

Richtlinien zur Anonymität in der digitalen Welt

Digitale Kommunikation war zum Zeitpunkt der Formulierung der Zwölf Traditionen nicht vorhersehbar. Daher ist es wichtig zu berücksichtigen, wie die Nutzung elektronischer Medien die eigene Anonymität oder die Anonymität anderer beeinflussen kann, während wir genesen und die Botschaft der Genesung weitergeben, die durch die Zwölf Schritte und die Zwölf Traditionen von Overeaters Anonymous vermittelt wird. Diese Richtlinien bauen auf den Erfahrungen unserer Gemeinschaft auf und geben fundierte Empfehlungen zur Bedeutung der Wahrung unserer persönlichen Anonymität sowie der Anonymität der OA-Mitglieder in der virtuellen Welt.

Relevante OA-Literatur und -Richtlinien

Traditionen

Tradition Elf: Unsere Öffentlichkeitsarbeit beruht eher auf Anziehung als auf Werbung; wir sollten stets unsere persönliche Anonymität gegenüber Presse, Rundfunk, Film, Fernsehen und anderen öffentlichen Kommunikationsmedien aufrecht erhalten.

Tradition Elf befasst sich mit der Notwendigkeit, dass Mitglieder außerhalb der Gemeinschaft auf der Ebene öffentlicher Medien anonym bleiben. Durch die Befolgung dieser Tradition schützen wir uns vor der Annahme, dass die Genesung einer einzelnen Person für OA als Ganzes steht. Ebenso schützen wir uns vor der Versuchung, dass Einzelne öffentliche Anerkennung suchen. Mitglieder, die unsere Elfte Tradition missachten, können dem Geist der Gemeinschaft von OA schaden, der für unsere persönliche Heilung wesentlich ist. Solche Anonymitätsbrüche können den Namen OA zwar in die Öffentlichkeit bringen, sie können aber auch Neid und Konkurrenz um Aufmerksamkeit und finanzielle Vorteile hervorrufen. Wir müssen bereit sein, unser Bedürfnis nach Anerkennung aufzugeben, um unsere eigene Genesung und OA als Ganzes zu schützen.

In den Zwölf Schritten und Zwölf Traditionen von AA heißt es warnend: „Auf dieser Ebene [öffentlich] war Anonymität – hundertprozentige Anonymität – die einzig mögliche Antwort. Hier mussten ausnahmslos die Prinzipien vor den Persönlichkeiten stehen“ (S. 187).

Tradition Zwölf: Anonymität ist die spirituelle Grundlage aller dieser Traditionen. Sie soll uns immer daran erinnern, Prinzipien über Personen zu stellen.

Innerhalb der OA-Gemeinschaft haben Mitglieder das Recht, selbst zu entscheiden, was sie über sich preisgeben. Gleichzeitig tragen wir die Verantwortung, die Anonymität unserer Mitmitglieder zu schützen.



Stellungnahme von Overeaters Anonymous zu öffentlichen Medien und sozialen Netzwerken

Obwohl Overeaters Anonymous zu externen Themen, einschließlich sozialer Medien, keine Meinung hat, empfehlen die Delegierten der World Service Business Conference (WSBC) 2019, dass jedes OA-Mitglied, jede OA-Gruppe oder jeder Dienstausschuss, der soziale Medien für öffentliche Information und Öffentlichkeitsarbeit nutzt, die persönliche Anonymität der OA-Mitglieder wahrt.

Mitglieder von Overeaters Anonymous sind anonym. Die Gemeinschaft selbst ist es nicht. OA-Mitglieder sind dafür verantwortlich, ihre eigene Anonymität zu wahren und die Anonymität anderer OA-Mitglieder zu respektieren. Beim Besuch eines OA-Meetings – ob persönlich oder virtuell – werden Mitglieder ermutigt, geeignete Maßnahmen zu ergreifen, um ihre eigene Anonymität und die ihrer Mitmitglieder zu schützen.

Alle registrierten virtuellen Meetings müssen die Mitglieder darüber informieren, dass ihre Anonymität bei der Teilnahme an einem virtuellen Meeting nicht vollständig geschützt ist.

(WSBC-Richtlinie 2011a, geändert 2016 und 2019)

Standards für verschiedene Formen digitaler Medien

Bei OA-bezogenen E-Mails ist Vorsicht geboten. Wenn wir in sozialen Netzwerken posten oder bloggen, veröffentlichen wir auf öffentlicher Ebene. Was wir senden oder posten, kann leicht von anderen innerhalb und außerhalb der Gemeinschaft gesehen und weiterverbreitet werden. Wenn wir unsere eigene Anonymität in digitalen Medien aufheben, können wir unbeabsichtigt auch die Anonymität anderer verletzen. Andere könnten – zu Recht oder zu Unrecht – annehmen, dass unsere „virtuellen Freunde“ OA-Mitglieder sind.

E-Mail

Elektronische Post ist eine Methode zum Austausch digitaler Nachrichten.

- Vermeide die Verwendung deines vollständigen Namens als Teil deiner E-Mail-Adresse.
- Vermeide die Nutzung deiner geschäftlichen E-Mail-Adresse, da sie eine Verbindung zu externen Interessen impliziert.

Dienst-E-Mail-Korrespondenz INNERHALB der Gemeinschaft

Es ist ratsam, eine zweite E-Mail-Adresse für OA-Korrespondenz einzurichten. Wenn ein Dienstausschuss fortlaufende Service-Positionen hat, die E-Mail nutzen, können für diese Positionen eigene Adressen eingerichtet werden, z. B. bint@overeatersanonymous.de oder newsletter@overeatersanonymous.de. Diese Konten können dann durch Änderung der Weiterleitungsinformationen einfach an die nächste Person in dieser Position übergeben werden.



Viele Anbieter erlauben es, eine E-Mail-Adresse mit einer anderen zu verknüpfen, sodass E-Mails weitergeleitet werden können. So lassen sich alle E-Mails über ein persönliches Konto verwalten, ohne sich in ein zweites Konto einloggen zu müssen – außer zum Antworten.

Beim Versenden von E-Mails an mehrere Mitglieder gleichzeitig ist es wichtig, deren Anonymität zu wahren. Nutze das Blindkopie-Feld (BCC) oder erstelle eine Verteilerliste mit einer neutralen Bezeichnung. Verwende keine programmbezogenen Begriffe wie „Zwölf Schritte“ im Titel, da dies die Anonymität gefährden könnte, wenn die Nachricht im Posteingang erscheint. Hinweise zur Nutzung von BCC oder zur Erstellung von Verteilerlisten findest du in den Anleitungen deines E-Mail-Anbieters.

Dienst-E-Mail-Korrespondenz AUSSERHALB der Gemeinschaft

Es ist ebenfalls sinnvoll, eine E-Mail-Adresse zu verwenden, die die jeweilige Dienstposition widerspiegelt, wenn Aufgaben den Kontakt zu Fachleuten oder Medien erfordern. In solcher Korrespondenz ist es angemessen, den vollständigen Namen zu verwenden. Dies ist die Ausnahme, da im geschäftlichen Kontext – einschließlich Medien- und Öffentlichkeitsarbeit – der volle Name Standard ist. Werden wir infolge dieser Korrespondenz um ein Interview gebeten, liegt es in unserer Verantwortung, die interviewende Person über unsere Anonymitätsrichtlinien zu informieren und darauf hinzuweisen, dass weder Nachnamen noch Bilder verwendet werden dürfen. Weitere Hinweise und Ressourcen zur Öffentlichkeitsarbeit finden sich unter dem Reiter „Öffentlichkeit“ (<https://www.overeatersanonymous.de/medien-fachleute/>).

Persönliche E-Mail-Korrespondenz und Kontaktlisten

Wenn wir den Namen eines Mitglieds in unsere persönliche Kontaktliste oder unser elektronisches Adressbuch aufnehmen, fügen wir im Namensfeld keine persönlichen Hinweise hinzu, z. B. „Kathie (OA)“. Beim Weiterleiten von Informationen wird der Name angezeigt, und die Anonymität kann verletzt werden.

Blogs

Wenn wir unsere Mitgliedschaft bei Overeaters Anonymous erwähnen, verwenden wir weder unseren vollständigen Namen noch ein Foto auf der Blog-Seite. Möchten wir unseren Namen und/oder ein Foto verwenden, erwähnen wir unsere Zugehörigkeit zu Overeaters Anonymous nicht und machen keine Hinweise, die unsere Mitgliedschaft offenlegen würden.

Messaging-Apps

Diese Anwendungen nutzen das Internet zum Versand von Textnachrichten, Dokumenten, Bildern sowie Video- und Audionachrichten.

Bei der Nutzung in einer geschlossenen Umgebung, in der wir mit einem einzelnen Login (z. B. einem Meeting) kommunizieren, ist es in Ordnung, unseren Namen zu verwenden und Bilder zu teilen. In einer offenen oder geteilten Umgebung mit Followern, die Beiträge sehen können, erwähnen wir weder unsere eigene Mitgliedschaft noch die unserer Follower.



Podcasts

Wenn Podcasts von Sprecherinnen oder Sprechern auf OA-Websites veröffentlicht werden, ist es wichtig, die Elfte und Zwölfte Tradition zu beachten. Zum Schutz der Anonymität und um eine Personalisierung zu vermeiden, wird empfohlen, fiktive Namen zu verwenden – als Erinnerung daran, „Prinzipien vor Persönlichkeiten“ zu stellen. Aufnahmen sollten nach Themen und nicht nach Namen gelistet werden. Wenn Namen genannt werden, keine vollständigen Namen verwenden, sondern nur Vornamen oder Vornamen mit Initialen. Vor der Veröffentlichung sollte die Aufnahme auf Traditionsverstöße, insbesondere Anonymität, überprüft werden. Falls ein Problem auftritt, kann eine Rücksprache mit der sprechenden Person eine Bearbeitung der Aufnahme ermöglichen.

Soziale Netzwerke

Soziale Netzwerke ermöglichen es Nutzern, Ideen, Bilder, Beiträge, Aktivitäten, Veranstaltungen und Interessen mit ihrem Netzwerk zu teilen.

Öffentlichkeitsarbeit von Overeaters Anonymous in sozialen Netzwerken

Obwohl OA-Mitglieder die Botschaft weitertragen, ist das World Service Office (WSO) für die Erstellung und Verbreitung aller weltweiten Mitteilungen verantwortlich. Dienstausschüsse werden ermutigt, WSO-Ankündigungen auf ihren lokalen Websites zu veröffentlichen oder auf oa.org sowie auf vom WSO erstellte Social-Media-Seiten zu verlinken. Alle Formen sozialer Medien bieten Möglichkeiten zur Öffentlichkeitsarbeit und Information.

Entscheidet sich ein Dienstausschuss für ein eigenes Konto, sollte dieses frei von persönlichen Fotos und Kommentaren sein, die die Identität von OA-Mitgliedern offenlegen. Empfohlen wird ein Hinweis wie: „Wir freuen uns über die Unterstützung unserer Gemeinschaft durch Personen, denen diese Seite gefällt. Dies bedeutet jedoch nicht, dass sie Mitglieder von Overeaters Anonymous sind.“

Persönliche Profile in sozialen Netzwerken

Es wird dringend empfohlen, auf persönlichen Social-Media-Profilen nicht mitzuteilen, dass man Mitglied von Overeaters Anonymous ist. Auch wenn es uns selbst egal sein mag, wer davon weiß, könnten wir unbeabsichtigt die Mitgliedschaft anderer offenlegen.

Achte darauf, dass Fotos nicht erkennen lassen, dass wir oder andere Personen auf dem Bild an einer OA-Veranstaltung teilnehmen. Beachte sichtbare Hintergründe, Namensschilder oder Banner.

Vermeide es, OA-Flyer auf persönlichen Seiten zu posten oder in Videos über OA zu sprechen. Wenn OA-Informationen geteilt werden, könnten andere – zu Recht oder zu Unrecht – annehmen, dass alle, die den Beitrag unterstützen oder liken, OA-Mitglieder sind.

Gruppen in sozialen Netzwerken

OA-Mitglieder können erwägen, eine private Gruppe in einem sozialen Netzwerk einzurichten. Eine solche Gruppe ist passwortgeschützt und nur auf Einladung zugänglich. Datenschutzrichtlinien sozialer Netzwerke ändern sich häufig. Es ist wichtig, dass die Mitglieder das Sicherheitsniveau als ausreichend empfinden und sich



des Risikos für ihre Anonymität bewusst sind. Es wird empfohlen, die Datenschutzrichtlinien regelmäßig zu prüfen.

Einige soziale Medien dienen ausschließlich dem Informationsaustausch unter ausgewählten Freunden und eignen sich gut als Informationsseiten. Andere Plattformen bieten Foren und soziale Gruppen, verfolgen jedoch zugleich kommerzielle Interessen. Auf solchen Seiten besteht die Gefahr, dass die Botschaft von OA mit der des Anbieters vermischt wird. Obwohl eine Teilnahme möglich ist, sollte der Name oder das Logo von OA dort nicht verwendet werden, da sonst der Eindruck entstehen könnte, OA unterstütze oder bewerbe die Plattform oder deren Produkte.

Die Nutzung sozialer Netzwerke, um auf OA aufmerksam zu machen, ist eine gute Möglichkeit der Öffentlichkeitsinformation. Es muss nicht kompliziert sein: Eine einfache Seite mit Namen und Zweck von OA sowie einem Link zu den Fünfzehn Fragen auf der OA-Website („Mach den OA-Test“, [oa.org/quiz](https://www.oa.org/quiz)) kann Interesse wecken.

Verwendung des OA-Namens und -Logos

OA, Overeaters Anonymous und das OA-Logo sind eingetragene Marken; sämtliche OA-Literatur ist urheberrechtlich geschützt. Der Name, das Logo und die Literatur dürfen nur für OA-Gruppen- und Dienstausschuss-bezogene Websites verwendet werden. Für die Nutzung des Logos oder von OA-Literatur in jeglichen Medien – gedruckt oder elektronisch – ist eine Genehmigung erforderlich. Vollständige Informationen finden sich auf der Seite „Copyright Requests“ der OA-Website.

**Eine hilfreiche Grundregel zur Anonymität – digital wie analog – lautet:
Teile nichts, was du nicht auf der Titelseite einer Zeitung sehen möchtest.
Auch wenn du die Anonymität anderer wahrst, kannst du nicht sicherstellen,
dass andere deine wahren.**

OA-Verantwortungsversprechen

Immer die Hand und das Herz von OA auszustrecken
zu allen, die meine Zwanghaftigkeit teilen;
dafür bin ich verantwortlich.



Copyright © 2026 der deutschen Übersetzung bei Overeaters Anonymous e. V.
Mit freundlicher Genehmigung von OVEREATERS ANONYMOUS, INC.

Alle Rechte vorbehalten.

Kein Teil dieser Publikation darf in irgendeiner Form ohne vorherige schriftliche Genehmigung
von Overeaters Anonymous e.V. reproduziert werden.

Deutschsprachige OA | Overeaters Anonymous Interessengemeinschaft e.V.
Heckenrosenweg 33 – 35 | 47804 Krefeld | Deutschland
Tel. +049 (421) 32 72 24 | www.overeatersanonymous.de

