

Was die Gemeinschaft der EA nicht tut

EA führt keine Mitgliederlisten und zeichnet keine Krankengeschichten auf.

Wir sind weder Ehe- noch Berufsberatung.

Wir vermitteln weder Wohnung, noch Arbeit, noch Sozialhilfe, noch gewähren wir finanzielle Unterstützung.

Wir laufen unseren Gruppenangehörigen weder nach, noch kontrollieren wir sie.

Wir ersetzen weder ärztliche noch psychotherapeutische Behandlung.

Wir ersetzen keinerlei kirchliche Einrichtungen oder Dienste, auch bieten wir keine Sanatoriumsplätze oder Heilverfahren an.

Wir stellen keine Fragen, wir urteilen und argumentieren nicht, wir machen keine Vorschriften in persönlichen Dingen.

Wo finden Sie unsere EA-Gruppen?

EA-Deutschland hat eine zentrale Kontaktstelle, die Adressen und Meetingszeiten der Gruppentreffen sowie Telefon-Nummern an Interessenten weitergibt. Dort werden auch Anfragen nach Informationsmaterial beantwortet.

Adressen:

EA-Kontaktstelle Deutschland:
Katzbachstraße 33, D-10965 Berlin
Tel.: Q 030 - 7 86 79 84, Fax: 030 - 78 89 61 78

E-Mail: info@EmotionsAnonymous.de
Internet: www.EmotionsAnonymous.de

EA-Kontaktstelle Schweiz:
Postfach 228, CH-4016 Basel Tel.: 079-6 84 45 12

4. Auflage

© Emotions Anonymous
Interessengemeinschaft e.V.

Das EA-Logo kennzeichnet die offizielle EA-Literatur oder genehmigte Veröffentlichungen.
Zur kostenlosen Weitergabe an Interessenten.

Bestell-Nr. 600

2-08-20000

Emotions Anonymous



Selbsthilfegruppen für emotionale Gesundheit

EA in Stichworten

Was ist EA?

Emotions Anonymous ist eine Gemeinschaft von Männern und Frauen aus allen Berufen und Gesellschaftsschichten, die sich immer wieder treffen, um ihre emotionalen (seelischen) Probleme zu lösen. In regelmäßigen wöchentlichen Meetings versuchen wir eine neue Lebensweise zu lernen und zu üben. Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch, emotional gesund zu werden und diese Gesundheit zu erhalten.

Wie ist EA entstanden?

Emotions Anonymous wurde 1964 in den USA gegründet. Bis 1968 gab es einige Einzelgruppen. Danach verbreitete sich die heutige EA ab 1971 im deutschsprachigen Raum. Im gegenseitigen Gespräch fanden wir Hilfe für unsere emotionalen Störungen, wie z.B. Neurosen, Ängste, Depressionen, Zwänge und Süchte. Die Empfehlungen des Zwölf-Schritte-Programms der Anonymen Alkoholiker, abgewandelt für Menschen mit emotionalen (seelischen) Problemen wurden zur Grundlage unserer Selbsthilfegruppen.

Wie sind die Beziehungen der EA zu anderen Gruppierungen?

EA ist grundsätzlich unabhängig; wir sind aber offen für Gespräche und Zusammenarbeit mit helfenden Menschen, Berufsgruppen, Organisationen und Einrichtungen, mit Ärzten, Psychologen und Therapeuten ebenso wie mit Sozialarbeitern, karitativen Organisationen, kirchlichen und anderen Einrichtungen. Wir nehmen weder Stellung zu Fragen außerhalb unserer Gemeinschaft, noch beteiligen wir uns an öffentlichen Debatten.

Wie erhält sich die Gemeinschaft der EA?

Es gehört zu unseren anerkannten Traditionen, die sich sowohl bei EA als auch vorher bei den Anonymen Alkoholikern bewährt haben, dass wir uns nur durch freiwillige Spenden aus unseren eigenen Reihen erhalten. Wir

erbitten weder Unterstützung von außen noch nehmen wir sie an. Damit wahren wir unsere Unabhängigkeit.

Wie hilft uns EA?

Das Programm der Emotions Anonymous beruht auf dem Prinzip der Freiwilligkeit und dem Bemühen, jeweils nur für einen einzigen Tag bewusst zu leben. Wir versuchen im Denken und Fühlen nüchtern und gesund zu werden, indem wir unsere Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen.

Wir bekommen so den Mut, unsere Mängel zuzugeben und die Gelassenheit, auch mit noch ungelösten Problemen in Frieden zu leben.

Was bedeutet „anonym“ bei EA?

Anonymität ist die geistige Grundlage der Gemeinschaft, die sich nach ihren Grundsätzen und nicht nach den Ansichten einzelner Personen richtet. Wir stellen Prinzipien vor persönliche Interessen. Wir wollen unser Genesungsprogramm bekannt machen, ohne bestimmte Menschen herauszustellen, die nach diesem Programm leben. Die persönliche Anonymität schützt den Einzelnen und die Gemeinschaft vor unerwünschter Öffentlichkeit. Die Zugehörigkeit zu EA wird nicht bekannt.

Wer kann an EA-Meetings teilnehmen?

Jeder ist willkommen, der emotionale (seelische) Probleme hat und bereit ist, dies zuzugeben. Der Wunsch, gesund zu werden, ist die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit zu EA. Wir besuchen die Meetings nur um unsern Willen, um uns selbst zu helfen, nicht aus anderen Gründen oder einer anderen Person zuliebe. Unser gemeinsames Wohlergehen steht an erster Stelle.

Öffentliche Meetings sind zur Information der Allgemeinheit gedacht, hier stellen sich einzelne Freunde und Freundinnen mit ihrer Lebensgeschichte vor und berichten über ihre seelisch-geistige Genesung.