

# ***Leitlinien für Beiträge zu den Rundbriefen***

Diese Leitlinien sollen sowohl dem Verfasser von Beiträgen als auch denen, die mit der redaktionellen Tätigkeit beim Erstellen des Rundbriefs beschäftigt sind, eine Hilfe sein. Die Beiträge in unseren Rundbriefen werden von OA-Mitgliedern für OA-Mitglieder geschrieben.

Jedes Mitglied hat eine Geschichte zu erzählen und jede Geschichte ist wichtig. Wenn du für unseren Rundbrief schreibst, hilfst du anderen. Außerdem gehörst du dann zu der Gruppe von OAs, die sich die Mühe machen, so wie es im Zwölften Schritt steht, „diese Botschaft weiterzugeben“.

Die Rundbriefe sind von dir und anderen OAs abhängig. Nur so können die Seiten gefüllt werden. Ohne unsere OA-Autoren gäbe es keine Rundbriefe.

Diese Leitlinien verstehen sich als Vorschläge, die dir helfen sollen, deine Beiträge zu schreiben.

## ***Grundlegende Leitlinien:***

### **Schreibe über das Thema, das du dir ausgewählt hast.**

Beschreibe kurz deine körperliche, geistige und spirituelle Verfassung, als du zu OA gekommen bist. Lasse dabei nichts aus, einschließlich deines Gewichts zu dieser Zeit.

Gehe im Detail darauf ein, wie die Schritte, die Prinzipien des Programms, die Traditionen, die Werkzeuge und/oder die Zwölf Konzepte des OA-Dienstes dir bei deiner Genesung geholfen haben.

Schreibe von deiner OA-Erfahrung. Du solltest dich auf OA konzentrieren. Berichte von anderen Zwölf-Schritte-Programmen und Hilfe von anderer Seite sind „Fragen außerhalb unserer Gemeinschaft“ (Zehnte Tradition).

Schreibe, wie lange du schon abstinent bist und wie deine körperliche Genesung aussieht.

Wenn du mit der Hand schreibst, so achte bitte darauf, dass die Schrift gut lesbar ist.

## ***Häufig gestellte Fragen und Antworten:***

### **Welche Art von Geschichten werden im Rundbrief veröffentlicht?**

Gesucht werden authentische persönliche Genesungsgeschichten. „Wie ging es mir vor OA; wie arbeitete ich im OA-Programm; was war das Ergebnis; wie sieht heute mein Leben aus.“

Beschreibe, wie OA dir geholfen hat; gehe dabei auch auf Details ein. Unsere Rundbriefe sind eine Art „schriftliches Meeting“ und die meisten veröffentlichten Artikel sind geschrieben wie ein Wortbeitrag im Meeting.

Die effektivsten OA-Geschichten beziehen sich darauf, wie durch das OA-Programm Konflikte gelöst wurden, das Selbstbewusstsein gestärkt wurde oder das tägliche Leben wieder zu meistern wurde. Motivierende Geschichten, die sich an Neue wenden, die noch kämpfen, oder an Mitglieder, die im Rückfall sind, helfen allen Rundbrieflesern.

Besonders wertvoll sind Geschichten zu den Zwölf Schritten, den Prinzipien des Programms, den Zwölf Traditionen, den Werkzeugen, dem Dienst in OA, spirituelles Erwachen und Erfahrungen von Neuen in OA.

Zieht aber auch folgende Themen in Betracht:

- Abstinenz
- Bei OA ohne Meeting (Loners)
- Anonymität
- Anziehung des Programms
- Arbeit im Programm
- Beziehungen
- Bindung von Mitgliedern an die Gruppe
- Dankbarkeit
- Die drei Ebenen der Genesung
- Ehrlichkeit
- Einigkeit
- Essplan
- Gefühle
- Gelassenheit
- Genesung und Erhalt der Genesung
- Genesung vom Rückfall
- Höhere Macht
- Jugendliche in OA
- Komm wieder
- Körperliche Genesung
- Langjährige OA-Mitgliedschaft

- Meetings
- Perfektionismus
- Schwangerschaft/Unfruchtbarkeit
- Selbstwert
- Sexualität
- Slogans
- Spiritualität
- Sponsorschaft
- Um Hilfe bitten
- Urlaub
- Urlaub/Arbeit
- Versprechen des Programms
- Wut/Groll
- Zwölfter Schritt innerhalb unserer Gemeinschaft

### **Sollte ich irgendwelche Themen vermeiden?**

Wenn du auch durch Einrichtungen und Gedankengut von außerhalb von OA oder durch andere Zwölf-Schritte-Gruppen Hilfe gefunden hast, so konzentriere dich in deinem Beitrag dennoch auf die Erfahrung, Kraft und Hoffnung, die du im OA-Programm gefunden hast. Denke daran, Rundbriefleser suchen für ihr zwanghaftes Essen die Hilfe von OA.

### **Werden in den Rundbriefen Gedichte, Comics, Humor oder Fotos veröffentlicht?**

Die Rundbriefe veröffentlichen Gedichte, welche die OA-Botschaft der Erfahrung, Kraft und Hoffnung in sich tragen oder in direkter Weise vom OA-Programm handeln. Die Gedichte müssen vom Einsender stammen.

Humoristische Stücke können als langer Beitrag oder als kürzerer als „Spaltenfüller“ erscheinen.

Es werden auch gerne Fotografien veröffentlicht, die von Mitgliedern angefertigt wurden. Die Fotografien können nicht zurückgeschickt werden und werden eventuell beschnitten oder anderweitig verändert. Bedenke, dass das Prinzip der Anonymität dabei immer gewahrt bleibt.

### **Was ist, wenn in meinem Beitrag Grammatik- oder Rechtschreibfehler sind?**

Beiträge, die als Dateien eingeschickt werden, werden auf Rechtschreib- und Grammatikfehler hin überprüft und korrigiert. Ansonsten ist das Weitergeben der Botschaft wichtiger als irgendwelche Fehler dieser Art.

### **Welche Größe sollte mein Beitrag haben und was ist sonst noch zu beachten?**

Geschichten von nicht mehr als 500 Worten sind besser zur Veröffentlichung geeignet. Es ist nicht nötig mit doppeltem Zeilenabstand zu schreiben; Schriftgröße 14 ist aber wünschenswert. Eine gut leserliche Handschrift ist ein Muss. Von Manuskripten und Briefen, die eingesandt werden, wird angenommen, dass sie zur Veröffentlichung gedacht sind, und werden Eigentum von Overeaters Anonymous Interessengemeinschaft, e.V. Einsendungen werden nicht zurückgesandt.

Alle Einsendungen sollten für eventuelle Rückfragen eine Kontaktmöglichkeit zum Verfasser enthalten. Deine Anonymität wird bei der Veröffentlichung jedoch gewahrt; ebenso bleibt dein Wohnort oder dein Herkunftsland anonym, wenn du es so wünschst.

### **Was geschieht mit meiner Geschichte?**

Wir senden keine Bestätigung des Erhalts von Einsendungen und behalten uns vor, in Rücksprache mit dem Einsender (so weit eine Kontaktmöglichkeit besteht) redaktionelle Änderungen an dem Beitrag vorzunehmen.

Dieser Text wurde in Anlehnung an einen Beitrag in Lifeline 08/2001 vom DDOA (Deutschsprachiger Dienst OA) erstellt.  
Er ist keine OA-weltdienstkonferenzgenehmigte Literatur.

Vom DDOA genehmigt im April 2002  
**Leitlinien für Beiträge zu den Rundbriefen**  
Best. Nr. 128/C