



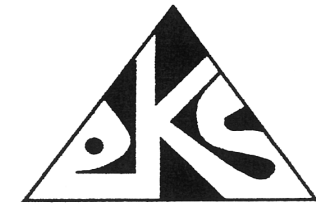
Sponsorschaft

Was kann Sponsorschaft beinhalten?

- Zuhören
- die Höhere Macht ist immer dabei
- Achtsamkeit
- Freundlichkeit
- Präsenz (da sein, Raum geben)
- bei sich ankommen
- genährt werden
- Verlässlichkeit
- Verbindlichkeit
- Augenhöhe
- eins-zu-eins-Beziehung
- einen Spiegel vorhalten und vorgehalten bekommen
- gegenseitiger Respekt
- ehrlich und offen teilen
- möglichst wenig Tipps geben, eher auf Fragen antworten die kommen
- Zeit lassen für Entwicklung
- Geduld
- alle Gefühle dürfen da sein
- gemeinsam EKS Literatur (u.a. 12-Schritte-Literatur) lesen
- in den 12 Schritten arbeiten
- Arbeit an der Herkunftsfamilie
- Inventur
- miteinander beten
- Annahme
- Trost
- Empathie
- Verständnis
- Vertrauen

... und was noch?

- Wertschätzung
- Nähe
- Resonanz
- Dankbarkeit
- Rückmeldung auf Wunsch (möglichst ohne Du-Botschaften)
- klare Grenzen ziehen (zeitlich, emotional, intellektuell, jedes Mal, jeden Tag aufs Neue)
- Transparenz
- Intuition
- zwangloser Austausch der jeweils eigenen Wahrnehmung
- Erfahrung, Kraft und Hoffnung teilen
- liebevolles und barmherziges Herangehen an das Suchtverhalten unterschiedlichster Art
- Versöhnung mit dem inneren Kind / mit den inneren Kindern
- innere Kinder finden, benennen und sie sprechen lassen
- innere liebende Eltern finden
- WegbegleiterIn
- Reisegefährtn
- Verantwortung
- Liebe



Sponsorschaft



bei
Erwachsenen Kindern von suchtkranken
Eltern und Erziehern

EKS - Literatur

Milanweg 12, 48231 Warendorf
Tel : 0800 - 12357357
eMail: info@eksev.org
Internet: www.eksev.org



Ein Werkzeug der Genesung

Sponsorschaft ist im 12-Schritte-Programm ein wichtiges Werkzeug der Genesung für alle, die das möchten – und damit gleichwertig mit Meetingbesuch, Telefonieren, Literatur, Schreiben, Dienst, Anonymität und Nüchternheit!

Die Wichtigkeit und Wirksamkeit von Sponsorschaft liegt v. a. an der Möglichkeit des Aufbaus einer vertrauensvollen persönlichen Beziehung. Vielleicht sogar zum ersten Mal, nachdem wir in unserer Kindheit meist nicht erfahren und nicht gelernt haben, uns auf eine liebevolle, ehrliche und verbindliche Unterstützung einlassen und verlassen zu können. Was aber in Beziehungen verletzt wurde, kann auch nur in Beziehungen geheilt werden!

Mögliche Formen der Sponsorschaft:

- vorübergehendes Sponsern von Neuen
- Kurzzeit-Sponsern in Notfällen
- Co-Sponsorschaft (gegenseitige Sponsorschaft)
- dauerhafte Sponsorschaft
- einE SponsorIn kann mehrere Sponsees und ein Sponsee mehrere SponsorInnen haben
- eine Sponsorschaft kann jederzeit von beiden Seiten beendet werden
- persönliche Treffen
- Telefonate
- schriftlicher Austausch

Den Weg nicht alleine gehen

Wir laden die Höhere Macht ein, bitten sie um Hilfe und nehmen Hilfe an. Wir erfahren Hilfe durch die Begleitung von Gott, wie wir ihn verstehen und durch den/die SponsorIn.

Mögliche Wünsche an eine Sponsorin / einen Sponsor:

- Sympathie
- Ähnlichkeiten und Unterschiede
- sich gut im Programm auskennen
- eigenes Unterstützungssystem
- eigeneR SponsorIn?
- Arbeit an der Herkunftsfamilie, Trauer- und Innere-Kind-Arbeit hilfreich
- Achtsamkeit
- Gelassenheit

Mögliche Schwierigkeiten:

Als SponsorIn brauchen wir wegen evtl. Fehler nicht überängstlich zu sein. Erwachsene Kinder sind Überlebende, und sie wissen sich zu schützen. Es können Gefühle von Verletzung und Kränkung entstehen oder Missverständnisse vorkommen – diese und ihre gemeinsame Bearbeitung in der Sponsorschaft sind auch ein wesentlicher Teil des Genesungsweges.

Und als Sponsee brauchen wir nicht zu denken, wir seien eine Last, wenn wir um jemandes Zeit bitten. Wir lernen auch, dass wir Fehler machen können und nicht alle Antworten wissen müssen, um Hilfe zu bekommen.

Was sollte in einer Sponsorschaft NICHT vorkommen:

- Perfektionsanspruch (an sich selbst und an die/den AndereN)
- Manipulation, Übergriffe
- Verurteilung, Rechthaben
- Vereinnahmung der Sponsee-Genesung als Werk des/der Sponsors/in
- Überforderung (auf beiden Seiten)
- Sexualität
- es sollte weder Geld, Kleidung, Obdach noch Arbeit zur Verfügung gestellt werden
- sie ist kein Ersatz für Arztbesuch, Therapie, Ehe-, Schuldner- und sonstige professionelle Beratung

Wichtig:

- es ist nie zu spät! (und auch nie zu früh!)
- von beiden Seiten dürfen Fehler gemacht werden
- nicht zu hart, aber auch nicht überfürsorglich sein (Abhängigkeit!)
- auch alle anderen Werkzeuge der Genesung nutzen und sich nicht ausschließlich auf den Sponsor fixieren (der/die SponsorIn muss/kann nicht rund um die Uhr erreichbar sein)
- jedeR darf auch schwach, unfähig, nicht in der Lage sein
- wir können nicht alleine heil werden
- wir lernen Hilfe zu geben, Hilfe anzunehmen und um Hilfe zu bitten
- spirituelle Verbindung