



02/2007

# WIEŚCI z AA

INFORMATOR

dla profesjonalistów i przyjaciół Anonimowych Alkoholików w Polsce  
WIOSNA 2007

## KIM JESTEŚMY - PREAMBUŁA

**Anonimowi Alkoholicy** są wspólnotą mężczyzn i kobiet, którzy dzielą się nawzajem doświadczeniem, siłą i nadzieją, aby rozwiązać swój wspólny problem i pomagać innym w wyzdrowieniu z alkoholizmu. Jedynym warunkiem uczestnictwa jest chęć zaprzestania picia.

Nie ma w AA składek ani opłat, jesteśmy samowystarczalni, poprzez własne dobrowolne datki. Wspólnota AA nie jest związana z żadną sektą, wyznaniem, działalnością polityczną, organizacją lub instytucją, nie angażuje się w żadne publiczne polemiki, nie popiera ani nie zwalcza żadnych poglądów. Naszym podstawowym celem jest trwać w trzeźwości i pomagać innym w jej osiągnięciu.

Copyright © by The AA Grapevine, inc; przedrukowano za zgodą

## OD REDAKCJI

*Szanowni Państwo!*

Z radością oddajemy do Państwa rąk kolejny numer „Wieści z AA”, biuletynu przeznaczonego dla osób zawodowo stykających się z problemami powstającymi na skutek nadużywania alkoholu.

Wspólnota Anonimowych Alkoholików od ponad siedemdziesięciu lat przynosi i umacnia trzeźwość milionom alkoholików na całym świecie, ze wspianiałym skutkiem współpracując na tym polu z ludźmi, których my w AA nazywamy profesjonalistami (lekarzami, terapeutami, osobami duchownymi, policjantami, pracownikami opieki społecznej, itd.).

Biuletyn „Wieści z AA” ma na celu pogłębienie naszej więzi, przekazywanie najważniejszych informacji dotyczących działania AA w Polsce i umacnianie wzajemnych relacji. Ich zasadniczym celem jest niesienie pomocy wszystkim tym osobom, które cierpią w wyniku choroby alkoholowej.

Zapraszamy sympatyków AA do publikowania w biuletynie swoich uwag, opinii dotyczących spraw związanych z naszą wspólnotą.

Prosimy pisać na adres -

[wiesci@aa.org.pl](mailto:wiesci@aa.org.pl)

Mamy nadzieję, że w ten sposób przyczynimy się do jeszcze lepszej współpracy i coraz lepszych wyników w leczeniu alkoholizmu.

Serdecznie pozdrawiamy

– Redakcja „Wieści z AA” biuletynu informacyjnego AA w organizacji

## DZIŚ W NUMERZE

1. Od redakcji
2. AA za murami - historia AA w zakładach karnych cz. 1.. Dział terapeutyczny Atlantis
3. Przyszli specjaliści poznają AA
4. Współpraca pomiędzy AA i innymi programami leczenia alkoholików
5. Oferty Biura Służby Krajowej
6. stopka redakcji

**UWAGA!!!** Biuletyn informacyjny dla profesjonalistów w organizacji WIEŚCI Z AA ukazuje się pod patronatem Komisji Informacji Publicznej Służby Krajowej Anonimowych Alkoholików w Polsce. Adres redakcji e-mail [wiesci@aa.org.pl](mailto:wiesci@aa.org.pl)



02/2007

# WIEŚCI Z AA

INFORMATOR

dla profesjonalistów i przyjaciół Anonimowych Alkoholików w Polsce  
WIOSNA 2007

## AA ZA MURAMI

*Od czasu gdy pierwsza grupa AA spotkała się w zakładzie karnym w Siedlcach, członkowie wspólnoty AA, w coraz większej liczbie niosą posłanie nadziei w więzieniach w całej Polsce, i to zarówno wśród mężczyzn jak i kobiet. Dzielą się własnym doświadczeniem, niosąc nadzieję nawet w najbardziej mroczne miejsca.. Przed winą, strachem, rozpaczą czy samotnością nie pomoże mur więzienia, nie można się odgradzić, ale jest sposób. Wiedzą o tym ci, którzy biorą udział w niesieniu posłania nadziei za mury więzień. Ta służba usuwa pełne bólu ściany własnych ograniczeń. Służąc innym, co jest obrazem wdzięczności za nowe życie, burzy się ostatecznie mury własnych przekonań, które są nie mniej groźne niż mury wielu zakładów karnych.*

*Niektórych oczywiście, alkoholizm wepchnął za konkretne ściany. Dzisiejsze więzienia przepełnione są tymi, którzy popełnili przestępstwo - dla, lub z powodu alkoholu – a dziś, z ręką na sercu, uczciwie mówią, że "są tu z łaski Bożej ..". Inni dodają - "Pobyty w zakładzie karnym nie tylko uratował ale również całkowicie odmienił moje życie".*

*Głos trąb zburzył mury Jerycha. Istotnie to cud. Ale zburzyć barierę własnych ułomności przez niesienie światła nadziei za więzienne kraty, to cud nie mniejszy. By zacząć wystarczy odrobina uczciwości i trochę trzeźwości. Jednak najwięcej potrzeba wytrwałości. Tej nie zabrakło człowiekowi, który własnym zapałem i wytrwałością doprowadził do tego, że oczy całego świata są dzisiaj zwrócone na rozwój AA w zakładach karnych. To wzbudza szacunek i uznanie. Szczególnie tych, którzy w zakładach karnych rozpoczęli nowe życie bez alkoholu, a dzisiaj wiodą życie na wolności.*

*Nasz Kazimierz z Warszawy, po przyjacielsku nazywany Kazio, wiele lat swego życia poświęcił na organizowanie mityngów AA w zakładach karnych. Swoim przykładem zachęcił wielu kolejnych przyjaciół do zaangażowania się w posłannictwo AA. W podziękowaniu nazywamy go "honorowym klawiszem".*

*Na naszych oczach wypełnia się idea aby w każdym zakładzie karnym działała grupa AA. Staje się to możliwe dzięki przychylnemu stanowisku władz penitencjarnych.*

*Oddajmy teraz głos Kaziowi, który opowiada o historii AA w Zakładach Karnych.*

### Niesienie posłania AA do Zakładów Karnych – jego początki. cz. I

W formie zorganizowanej program AA, trafił do środowiska poznańskiego w roku 1974. Zainteresowali się tym programem profesjonaliści. Pierwsze, nieśmiałe kontakty wspólnoty AA ze skazanymi nastąpiły w roku 1975. Zainspirowała je mgr J. Stengrez, psycholog poradni odwykowej z Poznania, której filia mieściła się w Mrowinie w Oddziale Zewnętrznym poznańskiego Aresztu Śledczego. Według koncepcji pani psycholog posłannicy AA mieli niejako zastąpić, a w każdym razie uzupełnić działalność profesjonalistów poradni, którym nie starczało czasu na pracę ze skazanymi alkoholikami. Zatem działalność AA nie byłaby samodzielna, a



02/2007

# WIEŚCI z AA

INFORMATOR

dla profesjonalistów i przyjaciół Anonimowych Alkoholików w Polsce  
WIOSNA 2007

tylko jako pomoc dla pani psycholog. Niestety inicjatywa ta nie została podtrzymana ani upowszechniona, gdyż takie działania nie były zachęcające dla żadnej ze stron. Podobne działanie było podejmowane w 1983 roku przez poradnię odwykową Zakładu Karnego we Wrocławiu. Przełom lat 70-80 dał kilka prób niesienia posłania AA do skazanych. Próby te kończyły się jedynie na organizacji mityngów informacyjnych. Na taki stan rzeczy złożyły się w głównej mierze trzy przyczyny:

1. Niewystarczające zainteresowanie samych Anonimowych Alkoholików ( wspólnota dopiero się rozwijała).
  2. Zaostrzony w tym czasie izolacjonizm więziennictwa.
  3. Brak poparcia ze strony profesjonalistów oraz centralnych władz więziennych.
- Przełom w tym zakresie nastąpił dopiero w roku 1987, w sposób bardzo prozaiczny.

Jeden ze skazanych w Zakładzie Karnym w Siedlcach, przeczytał w tygodniku "Polityka", artykuł Wiktora O. pt: „Grzech czy choroba?”. Ponieważ sam miał problem z alkoholem, zwrócił się do psychologa więziennego mgr Tadeusza Paciorka, który tym tematem się zainteresował. Ponieważ w tym czasie grupa miejska AA w Siedlcach upadła (zapicie), usiłował skontaktować się z innymi z AA. Dwukrotnie zwracał się o kontakt listownie do Punktu Kontaktowego AA w Warszawie na ul. Hożej. Ponieważ ten Punkt Kontaktowy działał jak działał, sygnał ten nie znalazł oddźwięku. Nie trafił również do Intergrupy warszawskiej - prawdopodobnie znalazł się w koszu. **Taka wtedy była nasza odpowiedzialność.** Nie zrażony brakiem odzewu z Warszawy, psycholog ten listownie zwrócił się o kontakt do Sekretariatu Służby Krajowej AA w Poznaniu. W tym czasie, słysząc na spotkaniu Intergrupy warszawskiej apele o konieczności obsadzenia Punktu Kontaktowego, w którym działało się nie najlepiej, postanowiłem obsadzić ten punkt stałymi dyżurami w poniedziałki i czwartki (do dziś nie żałuję tej decyzji). Poznaniacy, będąc na dniach skupienia w Zakroczymiu wykorzystali ten pobyt do pojechania do Siedlec i nawiązania kontaktu z psychologiem Zakładu Karnego (widocznie bliżej było z Poznania do Siedlec niż z Warszawy). Wracając z Siedlec do Poznania, sekretarz Rady Powierników Adam G. odwiedził Punkt Kontaktowy na Hożej i przekazał tą informację mnie o konieczności kontynuowania tego kontaktu. Podjęcie tej pałeczki przez moją osobę wynikało w głównej mierze z ratowania nadwerężonego honoru warszawskiego AA, tak to wpadłem w to, co do dnia dzisiejszego kontynuuję (co uważam za wielką łaskę). Próbowałem pojechać sam co jednak mogło być odebrane przez skazanych, że jestem nasłany przez służbę więzienną (trzeba pamiętać jakie to czasy były w roku 1987). Całość spraw organizacyjnych (doprowadzenie na spotkanie osadzonych z różnych oddziałów) brał na swoje barki psycholog. Dowiedziałem się, że naczelnik więzienia dopuszcza, aby na mityngi mogło wchodzić więcej aowców (dwie osoby muszą być stałe, a dwie mogą być wchodzące jednorazowo). Ponadto naczelnik dopuszczał spotkania tylko raz w miesiącu. Wobec tego rodzaju uwarunkowań próbowałem zorganizować ekipę czteroosobową. Co po wielkich namowach udało się. Wielką pomocą służył mi w tym czasie Gieniek z Milanówka. Ponieważ znaleźliśmy się w zupełnie innej rzeczywistości musieliśmy wiele się nauczyć. Zdarzały się przypadki tego rodzaju, że jeden alkoholik z ekipy w momencie rozpoczęcia mityngu na którym nie było powitania przez robienie łańcucha (ze względu na istniejące w więziennictwie nieformalne subgrupy, kiedy jeden więzień w zależności do jakiej grupy należy nie poda ręki innemu z innej podgrupy) i zapalanej świeczki. Nie robmy tego, żeby już na wstępie nie robić sztucznego podziału. Tenże alkoholik, który przyjechał z zewnątrz, nie rozumiejąc tego zaczął płakać, rwać włosy z głowy oświadczając, że przez nich zapije, że tego się nie robi. Wobec tego faktu, moja riposta była krótka. Opierając się na



02/2007

# WIEŚCI z AA

INFORMATOR

dla profesjonalistów i przyjaciół Anonimowych Alkoholików w Polsce  
WIOSNA 2007

Trzeciej Tradycji wyjaśniłem, że „**Jedynym warunkiem przynależności do AA, jest chęć zaprzestania picia**” i tam jest kropka, nie ma żadnych innych warunków jak robienie łańcucha powitalnego i obowiązek palenia świeczki. Ten nawiedzony alkoholik nigdy więcej nie uczestniczył z własnej woli w mityngach w zakładach karnych. Mityngi co miesiąc odbywały się cały rok. Z frekwencją alkoholików z zewnątrz było bardzo różnie. Nieraz na mityngach wolnościowych zachęcając do uczestniczenia w mityngach w zakładzie karnym, bezskutecznie zdierałem sobie gardło. Często, nawet wśród alkoholików ze znacznym stażem w trzeźwieniu, spotykałem się z pukaniem w głowę i argumentem, że tego nie da się prowadzić na dłuższą metę bo to przecież komuna. Moim jednym z argumentów na to, była odpowiedź, że **gdy przyszedłem do Wspólnoty, powiedziano mi „uwierz”, bo to jest możliwe**, zatem również chodzenie z posłaniem do zakładów karnych - **jeżeli działa się z wiarą** - również jest to możliwe. *cdn.*

## NA GRANICY TERAPII I AA

### O roli mityngów w terapii uzależnienia od alkoholu np. działu terapeutycznego Atlantis w Areszcie Śledczym Warszawa Mokotów.

*Jakiś czas temu jeden z absolwentów naszego oddziału – Grzegorz - poprosił mnie abym napisała o tym, jaką rolę – w mojej ocenie - w procesie terapii odgrywają mityngi AA.*

Z filozofią Anonimowych Alkoholików bezpośrednio zetknęłam się około 12 lat temu, gdy rozpoczęłam pracę psychologa w oddziale odwykowym Atlantis. Pamiętam pierwszy swój dyżur podczas mityngu i spotkanie z trzeźwiejącym alkoholiem z wolności – Kaziem B. Pamiętam jak z humorem tłumaczył pacjentom trudne do zaakceptowania dla nich informacje. Jak prosto Kazik wytłumaczył jednemu z silnie dyskutujących pacjentów nt. możliwości powrotu przez alkoholika do picia kontrolowanego odwołując się do mądrości AA. „Alkoholik nie może wrócić do picia kontrolowanego, tak jak z kiszzonego ogórka nie można już zrobić świeżego”- argumentował. Przez wiele lat Kazik był najwierniejszym „mityngowcem” w areszcie. Podczas jubileuszu z okazji 10 rocznicy powstania Atlantisu żartowaliśmy, że za swoje zasługi dla Mokotowa, za czas spędzony na mityngach w więzieniu powinien dostać od służby honorowy tytuł i może tzw. „ubranie skarbowe”. Dziś Kazimierz nie przychodzi na mityngi, ale nie dlatego, że nie chce, czy stracił wiarę w trzeźwiejących w więzieniu, ale dlatego, że nie pozwala mu na to stan zdrowia. Nadal jest jednak obecny we wspomnieniach personelu i absolwentów programu.

Gdy zaczynałam – wtedy jeszcze praca terapeutyczna w dziale była łatwiejsza, ponieważ wszyscy leczący się pacjenci wyrażali na to leczenie zgodę i podpisywali kontrakt terapeutyczny. Wszyscy, przynajmniej deklaracyjnie, przyznawali, że są osobami uzależnionymi lub, że mają problem z alkoholem. Wszyscy też chętnie, bez oporu, uczestniczyli w mityngach.

Po roku 1998, po nowelizacji kodeksowej, populacja pacjentów w dziale zmieniła się. Obok pacjentów dobrowolnie zgłaszających się, pojawili się i skazani, którzy nie wyrażali na



02/2007

# WIEŚCI z AA

INFORMATOR

dla profesjonalistów i przyjaciół Anonimowych Alkoholików w Polsce  
WIOSNA 2007

leczenie zgody. Wobec tych drugich decyzję podjął Sąd (skazujący lub penitencjarny) nakładając na nich tzw. „obowiązek” czy „przymus” leczenia. Pacjenci ci często są buntowniczo nastawieni wobec proponowanych oddziaływań terapeutycznych, oporują przeciwko udziałowi w mityngach. Aktualnie w mityngach uczestniczą tylko ci pacjenci, którzy chcą, odczuwają taką potrzebę. Czasem jest to tylko kilku pacjentów z działu a czasem kilkunastu, czy kilkudziesięciu.

I znowu mamy swojego najwierniejszego mityngowca – Włodka. Często przychodzi przed mityngiem, aby indywidualnie porozmawiać z pacjentem. Ale są też inni: Wojtek, kilku Marków, Jacek, Grzegorz....

Część z tych, którzy przychodzą na mityngi z wolności, to absolwenci naszego programu. Trzeźwieją, mimo różnych trudności i przeciwności losu. Ich spotkania z pacjentami aktualnie odbywającymi leczenie mają ogromną siłę oddziaływania. To ci absolwenci są „żywymi przykładami”, że można zmienić swoje życie, mimo przestępczej przeszłości, czy uzależnienia od alkoholu.

Kontakty, które pacjenci nawiązują z anonimowymi alkoholikami podczas terapii trwają także po jej zakończeniu, nawet gdy absolwenci programu wyjeżdżają do innych jednostek penitencjarnych. Często jest tak, że to właśnie AA udzielają pomocy i wsparcia absolwentom w pierwszych dniach ich pobytu na wolności.

W mojej ocenie – psychologa i jednocześnie kierownika działu - mityngi AA są bardzo ważnym elementem wspierającym proces terapii. Mam świadomość, że trzeźwiejący alkoholicy na wolności ( i to niezależnie od tego czy kiedykolwiek byli karani) są dla części pacjentów bardziej wiarygodni niż terapeuci, którzy to wiedzę o chorobie czerpią tylko z książek i szkoleń.

Jestem bardzo wdzięczna tym AA, którzy chcą poświęcać swój wolny czas, zaangażowanie trzeźwiejącym alkoholikom w więzieniu. Dzięki nim paru chłopakom się „udało” – trzeźwieją odbudowują swoje życie na wolności, podejmują pracę, zakładają rodziny i ... pomagają innym.

Czasem zdarza się usłyszeć uwagi, że mityngi AA potencjalnie mogą stwarzać zagrożenie dla porządku w areszcie. Słyszę te uwagi i mam świadomość ewentualnych niebezpieczeństw. Ale chcę podkreślić, że od czasu kiedy pracuję w dziale terapeutycznym, tj. od ponad 12 lat nie powstała żadna sytuacja niebezpieczna, groźna, czy negatywnie oceniana przez administrację jednostki (nie jestem przesadna, ale na wszelki wypadek odpukuję w niemalowane). Uważam, że bilans zysków i strat wynikających z funkcjonowania mityngów w zakładach karnych wychodzi na zdecydowany „plus”.

Ewa Chmurska

## Jak wyrazić wdzięczność za uratowanie życia?

Jak wyrazić podziękowanie za świadomość, która pozwoliła mi spojrzeć prawdzie w oczy, i popchnęła w kierunku zdrowienia?. Jestem alkoholikiem mam na imię Grześ. Swoje 33 letnie



02/2007

# WIEŚCI z AA

INFORMATOR

dla profesjonalistów i przyjaciół Anonimowych Alkoholików w Polsce  
WIOSNA 2007

życie w 1/3 części spędziłem w Zakładach Karnych. Nikt i nic nie był w stanie wpłynąć na moją osobę bym żył inaczej. Nigdy nie widziałem problemu, który dla innych był oczywisty. Alkohol niszczył mnie i wszystko w moim otoczeniu. Straciłem młode lata w więzieniu, rodzinę, bliskich. Bagno, w którym żyłem dorastałem, ściągnęło mnie na samo dno, z którego nie miałem pojęcia jak się odbić, i tu Bóg postawił na mojej drodze ATLANTIS z Rakowieckiej i wspaniałych ludzi w nim pracujących. Dziękuję Wam: Małgosiu, Natalko, Czesiu, Marku, Ewo i Wam wszystkim, których nie wymieniłem. Dziś jestem prawie rok na wolności, mam wspaniałą pracę, kochającą kobietę i żyję godnie. Mimo moich wad i problemów, które niesie codzienne życie, jestem trzeźwy i pełny nadziei na przyszłość. Dziękuję Wam za to.

Grześ alkoholik.

## Przyszli specjaliści poznają AA- mityngi informacyjne

Do istotnych zadań zespołu Informacji Publicznej należy zaznajomienie przyszłych fachowców z działaniem Wspólnoty. To oni najczęściej kierują do nas alkoholików. Przyświeca nam wspólny cel: pomóc alkoholikowi w zaprzestaniu picia i wskazaniu drogi do zdrowego, produktywnego życia. Specjaliści wypełniają tę część pracy, której sami nie jesteśmy w stanie wykonać. Ale zdarza się, że niektórzy mylą AA z innymi programami zdrowienia.

### **Dlatego musimy stale wyjaśniać nasze zasady z tradycją anonimowości czy samowystarczalności na czele.**

Taką funkcję spełniają mityngi informacyjne adresowane często dla młodych, dopiero się szkolących fachowców. Jesteśmy przekonani, że zaznajomienie studentów medycyny, resocjalizacji itp. z działaniem wspólnoty AA pomoże w pełniejszym wykonywaniu ich przyszłej profesji. Oto kilka uwag :

#### **Warszawa. Mówi Darek, przewodniczący Zespołu ds. Informacji Publicznej:**

*„Przeprowadziliśmy już kilka mityngów informacyjnych. Naszym celem było zaznajomienie słuchaczy z podstawową wiedzą dotyczącą AA - co robi, a czego nie robi AA”. Pojawiło się kilka trudnych pytań: "Jak postępować z alkoholikiem, który potrzebuje AA, ale sam tak nie uważa? Jak długo trzeba się leczyć? Jak długo trzeba chodzić na mityngi?" Ostatnie pytania komentuje uczestnik. "Stało się dla mnie jasne, że ci, którzy przychodzą do AA znajdują pomoc. Jednak kiedy poczują się lepiej, przedwcześnie rezygnują i nie zobaczą, że proces dobrych zmian może trwać nadal. Wtedy już nic nie możemy zrobić”.*

**Darek mówi dalej:** " W tym roku zostało nam powierzone przeprowadzenie zajęć na temat wychodzenia z uzależnień w Akademii Medycznej dla studentów pierwszego roku medycyny. Pokazanie czym jest wspólnota AA i jak działa. Zajęcia odbywają się w Klinice Psychiatrycznej przy ul. Nowowiejskiej 27. Przygotowani do tej roli przyjaciele w dwuosobowych zespołach mówią o wspólnocie i dają świadectwo trzeźwości." Mamy nadzieję, że te szkolenia będą regularne.



02/2007

# WIEŚCI z AA

INFORMATOR

dla profesjonalistów i przyjaciół Anonimowych Alkoholików w Polsce  
WIOSNA 2007

*"Skłaniamy się ku prezentacjom osobistych historii członków wspólnoty i pokazaniu jak program zmienił ich myślenie? Uważamy to za bardzo owocną formę niesienia postania AA".*

**Paweł, członek zespołu IP Warszawa:** *"Aby uatrakcyjnić nasze mityngi informacyjne przygotowaliśmy oprawę wizualną. Dysponujemy łatwo przenośną wystawą rysunków z biuletynu MITYNG oraz dwoma banerami, na których jest pokazane logo naszej wspólnoty, ważniejsze adresy, np adres PIKu , nr telefonu oraz akcent warszawski. Wydaje się, że teraz będzie łatwiej zapamiętać kontakt do wspólnoty"*

**Relacjonuje Henryk Siedlce,** jeden z organizatorów mityngu informacyjnego: *- "Zaprosiliśmy przyjaciół z Warszawy, nieznanych w naszym środowisku aby zaprezentowali wspólnotę. W ten sposób chronimy naszą tradycję **anonimowości**. Chcemy pokazać, że AA działa oraz powiedzieć, gdzie można nas spotkać, ale nie musimy sami się ujawniać. Promujemy Program AA a nie nasze osoby. Duże zaciekawienie wzbudziły nasze materiały informacyjne".*

**Kładziemy nacisk na informację o niezależności** od innych instytucji ponieważ wielu ludzi spoza AA nie rozpoznaje różnic. Spotykamy się z błędną opinią, że w AA mieszczą się wszystkie pogromy 12 Kroków począwszy od Żarłoków do Narkomanów. Biuletyny informacyjne i nasza literatura wyjaśniają stanowisko wspólnoty w kwestiach innych niż alkoholowe.

**Grażyna, przewodnicząca Rady Powierników AI-Anon :** *Zorganizowaliśmy spotkanie ze studentami resocjalizacji i zaprosiliśmy kilku aowców aby dali świadectwo swojej trzeźwości. W ten sposób mogliśmy pokazać pełniejszy obraz zdrowienia rodziny.*

**Leszek:** *„Już kilka razy opowiadałem swoją historię w ośrodku, w którym ukończyłem terapię. Terapeuci mówią mi jak bardzo się zmieniam - to cieszy”*

**Zespół Informacji Publicznej** przygotowuje się do przedstawienia nowej formy współpracy. Chcemy zaproponować studentom zainteresowanym udziałem wspólnoty AA w leczeniu ich przyszłych pacjentów albo podopiecznych - **służbę „przewodnika AA”**. Taki członek AA może towarzyszyć zainteresowanemu w otwartych mityngach AA, podzielić się swoją opowieścią, wyjaśnić wątpliwości i pomóc studentowi bliżej zapoznać się z problematyką AA. Mamy nadzieję, że przyniesie to pozytywne efekty dla wszystkich.

red.

## WSPÓŁPRACA Z INNYMI

### Współpraca pomiędzy AA i innymi programami leczenia alkoholików

*Charles A. Aharon, dyrektor regionalny Fundacji na rzecz badań nad alkoholizmem i uzależnieniami od leków. Region Jezioro Erie London, Ontario Kanada GV kwiecień 71 r*



02/2007

# WIEŚCI z AA

INFORMATOR

dla profesjonalistów i przyjaciół Anonimowych Alkoholików w Polsce  
WIOSNA 2007

W styczniu 1971 roku minęło 20 lat od mojego pierwszego kontaktu z AA. Patrząc wstecz uświadamiam sobie dziś, że było to jedno z najważniejszych wydarzeń mojego życia. Tak jak wielu innych, mogę dziś po prostu stwierdzić fakt, że to doświadczenie zmieniło moje życie, nadało mi nowy kształt i kierunek. Poznanie Wspólnoty było punktem startowym pracy całego mojego życia. W tym czasie byłem na studiach podyplomowych. Kontakt z AA sprawił, że zafascynowałem się problemami alkoholizmu w naszym społeczeństwie oraz siłą terapeutyczną Wspólnoty, co sprawiło, że w tym kierunku zwróciłem swą pracę naukową. Szczęśliwym trafem, dwa i pół roku później zaproponowano mi utworzenie pierwszego centrum leczenia odwykowego w London ( Ontario, Kanada ). Chcę powiedzieć, że to AA ukształtowało moje poglądy na temat programów terapeutycznych, a trzeźwi dzięki AA przyjaciele, którzy dzielili się ze mną doświadczeniem i opiniami, ukierunkowali moje stanowisko na temat alkoholizmu i alkoholików.

Przygotowując się do tego artykułu rozwinąłem parę własnych pomysłów, żywiąc nadzieję, że przynajmniej niektóre z nich będą wartościowe i oryginalne. Na szczęście przyszło mi do głowy, by przejrzeć ostatnie roczniki GRAPEVINE ( *światowy biuletyn wspólnoty AA - przypis redakcji* ), by być zorientowany na bieżąco, co się w AA dzieje. Przerzuciłem więc wszystkie z 12 numerów z 1969 roku odkładając na bok te, w których było cokolwiek związanego z moimi "odkryciami". Wyobraźcie sobie moją konsternację, gdy okazało się, że w ośmiu z dwunastu numerów nie tylko że poruszane były tematy, ale zawarte były w całości moje "oryginalne" pomysły plus wiele innych, które nie przyszły mi do głowy. **W ten sposób pozbyłem się fantazji, że powiem coś oryginalnego.** Uspokaja mnie fakt, że większość odkryć i nowych idei związanych z relacjami międzyludzkimi, to w rzeczywistości odkrycia powtarne. Ale mają one wartość, gdyż pokazują, że ludzie o różnych osobowościach mogą dochodzić własnymi drogami do pewnej wspólnej prawdy. Słyszałem nawet kiedyś, że sama AA jest powrotem starej idei - wiekowym przesłaniem miłości - wyrażonym w nowym, współczesnym języku i przystosowanym do potrzeb szczególnej grupy ludzi.

Jestem przyzwyczajony do występowania przed profesjonalistami i mówienie im o AA. Poświęcam wtedy wiele czasu niektórym postawom moich kolegów po fachu, które jak sądzę, uniemożliwiają im współpracę z AA. Dziś zamierzam zaryzykować i opisać parę postaw trzeźwych alkoholików, które według mnie szkodzą tej współpracy z drugiej strony.

Ale zanim wkroczę na te pole minowe, nieco się zabezpieczę: pozwólcie mi wyrazić głęboką wiarę, że filozofia AA jest nie do podważenia. Chcę się zmierzyć jedynie z indywidualnymi poglądami i działaniami, które jednak występuje na tyle często, że **przez słabo poinformowanych mogą zostać odebrane jako wyraz stanowiska całego AA.**

Pierwszym warunkiem udanej współpracy pomiędzy AA i terapią jest duch dobrej woli rodzący się ze wspólnoty celu: być pomocnym cierpiącym alkoholikom.

Układ najbardziej korzystny powstaje wtedy, gdy obie strony **uzupełniają się** nawzajem, a nie walczą ze sobą. Aby utrzymać ducha współpracy, na pierwszym miejscu musimy stawiać bezpieczeństwo alkoholika, któremu pomagamy: od początku musimy dbać o jakość naszych związków. Wydaje mi się, że zbyt często próby współpracy przekształcają się w pole walki, na





02/2007

# WIEŚCI Z AA

INFORMATOR

dla profesjonalistów i przyjaciół Anonimowych Alkoholików w Polsce  
WIOSNA 2007

którym każda strona próbuje udowodnić wyższość swych metod. Gdy tak się dzieje, to ofiarą bitwy pada alkoholik.

Można wymienić wiele cech osobistych korzystnie wpływających na współpracę, ale sądzę, że najważniejszą z nich jest pokora. Każda strona musi mieć świadomość własnych ograniczeń, zaufanie do uczciwości partnera i dopuszczać możliwość, że można się od niego czegoś nauczyć. Osobiście nie wierzę, że trzeźwy alkoholik musi być ekspertem w sprawach alkoholizmu, choć tak się czasem zdarza. Uważam, że **członek AA jest ekspertem w dziedzinie własnego doświadczenia** i sposobu pracy nad programem. Gdy idzie dalej, wygłaszając opinie na temat alkoholizmu w ogóle czy roli alkoholu w społeczeństwie, gdy angażuje się w programy edukacyjne lub profilaktyczne itp, to **ryzykuję utratę wiarygodności i zaufania w oczach profesjonalistów.**

Znacznie bardziej jestem skłonny uznać członka AA jako eksperta od programu zdrowienia. W tej dziedzinie posiada on dużą wiedzę, umie pomagać - i to jest miejsce na współpracę. To, że w AA wyrażane są opinie na temat alkoholizmu jest całkiem zrozumiałe, ale opinie te nie mają najczęściej żadnego znaczenia dla współpracy przy niesieniu pomocy. Przeciwnie, teoretyczne dysputy stanowią często powód jej zerwania. Obie strony, próbując działać wspólnie, muszą pamiętać o aowskiej zasadzie otwartości umysłu. Kolejny pogląd, na tyle częsty by o nim powiedzieć, to tendencje wielu członków AA by uważać alkoholików za specjalny gatunek, wymagający specjalnego traktowania i uwagi.

Z takiej postawy rodzi się często powtarzana opinia, że tylko alkoholik jest w stanie zrozumieć innego alkoholika i pomóc mu. Zgadzam się, że alkoholicy mają na tym polu znaczną przewagę, ale sądzę też, że ani nie gwarantuje im to samo w sobie sukcesu, ani nie jest dowodem na to, że tylko alkoholik może nawiązać kontakt a alkoholikiem.

Jestem pewien, że wielu z was może przypomnieć sobie wielu alkoholików, których nie mogliście zrozumieć i trudno było im pomóc. Zauważyłem, że niektórzy w AA, widząc ten problem, próbują go tłumaczyć mówiąc: "On nie jest gotów" lub "nie osiągnął jeszcze dna". Ale gdy z podobnym problemem ma do czynienia profesjonalista, to wyjaśniają " a czego się spodziewaliście? on nie jest alkoholikiem". Stykając się z takim stanowiskiem często odpowiadam: " **to prawda, że nie wiem jak to jest być alkoholikiem, ale nie wmówicie mi, że nie wiem, co to jest strach, poczucie winy, wstyd, zło, niepewność, rozpacz. Takie uczucie przeżywa każdy człowiek**". Dalej mówię, że mamy chyba więcej wspólnego niż myślimy. Jesteśmy braćmi w naszych słabościach. Wielkość AA jest pewna i nie potrzebuje wzmocnienia przez wypominanie niepowodzeń innym.

Z tej samej półki pochodzi następny problem, dlaczego tak łatwo wierzymy w to, co mówią pewne osoby i grupy? Jakie potrzeby zaspokajamy przyjmując bezkrytycznie wypowiedzi innych? Alkoholicy często uważają się za artystów od przekonywania innych i powinni wiedzieć, że jednym z najlepszych sposobów na to jest mówienie innym tego, co chcą usłyszeć. Pijący alkoholik próbuje często zwrócić uwagę i zainteresowanie przyjaciół z AA opowiadając im o nieudanych próbach uzyskania pomocy na terapii, jeżeli tylko wyczuje podatny grunt.( Oczywiście na terapii będzie opowiadał tę samą historię, jak to AA nie potrafiło mu pomóc.)



02/2007

# WIEŚCI z AA

INFORMATOR

dla profesjonalistów i przyjaciół Anonimowych Alkoholików w Polsce  
WIOSNA 2007

Jestem przekonany, że **powinniśmy - po obu stronach - weryfikować takie opowieści** przed wydaniem sądów. Zdarzają mi się pacjenci, którzy próbują racjonalizować swoje osobiste niepowodzenia dyskredytując AA. A ja, dzięki temu, że wiem więcej o AA od nich, mogę odpowiedzieć, że to czysty absurd.

**Chciałbym teraz przedstawić parę sugestii** dla tych, którzy mają okazję współpracować z programami terapeutycznymi. Jeżeli to tylko możliwe, starajcie się poznać założenia programu i sposoby realizacji. Być może korzystne będzie zorganizowanie spotkania z przedstawicielami personelu, by wymienić poglądy na temat terapii. W ten sposób będziecie mieli szansę odpowiedzieć na pytanie: czy program terapii jest do zaakceptowania z punktu widzenia AA. Jeżeli nie i nie ma szans na jego zmianę - to być może będzie lepiej powiedzieć: "Z przyjemnością pomożemy waszym pacjentom na ile będziemy w stanie - ale jak skończą terapię" Uważam, że taka postawa jest o niebo lepsza niż próby równoległej pracy z przekonaniem, że terapia jest zła. **Zniszczenia wynikające z takiej wojny nie spadną na zamieszanego w nią cierpiącego alkoholika.** Miałem kiedyś okazję być na mityngu AA, na którym spiker mówił między innymi, że Anticolu nie stosuje nikt poważny i że mój ośrodek terapeutyczny jest bezużyteczny. **Oczywiście spiker ma prawo do własnych poglądów** i pewnie też do przedstawiania ich. Ale co mogę zrobić poza przeżywaniem żalu, jeżeli obok mnie siedzi mój pacjent-alkoholik, mający zaufanie do mnie i moich kompetencji, a którego długo **namawiałem by poszedł do AA** i w końcu zgodził się mi towarzyszyć na pierwszym mityngu? Nic, być może poza podkreśleniem wolności w AA i odwoływaniem się do otwartości umysłu, jako ważnego zalecenia AA. Jeszcze krótko o dwóch sprawach dotyczących współpracy. Pierwsza to problem trzeźwych alkoholików za Wspólnoty zatrudnionych jako terapeuci. Będąc w takiej pozycji muszą nauczyć się godzić ze sobą parę spraw. Chyba najtrudniejszą jest poradzenie sobie z pokusą bycia znawcą i rzecznikiem AA na terapii, i odwrotnie. Wierzę, że **alkoholicy - terapeuci będą na tyle mądrzy by chodzić na mityngi dla własnej trzeźwości** a nie w czyimś imieniu. Zresztą nie potrafię wymyśleć innej przyczyny chodzenia na mityngi.

Sprawa druga: z moich obserwacji wynika, że niektórzy członkowie AA traktują terapię jako łatwe pole do robienia Dwunastego Kroku, jako śmietnik do którego można ewentualnie wrzucić podopiecznego. Nie odmawiam nikomu pomocy w ośrodku, ale gdy trafia do mnie taki pacjent to czuję, że nie otrzymał należytego sponsorowania w AA. Na koniec chciałbym podzielić się paroma uwagami odbiegającymi od głównego tematu: sprawami o których napiszę, jestem osobiście zainteresowany i chętnie usłyszałbym co o nich sądzą inni.

Sądzę, że nie tylko ja mam trudności z nadażaniem za zmianami technicznymi i społecznymi jakie zaszły w ciągu lat istnienia AA.. Społeczeństwo, w którym AA się narodziło różniło się znacznie od dzisiejszego. To, że Wspólnota nadaża za zmianami jest świadectwem, że w chwili powstania bardzo wyprzedzała swoje czasy. Ale tempo zmian w świecie współczesnym ciągle wzrasta i coraz trudniej jest nie zostać w tyle. Zasady AA są ponadczasowe i niezmiennie, ale mogą zmieniać się znaczenia słów i sposoby działania. AA byli pionierami rozwoju nowego podejścia do ludzkich problemów i historycy w przyszłości opiszą ich wpływ na dziedziny życia związane z pomaganiem innym. Zastanawiam się ostatnio, czy istnieje sposób, by AA włączyło do swojego repertuaru działań niektóre techniki i psychologię - nawet jeśli te techniki powstały



02/2007

# WIEŚCI z AA

INFORMATOR

dla profesjonalistów i przyjaciół Anonimowych Alkoholików w Polsce  
WIOSNA 2007

poza AA. Chodzi mi o nowe metody pracy w grupie. Myślę, że jedną z najsilniejszych stron AA jest zdolność przekonywania o konieczności podporządkowania życia pewnym podstawowym zasadom. Myślę też, że **Wspólnota mogłaby wzbogacić swój zasób środków**. AA mówią co trzeba zrobić, ale osobiście uważam, że mogliby o wiele więcej wiedzieć jak to zrobić. Dotyczy to szczególnie radzenia sobie z kłopotliwymi uczuciami, przeszkadzającymi w kontaktach międzyludzkich i osobistym rozwoju. Mam wrażenie, że dla sporej liczby członków AA długość abstynencji jest o wiele ważniejsza od jakości trzeźwości, dla której nie wystarcza samo zaprzestanie picia. Zapytać się siebie "jaki jestem" to dużo trudniejsze niż wiara, że gdy zachowujemy abstynencję to wojna jest już wygrana.

Oczywiście program 12 Kroków stawia nieustannie na jakość trzeźwości równoznaczną z jakością życia, ale nie znajduje to pokrycia w postawach sporej grupy alkoholików i co za tym idzie, w atmosferze niektórych mityngów. W każdej grupie ludzi istnieje pewien sposób bycia, który ułatwia utożsamianie.

W AA jest specyficzny język i styl. Niektóre grupy mają własne, niepisane tradycje. Są grupy, w których jest źle widziane mówienie o lęku przed ludźmi, niezdolności do pracy czy nawet zrozumieniem niektórych części programu, bycie smutnym, nieszczęśliwym, źle się poczuć - nawet jeśli to prawda. Albo opowiadasz o wielkich sukcesach albo nie odzywasz się w ogóle.

Przychodzi do mnie wielu członków AA- zarówno nowych jak i weteranów - zaniepokojonych, że coś jest z nimi nie tak. Mówią, że lubią i potrzebują AA, ale **program nie działa w ich życiu tak, jak u innych**. Są często nieszczęśliwi, co powoduje nerwowość na mityngach, strach, że będą musieli coś przeczytać lub powiedzieć. W rezultacie wychodzą zmęczeni i zniechęceni. Myślę, że są inni, gdyż rzadko słyszą, że ktoś swobodnie przyznaje się do takich uczuć. Czują się winni, lub co gorsza, dochodzą do przekonania, że całe gadanie o szczęściu i zadowoleniu to puste słowa. Trudne uczucie i brak odwagi to typowe doświadczenie przychodzących do AA. Apatia, zanik entuzjazmu i okresowe zwątpienie to nierzadkie przypadki wśród starszych stażem. Można sobie z nimi poradzić, jeżeli tylko przyznamy się do nich i podzielimy z innymi. Możliwość by to zrobić zależy od otwartości grupy. **Według mnie, sukces w AA to nie wyeliminowanie trudnych momentów z życia, ale rosnąca ufność, że w miarę stosowania w życiu programu, będzie wzrastać zdolność radzenia sobie z nimi, nie absolutne usunięcie bólu, ale poczucie, że można go przeżyć**. Tolerancja dla problemów związanych z używaniem alkoholu jest w AA zwykle wysoka, ale nie zawsze obejmuje ona inne problemy życiowe. Ale przez otwarte dzielenie się prawdą, członkowie AA mogą otwierać się na przyjmowanie pomocy i jednocześnie pomagać innym czującym to samo.

W ostatnich latach nauki społeczne dokonały znacznego postępu w dziedzinie stosunków międzyludzkich. Rozwinięto proste i efektywne metody pomagające być bardziej otwartym w relacjach z innymi. **Taki trening byłby z pewnością pomocny wielu AA**. Ukończenie go nie daje żadnych specjalnych przywilejów i nie czyni nikogo profesjonalistą - to tylko osobiste doświadczenie, choć może być ważne i wartościowe. Może uwolnić nas od trzymania się sloganów tylko dlatego, że są często pożyteczne. Może skłonić do zauważenia i przyznania do problemów emocjonalnych, zaowocuje to większą wrażliwością na problemy innych. **Członkowie AA z takimi doświadczeniami** mogą wznieść nowe wymiary do pracy swych grup



02/2007

# WIEŚCI Z AA

INFORMATOR

dla profesjonalistów i przyjaciół Anonimowych Alkoholików w Polsce  
WIOSNA 2007

i co najważniejsze, pogłębić poznanie samych siebie i lepiej stosować program.

Na sam koniec jeszcze o współpracy: - bazą dla niej jest świadomość, że prawdziwa miłość i tolerancja nie zna wyjątków. Nie może być ograniczona do członków jednej grupy. Musi obejmować każdego człowieka.

## kalendarium - bliższe informacje w BSK lub stronie internetowej

28 04 - 1 05 2007r Złot Radości - Święto ZDROJU Sieraków

21-22 kwietnia 2007r spotkanie łączników d/s zakładów karnych z przedstawicielami służb penitencjarnych

## OFERTY BIURA SŁUŻBY KRAJOWEJ

Fundacja BSK AA : <http://www.fundacja.aa.org.pl/>

Wykazy mityngów AA: <http://www.mityngi.aa.org.pl>

Oferta wydawnicza /cennik - opis pozycji/:

<http://www.fundacja.aa.org.pl/fundacja/oferta.php>

Sklep internetowy z literaturą AA :

<http://www.aa.org.pl/fundacja/sklep/index.php>

Zamówienie prenumeraty na Skrytkę i Zdrój:

<http://www.fundacja.aa.org.pl/fundacja/prenumerata.htm>

Nowości wydawnicze : <http://www.fundacja.aa.org.pl/fundacja/nowosci.htm>

## Redakcja

Biuletyn informacyjny dla profesjonalistów  
WIEŚCI Z AA ukazuje się pod patronatem Komisji Informacji Publicznej Służby Krajowej  
Anonimowych Alkoholików w Polsce.  
Adres redakcji e- mail [wiesci@aa.org.pl](mailto:wiesci@aa.org.pl)

Jeśli chcesz otrzymywać niniejszy biuletyn AA drogą elektroniczną podaj swój adres  
e-mail na adres [wiesci@aa.org.pl](mailto:wiesci@aa.org.pl)