

# **Chair-Vorlage für Donnerstag Telefon Meeting 18:30 Uhr der Anonymen Unterverdiener**

Hallo, ich heiße \_\_\_\_\_ und bin Chair dieses Meetings.

## **(Gelassenheitsgebet)**

Lasst uns einen Moment zur Ruhe kommen, gefolgt vom Gelassenheitsgebet in der Wir-Form:

*Gott gebe uns die Gelassenheit,  
Dinge hinzunehmen, die wir nicht  
ändern können, den Mut, Dinge zu  
ändern, die wir ändern können und  
die Weisheit, das eine vom anderen  
zu unterscheiden.*

## **(Präambel)**

Die Anonymen Unterverdiener sind eine Gemeinschaft von Männern und Frauen, die miteinander ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung teilen, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und anderen zur Genesung vom Unterverdienen zu verhelfen. Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch, mit dem Unterverdienen aufzuhören. Die Gemeinschaft kennt keine Mitgliedsbeiträge oder Gebühren, sie erhält sich durch eigene Spenden. Die Gemeinschaft UA ist mit keiner Sekte, Konfession, Partei, Organisation oder Institution verbunden; sie will sich weder an öffentlichen Debatten beteiligen, noch zu irgendwelchen Streitfragen Stellung nehmen. Unser Hauptzweck ist, mit dem Unterverdienen aufzuhören, einen Tag nach dem anderen und anderen Unterverdienern dabei zu helfen, dasselbe zu tun.

Wir stellen uns jetzt der Reihe nach nur mit unserem Vornamen vor. Mein Name

ist .....

### **(Zwölf Schritte & Zwölf Traditionen):**

Unser Programm basiert auf dem Glauben, dass die Grundlage für Veränderung und Genesung von zwanghaftem Unterverdienen im Arbeiten der Zwölf Schritte und der Einhaltung der Zwölf Traditionen zu finden ist, wie sie von den Anonymen Alkoholikern entwickelt wurden.

Wer ist bereit, die Zwölf Schritte vorzulesen?

Wer ist bereit, die Tradition des Monats und die Zwölfte Tradition vorzulesen?

### **(Fokus und Format des Meetings):**

Der Fokus dieses Meetings liegt auf den Zwölf Schritten und den UA-Werkzeugen. Zuerst lesen wir die Symptome und die Werkzeuge vor. Um 19:15 ist es Zeit für UA bezogene Ankündigungen und dann kurz Aktionen zu teilen, die wir heute oder in dieser Woche ergreifen wollen, um unser Unterverdienen zu überwinden. Tradition Zwei besagt: "Für den Sinn und Zweck unserer Gruppe gibt es nur eine höchste Autorität - einen liebenden Gott, wie Er sich in dem Gewissen unserer Gruppe zu erkennen gibt. Unsere Vertrauensleute sind nur betraute Diener; sie herrschen nicht." Um die Gelassenheit des Meetings zu gewährleisten gibt es einige akzeptierte Richtlinien: Bitte versuche, dein Teilen darauf zu beschränken, wie sich das Unterverdienen und deine Genesung davon auf dein Leben auswirkt. Wir betreiben keinen sogenannten Crosstalk, worunter wir das Unterbrechen oder das direkte Ansprechen eines anderen Sprechers verstehen. Um das Teilen zu

organisieren, brauchen wir eine Zeitnehmerin oder einen Zeitnehmer. Wer ist bereit, diesen Dienst zu übernehmen? Das Teilen ist jeweils bis zu vier Minuten lang mit einem Hinweis wenn noch 1 Minute verbleibt. Bitte bestätige den oder die Zeitnehmerin mit einem "Danke" und komm nach vier Minuten zum Ende.

### **(Begrüßung für Neue):**

Bevor wir beginnen, möchten wir jeden Neuen zu diesem Meeting begrüßen und uns für deine Anwesenheit bedanken. Es wird empfohlen, an mindestens sechs Meetings teilzunehmen, damit du dir die Zeit gibst, dich mit den Beiträgen zu identifizieren, die UA-Konzepte aufzunehmen und mehr über das Programm zu erfahren, indem du die Website erkundest und ein paar Anrufe tätigt. Gibt es Neue unter uns, die sechs Meetings oder weniger besucht haben, die sich mit Vornamen vorstellen möchten?

### **(Lesen von Symptomen und Werkzeugen der UA)**

Jetzt lesen wir die Symptome und Werkzeuge. Lasst uns während des Vorlesens der Symptome darüber nachdenken, wie wir die Symptome in unserem Leben erlebt haben, wie sich unsere Wahrnehmung bezüglich der Symptome verändert hat und welche Anzeichen von Genesung wir möglicherweise bereits erlebt haben. Wer ist bereit, die Symptome zu lesen?

Welche Fortschritte oder Herausforderungen haben wir bei der Integration der Werkzeuge von UA in unser Leben erlebt, einen Tag nach dem anderen? Wer ist bereit, die Werkzeuge von UA zu lesen und danach ein Werkzeug für den heutigen Fokus auszuwählen?

### **EINLADUNG ZUM TEILEN:**

Tradition 5 besagt: "Die Hauptaufgabe jeder Gruppe ist, unsere UA-Botschaft zu Unterverdienern zu bringen, die noch leiden." Wir bitten dich, dein Teilen auf deine Genesung in UA zu beschränken. Verweise auf andere 12-Schritte-Programme

und die Werkzeuge, die diese verwenden, verwässern die Botschaft von UA.  
Das Meeting ist nun zum Teilen geöffnet.

### **ca. 19:15 Uhr - Siebte Tradition & Ankündigungen:**

UA erhebt keine Mitgliedsbeiträge oder sonstige Gebühren; wir tragen uns selbst durch unsere eigenen freiwilligen Spenden. Diese nutzen wir für die Verbreitung von UA-Literatur und die Pflege der Website.

Gib, was du kannst, aber wenn du im Moment nichts geben kannst, komm immer wieder zurück, denn du wichtiger als dein Geld.

Gibt es UA bezogene Ankündigungen?

Nun gibt es kurz Zeit Aktionen zu teilen, mit denen wir heute oder in dieser Woche unser Unterverdienen überwinden wollen.

Wer möchte Aktionen teilen?

### **Abschluss:**

Das ist alle Zeit, die wir zum Teilen haben. Ich möchte mich bei allen, die geteilt haben, und bei ..... fürs Zeitnehmen bedanken.

Danke, dass Ihr mir die Möglichkeit gegeben habt, Dienst zu leisten.

Die Meinungen, die hier geäußert wurden, sind ganz persönliche Gedanken derjenigen, die sie geäußert haben. Nimm Dir davon, was Dir gefallen hat und lass den Rest beiseite. Das, was Du gehört hast, wurde im Vertrauen vorgebracht und sollte auch vertraulich behandelt werden. Lass es in diesem Raum und verschließe es in Deinen Gedanken.

Einige besondere Worte an diejenigen von Euch, die noch nicht lange bei uns

sind: Was immer Du für Probleme hast, unter uns sind auch solche, die diese Probleme auch gehabt hatten. Wenn Du offen bist dafür, wirst Du Hilfe finden. Du wirst erkennen, dass keine Situation so schwierig ist, dass sie nicht verbessert werden könnte und kein Unglück so groß, dass es nicht zu verringern wäre. Redet untereinander, diskutiere mit jemand anderem, aber lass keinen Klatsch oder Kritik an irgendjemandem zu. Lass stattdessen das Verständnis, die Liebe und den Frieden des Programms in Dir wachsen, einen Tag nach dem anderen. Wollen nun die, die möchten, das Gelassenheitsgebet mit mir sprechen.

*Version 1.1 (Dank an das UA-Samstag Zoom Meeting für diese Chair-Vorlage)*