



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

## **FORMATO RIUNIONE DI ACA**

*(La Riunione dura 1:30)*

Ciao, mi chiamo *(nome di battesimo)*. Benvenuti alla Riunione di *(nome della riunione)* dei Figli Adulti di Alcolisti.

Per favore assicuratevi che i cellulari siano spenti durante la riunione.

Noi ci incontriamo per condividere l'esperienza che abbiamo come bambini cresciuti in una famiglia di alcolisti o disfunzionale. Quell'esperienza ci ha contagiato allora e ci influenza oggi. Mettendo in pratica i Dodici Passi, concentrandoci sulla Soluzione ed accettando un Potere Superiore come noi lo possiamo comprendere, troviamo la libertà dagli effetti dell'alcolismo o di un'altra disfunzione familiare. Noi ci identifichiamo con "Il Problema" ed impariamo a vivere nella "Soluzione", un giorno alla volta.

Volete per favore unirvi a me in un momento di silenzio seguito dalla Preghiera della Serenità?

Ho chiesto a \_\_\_\_\_ di leggere Il Problema (o la Lista del Bucato).

Ho chiesto a \_\_\_\_\_ di leggere La Soluzione.

Ho chiesto a \_\_\_\_\_ di leggere I 12 Passi.

Potreste identificarvi con le nostre letture anche se, nella vostra famiglia, non c'era un'alcolismo evidente o una dipendenza. Questo è comune perché, in una famiglia, la disfunzione può verificarsi senza la presenza di una dipendenza. Vi diamo il benvenuto.

Se state partecipando ad una riunione di ACA per la prima volta, potete per favore presentarvi con il vostro nome? Non è per mettervi in imbarazzo ma così possiamo darvi il benvenuto ed iniziare a conoscervi. (Inizia un applauso). Siamo felici che siate qui. Continuate a tornare. Possiamo fare un giro e presentarci col nostro nome. Il mio nome è \_\_\_\_\_.

Questo programma non è facile, ma se potete gestire ciò che emerge in sei riunioni consecutive inizierete ad uscire dalla negazione. Questo vi darà la libertà dal passato. Voi e la vostra vita cambierete. All'inizio molti di noi potrebbero non riconoscere od accettare che alcuni dei nostri attuali atteggiamenti o comportamenti derivino da alcune esperienze collegate all'alcolismo o alla disfunzione nella nostra infanzia. Ci comportiamo come adulti bambini, il che significa che portiamo nei nostri rapporti da adulti l'insicurezza in noi stessi e la paura apprese nell'infanzia. Partecipando a sei riunioni consecutive e successivamente frequentando con regolarità, arriviamo a conoscere ed iniziamo ad agire secondo il nostro Vero Se.

oi incoraggiamo ogni membro a condividere apertamente le sue esperienze per quanto il tempo lo permetta. Questo è un posto sicuro per condividere le vostre esperienze da adulti e dell'infanzia senza essere giudicati.

Per concedere a tutti la possibilità di condividere durante la riunione, chiediamo ad ogni persona di limitare la sua condivisione a cinque minuti. *(3 o 4 se la riunione è numerosa).*

Ciò che sentite in questa riunione dovrebbe rimanere nella riunione. Non parliamo della storia o dell'esperienza di un'altra persona ad altri. Per favore rispettate l'anonimato di coloro che hanno condiviso qui stasera.

Noi non parliamo incrociato durante la riunione. Parlare incrociato significa interrompere, far riferimento a, o commentare ciò che un'altra persona ha detto durante la riunione. Non parliamo incrociato perché gli adulti bambini provengono da ambienti familiari dove i sentimenti e le percezioni venivano giudicati sbagliati o difettosi. Noi accettiamo senza commentare ciò che gli altri dicono perché è la loro verità. Lavoriamo al fine di portare maggiore responsabilità nelle nostre vite piuttosto che dare consigli agli altri.

La riunione di stasera è su \_\_\_\_\_ *(Studio di un Passo, Aperta o discussione su un Argomento, Studio di una Tradizione, Riunione con oratore o altro).* Ora inizieremo a condividere e finiremo alle \_\_\_\_\_ *(circa 15 minuti prima della chiusura della riunione).*

*(il Conduttore può chiedere alle persone di tenersi per mano oppure puoi fare un giro da sinistra a destra o da destra a sinistra- sceglie il conduttore o il gruppo)*

Ora possiamo iniziare a condividere.

*(Fine della condivisione del Gruppo).*

E' giunto il momento della 7<sup>a</sup> Tradizione *(passare il cestino)* che afferma: "Ogni gruppo di ACA dovrebbe essere completamente autosufficiente, rifiutando contributi esterni". I nuovi venuti sono incoraggiati a comprare la letteratura ed i libri e non è necessario che contribuiscano alla loro prima riunione.

Qualcuno può leggere la 12<sup>a</sup> Tradizione?

Ora è il momento per:

- gli Annunci del Segretario
- il Resoconto del Tesoriere
- il Resoconto del Comitato d'Intergruppo

Qualcuno ha qualsiasi altro annuncio riguardante ACA?

*(se il tempo lo permette)* Qualcun altro ha un forte bisogno di condividere? (e/o) Questo è tutto il tempo che abbiamo per condividere. Grazie per esservi uniti a noi e continuate a tornare. Se non siete riusciti a condividere stasera, per favore parlate con qualcuno dopo la riunione se ne avete bisogno.

E' il momento di leggere Le Promesse.

Puoi \_\_\_\_\_ per favore chiudere la riunione con la preghiera di tua scelta? *(Alzarsi e formare un cerchio tenendosi per mano)*

Continuate a tornare. Funziona!