

Mötesordning för _____ SLAA

Välkommen till SLAA, Anonyma Sex- och kärleksberoendes möte hos _____ som pågår _____ timme mellan _____.

Jag heter _____ och är sex- och kärleksberoende. Detta mötets primära uppgift är att vi delar med oss av erfarenheter i vårt praktiska arbete med de tolv stegen och vårt tillfrisknande i vårt program. Jag ber er tysta ner era mobiltelefoner.

Vi inleder med en kort stunds tystnad och tänker på varför vi är här och på andra sex- och kärleksberoende som fortfarande lider.

Läsning av SLAA:s inledningstext.

Anonyma sex- och kärleksberoende är en tolvstegs- och tolvtraditionsinriktad gemenskap baserad på den modell som Anonyma Alkoholister ursprungligen tog fram. Det enda villkoret för medlemskap i SLAA är en önskan att sluta leva ut ett mönster av sex- och kärleksberoende. SLAA är helt självförsörjande genom frivilliga bidrag från sina medlemmar och är gratis för alla som behöver det. För att motverka de destruktiva konsekvenserna av sex- och kärleksberoende tar vi hjälp av fem huvudsakliga tillgångar:

1. **Nykterhet.** Vår villighet att sluta agera ut i vårt eget personliga bottenlinjebeteende på daglig basis.
2. **Sponsorskap/Möten.** Vår förmåga att söka oss till den stödjande gemenskapen i SLAA.
3. **Stegen.** Vår tillämpning av tolvstegsprogrammet för tillfrisknande, för att uppnå sexuell och känslomässig nykterhet.
4. **Service.** Vi ger tillbaka till SLAA:s gemenskap vad vi hela tiden så frikostigt får ta emot.
5. **Andlighet.** Vårt utvecklande av en relation med en kraft större än oss själva som kan vägleda och upprätthålla vårt tillfrisknande.

Som gemenskap har SLAA ingen anknytning till andra organisationer, rörelser eller intressegrupper, vare sig religiösa eller världsliga.

Vi är dock samlade för ett gemensamt ändamål: att ta itu med vårt sexuella och känslomässiga beroende. Vi finner en gemensam nämnare i vår besatthet och våra tvångsmässiga mönster, vilket går bortom alla personliga skillnader vad gäller sexuell läggning eller könsidentitet.

Vi måste noga skydda varje SLAA-medlems anonymitet. Vi försöker även undvika att dra till oss otillbörlig uppmärksamhet från media kring SLAA som helhet.

Fråga: Är det någon som är här på sitt allra första möte?

(Om nej, gå vidare till läsning av SLAA tolv steg och SLAA tolv traditioner)

(Läs om det är nykomlingar på mötet.)

Då är Du/Ni särskilt välkommen/välkomna! Utan nykomlingar dör programmet och enligt tredje traditionen är SLAA öppet för alla som behöver det. Det enda kravet för medlemskap är en önskan att sluta leva ut ett mönster av sex- och kärleksberoende, en dag i taget. Vi har en mötesform med en fast början och avslutning. Huvuddelen av mötet består av att var och en delar kring föreslagna steg eller teman eller kring våra erfarenheter av sjukdomen och tillfrisknandet. Vi i den här gruppen skulle uppskatta om Du, som är här för första gången, presenterar dig med förnamn. Om du vill får du kort berätta varför du sökt dig hit. *(Ge nykomlingen tid att presentera sig).*

Finns det någon som varit nykter en tid, som är villig att efter mötet informera nykomlingen om hur programmet fungerar?

Nu läser vi SLAA 12-steg och SLAA 12-traditioner. Vi skickar runt och läser ett eller ett par steg/traditioner var, all läsning är frivillig.

Det är praktiskt möte _____ i varje månad.

(Om det är praktiskt möte gå över till praktiskt möte här. Mötesmanual finns i pärmen.)

Gruppinventeringsmöte 5:e _____ i månaden. *(Om det är gruppinventeringsmöte gå över till praktiskt möte här. Manual finns i pärmen).*

Alla övriga dagar: nu läser vi stegtext utifrån aktuell månad och vecka ur SLAA Basic text svenska översättningen.

(OBS! Detta är ett förslag! Varje SLAA grupp är självstyrande och bestämmer själva vilka texter som man läser eller vilka teman man väljer att ha eller inte ha de olika veckorna i månaden. En del möten väljer att t.ex. läsa månadens tradition, januari- tradition 1 osv., den vecka då man har praktiskt möte, en del möten väljer att ha sexuell, känslomässig och social anorexi som tema en vecka i månaden. De flesta möten väljer att endast läsa konferensgodkänd SLAA och AA litteratur.)

Praktiska frågor:

- a. Finns det nykter tid att uppmärksamma? Medaljutdelning!
- b. Finns det tillgängliga sponsorer här idag? *(Vänta på svar).*
Du som söker en sponsor kan fråga vem du vill.
- c. Finns det meddelanden till gruppen?
- d. Vem kan tänka sig att öppna nästa vecka? Den som öppnar kommer kl. _____ och tar, från vårt skåp, kassen med mötespärm och påsen med te, muggar mm, kokar vatten och tänder ljus.

(Om ingen anmäler sig tas frågan upp igen i samband med avslutningen).

Delning – två olika textförslag:

(Förslag ett)

Detta är ett temamöte. Är det någon som har förslag på tema? *(Vänta på förslag.)*

Då delar vi kring det föreslagna temat/temana eller kring det steg vi just nu arbetar med. Det går också bra att dela om erfarenheterna av sjukdomen och tillfrisknandet. Vill Du inte säga något räcker det med att presentera Dig med förnamn och säga att Du bara lyssnar.

Jag vill också påminna om vår första tradition som ber oss att ta hand om varandra. Därför avbryter vi inte varandra, kommenterar eller ställer frågor under delningsrundan. Vi kommenterar inte heller varandras delningar efter mötet utan att fråga vederbörande först.

Vi använder inte grova ord eller beskriver utageranden i detalj. Om detta skulle inträffa har mötesledaren rätt att avbryta delningen. Den eventuella litteratur vi nämner är endast godkänd SLAA-litteratur och jag ber kärleksfullt om att inte nämna namn på olika behandlingar eller dylikt eller någon enskild terapeut. /

(Förslag två)

Nu har vi kommit fram till dagens delningar. Vi kan tala antingen kring dagens text eller fritt utifrån vad som känns angeläget att få dela med sig av.

När vi delar ger vi inte råd till andra utan tar ansvar för oss själva. Det enda villkoret för medlemskap i SLAA är en önskan att sluta leva ut sitt sex- och kärleksberoende. Detta innebär att vi inte kommer hit för att träffa en partner och vi lever inte ut missbruket här, det vill säga ingen flört eller dylikt. Vi undviker grova ord, detaljer och förskönande av missbruket. /

Jag vill påminna om att vi tänker på tiden så att alla som vill får dela.

Förespråkar gruppsamvetet fri delning eller att rundan går medurs?

Förespråkar gruppsamvetet tidsbegränsad delning? *(Om ja, dela antalet mötesdeltagare med den tid som är kvar av mötet.)*

Vem kan ta tid? Du som tar tid markerar med att knacka då det återstår en halv minut av tiden, så att den som delar kan avrunda.

Då lämnar jag ordet fritt.

Avslutning *(Fem minuter innan mötes tiden är slut).*

Då vill jag tacka alla som gjort mötet möjligt och så vill jag påminna om SLAA:s sjunde tradition, enligt vilken vi är självförsörjande och inte tar emot gåvor utifrån. Pengarna går till hyra, fika och inköp av litteratur och överskottet sänds till Riksgruppen. Frivilliga gåvor läggs i hatten som skickas runt eller Swishas till kassören.

Nykomlingar behöver inte lägga något. Vi ber er komma tillbaka istället. *(Låt hatten gå runt innan du fortsätter läsa).*

Fråga: Vem tar hand om pengarna?

Den som tar hand om pengarna Swishar till kassören.

Fråga: Vilka kan hjälpa till att plocka av och ställa i ordning efter mötet?

Så vill jag påminna om SLAA:s tolfte tradition, Anonymiteten är vår andliga grundval och vad som sagts här och vilka som varit här, stannar här. De som inte har presenterat sig har möjlighet att göra det nu.

(Om ingen anmält sig att öppna nästa möte. ta upp frågan igen.)

(Förslag ett)

Nu ställer vi oss upp i en ring och fattar varandras händer och läser sinnesrobönen tillsammans.

(Förslag två)

Då avslutar vi mötet med sinnesrobönen.

Gud, ge oss sinnesro att acceptera det vi inte kan förändra, mod att förändra det vi kan och förstånd att inse skillnaden.