

چگونه یک جلسه اشتراک گذاری (تبادل نظر) برگزار کنیم

هدف از یک جلسه اشتراک گذاری، رفع نیاز به بهبود ارتباط بین کمیته ی (خدمتگزاران) ناحیه، بخش و گروه ها است، تا از این طریق خدمات در انجمن الکلی های گمنام (A.A) از طریق همکاری تقویت شود. جلسات تبادل نظر برای رسیدن به یک نتیجه گیری، مانند یک جلسه رسمی اداری A.A. طراحی نشده اند. این جلسات معمولاً زمانی برگزار می شوند که مشکلی در سطح خدمات به حد دشواری رسیده باشد و نیاز به بررسی گزینه هایی برای غلبه بر این چالش وجود داشته باشد.

فرمت معمول جلسات هم اندیشی (اشتراک گذاری) به این صورت است که «گرداننده ی جلسه» مسئله ای را که قرار است مورد بحث قرار گیرد، مطرح می کند و سپس درخواست اظهار نظر می کند. شرکت کنندگان پاسخ می دهند، معمولاً به ترتیب در اتاق صحبت می کنند، به طوری که هر فرد بیش از زمان مشخصی که از قبل توسط همه حاضران توافق شده (شاید یک یا دو دقیقه) صحبت نکند، پس از آن زنگی به صدا در می آید که نشان دهنده «اتمام زمان» است. یک شرکت کننده تنها پس از اینکه همه افراد دیگر یک بار نظرات خود را به اشتراک گذاشتند، می تواند دوباره در مورد همان موضوع صحبت کند. سپس او می تواند دوباره به نوبت صحبت کند. این تبادل نظر ادامه می یابد تا زمانی که همه آنچه را که لازم است در هر دور صحبت در اتاق بگویند، بیان کنند. به خاطر داشته باشید، هیچ کس نباید هرگز از نظر خود خجالت بکشد.

در حین به اشتراک گذاری، یک داوطلب به عنوان "منشی" چکیده و اصل مطالب به اشتراک گذاشته شده را یادداشت می کند. این یادداشت باید هم مختصر و هم غیررسمی باشد. از آنجایی که به اشتراک گذاری در مورد یک موضوع خاص ممکن است یک ساعت یا بیشتر طول بکشد تا تمام جوانب آن بررسی شود، معمولاً بهتر است برای هر جلسه به اشتراک گذاری فقط یک موضوع در نظر گرفته شود. دوباره یادآوری می گردد، هیچ فردی نباید در پایان یک جلسه اشتراک گذاری، جمع بندی یا نتیجه گیری کند. هر شرکت کننده "خوراک فکری" دریافت خواهد کرد. این فوق العاده است! (این عالی است!).

برای اینکه جلسات اشتراک گذاری مؤثر باشند، جلسات تبادل تجربه نباید بیش از ۳۰ شرکت کننده داشته باشد (گروه های بزرگتر را می توان به دو جلسه تقسیم کرد). این جلسات همچنین می توانند در جلسات منظم ناحیه، بخش یا گروه گنجانده شوند. خدمتگزاران ناحیه ممکن است دریابند که جلسات تبادل تجربه، علاقه و تمایل بیشتر نمایندگان خدمات عمومی (G.S.R.s) را برای مشارکت تقویت می کند. بخش ها و گروه ها ممکن است جلسات تبادل تجربه را راهی ترجیحی برای بحث در مورد موضوعاتی بیابند که به ویژه حساس یا دشوار هستند.

دفتر خدمات عمومی شما خوشحال خواهد شد که از شما بشنود جلسه اشتراک گذاری (تبادل تجربه) شما چگونه پیش رفته است.

www.aa.org