

1. ORGANIZÁ TUS PENSAMIENTOS:

Pensá lo que eras, lo que es Alateen y lo que significa en tu vida, en el hogar, en la escuela, en el trabajo, etc.

Usá notas o Literatura LAC.

2. CLASIFICÁ EL TIPO DE AUDIENCIA:

Averiguá a qué clase de grupo u organización tendrás que hablar, sus propósitos, intereses, edades y por qué te pidieron que hablaras.

Observá si el público de la audiencia se mantiene interesado en lo que estás hablando.

RECORDÁ: Sos una persona interesante, dejá que la audiencia lo conozca. Hablá, que serás escuchado con atención.

3. HABLÁ CON SENCILLEZ, SÉ VOS MISMO SINCERA Y HONESTAMENTE:

Despreocupáte lo más posible.

Pensá en lo que sos, en tus experiencias, habilidades, ideas, sentimientos, futuro. Sentite feliz al usar el programa.

Recordá que sos importante, una persona real. Ellos esperan tu historia.

Demostres tu confianza, pero ¡no exageres!

4. RECORDALES QUE SOS ALATEEN:

Puede que seas el único contacto que los oyentes han tenido con Alateen o con el propósito del programa. Deciles cómo, por qué, cuándo y quién. Da una buena impresión: explicales todo con claridad. Dejales ver en vos el ejemplo de una vida Alateen.

5. CONCENTRATE EN EL PROBLEMA Y EN VOS MISMO, NO EN EL DE TUS PADRES O ALGUIEN MÁS:

Contá tu propia historia y no los problemas de otros.

Solamente podés hacer cambios en vos mismo; por eso habla solo de vos, de Alateen y de tus experiencias al practicar el programa.

6. EMPEZÁ POR EL PRINCIPIO:

¡Esto es importante! Si empezás por el principio, o sea antes de que te unieras a un Grupo Alateen, podés cubrir más material informativo y enfatizar mucho mejor cómo el Programa Alateen da buenos resultados en tu caso.

7. NO OLVIDES HACER REFERENCIA A LA LITERATURA Y A PUBLICACIONES ALATEEN: Mostrales a todos los conocimientos adquiridos en Alateen.

Llevá algunas piezas de Literatura LAC para tenerlas a mano en caso necesario. Leé la Literatura y hablá acerca de ella.

8. PEDÍ AYUDA PARA DIVULGAR EL PROGRAMA:

Tratá de que alguno de los presentes a la reunión informe a otros sobre Alateen, que hablen de Alateen a sus hijos, a otros jóvenes y a profesionales. Esto es practicar el Paso Doce. Cuando hables ante un Grupo AA o Al-Anon, tratá de hacer hincapié en la necesidad de tener buenos padrinos y su apoyo general (no apoyo económico). Pedí una crítica constructiva; esto a veces puede herir pero ayuda.

9. SIEMPRE ADELANTE:

Hablá a la gente. Invitalos a una Reunión Abierta Alateen; explicá el programa a los recién llegados y especialmente a otros jóvenes que vienen de hogares con problemas de alcoholismo. Mantené una lista de direcciones de grupos cercanos y el sitio web para derivar a personas y para hacer contactos futuros. No tengas miedo, que probablemente ellos son lo que temen abordar este tema.

Estas Guías pueden ser fotocopiadas