

# Att förstå anonymiteten



*"Anonymitet är den andliga grundvalen för alla våra Traditioner och påminner oss ständigt om att sätta principer före personligheter"*

Anonyma Alkoholister i Sverige

AA – Anonyma Alkoholister är en gemenskap av män och kvinnor som delar sina erfarenheter, sina förhoppningar och sin styrka med varandra för att söka lösa sitt gemensamma problem och hjälpa andra att tillfriskna från alkoholism.

Det enda villkoret för medlemskap i AA är en önskan att sluta dricka.

AA kräver inga inträdes- eller medlemsavgifter. Vi är självförsörjande genom egna frivilliga bidrag. AA har ingen anknytning till någon religion, politisk organisation eller institution, ej heller till annan rörelse av något slag. Vi deltar inte i offentliga debatter och framträder varken som förespråkare för eller motståndare till något annat.

Vårt främsta syfte är att hålla oss nyktra och hjälpa andra alkoholister att uppnå nykterhet.

Copyright © by The AA Grapevine, Inc.

Återges med innehavarens tillstånd

Originalalets titel:

Understanding Anonymity

Copyright © 1981, 2011

Alcoholics Anonymous World Services, Inc.

475 Riverside Drive

New York, N.Y. 10115

Copyright © svensk översättning 2017

AA Sverige, Stockholm

Alla rättigheter förbehålles.

Skriften säljs endast genom:

AA i Sverige,

08-642 26 09

[www.aa.se](http://www.aa.se)

[service@aa.se](mailto:service@aa.se)

*Anonymitet är den andliga grundvalen för alla våra Traditioner och påminner oss ständigt om att sätta principer före personligheter.*

Vad är syftet med anonymiteten i Anonyma Alkoholister? Varför beskrivs den ofta som det största enskilda skyddet som Gemenskapen har för att trygga dess fortsatta existens och tillväxt?

Om vi tittar på AA:s historia, från början 1935 fram till nu, är det tydligt att anonymiteten tjänar två olika, men lika viktiga funktioner:

- På den personliga nivån skyddar anonymiteten alla medlemmar från att identifieras som alkoholister, ett skydd som ofta är särskilt viktigt för nykomlingar.
- På den offentliga nivån av press, radio, TV, film och annan media som t ex Internet betonar anonymiteten medlemmarnas jämställdhet i Gemenskapen genom att bromsa dem som annars skulle kunna utnyttja sitt medlemskap i AA för att uppnå erkännande, makt eller personlig vinning.

När man använder digitala medier, är AA-medlemmarna ansvariga för sin egen och andras anonymitet. När vi lägger upp, skriver eller bloggar, bör vi utgå från att vi publicerar på den offentliga nivån. När vi bryter vår anonymitet i dessa forum kan vi oavsiktligt bryta andras anonymitet.

### ***Anonymitet från person till person***

Från sina tidigaste dagar har AA lovat personlig anonymitet till alla som deltar på dess möten. Eftersom grundarna och de första medlemmarna själva var tillfrisknande alkoholister visste de utifrån sin egen erfarenhet hur de flesta alkoholister skämdes för sitt drickande och hur rädda de är för att det skall bli allmänt känt. Alkoholismens sociala stigma var stort och de tidiga AA-medlemmarna insåg att en tydlig försäkran om sekretess var absolut nödvändig om de skulle lyckas med att locka till sig och hjälpa andra alkoholister att uppnå nykterhet.

Genom åren har anonymiteten visat sig vara en av de största gåvorna som AA erbjuder den lidande alkoholisten. Utan denna

skulle många aldrig komma till sitt första möte. Även om stigmatiseringen till viss del har minskat finner de flesta nykomlingar fortfarande erkännandet av sin alkoholism så smärtsamt att det bara är möjligt i en skyddad miljö. Anonymitet är viktigt för denna atmosfär av tillit och öppenhet.

Lika värdefull som integriteten är för nya medlemmar, lika anmärkningsvärt är det att de flesta av dem är angelägna att dela med sig av de goda nyheterna om deras kontakt med AA till sina familjer. Ett sådant avslöjande är dock alltid deras eget val. AA som helhet söker säkerställa att enskilda medlemmar är så privata och skyddade som de önskar, eller så öppna som de önskar, om att de hör till Gemenskapen. Men alltid med den insikten att anonymitet på nivån av press, radio, TV, film och annan media som Internet är avgörande för vår fortsatta nykterhet och tillväxt – både på personlig och gruppens nivå.

### ***Anonymitet i publika sammanhang***

Efter sina första år av framgång fick Gemenskapen mycket stor uppmärksamhet i pressen. Artiklar som berömde AA dök upp i tidningar över hela landet. Med varje ny artikel växte AA:s ställning. På den tiden var alla fortfarande rädda för att synas offentligt, så för säkerhets skull skyddade man medlemmarnas anonymitet i den tidiga dokumentationen i media.

Allteftersom allmänhetens medvetenhet om alkoholism ökade, minskade stigma, och snart började några AA-medlemmar offentligt berätta om sin anknytning i media. En av de första som gjorde det var en berömd bollspelare vars återkomst var så spektakulär att tidningar uppmärksammade hans framgångsrika kamp mot alkohol. I tron att han kunde hjälpa AA genom att avslöja sitt medlemskap pratade han öppet om det. Även AA:s grundare godkände hans handlingar helt enkelt för att de ännu inte hade upplevt priset man fick betala för sådan publicitet.

Då bestämde sig andra medlemmar för att bryta sin anonymitet i media – en del motiverades av god vilja, andra av

personlig vinning. Några medlemmar gjorde planer för att knyta sitt medlemskap i AA till alla möjliga typer av företag, försäkring, försäljning, platser för avgiftning, till och med en nykterhetstidning, för att nämna några.

Det tog inte lång tid för AA:s huvudkontor att inse att överdrivna berättelser och sådant som bröt anonymiteten för personlig vinning, snabbt skulle kunna äventyra Gemenskapens anseende, som man hade kämpat så hårt för. Och de insåg att om en person undantogs, skulle andra undantag oundvikligen följa. För att garantera AA:s enighet, effektivitet och välfärd måste anonymiteten vara universell. Den var beskyddaren av allt som AA stod för.

På senare tid ger nya former av digital kommunikation, t ex socialt nätverkande, nya möjligheter att föra ut AA:s budskap till allmänheten. Modern kommunikation flödar på sätt som är högteknologiskt, relativt öppet och under snabb utveckling. Att skydda anonymiteten är ett stort problem för AA-medlemmar som vistas på Internet i allt större antal.

Genom att betona jämställdheten bland alla AA-medlemmar – och enigheten i det gemensamma bandet i deras tillfrisknande från alkoholism – tjänar anonymiteten som Gemenskapens andliga grund. 1946 skrev Bill W., vår grundare: "Ordet 'anonym' har en mycket stor andlig betydelse för oss. Subtillt men kraftfullt påminner den oss om att vi alltid ska lägga principer före personligheter; att vi har avstått från personligt förhållande i det offentliga; att vår rörelse inte bara predikar men faktiskt utövar sann ödmjukhet."

### ***Några frågor och svar om anonymitet***

AA-medlemmar liksom många människor utanför programmet är ibland förbryllade över hur man ska praktisera anonymitetsprincipen. Några av de vanligaste frågorna om både personlig anonymitet och anonymitet på det offentliga planet är:

### ***Personlig anonymitet***

**Fråga.** När jag har berättat för mina nära och kära om mitt medlemskap i AA, bör jag be dem att inte föra den informationen vidare till någon annan?

**Svar.** Det här är helt och hållet en personlig fråga, men det är vanligtvis bäst för alla inblandade att låta AA-medlemmen bestämma vem som ska få veta och när.

**F.** Om släktingar, vänner och affärskollegor kommenterar mitt förbättrade utseende och sätt att fungera sedan jag blivit nykter, ska jag berätta för dem att jag är i AA?

**S.** Den omedelbara familjen och nära vänner är vanligtvis glada över att höra om alkoholistens medlemskap i AA. När det gäller affärsförbindelser kan det vara bäst att säga att du har slutat dricka och skjuta upp beslutet om att berätta om ditt medlemskap tills du har varit i Gemenskapen flera månader.

**F.** Vad skall jag göra om jag träffar gamla bekanta på AA-möten?

**S.** Du behöver inte be dem att skydda din anonymitet, de är där av samma eller liknande skäl. De kommer i allmänhet att respektera din integritet och du bör i din tur respektera deras.

**F.** Vad ska jag säga till mina nära och kära om att skydda de AA-medlemmars anonymitet som de kommer att träffa?

**S.** Förklara att anonymiteten är oerhört viktig för AA-medlemmar. Varje AA-medlem bestämmer om och när delar av hans eller hennes tillfrisknande ska delas och med vem. Följaktligen är det en förhoppning att familjemedlemmar och andra vänner till AA-medlemmar skyddar anonymiteten hos sina nära och kära som är i AA och att de skyddar anonymiteten hos andra AA-medlemmar som de kan komma att träffa. Detta inkluderar att inte avslöja för andra att en person är medlem i AA.

Låt dessutom nära och kära veta att när en AA-medlem dör är det viktigt att inte identifiera en AA-sponsor eller AA-vänner, som sådana, i dödsrunan, i pressen eller online.

F. Vad händer om jag ser offentliga personer på ett möte?

S. Liksom alla andra bör offentliga personer få anonymiteten skyddad i den utsträckning de önskar det.

F. Jag vet att jag inte bör avslöja namnen på medlemmar som jag hör på AA-möten, men hur är det med annan personlig information?

S. Det uppfattas av AA-medlemmar som att personliga information som nämns på AA-möten ska behandlas som konfidentiell. Till exempel, om vänner utanför programmet är bekanta med några av dina AA-vänner och känner till deras medlemskap, bör du vara försiktig så att du inte bryter mot förtroenden som du har fått på möten, oavsett hur oskyldiga de kan verka när du hör dem.

F. Ska jag berätta för folk som verkar ha ett alkoholproblem att jag är med i AA?

S. Detta är en personlig fråga. Programmets anda är dock att dela med sig och en ny studie bland AA-medlemmar visar att en stor andel av dem som gick med i Gemenskapen, gjorde det via en annan medlem. Innan man bestämmer sig i sådana frågor, tycker de flesta medlemmar att det är bra att diskutera dem med sponsorer eller AA-vänner.

F. Ska jag röja min anonymitet för min chef så att jag kan delta i tidiga AA-möten regelbundet?

S. Att be om speciella fördelar på grund av AA-medlemskapet ligger inte i andan av Traditionen om anonymitet.

### ***Anonymitet i den digitala eran***

F. Jag har en hemsida och en personlig sida på sociala media. Jag är också med i ett online-möte. På vilken nivå ska jag skydda min anonymitet på Internet?

S. De delar av Internet som allmänt går att komma åt, som t ex web-sidor med text, bilder, ljud och video är att likställa med publicering eller radio- och TV-sändning. Om det inte är

lösenordskyddat kräver en webbplats samma skydd som vi använder på press, radio och film. Enkelt sagt betyder det att AA-medlemmar inte identifierar sig som AA-medlemmar och samtidigt använder sina fullständiga namn och/eller foton.

F. Ska jag vara bekymrad över andras anonymitet som besöker mina sidor?

S. När vi använder digitala medier ansvarar vi för vår egen anonymitet och andras. När vi lägger upp, skriver eller bloggar, bör vi utgå från att vi publicerar på den offentliga nivån. När vi bryter vår anonymitet i dessa forum kan vi oavsiktligt bryta andras anonymitet.

För mer information om anonymitet online se foldern "AA:s riktlinjer för Internet" som finns på [www.aa.se](http://www.aa.se).

F. Vad händer om jag syns som AA-medlem i TV, en film eller en webb-sändning, eller låter min bild synas i en tidning, eller på nätet, men utan att ange mitt fullständiga namn? Betraktas detta som ett anonymitetsbrott?

S. Ja, om ansiktet är helt synligt och andra lätt identifierbara bilder av AA-medlemmar (som beskrivs som AA-medlemmar) publiceras eller sänds, även om deras fullständiga namn inte anges, betraktas detta som att bryta anonymiteten.

F. Jag har hört ett antal människor, inom och utanför AA, som säger att den välkända AA-medlemmen bör uppmuntras att tillkännage sitt medlemskap för att hjälpa till att göra reklam för Gemenskapen. Varför fortsätter AA att bibehålla anonymitetsprincipen för kändisar och andra medlemmar?

S. Dessa traditioner utvecklades utifrån de tidiga medlemmarnas erfarenheter. Först kände de också att välkända AA-medlemmar kan hjälpa Gemenskapen genom att bryta sin anonymitet. Men det blev snart tydligt att om någon klev fram och bröt anonymiteten skulle andra följa efter. Och om medlemmarna skulle sträva efter allmänhetens uppmärksamhet och makt skulle den andliga enighet som är så viktig i arbetet med att hjälpa andra alkoholister snart gå förlorad.



F. Vad sägs om att göra eller lägga upp videoinspelningar av talare och möten? Betraktas detta som bryta anonymiteten, eftersom personerna kan ses helt och hållet och identifierar sig som AA-medlemmar?

S. Genom insikten att anonymiteten är den andliga grundvalen för alla våra traditioner, rekommenderas att AA-medlemmars tal givna som medlemmar ges personligen istället för att bli inspelade. Detta med tanke på risken att en videoinspelning kan placera personligheter framför principerna, och på det sättet främja utvecklingen av ett "stjärn"-system i AA (Enligt ett beslut på 1980 års General Service Conference).

### **Fakta om anonymiteten i AA**

Det är AA-medlemmens och inte medias ansvar att bibehålla vår hyllade anonymitets-tradition.

- AA-medlemmar anser i allmänhet att det är oklokt att bryta en medlems anonymitet även efter hans eller hennes död, men i varje situation måste det slutliga beslutet ligga hos familjen. AA-medlemmarna är dock överens om att anonymiteten för de medlemmar som fortfarande lever bör respekteras i dödsannonser eller i någon form av tryckt minnesruna eller meddelande om dödsfallet.
- AA-medlemmar kan röja sin identitet och prata som tillfrisknande alkoholister i radio-, TV- och internetintervjuer, utan att bryta mot Traditionerna – så länge deras medlemskap i AA inte avslöjas.
- AA-medlemmar kan endast prata som AA-medlemmar om deras namn eller ansikten inte avslöjas. De talar inte för AA utan som enskilda medlemmar.

### ***Erfarenheten föreslår att AA-medlemmar:***

- Respekterar andra medlemmars rätt att bibehålla sin egen anonymitet på det sätt och den nivå de önskar.

- Är noggranna med att inte bryta sin anonymitet vid olika inlägg, när man textar eller bloggar och är mycket noga med att inte oavsiktligt bryta andras anonymitet.
- När man talar som AA-medlemmar vid icke-AA-möten vanligtvis bara använder förnamn.
- Upprätthåller personlig anonymitet i artiklar och självbiografier.
- Undviker att använda titlar som "AA-rådgivare" när de arbetar som anställda inom alkoholismområdet (titeln "alkoholterapeut" är att föredra).
- Använder efternamn inom Gemenskapen, särskilt vid val till tjänande i gruppen och andra serviceuppdrag.

***För mer information om anonymiteten kan dessa källor vara till nytta:***

AA Sveriges hemsida [www.aa.se](http://www.aa.se)

AA blir myndigt

AA och Samarbete & Information – en vägledning för grupper och informatörer

### **Anonyma Alkoholisters Tolv Steg**

1. Vi erkände att vi var maktlösa inför alkoholen – att våra liv hade blivit ohanterliga.
2. Kom till tro att en Kraft större än vi själva kunde återge oss mental hälsa.
3. Beslöt att överlämna vår vilja och våra liv till Guds omsorg, *sådan vi uppfattade Honom*.
4. Gjorde en grundlig och orädd moralisk inventering av oss själva.
5. Erkände inför Gud, oss själva och en annan människa den exakta innebörden av våra fel.
6. Var helt och hållet beredda att låta Gud avlägsna alla dessa karaktärsdefekter.
7. Bad Honom ödmjukt att avlägsna våra brister.
8. Gjorde upp en lista över alla personer vi hade gjort illa och blev villiga att gottgöra dem alla.
9. Gottgjorde så långt möjligt dessa människor personligen, utom då det skulle kunna skada dem eller andra.

10. Fortsatte att göra personlig inventering och erkände genast när vi hade fel.
11. Sökte genom bön och meditation att förbättra vår medvetna kontakt med Gud, *sådan vi uppfattade Honom*, varvid vi endast bad att få kunskap om Hans vilja med oss och styrka att utföra den.
12. När vi, som resultatet av dessa steg, hade haft ett andligt uppvaknande, försökte vi föra detta budskap vidare till alkoholister och tillämpa dessa principer i alla våra angelägenheter.

## **Anonyma Alkoholisters Tolv Traditioner**

1. Vår gemensamma välfärd bör komma först; personligt tillfrisknande beror på enigheten i AA.
2. För syftet med vår grupp finns det endast en högsta auktoritet – en kärleksfull Gud såsom Han kan komma till uttryck i vårt gruppsamvete. Våra ledare är endast betrodda tjänare, de styr inte.
3. Det enda kravet för medlemskap är en önskan att sluta dricka.
4. Varje grupp bör vara självständig utom i angelägenheter som påverkar andra grupper eller AA som helhet.
5. Varje grupp har endast ett huvudsyfte – att föra budskapet vidare till den alkoholist som fortfarande lider.
6. En AA-grupp bör aldrig gå i borgen för, bekosta eller låna ut AA:s namn till någon närbesläktad sammanslutning eller något utomstående företag, så att inte problem med pengar, egendom eller anseende avleder oss från vårt huvudsyfte.
7. Varje AA-grupp bör vara helt självförsörjande och inte ta emot bidrag utifrån.
8. Anonyma Alkoholister bör alltid förbli icke-professionellt, men våra servicekontor kan anställa personal för speciella uppgifter.
9. AA som sådant bör aldrig organiseras, men vi kan tillsätta styrelser eller kommittéer för service som är direkt ansvariga inför dem de tjänar.
10. Anonyma Alkoholister har ingen åsikt i yttre angelägenheter; därför bör AA:s namn aldrig dras in i offentliga tvister.
11. Vår PR-policy grundar sig på dragningskraft snarare än reklamkampanjer; vi behöver alltid bibehålla personlig anonymitet gentemot press, radio och film.
12. Anonymitet är den andliga grundvalen för alla våra Traditioner och påminner oss ständigt om att sätta principer före personligheter.

**Detta är vi skyldiga AA: s framtid:**

Att sätta vår gemensamma välfärd främst,  
att slå vakt om enigheten inom vår gemenskap.

För på enigheten inom AA hänger våra liv  
och deras liv som kommer efter oss.

*Jag är ansvarig ...*

*Närhelst, varhelst någon ber om hjälp,  
vill jag att AA alltid skall finnas till  
hands, och för det är jag ansvarig.*

AA i Sverige  
Tfn 08-642 26 09  
[www.aa.se](http://www.aa.se)  
[service@aa.se](mailto:service@aa.se)