

סדנת עקרונות השרות

הסדנא מיועדת לעבודה משותפת בקבוצות, בין מאמנים ומאומנים וכן לעבודה אישית. במידה והקבוצה גדולה ניתן להתחלק לקבוצות קטנות של עד 4 חברים כך שיהיה מספיק זמן לכתיבה והתחלקות. אין הכרח לעבור על כל השאלות וניתן לסיים את השאלות בבית.

שרות - עקרונות מסורות 1, 5

מסורת 1: טובתנו המשותפת קודמת, החלמה אישית תלויה באחדות או.איי
עקרון רוחני - אחדות.
לפני או. איי. הייתי לבד במאבקים באוכל. זוהי מחלה של בדידות. האחדות מלמדת אותי שאני צריכה אחרים. ליהנות מעצמי וגם מאחרים.
המסורת הראשונה מלמדת אותי לבקש עזרה. קשה לי לעשות זאת. זה נובע מפגם הגאווה.
אם אבקש עזרה, סימן שאני חלשה.
בעזרת המסורת הראשונה אני לומדת מהי כניעה וקבלה.
אמונה בכוח העליון הביאה אותי לוותר על הרצון העצמי.
האחדות היא גם מחויבות, השירות מחייב.
אין כזה דבר "לא בא לי". מחויבות כלפי משפחה, עבודה, יחסים עם אחרים.
אני לומדת לקבל את האחר. מבינה שעיקרון האחדות מנוגד לאחידות. אני לא צריכה לשנות אחרים, את האנרגיה אני משקיעה בלשנות את עצמי.
המסורת הראשונה מדגישה את נושא הפתיחות והנכונות לקבל דברים חדשים.

מסורת 5 "לכל קבוצה מטרה עיקרית אחת - לשאת את המסר (את בשורת ההחלמה) לאכלני יתר כפייתיים הממשיכים לסבול"
עיקרון רוחני - מטרה.

"מתן שירות באו איי מהווה גורם מפתיע בעוצמתו בהחלמתנו. פעולות פשוטות שנראו בלתי חשובות כשנקטנו בהן הפכו להיות בעלות השפעה עמוקה עלינו ועל אחרים... האושר שאנו זוכים בו כשאנו מעבירים את המסר הוא כוח חיובי בחיינו היום. הוא תומך בנו בזמנים טובים ובזמנים קשים ומשנה אותנו ואת חברינו להחלמה". (שנים עשר הצעדים ושתים עשרה המסורות של אכלני יתר כפייתיים, עמ' 83).

1. חזרו וקראו על מסורות 1 ו-5 בביג בוק ובספר 12 הצעדים ו 12 המסורות של או.איי. כתבו ושתפו חברי תכנית מה למדתם או הבנתם מחדש על מסורות 1.
2. חשבו בכנות האם אתם "נחים על זרי הדפנה" או אכן "הולכים לכל מרחק לעשות שירות"? (להנחות בקבוצות שנמצאות רחוק ממקום מגורכם, לקיחת תפקיד קבוצות קישור, ועדות מש"א וכדומה)
כאשר התגובה הראשונה שלכם לבקשת עשית שירות זה "לא בא לי לעשות" / "זה לא נוח לי" / "שאחרים יעשו" זכרו שטובתנו המשותפת קדמת, החלמה אישית תלויה באחדות או, איי – אם חברים לא יעשו שירות דברים לא ייעשו ולכן:
✓ חשבו על עקרון HOW: נכונות, פתיחות וכנות והשאיירו ראש פתוח ללקיחת אחריות והתחייבות לתפקיד
✓ קודם אמרו כן ואח"כ התמודדות עם ההתנגדויות בעזרת עבודת התכנית, המאמנים ושאר הכלים של התכנית – ראו זאת כהזדמנות לעשות דברים חדשים בסביבה תומכת!



✓ זכרו שהתכנית שלנו מבוססת על "התפתחות ולא שלמות" ולכן דעו שיש לכם את מה שצריך על מנת להתחיל בעשיית השירות. כל השאר יסתדר תוך כדי עשייה.

3. כתבו על דברים שאתם מכירים תודה בחברותא היום (כ 100 קבוצות בארץ, ספרות בעברית, משרד....) וחשבו כיצד כל זה נוצר? מה המחויבות שלנו היום "להמשיך את השרשרת" ?
4. לעיתים בקבוצות, בקבוצות קישור ואף במש"א יש חברים שעושים שירות שנה אחר ומחליפים תפקידים על מנת שהפעילות תימשך. מה ניתן לעשות על מנת שיהיו חברים חדשים, וכיצד זה ישרת אותנו? מה יקרה שאותם חברים שעושים שרות יסיימו את תפקידם ולא יהיו חברים שיסכימו לעשות תפקידים אלו?
* עודדו הגעת מאומנים לפגישות קבוצת קישור ומש"א.
* הציעו באופן אישי מועמדות למשרות.

עקרונות השירות – פירמידה הפוכה

באו אי יש לנו 12 עקרונות שירות (ניתן לקרוא על 12 עקרונות השירות באתר או אי)

עיקרון השירות הראשון "אחדות" - האחריות והסמכות העליונים לקיום השירותים העולמיים של OA מצויים במצפון הקבוצה של החברותא שלנו כולה.

לכל אחד מהחברים יש השפעה על החלטות השירות העולמי הן בדרך ישירה והן דרך הנציגים לגופי השרות השונים. ההצעות מגיעות לשירות העולמי לאחר שעברו בקבוצות הקישור, במש"א ובאיזורים

מועצת מנהלים



עובדים – יחידים

חברותא – יחידים



חבר הנאמנים



1. חשבו על עקרון "פירמידה הפוכה" כפי שמופיע לעלה, וכתבו / שתפו חברים למה חשוב לי כיחיד להיות חלק מקבוצה, למה לקבוצה חשוב להיות חלק מקבוצת קישור ומה החשיבות של אחדות כל הקבוצות במרכז שירות ארצי? כיצד אני יכול לתרום בכל רמות השירות? מה החשיבות של השתייכות או איי ישראל באו אי אזור 9 ובקשר עם או איי עולם?
2. חברים רבים (בעיקר מצטרפים חדשים) מתנגדים לעיתים להיות מעורבים במתן שרות. אילו דברים אנו יכולים לעשות על מנת לעודד אותם להתקדם לשלב הבא לשרת באו איי.
 - * להטמיע כי כל אחד יכול לתת שרות
 - * לקיים פגישת "שאלות ותשובות" לחדשים ולדבר בה על השרות.
3. לעיתים, טינות, קונפליקטים לא פתורים ואף בורות מעצימים את האדישות ביחס למתן שירות. כיצד ניתן להתגבר על אדישות מסוג זה, במיוחד כאשר זה נהיה שכיח בגוף שרות?
 - * התחלק ושתף בניסיון ובהתלהבות.
 - * הראה כי שרות יכול לשחרר טינות, תוך כדי יציאה מהסגירות העצמית

זכרו:

"עקרון השירות, שמונח ביסוד הצעד השנים עשר, מנחה את צעדינו בתוך ומחוץ לתכנית. כאן אנו חווים את האמת הגדולה, כשאנו מוותרים על הצורך לשלוט באנשים ומאפשרים לכוח העליון שלנו להתשמש בנו על מנת לשרת אחרים. אנו מקבלים כמות אדירה של אושר וכוח... אלה מאתנו החיים תכנית זו אינם רק נושאי המסר; אנו בעצמנו המסר". (שנים עשר הצעדים ושנים עשרה המסורות של אכלני יתר כפייתיים, עמ' 83).