

AA i världen



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.

Rätten till texten ovan innehas av AA Grapevine Inc.
Den återges med innehavarens tillstånd.

Originalets titel: AA in Treatment Facilities

Copyright © 1961, 1987, Revised 1994 – Alcoholics Anonymous ® World Services, Inc. (AAWS)
All rights reserved.

Translated from English with permission of AAWS. Copyright in the English language version of this work is also owned by AAWS, New York.

No part of this translation may be duplicated in any form without the written permission of AAWS.

Översatt och producerad från engelska med tillstånd av
Alcoholics Anonymous World Services, Inc. (AAWS).

Rätten till detta verk i sin engelska förlaga ägs även av AAWS, New York.

Ingen del av denna översättning får mångfaldigas i någon form utan skriftlig tillåtelse från AAWS

Copyright © svensk översättning 1989, reviderad 2004, 2010.

Skriften säljes endast i distribution genom:
AA i Sverige, Box 4201, 102 65 Stockholm
Telefon 08-642 26 09
Webbplats: www.aa.se
E-mail: service@aa.se

AA Servicekontor, oktober 2010

Praktisk erfarenhet visar att ingenting tillförsäkrar lika god immunitet mot att dricka som att arbeta intensivt med andra alkoholister. Det fungerar när andra former av verksamhet misslyckas.

Anonyma Alkoholister (Stora Boken) kapitel 7

Eftersom ett av de sätt på vilka AA:s grundare höll sig nyktra var att föra in AA:s budskap på sjukhus och vårdinrättningar så har många andra alkoholister upptäckt det stora värdet för *den egna nykterheten* i att arbeta med lidande alkoholister på alkoholkliniker, behandlingshem och i fångvården. En sammanfattning av erfarenheter inom detta område följer här.

Hur kan spridandet av AA:s budskap till alkoholister inom sjuk- och fångvård stärka nykterheten?

Tusentals lyckligt tillnyktrade AA-medlemmar har upplevt att den bästa kuren mot en "torrfylla" eller mot ett "rus av självömkan" ofta är att arbeta med någon som fortfarande lider av aktiv alkoholism. Och vi vet att upplevelsen av att se andra alkoholister göra framsteg på vägen mot tillfrisknande ofta resulterar i samma tacksamhet som vi upplevde när vi själva gjorde framsteg.

Var mera lämpligt att söka de individer som fortfarande plågas av alkoholismens fasor än på sjukhus, kliniker, behandlingshem och inom fångvården. Idén är äldre än själva AA.

År 1934 gjorde en tillnyktrad alkoholist vid namn Bill W ideliga ansträngningar att hjälpa människor som intagits på Towns Hospital i New York för alkoholproblem. Ingen av dessa patienter verkade intresserad vid den tidpunkten, *men Bill själv höll sig nykter.*

Omkring sex månader senare besökte Bill W, tillsammans med en annan nykter alkoholist, patienterna på alkoholavdelningen på ett sjukhus i Akron, Ohio. Trots att till en början ingen ville lyssna på dem, fortsatte de sina försök för att bevara sin egen nykterhet. Och för dem båda fungerade det och Bill och Dr Bob blev tillsammans grundarna av den "hjälpa varandra" kedjereaktion som så småningom blev Anonyma Alkoholister. Att föra AA:s budskap vidare till alkoholister som fortfarande lider utgör andra delen av det tolfte steget i AA:s program för tillfrisknande. Vi brukar kalla det "tolftestegsarbete".

Över hela världen har alltsedan den tiden hundratusentals AA-medlemmar fortsatt att besöka intagna alkoholister. Att använda de "Tolv Stegen" och bedriva fadderverksamhet för sjuka alkoholister *där dessa befinner sig* har under hela AA:s existens varit ett av de viktigaste och mest tillfredsställande sätten för att hålla oss själva nyktra.

I motsats till förhållandena på 30- och 40-talen kan alkoholister idag få professionell behandling inom många olika vårdformer. Till praktiskt taget alla dessa kan AA-medlemmar få tillträde och tillfälle att föra ut vårt budskap om hopp och tillfrisknande. Detta gäller inom både offentlig och privat vård och behandling, samt inom fångvården.

I vårt land finns också några så kallade "halvvägshem" (där patienterna bor under en övergångstid medan de ofta jobbar ute), rehabiliteringscentra, alkoholkliniker, liksom konvalescent- och vilohem. Under några år på 1980- och 90-talen växte dessa verksamheter snabbt, för att sedan plana ut. Vårdcentralernas läkare och övrig personal, liksom psykologer, psykoterapeuter, socialarbetare med flera kommer i sin dagliga verksamhet ofta i kontakt med problemdrinkare är ofta öppna för kontakt med AA.

Allt detta har haft den positiva effekten att AA har vuxit och fortsätter att växa, snabbare nu än någonsin tidigare. Och de professionella behandlingshemmen har idag kommit att bli den största enskilda rekryteringskällan för nya AA-medlemmar, AA:s hjärteblod.

AA-medlemmar som vill stärka sin nykterhet eller kanske bara önskar ökad AA-glädje i livet har därför rika möjligheter till bådadera. Det är på närmaste sjukhus eller annan inrättning som de alkoholdrabbade finns.

Många av oss inom AA är övertygade om att det inte existerar någonting som kan kallas ett misslyckat tolfstestegsarbete. Om kontakten hjälper oss att bevara vår egen nykterhet så innebär den en framgång. Om den besökte alkoholisten dessutom nyktrar till är det ännu bättre. Allt vi behöver göra är att vara de kanaler som förmedlar AA-budskapet. Det tycks helt klart vara så att enbart att *försöka* hjälpa en annan alkoholist gör underverk för oss. Det fungerar när allt annat är utan verkan.

Vill professionella verksamheter verkligen ha AA:s hjälp?

I många av dessa verksamheter ingår AA-möten som en del av behandlingen.

På vilka sätt samarbetar AA-medlemmar med dessa verksamheter?

På många, många olika sätt.

Det som fungerar på ett ställe passar kanske inte alls på ett annat. Stora veteransjukhus i USA med långliggande patienter kan mycket väl dra nytta av viss hjälp från AA., medan en liten avgiftningsklinik kanske använder helt andra principer.

Boken "The Treatment Facilities Workbook" (ungefär "Handbok för AA-arbete inom vården") som finns att beställa från General Service Office, innehåller riktlinjer, exempel på brev, förslag till muntliga presentationer till personal och klienter, och annan information som kan vara av nytta för lokala AA-kommittéer för samarbete med vården.

Om det på din ort inte finns någon sådan kommitté kanske du vill starta en. På sina håll görs detta kontaktarbete av någon annan kommitté. Broschyren "How AA members cooperate with professionals" svarar på specifika frågor om olika former för samarbete inom ramen för AA:s traditioner. Broschyren "Fadderskap" ger förslag på hur man kan hjälpa nybörjaren som kanske har haft en viss exponering till AA under en behandling eller vistelse på vårdinstitution.

Varje lokal situation kräver noggrann förberedelse och AA-medlemmar har funnit att det krävs stor flexibilitet för detta slags tolftestegsarbete. På vissa håll samarbetar kommittén för lokala behandlingsfaciliteter med kommittén för samarbete med läkarkår och vården (om sådan finnes) för att överbrygga avståndet mellan AA-grupp och behandlingsinstans. På sina håll inrättar man inom t ex en större stad tillfälliga kommittéer för detta "överbrygningsarbete". Det finns inte "det enda rätta sättet" utan många olika arrangemang som utarbetats har visat sig effektiva.

Så till exempel upprätthåller en del kliniker och andra institutioner en lista över tidigare patienter som nu återfinns nyktra inom AA. När en patient skall skrivas ut, ringer man till en av dessa tidigare patienter som då blir en "temporär" kontakt för den nyutskrivne och hjälper honom att etablera sig inom AA. En annan instans rekryterar AA-volontärer. Många ansvarskännande AA-medlemmar har med glädje ställt upp. I andra fall har en AA-grupp eller enskilda medlemmar själva tagit initiativet och tagit kontakt för att föra budskapet vidare. Båda metoderna synes fungera bra. Om du överväger att bli en tillfällig kontakt av detta slag hänvisar vi till broschyren "Att överbrygga klyftan" som innehåller förslag till riktlinjer i denna verksamhet.

Trots allt har ju patienter vid dessa instanser erfarenhet av problem som är direkt relaterade till ett övermått av drickande. Huruvida de

hamnat där frivilligt eller har övertalats av sin arbetsgivare, en domare eller sin familj är inte av primärt intresse.

Kommer varje AA-medlem att kunna relatera till varje patient? Naturligtvis inte. Men det är mycket möjligt att åtminstone en enskild individ bland patienterna kommer att kunna identifiera med dig eller att du hos någon kommer att kunna generera en önskan om den sorts nykterhet som vi i AA talar om. Du kommer att besvara en fråga, eller åtminstone visa att det finns ett svar.

Det är en underbar upplevelse att på ett AA-möte månader eller år senare uppleva att en person kommer fram till dig och säger: "Du minns inte mej, men jag kommer ihåg dej. Du besökte behandlingshemmet medan jag var där. Jag var inte redo då, men för några månader sedan kom jag ihåg vad du hade sagt och nu är jag här, nykter."

Naturligtvis beror mycket på hur många AA-medlemmar som vi kan räkna med kommer att följa upp sina löften till institutioner eller organisationer. Om en föreståndare eller klinikchef ringer institutionskommittén och föreslår att ett eller en serie AA-möten arrangeras inom enheten, säger oss erfarenheten att om kommittén inte har tillgängliga tillräckligt många villiga AA-medlemmar för att föra budskapet vidare så är det bättre att avstå från förslaget än att det blir en "det kom ingen"-situation.

Många lokala AA servicekommittéer erbjuder informativa presentationer om Anonyma Alkoholister. Dessa tillfällen kan anpassas i omfattning och tid för att möta respektive institutions krav. Ett typiskt program kan innehålla en eller flera AA-filmer (finns dock ej med svenskt tal) och presentation av en eller flera AA-medlemmar av "Vad AA är och inte är".

Vilka kvalifikationer bör en AA-medlem ha för att förmedla budskapet till vårdinstitutioner?

En tids hållbar nykterhet

Exakt hur lång tid kan ingen säga. En del medlemmar klarar av detta slags AA-verksamhet mycket bra redan strax efter det de blivit nyktra, speciellt om de uppträder tillsammans med en erfaren äldre medlem.

Medan andra behöver längre tid innan de bör ge sig in i dessa aktiviteter.

Personlig erfarenhet av alkoholism och tillfrisknande

Detta är, självklart, den viktigaste och unika kvalifikation vi äger. Det krävs inte att du själv skall ha varit inlagd på sjukhus eller motsvarande för att du skall kunna tolftestegsarbete med en intagen. Lika litet som det krävs att du suttit i fängelse för att prata om AA med en intagen.

Det som är viktigt är att kunna dela med sig av den smärta vi en gång känt och den glädje över tillfrisknandet som vi nu känner.

En taktik byggd på sunt förnuft

I vår gemenskap av icke professionella motsätter vi oss alla försök att bli organiserade. Som alla medlemmar i AA vet har vi i AA inga regler och inga chefspersoner.

Å andra sidan måste inrättningar som erbjuder professionell behandling och service vara ordentligt organiserade för att göra sitt jobb väl och för att möta bland annat ett antal legala krav. Deras personal måste i stor utsträckning vara professionellt utbildade om rörelsen skall kunna bli officiellt godkänd. De anställda tar sina uppgifter på allvar.

Alkoholism är en allvarlig sjukdom. När vi förmedlar AA:s budskap om hopp, erfarenhet och styrka är vi väl medvetna om att det handlar om allvarliga saker.

Glad ödmjukhet

Vi lägger helt enkelt vårt budskap framför den intagnes fötter. Vad alkoholisten gör med det är inte vår sak. Han eller hon kan strunta i det eller använda det. Alkoholisten måste känna sig fri att välja utan att vi tar åt oss äran om budskapet accepteras, eller att vi blir besvikna eller arga om det inte accepteras.

Förmåga att följa regler

I samband med att föra vårt budskap in på olika slags institutioner måste vår personliga vilja underordna sig respektive regler i åtminstone två avseenden:

- För det första är den högsta auktoriteten i all AA-verksamhet en älskande Gud så som Han uttrycker sig genom gruppsamvetet. I vissa sammanhang, till AA:s bästa och det bästa för dem vi

försöker hjälpa, måste vi som individer handla på annat sätt än vad vi kanske skulle vilja.

- För det andra, den professionella institutionen det gäller har hand om och ansvarar för sina patienter. Om medlemmar i AA inte följer regler och föreskrifter kommer de kanske inte att inbjudas igen.

Alltså, att föra budskapet in på dessa ställen kräver tålamod och självdisciplin, samtidigt som vi måste komma ihåg att inte bryta mot våra Traditioner.

Pålitlighet

När väl AA, som individuella medlemmar eller som grupp eller kommitté, har åtagit sig att samarbeta med en given institution kan vi inte svika gemenskapen genom att inte leva upp till våra löften. Vi är villiga att gå hur långt som helst för att troget utföra de tjänster vi åtagit oss i AA:s namn. Vi gör vårt yttersta för att hålla vårt ord.

Vad folk tycker om AA beror på oss. Om folk litar på oss så litar de på AA. Om inte så får AA dåligt rykte. Eftersom AA:s policy rörande sitt förhållande till omvärlden baseras på rörelsens dragningskraft och inte på propaganda, hänger det på var och en av oss att visa upp en positiv bild av vårt sätt att leva i AA-gemenskapen.

Bred kunskap om AA

Medlemmar som besökt AA-möten endast i en eller ett par grupper i sin hemort har kanske inte en särskilt bred kunskap om vår gemenskap.

För att bli den bästa tänkbara budbäraren, försök att besöka andra lokala grupper. Dessutom utgör god kunskap om AA-litteratur och annat material en stor fördel när budskapet skall föras vidare.

Desto djupare och bredare vår kunskap om allt som rör gemenskapen är (inkluderande alla våra tre legat: Tillfrisknande, Enighet och Service), desto mer har vi att erbjuda den osäkre nykomlingen.

Förmåga att hålla oss till vår sak

Att föra budskapet till alkoholister inom institutioner kan vara en utmaning av vår förmåga att behålla fokus på AA:s viktigaste syfte som är "att hålla oss nyktra och hjälpa andra alkoholister att uppnå nykterhet."

Vi sysslar inom AA inte med utbildning av icke-alkoholister om alkoholism, religion, medicinska frågor eller någonting annat. AA:s

budskap förs vidare genom att vi delar med oss av vår erfarenhet, styrka och hopp. Det är inte vår uppgift att ifrågasätta eller kritisera någon som helst professionell institution eller person, eller tala om för dem hur alkoholister skall behandlas eller inte behandlas. Sådant ingår inte i AA-medlemmarnas uppgifter.

Vi har den personliga erfarenheten av alkoholism, en erfarenhet som vi nu delar, tillsammans med vad vi lärt oss om tillfrisknande. Vårt lidande och det tillfrisknande vi nu erfar kan ge värdefullt nytt hopp till andra som fortfarande lider. Och dessutom: genom att på detta sätt ge bort av vår erfarenhet, styrka och hopp, utan någon som helst tanke på ersättning eller belöning, stärker vi vår egen nykterhet.

Hur tar vi kontakt med vårdinstitutionerna?

Exakt hur denna aktivitet skall hanteras varierar från ort till ort och från en typ av institution till en annan, så att var och en av oss måste ta reda på vilka de lokala villkoren är. I Sverige är omfattningen av verksamhet av denna typ ännu så länge relativt begränsad och bygger framför allt på initiativ av enskilda AA-grupper, av individer inom en grupp eller, inom t ex en större stad, organiserat genom en för områdets grupper gemensam kommitté. Det är i högsta grad önskvärt att mera fadderskap av denna typ kommer till stånd och för detta föreslås i första hand att man skapar lokala koordineringskommittéer för samarbeten med behandlingshem och andra institutioner.

På engelska finns en hel del litteratur i dessa ämnen, som till exempel följande broschyrer:

- *AA Guidelines on Treatment Facilities Committees,*
- *The Treatment Facilities Workbook*
- artiklar I tidskriften *Box 459,*
- *Guidelines on Cooperation with the Professional Community,*
- *If You Are a Professional, AA Wants to Work With You*

Det är önskvärt att grupperna utser institutionsrepresentanter (eller motsvarande). Denne håller gruppen underrättad om pågående aktiviteter. Ofta kan de samla in AA-böcker, gamla broschyrer och gamla nummer av AA-Bulletinen för att ge vidare till intagna. De uppmuntrar också medlemmarna att delta i denna form av aktiviteter. En AA-grupp kan till exempel besluta sig för att "sponsra" en AA-grupp inom en vårdinstitution eller fångvårdsanstalt.

Sist och slutligen beror varje AA-aktivitet på den individuella AA-medlemmen. Ingen kommitté, styrelse, kontor, eller grupp kan tvinga en medlem att göra någonting, eller hindra honom eller henne från att göra någonting annat.

Det är den individuella medlemmen som säger: "Jag är ansvarig. Närhelst någon, någonstans, sträcker ut en hand efter hjälp, vill jag att AA:s hand alltid skall finnas där. För detta är jag ansvarig." Många av de lyckligaste nyktra medlemmarna i AA lever efter just dessa ord.

Vilka typer av AA-möten brukar man hålla inom vårdinstitutioner?

Inom vårdinstitutioner synes två slags AA-möten vara värdefulla som praktiska och enkla medel att introducera patienter till AA medan de fortfarande är intagna. Lokala förhållanden avgör vilken typ som i ett givet fall bäst passar patienterna.

Vanliga AA-gruppmöten: I USA finns ett icke oväsentligt antal grupper som hyr eller får utnyttja möteslokaler inom institutioner och fungerar på samma sätt som grupper som har sina möten ute i samhället. Möten inom institutioner och sjukhus har fördelen att de är lätt tillgängliga för intagna.

Som den långa versionen av tredje traditionen klart säger: "Vårt medlemskap bör inkludera alla som lider av alkoholism. Följaktligen kan vi inte neka någon som vill tillfriskna att bli medlem. Inte heller bör medlemskap vara beroende på pengar eller t ex kyrklig anslutning. Om två eller tre alkoholister kommer samman för att hålla sig nyktra kan de kalla sig en AA-grupp, under förutsättning att de, som grupp, inte har någon annan anslutning."

Grupper som träffas inom institutioner har funnit det praktiskt att inte ha institutionens namn som en del i gruppens namn, eftersom detta skulle kunna leda till missuppfattningen att det är AA som driver institutionen eller, å andra sidan, att AA-gruppen sköts av institutionen ifråga.

InstitutionsAA-möten: Dessa möten skiljer sig från vanliga AA-möten. Ofta är deltagandet begränsat till patienter eller intagna vid institutionen ifråga tillsammans med ett fåtal AA-medlemmar från den lokala institutionskommittén eller en viss grupp. Någon bland dessa senare fungerar som mötesledare och ansvarar för att t ex bjuda in

talare från annan grupp. På sina håll deltar också män och kvinnor ur personalen i sådana möten.

Den sponsrande kommittén eller gruppen svarar med sitt gruppsamvete för att AA-traditionerna får styra mötesverksamheten. År 1978:s "General Service Conference" rekommenderade att AA-medlemmar som är anställda vid institutionen i fråga inte bör fungera som mötesledare vid dessa möten.

Informativa AA-presentationer för intagna och professionella

Institutionskommittéer ombeds då och då att presentera informativa presentationer om AA för både intagna (patienter) och de professionella (läkare, vårdpersonal, etc). Detta är ett annat sätt att föra budskapet vidare.

Det finns, på engelska, två olika föreslagna riktlinjer för genomförande av sådana presentationer. De kan erhållas från General Service Office i New York via det svenska Servicekontoret, och finns för övrigt också inkluderade i "Treatment Facilities Workbook."

Hur kan man starta upp AA-möten inom en institution?

Om det finns en institutionskommitté inom AA i trakten bör du i första hand ta kontakt med denna. Om ingen kommitté finns kanske du vill starta upp en.

Ett av de bästa sätten att börja är att samla ihop ett litet antal solida och intresserade AA-medlemmar för en första diskussion. På detta sätt får du en uppfattning om hur många medlemmar du kan räkna med i arbetet och vad var och en är villig att bidra med.

Nästa steg är att göra sig ordentligt bekant med institutionen som det gäller. Man kan lära sig mycket av tidigare patienter.

Sedan avtalar två eller tre av er om ett sammanträffande med den ansvarige föreståndaren för institutionen, för att bekanta er och framföra förslag att hjälpa till. Exakt vilken slags hjälp det kan bli fråga om beror naturligtvis i första hand på vad slags institution det är. Var noga med att klargöra att AA-medlemmar bara talar för sig själva och att ingen kan representera en grupp eller hela AA-gemenskapen.

Om institutionen bestämmer sig för att vilja prova med hjälp från AA är det en god idé att AA-medlemmarna till en början inte tar på sig för mycket. Ta det lugnt. Kanske nöjer ni er denna gång med att bara

lämna namn och telefonnummer så att ni vid tillfälle kan aviseras och komma över för att prata med patienter.

Det är också en god idé att lämna över någon AA-litteratur och ett exemplar av AA-Bulletinen. Kanske "AA i samhället", "AA i ett nötskal" och "Dags att börja leva." Och varför inte denna broschyr?

När man bestämmer sig för att låta AA-möten äga rum inom institutionen blir det de första frivilligas jobb att se till att dessa möten regelbundet kommer till stånd och att alla AA-medlemmar som kommer dit är medvetna om och följer institutionens regler.

Om institutionen ifråga behåller sina patienter endast några dagar (för t ex avgiftning) kommer kanske två eller tre möten per vecka att behövas. Men om det är fråga om ett sjukhus eller en rehabiliteringsklinik som erbjuder intagning under längre tid kan patienter kanske tillåtas besöka möten utanför "grindarna" och färre interna möten krävs.

Vid något av de första sammanträffandena med institutionens personal är det mycket viktigt att AA-medlemmar klart redogör för vad AA *inte* gör. Listan som följer är baserad på broschyren "AA i samhället."

Anonyma Alkoholister ägnar sig *icke* åt följande:

- AA propagerar inte för medlemskap och försöker inte övertyga någon som inte vill att bli medlem.
- AA upprättar inte listor över medlemmar eller fallbeskrivningar.
- AA ägnar sig inte åt forskning eller att sponsra forskning.
- AA-medlemmar uppträder inte som representanter för sociala nämnder eller liknande organ, även om AA-medlemmar, grupper och servicekontor ofta samarbetar med sådana organ.
- AA följer inte upp eller försöker kontrollera sina medlemmar.
- AA gör inte upp medicinska eller psykologiska diagnoser eller prognoser.
- AA erbjuder inte tillnyktrings- eller vårdtjänster, sjukhusvård, medicinering eller någon som helst medicinsk eller psykiatrisk behandling.
- AA erbjuder icke andliga eller religiösa tjänster.
- AA ägnar sig icke åt utbildning eller propaganda om alkohol.
- AA erbjuder inte boende, mat, kläder, arbeten, pengar eller andra sociala tjänster. (Självklart händer det ibland att en AA-medlem,

som privatperson, kan erbjuda en annan medlem tillfällig hjälp men detta är icke en del av AA:s service).

- AA erbjuder inte rådgivning i samlevnads- eller yrkesfrågor.
- AA tar inte emot pengar för utförda tjänster eller någon form av bidrag från källor utanför AA.

Följande läxa, inlärd under många års erfarenhet är värd att upprepas. AA-medlemmar som ansvarar för samarbetet med en institution och som arrangerar AA-möten inom denna måste vara helt införstådda med gällande regler beträffande besökstider, telefonsamtal, rökning, vidarebefordran av meddelanden, mat och dryck eller annat beträffande de intagna. Varje AA-medlem som besöker institutionen ifråga skall vara noggrant medveten om allt detta. De som inte vill lära sig och respektera dessa regler utgör inte goda kandidater för detta slags servicearbete.

Varje medlem som deltar i detta slags service har nytta av att noggrant läsa denna broschyr.

Likaså finns en videoinspelning (dock endast på engelska), "Hope: Alcoholics Anonymous" som förklarar AA:s principer och som utgör ett utmärkt verktyg vid presentationer för administration och personal, liksom för att föra budskapet vidare till patienter.

Dessutom finns ett antal videoband och filmer tillgängliga.

Några enkla förslag vad man bör göra och inte bör göra

1. GÖR – Följ noggrant alla institutionens regler. AA-medlemmar är dess gäster.

GÖR INTE – AA-medlemmar bör inte göra anspråk på speciella undantag eller försöka manipulera institutionen till att göra speciella medgivanden.

2. GÖR – Försäkra dig om att varje löfte som givits följs i detalj.

GÖR INTE – Ge inga löften som inte kan uppfyllas. Att framföra ursäkter skapar ingen good-will för AA, men det gör tillit och resultat.

3. GÖR – Begränsa dig till att berätta din egen ärliga historia om tillfrisknande från alkoholism.

GÖR INTE – Diskutera inte medicinering, psykiatri eller vetenskapliga teorier om alkoholism. Dessa ämnen tillhör de

professionella. Våra egna andliga liv betyder inte att vi är experter i religiösa frågor.

4. GÖR – Lyssna åtminstone lika mycket som du talar.
GÖR INTE – Argumentera inte om någonting, med intagna eller med personal. Argumentering vinner inga vänner.
5. GÖR – Lev enligt andan i AA:s Tolv Traditioner.
GÖR INTE – Förvänta dig inte att någon professionell institution skall styras av våra traditioner. De kan inte och behöver inte göra detta.
6. GÖR – Kom ihåg att för människorna inom institutionen är du AA. Ditt språk, utseende, gester och sinnesstämning påverkar andra människors uppfattning om vår gemenskap. Ditt uppträdande kan garantera att AA alltid är välkomna.
GÖR INTE – Ge inte institutionens personal eller patienter anledning att kritisera AA.
7. GÖR – Visa alltid en glad ödmjukhet om hur AA fungerar.
GÖR INTE – Skryt inte om AA. Låt resultaten tala för oss.
8. GÖR – Kom ihåg att du är ansvarig. Berätta för patienterna om fördelarna med fadderskap, liksom möjligheten att utnyttja tillfällig kontakt under institutionsvistelsen.
GÖR INTE – Att föra budskapet till institutionen och sedan lämna det kvar där är att bara göra halva jobbet.

Tusen och åter tusen gånger har dessa föreslagna Gör och Gör Inte hjälpt AA att upprätthålla vänskapliga och givande kontakter med i första hand den medicinska professionen och vårdpersonal.

När en AA-medlem tar på sig ansvaret för möten inom en institution är det nödvändigt att hålla tät och vänskaplig kontakt med institutionens ledning för att på så sätt eliminera varje problem innan det uppstår.

Vilka ansvar har resten av oss i samband med verksamhet inom vårdinstitutioner?

Vi måste själva ha uppnått god nykterhet innan vi kan göra så mycket för andra. Men när vi väl gjort en god början på de tolv stegens väg mot tillfrisknande så har vi mycket att erbjuda var och en som är intagen på någon form av institution.

Vi kan, till exempel, i böckerna *Anonyma Alkoholister* och *AA blir myndigt* läsa om hur mycket Ebby T's besök hos Bill W betydde och om vad som hände när Bill W och Doktor Bob träffades i Akron och besökte "mannen i sängen", Bill D, som blev AA-medlem nummer 3. Vi finner också stor klokhet i kapitlet om "Att arbeta med andra" i *Stora Boken* och i kapitlet om Tofte Steget i *Tolv steg och tolv traditioner*.

Men även om vi aldrig kommer ens i närheten av en fånganstalt eller ett behandlingshem eller alkoholklinik så finns det mycket vi kan göra i våra grupper. Att vänligt ta emot *alla* nykomlingar är viktigt, även om en del av dem har en förståelig bindning till just *sin* institution, eller kanske har någon form av dubbelt beroende som innebär att dom missar huvudsyftet i sina delningar. Om vi inte är beredda att villkorslöst välkomna dem kommer de kanske inte tillbaka. Fadderskapen är mycket viktiga för att göra vägen mera framkomlig. Kanske vill din grupp starta nybörjarmöten, eller pröva något av de andra uppslagen som finns i GSO:s memorandum om "Att hantera stor tillströmning av nya medlemmar" – en kortbeskrivning av olika sätt som grupper provat på för att ta hand om nybörjare som hänvisats av domstolar (i USA), företagshälsovård, behandlingshem och andra kanaler.

Varför över huvud taget göra något av allt detta?

Svaret är enkelt.

Det är ett bra sätt att bibehålla en stärkt nykterhet. "Det fungerar när andra aktiviteter inte räcker till."

Anonyma Alkoholisters tolv steg

1. Vi erkände att vi var maktlösa inför alkoholen – att vi inte längre kunde hantera våra liv.
2. Vi kom till tro att en kraft större än vår egen kunde återge oss vårt förstånd.
3. Vi beslöt att lägga vår vilja och våra liv i Guds händer, *sådan vi uppfattade honom*.
4. Vi gjorde en grundlig och oförskräckt moralisk självrannsakan.
5. Vi erkände inför Gud, oss själva och en medmänniska den exakta innebörden av alla våra fel.
6. Vi var helt och hållet beredda att låta Gud avlägsna alla dessa karaktärsfel.
7. Vi bad ödmjukt honom att avlägsna våra brister.
8. Vi gjorde upp en lista över alla de personer som vi hade skadat och blev villiga att gottgöra dem alla.
9. Vi gottgjorde personligen dessa människor så långt det var oss möjligt utom då detta kunde skada dem eller andra.
10. Vi fortsatte vår självrannsakan och erkände genast när vi hade fel.
11. Vi sökte genom bön och meditation att fördjupa vår medvetna kontakt med Gud – *sådan vi uppfattade honom* – varvid vi endast bad om insikt om hans vilja med oss och styrka att utföra den.
12. När vi, som resultat av dessa steg, själva hade haft ett andligt uppvaknande, försökte vi föra detta budskap vidare till andra alkoholister och tillämpa dessa principer i alla våra angelägenheter.

Anonyma Alkoholisters tolv traditioner

1. Vår gemensamma välfärd bör komma i första hand, personligt tillfrisknande beror på sammanhållningen inom AA.
2. För vår grupp finns bara en högsta auktoritet – en älskande Gud, såsom han kommer till uttryck i vårt gemensamma gruppsamvete. Våra ledare är blott våra betrodda tjänare – de styr inte.
3. Det enda villkoret för medlemskap i AA är en önskan att sluta dricka.
4. Varje grupp bör vara självstyrande – utom i angelägenheter som berör andra grupper eller AA som helhet.
5. Varje grupp har endast ett huvudsyfte – att föra budskapet vidare till de alkoholister som fortfarande lider.
6. En AA-grupp bör aldrig gå i borgen för, finansiera eller låna sitt namn till närbesläktade sammanslutningar eller utomstående företag, annars kommer problem med pengar, egendom och prestige att skilja oss från vårt ursprungliga syfte.
7. Varje AA-grupp bör vara helt självförsörjande och vägra ta emot ekonomiskt stöd utifrån.
8. Anonyma Alkoholister bör alltid förbli icke-professionella – men våra servicecentra kan anställa personal för speciella uppgifter.
9. AA som sådant bör aldrig organiseras, men vi kan tillsätta styrelser eller kommittéer för service – dessa är direkt ansvariga inför dem de tjänar.
10. Anonyma Alkoholister tar aldrig ställning för eller emot i yttre angelägenheter, alltså bör AA:s namn aldrig dras in i offentliga tvister.
11. Vår kontakt med allmänheten är baserad på rörelsens egen kraft snarare än på direkt propaganda. Vi bör alltid iakttaga personlig anonymitet i förhållande till press, radio och film.
12. Anonymitet är den andliga grundvalen för våra traditioner och påminner oss ständigt om att sätta princip före person.

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

AA Servicekontor
Box 4201, 102 65 Stockholm
Tel: 08-642 26 09
Hemsida: www.aa.se E-post: service@aa.se