



**AA-GRUPPEN...**  
**...där allting börjar**

*Hur en grupp fungerar*  
*Hur man sätter igång*

## 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 A.A. Grapevine Inc. återges med innehavarens tillstånd.*

Originalalets titel: The A.A. Group ... Where it all begins.

Copyright © 1965, 1990, 2005 Alcoholics Anonymous World Services, Inc. All rights reserved.

Reproduced with permission of Alcoholics Anonymous World Services, Inc. Copyright ©

2005 Alcoholics Anonymous World Services, Inc. Alla rättigheter förbehålls.  
Återges med tillstånd av Alcoholics Anonymous World Services, Inc. Copyright  
till engelska versionen av detta verk ägs av A.A.W.S., New York, NY

Rekommendationerna är, i vissa delar, anpassade till svenska förhållanden.

Copyright © svensk översättning. AA i Sverige 2010

Skriften distribueras endast genom AA i Sverige, Box 4201, 102 65 Stockholm.

Tfn: 08-642 26 09, Fax: 08-714 82 24

Hemsida: [www.aa.se](http://www.aa.se) E-post: [service@aa.se](mailto:service@aa.se)

ISBN 978-91-976810-7-0

Tryck: AB Stjärntryck, Stockholm november 2010

# Innehållsförteckning

<b>Hur den här broschyren kan användas</b> .....	5
<b>AA:s enda syfte</b> .....	6
<b>Vikten av anonymitet</b> .....	7
Att behålla anonymiteten på det offentliga planet.....	7
Att förstå anonymiteten i AA-sammanhang .....	7
<b>Introduktion</b> .....	9
AA-gruppen – den högsta instansen i gemenskapen .....	9
<b>Gruppen...där AA:s servicestruktur börjar</b> .....	11
Vad är en AA-grupp?.....	11
Är det skillnad på ett möte och en grupp? .....	11
Hur blir jag medlem i en AA-grupp?.....	12
Skillnaden mellan öppna och slutna möten .....	12
Vilka slags möten kan en AA-grupp ha? .....	12
Förslag till mötesordning.....	14
Hemgruppen.....	15
Självförsörjning: den sjunde Traditionen .....	16
Kaffe, te och gemenskap.....	16
<b>Hur en AA-grupp fungerar</b> .....	17
Hur startar man en AA-grupp? .....	17
Namnet på en AA-grupp.....	17
Vad kan en AA-medlem göra i sin grupp? .....	18
Vilka tjänare behöver vi i en gruppen? .....	19
Kort beskrivning av några viktiga funktioner .....	20
GSR.....	20
Sekreteraren .....	21
Kassör.....	22
Bulletinen-ombudet.....	23
Litteraturansvarig .....	23
Behöver vi en ledningsgrupp?.....	24
Hur får vi möjlighet att hjälpa andra alkoholister? .....	24
<b>AA-gruppens relation till andra i samhället</b> .....	26
Kommittéer för service som tjänar AA.....	26

<b>Princip före person</b> .....	27
Rotationsprincipen .....	27
Vad är ett "informerat AA-gruppsamvete"? .....	28
AA-gruppens självvrannsakan .....	28
Praktiska möten .....	29
Problem i AA-gruppen.....	30
Andra "Praxis" (i USA/Canada) .....	31
<b>AA-gruppernas plats i servicestrukturen</b> .....	32
Början för central service i Nordamerika (USA/Canada).....	32
Kort historik, Sverige.....	32
Vad gör ett Servicekontor? .....	33
Vem är chef för Servicekontoret? .....	34
Hur beslut som berör AA fattas .....	34
Vem försörjer vår centrala service? .....	35
Vad kan AA-grupperna göra för Servicekontoret? .....	35
Vad kan vi beställa från Servicekontoret? .....	36
Lokala servicekontor .....	37
<b>Vad AA inte gör</b> .....	38
<b>AA och alkoholism</b> .....	39
Samarbeta med men inte sammankopplas med.....	39
AA och andra organisationer .....	39
<b>Fler frågor och svar om AA</b> .....	40
Vad är AA:s "Tre legat"? .....	40
Vad är en AA-klubb? .....	40
Vem driver behandlingshem och halvvägshus? .....	40
AA-möten på fängelser och behandlingsenheter .....	40
<b>AA:s Tolv Steg</b> .....	41
<b>AA:s Tolv Traditioner</b> .....	42
<b>AA:s Tolv Traditioner – långa versionen</b> .....	43
<b>AA:s Tolv Koncept för Service – korta versionen</b> .....	46
<b>Litteraturförteckning</b> .....	49

## Hur den här broschyren kan användas

Den är tänkt som en liten uppslagsbok och guide för en AA-grupp. Den kompletterar Servicehandboken, Tolv koncept för service och annan litteratur som berör gruppen i ett vidare sammanhang. Se förteckningen längst bak.

Broschyren berör fyra huvudområden:

- Vad en AA-grupp är.
- Hur gruppen fungerar.
- Gruppens relationer till andra i samhället.
- Gruppens roll och plats i AA-strukturen.

Innehållsförteckningen i början ger information om innehållet. Om du har frågor som du inte kan hitta svar på i broschyren kan du ta kontakt med Servicekontoret i Stockholm eller sända frågan (på engelska) till General Service Office (G.S.O.) i USA.

## AA:s enda syfte

Tradition fem: *Varje grupp har endast ett huvudsyfte - att föra budskapet vidare till de alkoholister som fortfarande lider.*

"Det finns de som menar att AA mycket väl kan bli en ny spjutspets för ett andligt uppvaknande över hela världen. När våra vänner säger detta menar de allvar och det är mycket vänligt sagt. Men vi som tillhör AA måste betänka att sådana egenskaper och en sådan profetia mycket väl kan vara som en drink som går till huvudet på de flesta av oss - om det visar sig att vi börjar tro att det är detta som är det egentliga målet för AA, och om vi börjar bete oss därefter.

Vår gemenskap kommer därför att strikt hålla sig till sitt enda syfte: att föra budskapet vidare till alkoholister som fortfarande lider. Låt oss motstå det stolta antagandet att eftersom Gud har utvalt oss att göra vad som är gott inom ett område har Han också utvalt oss att vara en kanal för hans nåd till alla"

*Bill W., 1955, en av AA:s grundare*

## Vikten av anonymitet

Tradition tolv: *Anonymiteten är den andliga grundvalen för våra traditioner och påminner oss ständigt om att sätta princip framför person.*

Vad är meningen med anonymitet i AA? Varför säger man ofta att den är det största enskilda skyddet gemenskapen har för sin fortsatta existens och tillväxt?

I mediasammanhang (press, radio, TV, Internet och film) understryker anonymiteten jämlikheten mellan alla AA-medlemmar. Den sätter en broms på vårt starka behov av uppmärksamhet, vår felaktiga övertygelse om att brott mot anonymiteten kan hjälpa någon, och vår önskan att bli känd som person. Viktigast är att traditionen påminner om att det är AA-budskapet som räknas, inte budbäraren.

På det personliga planet skyddar anonymiteten alla medlemmars privatliv, ett skydd som kan betyda mycket för den som kommer till AA för första gången och är rädd för att hans/hennes problem kan bli offentligt känt.

I teorin verkar anonymitetsprincipen enkel och klar men den kan ändå vara svår att omsätta i praktiken. Här följer några råd, samlade från AA-grupper, som kan vara till hjälp.

### **Att behålla anonymiteten på det offentliga planet**

När jag uppträder i radio eller TV, på film eller internet som AA-medlem, undviker jag att visa mitt ansikte och nämner inte mitt efternamn. I tidningsartiklar, på webbsidor eller e-mail, identifierar jag mig med förnamn och första bokstaven i mitt efternamn.

Vi använder enbart förnamn och första bokstav för efternamn när vi talar som AA-medlem på ett möte utanför gemenskapen. (Se broschyren: "Speaking at Non-A.A. Meetings".)

"AA" eller AA:s logotyp trycks eller skrivs inte på kuvert som sänds per post, inte ens på post som går till enheter i gemenskapen (grupper, kretsar osv.). På material som ingår i information om AA eller i programblad som kan ses av allmänheten utelämnas efternamn och titlar som "Pastor", "Doktor", "VD" osv.

### **Att förstå anonymiteten i AA-sammanhang**

Vi kan använda efternamnet när vi är i gruppen. Samtidigt respekterar vi de medlemmar som vill behålla sin personliga anonymitet

på den nivå de själva önskar. Vissa grupper har frivillig telefonlista med namn som används endast för de ändamål som gruppsamvetet har bestämt.

Vi återger inte vad någon annan medlem har "delat" om på ett möte. Ordet "anonym" i vårt namn är ett löfte om personlig integritet. Dessutom är den enda historia vi sant kan "dela" vår egen.

I våra personliga relationer med personer som inte har något alkoholproblem – och med de som vi tror har ett problem – kan vi känna oss fria att säga att vi är nyktra (eller tillfrisknande) alkoholister (utan att nämna namn på andra AA-medlemmar), men en viss försiktighet rekommenderas. Är vi öppna kan det hjälpa till att föra budskapet vidare.

Vi avstår från att göra videoupptagningar av möten och "delningar" som kan visas för allmänheten. Som den amerikanska Servicekonferensen 1980 rekommenderade, är det bättre att AA-medlemmar får hålla sina tal personligt, när vi tänker på risken att videoupptagningen kan skapa "stjärnor" i AA och därigenom sätta person före princip.

Läs vidare om anonymitet i broschyren "Understanding Anonymity".



# Introduktion

Det första konceptet säger:

*Det slutliga ansvaret för och beslutanderätten över AA:s internationella serviceverksamhet skall alltid utgå från hela gemenskapens samlade gruppssamvete.*

## **AA-gruppen - den högsta instansen i gemenskapen**

Anonyma Alkoholister har kallats en upp- och nedvänd organisation eftersom "det slutliga ansvaret för, och beslutsrätten över vår världsomspännande service ligger hos grupperna – snarare än hos de förtroendevalda i General Service Board (Förtroenderådet) eller hos General Service Office (Servicekontoret) i New York, USA". ("Twelve Concepts For World Service Illustrated".)

Hela strukturen i AA beror på medbestämmanderätten och gruppssamvetet hos de individuella grupperna, och hur varje grupp hanterar sina angelägenheter har inverkan på hela gemenskapen. Följaktligen är vi alltid medvetna om vårt individuella ansvar för vår egen nykterhet och, som grupp för att föra budskapet vidare till den lidande alkoholister som söker vår hjälp.

AA har ingen central myndighet, vi har minimal organisation och en handfull traditioner i stället för lagar och regler. Som en av våra grundare, Bill W. uttryckte sig 1960, "Vi följer dem (de tolv Traditionerna) villigt eftersom vi har anledning att göra det och för att vi vill. Kanske ligger hemligheten med deras styrka i det faktum att dessa livgivande erfarenheter kommer från verkliga experiment och att de har sitt upphov i kärlek".

AA formas av den kollektiva rösten från alla lokala grupper och deras representanter i Servicekonferensen, som arbetar för enighet i frågor som är viktiga för Gemenskapen. Varje grupp är självständig, utom i frågor som berör andra grupper eller AA som helhet.

Allt viktigt arbete i grupperna görs av alkoholister som själva är tillfrisknande i gemenskapen, och var och en av oss är betrodda att göra service i AA på det sätt vi tror är bäst inom ramarna för Traditionerna. Detta betyder att vi fungerar som en demokrati, med alla planer för gruppens aktivitet grundad på majoritetens röst. Ingen enskild individ är vald att handla för gruppen eller för AA som helhet.

Varje grupp är unik som ett fingeravtryck, och sättet att sprida budskapet om nykterhet varierar inte bara från grupp till grupp utan från krets till krets och från land till land. Genom att agera självständigt väljer varje grupp sin egen väg. Ju bättre informerade medlemmarna är, dess starkare och mer samstämmig är gruppen – och när en nykomling söker hjälp har gruppen alltid den hand som AA sträcker ut till hjälp

De flesta av oss kan inte tillfriskna utan en AA-grupp. Som Bill sade, "Insikten kommer till varje medlem, att han bara är en liten del av det stora hela... Han lär att ropet av önskningar och ambitioner inom honom måste tystas eftersom dessa kan skada gruppen. Det står klart att gruppen måste överleva, annars kan individen inte överleva".

## Gruppen... där AA:s servicestruktur börjar

### Vad är en AA-grupp?

Den långa versionen av tradition 3 säger följande:

*Vårt medlemskap bör omfatta alla som lider av alkoholism. Därför får vi inte avvisa någon som vill tillfriskna. Medlemskap i AA bör aldrig vara beroende av pengar eller åsikter. Om två, eller fler, alkoholister träffas enbart för sin nykterhet kan de kalla sig en AA-grupp, förutsatt att de som grupp inte är beroende av någon annan.*

Ytterligare klagörande av vad en AA-grupp är finns i Tolv koncept för service, Koncept tolv, Utfästelse sex:

- inga straff får åläggas på grund av icke-konformism med AA:s principer;
  - inga avgifter eller kostnader kan debiteras, endast frivilliga bidrag;
  - ingen medlem utesluts ur AA, medlemskap är alltid ett val för den enskilde individen;
  - varje AA-grupp kan sköta sina inre angelägenheter som den vill, den förväntas endast att avstå från handlingar som kan skada AA som helhet;
- och slutligen*
- att varje grupp av alkoholister som samlas för att hålla sig nyktra kan kalla sig en AA-grupp under förutsättning att de i egenskap av grupp inte har några andra syften eller anknytningar.

I vissa fall kan AA-medlemmar samlas i speciella grupper – kvinnogrupp, young people, gay osv. Om alla medlemmar är alkoholister och om de har dörren öppen för alla alkoholister som söker hjälp oberoende av kön, läggning, yrke eller andra egenskaper, och om de uppfyller alla övriga kriterier för en AA-grupp, kan de kalla sig själva en AA-grupp.

### Är det skillnad på ett möte och en grupp?

De flesta AA-medlemmarna möts i en grupp som definieras enligt den långa tredje Traditionen.

Men, vissa AA-medlemmar har möten som skiljer sig från den vanliga uppfattningen om en grupp.

Dessa medlemmar samlas helt enkelt vid en viss tidpunkt på en viss plats för ett möte, kanske av bekvämlighetskäl eller av annan speciell orsak. Den huvudsakliga skillnaden mellan en grupp och ett möte är att gruppen finns mellan annonserade mötestider, redo att vid behov ge hjälp enligt tolfte steget.

En ny grupp registrerar sig vanligen på Servicekontoret för att få allmän AA-information och för att komma med i den svenska möteslistan.

### **Hur blir jag medlem i en AA-grupp?**

*"Det enda villkoret för medlemskap i AA är en önskan att sluta dricka."*  
(Tradition tre.)

Ingen formell anmälan behövs, välj en grupp och säg att du är medlem. Så blir du AA-medlem.

### **Skillnaden mellan öppna och slutna möten**

Avsikten med alla AA-möten framgår av "Ingressen": att medlemmar "dela sina erfarenheter, sina förhoppningar och sin styrka med varandra för att söka lösa sitt gemensamma problem och hjälpa andra att tillfriskna från alkoholism". Från första början har AA-grupperna haft både öppna och slutna möten.

*Slutna möten* är endast för AA-medlemmar eller för de som har ett alkoholproblem och "har en önskan att sluta dricka".

*Öppna möten* är tillgängliga för alla som har intresse av Anonyma Alkoholisters program för tillfrisknande från alkoholism. Icke-alkoholister kan delta i öppna möten som observatörer.

På både slutna och öppna möten kan mötesledaren begära att deltagarna begränsar sig till frågor som berör "tillfrisknande från alkoholism".

Oavsett om det är öppet eller slutet, leds AA-mötet av en AA-medlem som kan mötesordningen.

### **Vilka slags möten kan en AA-grupp ha?**

"Varje grupp bör vara självstyrande" säger fjärde traditionen, "utom i angelägenheter som berör andra grupper eller AA som helhet". Följaktligen har tusentals AA-grupper satt sin egen prägel på sina möten. Mötet öppnas vanligen av en "Mötesledare" som inleder mötet enligt gruppens fastställda rutin.

De vanligaste möten grupperna kan sägas ha är:

1. *Tema (Discussion i Nordamerika)* Antingen slutet eller öppet. Temat kan vara fast och beslutat av gruppsamvetet eller föreslås av mötesdeltagare. Vanligen berör det "tillfrisknande från alkoholism" och har sitt ursprung i AA-litteraturen.

Några exempel;

- rädsla
  - tacksamhet
  - ärlighet
  - villighet
  - högre makt
  - karaktärsdefekter
  - gottgörelse
  - kapitulation
  - villighet
  - ödmjukhet
  - förlåtelse
  - andlighet
2. *Talarmöte*, öppet eller slutet. En (eller flera) på förhand vald medlem "delar" om ett tema som berör hur det var, vad som hände och hur det nu är. Talare kan ta hela mötestiden i anspråk, i synnerhet om det är en "Life Story". Annars begränsas inledningen så att medlemmar får möjlighet att ställa frågor eller "dela". I vissa grupper behöver den som är talare ha en viss tid av varaktig nykterhet.
  3. *Steg eller Traditioner*, vanligen slutet. Eftersom de Tolv Stegen är grunden för tillfrisknande i AA har många grupper regelbundna möten där man går igenom "programmet" steg för steg, ofta ett möte (eller fler) varje vecka. Ibland inleder man mötet med att läsa om det aktuella steget i "Tolv plus Tolv" eller i "Stora Boken". Samma princip kan man använda när det gäller våra Tolv Traditioner.
  4. *Nyborjarmöte*, slutet, för att den som är på sitt första möte skall få möjlighet att identifiera sig som alkoholist bland nyktra alko-

holister. Ofta med första steget som utgångspunkt. Det kan vara en fördel att ändra från det tema som annars gäller för mötet när man har en "nykomling". ("Nykomling" är ett specifikt AA-begrepp. Vi kan inte förvänta oss att den som kommer till sitt första möte är bekant med begreppet. Fråga därför "om någon är på AA för första gången".)

Tänk också på att den som kommer till ett öppet möte inte nödvändigtvis behöver ha ett alkoholproblem!

I Nordamerika är det vanligt att man inbjuder till "Beginners Meeting" för medlemmar som nyligen har kommit till gemenskapen.

5. *Litteraturmöte* förekommer relativt ofta i Sverige. En text ur AA-litteraturen inleder mötet.

Dessutom:

Praktiskt möte när gruppens medlemmar samlas för att fördela arbetsuppgifter, välja funktionärer, rapportera från andra delar av servicestrukturen och planera för kommande aktiviteter. Vanligen en gång per månad.

*Gruppsamvetsmöte* där principfrågor och "samvetsfrågor" behandlas. Till exempel frågan om hur vi blir bättre på att "föra budskapet vidare". Någon gång per år kan bli en bra vana.

(Se sid. 28.)

I andra länder (USA med flera) förekommer det att stora grupper väljer en "Servicekommitté" som tar hand om den praktiska verksamheten. Dessa väljs, rapporterar och får vägledning från gruppen i "*Business Meetings*". Man har också möten där speciella frågor från "Grapevine" (Bulletinen) tas upp som tema.

### **Förslag till mötesordning**

Ingen specifik ordning kan sägas vara bäst, men vissa rutiner fungerar bättre än andra vid ett AA-möte.

En mötesledare inleder mötet med att hälsa välkommen och fråga om någon är på sitt första AA-möte. Att läsa "Blue Card" (slutet eller öppet möte) är vanligt. Information om gruppen och aktiviteter i AA kan följa. Ofta föreslår mötesledaren en stund av stillhet och eftertanke. Vanligen ingår läsning av "Ingressen" och inledningen till det femte kapitlet i Stora Boken (kapitlet heter: "Hur det fungerar").

(Inplastad text för all läsning kan beställas från Servicekontoret.) Är det ett traditionsmöte kan det vara lämpligt att läsa de Tolv Traditionerna, den långa versionen av traditionerna kan man ha som omväxling. Mötesledaren kan också påminna om anonymiteten och att vi respekterar den personliga integriteten både under och efter mötet när det gäller "delningar". Många grupper har skriftlig information till mötesledaren när det gäller mötesordningen.

Sedan följer AA-mötet med det tema som är aktuellt för mötet. Mötet avslutas lämpligen med att "hatten går runt för frivilliga bidrag" och att man tillsammans ber Sinnesrobönen.

I andra länder förekommer det att man läser en bön och/eller niondestegslöftena under inledningen och att man avslutar med en stund av tystnad.

### **Hemgruppen**

Erfarenheten har visat att en "hemgrupp" har stor betydelse för de flesta AA-medlemmar med varaktig nykterhet.

Under rörelsens tidigaste skede träffades AA-medlemmarna ofta i någons hem där de utbytte erfarenheter och där gemenskapen gav hopp och styrka att leva nykter. Från denna hemgrupp gick de sedan vidare till möten i egna lokaler där det var lättare för andra alkoholister att hitta gruppen och AA-gemenskapen.

Begreppet "hemgrupp" finns kvar och har utvidgats till tusentals grupper, där medlemmarna hjälper varandra och nytillkomna att tillfriskna från alkoholism. Under årens lopp har den traditionella hemgruppen varit gemenskapens kärna och styrka. Detta gäller i synnerhet i de fall där socialt isolerade alkoholister har funnit både gemenskap och nykterhet och i förlängningen den livskvalitet som nykterhet och gemenskap för med sig.

De flesta AA-medlemmar har, under årens lopp, ansett det betydelsefullt att tillhöra en grupp som de kallar hemgrupp. Här tar de tjänaruppgifter och här söker de vänskapliga relationer. Sannolikt finns det en lämplig sponsor i hemgruppen. Även om alla AA-medlemmar vanligen är välkomna i alla grupper och känner sig hemma på alla möten, har "hemgruppen" förblivit det starkaste bandet mellan AA-medlemmen och rörelsen.

Hemgruppen ger AA-medlemmen privilegiet och möjligheten att delta i beslut som kan påverka AA i dess helhet, den är kärnan i AA:s struktur. I det första av sina Koncept säger Bill W.:

”Det slutliga ansvaret för och den yttersta beslutsrätten över AA:s världsomfattande servicearbete bör alltid ligga hos hela gemenskapens kollektiva samvete.”

Självklart har varje AA-medlem en röst när det gäller angelägenheter i AA, och idealet är att denna röst avges i hemgruppen.

En AA-medlem uttrycker sig så här om sin hemgrupp:

”Det är i denna grupp jag håller mig informerad om AA och står till förfogande för serviceuppdrag. Mitt engagemang består i att delta i min hemgrupps möten, ta emot förstagångsbesökare vid dörren och finnas till hands för den som är ny i AA – inte bara för hans/hennes skull utan också för min egen.”

Hon fortsätter: ”Människorna här känner mig, lyssnar på mig och hjälper mig att hitta rätt kurs när jag är på väg att spåra ur. Hemgruppens medlemmar bryr sig om mig och därför kan jag bry mig om hjälpsökande alkoholister som kommer till gruppen. När en ny medlem gör sin entré, vill jag att han/hon skall få det bästa AA kan ge, på samma sätt som jag en gång fick det när jag första gången kom till AA.”

### **Självförsörjning: den sjunde Traditionen**

AA har inga inträdes- eller medlemsavgifter men vi har kostnader för lokal, kaffe, litteratur, möteslistor och bör ge bidrag till krets (eller region) och Servicekontor. När ”hatten går runt” är det för att få pengar till alla dessa kostnader. Vill vi behålla vår servicenivå och vårt oberoende så måste vi ge bidrag som täcker kostnaderna. Sjunde Traditionen är ett gemensamt ansvar för var och en av oss.

### **Kaffe, te och gemenskap**

Många AA-medlemmar har vittnat om att deras bekantskapskrets bland andra AA-medlemmar har ökat betydligt tack vare att man träffats över en kopp kaffe före eller efter ett möte.

I stort sett alla grupper är beroende av sina medlemmar för att förbereda ett möte. Lokalen skall öppnas, och ibland ställas i ordning för ett möte, kaffe kokas, litteratur plockas fram och sedan skall allting återställas efter mötet. Man kan ofta höra medlemmar säga att de kände sig som verkliga medlemmar när de hade börjat med service i gruppen. Ett utmärkt sätt att bli delaktig i en mänsklig gemenskap och att känna sig ”hemmastadd” i ordets rätta betydelse.



# Hur en AA-grupp fungerar

Tradition fyra: *"Varje grupp bör vara självstyrande – utom i angelägenheter som berör andra grupper eller AA som helhet".*

## Hur startar man en ny AA-grupp?

Skälen till att starta en ny grupp varierar, men sättet att starta är i stort sett detsamma för alla.

Viktigt för att starta en grupp är att det finns behov, med andra ord, att det finns alkoholister, helst två eller fler som vill tillfriskna. För det mesta brukar det skälet vara tillgodosett. Det är bra att få stöd från andra AA-medlemmar om den möjligheten finns, en möteslokal behövs, kanske en kaffepanna, litteratur och så vidare.

När gruppen har startat kan man ta kontakt med grupper som eventuellt finns i närheten för att informera om sin existens. Support från Servicekontoret ([www.aa.se](http://www.aa.se), tel.08-6422609) och registrering som AA-grupp för att komma med i möteslistan. Ta kontakt med närmaste krets i regionen och delta i det gemensamma servicearbetet.

## Namnet på en AA-grupp

Tradition sex: *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.*

Hur betydelsefull en institution än är och hur ädel dess verksamhet än må vara har erfarenheten lärt AA-grupper att undvika varje sammankoppling med någon annan organisation.

Varje antydning om att ha anknytning till någon professionell eller lekmanorganisation, politisk eller religiös rörelse bör undvikas. En AA-grupp som träffas på en institution, i en lokal hos någon vårdenheter eller i en religiös församlings lokaler rekommenderas därför att inte använda institutionens namn utan kalla sig något helt annat. Detta för att markera att AA-gruppen inte har någon anknytning till sjukhuset, det kyrkliga samfundet, fängelset, behandlingshemmet eller vad det kan vara, utan bara använder lokalen för sina möten.

Det är vilseledande att antyda, eller ge intryck av, att AA löser äktenskapsproblem eller vet hur man ska behandla missbruk av droger.

Det är anledningen till att vårt gruppsamvete i AA, som det kommit till uttryck genom General Service Conference (den nordamerikanska Servicekonferensen), har rekommenderat att "familjemöte", "dubbel trubbel" och "alkohol och piller" inte införs i AA:s möteslistor. Användningen av ordet "familj" kan leda till sammanblandning med Al-Anons familjegrupper, en sammanslutning som är självständig och helt skild från AA. Självklart står det både drogmissbrukare och icke alkoholberoende familjemedlemmar – precis som alla andra – fritt att besöka vilket öppet AA-möte som helst. Det enda som fordras för medlemskap i AA är en önskan att sluta dricka.

Det primära för AA-gemenskapen är att vi förvaltar vårt arv så att gemenskapen fungerar och att föra budskapet om denna fungerande gemenskap till andra alkoholister. Erfarenhet av alkohol är något AA-medlemmar har gott om.

Den amerikanska Servicekonferensen har också rekommenderat att ingen AA-grupp uppkallas efter någon verklig person, levande eller död, inom eller utanför AA. Vi bör också här tillämpa princip före person.

### **Vad kan en AA-medlem göra i sin grupp?**

"Jag är ansvarig, när helst, var helst någon ber om hjälp vill jag att AA alltid skall finnas till hands, och för det är jag ansvarig" (Toronto-deklarationen). I korthet, när en "nykomling" kommer till vårt möte, vill vi att AA-gemenskapen skall finnas där på samma sätt som när jag kom till mitt första möte. Detta är möjligt genom att vi alltid fungerar som en sann och traditionsenlig AA-grupp.

Men, för att gruppen skall fungera på detta sätt behöver vi alla engagera oss i servicearbetet. Det är genom gemensamma ansträngningar och fortgående engagemang av gruppmedlemmarna som vi kan:

- ha en mötesplats där vi kan samlas till regelbundna möten
- förbereda för ett traditionellt AA-möte
- få bidrag enligt sjunde traditionen och använda bidragen enligt AA:s principer
- sälja godkänd AA-litteratur till mötesdeltagarna
- erbjuda alla att köpa Möteslistan och Bulletinen.
- bjuda på kaffe och te
- eventuellt ha telefon- och webbservice
- lösa problem som uppstår i gruppen

- ha kontinuerlig kontakt med andra delar av AA-strukturen, både i Sverige och i världen.

### **Vilka tjänare behöver vi i gruppen?**

Medlemmar som kan och vill göra service behövs för att gruppen skall fungera. Många håller med om att "AA aldrig skall organiseras, men vi kan tillsätta kommittéer för service som är direkt ansvariga inför dem de tjänar", utan att vi behöver överge principen om en andlig och demokratisk gemenskap.

Vi kan också kalla tjänarna för funktionärer, de väljs av gruppmedlemmarna för en begränsad tidsperiod och i enlighet med andra traditionen som påminner oss om att "våra ledare är blott betrodda tjänare, de styr oss inte".

Varje grupp bestämmer själv vilken tid av obruten nykterhet som en medlem behöver för ett uppdrag. Vanligt är att har man har önskemål om nykterhet mellan sex månader och ett år för betrodda tjänare med undantag för att den som väljs till GSR eller kassör kanske har ett par års nykterhet.

Erfarenheten säger att vi inte skall ge medlemmar tjänaruppdrag för att de skall hålla sig nyktra. I praktiken har det inte fungerat. För gruppens bästa är det en fördel att ha tjänare med stabil nykterhet (så långt det är möjligt). Första och andra traditionen vägleder oss när vi väljer tjänare i gruppen.

Det är naturligt att stora grupper har bättre förutsättningar att fördela servicearbetet på fler medlemmar. I en liten grupp får färre medlemmar ta på sig flera uppgifter.

Grupperna kan, med tiden organisera och fördela uppgifterna så att "organisationen" blir både effektiv och minimal. Några exempel på servicefunktioner på gruppnivå:

- GSR
- Sekreterare
- Kassör
- Litteraturansvarig
- Bulletinen-ombudet
- Inköpsansvarig
- Informationsansvarig

Med vice för samtliga blir det en ganska stor grupp tjänare om arbetar för vår gemensamma välfärd.

Sedan tillkommer naturligtvis den kanske viktigaste funktionen,

öppnare och kaffekokare för varje möte. Här får den som är relativt ny i gemenskapen en utmärkt möjlighet att bli hemmastadd i sin hemgrupp.

Det finns grupper som har fler tjänaruppgifter, till exempel nykomlingsansvarig, telefonansvarig osv.

### **Kort beskrivning av några viktiga funktioner:**

GSR tolkar vi vanligen som "gruppservicerepresentant", det vill säga gruppens representant i vår allmänna servicestruktur. GSR är gruppens "budbärare" till andra delar av strukturen. Hos oss är funktionen vanligen kombinerad med ordföranderollen när det gäller servicemöten (praktiska möten och gruppsamvetmöten).

I Nordamerika är det vanligt att grupperna skiljer på ordförande- och GSR-funktionen. (G.S.R. är här akronym för "General Service Representative".)

Mandattiden är vanligen två år, men gruppen avgör. Omval bör inte förekomma enligt AA-traditionen.

Det är en fördel om den som väljs till GSR har erfarenhet från andra tjänaruppsdrag i gruppen. Många grupper har som norm att den som väljs till GSR har två (eller fler) års obruten nykterhet. Därmed följer gruppen de rekommendationer som kretsen har när den väljer "betrodda tjänare". En GSR bör ha (eller skaffa sig!) god kännedom om AA:s tre *Legat*; de tolv *Stegen (Tillfrisknande)*, de tolv *Traditionerna (Enighet)* och de tolv *Koncepten (Service)*. Fattas någon del är det aldrig för sent att börja lära. Utan gemenskapen, som vilar på Enighet och Service, blir det vanskligt med tillfrisknandet.

Tillsammans med gruppservicerepresentanter från andra grupper deltar GSR i kretsmöten, en länk mellan gruppen och regionmötet. Servicedelegater till den årliga Servicekonferensen väljs av regionmötet (vi har sex regioner i Sverige). Servicekonferensen är det forum där grupperna genom sina ombud (servicedelegaterna) vägleder den svenska AA-gemenskapens centrala service som verkställs av Förtroenderådet och dess organ, i första hand Servicekontoret. Läs vidare om strukturen i Servicehandboken (skall finnas i alla registrerade grupper). GSR rapporterar från gruppen på kretsmötet och omvänt, tillbaka till gruppen. Kan ordinarie GSR inte delta i ett kretsmöte kan någon annan tillfälligt utses att representera gruppen, till exempel vice GSR eller sekreteraren.

Krets- och regionmöten är öppna för alla AA-medlemmar som vill delta som "Observatörer".

En GSR har ett visst ansvar för att gruppen fungerar bra i praktiska angelägenheter. I själva verket tycks det inte spela så stor roll vilken funktionär som gör det ena eller andra så länge som allt fungerar utan missförstånd eller konflikter. Men det är viktigt för alla att förstå vem som skall göra vad.

GSR är vanligen den tjänare som har huvudansvaret för goda förbindelser med omvärlden, hyresvärderna till exempel. Omvärldens uppfattning om AA påverkas av hur enskilda medlemmar eller AA-medlemmar i grupp uppträder. Om vi uppfattas som trevliga människor får vi respekt som kan leda till att alkoholister uppmuntras att ta kontakt med AA. Ett bidrag till att sprida budskapet.

### *Sekreteraren*

Den allmänna sekreterarrollen har med tiden förändrats från ledande funktionär till att dokumentera och förmedla information till berörda parter.

Många grupper har inte en fast sekreterare utan utser en tillfällig "vid behov".

En engagerad och kunnig sekreterare kan avsevärt underlätta gruppservicerepresentantens arbete.

På det praktiska mötet/gruppsamvetstmötet för sekreteraren "protokoll". Det vill säga att frågor som behandlas och beslut som fattas skrivs ned av sekreteraren. Protokollet görs sedan tillgängligt för alla medlemmar, även de som inte har deltagit i mötet, till exempel genom att det sätts upp på en anslagstavla och/eller delges medlemmarna på annat sätt (post, e-mail eller "hemsida").

Anslagstavlan är en central informationsplats som sekreteraren ansvarar för.

Post till och från gruppen är ett naturligt ansvarsområde för sekreteraren.

Sekreteraren kan upprätta och underhålla konfidentiell telefon- och adresslista för de gruppmedlemmar som vill delta.

Sekreteraren kan också ha ansvaret för vissa kontakter utanför gruppen. Med, till exempel, AA:s servicekontor och andra organ inom och utom AA som berör gruppens intresseområde.

Gruppens arbete för att hjälpa andra alkoholister kan sekreteraren vara samordnare för.

Liksom alla andra tjänare har sekreteraren ett ansvar för att nya medlemmar och förstagångsbesökare blir väl omhändertagna och får rätt hjälp.

För övrigt kan gruppsamvetet ge sekreteraren uppgifter som man anser lämpliga.

### *Kassör*

En traditionsenlig AA-grupp är självförsörjande och tar endast emot bidrag från AA-medlemmar. Pengar behövs för gruppens egna omkostnader. Men också för att, genom de centrala serviceorganen, föra budskapet vidare och hålla kommunikationsvägarna öppna så att AA kan ge hjälp när någon vill ha hjälp med sitt alkoholproblem. Vanligtvis "går hatten runt" vid möten för att samla in bidrag för gruppens behov. Överskott är önskvärt så att gruppen kan bära sin del av kostnader för servicekontor, regioner, kretsar och andra gemensamma servicefunktioner som har till uppgift att för gruppernas räkning göra AA känt i samhällslivet. Det finns ingen formell skyldighet för någon medlem att ge bidrag, men de flesta gör det. Den som kan är vanligen villig att ge extra, som kompensation för uteblivna bidrag från dem som för tillfället inte kan ge. Kassörens uppgift är att ta hand om "hattpengarna" och förvalta dem för gruppens räkning. Kassören "för bok" (enkel redovisning är vanligast) och håller gruppen informerad om hur mycket som kommer in och hur mycket som förbrukas. Kassören lämnar vanligtvis regelbundna rapporter till gruppen och gör redovisningen tillgänglig för medlemmarna. Regelbundna (årliga) "bokslut", det vill säga resultat- och balansräkning, bör man också förvänta sig av kassören. Problem med hantering av pengar kan undvikas genom att sätta in gruppens tillgångar på ett speciellt konto (bank) för gruppen. Det kan vara klokt att någon som anses pålitlig tillsammans med kassören "tecknar kontot". Det betyder att två namnteckningar krävs för uttag eller utbetalning från kontot.

Budget över inkomster och utgifter är en bra metod för att planera ekonomin så att medel kan reserveras för kommande utgifter.

Enligt "AA-traditionen" är det inte meningsfullt för en grupp att samla tillgångar utöver de som behövs för gruppens mötesverksamhet. Men en viss reserv är bra för alla eventualiteters skull.

Gruppernas pengar används i första hand för gruppens utgifter, ersättning till medlemmar för "att föra budskapet vidare" bör inte

förekomma. Reseersättning och/eller ersättning för andra kostnader som tjänare har (till exempel resekostnad för GSR) beslutas av gruppsamvetet.

För att centrala serviceorgan regelbundet skall få pengar till sin verksamhet har Servicekonferensen rekommenderat "60-30-10-principen". Med denna princip menas att av överskottet, det vill säga de medel som är kvar när alla kostnader är betalda och avsättning för kommande kostnader reserverats, sänds 60% till krets (eller region), 30% till Servicekontoret och 10% behålls för lokala behov.

I Nordamerika tar General Service Office (G.S.O.), emot bi-drag från enskilda AA-medlemmar, men inte mer än \$3000 per år. Översatt till svenska förhållanden kan Servicekontoret ta emot bidrag (eller donationer) från AA-medlemmar, upp till 30.000 kr/år och medlem.

Det är också vanligt i USA/Canada att medlemmar i samband med sin nyktra årsdag sänder ett bidrag till G.S.O. med ett fast belopp för varje nyktert år (t.ex. 20 kr/år, beloppet bör understiga det rekommenderade taket på 30.000:- ).

Läs vidare i broschyren "Självförsörjning. Där andlighet och pengar möts".

### *Bulletinen-ombudet*

Främsta uppgift är att göra medlemmarna uppmärksamma på AA:s nationella medlemstidning och det komplement till AA-mötet som den är. Den kan också användas till att sprida budskapet om AA, om den görs tillgänglig för andra än medlemmar.

- Ombudet läser givetvis tidskriften regelbundet, talar om för medlemmarna att den anlät och påminner gruppen om att prenumerera på ett antal exemplar för försäljning/utlåning.
- Informerar om den "internationella" (amerikanska) medlemstidningen "Grapevine".
- Ombudet är kontaktlänk till redaktionen.

### *Litteraturansvarig*

I AA har vi vår egen litteratur som är "skriven av alkoholister för alkoholister". Alla böcker (skrivna i USA) är godkända av den nordamerikanska Servicekonferensen. De är översatta till svenska och kan beställas från Servicekontoret i Stockholm. (AA:s historia i Sverige är skriven i Sverige och godkänd av den svenska Servicekonferen-

sen.) Litteraturen vägleder oss i tillfrisknandet och här finns vårt arv dokumenterat, Steg, Traditioner, Koncept och vår historia med alla erfarenheter samlade för vår fortsatta framtid i nykter gemenskap.

Att vi har AA-litteratur till försäljning i gruppen är detsamma som att investera i gruppens fortsatta överlevnad. Det sägs ibland att "den som inte känner sin historia har heller ingen framtid". Att läsa vår litteratur är en del av tillfrisknandet.

Möjlighet att se och köpa litteratur före eller efter ett möte för mötesdeltagarna bör finnas i alla grupper. Litteraturansvarig ser till att vi alltid har all AA-litteratur till försäljning i gruppen.

### **Behöver vi en ledningsgrupp?**

I Nordamerika är det inte ovanligt med en ledningsgrupp. Den har en funktion att fylla i stora grupper som har möten från tidig morgon till sen kväll.

I Sverige är det inte vanligt. Det praktiska mötet och/eller grupp-samvetsmötet, där alla gruppmedlemmar kan delta, tar ansvaret för gruppens verksamhet. Gruppens tjänare förväntas delta i dessa möten.

### **Hur får vi möjlighet att hjälpa "andra alkoholister"?**

Givetvis kan inga alkoholister få hjälp genom AA om de inte känner till vår existens och vet var de kan hitta AA-gemenskapen. En bra idé är att en grupp gör ett kort med uppgift om gruppens namn, möteslokal och mötestider samt plats för ett telefonnummer där man kan nå gruppen eller en medlem.

I större städer kan man göra en lista över alla lokala AA-möten.

Kortet, möteslistan och en broschyr, till exempel "AA i ett nötskal" och/eller "AA i samhället" blir tillsammans viktig basinformation om AA. Instanser där vi kan göra denna information tillgänglig är sociala (kommunala) inrättningar, vårdenheter, myndigheter av olika slag och religiösa samfund.

Skall en AA-grupp annonsera om möjligheten att få information om gemenskapen på "öppna möten"? En del grupper gör det men bara av ett enda skäl – att upplysa om en möjlighet för alkoholister att leva nyktra genom AA:s program för tillfrisknande. Sådana annonser, vanligen i lokalpressen, är enbart för att tala om för människor hur de kan komma i kontakt med gruppen.



## **SER DU ETT ALKOHOLPROBLEM?**

Anonyma Alkoholister kanske kan hjälpa dig.

Ring 00000000

Öppna möten varje vecka. Alla är välkomna

**Onsdagar 19.30 i Medborgarhuset**

Vissa grupper har en förteckning över medlemmar som kan och vill hjälpa till med att föra budskapet vidare. En eller flera medlemmar kan ha som uppgift att tillse att ingen ny medlem, eventuellt blivande medlem, eller besökare går från mötet med känslan att vara ovälkommen eller utan möjlighet att få ställa frågor. Några grupper ger ett exemplar av "Stora Boken", andra "Leva Nykter" eller "Möteslistan" och en lämplig broschyr.

Ofta tar faddrar/sponsorer på sig ansvaret att hjälpa nya medlemmar så att de, var och en på sitt eget sätt, kan finna sig tillrätta i gemenskapen. En sak är många av oss övertygade om: "Vill jag behålla min nykterhet skall jag ge bort den."

Fler tips kan Du få i AA-broschyren "Fadderskap".

## AA-gruppens relation till andra i samhället

Tradition elva: *Vår kontakt med allmänheten är baserad på rörelsens egen kraft snarare än på direkt propaganda. Vi bör alltid iaktta personlig anonymitet i förhållande till press, radio och film.*

### **Kommittéer för service som tjänar AA**

Om vi hade ett centralt ställe dit människor som söker kontakt med AA kunde komma eller ringa, skulle vi snabbt kunna informera om möten i närheten och, vid behov, förmedla personlig kontakt med en AA-medlem.

När frågor av det här slaget kommer upp, utvecklar ansvarsfulla grupper som verkar i varandras närhet förhoppningsvis något system för samarbete. Ett lokalkontor kan öppnas helt enkelt därför att det är ett effektivt sätt att få gemensam lokal AA-service att fungera bra. Vi kan lättare få kontakt med "andra alkoholister" med ett minimum av organisation. (Tradition åtta och nio).

Av erfarenhet vet vi att ett samarbetscentrum för grupper kan "sprida budskapet om AA" effektivare än om varje grupp arbetar ensam. Det medför också bättre kommunikation och mindre störningar mellan grupperna.

När det inte är försvarbart (praktiskt eller ekonomiskt) att öppna ett lokalt servicekontor, kan grupperna i stället bilda (lokala) kommittéer på krets- och/eller regionnivå för att sprida budskapet. Dessa har oftast en allmän inriktning men de kan också vända sig till speciella målgrupper, till exempel fångelser. En annan möjlighet är att ordna telefonservice dit människor kan ringa.

Förtroenderådet och dess egna kommittéer kan hjälpa till med utbildning (FRIK) och informationsmaterial. Riktlinjer för "offentlig information" finns i Servicehandboken. Broschyrer finns att beställa från Servicekontoret. I gruppen kan vi utse en Informationsansvarig som kan vara kontaktlänk mot andra delar av gemenskapen som arbetar med att föra budskapet vidare.

Vi kan också ha Gruppsamvetsmöten om att sprida budskapet (och att ta hand om nykomlingar).

## Princip före person

Tradition två: *För vår grupp finns bara en högsta auktoritet – en älskande Gud, såsom han kommer till uttryck i vårt gemensamma grupp-samvete. Våra ledare är blott betrodda tjänare – de styr inte.*

### Rotationsprincipen

Traditionsenligt betyder principen om rotation att alla uppdrag i gruppen liksom i gemenskapen som helhet kan delas av alla. Förutom ordinarie tjänaruppgifter har de flesta grupper också ersättare (vice). Byte av tjänare, ”rotation”, förhindrar att de frivilliga tjänarna i AA stelnar i sina jobb. Uppdrag, liksom nästan allting annat inom AA, ”går laget runt” så att alla får del av det. Efter en tid i ett uppdrag går de flesta medlemmar vidare till andra uppgifter. På det sättet förebygger man problem som uppstår på grund av ”personligheter”. Inga maktpositioner och ingen prestige byggs upp, ingen enskild utnyttjas och välsignelsen med att hjälpa andra delas av flera medlemmar.

Att lämna ett tjänaruppdrag som du trivs med kan kännas hårt. Om du har gjort ett bra jobb, om du inte kan upptäcka någon i din närhet som har förmåga, tid eller villighet att göra det lika bra, och om dina vänner håller med dig, är det svårt. Men det kan innebära ett viktigt steg framåt i din utveckling – ett steg i riktning mot den ödmjukhet som för många människor är anonymitetens sanna väsen.

Anonymiteten för med sig att inom AA avstår vi från personlig prestige när det gäller arbete för att hjälpa andra alkoholister (tolfte Traditionen), vi sätter alltid ”princip före person”. Växlingen mellan olika uppdrag bidrar till andlig tillväxt, en belöning som varar längre än någon berömmelse.

I och med att vi inte sätter någon status på spel inom AA kan vi ge hjälp där vi behövs och vi behöver inte konkurrera om titlar eller beröm. När vi lämnar ett uppdrag (”roterar ut”) kan vi sakligt informera den som tillträder om de erfarenheter vi har gjort. Sedan kan vi gå vidare till någon annan serviceuppgift (kaffekokare till exempel).

Tjänaruppgifterna innebär inget klättrande på karriärstegen – de är alla på samma nivå: marktjänst för att hjälpa andra, vilket verkar vara grundvalen för vårt tillfrisknande med Guds vilja som vi förstår den.

### **Vad är ett "informerat AA-gruppsamvete"?**

"Gruppsamvetet" är det kollektiva samvetet ("allmänviljan") hos gruppens medlemmar som representerar en betydande enighet i en fråga innan det definitiva beslutet fattas. Detta innebär att medlemmarna får tillgång till all information och att alla får möjlighet att ge sin syn på frågan (problemet). Genom att AA:s principer (till exempel första traditionen) tillämpas kan gruppen lättare komma fram till en gemensam syn, och om majoriteten är villig att lyssna på minoriteten med ett öppet sinnelag skapas, för det mesta, en framkomlig väg.

När det gäller känsliga frågor arbetar vi utan tidspress – utan att marginalisera eller undertrycka åsikter eller förslag tills vi får en klar gemensam åsikt i gruppen. Om vi "sätter princip före person" kan vi motverka att enskilda (eller fraktioner) får ett dominerande inflytande på gruppsamvetsfrågor. När gruppen är klar att fatta beslut präglas beslutet av den öppenhet och villighet till samförstånd som utmärker ett välinformerat gruppsamvete. Beslutet har fastare grund än att bara säga ja eller nej i en fråga, det är det andliga resultatet av gruppens samlade samvete. Begreppet "informerat gruppsamvete" antyder att all viktig information som finns i frågan har begrundats och att alla åsikter i frågan har fått komma fram.

### **AA-gruppens självrannsakan**

Många grupper har med jämna mellanrum ett möte för en öppen och uppriktig självrannsakan av gruppsamvetet. Den oftast förekommande frågan är hur vi följer vårt huvudsakliga syfte: Att hjälpa alkoholister att tillfriskna med hjälp av de tolv stegen.

I Nordamerika har man samlat erfarenhet från många grupper och följande frågor är vanliga:

1. Vilket är gruppens grundläggande syfte?
2. Vad kan gruppen göra ytterligare för att föra budskapet vidare?
3. När vi alkoholister med olika bakgrund. Har vi en bra representation av olika kategorier alkoholister i vårt samhälle, till exempel de som har speciella behov?
4. Stannar medlemmarna hos oss eller verkar omsättningen stor? Om så är fallet, varför? Vad kan vi göra för att de skall stanna kvar?
5. Hur effektiv är vår sponsor/fadderverksamhet? Hur kan den förbättras?

6. Är vi noggranna med anonymitetsprincipen, både för de medlemmar som är på ett möte och de som inte är där? Är vi också noggranna med att inte föra vidare vem som har sagt vad?
7. Uppmuntrar vi alla att delta i gruppens praktiska service med förberedelser och avslutning av ett möte så att miljö och anda blir trivsamt för alla deltagare?
8. Får alla medlemmar möjlighet att tala vid möten och att vara delaktiga i andra gruppaktiviteter?
9. Väljs gruppens tjänare med omsorg och med tanke på att de har ett stort ansvar och inte är resultatet av någon tävling i vem som för ögonblicket är populärast?
10. Gör vi vad vi kan för att möteslokalen skall kännas trivsamt?
11. Tar gruppen sin del av ansvaret för verksamheten i AA: Kretsen? Regionen? Konferensen? Servicekontoret? Känner vi våra tre legat väl, Tillfrisknande, Enighet och Service?
12. Vad har gruppen gjort på senare tid för att göra AA känt för socialarbetare, vårdpersonal, idrottsrörelsen, religiösa samfund och andra som kan hjälpa AA med "att föra budskapet vidare till andra alkoholister"?
13. Hur tar vi vårt ansvar för den sjunde traditionen med avseende på vår gemensamma service?

Andra frågor av vikt för gruppen som inte får plats på det praktiska mötet tar man upp på gruppsamvetetsmötet.

### **Praktiska möten**

AA-gruppens arbetsmöten där medlemmarna tillsammans utgör "gruppsamvetet" som fattar beslut i gruppens angelägenheter.

Som ordförande fungerar vanligen gruppens GSR.

Deltagarna förväntas ha gruppen som sin "hemgrupp" om de skall delta i diskussionen av praktiska frågor eller när gruppen röstar i en fråga som berör gruppen eller gemenskapen som helhet. Gruppen kan, vid behov, besluta om undantag.

Kollektivet bestämmer i gruppen, vi har inte någon ledare eller ledningsgrupp som styr. Varje medlem har samma värde oberoende av kön, ålder, etnisk tillhörighet, religiös tro eller nykter tid.

Den som är på sitt första praktiska möte har samma rättigheter som veteranen (men oftast mindre erfarenhet av "AA-traditionen"). "Gruppsamvetet" tar kollektivt beslut om gruppens angelägenheter och deltar, genom sin gruppservicerepresentant, i beslut som berör

AA som helhet. På det praktiska mötet läggs grunden till hur väl eller illa gruppen fungerar.

På det praktiska mötet väljer vi nya tjänare när de gamla ”roterar ut” efter mandatperiodens slut (vanligen två år). Ansvariga mötesöppnare rapporterar och nya väljs när någon vill ha en vilopaus eller blir upptagen av ett annat uppdrag i gruppen eller andra organ i gemenskapen.

En annan viktig fråga för det praktiska mötet är gruppens finanser. Får vi in bidrag i hatten som gör oss självförsörjande och kan vi bidra till våra gemensamma kostnader i central service? Kassören ger oss rapporter om den ekonomiska situationen.

GSR rapporterar från krets- och/eller regionmöten när det gäller både allmänna frågor om att föra budskapet vidare samt om den ekonomiska situationen i centrala serviceorgan. GSR tar också med sig gruppens beslut i frågor som berör AA som helhet (till exempel förslag på servicedelegatsuppleant till Servicekonferensen).

Beslut fattas sedan varje fråga behandlats enligt principen om ett ”informerat gruppsamvete” och att minoritetsåsikter har fått göra sig hörda. Ibland kan viktiga aspekter från minoriteten bli avgörande för beslutet.

Många praktiska möten hålls före eller efter ordinarie mötestid. Tiden kan bli knapp om vi skall efterleva våra principer. Förslagsvis kan vissa frågor tas upp på ett Gruppsamvetsmöte eller så försöker vi ge det praktiska mötet mera tid.

### **Problem i AA-gruppen**

Problem har ofta skapat förutsättningar för AA:s utveckling.

Ibland är det svårt att se skillnaden mellan ett problem och dess motsats, något välsignelsebringande. Det ena har en tendens att förvandlas till det andra allt eftersom tiden går och beroende på vem som betraktar det.

Problem inom en grupp är vanligen ett tecken på nya livserfarenheter och utveckling hos medlemmarna. De leder till sunda och nödvändiga meningsskiljaktigheter som ger oss tillfälle att lära hur man ”tillämpar dessa principer i alla våra angelägenheter”.

Med ”problem” för gruppen, menas sådana frågor som:

- Vad ska gruppen göra med dem som ”tagit återfall”? Åt tablettmissbrukare?
- Varför minskar antalet mötesdeltagare?

- Hur får vi nya tjänare i gruppen?
- Hur får vi tillräckligt med pengar till omkostnader?
- Hur ska vi komma förbi de gamla uvarna som envist hävdar att de vet vad som är bäst för gruppen?
- Varför kan vi inte få några som varit med länge att dela med sig av sina erfarenheter och hjälpa till med att lösa gruppens problem?
- Vad kan man göra åt den som inte följer anonymitetsprincipen? Eller åt den som profiterar på AA?
- Varför får inte gruppen nya medlemmar?

Ibland beror gruppernas problem helt enkelt på missförstånd som lätt kan redas ut genom samtal eller i ett gruppsamvetsmöte.

Nästan alla problem har visat sig kunna lösas om vi tillämpar principen om ett "upplyst gruppsamvete" (se sid 28), eller de samlade erfarenheterna i AA:s Tolv Traditioner.

Skriften "Tolv koncept för service" (kan beställas från Servicekontoret) ger också värdefulla insikter, den är vårt tredje legat och bör ingå i varje AA-medlems läsvanor.

En portion humor och tålmod är värdefulla egenskaper, bland andra, för framgång.

Inget problem behöver orsaka oöverstigligen svårigheter för en grupp om vi låter princip gå före person.

### **Andra "praxis"(i USA/Canada)**

I Nordamerika förekommer ofta speciella "teman" när man vill stimulera intresset och/eller samla bidrag för viktiga angelägenheter i AA.

"Traditionernas månad" (ofta november) har som mål att öka intresset för och kunskaperna om Traditionerna.

"Tacksägelseveckan" (november) samlar medel för att internationellt "föra budskapet vidare".

"Födelsedagsplanen" Medlemmar kommer ihåg sina "AA – födelsedagar" genom att skicka frivilliga extra gåvor till General Service Office: en dollar för varje år av nykterhet.

"Plan för regelbundna bidrag" möjliggör ekonomiskt stöd till AA:s världsomfattande serviceverksamhet utan att det blir betungande.

## AA-gruppernas plats i servicestrukturen

Tradition ett: *Vår gemensamma välfärd bör komma i första hand, personligt tillfrisknande beror på sammanhållningen inom AA.*

### **Början för central service i Nordamerika (USA och Canada)**

När boken "Alcoholics Anonymous" var klar för utgivning överlämnade de första AA-medlemmarna ägar- och utgivningsrätten till en ideell stiftelse: "The Alcoholic Foundation".

Stiftelsen ersattes senare (1955) av "The General Service Board of A.A.". G.S.B., som är sammansatt av både icke-alkoholister och nyktra alkoholister (AA-medlemmar), har anförtrots ansvaret för de båda servicebolagen "A.A. World Services, Inc.", där det amerikanska Servicekontoret (General Service Office) ingår, och "A.A. Grapevine, Inc." som är den nordamerikanska och internationella (engelska) medlemstidningen. General Service Board förvaltar alla medel som grupperna ger i Nordamerika tillsammans med överskottet från litteraturförsäljningen.

Det första servicekontoret öppnade i New York (1940 på Vesey Street) när inkomsterna från försäljningen av "The Big Book" ökade. Då bestod personalen av två personer, Bill W och sekreteraren Ruth Hock. (Läs om denna spännande tid i "Anonyma Alkoholister blir myndigt".)

General Service Office (G. S. O.) är uppbyggt med tanke på "världsomspännande service". Här finns arkiv med samlade erfarenheter som vidarebefordras till grupper och andra enheter i AA om man sänder en förfrågan till kontoret i New York City ([www.aa.org](http://www.aa.org)). G.S.O. publicerar också AA-litteratur som är godkänd av den nordamerikanska Servicekonferensen. Dessutom kan kontoret få speciella uppgifter från G.S.B. eller konferensen.

### **Kort historik, Sverige**

Centralkommittén var samarbetsorgan för grupperna mellan 1961 och 1992. När den bildades fanns fyra traditionsenliga grupper i Sverige. Från och med 1992 har vi en servicestruktur som bygger på de principer som Bill W beskriver i "Tolv koncept för service" (Originaltitel: "Twelve Concepts for World Service").

Det första Servicekontoret i Sverige öppnade 1972 och bemannades på frivillig väg. Boken "Alcoholic Anonymous" översattes till



svenska 1974 och trycktes i 2000 exemplar. (Det tog tio år att sälja den första tryckningen.)

För att kunna bedriva förlagsverksamhet (skapa, trycka och sälja litteratur) bildades den ideella föreningen "AA-förlaget". Från och med 2002 heter den "Föreningen AA i Sverige".

Föreningen har ett "Förtroenderåd" som motsvarar det amerikanska General Service Board. Förtroenderådet har det övergripande operativa ansvaret för den svenska AA-gemenskapens centrala service, den representerar AA-gemenskapen i Sverige inför samhället och utser föreningens styrelse som har det direkta ansvaret för Servicekontoret i Stockholm.

("AA:s historia i Sverige" berättar om utvecklingen från den första traditionsenliga gruppen fram till den första Servicekonferensen i Sverige.)

### **Vad gör ett Servicekontor?**

Enligt tradition åtta och nio har vi i Sverige, med utgångspunkt från samhällets krav, valt den enklast tänkbara formen för vår centrala service.

Den ideella föreningen AA i Sverige innefattar både Förtroenderåd, Servicekontor med förlagsfunktion och medlemstidningen Bulletinen.

*Servicekontoret kan hjälpa grupper och enskilda medlemmar med, bland annat:*

1. Vidarebefordra erfarenheter från andra grupper när vi har egna erfarenheter, annars hänvisa till G.S.O. i USA.
2. Besvara brev och telefonsamtal från alkoholister som vill ha hjälp (dessa hänvisas till lokala grupper när så är möjligt).
3. Distribuera "Bulletinen" och "Servicebladet".
4. Publicera och distribuera AA:s böcker och broschyrer. Sälja AA-litteratur på andra språk.
5. Producera material för informationsverksamhet och seminarier.
6. Hjälpa grupper, kretsar, regioner och konferens med att distribuera rapporter och annan information.
7. Ger ut AA-möteslistor för att hjälpa oss "att hitta hem", när vi befinner oss på främmande mark, och för att andra skall hitta till gemenskapen (om vi sprider "Möteslistan"!).
8. Förmedlar information till "allmänhet" och rikstäckande media i Sverige.

9. Producera och distribuera audiovisuellt material.
10. Upprätta och underhålla ett AA-arkiv.
11. Ger information genom "hemsidan", [www.aa.se](http://www.aa.se)

*Servicekontoret i USA (General Service Office) bidrar dessutom med att:*

1. Vidarebefordra "World-Wide" erfarenheter från grupper och länder till andra grupper och länder.
2. Arbeta med ensamma alkoholister utomlands, alkoholister som befinner sig till sjöss eller i andra isolerade situationer (så kallade "loners").
3. Ge ut "Box 4-5-9" och distribuerar medlemstidningen "Grapevine".
4. Ge ut "Internationella möteskatalogen" (kan beställas från Servicekontoret).
5. Ge ut "Guidelines" – rekommendationer i viktiga frågor.
6. Ge information genom "hemsidan" ([www.aa.org](http://www.aa.org)).
7. Ha hand om information på internationell nivå för AA i sin helhet till nationella och globala organisationer som arbetar med alkoholism.

Ovanstående är "ett axplock", tillsammans gör de mycket mer.

### **Vem är chef för Servicekontoret?**

Vi har ingen "chef" eller "direktion" som styr kontorets verksamhet på egen hand. Men kontoret har en "kontorsansvarig" som har till uppgift att leda den dagliga verksamheten. Det operativa ansvaret (och arbetsgivaransvaret) har styrelsen i den ideella föreningen AA i Sverige. Styrelsen utses av Förtroenderådet (och redovisar till Förtroenderådet) som handlar på uppdrag av de svenska AA-grupperna. För närvarande har vi två heltidsanställda på Servicekontoret i Stockholm. Läs vidare i Servicehandboken.

### **Hur beslut som berör AA fattas**

De förtroendevalda i Förtroenderådet har ansvaret för all central serviceverksamhet inför AA-grupperna. Varje år skickar grupperna sina representanter, servicedelegater, (som väljs av regionmötet) till Servicekonferensen i Stockholm. Delegaterna informeras om verksamheten, diskuterar med och ger rekommendationer till Förtroenderådet för den kommande verksamheten i de flesta frågor som

berör den svenska AA-gemenskapen.. Det är konferensens uppgift att arbeta för enighet, som ett "informerat gruppsamvete", i frågor som är vitala för gemenskapen. Servicedelegaterna redogör sedan för grupperna i sina respektive områden genom regionmötet och kretsmöten.

Regionmötet, som väljer delegaterna på en period av tre år, består av kretsrepresentanter, (eller gruppservicerepresentanter om kretsar inte har bildats i regionen) och valda "regiontjänare" (regionordförande, sekreterare och kassör). Dessa bildar tillsammans regionens gruppsamvete. Regionens tjänare och servicedelegater föreslås av grupperna till sin krets som presenterar kandidaterna på regionmötet. Enligt våra "Riktlinjer för AA i Sverige" bör varje krets utse två representanter till regionmötet. I krets och regionmöten kan alla AA-medlemmar delta som "observatörer".

### **Vem försörjer vår centrala service?**

Varje serviceorganisation (land eller ibland språkgrupp) har sin egen självständiga ekonomi.

Traditionsenligt förlitar de sig på principen om självförsörjning. Men bidrag från grupper och enskilda täcker inte utgifterna, central service får också inkomster genom att sälja AA-litteratur. I Sverige har vi haft en ovanligt stor del av inkomsterna från litteraturförsäljningen, periodvis mer än tre fjärdedelar. Normalt för andra servicestrukturer i AA är ca. hälften från litteratur och andra hälften från grupper och enskilda medlemmar. Vi är på väg mot samma situation, intäkterna från bokförsäljningen minskar men hattpengarna ökar inte så att våra behov tillgodoses. Skall vi följa principen om självförsörjning så behöver vi antingen större bidrag från grupper och enskilda eller så får vi "ta av kostymen". Enskilda kan bidra med upp till 30.000:- kr/år (US\$3000:-/år). Sänd en slant!

### **Vad kan AA-grupperna göra för Servicekontoret?**

Det slutliga ansvaret för, men också nyttan av det som görs på Servicekontoret har både den enskilda gruppen och alla grupper tillsammans.

Om grupperna vill att AA ska fortsätta att finnas lätt tillgängligt för den som söker AA för att få hjälp, både nu och i framtiden, då är deras medverkan i Servicekontorets arbete nödvändig. Nedan några saker gruppen kan göra:

1. Håll reda på vad som är på gång – gruppen kan bli påverkad! Ställ frågor, ju mer du vet om AA, desto bättre blir du på att föra budskapet vidare.
2. Välj en bra gruppsservicerepresentant. En bra GSR fungerar som en betydelsefull länk mellan gruppen och resten av gemenskapen – genom att vara gruppens röst i strukturen och omvänt informera gruppen om vad som sker i övriga delar av gemenskapen.
3. Det är viktigt att informera Servicekontoret om alla förändringar i gruppen, exempelvis om ny lokal, nya mötestider, nytt namn på gruppen eller ny postadress. Det är enda sättet att undvika störningar i informationen från Servicekontoret till allmänhet och till gruppen själv.

Servicekontoret har ett register med alla traditionsenliga grupper i Sverige och deras möten. Kontakta kontoret för registrering och för att komma med i "Möteslistan" (uppdateras regelbundet) och informationen på hemsidan om grupper och deras möten.

### **Vad kan vi beställa från Servicekontoret?**

AA i Nordamerika har, under årens gång, tagit fram böcker och informationsmaterial som till stora delar har översatts till svenska och kan beställas från Servicekontoret i Stockholm. (Många av böckerna finns också på originalspråket engelska). Materialet täcker det mesta av gruppernas samlade behov.

Till skillnad från konferensgodkänd litteratur har broschyrer, talböcker och material som underlättar gruppernas mötesverksamhet ("Ingressen", "Hur det fungerar", "Traditionerna", "Blue Card" och så vidare) tagits fram på rekommendation från Servicekonferensen. AA:s hemsida har en "shop" som ger överblick, och möjlighet att beställa, av tillgängligt material.

Många av broschyrerna informerar om frågor som varje AA-medlem har nytta av, till exempel "Fadderskap", "AA-traditionen Hur den växte fram", "Andra problem än alkohol", "Tolv koncept för service", "Fakta om AA", om anonymiteten, mediciner och droger och så vidare.

Material för offentlig information, "Att föra budskapet vidare" – arbetspärm, ger tips om hur vi ger en korrekt och enhetlig bild av AA till allmänheten.

Från G.S.O. (hemsidan) kan vi, bland annat, få tillgång till "Guidelines" – rekommendationer i olika frågor som ofta berör oss. Annat

av intresse från Nordamerika är "Box 4-5-9", "AA Around the World newsletter" med flera.

### **Lokala servicekontor**

I U.S.A./Canada är det vanligt med lokala kontor och/eller "Area Office". En "Area" (för närvarande 94) utser en servicedelegat till den Nordamerikanska Servicekonferensen och varje "Area" är större än den svenska AA-gemenskapen. En "Area" ("Servicedelegatdistrikt") har i genomsnitt 600 – 700 grupper som kan underhålla kontor och anställd personal.

I Sverige har vi sex regioner där antalet grupper varierar från ~20 till ~150 grupper/region. Förutsättningar för lokala kontor finns knappast ännu. Hos oss har regionen en roll i strukturen som motsvarar både "Area" och "Region" i Nordamerika. Läs vidare i Servicehandboken.

## Vad AA *inte* gör

Tradition tio: *Anonyma Alkoholister tar aldrig ställning för eller emot i yttre angelägenheter, alltså bör AA:s namn aldrig dras in i offentliga tvister.*

1. Anställer medlemmar eller formulerar skäl för alkoholister att tillfriskna.
2. Upprättar register eller journaler över medlemmar.
3. Ger direktiv till eller kontrollerar medlemmarna.
4. Ställer medicinska diagnoser eller ger mentala förutsättningar.
5. Erbjuder sjukhusvård, mediciner, ger medicinsk eller psykologisk behandling.
6. Erbjuder bostad, mat, kläder, arbete, pengar eller annan social service.
7. Ger råd i privata eller yrkesfrågor.
8. Tar del i eller betalar forskning.
9. Ansluter sig till eller blir del av en annan organisation (men många grupper och medlemmar samarbetar med andra).
10. Anordnar gudstjänster.
11. Deltar i offentliga debatter om alkohol eller andra frågor.
12. Tar betalning för att sprida budskapet eller tar emot bidrag från andra än alkoholister.
13. Ger omdömen eller rekommendationer till myndigheter, företag, skolor eller andra organisationer.

## AA och alkoholism

*Tradition sex: 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.*

### **Samarbeta med men inte sammankopplas med.**

Anonyma Alkoholister är en världsomspännande gemenskap av alkoholister som hjälper varandra med att hålla sig nyktra och som delar sitt tillfrisknande och sina erfarenheter fritt med andra som kanske har ett alkoholproblem. AA-medlemmar karakteriseras av sin acceptans för det föreslagna programmet med tolv steg för personligt tillfrisknande från alkoholism.

Det finns AA-grupper i mer än 180 länder, enbart Nordamerika (USA/Canada) har fler än 60000 grupper. Antalet medlemmar antas vara fler än 2000000 (inga register förs!). AA är helt inriktad på det personliga tillfrisknandet och den fortgående nykterheten för de alkoholister som kommer till gemenskapen för att få hjälp. AA deltar inte i forskning om alkoholism, medicinsk eller psykiatrisk behandling, utbildning eller propaganda i någon form, men enskilda medlemmar kan som individer delta i sådana aktiviteter.

AA har antagit en policy om att samarbeta, men inte att identifieras eller sammankopplas med andra organisationer som arbetar med alkoholfrågor.

Av tradition tar AA inte emot eller söker bidrag från andra källor än grupper, kretsar, regioner och enskilda medlemmar i Anonyma Alkoholister. Medlemmarna bevarar sin personliga anonymitet i förhållande till all media.

### **AA och andra organisationer**

AA är inte knuten till någon annan organisation eller institution. Våra Traditioner föreslår samarbete utan anknytning.

# Flera frågor och svar om AA

## Vad är AA:s "Tre legat"?

Det är de erfarenheter som AA-medlemmar och grupper gjorde under sin första tid när de livsprinciper och ideal växte fram som blev gemenskapen Anonyma Alkoholister. Arvet som vi fick har tre huvudkomponenter:

- Råd för *Tillfrisknande* – de Tolv stegen
- Råd för hur vi bevarar vår *Enighet* – de Tolv traditionerna
- AA:s verksamhet med olika former av *Service* – som den beskrivs i "Servicehandboken" och "Tolv koncept för service". Se också boken "Anonyma Alkoholister blir myndigt".

På engelska: *Recovery*, *Unity* och *Service*, som representerar triangelns ben i AA:s logotyp.

## Vad är en AA-klubb?

I USA/Canada förekommer speciella AA-klubbar som, till exempel, bedriver café-verksamhet och låter AA-grupper hyra lokal för sina möten. Klubbens verksamhet och gruppens verksamhet hålls strängt åtskilda.

## Vem driver behandlingshem och halvvägshus?

Medicinsk behandling och socialtjänst ingår inte i AA:s program. Som samfund betraktat gör vi inte anspråk på att ha kvalifikationer för att ge sådan hjälp. AA-medlemmar kan däremot vara en tillgång som anställda där alkoholister kan få professionell hjälp, till exempel på sjukhuskliniker och i andra former av behandling. Tekniskt sett finns ingenting sådant som en AA-behandling eller ett AA-sjukhus.

AA-medlemmar som hjälper till eller arbetar vid sådana inrättningar gör det som privatpersoner – aldrig som AA-medlemmar. De bör medverka till att varken institutionens namn eller någon del av marknadsföringsmaterialet använder AA:s namn, eller något annat namn (till exempel "Tolvstegshemmet") som missvisande antyder stöd från AA eller koppling till AA.

## AA-möten på fängelser eller behandlingsenheter

I Nordamerika förekommer att grupper hyr lokaler och har sina ordinarie möten på institutioner av olika slag. Fördelen i dessa fall är att man lättare når alkoholister som står under samhällsvård i något avseende.

Speciella möten för klienter på vårdinrättningar kan vara ett sätt att nå de intagna som har alkoholproblem och ge dem möjlighet att bli AA-medlemmar. Erfarna AA-medlemmar leder och medverkar i mötet.



## AA:s 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.

## AA:s 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 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 och 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 iaktta personlig anonymitet i förhållande till press, radio och film.
12. Anonymiteten är den andliga grundvalen för våra traditioner och påminner oss ständigt om att sätta princip framför person.

## AA:s Tolv Traditioner – långa versionen

Vår AA-erfarenhet har lärt oss att:

1. Varje medlem i Anonyma Alkoholister är bara en liten del av det stora hela. AA måste fortsätta att leva, annars kommer de flesta av oss med säkerhet att dö. Därför går vår gemensamma välfärd först. Men individens bästa följer närmast efter.
2. För vår gemenskaps syfte finns det endast en högsta auktoritet – en kärleksfull Gud så som han kommer till uttryck i vårt grupp-samvete.
3. Vårt medlemskap bör omfatta alla som lider av alkoholism. Därför får vi inte avvisa någon som vill tillfriskna. Medlemskap i AA bör inte heller vara beroende av pengar eller åsikter. Varhelst två eller tre alkoholister kommer tillsammans för sin nykterhets skull kan de kalla sig en AA-grupp, förutsatt att de som grupp inte har någon annan anknytning eller något annat syfte.
4. Med avseende på sina egna angelägenheter bör varje AA-grupp vara ansvarig endast inför sitt eget samvete och inte inför någon annan överhet. Men när dess planer även berör angränsande gruppers välfärd bör dessa grupper rådfrågas. Och ingen grupp, regionkommitté eller enskild person bör någonsin vidta någon åtgärd som påverkar AA som helhet utan att diskutera med de förtroendevalda i förtroenderådet. I sådana frågor går vår gemensamma välfärd före allt annat.
5. Varje grupp i Anonyma Alkoholister bör vara en andlig enhet med ett enda huvudsyfte, nämligen att föra budskapet vidare till de alkoholister som fortfarande lider.
6. Problem med pengar, egendom och bestämmanderätt kan lätt avleda oss från vårt primära andliga mål. Vi tror därför att varje verksamhet, som hanterar pengar som är till verklig nytta för AA, bör inregistreras som bolag och skötas separat så att man skiljer det materiella från det andliga. En AA-grupp som sådan bör ald-

rig ägna sig åt affärsverksamhet. Verksamheter som stöder AA, till exempel klubbar eller behandlingshem som kräver mycket kapital och administration, bör inregistreras separat och vara helt fristående så att grupperna utan vidare kan lämna dem om det blir nödvändigt. Därför bör sådana verksamheter inte använda AA-namnet. Deras skötsel bör uteslutande åligga dem som stöder dem ekonomiskt. För klubbar föredras ofta AA-föreståndare, medan sjukhus liksom andra ställen för tillfrisknande bör skiljas helt från AA och ställas under medicinsk tillsyn. Även om en AA-grupp kan samarbeta med vem som helst, bör ett sådant samarbete aldrig sträcka sig till upprättande av dotterbolag eller till någon form av rekommendation, uttrycklig eller underförstådd. En AA-grupp kan inte binda sig till någon.

7. AA-grupperna bör vara helt självförsörjande genom frivilliga bidrag från sina egna medlemmar. Vi tror att varje grupp tidigt bör uppnå detta mål, att varje anhållan om bidrag från allmänna medel i Anonyma Alkoholisters namn är ytterst riskabel, vare sig den framställs av grupper, klubbar, sjukhus eller andra utomstående verksamheter samt att accepterande av stora gåvor från vilken källa det vara månde eller av bidrag som medför någon som helst förpliktelse är oklokt. Sedan betraktar vi även med stor oro de AA-kassor som utöver måttliga reserver samlar medel utan angivet AA-ändamål. Erfarenheten har lärt oss att det inte finns någonting som med sådan säkerhet förstör vårt andliga arv som fåfänga tvister om egendom, pengar och makt.
8. Anonyma Alkoholister bör alltid förbli icke-professionellt. Vi definierar professionalism som rådgivning åt alkoholister mot betalning. Men vi kan anställa alkoholister för att utföra de tjänster för vilka vi i annat fall kunde varit tvungna att anlita icke-alkoholister. Sådana speciella tjänster kan avlönas väl. Men vårt vanliga AA-”tolvttestegsarbete” är alltid oavlönat.
9. Varje enskild AA-grupp fordrar minsta möjliga organisation. Roterande ledarskap är bäst. En liten grupp kan välja en sekreterare, en större en roterande kommitté och grupperna i t.ex. ett storstadsområde kan välja en krets- eller regionkommitté, som kan ha en anställd sekreterare. Förtroenderådet är i själva verket AA:s

servicekommitté. Det är förvaltare av både vår AA-tradition och de frivilliga AA-bidrag med vars hjälp vi upprätthåller Servicekontorets verksamhet i Stockholm. Förtroenderådet har gruppernas fullmakt att sköta AA:s kontakter med allmänheten på en övergripande nivå, och står som garant för integriteten i vårt viktigaste nyhetsmedium, Servicebladet. Alla företrädare för AA förutsätts vara besjälade av serviceanda, för sanna ledare inom AA är endast betrodda och erfarna tjänare åt helheten. Deras titlar medför ingen verklig makt, de styr inte. Allmän respekt är nyckeln till deras möjligheter att utträta något för gemenskapen.

10. Ingen AA-grupp eller AA-medlem bör någonsin uttala någon åsikt i något kontroversiellt ämne som ligger utanför AA:s verksamhet på sådant sätt att AA inbegrips. Detta gäller särskilt områdena politik, alkoholpolitik eller religionsamfund. AA-grupperna bekämpar ingen. I dessa frågor kan de därför inte uttrycka några som helst åsikter
11. I våra relationer med allmänheten bör vi bevara vår personliga anonymitet. Vi anser att AA bör undvika kommersiell PR och reklam. Namn och bilder på AA-medlemmar bör inte offentliggöras i media. Våra relationer med allmänheten bör grundas på rörelsens inneboende dragningskraft snarare än på propaganda och reklam. Vi behöver inte framhäva oss själva Vi tycker det är bättre att låta våra vänner rekommendera oss.
12. Slutligen tror vi i Anonyma Alkoholister att principen om anonymitet har oerhört stor betydelse för vår andliga välfärd. Den påminner oss om att vi ska sätta princip före person och att vi verkligen ska sträva efter sann ödmjukhet. Detta för att vår stora lycka inte ska göra oss bortskämda och för att vi alltid skall leva i tacksam begrundan av honom som har uppsikt över oss alla.

*Nedanstående är en fri översättning, anpassad till den struktur vi har i Sverige, av den kortversion av koncepten som ingår i Stadgarna för General Service Bord of Alcoholics Anonymous (Förtroenderådet i Nordamerika)*

### **AA:s Tolv Koncept för Service – korta versionen**

1. Det slutliga ansvaret för och den yttersta beslutsrätten över AA:s världsomfattande servicearbete bör alltid ligga hos hela gemenskapens kollektiva samvete.
2. Servicekonferensen har, i nästan alla praktiska frågor, blivit gemenskapens samlade röst och gruppsamvete för det gemensamma servicearbetet.
3. För att få bra ledarskap och effektivt servicearbete bör vi ge varje serviceenhet i AA – Konferensen, Förtroenderådet, Servicekontoret, kommittéer, anställda samt övriga organ och tjänare – ”traditionell beslutsrätt”.
4. På alla ansvariga nivåer bör vi sträva efter att varje grupp-samvete och serviceenhet skall upprätthålla principen om ”medbestämmanderätt” för berörda tjänare – i proportion till det ansvar som var och en har i sammanhanget.
5. Genom hela vår struktur bör vi ha med ”rätten att klaga”, så att minoritetsåsikter kan göra sig hörda och personligt missnöje tillkännages och behandlas med omsorg och respekt.
6. Servicekonferensen bekräftar att det är Förtroenderådet som, i de flesta frågor, har det verkställande ansvaret för central serviceverksamhet och att Förtroenderådet i konferensen har initiativet i frågor som rör policy och ekonomi.
7. Stadgarna för ”Föreningen AA i Sverige” gör Förtroenderådet och föreningens styrelse till organ i rättslig bemärkelse.

Förtroenderådet är AA-gemenskapens "röst och ansikte" gentemot omvärlden. Konferensen är inte ett organ i rättslig bemärkelse. Den har sin styrka i "AA-traditionen" och gruppernas finansiella stöd till service.

8. Förtroenderådet organiserar och styr den serviceverksamhet som Konferensen fattar beslut om. Det tillsätter nödvändiga operativa enheter och kommittéer, som verkställer de uppgifter FR har för AA-gemenskapen, och fastställer ekonomisk ram för verksamheten.
9. Bra ledare för service på alla nivåer är nödvändiga för en säker och trygg framtid för AA:s andliga gemenskap. Ledningen för central service, på vilken vår framtid beror, vilar på medlemmar-na i Förtroenderådet.
10. Allt ansvar i ett serviceuppdrag bör balanseras med befogenhet. Området för ansvar och befogenhet avgränsas och definieras entydigt. Den verkställande funktionen bör vara odelad; Dubbelt ledarskap bör omsorgsfullt undvikas.
11. Till sin hjälp bör Förtroenderådet ha bästa möjliga styrelseledamöter, kommittémedlemmar och anställda. Kvalifikation, allmänna och professionella, introduktion till uppgiften samt vilka skyldigheter och rättigheter som uppgiften medför är alltid av fundamental betydelse för resultatet.
12. I alla sina förehavanden skall Servicekonferensen efterleva andan i AA-traditionen och noggrant tillse:
  - att Konferensen aldrig blir säte för rikedom eller makt,
  - att tillräckligt stort rörelsekapital och en lagom stor reserv är den kloka ekonomiska principen,
  - att ingen av konferensens deltagare får en ställning som ger full bestämmanderätt över någon av de andra,

- *att* man kommer fram till alla viktiga beslut genom diskussion, röstning och helst i enighet,
- *att* ingen av konferensens handlingar får straffa någon enskild eller inbjuda till offentlig polemik,
- *att* när konferensen agerar i Anonyma Alkoholisters namn får den aldrig ägna sig åt maktutövning och att Konferensen liksom gemenskapen Anonyma Alkoholister, som Konferensen tjänar, alltid skall förbli demokratisk i tanke och handling.

AA:s "General Service Conference", USA, har rekommenderat ett detaljstudium av "den långa versionen" av koncepten. "Tolv koncept för service", där en av AA:s grundare, Bill W, ingående granskar alla principer för AA-service.



## A.A. Publikationer

*Litteratur som översatts till svenska kan beställas från*

*AA:s Servicekontor.*

*Servicekontoret tillhandahåller även viss litteratur på amerikanska och andra språk.*

### Engelska titlar

### Svenska titlar

#### Böcker

Alcoholics Anonymous

Anonyma Alkoholister

Alcoholics Anonymous Comes of Age

Anonyma Alkoholister

blir myndigt

Twelve Steps and Twelve Traditions

Tolv Steg och Tolv

Traditioner

As Bill Sees It

Som Bill ser det

Dr Bob and the Good Oldtimers

Dr Bob och de andra

föregångarna

Pass It On

För det vidare

Came to Believe

Kom till tro

Living Sober

Leva Nykter

Daily Reflections

Dagliga reflexioner

#### Broschyrer

44 Questions

44 frågor

A.A. Tradition How it developed

AA-Traditionen

Hur den växte fram

Members of the Clergy Ask About Alcoholics Anonymous.

Präster ställer frågor om

Anonyma Alkoholister

A.A. as a Resource for the Health Care Profession

AA som en resurs för den medicinska professionen

A.A. in Your Community

Anonyma Alkoholister i samhället

Is A.A. For You?

Är AA något för dig?

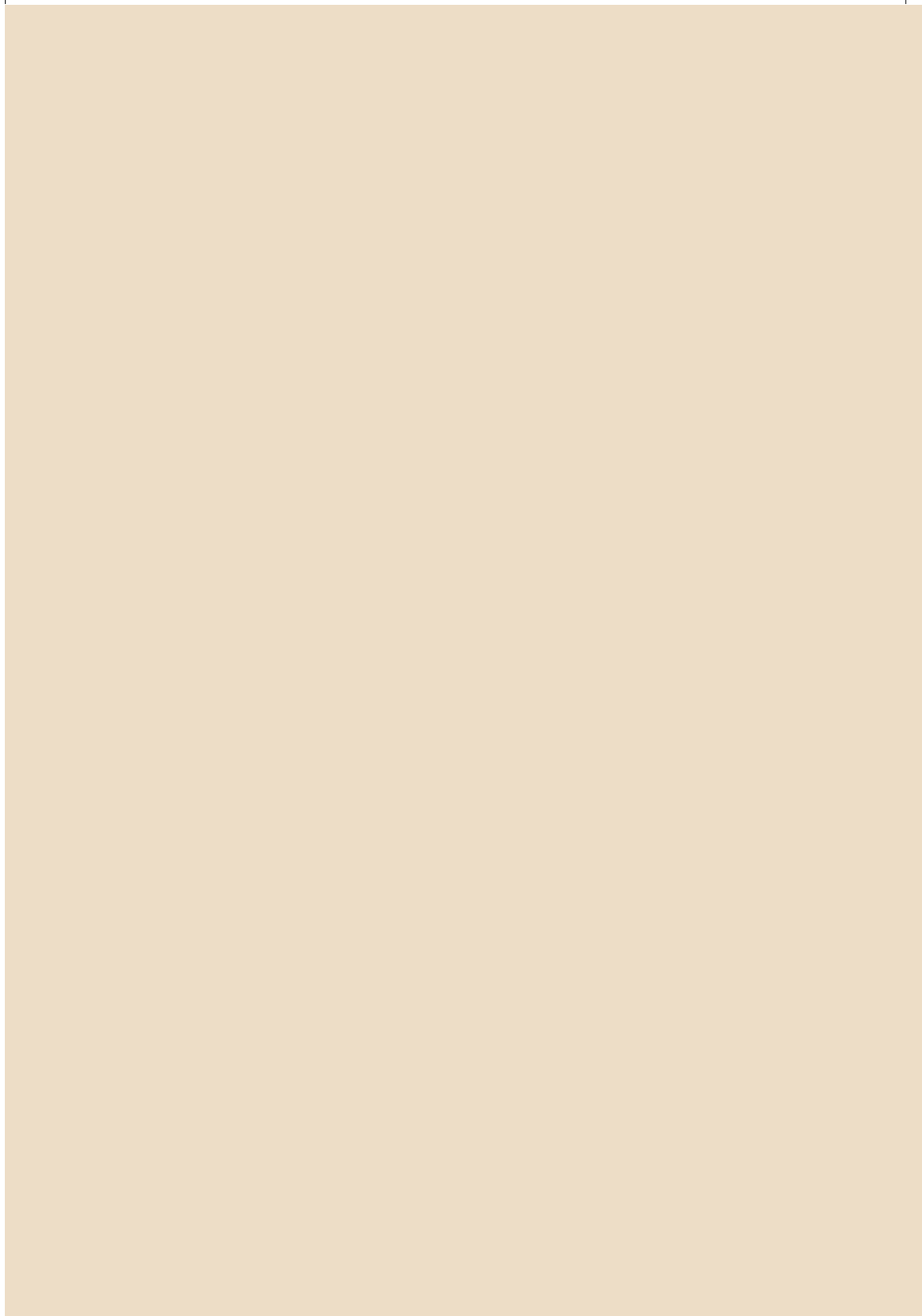
This is A.A.

Detta är AA

A.A. for the Women

AA för kvinnan

A.A. and the Gay/Lesbian Alcoholic	AA och den homosexuella alkoholisten
Time to start living	Dags att börja leva
A.A. Member – Medications and Other Drugs	AA-medlemmen – Medicinering och andra droger
Is There an Alcoholic in Your Life?	Finns det en alkoholist i ditt liv?
The A.A.Group...Where it all begins	AA-Gruppen...där allting börjar
A.A. in Treatment Facilities	AA i vården
A Member's Eye View of Alcoholics Anonymous	En medlems syn på AA
Problems Other Than Alcohol	Andra problem än alcohol
A Newcomer Asks	En nykomling frågar
It Sure Beats Sitting in a Cell	Bättre än att sitta i en cell
Bridging the Gap	Att överbrygga klyftan
A.A. at a Glance	AA i ett nötskal
A Brief Guide to A.A.	En snabbguide till AA
Questions and Answers on Sponsorship	Fadderskap (Sponsorship)
Twelve Concepts for World Service	Tolv koncept för service
A.A. Fact File	Fakta om Anonyma Alkoholister
Self-Support, where Money and Spirituality mix.	Självförsörjning. Där pengar och andlighet möts.



**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 skall finnas till hands,  
och för det är jag ansvarig.***

AA i Sverige  
Box 4201, 102 65 Stockholm  
Tfn. 08-642 26 09  
Webbplats: [www.aa.se](http://www.aa.se)  
E-post: [service@aa.se](mailto:service@aa.se)