

RCA erhebt keine Beiträge - wir erhalten uns von freiwilligen Spenden in Form einer „Hutsammlung“ am Ende eines Meetings. Weder Anmeldepflicht noch Kündigungsfristen existieren - informiert euch, ruft an oder kommt einfach zu einem Meeting.

Was dürft ihr erwarten?

Wer die drei wichtigsten Empfehlungen - Ehrlichkeit, Unvoreingenommenheit und Bereitwilligkeit zusammen mit den 12 Schritten gewissenhaft praktiziert, darf mit äußerst positiven und angenehmen Veränderungen im Zusammenleben als Paar aber auch im eigenen Leben rechnen.

Kontakt

lokale Kontakt-Daten:

RCA-Deutschland:

Email: kontakt@recovering-couples.de

Internet: www.recovering-couples.de



**Immer
wieder
Zoff?**

RCA - Recovering Couples Anonymous

Anonyme Paare in Genesung

Für wen ist RCA?

RCA ist für Paare, deren Beziehung wiederholt in unüberwindbare Schwierigkeiten gerät, für Paare, die nicht miteinander - aber auch nicht ohne einander leben können oder wollen; Für Paare, die sich gegenseitig eher schwächen als gemeinsam stark zu sein, für Paare, die einzelnen oder gemeinsam an Süchten oder Abhängigkeiten leiden und ihr Zusammenleben darunter leidet. Gängige Symptome: gereizte Stimmung, Vorwürfe, Schuldzuweisungen, verbale oder körperliche Gewalt, aber auch strafendes Schweigen, mangelhafte Kommunikation, fehlende oder missverständene Intimität, Auseinanderleben, Außenbeziehungen, der Kinder wegen zusammenbleiben.

Was ist RCA?

Recovering Couples Anonymous (RCA) ist eine Gemeinschaft von Paaren, die in Nordamerika gegründet wurde. In Deutschland nennen wir uns „Anonyme Paare in Genesung“. Warum anonym? Bei unseren Treffen, sogenannten Meetings, erzählen wir einander Dinge, die wir streng vertraulich behandeln. Hinzu kommt, dass es für unsere Genesung völlig unwichtig ist, welchen Beruf wir ausüben oder welche gesellschaftliche Stellung wir haben. Daher verzichten wir auf die Nennung unseres Nachnamens.

RCA empfiehlt einen spirituellen Weg der Genesung von Beziehungsstörungen - den Weg der 12 Schritte. Diese 12 Prinzipien wurden vor mehr als 80 Jahren von den Anonymen Alkoholikern zusammengestellt und bewähren sich

mittlerweile bei Millionen von abhängigen Menschen - in mehr als 100 Ländern. RCA und die 12 Schritte stehen für einen spirituellen Genesungsweg - völlig losgelöst von Religionen oder sonstigen Glaubensgemeinschaften. Die Erfahrung hat gezeigt, dass unsere Beziehungsprobleme und die dahinter stehenden Phänomene so mächtig sind, dass wir sie mit Verstand, eigener Willenskraft und guten Vorsätzen nicht bewältigen konnten; wir brauchten eine Kraft, die noch größer ist - wir nennen sie „Höhere Macht“. Jedes Paar ist dazu eingeladen, seine eigene Vorstellung und Beschreibung dieser übernatürlichen Kraft zu wählen. Obwohl sich der Glaube an eine Höhere Macht unübersehbar bewährt hat, ist er keine Voraussetzung für die Teilnahme. RCA macht keine Vorschriften.

Was hat RCA zu bieten?

Wir ermutigen uns gegenseitig, die destruktiven und Kraft zehrenden Haltungen und Handlungen in unseren Beziehungen loszulassen und sie gegen bewährte, spirituelle Prinzipien einzutauschen. Wir lernen schlichtweg eine neue Art zu denken, zu fühlen und zu leben; keineswegs über Nacht, eher in kleinen Schritten, manchmal auch mit einem Rückschritt dazwischen.

Wir tun dies, indem wir uns regelmäßig in sogenannten Meetings treffen und unsere Erfahrungen mit der Anwendung der 12 Schritte austauschen. Gibt es in der Nähe unseres Wohnortes kein Meeting, können wir alternativ an Video-Meetings teilnehmen.