

Hvad er krydstale?

Genoptrykt fra Lifeline, Ask-It Basket, august 1999

Spørgsmål: Hvad er krydstale? Er alle svar og kommentarer til en anden person på et møde krydstale? Er det at takke nogen for noget, han eller hun har delt, at tale på tværs? Eller er det kun krydstale, hvis kommentarerne er negative?

Svar: OA-litteraturen definerer ikke specifikt krydstale. I det foreslåede mødeformat står der:

"Når du deler din erfaring og styrke i OA, så del også dit håb.

Begræns din deling til tale om din erfaring med sygdommen tvangsspising, den løsning, der tilbydes af OA, og din egen bedring fra sygdommen, snarere end blot at tale om dagens eller ugens begivenheder. Hvis du har vanskeligheder, så fortæl, hvordan du bruger programmet til at håndtere dem. Hvis du har brug for at tale mere om dine vanskeligheder og søge løsninger, foreslår vi, at du taler med din sponsor og andre medlemmer efter mødet."

At fraråde krydstale giver frihed i OA til at sige det, der er svært at udtrykke andre steder. Delinger, der ikke fokuserer på din egen oplevelse, kan udgøre krydstale, herunder kommentarer til støtte for eller meninger som svar på en anden persons deling. Sådanne svar er ikke at dele din erfaring, men at give dit syn på andre i rummet.

Medlemmerne deler dog ofte situationer eller beskriver følelser, som er fælles for gruppen.

Medlemmerne ønsker at høre om andres bedring, at se, hvordan andre har håndteret lignende situationer, og at vide, at de ikke er alene. Dine intentioner og din tone afgør, om det at reagere på en andens situation er den bedste måde at dele din erfaring, styrke og håb på. Det er helt klart en gråzone, og da du aldrig ved, hvordan andre vil fortolke dine bemærkninger, er det nogle gange bedst ikke at kommentere.

Det er især svært ikke at reagere med det samme på et medlem i smerte. Et kærligt kram, et klap på skulderen eller en snak med personen efter mødet er det bedste udtryk for støtte.

At afbryde betragtes også som krydstale. Afbrydelser kan forstyrre mødet og nægte taleren tilstrækkelig mulighed for at dele. For at forhindre dette beder mange grupper medlemmerne om at række hånden op til godkendelse, før de fortæller.

Hvis krydstale generer din gruppe, kan du bede om et møde i styregruppen for at diskutere problemet. Overvej hvert medlems personlige definition af krydstale. I sidste ende bør gruppens konsensus om, hvad der udgør krydstale på mødet, gælde.

-- Medlemmer af bestyrelsen giver svar på disse spørgsmål