

# Beispiele, wie sich Gruppen in CoDA mit Traditionen beschäftigen können:

(dies ist keine offizielle CODA- Literatur, nur Beispiele, nehmt was ihr davon gebrauchen könnt und lasst den Rest beiseite)

## 1. Traditionen- Marathon:

Von AA werden regelmäßig zu Weihnachten und Neujahr Schritte- Marathons abgehalten. Jedem Schritt wird eine Stunde gewidmet, es teilt immer ein\*e Sprecher\*in zu einem Schritt und danach kann von der Gruppe geteilt werden.

Für 6 Schritte wird beispielsweise eine Zeit von 17:30-23:30 Uhr angesetzt. Genauso könnte mit den Traditionen auch verfahren werden. Ein Online- Format und entsprechende Bekanntmachung sind hilfreich, um möglichst viele CODA- Mitglieder zu erreichen. Wenn ihr als Gruppe so etwas planen möchtet und es bekannt machen wollt, wendet euch gerne an [meet@coda-deutschland.de](mailto:meet@coda-deutschland.de)

## 2. Traditionen Meeting:

Es existieren bereits reine Schritte- Meetings ( ca. 90 Minuten), in denen beispielsweise im 1. Sonntag im Monat der jeweilige Schritt des Monats im grünen Arbeitsbuch gelesen wird. Anschließend gibt es Zeit, um sich (jede\*r für sich) schriftlich mit den zugehörigen Fragen im Arbeitsbuch zu beschäftigen und im Anschluss kommt die Gruppe wieder zusammen und dazu zu teilen. Da im grünen Arbeitsbuch sowohl Schritte als auch Traditionen behandelt werden, könnte man mit diesem Konzept auch in einem Jahr alle Traditionen durchgehen.

Wenn ihr dazu ein Meeting gründen möchtet, gebt gerne die Daten an [meet@coda-deutschland.de](mailto:meet@coda-deutschland.de) weiter.

## 3. Integrieren der Traditionen in das wöchentliche Meeting:

Es hat sich oft bewährt, ein Meeting im Monat den Traditionen zu widmen. Nach einer Befindlichkeitsrunde wird die Tradition des Monats gelesen. Auch hier kann im Anschluss, eventuell zu von der Gruppe ausgewählten Fragen, geteilt werden. Dabei eignet sich als Grundlagenliteratur ebenfalls beispielsweise das grüne Arbeitsbuch, aber auch der zwölfteilige Werkzeugkasten für Beziehungen.

Probiert es gerne aus.

## 4. Beispiel des Konzepts zu den 12 Traditionen aus dem 12 Schritte und 12 Traditionen workshop:

Siehe [https://coda-deutschland.de/downloads/ Meetingsleitfaden 12 Schritte und 12 Traditionen](https://coda-deutschland.de/downloads/Meetingsleitfaden%2012%20Schritte%20und%2012%20Traditionen) ab S. 12.

*Verfasst am 14.02.2026 vom Dienst Interne Kommunikation für CoDA Deutschland*