WSPÓLNOTA ANONIMOWYCH ALKOHOLIKÓW



Preambuła AA

Anonimowi Alkoholicy są Wspólnotą mężczyzn i kobiet, którzy dzielą się nawzajem doświadczeniem, siłą i nadzieją, aby rozwiązać swój wspólny problem i pomagać innym w wyzdrowieniu z alkoholizmu.

Jedynym warunkiem uczestnictwa we Wspólnocie jest chęć zaprzestania picia. Nie ma w AA żadnych składek ani opłat, jesteśmy samowystarczalni poprzez własne dobrowolne datki.

Wspólnota AA nie jest związana z żadną sektą, wyznaniem, działalnością polityczną, organizacją lub instytucją, nie angażuje się w żadne publiczne polemiki, nie popiera ani nie zwalcza żadnych poglądów. Naszym podstawowym celem jest trwać w trzeźwości i pomagać innym alkoholikom w jej osiągnięciu.

Copyright © „AA Grapevine”
Inc. Przedrukowane za zgodą

Wybrane formy działania Wspólnoty AA w Polsce

1. Mitingi Anonimowych Alkoholików
2. Sponsorowanie
3. Intergrupa

Mitingi Anonimowych Alkoholików:

Zamknięty – przeznaczony wyłącznie dla alkoholików pragnących przestać pić oraz dla tych którzy trwają w trzeźwości do wielu lat.

Otwarty – dostępny dla każdego zainteresowanego programem zdrowienia Anonimowych Alkoholików.

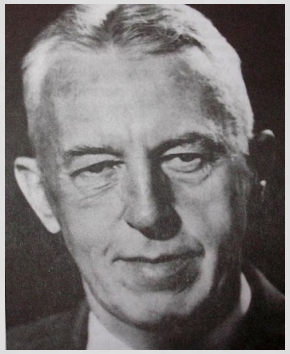
W mitingach tych, osoby nie będące alkoholikami mogę uczestniczyć w charakterze obserwatorów.

Spikerski – jedna osoba (alkoholik) dzieli się swoim doświadczeniem jak program AA zmienił jego życie.

Sponsorowanie - to indywidualna praca w relacji alkoholik alkoholik. Sponsorowanie jest procesem polegającym na tym, że alkoholik, który osiągnął już pewien postęp dzieli się tym doświadczeniem z innym alkoholikiem, który usiłuje osiągnąć lub utrzymać trzeźwość. Sponsor to mentor, superwizor, osoba godna zaufania, przyjaciel.

Intergrupa - to dobrowolne zrzeszenie kliku grup AA działających w bliskim sąsiedztwie. Organizuje spotkania informacyjne o AA dla różnych grup zawodowych (wojsko, Policja, szpitale, zakłady karne, opieka społeczna pracownicy wymiaru sprawiedliwości, nauczyciele).

Integrupa organizuje kolportaż literatury.



Bill W.
Makler giełdowy z Nowego Jorku



dr Bob S.
Chirurg z Akron

Początki AA

Ojczyzną wspólnoty Anonimowych Alkoholików są Stany Zjednoczone Ameryki Północnej. W 1935 r. w Akron spotkało się dwóch mężczyzn Bill W. – makrel giełdowy i dr Bob S. – chirurg. Obaj byli wówczas uznawani za alkoholików w beznadziejnym stanie, próbowali różnych kuracji, przebywali kilkukrotnie w szpitalach – lecz bez efektów. Odbyli ze sobą kilka rozmów, mówiąc tylko o swoim piciu i **ze zdumieniem stwierdzili, że w ten sposób sobie pomagają i że zachowują abstynencję.** Wkrótce odkryli także, że mogą poszukać innych alkoholików – **szczera rozmowa pozwala im i „podopiecznym", zachować trzeźwość.**

10.06.1935 r. Tę datę uznano za początek AA.

04.1939 r. Wydanie książki Anonimowi Alkoholicy (Wielka Księga)

1947 – 1967 Powstają pierwsze grupy AA w Anglii, Norwegii, Szwecji i Finlandii.

1976 r. Wspólnota Anonimowych Alkoholików liczy 1000000, w 92 krajach.

2010 r. Wspólnota Anonimowych Alkoholików liczy ponad 2000000 i działa w 180 krajach.

Wspólnota Anonimowych Alkoholików w Polsce

1957 r. Pojawia się idea AA i próba założenia w Poznaniu grupy Anonimowych Alkoholików (działania nie powiodły się).

1974 r. w Poznaniu powstaje pierwsza grupa Anonimowych Alkoholików o nazwie ELEUSIS, działająca zgodnie z Dwunastoma Tradycjami AA.

1987 r. w Zakładzie Karnym w Siedlcach powstaje pierwsza grupa AA.

AA W POLSCE (2016 r.)



- **1974 r. grupa ELEUSIS w Poznaniu**
- **OK. 25 TYS. CZŁONKÓW**
- **2650 GRUP**

REGION ŁÓDŹ

244 grupy w 6 intergrupach

1981 powstaje grupa JEDNOŚĆ w Kutnie

1985 BAŁUTKA w Łodzi

Wspólnota Anonimowych Alkoholików realizuje program zdrowienia:

12 Kroków Anonimowych Alkoholików
12 Tradycji Anonimowych Alkoholików

12 kroków AA ma znaczenie dla trzeźwości każdego indywidulanego członka. Jest zbiorem zasad, które stosowane jako sposób życia mogą uwolnić od obsesji picia i dopomóc cierpiącemu by stał się zdrowym, szczęśliwym i pożytecznym człowiekiem.

Program 12 kroków wymaga stałego i osobistego wysiłku. Ma na celu zmianę określonych nawyków, utartych schematów myślenia i zmian dotychczasowego oglądu siebie i świata.

12 tradycji AA jest zbiorem zasad dzięki którym Anonimowi Alkoholicy utrzymują wewnętrzną (grupową) jedność oraz kształtują swoje relacje ze światem.

DWANAŚCIE KROKÓW ANONIMOWYCH ALKOHOLIKÓW

Krok 1. Przyznaliśmy, że jesteśmy bezsilni wobec alkoholu – że nasze życie stało się niekierowalne.
Krok 2.Uwierzyliśmy, że Siła większa od nas samych może przywrócić nam zdrowy rozsądek.
Krok 3. Podjęliśmy decyzję, aby powierzyć naszą wolę i nasze życie opiece Boga, *tak jak Go rozumieliśmy.*
Krok 4. Zrobiliśmy wnikliwą i odważną osobistą inwenturę moralną.
Krok 5. Wyznaliśmy Bogu, sobie i drugiemu człowiekowi istotę naszych błędów.
Krok 6. Staliśmy się całkowicie gotowi, żeby Bóg usunął wszystkie te wady charakteru.
Krok 7. Zwróciliśmy się do Niego w pokorze, aby usunął nasze braki.
Krok 8. Zrobiliśmy listę wszystkich osób, które skrzywdziliśmy, i staliśmy się gotowi zadośćuczynić im wszystkim.
Krok 9. Zadośćuczyniliśmy osobiście wszystkim, wobec których było to możliwe, z wyjątkiem tych przypadków, gdy zraniłoby to ich lub innych.
Krok 10. Prowadziliśmy nadal osobistą inwenturę, z miejsca przyznając się do popełnianych błędów.
Krok 11. Staraliśmy się przez modlitwę i medytację poprawiać nasz świadomy kontakt z Bogiem, *tak jak Go rozumieliśmy,* prosząc jedynie o poznanie Jego woli wobec nas oraz o siłę do jej spełnienia.
Krok 12. Przebudzeni duchowo w rezultacie tych kroków staraliśmy się nieść to posłanie innym alkoholikom i stosować te zasady we wszystkich naszych poczynaniach.

Wersja po 47. Konferencji Służby Krajowej AA

Krok Pierwszy
Przyznaliśmy, że jesteśmy bezsilni wobec alkoholu – że nasze życie stało się niekierowalne.

Krok Piąty
Wyznaliśmy Bogu, sobie i drugiemu człowiekowi istotę naszych błędów.

Krok Dziewiąty
Zadośćuczyniliśmy osobiście wszystkim, wobec których było to możliwe, z wyjątkiem tych przypadków, gdy zraniłoby to ich lub innych.

Krok Dwunasty
Przebudzeni duchowo w rezultacie tych kroków staraliśmy się nieść to posłanie innym alkoholikom i stosować te zasady we wszystkich naszych poczynaniach.

DWANAŚCIE TRADYCJI ANONIMOWYCH ALKOHOLIKÓW

Tradycja 1. Nasze wspólne dobro powinno być zawsze na pierwszym miejscu; powrót do zdrowia każdego z nas zależy od jedności AA

Tradycja 2. Dla naszego grupowego celu istnieje tylko jedna ostateczna władza – miłujący Bóg, tak jak może On wyrażać Siebie w naszym grupowym sumieniu. Nasi liderzy są tylko zaufanymi sługami; oni nie rządzą.

Tradycja 3. Jedynym warunkiem członkostwa w AA jest pragnienie zaprzestania picia.

Tradycja4. Każda grupa powinna być niezależna we wszystkich sprawach z wyjątkiem tych, które dotyczą innych grup lub AA jako całości.

Tradycja 5. Każda grupa ma jeden główny cel – nieść posłanie alkoholikowi, który wciąż jeszcze cierpi.

Tradycja 6. Grupa AA nigdy nie powinna popierać, finansować ani użyczać nazwy AA żadnym pokrewnym ośrodkom ani zewnętrznym przedsięwzięciom, ażeby problemy związane z finansami, majątkiem lub prestiżem nie odrywały nas od głównego celu.

Tradycja 7. Każda grupa AA powinna być całkowicie samowystarczalna i nie przyjmować dotacji z zewnątrz.

Tradycja 8. Wspólnota Anonimowych Alkoholików powinna na zawsze pozostać nieprofesjonalna, lecz nasze biura służb mogą zatrudniać niezbędnych pracowników.

Tradycja 9. AA, jako takie, nie powinno nigdy stać się organizacją, ale możemy tworzyć zespoły i komisje bezpośrednio odpowiedzialne wobec tych, którym służą.

Tradycja 10. Anonimowi Alkoholicy nie zajmują stanowiska wobec problemów spoza ich wspólnoty, ażeby imię AA nie zostało nigdy uwikłane w publiczne polemiki.

Tradycja 11. Nasze oddziaływanie na zewnątrz opiera się na przyciąganiu, a nie na reklamowaniu; musimy zawsze zachowywać osobistą anonimowość wobec prasy, radia i filmu.

Tradycja 12. Anonimowość stanowi duchową podstawę wszystkich naszych Tradycji, przypominając nam zawsze, że zasady są ważniejsze od osobowości.

Wersja po 47. Konferencji Służby Krajowej AA

Tradycja Pierwsza
Nasze wspólne dobro powinno być zawsze na pierwszym miejscu; powrót do zdrowia każdego z nas zależy od jedności AA.

Tradycja Trzecia
Jedynym warunkiem członkostwa w AA jest pragnienie zaprzestania picia.

Tradycja Piąta
Każda grupa ma jeden główny cel – nieść posłanie alkoholikowi, który wciąż jeszcze cierpi.

Tradycja Siódma
Każda grupa AA powinna być całkowicie samowystarczalna i nie przyjmować dotacji z zewnątrz.

Tradycja Dwunasta
Anonimowość stanowi duchową podstawę wszystkich naszych Tradycji, przypominając nam zawsze, że zasady są ważniejsze od osobowości.

Wspólnota AA działa na terenie całej Polski w 13 Regionach:

1. Bałtycki
2. Białystok
3. Dolnośląski
4. Galicja
5. Katowice
6. Kujawsko-Pomorski
7. Lublin
8. Łódź
9. Radom
10. Warmińsko-Mazurski
11. Warszawa
12. Warta
13. Zachodnio-pomorski

W 2013 r. powstał 14 Region AA „Europa” z siedzibą w Brukseli skupiający Polaków poza granicami kraju .

2016 r. Wspólnota AA powołuje z grona swoich członków 5 osobowy zespół do spraw opracowania kwestionariusza ankiety. Źródłem inspiracji do pracy były doświadczenia Wspólnoty ze Stanów Zjednoczonych i Wielkiej Brytanii gdzie w latach ubiegłych takie badania przeprowadzono.

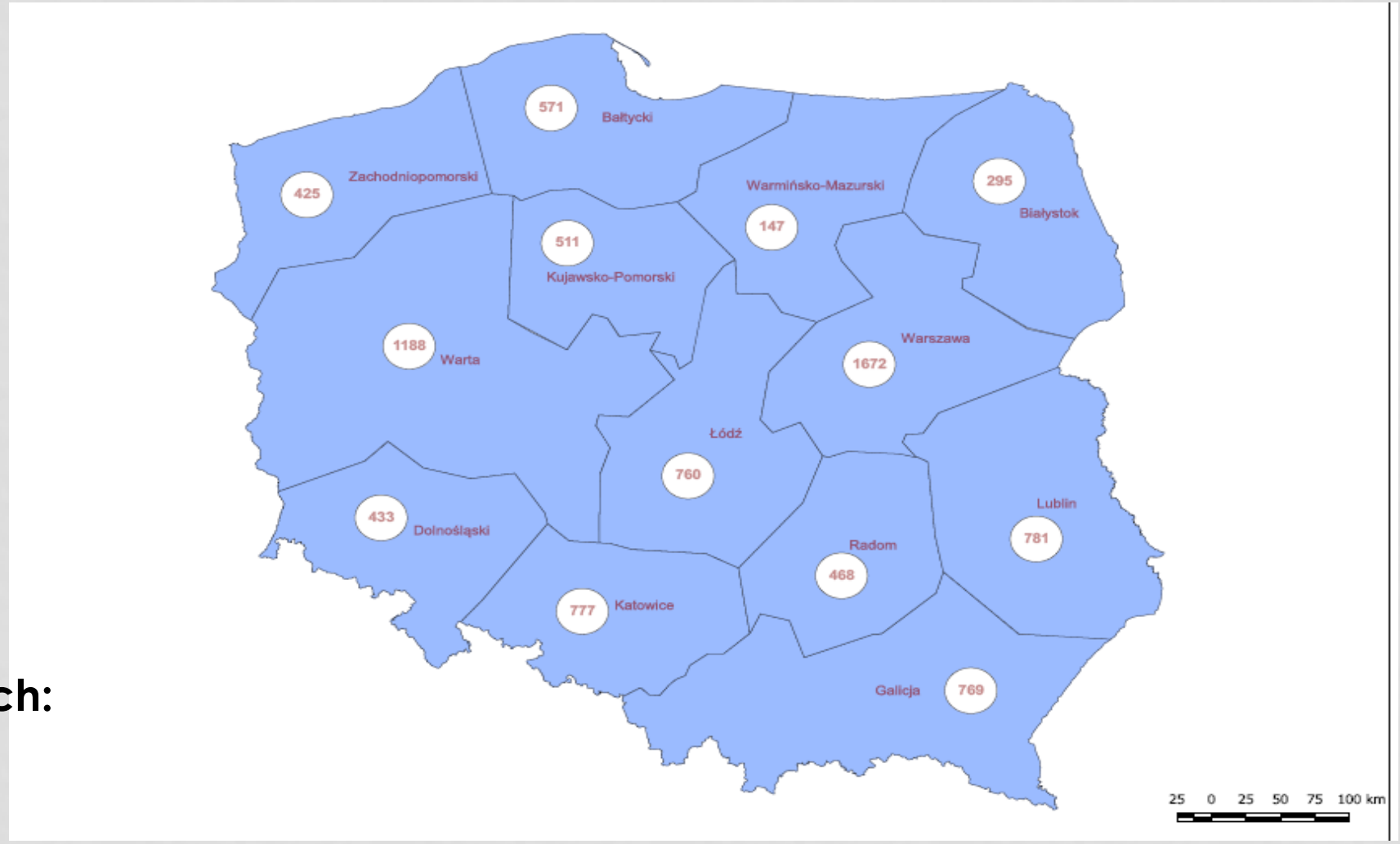
Projekt kwestionariusza ankiety był poddany konsultacjom we wspólnocie oraz przeprowadzono badania pilotażowe.

Zatwierdzony kwestionariusz ankiety (XI 2016) przekazano przez intergrupy do wszystkich grup AA w Polsce celem realizacji

2017 r. w II połowie roku rozpoczęto badania

2018 r. badania zakończono w kwietniu.

Ilość ankiet w regionach



Ilość badanych:

9217

Wybrane pytania z ankiety

1. Jak długi jest staż trzeźwości członków wspólnoty?
2. Jak często uczestniczą oni w mitingach?
3. Jaka część wspólnoty pracuje ze sponsorem?
4. Jak oni dowiedzieli się o wspólnocie?

OKRES ABSTYNENCJI BADANYCH

Jeśli chodzi o staż abstynencji (w intencji autorów ankiety rozumiany, jako nieprzerwany spożyciem alkoholu okres trzeźwienia), największy odsetek badanych określiło go jako trawiący dłużej niż rok, ale krócej niż 5 lat – taką odpowiedź wskazało 32% badanych. Nieco mniejszą grupę – 27% – stanowią osoby utrzymujące w abstynencję krócej niż jeden rok. W grupie tej dominują młodzi mężczyźni w średnim wieku.



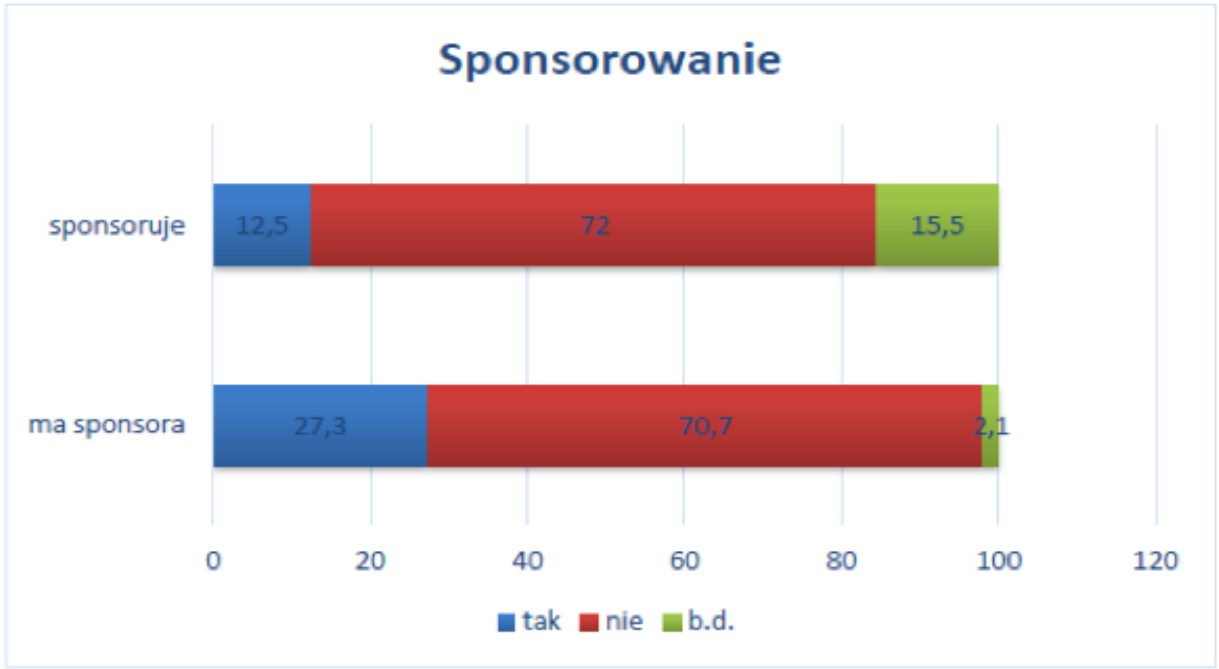
CZĘSTOTLIWOŚĆ UCZESTNICTWA W MITYNGACH

Zdecydowana większość osób biorących udział w badaniu uczęszcza na mityngi raz lub dwa razy w tygodniu – takiej odpowiedzi udzieliło 70% badanych. Udział w trzech lub czterech mityngach tygodniowo zadeklarowało 13% badanych, a w więcej niż 4 – zaledwie 2%. Również rzadsze uczestnictwo w mityngach nie cieszyło się popularnością wśród badanych – raz w miesiącu na mityng chodzi 9% badanych, a rzadziej niż raz w miesiącu – 5%. Ni zaobserwowano istotnego związku pomiędzy deklarowaną częstotliwością uczestnictwa w mityngach, a wiekiem lub płcią badanych, choć pewne drobne różnice są widoczne: m.in. nieco więcej mężczyzn niż kobiet deklaruje częste uczestnictwo w mityngach (powyżej 4 mityngów w tygodniu), podczas gdy w grupie osób rzadko korzystających z mityngów (raz w miesiącu lub rzadziej) jest nieco więcej mężczyzn niż kobiet.



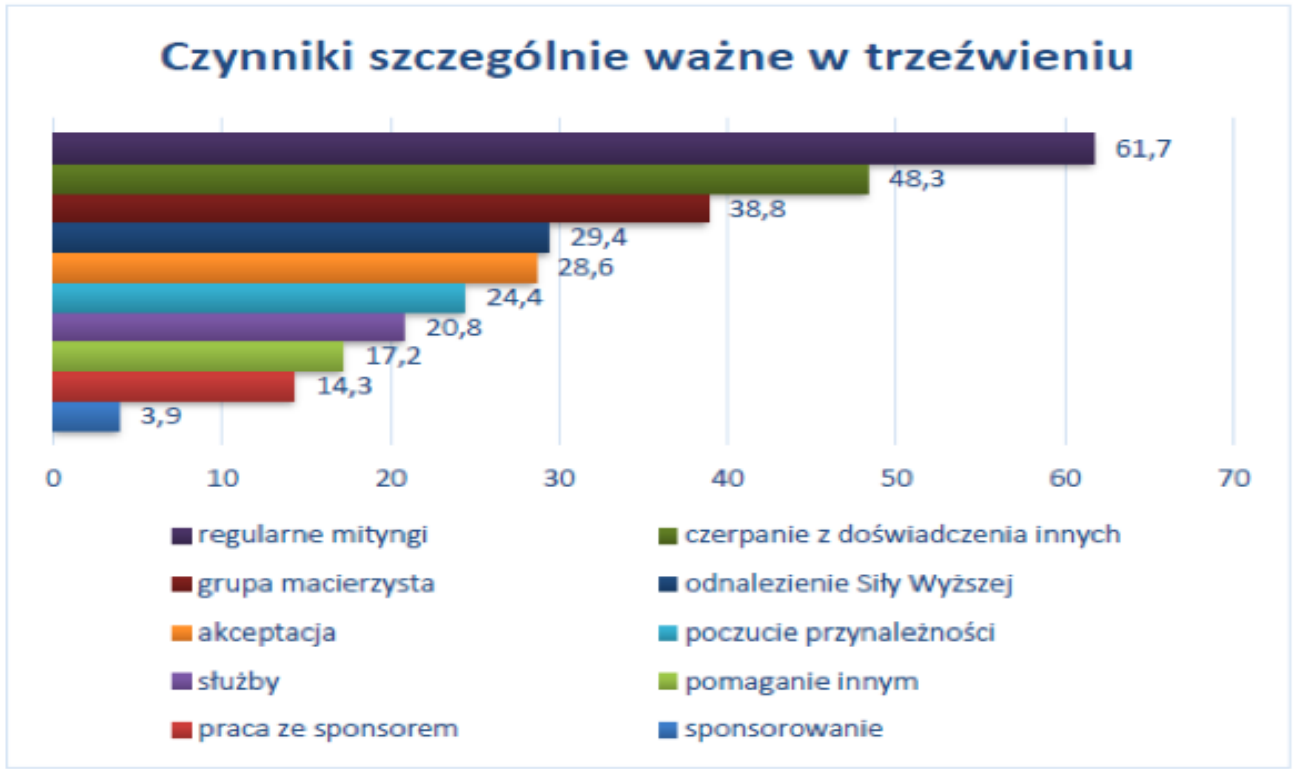
SPONSOROWANIE

Pozyskane dane wskazują, niestety, że mniejszość badanych pracuje/ pracowało ze sponsorem lub sponsoruje. Sponsora ma 27% uczestników badania. Sponsoruje tylko 12% badanych. Nie zaobserwowano zależności pomiędzy posiadaniem sponsora lub sponsorowaniem i wiekiem. Warto jednak zauważyć, że nieco więcej kobiet jest w procesie sponsorowania: sponsora/sponsorkę ma 29% kobiet i 26% mężczyzn, sponsoruje 13% kobiet i 12% mężczyzn. Wydaje się więc, że praca na programie jest nieco silniej ugruntowana wśród kobiet, niż ma to miejsce wśród mężczyzn.

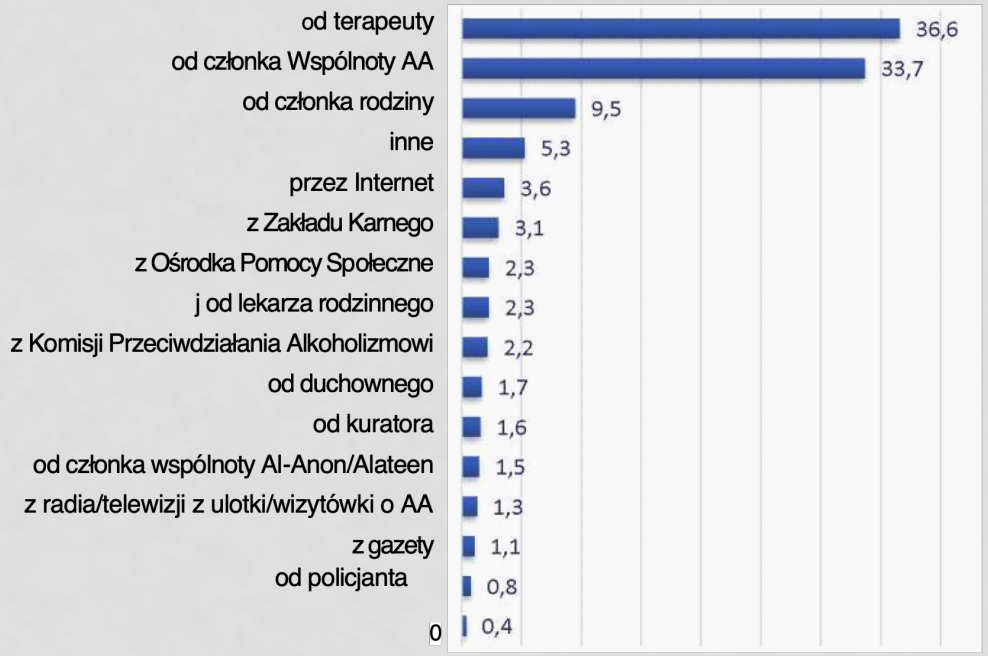


CZYNNIKI SZCZEGÓLNIE WAŻNE W TRZEŹWIENIU

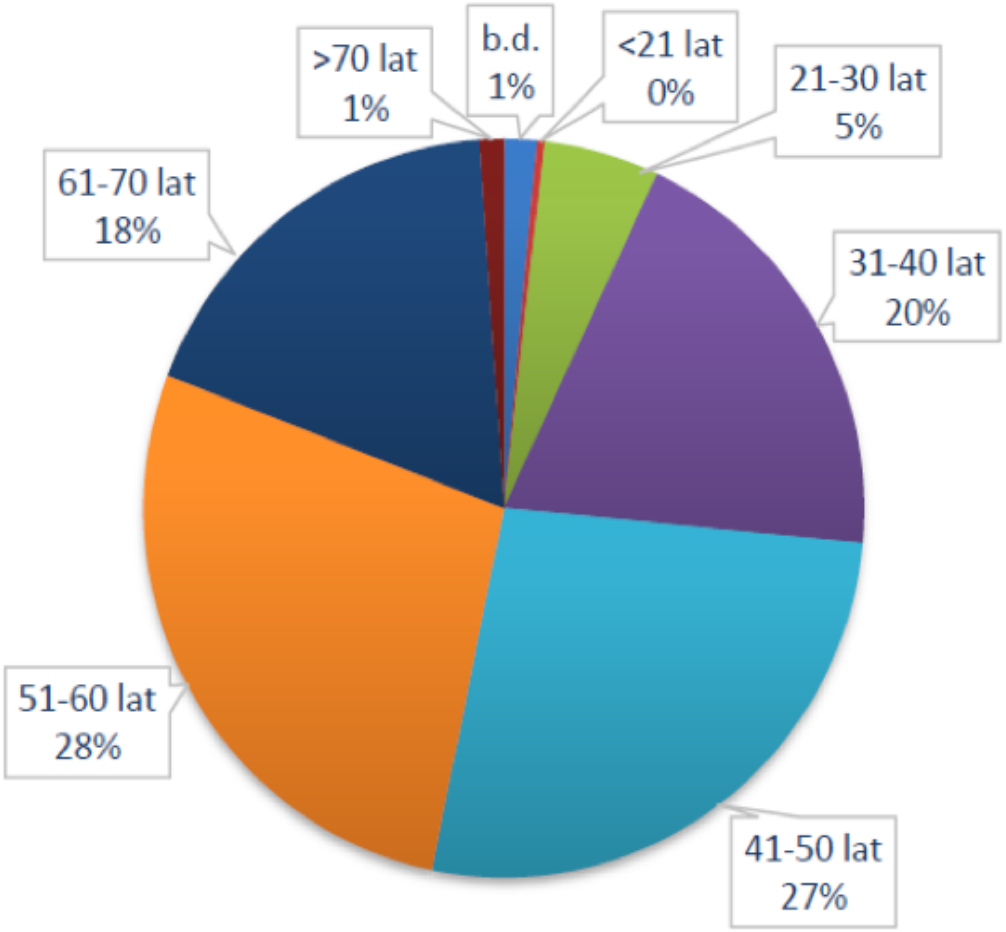
Szczególne znaczenie w trzeźwieniu ma dla badanych regularne uczestnictwo w mityngach (62%) oraz czerpanie – niewątpliwe również przy tej okazji – z doświadczenia innych członków Wspólnoty (48%)[1]. Dla badanych ważna jest również przynależność do grupy macierzystej (39%) oraz odnalezienie Siły Wyższej. Zaskakujące jest, że najmniejszą popularnością w grupie badanych cieszyły się odpowiedzi związane ze sponsorowaniem: praca ze sponsorem została wskazana, jako szczególnie ważna przez 14%, a praca z podopiecznymi – jedynie przez 4% badanych.



JAK CZŁONKOWIE AA DOWIEDZIELI SIĘ O WSPÓLNOCIE?



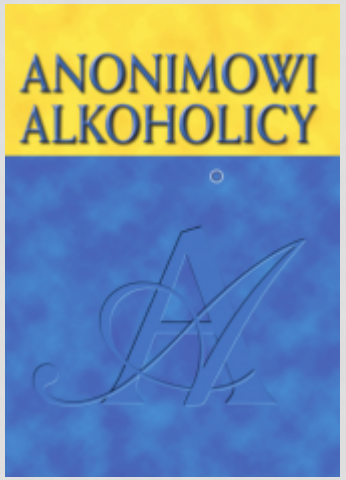
Wiek badanych



LITERATURA AA

ANONIMOWI ALKOHOLICY

(WIELKA KSIĘGA)



DWANAŚCIE KROKÓW

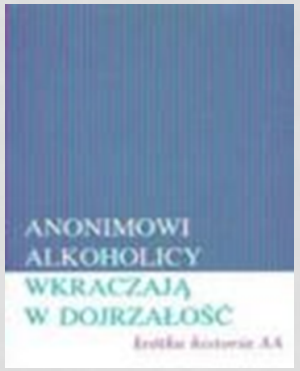
I

DWANAŚCIE TRADYCJI



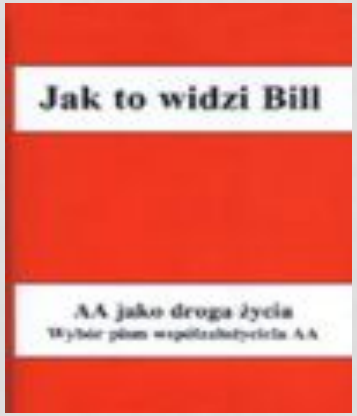

HISTORIA AA
w POLSCE

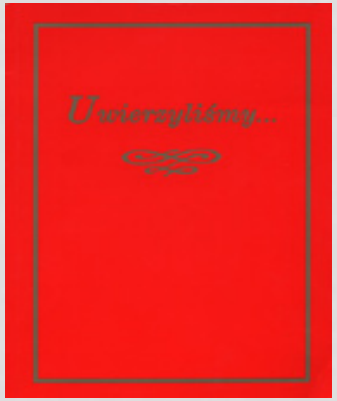

HISTORIA AA
w POLSCE


ANONIMOWI
ALKOHOLICY
WKRACZAJĄ
W DOJRZAŁOŚĆ

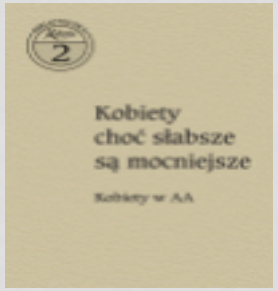

„PRZEKAŻ DALEJ"

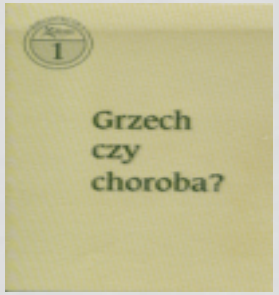

DOKTOR BOB
i dobrzy weterani


Jak to widzi Bill
AA jako droga życia


Uwierzyliśmy...


CODZIENNE
REFLEKSJE
RELIGIJNE


2
Kobiety
choć słabsze
są mocniejsze


1
Grzech
czy
choroba?


SKRYTKA 2/1/3


AA KOBIET
AA I SIŁY ZBROJNE
AA w placówkach leczniczych
AA w zakładach karnych
ARTYKUŁ ALEXANDRA O AA
Ten artykuł stał się kamieniem milowym w historii AA
Czy AA dla CIEBIE?
Czy AA jest dla mnie?
CZY W TWOIM ŻYCIU JEST ALKOHOLIK?
Duchowni pytają o Wspólnotę AA
Dwanaście Kroków ilustrowane
Głosy alkoholików będących lesbijkami, gejami, biseksualistami i transseksualistami
Jak AA współpracują profesjonalistami
Jak rozumieć anonimowość
Myślisz że jesteś inny
POSŁA NASTOLATKÓW
POSŁANIE SŁUŻBY AA
NAPISAŁ BILL W.
Problemy inne niż alkohol
Przesłanie który być może jest ALKOHOLIKIEM
Rzut oka na AA
Jak to widzi Bill
SCENARIUSZ PROWADZENIE MITYNGU
SUGESTIA
Pytania i odpowiedzi
WZRASTANIE W SŁUŻBIE
Z MŁODZIŻĄ?
NIEZBĘDNIK NOWICJUSZA
REGION AA WARSZAWA
KSIĄŻKI
KSIĄŻKI
BIULETYNY
BIULETYNY REGIONALNE
MITYNG
Sponsorowanie
Plan Urodzinowy


45 LAT
W POLSCE
AA
2019
KATOWICE



Jesteśmy po to by Ci pomóc

Wspólnota aa

INFOLINIA AA:

801 033 242

Czynna we wszystkie dni tygodnia w godz. 8:00-22:00

Punkt Informacyjno Kontaktowy (PIK) codziennie

18.00 – 20.00

tel. **42 632 44 77**

Łódź ul. Więckowskiego 13

Skontaktuj się z nami 61 828 93 07 alanon@al-anon.org.pl

Al-Anon Alateen

Grupy Rodzinne Al-Anon

Siła i nadzieja dla rodzin i przyjaciół alkoholików

Niech się zacznie ode mnie



Dziękujemy za uwagę