

Praktisk guide till Steg 9.

9. Vi gottgjorde personligen dessa människor så långt det var oss möjligt utom då detta kunde skada dem eller andra.

Gör ingenting i detta Steg förrän du har fått instruktioner av din Sponsor!

Läs från sidan 66 fram till tionde steget på sidan 73!

Efter du har diskuterat dina gottgörelser med Sponsorn och har en uppriktig önskan att ställa till rätta och har förmågan att visa din goda vilja, ta då kontakt med personen, som du vill gottgöra, så fort som möjligt (om personen inte vill, är det inget mer du kan göra)! Tala om ditt ärende, och säg ungefär så här:

"Som du förmodligen vet så har jag problem med alkoholen. Jag arbetar nu med AA Anonyma Alkoholisters 12 Steg för att tillfriskna från min alkoholism. I ett av dessa Steg ska jag gottgöra och ställa till rätta den skada som jag har åsamkat andra människor och du är en av dem. Därför är min önskan att få träffa dig när det passar."

När mötet sker går vi till denne i en försonlig och välvillig anda, erkänner vårt tidigare agg och uttrycker vår ånger och säger ungefär så här:

"Jag har varit självisk, oärlig och hänsynslös i min relation med dig... (tala om för personen specifikt hur du skadat dem). Jag beklagar djupt mina handlingar och önskar att de vore ogjorda. Tala också om för mig om jag har skadat dig på något annat sätt och vad jag kan göra för att ställa saker och ting tillrätta mellan oss."

Och nu låter du vederbörande tala, **utan att avbryta**.

- Detta är INTE en diskussion.
- Föreslå INTE hur du kan gottgöra.
- Du vet INTE vad personen tycker, tänker och känner, etc...
- Be INTE om ursäkt, det är själviskt.
- Det handlar INTE om dig!

Det handlar om den personen du har skadat! Du står framför den här personen för att ställa tillrätta!