



Tillsammans kan vi rädda liv

Alkoholism, eller kroniskt alkoholberoende, är en komplicerad sjukdom som påverkar människan fysiskt, mentalt och själsligt. En alkoholists liv är kantat av förnekelse, lögn, självförakt, ångest och ökande negativa konsekvenser. Sjukdomen gör individen maktlös och gör det nästan omöjligt att bryta den av egen kraft.

Ingen sitter på hela lösningen

Vi har stor respekt för att alla inom den professionella sektorn gör vad de kan för att hjälpa de tusentals alkoholister som vill ha hjälp. En alkoholist behöver hjälp på många plan, såväl medicinskt, psykiatriskt, socialt och andligt. Eftersom ingen i samhället sitter på hela lösningen menar vi att vi kan nå bättre resultat genom att samarbeta.

Varför samarbeta med AA?

AA har sedan 1935 framgångsrikt arbetat med att "laga" alkoholister genom att arbeta med de mjuka, mänskliga värdena, samt de bakomliggande orsakerna till vårt drickande.

Vi har ingen uppfattning om mediciner, psykiatri eller andra professionella verktyg. Vi är i högsta grad icke-professionella.

Eftersom AA endast består av alkoholister med olika lång nykterhet så kan vi möta och vinna förtroende från en annan alkoholist som söker hjälp.

AA:s tolvstegsprogram är ett förslag till handlingsprogram för att övervinna den besatthet, rädsla, självömkan, oärlighet m m som präglar en aktiv alkoholist. AA och tolvstegsprogrammet är ett värdefullt komplement till all professionell vård.

Hur kan vi samarbeta?

Vi vill gärna börja med ett möte där parterna berättar hur de arbetar och vilka problem man ser. Vi berättar om hur AA fungerar och hur vi kan vara en resurs och komplement i ert arbete.

AA:s enda syfte är att hjälpa den alkoholist som lider. Vi har svårt att hitta dem, men tror att vi genom samarbete med de som möter dem i sitt jobb, kan nå fler. Att vi tillsammans kan rädda liv.

Följer med på ett AA-möte

Om du har en patient eller anställd som vill ha vår hjälp så möter vi upp och berättar om oss själva, hur det var, vad som hände och hur AA hjälpt oss. Om personen är villig att gå på ett AA-möte så följer vi med på de första mötena. Dessutom kommer ni att få informationsmaterial om AA som ni kan lämna ut.

AA erbjuder en lång rad mervärden

- en stödjande gemenskap med andra alkoholister, en ny social plattform
- inga krav, kontrakt eller måsten i AA
- personlig anonymitet
- ett handlingsprogram för fortsatt tillfrisknande
- 120.000 AA-möten över hela världen där man är välkommen
- en livsvarig lösning på en kronisk sjukdom
- belöningar, framgångar, uppmuntran
- fadderskap för hjälp i stegarbetet
- styrkan i att kunna hjälpa andra nykomlingar efter en tid
- inga avgifter (finansieras genom frivilliga bidrag)
- en ny frihet och en ny glädje i livet
- en god och nyttig medborgare i samhället



AA Anonyma Alkoholister



Frågor och svar om AA

Vad är ett öppet AA-möte?

De flesta AA-möten är slutna möten för alkoholister. Men de flesta AA-grupper har också öppna AA-möten där vem som helst är välkommen för att ta del av hur ett AA-möte går till. Vi rekommenderar alla som arbetar professionellt och möter alkoholister att årligen besöka ett eller fler öppna AA-möten.

Är inte AA religiöst, ni pratar ju om Gud?

AA är helt neutralt i religionsfrågor. Men eftersom vi saknar kraft att själv ta oss ur vår missbruk, så behöver vi hitta en kraft större än oss själva för att uppnå nykterhet.

AA:s tolv steg bygger på breda andliga principer men är inte religiöst. Genom de tolv stegen blir vi befriade från bakomliggande orsaker, rädsla, skuld och skam. Det ger det nödvändiga uppvaknandet och själsliga tillfrisknandet.

AA fungerar för religiösa, ateister och agnostiker. Man får hjälp att söka en kraft större än sig själv, sådan som man själv uppfattar den. För många av oss är själva AA-gruppen och gemenskapen i AA denna högre kraft i början.

Vad kan AA erbjuda en alkoholist?

Om man är alkoholist, så ges man möjligheten att varaktigt tillfriskna genom AA:s Tolv steg.

AA:s grundtext Stora Boken beskriver vad man bör göra för att kunna tillfriskna. Som tillfrisknad alkoholist, så slipper man kämpa och får ett meningsfullt nyktert och fungerande liv i balans. Man får en ny gemenskap med människor som delar ens erfarenheter och som har som huvudsyfte att tillfriskna och hjälpa varandra att bibehålla nykterheten.

Måste man vara alkoholist?

Ja, AA kan bara hjälpa den som har utvecklat ett kroniskt alkoholberoende. Det kan vara svårt att inse det själv. Men genom att gå på några AA-möten så kommer man att känna om man är alkoholist eller inte. Om man är som vi.

Finns det några krav i AA?

Det enda kravet som ställs är att man har en önskan att sluta dricka. Inga andra krav ställs. AA för heller inga medlemsförteckningar eller journaler över medlemmarna. Den personliga anonymiteten är en av de viktigaste grundstenarna i AA.

Är AA självständigt?

AA har inga anknytningar till någon religion, myndighet, företag, institution eller annan rörelse av något slag.

Vad kostar AA?

AA kostar inget, varken för individen eller samhället. Varje AA-grupp är helt självförsörjande via egna bidrag och tar inte emot bidrag utifrån. De som kan och vill lämnar en slant i hatten eller Swishar efter mötet.

AA och andra droger?

AA fokuserar på att hjälpa människor som utvecklat ett alkoholberoende. Många har även andra drogproblem och för dessa finns andra tolvstegsgrupper som alternativ eller komplement.

AI-Anon Familjegrupper

AA har en "systerrörelse" som använder samma metodik som AA för att hjälpa anhöriga till alkoholister att tillfriskna från t ex medberoende.



AA Anonyma Alkoholister