



**Adult Children of Alcoholics®/Dysfunctional Families
World Service Organization, Inc.**

ACA KOOSOLEKU FORMAAT

Tere, mina olen _____, täiskasvanud laps [ja juhatan tänaõhtust koosolekut].

Palun, lülitage oma telefon koosoleku ajaks välja! Tänan!

Soovime teile tere tulemast Alkohoolikute Täiskasvanud Laste Tallinna rühma koosolekule. Kuigi alkohoolikute täiskasvanud lapsed olid ATL rühmategevuse algatajad, on rühmad avatud ka muul moel häiritud peredes kasvatatud täiskasvanud lastele.

ATL on anonüümne sõpruskond, kus me jagame oma kogemusi lapsepõlvest alkohoolses või muul viisil vigaselt toimivas kodus ning selle mõjudest meie elus. Alkoholismi või muu toimimishäire perehaigus nakatas meid lastena ja avaldab meile endiselt mõju veel tänaselgi päeval. Kui me teeme tööd ATL 12 Sammuga ja osaleme korrapäraselt koosolekutel, hakkame vabanema oma vigaselt toimunud päritoluperekonna mõjudest.

Me oleme ATL-i liikmed, kuna tunneme end ära “Probleemi” tekstis ja “Mustapesunimekirja” 14 tunnuses. Päev korraga õpime me elama “Lahenduses,” muutudes tasapisi iseene armastavaks lapsevanemaks, et terveneda enesetunnetuse kaudu, vabaneda mineviku kannatustest ja leida lootust homseks, elades tänases päevas.

Palun ühinege minuga vaikusehetkeks, et mõelda sellele, miks me oleme siia tulnud.

Seejärel loeme meelerahu palve.

[Vaikus]

Jumal, anna mulle meelegi
leppida asjadega, mida ma ei saa muuta,
julgest muuta asju, mida ma saan muuta,
ja tarkust nende vahel vahet teha.

Palun vabatahtlikel lugeda ette programmiteksteid.

1. Kes on nõus lugema ette “Probleemi”?
2. Kes on nõus lugema ette “Lahenduse”?
3. Kes on nõus lugema ette “Lubadused”?
4. Kes on nõus lugema ette 12 Sammu?
5. Kes on nõus lugema ette 12 traditsiooni?

{neist viimasest 3-st tekstist võib jätta juhataja valikul 2 koosoleku lõpetamiseks}

Tänase koosoleku teema on _____ Programmitekstiks olen ma täna valinud lõigu ATL Suure Punase Raamatu _____ leheküljelt. [teemakohase teksti lugemine]

Tänaõhtune koosolek kestab 90 minutit. Me püüame piirduda 5-minutiga iga sõnavõtu kohta, kuid julgustame korduvat sõnavõtmist. Koosolek on nüüd avatud oma kogemuse jagamiseks!