

Эта брошюра предназначена для тех, кто впервые обращается к Анонимным Алкоголикам (АА). На ней приводятся ответы на наиболее типичные вопросы, которые задают новые члены Содружества, вопросы, волновавшие и нас самих, когда мы только пришли в АА.

Являюсь ли я алкоголиком?

Если вы постоянно выпиваете больше, чем собирались, если начав пить, вы не можете остановиться, если у вас на этой почве возникают неприятности или случаются провалы памяти — то вполне вероятно, что вы стали алкоголиком. Определить это сможете только вы сами. В АА за вас этого никто делать не будет.

Что мне делать, если я обеспокоен своей склонностью к употреблению алкоголя? Обратитесь за помощью к АА. Это может вам помочь.

Что такое АА?

АА состоит из мужчин и женщин, которые потеряли способность сдерживать свою тягу к спиртному и у которых в результате пьянства возникли самые разные проблемы. Мы стремимся жить полноценной жизнью, в которой нет места алкоголю, и большинству из нас это удается. Однако, мы убедились в том, что для этого требуется помощь и поддержка других алкоголиков — членов АА.

Если я приду на собрание АА, накладывает ли это на меня какие-либо обязательства? Нет. У нас нет списка членов, мы не ведем учета

посещаемости. Вы не обязаны представляться или рассказывать о себе. Если вы решите больше не посещать собрания, то агитировать или надоедать вам никто не станет.

Что, если я встречу в АА своих знакомых?

Если они там и будут, то по той же причине, что и вы, и о том, что вас встретили, они никому не расскажут. Став членом АА, вы можете сохранять анонимность в той мере, в которой захотите. Это одна из тех причин, по которым мы и называемся Анонимными Алкоголиками (АА).

Что происходит на собраниях АА?

На собраниях АА — разнообразных по форме — выступающие алкоголики рассказывают, до чего довело их пьянство, что они делали, чтобы избавиться от этого недуга и как они живут теперь.

Как это может помочь мне бросить пить?

Члены АА - вовсе не терапевты или наркологи. Но все мы знаем, что значит пристраститься к спиртному, обещать себе и другим бросить пить и быть не в состоянии выполнить это обещание. Единственный способ, которым мы можем помочь другим исцелиться от алкоголизма — это наш собственный пример. И люди, страдающие от алкоголизма, приходя к нам видят, что мы уже бросили пить и понимают на нашем примере, что исцелиться от алкоголизма можно.

Зачем же приходят на собрания те, кто уже исцелился от алкоголизма?

Мы считаем, что "полностью выздороветь" от алкоголизма невозможно. Мы уже никогда не сможем просто пить "в компании" или "по случаю". И то, как мы сможем воздерживаться от употребления спиртного зависит от того, насколько мы будем здоровы физически, психически и душевно. Для того чтобы вести здоровый образ жизни, мы и ходим регулярно на собрания, приобретаем там новые знания и пользуемся ими. Кроме того, мы на собственном опыте убедились, что чем больше мы помогаем другим алкоголикам, тем меньше тянет к спиртному нас самих.

Как можно вступить в АА?

Вы становитесь членом АА как только об этом заявите. Единственное условие для членства — это желание бросить пить. Именно "твердости" в этом вопросе многим из нас на первых порах и не хватало.

Каков размер членских взносов в АА?

Никаких членских взносов в АА не существует. Обычно на собраниях проводится сбор пожертвований, и каждый дает, сколько может. Собранные средства идут на аренду помещения, чай и т. д.

Является ли АА религиозной организацией?

Нет. И ни с какой религиозной организацией не связано.

Правда ли, что на собраниях АА много говорят о Боге?

Большинство членов АА считает, что они смогли покончить с алкоголизмом благодаря силе более могущественной, чем их сила воли. Однако каждый понимает под этой силой что-то свое. Одни понимают под ней Бога, другие — помощь групповых собраний, кто-то еще вообще ни во что подобное не верит. В АА есть место для всех оттенков веры или неверия.

Можно ли прийти на собрание со своей семьей?

И членов семьи, и близких друзей можно приводить только на открытые собрания. Более подробную информацию по этому вопросу можно получить у членов вашей местной группы АА.

Что бы вы могли посоветовать новым членам АА?

Мы убедились в том, что в АА, как правило, исцеляются от алкоголизма те, кто:

- (а) воздерживается от "первой рюмки"
- (б) регулярно посещает собрания АА;
- (в) перенимает опыт у тех членов АА, которые уже какое-то время не пьют;
- (г) следует принципам, изложенным в Программе АА по исцелению алкоголизма.

Как мне связаться с АА?

Наш сайт : www.aaspb.ru

**В Санкт-Петербурге и
Лен.области более 50 групп
Анонимных Алкоголиков
Контактный телефон**

8(812) или 8(911) **924-12-24**

Всеволожск: 8-911-1493512(13)

Выборг: 8-911-2217491

Приозерск 8-911-9487471

Сестрорецк 8-952-2790034

Тосно +7-911-1151018

Сосновый Бор: 8-905-2284014

Луга: 8-953-3792513

Гатчина 8-921-3968576

Кингисепп: 8-965-7724366

Волхов: 8-921-8873169

Тихвин 8-981-9845482

Сясьстрой 8-981-8448106

Свирское 8-921-8983126

Радиопередачи

Радио «Петербург» - «Знать и победить»
последний понедельник 8-00 69,47 FM

Радио «Мария» - «Выход есть»
каждый 4-й и 5-й четверг месяца в 20.20 1053

кГц www.radiomaria.ru – Архив

Вопросы НОВЫХ ЧЛЕНОВ

