

Ne alkoholio problemos

Daugelyje gydymo įstaigų yra derinama piktnaudžiavimo alkoholiu ir narkotikais rehabilitacija, taikant „piktnaudžiavimo įvairiomis medžiagomis“ arba „cheminės priklausomybės“ programas. Alkoholikai ir ne alkoholikai supažindinami su AA ir paskatinami lankyti susirinkimus „laisvėje“, kai išeina iš gydymo įstaigų. Mes mielai pritariame galimybei dalytis savo nuostatomis ir metodais su kitais. Tačiau jeigu į atvirą susirinkimą gali ateiti kiekvienas, tai dalyvauti uždaruose susirinkimuose ar tapti AA nariais gali tik asmenys, turintys problemų dėl *girtavimo*. AA stiprybės šaltinis ir esminis mūsų sėkmės veiksnys yra mūsų bendra priklausomybė ir bendro tikslo siekis.

Kaip nukreipti į AA

Anoniminių Alkoholikų telefonas yra daugumoje telefonų abonentų sąrašų. (Kai kurie specialistai skambina į AA, kol asmuo dar yra gydymo įstaigoje, ir taip suteikia žmogui individualią galimybę neatidėliojant kreiptis pagalbos.) Arba Jūs galite susisiekti su Anoniminių Alkoholikų Generalinės tarnybos biuru, – kad gautumėte pagalbą ir informaciją. Rašykite: P.O. Box 459, Grand Central Station, New York, NY 10163, USA

* Lietuvos AA Tarnybos biuras: tel. (8 319) 45 141, 8 683 67 786, www.aalietuvoje.org / analko@delfi.lt

AA pataria skaityti

Daugelis teikiančių pagalbą specialistų suprato, kad jų darbe su alkoholikais padeda AA leidiniai. Jei norite jų išgityti, kreipkitės į AA Generalinės tarnybos biurą arba jūsų vietinį AA biurą.

AA DVYLIKA ŽINGSNIŲ

- I Prisipažinome, kad esame bejėgiai prieš alkoholį ir kad mūsų gyvenimas tapo nevaldomas.
- II Įsitikinome, kad tik galingesnė už mus pačius Jėga gali grąžinti mums sveiką mąstymą.
- III Nusprendėme patikėti savo valią ir gyvenimą Dievo, *kaip mes Jį suprantame*, globai.
- IV Nuodugniai ir be baimės atlikome sąžinės sąskaitą.
- V Prisipažinome Dievui, sau ir kitam žmogui visą teisybę apie savo paklydimus.
- VI Galutinai pasirengėme, kad Dievas pašalintų mūsų būdo trūkumus.
- VII Nuolankiai Jo prašėme tuos trūkumus pašalinti.
- VIII Sudarėme sąrašą visų žmonių, kuriuos skriaudėme, ir pasiryžome skriaudas atitaisyti.
- IX Kur galėdami, asmeniškai atitaisėme skriaudas žmonėms, išskyrus atvejus, kai tuo būtume pakenkę jiems ar kam nors kitam.
- X Nuolatos stebėjome save ir jei būdavome neteisūs, tuoj pat prisipažindavome klydę.
- XI Malda ir meditacija siekėme stiprinti sąmoningą ryšį su Dievu, *kaip mes Jį suprantame*, melddami vien sugebėjimo pažinti Jo valią mums ir stiprybės ją vykdyti.
- XII Šių žingsnių dėka dvasiškai pabudę, mes stengėmės perduoti tą žinią kitiems alkoholikams ir visada gyventi pagal šias nuostatas.

AA DVYLIKA TRADICIJŲ

- I Svarbiausia turėtų būti mūsų bendra gerovė; kiekvieno gijimas priklauso nuo AA vienybės.
- II Mūsų grupės veikloje yra tik vienas aukščiausias autoritetas – mylintis Dievas, koks jis pasireiškia mūsų grupės sąmonėje. Mūsų patikėtiniai mums tarnauja, bet mūsų nevaldo.
- III Vienintelė sąlyga tapti AA draugijos nariu – noras mesti gerti.
- IV Kiekviena grupė turėtų veikti savarankiškai, išskyrus tuos atvejus, kai sprendžiami reikalai, susiję su kitų grupių ar visos AA draugijos veikla.
- V Kiekvienos grupės pagrindinis tikslas – perduoti savo patirtį dar kenčiančiam alkoholikui.
- VI Nė viena AA grupė neturėtų remti, finansuoti jokios jai artimos įstaigos ar pašalinės organizacijos nei leisti naudotis AA vardu, kad pinigai, nuosavybės ar garbės reikalai nenukreiptų mūsų nuo pagrindinio tikslo.
- VII Kiekviena AA grupė turėtų išsilaikyti pati, atsisakydama pašalinių įnašų.
- VIII Anoniminių Alkoholikų draugija visada turėtų likti neprofesionali, tačiau mūsų tarnybos gali samdyti reikiamus darbuotojus.
- IX AA draugija niekada neturėtų būti griežtai organizuota, tačiau mes galime steigti tarnybas ar komitetus, tiesiogiai atsakingus tiems, kam tarnauja.
- X Anoniminiai Alkoholikai nereiškia savo nuomonės pašaliniais klausimais, todėl AA vardo nederėtų traukti į viešus ginčus.
- XI Mūsų bendravimas su visuomene grindžiamas labiau idėjų patrauklumu negu įtikinėjimu. Žiniasklaidoje visada privalome išsaugoti asmens anonimiškumą.
- XII Anonimiškumas yra visų mūsų tradicijų dvasinis pamatas, nuolat primenantis, kad šios nuostatos svarbiau už asmenybes.

Jeigu
Jūs
specialistas
Anoniminiai Alkoholikai
nori dirbti kartu

ANONIMINIAI ALKOHOLIKAI –

tai draugija vyrų ir moterų, kurie dalijasi savo patirtimi, jėgomis ir viltimi, norėdami padėti sau ir kitiems sveikti nuo alkoholizmo.

Vienintelė sąlyga būti draugijos nariu – noras mesti gerti. Anoniminiai Alkoholikai nemoka nei stojamojo, nei nario mokesčio. Mes išsilaikome iš savo pačių įnašų. Anoniminių Alkoholikų draugija nesusijusi su jokiais sektomis, tikybomis, politika, organizacijomis ar įstaigomis, vengia bet kokių ginčų, neremia jokių judėjimų ir jiems neprieštaruoja.

Mūsų pagrindinis tikslas – būti blaiviems ir padėti kitiems alkoholikams pasiekti blaivybę.

© 2001 Alcoholics Anonymous World Services, Inc.
Ali Rights Reserved.

Translated from English and created with permission of Alcoholics Anonymous World Services, Inc. (A.A.W.S.). Copyright in the English language version of this work is also owned by A.A.W.S., New York, N.Y. No part of this work may be duplicated in any form in any language without the written permission of A.A.W.S.

© 2001 Alcoholics Anonymous World Services, Inc.

Vertimas į lietuvių kalbą. *Visos teisės priklauso autoriui.*
Versta iš anglų kalbos Anoniminių Alkoholikų Pasaulinei tarnybai (AAPT) leidus. Teksto anglų k. autoriaus teisės priklauso AAPT, Niujorkas, N. Y. Jokia šio darbo dalis jokia forma, jokia kalba negali būti dauginama be AAPT leidimo raštu.

Box 459
GRAND CENTRAL STATION
NEW YORK, N.Y. 10163

AA TARNYBOS BIURAS
www.aalietuvoje.org
anonalko@delfi.lt

AA nori dirbti kartu

Bendradarbiauti su specialistais yra ir nuo pat pradžių buvo AA siekis. Mes nuolat stengiamės stiprinti ir plėsti bendradarbiavimą su Jumis, ir mielai priimame Jūsų patarimus. Jie padeda mums veikti kartu siekiant bendro tikslo – padėti dar kenčiantiems alkoholikams.

Specialisto būdai padėti

Specialistai, kurie dirba su alkoholikais, turi tokį pat tikslą kaip ir Anoniminiai Alkoholikai – padėti alkoholikui nustoti gerti ir gyventi sveiką, produktyvų gyvenimą. Anoniminiai Alkoholikai – tai ne pelno, pati save išlaikanti, visiškai savarankiška draugija, „nesusijusi su jokiais sektomis, tikybomis, politika, organizacijomis ar įstaigomis“. Tačiau AA veikla gali būti Jūsų veiklos šaltinis, kai laikomasi „bendradarbiavimo, bet ne prisijungimo“ prie specialistų kolektyvo pozicijos.

Mes galime būti asmeninės alkoholizmo patirties pavyzdžiais, nuolat veikiančia sveikstančių alkoholikų paramos sistema.

Kaip veikia programa

Mūsų Preambulėje sakoma, jog pagrindinis AA tikslas yra „būti blaiviems ir padėti kitiems alkoholikams pasiekti blaivybę“. Vienintelė AA narystės sąlyga yra noras nustoti gerti. Čia nemokami mokesčiai ar kitos įmokos, mes išsilaikome iš savanoriškų įnašų. AA nariai dalijasi sveikimo nuo alkoholizmo asmenine patirtimi ir supažindina naujus atėjusius su asmeninio sveikimo AA Dvylika žingsnių, ir Dvylika tradicijų, kurios palaiko pačią draugiją.

Susirinkimai. Programos pagrindas yra susirinkimai, kuriuos viso pasaulio miestuose ir miesteliuose autonomiškai rengia AA grupės. Atviruose AA susirinkimuose gali lankytis visi kas nori. Juose paprastai kalba vienas ar keli asmenys, jie dalijasi savo ligos potyriais ir dabartinio savo sveikimo proceso AA draugijoje

mintimis. Kai kurie atviri susirinkimai, į kuriuos kviečiami teikiantys pagalbą specialistai, žurnalistai ir kiti, turi ypatingą tikslą – informuoti ne alkoholikų (ir galinčių tapti alkoholikais) visuomenę apie AA. Uždari susirinkimai skirti tik alkoholikams. Su AA pagalba sveikstantys alkoholikai paprastai lanko keletą susirinkimų per savaitę. *Anonimiškumas.* Anonimiškumas padeda draugijai vadovautis nuostatomis, o ne asmenybėmis; patrauklumu, o ne įtikinėjimu. Mes atvirai dalijamės savo sveikimo programa, bet negarsiname asmenų vardų.

KO NEDARO AA DRAUGIJA

AA neturi narių charakteristikų ar ligos istorijų; neužiima tyrimais ir jų nefinansuoja; nenustato medicininį diagnozių, neskiria vaistų ir nekonsultuoja psichiatrijos klausimais; neužiima išblaivinimu ar slauga; nelaiko nakvynės namų; nedalyvauja socialinių tarnybų ar konsultantų darbe (tačiau AA nariai, grupės ir AA tarnybų atstovai su jais bendradarbiauja); nerengia religinių apeigų, nesuteikia gyvenamojo ploto, maitinimo, aprangos, darbo, pinigų ar kitų socialinių paslaugų; nesprenžia šeimos ar profesinių reikalų; nerašo rekomendacinių laiškų įstaigoms dėl lygtinio paleidimo, nei advokatams, teismams ar socialinėms tarnyboms.

Nukreipimai iš teismų ir gydymo įstaigų

Šiandien pas mus ateina daug asmenų iš teismų ir gydymo įstaigų. Kai kurie atvyksta savanoriškai, kiti – ne. AA niekaip neišskiria *nė vieno* būsimo nario. Mūsų nedomina, *kas* nukreipia į AA. Mūsų rūpestis – girtuoklis, kuris turi problemų. *Susirinkimų lankymo patvirtinimas.* Kartais teismas prašo patvirtinimą apie dalyvavimą AA susirinkimuose. • Kai kuriose grupėse, būsimajam nariui sutikus, grupės sekretorius pasirašo ar parašo savo inicialus ant lapo, kurį atsiuntė teismas kartu su jam adresuotu voku. Jis patvirtina nario asmens tapatumą ir išsiunčia lapą atgal į teismą, kaip dalyvavimo patvirtinimą. • Kitos grupės bendradarbiauja kitais būdais – tam nėra nustatytos procedūros. Kiekviena grupė dalyvauja šitame visiškai individualiu būdu ir mastu.