

**INFORMÁCIÓ
AZ ÚJ TAGOKNAK**



Al-Anon Családi Csoportok
*Remény az alkoholisták hozzátartozóinak és
barátainak*

Az Al-Anon és Alateen tagok megértik milyen érzés először jönni egy gyűlésre.

Mivel lehetnek kérdéseid amikre kíváncsi vagy, mi szeretnénk megadni a válaszokat a gyakran kért kérdésekre a csoportról és hogy mik történnek a gyűléseinken.

Kik a tagok és miért vannak ők itt?

A tagok különböző társadalmi háttérrel rendelkező emberek: az alkoholista feleségei, férjei, szeretői, testvérei (férfi, nő), gyerekei és szülei.

Nem lényeges hogy milyen kapcsolatban vagyunk egy problémás ivóval, egy közös kötelék tart össze minket: életünket súlyosan befolyásolta egy másik személy ivása.

Találkozunk, hogy megosszuk tapasztalatunkat, erőnket és reményünket.

Hogyan fog ez nekem segíteni?

Valószínűleg fogsz hallani sok olyan esetet amely hasonló a sajátodhoz. Ha te nem találsz hasonló történetet, még mindig azonosulhatsz sokunk érzéseivel, az alkoholizmus hatásaival életünkben. Mindannyian ezen a módon törekszünk a személyi tökéletességre. Nem egyformák a módszereink, de mindenkinek van segítség, akinek problémája van az alkoholizmussal.

Nekem is beszélni kell?

Ha te szeretnél beszélni, tedd azt. Ha inkább ülsz és hallgatsz, az is jó. Próbáljuk figyelmesen meghallgatni egymást. Azt szoktuk mondani: "Vedd ki belőle ami tetszett és ne törődj a többivel."

El fogja mondani valaki, hogy én itt voltam?

Névtelenség a programunk lelki alapja. Ez egy biztonságos hely a tagoknak a problémamegosztáshoz. A keresztnévünket használjuk és a vezeték nevünk kezdőbetűjét.

Nem beszélünk azokról az emberekről akiket láttunk és arról amit a gyűlésen hallottunk.

Védjük minden Al-Anon/Alateen és AA tag névtelenségét.

Ez egy vallásos közösség?

Az Al-Anon egy lelki közösség, nem vallási. A tagok hívők vagy nem hívők egyaránt szívesen látottak, és elfogadjuk azt a szempontot, hogy elkerüljük a vallási meggyőződésről való beszélgetést. Az Al-Anon program alap gondolata hogy függünk egy magasabb Erőtől, ennek megértése segít problémáink megfejtésében és a lelki béke elérésében. Szabadon értelmezhetjük ezt az erőt az általunk meghatározott időben és módon.

Alkalmaz-e az Al-Anon szakértőket vagy orvosokat?

Az Al-Anon ajánl egy nem-szakértői, önszolgáltató programot a gyógyuláshoz.

Az Al-Anon javasolhat-e kezelési központokat?

Mivel nem vagyunk szakértők, nem ajánlhatjuk rajtunk kívülálló segítségét. Személyes tapasztalatainkon keresztül nyerhetnek bepillantást a tagok fejlődésébe saját eseteikkel.

Ki felelős a csoportért?

Mi mindannyian. Csoport tisztviselőket választunk, akik három hónaptól egy évig terjedő időszakra szolgálnak. Ez a szolgálat az Al-Anonban a gyógyulás része, a tagok önkéntesen vezetik a gyűléseket, nyitják a termet, kirakják az anyagokat és teljesítik más csoportok kéréseit. Az intézményekben és kezdő csoportokban tapasztalt tagok vezetik a gyűlést.

Vannak ehhez hasonló más csoportok is?

A mi csoportunk egy a több mint 100 országban működő sok ezer csoport közül a világon. Mindannyian összeköttetésben vagyunk egy

Világ Segítő Irodán (World Service Office) keresztül New Yorkkal amely működik mint a szervező ötletek és szolgálat elszámolási központja. Az Egyesült Államokban és Canadában minden csoport hozzátartozik a Kertületi és Területi Nagygyűléshez.

A Csoport Képviselők találkoznak és megválasztják a Küldötteket az évenkénti Világ Segítő Konferenciára (World Service Conference).

Mennyit kell fizetni?

Az Al-Anon vagy Alateen csoporthoz való tartozás nem jár illetékkal vagy díjjal. Sok csoport körbead egy kosarat a gyűléseken és annyit teszünk bele amennyivel hozzá tudunk járulni az önkéntes alaphoz. A pénzt használjuk a gyűléshely bérletére, az Al-Anon kiadványok utánpótlására, üdítők vásárlására és az egész világon elterjedt helyi központok támogatására.

Most mit kell tennem?

Mi Al-Anon és Alateen tagok hasznosnak találtuk:

- . Beszerezni egy gyűléslistát
- . Járnai a gyűlésekre
- . Beszélgetni egymással a gyűlés előtt és után
- . Telefonszámokat cserélni
- . Egy rövid idő múlva szükséges lesz keresni egy régi tagot, ő lesz a te szponzorod - egy különleges barát akivel megbeszélheted személyes problémáidat.
- . Olvasni az Al-Anon és Alateen könyveket.

Ha még vannak kérdéseid, nyugodtan kérdezz. Felajánljuk neked barátságunkat és megértésünket. Gyertek vissza!

A Békesség Ima

*Istenem adj lelki békét
annak elfogadására amin változtatni nem tudok,
Bátorságot, hogy változtassak amin tudok,
Bölcsességet, hogy felismerjem a különbséget.*

Minden gondolatunkon visszatükröződik a Békesség Ima, ez segíthet tisztábban látni helyzetünket.

Ez az anyag a S-4: „*Information for the Newcomer*” című CAL irodalom magyarra fordított kiadványa.

Csak belső használatra!

Telefon: 06-20-440-19-32

E-mail: info@al-anon.hu

<http://www.al-anon.hu/>

Ez a kiadvány WSO jóváhagyásra vár.