).

Ceea ce auzi la aceasta întâlnire ar trebui să rămână în această întâlnire. Nu vorbim cu alți oameni despre povestea sau experiențele altcuiva. Vă rugăm să respectați anonimatul celor care vor împărtăși cu noi astăzi.

Nu vorbim încrucișat în timpul împărtășirilor. Vorbirea încrucișată înseamnă întrerupere, a ne referi la, sau a face comentarii despre ce a spus o altă persoană în timpul întâlnirii. Nu vorbim încrucișat deoarece copiii adulți vin din medii unde sentimentele și percepțiile au fost judecate ca fiind greșite sau defectuoase. Acceptăm fără comentarii ceea ce spun ceilalți pentru că este adevărat pentru ei. Muncim pentru a căpăta mai multă responsabilitate în viețile noastre în loc să oferim altora sfaturi.

Intalnirea de azi este dedicată _____ (Studiului de Pas, Discuții libere sau pe un anumit subiect, studiului Tradiției, discursului unui vorbitor sau altceva).

Vom începe să împărtășim acum și vom încheia la ora..... (aproximativ 15 minute înainte de finalul propriu-zis al întâlnirii).

(Liderul poate să numească oamenii care ridică mâna sau se poate merge de la stânga la dreapta, sau de la dreapta la stânga după cum alege liderul sau grupul). Putem acum să începem împărtășirea.

(Apoi după ce Grupul își termină împărtășirea)

Este timpul pentru cea de-a 7-a Tradiție (se trece coșul de donații) care declară că "Fiecare grup ACA trebuie să se auto susțină și să refuze contribuții de afară. Nou-veniții sunt încurajați să cumpere literatură/cărți și nu este nevoie ca să contribuie financiar la prima lor întâlnire.

Poate cineva să citească cele **12 Tradiții** ?

Acum este timpul pentru:

*Anunțurile Secretarului

*Raportul Trezorerului

*Raportul Comitetului Inter-Grupuri

Mai are cineva de făcut anunțuri legate de ACA ?

(Dacă permite timpul) Mai are cineva nevoie să împărtășească ceva ?

(și/sau) Acesta este tot timpul avut la dispoziție pentru împărtășiri.

Vă mulțumesc pentru că ați fost aici și vă rog să continuați să reveniți.

Dacă nu ați avut șansa să împărtășiți, vă rog să vorbiți cu cineva după întâlnire, dacă simțiți nevoie să vorbiți.

Este timpul pentru a citi **Promisiunile**

Vrei (numești o persoana).....să închei întâlnirea cu o rugăciune la alegerea ta, te rog frumos ? (se ridică în picioare și se formează un cerc ținându-se de mâini)

Continuați să

reveniți!

Mai poftiți pe la noi!

Programul

funcționează!