

Präambel

Emotions Anonymous ist eine Gemeinschaft von Menschen, die ihre ganze Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen, um mit ihren emotionalen Belastungen besser umzugehen.

Wir sind mit keiner Religionsgemeinschaft, Sekte, Partei, Organisation oder Institution verbunden und erhalten uns selbst durch unsere freiwilligen Spenden.

Wir kommen zu Meetings zusammen, um mit Hilfe des 12-Schritte-Programms eine neue Lebensweise zu lernen und zu üben.

Wir können in den Meetings alles sagen und haben die Gewissheit, dass das Gesagte unter uns bleibt. Wir respektieren die Anonymität aller Teilnehmenden und stellen keine Fragen.

Wir urteilen und argumentieren nicht. Wir machen auch keine Vorschriften in persönlichen Dingen.

Jede Person hat ihre Meinung und kann diese im Meeting mitteilen. „Expertinnen“ oder „Experten“ sind wir nur in unseren persönlichen Erfahrungen und darin, wie wir versuchen, nach dem Programm zu leben, wie das Programm auf uns wirkt und wie EA uns hilft.

Wir besuchen die Meetings, um uns selbst zu helfen – nicht aus anderen Gründen oder einer anderen Person zuliebe. Wir sorgen für das gemeinsame Wohlergehen und unterstützen uns gegenseitig. Unser Ziel ist es, uns selbst und anderen emotional belasteten Menschen dabei zu helfen, gesund zu werden und diese Gesundheit zu erhalten.