

# *Al-Anon ir Alateen grupių darbas*

Knygoje „*Al-Anon ir Alateen grupių darbas*“ siūloma sistema, kuria remdamasi kiekviena grupė gali plėstis ir augti. Ši knyga visiems grupės nariams suteikia svarbiausią informaciją apie grupės struktūrą ir apie grupės sąsają su kitomis grupėmis ir su *Al-Anon* kaip visuma.

- Siūloma susirinkimo forma. Planas
- Siūloma susirinkimo forma. Skaitiniai
- Pasirenkamieji skaitiniai
- Istorija: *Al-Anon* ir *Alateen*
- Grupių steigimas
- Grupės susirinkimų pagrindai
- Tarnystės pareigos grupėje
- Globa
- Parama grupės plėtrai
- Grupės reikalai
- Narių ir grupių ištekliai
- *Al-Anon* ir *Alateen* bendrijos struktūra
- Svarbiausios *Al-Anon* ir *Alateen* tarnystės sąvokos



*Al-Anon* – tai alkoholizmu sergančių žmonių artimųjų ir draugų bendrija. Siekdami išspręsti bendras problemas, jie dalijasi vienas su kitu savo patirtimi, ištvėrme ir viltimi. Mes tikime, kad alkoholizmas yra šeimos liga ir kad kitoks požiūris gali padėti sveikti.

*Al-Anon* bendrija nesusijusi su jokia sekta, religija, politiniu subjektu, organizacija ar institucija; nedalyvauja jokiose diskusijose; neremia, bet ir neatmeta visuomeninių procesų; nerenka narystės mokesčių. *Al-Anon* – nepriklausoma, savanoriška pagalba remiama bendrija.

Vienintelis *Al-Anon* bendrijos tikslas – padėti alkoholikų šeimoms. Naudodamiesi Dvylikos Žingsnių programa, mes pasitinkame alkoholikų artimuosius ir suteikiame jiems paguodą, suprantame ir drąsiname alkoholiką.

Dvylikos žingsnių preambulė

### ***Al-Anon ir Alateen grupių darbas***

Knygoje „*Al-Anon ir Alateen grupių darbas*“ siūloma sistema, kuria remdamasi kiekviena grupė gali plėstis ir augti. Ši knyga visiems grupės nariams suteikia svarbiausią informaciją apie grupės struktūrą ir apie grupės sąsają su kitomis grupėmis ir su *Al-Anon* kaip visuma.

## TURINYS

ĮVADAS .....	6
SIŪLOMA SUSIRINKIMO FORMA. PLANAS .....	7
Ramybės malda .....	7
<i>Al-Anon/Alateen</i> susirinkimo pradžia.....	7
<i>Al-Anon</i> trijų orientyrų skaitymas .....	7
Kiti pagal grupės sąmonę pasirinkti skaitiniai .....	8
Prisistatymas.....	8
Su <i>Al-Anon/Alateen</i> susiję skelbimai, pranešimai.....	8
Programa .....	8
Krepšelio siuntimas.....	8
<i>Al-Anon/Alateen</i> susirinkimo pabaiga.....	9
SIŪLOMA SUSIRINKIMO FORMA. SKAITINIAI .....	9
Ramybės malda .....	9
<i>Al-Anon/Alateen</i> susirinkimo pradžia.....	9
<i>Al-Anon</i> Dvylikos žingsnių preambulė .....	10
Siūloma <i>Alateen</i> Dvylikos žingsnių preambulė .....	11
Mūsų trys orientyrai .....	11
Dvylika žingsnių .....	12
Dvylika <i>Al-Anon</i> tradicijų .....	12
Dvylika <i>Alateen</i> tradicijų .....	14
Dvylika tarnystės koncepcijų .....	15
Bendrieji Konferencijos įpareigojimai .....	16
Kiti skaitiniai .....	16
Prisistatymas.....	16
Skelbimai, pranešimai .....	16
Programa.....	17
Krepšelio siuntimas .....	17
<i>Al-Anon/Alateen</i> susirinkimo pabaiga.....	17
<i>Al-Anon</i> deklaracija.....	18
PASIRENKAMIEJI SKAITINIAI .....	18
Skaitinys apie anonimiškumą.....	18
Keturi pamatiniai teiginiai.....	19
Trys kliūtys, trukdančios sėkmei <i>Al-Anon</i> .....	20

Alkoholizmo samprata .....	20
Kaip suprasti save.....	21
ISTORIJA: AL-ANON IR ALATEEN.....	23
<i>Al-Anon</i> grupių ištakos .....	23
Kaip <i>Alateen</i> tapo <i>Al-Anon</i> grupių dalimi .....	24
GRUPIŲ STEIGIMAS .....	25
Kaip įkurti <i>Al-Anon</i> grupę.....	25
Kodėl reikalinga registracija.....	26
Registracijos Pasaulinės tarnybos biure tvarka .....	26
<i>Alateen</i> grupės steigimas.....	27
Kaip įkurti <i>Alateen</i> grupę .....	27
<i>Alateen</i> susirinkimas.....	28
Ką reikia apmąstyti įkuriant <i>Al-Anon</i> ar <i>Alateen</i> grupę .....	29
Galiojantis korespondencijos adresas (GKA).....	29
Kontaktinis telefono numeris.....	30
Kur rengti grupės susirinkimus.....	30
Grupės pavadinimas .....	30
Susirinkimų tipai – atviri ir uždari susirinkimai.....	32
Naujokų susirinkimai.....	32
Daugkartiniai susirinkimai .....	33
Prieš pradėdant susirinkimus .....	33
Elektroninio <i>Al-Anon</i> susirinkimo įkūrimas (internetu ar telefonu).....	34
Pagrindinės tarnystės grupėje pareigos .....	35
GRUPĖS SUSIRINKIMŲ PAGRINDAI.....	35
Narystė .....	35
Dalijimasis patirtimi <i>Al-Anon/Alateen</i> susirinkimuose .....	36
Naujokų priėmimas .....	36
Anonimiškumas.....	37
Pasiūlymai dėl susirinkimų .....	39
TARNYSTĖS PAREIGOS GRUPĖJE.....	41
Siūlomos grupės tarnautojų ir vadovų pareigos .....	41
GLOBA.....	44
<i>Al-Anon</i> asmeniniai globėjai .....	44
Tarnystės globėjai .....	45

<i>Alateen</i> grupės globėjai .....	45
<i>Alateen</i> asmeniniai globėjai .....	45
PARAMA GRUPĖS PLĖTRAI.....	45
Visuomenės informavimas .....	46
GRUPĖS REIKALAI .....	47
Grupės įrašai.....	47
Dalykiniai susirinkimai ir grupės sąmonė.....	47
Grupės savianalizė.....	49
Grupės problemos ir sprendimai .....	49
Grupės ataskaitos ir pranešimai.....	51
Grupės lėšos ir biudžetas.....	52
NARIŲ IR GRUPIŲ IŠTEKLIAI.....	55
<i>Al-Anon</i> interneto tinklavietės.....	55
Grupėms taikomos gairės.....	56
Naujienlaiškiai ir periodiniai leidiniai.....	56
Literatūra ir medžiaga apie tarnystę.....	57
AL-ANON/ALATEEN BENDRIJOS STRUKTŪRA .....	58
Grupės struktūra .....	58
Regionai .....	59
<i>Al-Anon</i> informacijos tarnyba (AIT).....	59
Sritis.....	61
Pasaulinės tarnystės konferencija (PTK).....	61
Pasaulinės tarnybos biuras (PTB) .....	62
SVARBIAUSIOS AL-ANON TARNYSTĖS SAŲOKOS.....	65
Grupės .....	65
Regionai .....	66
<i>Al-Anon</i> informacijos tarnybos.....	66
Literatūros platinimo centrai .....	67
Sritis.....	67
Pasaulinė tarnystė.....	68
Tarptautinė tarnystė.....	69

## ĮVADAS

*Al-Anon* grupės ir visa *Al-Anon* bei *Alateen* bendrija skleidžia tą pačią žinią apie viltį. Tai istorija apie vyrus, moteris ir vaikus, kurie kadaise jautėsi bejėgiai, apleisti ir vieniši dėl artimo žmogaus alkoholizmo. *Al-Anon* išaugo dėl Anoniminių alkoholikų narių artimųjų poreikių, tačiau *Al-Anon* ir *Alateen* siūlo pagalbą alkoholikų artimiesiems ir draugams nepriklausomai nuo to, ar alkoholikas dar geria. Nors daugelis mūsų narių jau kasdien nebendruoja su alkoholiku, jiems reikia savitarpio pagalbos, kuri siūloma *Al-Anon* ir *Alateen* grupėse.

*Al-Anon* yra ypatinga bendrija, vienijanti įvairių tautybių, rasių ir visuomenės sluoksnių narius įkvepiančiam užmojui – padėti sau ir kitiems gyventi tikslingai ir prasmingai, įveikiant neviltį ir bejėgiškumą, kilusį dėl artimo ryšio su alkoholiku.

*Alateen* (jaunesnieji *Al-Anon* nariai) – ypač svarbi *Al-Anon* grupių dalis. Vaikai ir jaunuoliai, ieškantys pagalbos bėdose, kurių patiria nuo alkoholizmo kenčiant jų tėvams, kitiems artimiesiems ar draugams, susirenka pasidalyti patirtimi ir įgyti supratimo apie save ir alkoholiką. Tai skatina jų asmenybės raidą ir padeda nuraminti vidinę sumaištį, kylančią dėl artimo bendravimo su alkoholiku.

Knygoje „*Al-Anon* ir *Alateen* grupių darbas“ patariama, kaip kurti grupę ir padėti jai augti, taip pat atskleidžiama, kaip kitų grupių nariai sprendžia dažnas grupių problemas (atminkite, kad Pasaulinės tarnystės konferencijos struktūrai nepriklausančiose šalyse gali būti taikoma kitokia tarnystės sistema atsižvelgiant į šalies poreikius). Kiekvienos grupės darna ir sėkmė priklauso nuo atsakomybės paskirstymo, šiltos bendrystės dvasios ir narių asmenybių augimo.

Dabar šie vyrai, moterys ir vaikai įgijo drąsos ir pasitikėjimo savimi. Jie patyrė paramą ir supratingumą, išmoko padėti sau – todėl šitaip jie netiesiogiai padeda ir alkoholikams artimiesiems, mylimiesiems ar draugams nepriklausomai nuo to, ar šie jau blaivūs. *Al-Anon* bendrija visada bus tokia, kokią sukursime mes, jos nariai. *Al-Anon* požiūriu, mūsų gaunama nauda matuojama troškimu dalytis ja su kitais. Juk žinome, kad niekada neatiduosime tiek, kiek gauname.

## SIŪLOMA SUSIRINKIMO FORMA. PLANAS

Numatyta susirinkimo forma siūloma jūsų patogumui. Nors ne kiekviena grupė renkasi siūlomą susirinkimo planą, daugeliui bendrasis planas naudingas. Į laisvus tarpus grupė gali įterpti jai aktualią informaciją.

### Ramybės malda

Dauguma grupių susirinkimą pradeda tylos minute, o paskui sukalba Ramybės maldą.

### *Al-Anon/Alateen* susirinkimo pradžia

Perskaičius „*Al-Anon/Alateen* susirinkimo pradžia“ (žr. 9 psl.), daugelyje grupių susirinkimo pirmininkas paskelbia susirinkimo darbotvarkę ir kitas gaires dėl susirinkimo eigos, prašo kitų anoniminių bendrijų narių laikytis anonimiškumo ir sutelkti dėmesį į *Al-Anon* programą, taip pat nurodo, ar susirinkimas yra atviras\*, ar uždaras\*\*.

\* Tai atviras susirinkimas; sveikiname *Al-Anon* besidominčius svečius, taip pat sveikiname bendrijos naujokus ir *Al-Anon* narius.

\*\* Tai uždaras susirinkimas, skirtas tik *Al-Anon* nariams ar būsimiesiems bendrijos nariams. Šiame susirinkime gali dalyvauti visi nukentėję nuo kito žmogaus alkoholizmo.

(Taip pat žr. „Susirinkimo tipas – atviras ar uždaras susirinkimas“.)

### *Al-Anon* trijų orientyrų skaitymas

Daugelyje grupių išrenkamas narys, kad garsiai perskaitytų vieną ar visus iš toliau nurodytų skaitinių:

- *Al-Anon* Dvylikos žingsnių preambulė (žr. 10 psl.);
- Dvylika žingsnių (žr. 12 psl.);
- Dvylika tradicijų (žr. 12–14 psl.);
- Dvylika tarnystės koncepcijų ar Bendrieji Konferencijos įsipareigojimai (žr. 15–16 psl.).

## Kiti pagal grupės sąmonę pasirinkti skaitiniai

Šiuo susirinkimo metu grupė gali pasirinkti skaityti vieną ar daugiau „Pasirenkamųjų skaitinių“ ar kitą skaitinį iš *Al-Anon* Konferencijos patvirtintos literatūros.

Pasirenkamuosius skaitinius žr. 18–21 psl.:

- „*Al-Anon/Alateen* anonimiškumo pareiškimas“;
- „Trys kliūtys, trukdančios sėkmei *Al-Anon*“;
- „Mūsų keturių pamatinių teiginių pripažinimas remiantis Dvylika žingsnių“;
- „Alkoholizmo ir savęs suvokimas“ (*Understanding Ourselves and Alcoholism*, P-48).

## Prisistatymas

Susirinkimo pirmininkas kviečia kiekvieną dalyvį prisistatyti. Nariai gali savo nuožiūra prisistatyti tik vardais arba vardais ir pavardėmis.

Susirinkimo pirmininkas gali paklausti, ar yra žmonių, atėjusių į susirinkimą pirmą kartą, ir juos pasveikina (daugiau apie naujų narių pasveikinimą žr. 33 psl.).

## Su *Al-Anon/Alateen* susiję skelbimai, pranešimai

Šis laikas skirtas pranešimams apie vietinius *Al-Anon* įvykius, susirinkimus dėl tarnystės ar kitus grupės reikalus, įskaitant dalykinių susirinkimų datas bei laiko paskelbimą, išdininko ataskaitas ir regiono, srities ar Pasaulinės tarnybos biuro korespondenciją.

## Programa

Apie galimas susirinkimų temas žr. 39–41 psl.

## Krepšelio siuntimas

Susirinkimo pirmininkas praneša, kad *Al-Anon* nėra jokių narystės mokesčių, tačiau pagal Septintą tradiciją *Al-Anon/Alateen* grupės išlaikomos jų narių savanoriškomis aukomis. Krepšelis siunčiamas siekiant padengti grupės išlaidas, pavyzdžiui, nuomai, literatūrai įsigyti, ir remti



patikėtinių ir *Al-Anon* tarnystės padalinių išlaikymą. Nariai ir nauji lankytojai skatinami prisidėti iš dėkingumo už tai, ką *Al-Anon/Alateen* jiems suteikė. Suma nesvarbi; svarbiausia duoti tiek, kiek gali.

## *Al-Anon/Alateen* susirinkimo pabaiga

Po skaitinio „Susirinkimo pabaiga“ (žr. 17 psl.) susirinkimas baigiamas grupės sąmonės pasirinktu būdu.

## SIŪLOMA SUSIRINKIMO FORMA. SKAITINIAI

Numatyta susirinkimo forma siūloma jūsų patogumui. Nors ne kiekviena grupė renkasi siūlomą darbotvarkės planą, daugeliui bendrasis planas naudingas.

Taip pat žr. leidinį „Tai – *Al-Anon*“ (*This Is Al-Anon*).

## Ramybės malda

Susirinkimo pirmininkas: „Prisijunkite prie manęs tylos minutei, o paskui sukalbėkime Ramybės maldą.“

Dieve, suteik man ramybės, susitaikyti su tuo, ko negaliu pakeisti, drąsos keisti, ką galiu pakeisti, ir išminties tą skirtumą suprasti.

## *Al-Anon/Alateen* susirinkimo pradžia

(Pasirinkite *Al-Anon* ar *Alateen* pagal susirinkimo pobūdį)

Sveikiname jus atvykusius į *Al-Anon/Alateen* grupę \_\_\_\_\_. Čia mes radome pagalbą ir draugystę, kurią, tikimės, atrasite ir jūs. Mes, gyvenantys arba gyvenę aplinkoje, veikiamoje alkoholizmo problemos, suprantame jus tikriausiai geriau nei bet kas kitas. Mes taip pat jautėmės vieniši ir sužlugdyti, tačiau, lankydami *Al-Anon* susirinkimus, supratome, kad nėra beviltiškų situacijų, kad galime būti patenkinti ir netgi laimingi, nepriklausomai nuo to, ar alkoholikas vis dar geria, ar nebegeria.

Raginame jus pabandyti šią programą, padedančią daugeliui mūsų narių rasti sprendimus, vedančius į ramybę. Labai daug kas priklauso nuo mūsų pačių požiūrio. Mokydamiesi teisingai įvertinti savo problemą, pamatome, kad ji praranda galią valdyti mūsų mintis ir gyvenimus. Taikant *Al-Anon* idėjas, situacija šeimoje gerėja. Be šios dvasinės paramos gyvenimas su alkoholiku daugeliui yra nepakeliamas. Kai bandome problemą spręsti jėga, mūsų mąstymas išsikreipia, mes tampame irzlūs ir, patys to nesuprasdami, elgiamės neprotingai.

*Al-Anon* programa yra grindžiama Dvylika žingsnių (perimtais iš AA ir pritaikytais *Al-Anon*), kuriuos kartu su mūsų Devizais ir Ramybės malda, stengiamės taikyti pamažu, gyvendami šia diena. Su meile dalindamiesi pagalba ir kasdien skaitydami *Al-Anon* literatūrą, pasiruošiame priimti neįkainojamą ramybės dovaną.

Anonimiškumas yra svarbi *Al-Anon* programos nuostata. Visa, kas pasakyta grupės susirinkime ar vieno nario kitam, privalo būti laikoma paslapyje, nes tik kalbėdami laisvai, ką galvojame ir jaučiame, mes galime padėti vieni kitiems.

Daugelyje grupių šiuo susirinkimo metu primininkas praneša, ar grupės susirinkimui taikoma tam tikra forma (Žingsnių nagrinėjimas, vienas pranešėjas ar grupės diskusija) ir narių prisistatymo tvarka, taip pat prašo kitų anoniminių bendrijų narių laikytis anonimiškumo ir sutelkti dėmesį į *Al-Anon* programą. Be to, pirmininkas pasako, ar susirinkimas uždaras\*, ar atviras\*; nariai informuojami, kaip gali įsigyti *Al-Anon* ir *Alateen* Konferencijos patvirtintos literatūros.

\* Tai atviras susirinkimas; sveikiname *Al-Anon* besidominčius svečius, taip pat sveikiname bendrijos naujokus ir *Al-Anon* narius.

\*\* Tai uždaras susirinkimas, skirtas tik *Al-Anon* nariams ir būsimiesiems nariams. Šiame susirinkime gali dalyvauti visi, kas yra nukentėję nuo kito žmogaus alkoholizmo.

Taip pat žr. „Susirinkimo tipas – atviras ar uždaras susirinkimas“.

## *Al-Anon* Dvylikos žingsnių preambulė

*Al-Anon* – tai alkoholizmu sergančių žmonių artimųjų ir draugų bendrija. Siekdami išspręsti bendras problemas, jie dalijasi vienas su kitu savo patirtimi, išverme ir viltimi. Mes tikime, kad alkoholizmas yra šeimos liga ir kad kitoks požiūris gali padėti sveikti.

*Al-Anon* bendrija nesusijusi su jokia sekta, religija, politiniu subjektu, organizacija ar institucija; nedalyvauja jokiose diskusijose; neremia, bet ir neatmeta visuomeninių procesų; nerenka narystės mokesčių. *Al-Anon* – nepriklausoma, savanoriška pagalba remiama bendrija.

Vienintelis *Al-Anon* bendrijos tikslas – padėti alkoholikų šeimoms. Naudodamiesi Dvylikos Žingsnių programa, mes pasitinkame alkoholikų artimuosius ir suteikiame jiems paguodą, suprantame ir drąsiname alkoholiką.

## Siūloma *Alateen* Dvylikos žingsnių preambulė

*Alateen* – tai *Al-Anon* grupių dalis, kurią sudaro jauni žmonės, nukentėję nuo artimųjų ar draugų alkoholizmo. Mes padedame vieni kitiems dalydamiesi patirtimi, stiprybe ir viltimi.

Manome, kad alkoholizmas – šeimos liga, nes ji daro poveikį visos šeimos narių emocinei, o kartais ir fizinei būklei. Negalime pakeisti ar kontroliuoti savo tėvų elgesio, tačiau galime atsiriboti nuo jų bėdų nenustodami jų mylėti.

Neaptariame religijos problemų ir nedalyvaujame jokių kitų organizacijų veikloje. Mūsų vienintelė tema – mūsų problemų sprendimas. Visada stengiamės saugoti vienas kito, taip pat *Al-Anon* ir AA narių anonimiškumą.

Taikydami Dvylikos Žingsnių programą augame intelektualiai, emociškai ir dvasiškai. Visada būsimė dėkingi *Alateen* už naudingą ir nuostabią programą, kurią įgyvendindami galime džiaugtis.

Daugelyje grupių išrinktas narys perskaito vieną arba visus Dvylika žingsnių, Dvylika tradicijų ir (arba) Dvylika tarnystės koncepcijų.

## Mūsų trys orientyrai

**SVEIKIMAS**

**VIENYBĖ**

**TARNYSTĖ**

PER ŽINGSNIUS

PER TRADICIJAS

PER TARNYSTĖS KONCEPCIJAS

Šie trys *Al-Anon* orientyrai rodo kelią į normalų, sėkmingą asmeninį gyvenimą. Be to, šie pagrindiniai principai užtikrina darnią grupės veiklą.

## Dvylika žingsnių

*Al-Anon* iš AA beveik žodis žodin perėmė Dvylika žingsnių dėl jų įrodytos galios ir vertės. Jie parodo gyvenimo kelią, tinkamą visiems geros valios žmonėms – ir religingiems, ir neišpažįstantiems jokios religijos. Pajuskite šių žodžių galią!

1. Prisipažinome, kad esame bejėgiai prieš alkoholį ir kad mūsų gyvenimas tapo nevaldomas.
2. Įsitikinome, kad tik galingesnė už mus pačius Jėga gali grąžinti mums sveiką mąstymą.
3. Nusprendėme patikėti savo valią ir gyvenimą Dievo, *kaip mes Jį suprantame*, globai.
4. Nuodugniai ir be baimės atlikome sąžinės sąskaitą.
5. Prisipažinome Dievui, sau ir kitam žmogui visą teisybę apie savo paklydimus.
6. Galutinai pasirengėme, kad Dievas pašalintų mūsų būdo trūkumus.
7. Nuolankiai Jo prašėme tuos mūsų trūkumus pašalinti.
8. Sudarėme sąrašą visų žmonių, kuriuos skriaudėme, ir pasiryžome skriaudas atitaisyti.
9. Kur galėdami, asmeniškai atitaisėme skriaudas žmonėms, išskyrus atvejus, kai tuo būtume pakenkę jiems ar kam nors kitam.
10. Nuolatos stebėjome save ir, jei būdavome neteisūs, tuoj pat prisipažindavome klydę.
11. Malda ir meditacija siekėme stiprinti sąmoningą ryšį su Dievu, *kaip mes Jį suprantame*, melddami vien sugebėjimo pažinti Jo valią mums, ir stiprybės ją vykdyti.
12. Šių žingsnių dėka dvasiškai pabudę, mes stengiamės perduoti tą žinią kitiems žmonėms ir visada gyventi pagal šias nuostatas.

## Dvylika *Al-Anon* tradicijų

Šios tradicijos mus visus sieja ir užtikrina vienybę. Jomis vadovaujasi grupės palaikydamos ryšius kitomis grupėmis, su AA ir išoriniu pasauliu. Tradicijomis išreiškiamas grupėms rekomenduojamas požiūris į vadovavimą, narystę, pinigus, turtą, viešuosius ryšius ir anonimiškumą.

Tradicijos buvo sukurtos remiantis AA grupių patirtimi, įgyta nariams mėginant spręsti bendros gyvenimos ir darbo problemas. Šių grupių gaires *Al-Anon* pritaikė sau ir ilgainiui

įsitikino jų pagrįstumu ir išmintimi. Nors Tradicijos tik rekomendacinio pobūdžio, *Al-Anon* stropiai laikosi šių principų, nes nuo to priklauso bendrijos vienybė ir galbūt netgi išlikimas.

1. Svarbiausia turėtų būti mūsų bendra gerovė. Kiekvieno pažanga priklauso nuo *Al-Anon* vienybės.

2. Mūsų grupės veikloje yra tik vienas autoritetas – mylintis Dievas, toks, koks Jis reiškiasi grupės sąmonėje. Mūsų vadovai yra patikimi tarnautojai – jie tarnauja, bet ne valdo.

3. Alkoholikų artimieji, susirinkę padėti vieni kitiems, gali vadintis *Al-Anon* grupe, jeigu grupė nepriklauso jokiai kitai organizacijai. Vienintelė narystės sąlyga – alkoholizmo problema tarp artimųjų ar draugų.

4. Kiekviena grupė turėtų veikti savarankiškai, išskyrus tuos atvejus, kai sprendžiami reikalai, susiję su kitų grupių, visos *Al-Anon* bendrijos ar AA veikla.

5. Kiekvienos *Al-Anon* grupės vienintelis tikslas – padėti alkoholikų šeimoms. Naudodamiesi programa, grindžiama Dvylika žingsnių kaip ir AA, mes pasitinkame alkoholikų artimuosius, suprantame juos, drąsiname ir suteikiame jiems paguodą.

6. Nei viena *Al-Anon* grupė neturėtų remti, finansuoti jokios pašalinės organizacijos ar leisti naudotis *Al-Anon* vardu, kad pinigų, nuosavybės ar garbės reikalai nenukreiptų mūsų nuo pagrindinio dvasinio tikslo. Tačiau, veikdami atskirai nuo kitų, visada turime bendradarbiauti su AA.

7. Kiekviena grupė turėtų išsilaikyti pati, atsisakydama pašalinių įnašų.

8. *Al-Anon* Dvylikto žingsnio vykdymas visada turi išlikti neprofesionalus, tačiau mūsų tarnybos gali samdyti reikiamus darbuotojus.

9. Mūsų grupės neturėtų būti griežtai organizuotos, tačiau mes galime steigti tarnybas ar komitetus, tiesiogiai atsakingus tiems, kam tarnauja.

10. *Al-Anon* nereikia nuomonės pašaliniais klausimais, todėl *Al-Anon* vardo nederėtų traukti į viešus ginčus.

11. Mūsų bendradarbiavimas su visuomene grindžiamas patraukliomis idėjomis, o ne įtikinėjimu. Žiniasklaidoje visada privalome išsaugoti asmens anonimiškumą. Ypač turime saugoti AA narių anonimiškumą.

12. Anonimiškumas yra visų mūsų Tradicijų dvasinis pamatas, nuolat primenantis, kad šios nuostatos svarbiau už asmenybes.

## Dvylika *Alateen* tradicijų

Iš grupių patirties žinome, kad laikydamiesi šių tradicijų užtikriname *Alateen* grupių vienybę.

1. Svarbiausia turėtų būti mūsų bendra gerovė. Kiekvieno pažanga priklauso nuo vienybės.

2. Mūsų grupės veikloje yra tik vienas autoritetas – mylintis Dievas, toks, koks Jis reiškiasi grupės sąmonėje. Mūsų vadovai yra patikimi tarnautojai – jie tarnauja, bet ne valdo.

3. Vienintelė narystės sąlyga – alkoholizmo problema tarp artimųjų ar draugų. Paaugliai alkoholikų artimieji, susirinkę padėti vieni kitiems, gali vadintis *Alateen* grupe, jeigu grupė nepriklauso jokiai kitai organizacijai.

4. Kiekviena grupė turi būti savarankiška, išskyrus atvejus, kai sprendžiami reikalai, susiję su kitomis *Alateen* ir *Al-Anon* grupėmis ar AA kaip visuma.

5. Kiekvienos *Alateen* grupės vienintelis tikslas – padėti paaugliams alkoholikų artimiesiems. Vadovaudamiesi Dvylikos žingsnių programa kaip ir AA, mes pasitinkame alkoholikų artimuosius, suprantame juos, drąsiname ir suteikiame jiems pagūdą.

6. *Alateen* grupės, kurios yra *Al-Anon* grupių dalis, neturi remti, finansuoti jokios pašalinės organizacijos ar leisti naudotis *Alateen* vardu, kad pinigų, nuosavybės ar garbės reikalai nenukreiptų mūsų nuo pagrindinio dvasinio tikslo. Tačiau, veikdami atskirai nuo kitų, visada turime bendradarbiauti su AA.

7. Kiekviena grupė turi išsilaikyti pati, atsisakydama pašalinių įnašų.

8. *Alateen* Dvylikto žingsnio vykdymas visada turi išlikti neprofesionalus, tačiau mūsų tarnybos gali samdyti reikiamus darbuotojus.

9. Mūsų grupės neturi būti griežtai organizuotos, tačiau galime steigti tarnybas ar komitetus, tiesiogiai atskaitingus tiems, kam tarnauja.

10. *Alateen* nereiškia nuomonės pašaliniais klausimais, todėl *Alateen* vardo nedera įtraukti į viešus ginčus.

11. Mūsų ryšiai su visuomene grindžiami patraukliomis idėjomis, o ne įtikinėjimu. Spaudoje, radijuje, kine ir televizijoje visada privalome saugoti asmens anonimiškumą. Ypač turime saugoti AA narių anonimiškumą.

12. Anonimiškumas yra visų mūsų Tradicijų dvasinis pamatas, nuolat primenantis, kad šios nuostatos svarbiau už asmenybes.

## Dvylika tarnystės koncepcijų

Pasak Dvylikto žingsnio, žinios perdavimas yra tarnystė, trečiasis *Al-Anon* orientyras. Tai veiksmas, kurio tikslas labai svarbus *Al-Anon*. Nariai siekia ir *veikti*, ir *būti*.

Tarnystė yra kiekvienas veiksmas, kai padedame alkoholiko artimajam ar draugui: skambutis nevirties prislėgtam grupės nariui, naujoko globa, savo istorijos pasakojimas susirinkime, grupės kūrimas, visuomenės informavimas apie bendriją, literatūros sklaida ar finansinė parama grupei, vietos tarnystei ar Pasaulinės tarnybos biurui.

Norėdami daugiau informacijos perskaitykite „Dvylika *Al-Anon* tarnystės koncepcijų“.

1. Visiška atsakomybė už *Al-Anon* tarnystę visame pasaulyje ir vyriausioji valdžia priklauso visoms *Al-Anon* grupėms.

2. *Al-Anon* grupės patikėjo Konferencijai visą administracinį ir teisinį valdymą, taip pat savo tarnystės organizavimą.

3. Sprendimo teisė sudaro sąlygas veiksmingai lyderystei.

4. Dalyvavimas yra esminė darnos prielaida.

5. Teisė pateikti skundą ar peticiją apsaugo mažumas ir užtikrina, kad jos bus išklausytos.

6. Konferencija pripažįsta patikėtinių vyriausiąją administracinę atsakomybę.

7. Patikėtiniai turi juridines teises, o Konferencijos teisės tradicinės.

8. Patikėtinių taryba visus įgaliojimus dėl kasdienės veiklos valdymo suteikia *Al-Anon* bendrijos vykdomiesiems komitetams.

9. Būtina gera asmeninė visų tarnystės lygmenų lyderystė. Pasaulinėje tarnystėje vyriausiąją lyderystę prisiima Patikėtinių taryba.

10. Tarnystės atsakomybė suderinama rūpestingai apgalvojant vadybines pareigas ir siekiant išvengti jų dubliavimo.

11. Pasaulinės tarnybos biurą sudaro išrinkti komitetai, administratoriai ir kiti darbuotojai.

12. Dvasinis pasaulinės *Al-Anon* tarnystės pagrindas išdėstytas Bendruosiuose Konferencijos įsipareigojimuose ir Chartijos 12 straipsnyje.

## Bendrieji Konferencijos įpareigojimai

Visuose veiksmuose *Al-Anon* Pasaulinės tarnystės konferencija privalo laikytis Tradicijų dvasios.

1. Būtina tinkamai laikytis finansinių principų – atidžiai tvarkyti lėšas ir turėti pakankamą rezervą.
2. Nė vienas Konferencijos narys negali prisiimti neteisėtų įgaliojimų valdyti kitus narius.
3. Visi svarbūs sprendimai priimami diskutuojant, balsuojant ir, kai įmanoma, laikantis vienybės.
4. Jokia Konferencijos rengiama akcija negali būti nukreipta prieš asmenis ir neskatina viešų ginčų.
5. Konferencija tarnauja *Al-Anon*, tačiau negali atlikti jokių veiksmų kaip valdymo organas; visomis nuostatomis ir veiksmais Konferencija visada išlieka demokratiška kaip ir *Al-Anon* grupių bendrija, kuriai tarnauja.

## Kiti skaitiniai

### Prisistatymas

Susirinkimo pirmininkas kviečia narius prisistatyti. Galima prisistatyti tik vardu arba vardu ir pavarde. Tada susirinkimo pirmininkas gali paprašyti naujokų prisistatyti ir juos pasveikina („Naujokų pasveikinimą“ žr. 33 psl.).

### Skelbimai, pranešimai

Tai laikas pranešti apie vietinius *Al-Anon* įvykius, susirinkimus dėl tarnystės ar kitus grupės reikalus, paskelbti dalykinių susirinkimų datą ir laiką, pristatyti išdininko ataskaitą ir gautą korespondenciją dėl regiono, srities ar Pasaulinės tarnybos biuro reikalų. Pranešimai gali būti tokie:

- pranešimai dėl grupės reikalų (sekretoriaus, išdininko, grupės ar informacijos tarnybos atstovo);
- pranešimai dėl regiono, srities ir Pasaulinės tarnybos biuro reikalų;
- kiti su *Al-Anon/Alateen* susiję skelbimai.



## Programa

Kai kurios grupės turi programos vedėją, kuris pristato temą grupės diskusijai, arba susirinkimo pirmininkas pristato pranešėjus ar nagrinėjamą temą (žr. „Pasiūlymai dėl susirinkimų“ 39 psl.).

Didesnes grupes galima suskirstyti mažesnėmis grupelėmis, kad galėtų diskutuoti susirinkimo tema, o paskui sutartu laiku jos vėl susijungia *Al-Anon/Alateen* susirinkimo pabaigai.

## Krepšelio siuntimas

Pagal programą kai kuriais atvejais renkamos savanoriškos aukos, susirinkimo pirmininkui ar išdininkui pasakius šią įžangą: „Mes neturime nei rinkliavų, nei mokesčių, tik siunčiame krepšelį norėdami padengti grupės išlaidas, įskaitant nuomos sąnaudas, literatūros įsigijimą, patikėtinių ir *Al-Anon* tarnystės struktūros išlaikymą. Pagal Septintą tradiciją turime išsilaikyti patys iš savanoriškų įnašų. Esame skatinami aukoti iš dėkingumo už viską, ką *Al-Anon/Alateen* suteikė. Suma nesvarbi; o svarbu tai, kad duodame tiek, kiek galime.“

[Pastaba susirinkimo pirmininkui: kadangi niekas neprivalo aukoti, ši galimybė turi būti suteikta visiems, įskaitant naujokus.]

## *Al-Anon/Alateen* susirinkimo pabaiga

Baigdami susirinkimą, norime pabrėžti, kad išsakytos mintys yra tik kalbėjusiųjų nuomonės. Pasinaudokite tuo, kas jums patiko, o visa kita praleiskite. Tai, ką čia girdėjote, buvo sakoma pasitikint jumis ir tai turi likti paslapyje, tarp šio kambario sienų ir jūsų mintyse.

Norime tarti keletą ypatingų žodžių jums, esantiems čia neseniai:

Kad ir kokie būtų jūsų sunkumai, tarp mūsų yra žmonių, išgyvenusių tą patį. Jei atsiversite pažinimui, surasite pagalbą ir suprasite, kad nėra tokios sudėtingos situacijos, kurios nebūtų galima palengvinti, ir nėra tokio sielvarto, kurio nebūtų galima sumažinti.

Mes nesame tobuli. Galbūt pasitikdami jus, neišreiškėme tos šilumos, kurios pilnos mūsų širdys. Bėgant laikui suprasite, kad gal ne visi mes jums patinkame, tačiau pamilsite mus ypatingu būdu – taip, kaip mes jus mylime jau dabar. Kalbėkitės tarpusavyje, svarstykite savo

problemas ir su kitais. Užuoť apkalbėję ir kritikavę, kiekvieną dieną puoselėkite savyje supratimą, meilę ir ramybę.

Kviečiame visus norinčius susirinkimą užbaigti \_\_\_\_\_ malda.

Siūloma grupei susirinkimą baigti taip, kaip priimtina grupės sąmonei. Daugelyje grupių po susirinkimo pabaigos dar perskaitoma *Al-Anon* deklaracija.

## *Al-Anon* deklaracija

*Tegul viskas prasideda nuo manęs*

Kai kas nors, kur nors ieškos pagalbos,

tegu visada suranda

ištiestą *Al-Anon* ir *Alateen* ranką ir – *Tegul viskas prasideda nuo manęs*.

## PASIRENKAMIEJI SKAITINIAI

Toliau pateikti atrinkti skaitiniai siūlomi kaip susirinkimų temos ar pasirenkamieji skaitiniai, įtraukiami į susirinkimo darbotvarkę, jei taip nusprendžia grupės sąmonė. Juose yra išminties ir informacijos, kurią daugelis narių ir grupių įvertino kaip naudingą.

## Skaitinys apie anonimiškumą

Kai susirinkime dalyvauja naujokų arba svečių, grupė gali perskaityti anonimiškumo paaiškinimą, tokį kaip šis:

„Nariai prisistato vardu ir pavarde, kai patys nori. Nario pasirinktas anonimiškumo lygmuo (prisistatyti vardu, slapyvardžiu ar vardu ir pavarde) negali būti kritikuojamas. Kiekvienas narys turi teisę nuspėsti pats.

Nepriklausomai nuo asmeninio pasirinkimo saugome visų *Al-Anon/Alateen* ir AA narių ir lankytojų anonimiškumą. Tai reiškia, kad niekam – net artimiesiems, draugams ar kitiems nariams – neatskleidžiame, ką sutinkame ir ką išgirstame susirinkimuose.

Anonimiškumas neapsiriboja tik tapatybės įslaptinimu. Visi turime jaustis saugūs, žinodami, kad tai, kas buvo matyta ar girdėta susirinkime, nebus atskleista. Galime nesivaržydami išreikšti save tarp kitų bendrijos narių, nes esame įsitikinę, kad viskas, ką pasakėme, bus laikoma paslapyje.“

(Iš Tarnystės vadovo skyriaus „*Al-Anon* ir *Alateen* tvarkos santrauka“ poskyrio „Anonimiškumas“. Šiame skyriuje pateikta daugiau informacijos apie anonimiškumą bendrijoje ir už jos ribų.)

## Keturi pamatiniai teiginiai

Mūsų keturių pamatinių teiginių pripažinimas remiantis Dvylika žingsnių:

**1. Esame bejėgiai prieš alkoholizmo problemą.** Kai galime sąžiningai pripažinti šią tiesą, patiriame palengvėjimą ir viltį. Dabar galime visą dėmesį skirti savo gyvenimui tvarkyti. Dirbdami pagal programą galime dvasiškai augti, įgyti daugiau paguodos ir ramybės.

**2. Galime patikėti savo gyvenimą galingesnei už save Jėgai.** Dabar, kai mūsų geranoriška pagalba alkoholikui pasibaigė nesėkme ir gyvenimas tapo nevaldomas, suprantame, kad negalime išspręsti savo problemos nešališkai, galbūt netgi protingai.

*Al-Anon* radome už save galingesnę Jėgą, kuri gali nukreipti gyvenimą ramia ir sėkminga vaga. Iš pradžių galbūt šia jėga laikome grupę, bet įgiję daugiau žinių ir dvasinės patirties daugelis ją vadina Dievu, *kaip mes Jį suprantame*.

**3. Turime keisti savo mąstymą ir elgesį.** Kai esame pasiruošę pripažinti savo trūkumus, pradame išvelgti, koks iškreiptas mūsų mąstymas. Suvokiame, kaip neprotingai kartais elgiamės ir kad daugeliui mūsų nuostatų trūksta meilės. Stengiamės atpažinti ir pašalinti šiuos trūkumus.

**4. Išsaugome *Al-Anon* gautas dovanas dalydamiesi jomis su kitais.** Dalydamiesi padarome *Al-Anon* gyvybinga ir atvira bendrija. Esame nuoširdžiai įsipareigoję padėti tiems, kam mūsų reikia. Padėdami kitiems įveikti neviltį ir džiaugtis meile ir patys patiriame paguodos.

## Trys kliūtys, trukdančios sėkmei *Al-Anon*

„Trys kliūtys, trukdančios sėkmei *Al-Anon*“ iš leidinio „Alkoholizmas – šeimos liga“ (*Alcoholism, the Family Disease*, P-4)

Visos *Al-Anon* diskusijos turi būti konstruktyvios, naudingos, pagrįstos meile ir supratingumu. Siekdami šio idealo vengiame temų, kurios gali skatinti nesantaiką ir atitraukti dėmesį nuo pagrindinių tikslų.

**1. Diskusijos apie religijas.** *Al-Anon* nesusijusi su jokia sekta ar tikyba. Tai dvasinė programa, nepagrįsta jokia religine forma. Laukiami visi nepriklausomai nuo religinių nuostatų. Nenukrypškime nuo tikslo įsitraukdami į diskusijas apie religinius įsitikinimus.

**2. Apkalbos.** Mūsų surinkimų tikslas – padėti sau ir kitiems sužinoti ir įsisavinti *Al-Anon* filosofiją. Mūsų grupėse apkalbų negali būti. Neaptariame nei narių, nei kitų žmonių, o ypač vengiame kalbų apie alkoholikus. Anonimiškumo principas kelia žmonėms pasitikėjimą *Al-Anon*. Lengvabūdiškai atskleidę susirinkimo turinį galime sužlugdyti tikslus, dėl kurių susibūrėme.

**3. Dominavimas.** Mūsų vadovai yra patikėtiniai, kurie ne valdo, o tarnauja. Nė vienas *Al-Anon* narys negali kitiems primesti savo nurodymus, valdžią ar patarimus. Mūsų programa pagrįsta pasiūlymais, patirties sklaida ir vadovų kaita. Tobulėjame kiekvienas savo būdu ir tempu. Bet koks bandymas valdyti ar nurodyti gali sutrikdyti grupės darną.

## Alkoholizmo samprata

Toliau pateikti paaiškinimai daugeliui naujokių ir senbuvių padėjo suvokti ligą ir jos padarinius. Šis tekstas paimtas iš *Al-Anon* leidinio „Savęs ir alkoholizmo suvokimas“ (*Understanding Ourselves and Alcoholism* (P-48), © *Al-Anon Family Group Headquarters, Inc., Virginia, 2009*).

### **Kas yra alkoholizmas?**

Amerikos medicinos asociacija alkoholizmą laiko liga, kuri gali būti sustabdoma, bet neišgydoma. Vienas šios ligos simptomų yra nekontroliuojamas noras gerti. Alkoholizmas – tai progresuojanti liga. Kuo ilgiau geriama, tuo alkoholio poreikis stipresnis. Nekontroliuojama ši liga gali sukelti psichikos sutrikimą arba baigtis mirtimi. Vienintelis alkoholizmo sustabdymo būdas yra visiška abstinencija. Daugumos šios srities specialistų požiūriu, net ir po daugelio blaivių metų alkoholikai negali vėl pradėti vartoti alkoholį, nes priklausomybė nuo alkoholio išlieka visą gyvenimą.

Šiuo metu yra daug veiksmingų alkoholizmo gydymo metodų, iš kurių geriausiai žinomas ir laikomas efektyviausiu – „Anoniminiai alkoholikai“. Pripažįstamas ir gydomas alkoholizmas jau nėra beviltiška būklė.

### **Kas yra alkoholikai?**

Alkoholikais gali tapti visokie žmonės, priklausantys įvairiems visuomenės sluoksniams. Tik nedidelė dalis alkoholikų atitinka gatvėje elgetaujančio benamio ar valkatos stereotipą. Kiti iš pažiūros atrodo socialūs žmonės, bet alkoholizmas daro įtaką kai kurioms jų gyvenimo sritims. Tai gali pakenti jų šeiminiam, socialiniam ar profesiniam gyvenimui. Gali nukentėti ir visos trys sritys. Alkoholizmas sukelia ilgalaikius progresuojančius sunkumus bet kokioje gyvenimo srityje.

### **Kodėl alkoholikai geria?**

Alkoholikai geria manydami, kad turi gerti. Alkoholis jiems atstoja atramą ir priemonę vengti tikrovės. Jie jaučia emocinį skausmą ir jį malšina alkoholiu. Stiprėjant priklausomybei galų gale alkoholikai atrodo, kad negali gyventi negerdamas. Tai *manija*.

Kai kurie alkoholikai mėgina ištvirti be alkoholio, bet patyrę sunkius abstinencijos simptomus vėl pradeda gerti, nes alkoholizmas pasirodo esantis vienintelė priemonė nuo baisių kančių. Tai *priklausomybė*.

Dauguma alkoholikų norėtų gerti tik esant progai. Jie skiria daug laiko ir pastangų bandydami kontroliuoti gėrimą, kad galėtų vartoti alkoholį kaip kiti žmonės. Kai kurie bando gerti tik savaitgaliais arba tik tam tikrus gėrimus. Tačiau jie niekada negali būti tikri, ar galės nustoti gerti tada, kai norės. Galų gale jie vėl apsvaigsta, nors ir buvo pasiryžę nepasigerti. Tai *nejveikiamas potraukis*.

Šiai ligai būdinga ir tai, kad alkoholikas netiki, jog serga. Tai *neigimas*. Išgijimo vilties teikia alkoholiko gebėjimas pripažinti pagalbos poreikį, noras nevartoti alkoholio ir pripažinimas, kad šios bėdos negali įveikti pats.

## **Kaip suprasti save**

### **Artimieji ir draugai taip pat yra nukentėjusieji**

Alkoholizmas yra šeimos liga. Priklausomybė nuo alkoholio daro žalą ir girtuokliui, ir jo santykiams su kitais žmonėmis. Padariniai apima visas santykių sritis – draugystę, darbą,

vaikystę, tėvystę, romantinius santykius ar santuoką. Daugiausia žalos padaroma santykiams su artimiausiais žmonėmis – mes, kurie rūpinamės alkoholiku, esame pažeidžiamiausi dėl jo elgesio. Mes reaguojame į alkoholiko elgesį. Matydami jo krizę stengiamės kontroliuoti šį potraukį. Viešose vietose gėdijamės kelti scenas, bet namuose bandome gėrimą suvaldyti. Tačiau netrukus imame kaltinti save, prisiimame alkoholiko primetamą nuoskaudą, baimę ir kaltę. Tada ir patys galime tapti liguisti.

Net geranoriški žmonės dažnai pradeda skaičiuoti, kiek alkoholikas išgeria. Galime išpilti į kriauklę brangų likerį, ieškoti namuose paslėptų butelių arba ištempę ausis klausytis atidaromos skardinės garso. Visą dėmesį skiriame alkoholiko elgesiui ir stengiamės jį priversti negerti. Tai jau mūsų *manija*.

Skaudu matyti, kaip artimas žmogus lėtai žudosi alkoholiu. Alkoholikai, regis, nesijaudina dėl sąskaitų, darbo, vaikų ar savo sveikatos, paprastai tuo ima rūpintis šalia esantys žmonės. Dažnai darome klaidą slėpdami tikrąją padėtį. Stengiamės viską sutvarkyti, atsiprašyti, pameluoti, kad tik atitaisytume santykius, ir vis daugiau rūpinamės. Tai mūsų *nerimas*.

Anksčiau ar vėliau alkoholiko elgesys ima piktinti aplinkinius žmones. Supratę, kad alkoholikas meluoja, mumis naudojasi ir elgiasi neatsakingai, galime pamanyti, kad mūsų nemyli. Dažnai norime trenkti atgal, nubausti, atsilyginti alkoholikui už patirtas nuoskaudas ir nusivylimą dėl nekontroliuojamo gėrimo. Tai mūsų *pyktis*.

Kartais alkoholiko artimieji pradeda apsimetinėti. Patikime alkoholiko pažadais ir juo pasitikime. Kiekvieną kartą atėjus blaivam laikotarpiui, kuris gali trukti labai trumpai, norime tikėti, kad bėda pasitraukė amžiams. Netgi kai sveikas protas mums kužda, kad kažkas negerai su alkoholiko gėrimu ir mąstymu, stengiamės nepaisyti akivaizdžios tiesos. Tai mūsų *neigimas*.

Galbūt didžiausią žalą patiria tie esantys ar buvę alkoholiko artimieji, kuriuos graužia įsitikinimas, kad ir patys yra bent iš dalies kalti dėl alkoholizmo. Gali atrodyti, kad ko nors nepadareme ar elgėmės netinkamai, ar buvome ne tokie geri, patrauklūs ir protingi, kad mylimam žmogui padėtume įveikti šią bėdą. Tai mūsų *kaltės jausmas*.

## **Pagalba ir viltis**

Daugelis į *Al-Anon* kreipiamės apimti nevilties, netikėdami, kad kas nors pasikeis, ir negalėdami toliau taip gyventi. Jaučiamės apgaudinėjami mylimo partnerio, pavargę nuo pareigų, nereikalingi, nemylimi ir vieniši. Tarp mūsų yra ir arogantiškų, pasipūtusių, įsitikinusių savo teisumu ir linkusių kontroliuoti. Vis dėlto į *Al-Anon* ateiname todėl, kad norime ir reikia pagalbos.

Į *Al-Anon* kreipėsi dėl kito žmogaus alkoholizmo padarinių, greitai suvokiame, kad patys turime keisti mąstymą, kad išmoktume gyventi geriau. *Al-Anon* išmokstame įveikti savo maniją,

nerimą, pyktį, neigimą ir kaltės jausmą. Bendrijoje nusimetame emocinę našą dalydamiesi patirtimi, stiprybe ir viltimi su kitais grupės nariais. Lankydami susirinkimus pamažu suvokiame, kad daugelis mūsų sunkumų kyla dėl mūsų nuostatų. Pradedame jas keisti ir sužinome apie pareigas sau. Atradę savivertę ir meilę augame dvasiškai. Nukreipiame dėmesį nuo alkoholio į savo gyvenimą, kurį iš tiesų galime pakeisti.

**Grupė gali pasirinkti kitus skaitinius iš *Al-Anon* Konferencijos patvirtintos literatūros (KPL), jeigu taip nusprendžia grupės sąmonė.**

## ISTORIJA: *AL-ANON* IR *ALATEEN*

### *Al-Anon* grupių ištakos

*Al-Anon* grupių idėja beveik tokia pat sena kaip ir Anoniminių alkoholikų. AA veiklos pradžioje 1935–1941 m. sveikstančių alkoholikų artimieji suprato, kad norėdami įveikti savo asmenines problemas turi laikytis tų pačių principų, kurie padeda sveikti alkoholikams.

Pirmiesiems AA nariams ir jų žmonoms lankant po visą šalį išsibarsčiusias AA grupes, šios moterys pasakodavo AA naujokų gyvenimo draugėms apie pagalbą, kurią pačios gavo mėgindamos laikytis AA Dvylikos žingsnių programos, ir apie tai, kaip pavyko pagerinti šeimos santykius, kurie dažnai lieka įtempti ir alkoholikui nustojus gerti.

Tada AA narių artimieji pradėjo burtis į susirinkimus, skirtus bendroms problemoms aptarti.

1948 m. daug grupių prašė AA Generalinės tarnybos biuro (*General Service Office*) įtraukti jas AA katalogą, o daug alkoholikų giminių kreipėsi į jas dėl pagalbos. Tačiau AA buvo skirta padėti tik alkoholikams.

1951 m. dvi AA narių žmonos Luiza W. ir Ana B. įkūrė Koordinavimo komitetą (*Clearing House Committee*), siekdamas užmegzti ryšį su visais 86 užklausėjais, juos suvienyti, koordinuoti bendrą veiklą ir jiems tarnauti. Atsiliepė 56 grupės. Apklausos būdu buvo išrinktas *Al-Anon* grupių pavadinimas. Žodis *Al-Anon* buvo padarytas iš „Anoniminių alkoholikų“ angliško pavadinimo *Alcoholics Anonymous*, sujungus šių žodžių pirmuosius skiemenis. Iš esmės nepakeisti AA Dvylika žingsnių, o vėliau Dvylika tradicijų buvo priimti kaip pagrindiniai principai.

Greitai judėjimas sulaukė visuomenės dėmesio. Naujos grupės ir pavieniai žmonės iš visos šalies ir užsienio rašė Koordinavimo komitetui apie savo problemas. 1954 m. jau prireikė samdyti nedidelį personalą. Koordinavimo komitetas buvo įregistruota kaip pelno nesiekianti organizacija „Al-Anon grupių centrinė būstinė“ (*Al-Anon Family Group Headquarters, Inc.*)

1955 m. buvo išleista pirmoji *Al-Anon* knyga „Al-Anon grupės. Vadovas problemišku alkoholikų šeimoms“ (*The Al-Anon Family Groups, A Guide for the Families of Problem Drinkers*), o nuo to laiko – daug knygų ir brošiūrų.

1961 m. pradėjo veikti bendrijos sąmonė, buvo įkurta Pasaulinės tarnystės konferencija, Pasaulinės tarnybos biuras (PTB), vyko savanorių susirinkimai. Per ketvirtį amžiaus 1951–1976 m. įkurta daugiau nei 12 000 grupių Jungtinėse Amerikos Valstijose, Kanadoje ir daugelyje kitų šalių, kai pirmiau buvo tik 56 grupės. 2001 m. PTB pradėjo registruoti nuotolinius susirinkimus, o 2007 m. – kitus elektroninius susirinkimus.

2012 m. 133 šalyse buvo daugiau nei 25 000 grupių ir veikė 107 elektroniniai (internetu ir telefonu) susirinkimai.

## Kaip *Alateen* tapo *Al-Anon* grupių dalimi

Alkoholikų šeimose augantys paaugliai greitai suprato, kad jų problemos skiriasi nuo suaugusių šeimos narių bėdų. Kilus poreikiui, 1957 m. buvo įkurta *Alateen*. Septyniolikmečiui jaunuoliui, kurio tėvas buvo AA narys, o motina lankė *Al-Anon*, gana gerai sekėsi spręsti savo problemas taikant AA Žingsnius ir devizus.

Tėvų paskatintas jis su kitais penkiais paaugliais, kurių tėvai buvo alkoholikai, įkūrė pagalbos paaugliams grupę. Šis sumanymas prigijo ir grupių ėmė daugėti.

Po PTB sklaidos spaudoje buvo užregistruota dar 10 naujų *Alateen* grupių, o 1958 m. Direkcija (*Board of Directors*) pranešė, kad įkurta apie 31 nauja *Alateen* grupė, o 39 grupės ketina pradėti veiklą, taip pat paskelbė sprendimą įkurti *Alateen* komitetą (*Alateen Committee*).

1957 m. Kalifornijos *Alateen* grupės spaudai pateikė leidinį „Jaunimas ir alkoholikai tėvai“ (*Youth and the Alcoholic Parent*), o vėliau išleista dar keletas knygų ir lankstinukų, taip pat naujienlaiškis *Alateen Talk* („Kalba *Alateen*“) ir vaizdo įrašas „*Alateen* sako tiesiai šviesiai“ (*Alateen Tells It like It Is*), kuris jau neparduodamas.

1962 m. pabaigoje buvo 203 registruotos grupės ir *Alateen* programa paplito įvairiose šalyse. 1964 m. balandžio mėn. *Alateen* priėmė naują darbuotoją. Jis susirašinėjo su *Alateen* nariais ir grupėmis, siuntė nemokamus literatūros paketus naujoms grupėms, atsakinėjo į susidomėjusių specialistų užklausas.



2003 m. *Al-Anon* grupių centrinės būstinės Patikėtinių taryba (*Board of Trustees*) ėmėsi veiksmų, kad užtikrintų *Alateen* tarnystėje dalyvaujančių *Alateen* ir *Al-Anon* narių saugumą. Pagal 2003 m. Patikėtinių tarybos pasiūlymą buvo reikalaujama, kad visos *Al-Anon* sritys, priklausančios Pasaulinės tarnystės konferencijai (PTK), nustatytų srities *Alateen* saugumo ir elgsenos reikalavimus ir *Alateen* tarnaujančių *Al-Anon* narių (ATAN) sertifikavimo tvarką.

2012 m. buvo išleista daugybė *Alateen* brošiūrų, lankstinukų, knygų, ketvirtinis naujienlaiškis *Alateen Talk* („Kalba *Alateen*“) ir *Alateen* grupių globėjams skirta tarnystės medžiaga. Dabar pasaulyje veikia daugiau kaip 1700 *Alateen* grupių.

## GRUPIŲ STEIGIMAS

Pasaulinėje tarnystės konferencijoje visos *Alateen* grupės registruojamos pagal srities *Alateen* tvarką. (Žr. „Kaip įkurti *Alateen* grupę“ ir „*Alateen* tvarka“).

### Kaip įkurti *Al-Anon* grupę

#### Trečia tradicija

**Alkoholikų artimieji, susirinkę padėti vieni kitiems, gali vadintis *Al-Anon* grupe, jeigu grupė nepriklauso jokiai kitai organizacijai. Vienintelė narystės sąlyga – alkoholizmo problema tarp artimųjų ar draugų.**

Jei jūsų bendruomenėje nėra *Al-Anon* grupės, galite ją įkurti kartu su vienu ar dviem žmonėmis, kuriems reikia *Al-Anon* pagalbos. Du ar daugiau alkoholikų giminių ar draugų, kurie susirenka spręsti savo bendrų problemų, gali vadintis *Al-Anon* grupe, jeigu ši grupė nesusijusi su kita organizacija. Dėl išsamesnės informacijos žr. gaires „Kaip įkurti *Al-Anon* grupę“ (*Starting an Al-Anon Group*, G-12), „Kaip įkurti *Alateen* grupę“ (*Starting an Alateen Group*, G-19) ir (arba) kreipkitės į Pasaulinės tarnybos biurą ar nacionalinę tarnybą.

## Kodėl reikalinga registracija

- Registracija PTB svarbi, nes per Pasaulinės tarnystės konferenciją sukuriama ryšys tarp viso pasaulio *Al-Anon* ir *Alateen*, užtikrinantis vieningą tikslą ir visuotinius meilės bei draugystės saitus, taikomus kiekvienam nariui nepriklausomai nuo jo buvimo vietos.
- PTB suteikia informaciją (naujokams ir kitiems) apie registruotas grupes, susirinkimus siekiant įgyvendinti vieningą *Al-Anon* tikslą: padėti alkoholikų šeimoms ir draugams.
- Registruotos grupės el. paštu ar paštu gauna korespondenciją iš PTB ir taip palaiko ryšį su viso pasaulio bendrija.

## Registracijos Pasaulinės tarnybos biure tvarka\*

Tvarka visiškai paprasta.

- Pasirinkite grupės susirinkimo vietą, dieną ir laiką.
- Perskaitykite gaires „Kaip įkurti *Al-Anon* grupę“ (*Starting an Al-Anon Meeting*, G-12).
- Norėdami gauti informacijos apie srities grupių registravimo tvarką kreipkitės į savo regiono atstovą ar srities grupių įrašų koordinatorių. PTB *Al-Anon* grupių registracijos/pakeitimų formą (GR-1) ir pildymo instrukcijas galima rasti *Al-Anon/Alateen* narių interneto tinklavietėje.
- Užpildytą GR-1 formą pateikite pagal savo srities tvarką arba Pasaulinės tarnybos biurui el. paštu, faksu arba paštu.

PTB įregistruos grupę suprasdamas, kad grupė laikosi *Al-Anon* Tradicijų, nėra susijusi su jokia kita organizacija ar veikla. *Al-Anon* grupės registracijai taikomų principų ir reikalavimų neatitinka bendri AA ir *Al-Anon* narių ar vien AA narių susirinkimai, tam tikros terapijos, pvz., meditacijos, grupės.

PTB peržiūrėjęs užpildytą GR-1 formą, grupei suteikiamas identifikacinis numeris ir grupės galiojančiu korespondencijos adresu (GKA) išsiunčiamas įvadinės medžiagos rinkinys. (Žr. „Ką reikia apmąstyti įkuriant *Al-Anon* ar *Alateen* grupę“).

Baigus registraciją PTB, grupė skatinama kreiptis į srities grupių įrašų koordinatorių arba į savo regiono tarnybą, kad įsiaiškintų, kaip savo susirinkimus įtraukti į vietinių susirinkimų sąrašą ir į vietos interneto svetainę. Kai kuriose srityse ar *Al-Anon* informacijos tarnybose reikalaujama pateikti atskirą registracijos formą.

---

\*Šalyse, kur netaikoma Pasaulinės tarnystės konferencijos struktūra, naujoms grupėms tarnaujama pagal kitokią tvarką.

## *Alateen* grupės steigimas

Stiprios *Al-Anon* grupės gali padėti jaunesiems *Al-Anon* nariams įkurti *Alateen* grupę pagal srities *Alateen* tvarką. *Alateen* grupės paprastai įkuriamos *Al-Anon* ar AA nario, specialisto, mokyklos personalo ar pačių paauglių siūlymu. *Alateen* reikia turėti *Alateen* grupės globėjus, kurie skiriami *Alateen* tarnaujančiais *Al-Anon* nariais (ATAN) pagal srities *Alateen* tvarką ir atitinka šios tvarkos reikalavimus. *Al-Anon* nariai, kurie priklauso ir AA ir atitinka srities reikalavimus, gali globoti *Alateen* susirinkimus narystės *Al-Anon* pagrindu. *Alateen* susirinkimuose taip pat reikia laikytis anonimiškumo kitų programų atžvilgiu kaip bet kokiame *Al-Anon* susirinkime. *Alateen* yra neatsiejama *Al-Anon* dalis, todėl visada remiamasi *Al-Anon/Alateen* programos samprata.

Pagal *Alateen* tvarką sertifikuoti tėvai gali tarnauti *Alateen* grupių globėjais, tačiau geriau, kai globėjai nėra grupę lankančių *Alateen* narių giminės.

Gairės „Kaip įkurti *Alateen* grupę“ (*How to Start an Alateen Meeting*, G-19) ir „*Alateen* saugumo gairės“ (*Alateen Safety Guidelines*, G-34) skelbiamos grupės narių interneto tinklavietėje.

### Kaip įkurti *Alateen* grupę

Pranešus PTB apie pradedamus *Alateen* grupės susirinkimus, PTB padėkoja paskambinusiam ar parašiusiam asmeniui už susidomėjimą ir paaiškina, kad *Alateen* susirinkimų būtina sąlyga yra globėjai, pagal srities *Alateen* tvarką paskirti *Alateen* tarnaujančiais *Al-Anon* narias (ATAN). *Al-Anon* nariai bus nukreipti pas srities *Alateen* koordinatorių ir jis suteiks daugiau informacijos apie srities ATAN skyrimo tvarką ir grupės registravimą.

Jei skambina ne *Al-Anon* narys, PTB išsiunčia jam paštu *Alateen* informacijos paketą ir informuoja, kad per keletą savaičių su juo susisieks vietinis *Al-Anon* narys. PTB dėl tolesnių veiksmų susisieks su srities *Alateen* koordinatoriumi.

*Alateen* grupės gali susitikti ir yra įtraukiamos į susirinkimų tvarkaraštį tik tada, kai registracijos procesas baigtas.

*Alateen* grupės registracijos/pakeitimų formą ir ATAN formą išduoda sritis, o formos pateikiamos Pasaulinės tarnybos biurui pagal srities *Alateen* tvarką. PTB, iš srities gavęs naujos *Alateen* grupės registracijos formą, grupę registruoja ir suteikia PBT grupės numerį. Grupė

įtraukiama į adresatų sąrašą, kuriems nemokamai siunčiami PTB leidiniai. Šie leidiniai, įskaitant *Alateen Talk* („Kalba *Alateen*“), ir kita PTB korespondencija siunčiama galiojančiu korespondencijos adresu (GKA), kuris nurodytas grupės registracijos formoje (žr. „Galiojantis korespondencijos adresas“).

PTB nemokama susirinkimų telefono linija gali nukreipti būsimus narius į grupę. Kontaktinė informacija gali būti suteikiama ir paskambinusiam žmogui, kuris klausia konkrečios informacijos apie susirinkimus, pavyzdžiui, kaip rasti susirinkimo vietą, koks *Alateen* narių amžius ir kt. Kaip *Alateen* grupės telefono numeris ir GKA duodama atitinkama *Alateen* grupės globėjų ar kitų srities paskirtų ATAN kontaktinė informacija. Svarbu, kad grupė laiku praneštų savo srities tarnybai apie grupės informacijos pasikeitimus. Informacija apie *Alateen* grupės pokyčius perduodama PTB pagal srities *Alateen* tvarką.

Iš pradžių *Alateen* grupei gali būti sunku savarankiškai pasirūpinti finansais. *Al-Anon* grupė (-ės) gali teikti finansinę pagalbą tokiems poreikiams kaip literatūros įsigijimas, maisto pirkimas, išlaidos nuomai, bet tik iki to laiko, kai grupė galės pati padengti savo išlaidas. Kai kurie paaugliai neturi daug pinigų, tačiau pats dvasinis aukojimo veiksmas vis tiek sustiprina priklausymo grupei jausmą.

Kai kurie *Alateen* susirinkimai vyksta mokyklose darbo valandomis ir juose dalyvauja šių mokyklų mokiniai. Šiuose uždaruose susirinkimuose taip pat turi dalyvaut globėjai, paskirti pagal srities *Alateen* tvarką, taip pat jie turi laikytis mokyklos saugos reikalavimų. Daugiau informacijos apie susirinkimus mokyklose galima rasti gairėse „*Alateen* susirinkimai mokyklose“ (*Alateen Meetings in Schools*, G-5), buklete „Informacija pedagogams: *Alateen* susirinkimai mokyklose“ (*Information for Educators: Alateen Meetings in Schools*, S-64), taip pat *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyriaus „*Al-Anon/Alateen* tvarkos santrauka“ poskyryje „*Alateen* tvarka“.

Norint įkurti *Alateen* grupę, nepriklausančią Pasaulinės tarnystės konferencijos struktūrai, PTB siūlo kreiptis į atitinkamos valstybės nacionalinį tarnystės komitetą ar generalinės tarnybos biurą (*General Service Office*), jei toks yra.

Taip pat žr. „Ką reikia apmąstyti įkuriant *Al-Anon* ar *Alateen* grupę“.

## *Alateen* susirinkimas

Kiekvieną savaitę susirenkančios grupės paprastai nuo pat pradžių stipriau įsitvirtina, ypač jei *Alateen* nariai tarp susirinkimų bendrauja vienas su kitu. Kas savaitę susirinkimuose dalyvaujantys nariai gali dažniau dalytis patirtimi, kaip dirba pagal programą ir taiko ją kasdienybėje.

**Alateen susirinkimai yra uždari.** Paprastai dalyvauja tik *Alateen* nariai ir srities paskirti *Alateen* grupės globėjai, tačiau retkarčiais susirinkimuose gali dalyvauti Srities paskirti patikėtiniai (*trusted servants*) kaip papildomi grupės ištekčiai, laikantis srities *Alateen* saugumo ir elgesio reikalavimų. Visi *Alateen* grupės globėjai, net laikini ar pakaitiniai, prieš pradėdami tarnauti *Alateen* turi būti paskirti pagal srities tvarką. Kai nuolatinis globėjas negali dalyvauti susirinkime, jį pakeisti gali kitas *Al-Anon* narys, paskirtas pagal srities tvarką. Nesant pagal srities tvarką paskirto *Al-Anon* nario, galinčio tarnauti *Alateen* grupei, *Alateen* nariai visada gali dalyvauti *Al-Anon* susirinkime.

Kartais (kasmet, kas dvejus metus ar kas ketvirtį) *Alateen* grupė gali surengti atvirą susirinkimą, skirtą grupės sukakčiai paminėti, specialistams ar visuomenei informuoti apie *Alateen* ar kokiai kitai svarbiai progai. Atviruose susirinkimuose gali dalyvauti vienas ar daugiau pranešėjų, pristatančių *Al-Anon/Alateen* programą.

## Ką reikia apmąstyti įkuriant *Al-Anon* ar *Alateen* grupę

### Galiojantis korespondencijos adresas (GKA)\*

Svarbu, kad GKA suteikiantis asmuo galėtų susisiekti su grupe. Kiekvienoje grupėje turi būti paskirtas asmuo, pasiruošęs gauti korespondenciją ir pristatyti ją grupei. GKA gali būti adresas grupės nario, kuris apsiima gauti ir pristatyti grupei skirtą korespondenciją (paštu ir elektroninėmis priemonėmis), bent metus numato išlaikyti tą patį adresą ir reguliariai dalyvauja grupės susirinkimuose. Galiojantį korespondencijos adresą gali (bet neprivalo) suteikti grupės atstovas (GA) ar kitas grupės tarnautojas. Kai kurios grupės nuomojasi pašto dėžutes, o nariai pakaitomis įsipareigoja pristatyti siuntas grupei.

Laiku atnaujindama informaciją apie galiojantį korespondencijos adresą grupė pasirūpina galimybe greitai gauti visas siuntas. Pasikeitus GKA, reikia nedelsiant pranešti PTB ir vietinei tarnybai, šitaip išvengsite tarnystės nesklaidumų.

PTB registracijos formoje (GR-1) grupių prašoma nurodyti telefono numerį ir elektroninio pašto adresą kaip GKA. Elektroninis paštas reikalingas skubiai korespondencijai perduoti ir naujienlaiškiui *Group e-News* siūsti. Elektroniniu paštu nesinaudojantys nariai gali turėti „el. draugą“, kuris gautų grupės korespondenciją. (Žr. *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyriaus „*Al-Anon/Alateen* tvarkos santrauka“ poskyrį „*Al-Anon/Alateen* anonimiškumas“.)

---

\* **Pastaba dėl *Alateen* saugumo:** siekiant apsaugoti *Alateen* narius *Alateen* grupei GKA ir kontaktinį telefoną gali suteikti tik pagal srities *Alateen* tvarką patvirtinti *Alateen* tarnaujantys *Al-Anono* nariai.

## Kontaktinis telefono numeris\*

PTB registracijos formoje taip pat prašoma nurodyti vieną ar du kontaktinius telefono numerius. Šie nariai sutinka atsakyti į besidominčių asmenų skambučius dėl *Al-Anon* teikiamos pagalbos ar į keliaujančių narių klausimus dėl grupės susirinkimo, kaip rasti vietą ir pan. PTB darbuotojai, atsiliepiantys skambinant nemokama telefono linija dėl susirinkimų,\*\* gali nurodyti grupės susirinkimo vietą ir laiką, taip pat kontaktinio asmens vardą ir telefono numerį, jei skambintojui reikia daugiau informacijos. Laikantis Aštuntos tradicijos, PTB samdomi darbuotojai neatlieka Dvylikto žingsniu numatyto darbo.

## Kur rengti grupės susirinkimus

*Al-Anon* ir *Alateen* grupių susirinkimai paprastai rengiami kartą per savaitę visiems patogioje vietoje, pavyzdžiui, klubinės veiklos patalpoje, ligoninės susirinkimų kambaryje, kokioje nors įstaigoje, bibliotekoje, religinės organizacijos patalpoje, mokykloje ar kitoje tinkamoje vietoje. Kai neįmanoma susirinkti viešoje vietoje, kai kuriose šalyse grupės laikinai renkasi narių namuose (žr. įžanginių susirinkimų ir uždarų priemonių aprašymus *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyriuje „*Al-Anon/Alateen* tvarkos santrauka“).

## Grupės pavadinimas

### **Ketvirta tradicija**

**Kiekviena grupė turėtų veikti savarankiškai, išskyrus tuos atvejus, kai sprendžiami reikalai, susiję su kitų grupių, visos *Al-Anon* bendrijos ar AA veikla.**

Grupės pavadinimas dažniausiai yra įtrauktas į susirinkimų sąrašą (spausdintą ir elektroninį). Potencialiam nariui grupės pavadinimas sukurs pirmą įspūdį apie *Al-Anon/Alateen*, todėl labai svarbu grupę pavadinti tinkamai. Grupės pavadinimas, kuriame nurodytas miestas ar jo dalis, susirinkimo diena, devizas ar kita frazė iš mūsų programos, visiems atrodo aiškus ir atitinka *Al-Anon/Alateen* principus. Vienuoliktoje tradicijoje teigiama: „Mūsų bendradarbiavimas su visuomene grindžiamas patraukliomis idėjomis, o ne įtikinėjimu.“ Grupė laikoma *skatinančia*

---

\* **Pastaba dėl *Alateen* saugumo:** siekiant apsaugoti *Alateen* narius *Alateen* grupei GKA ir kontaktinį telefoną gali suteikti tik pagal srities *Alateen* tvarką patvirtinti *Alateen* tarnaujantys Al-Anono nariai.

\*\* Dėl informacijos apie susirinkimus tik JAV, Kanadoje, Puerto Rike ir Bermudoje skambinti (888) 425-2666 (888-4-AL-ANON).

*Al-Anon* plėtrą, jeigu jos pavadinimu išreiškiamas pažadas, patikinimas, asmeninis patarimas ar sukuriamas įspūdis, kad susirinkimo lankytojai išmano, kas geriausia alkoholiko artimiesiems ir draugams.

Grupė pavadinime neturi būti užuominų į jokiais kitas organizacijas, įskaitant AA ar kitas 12 žingsnių grupes, saviugdų grupes, komercines organizacijas, agentūras, religines ar reabilitacijos įstaigas, filosofiją, religinius principus ar tikėjimą, bet kokią nesusijusią literatūrą ar organizaciją. Siekiant išvengti painiavos, grupės pavadinime geriau naudoti visą žodį kartu su atitinkama forma ar paskirtimi. Pravardės ar humoristiniai pavadinimai potencialų narį gali gluminti ar atgrasyti. Tokių pavadinimų reikia vengti, nes mūsų pagrindinis tikslas – šiltai priimti ir gosti alkoholikų artimuosius ir draugus.

Renkantis grupės pavadinimą reikia apmąstyti šiuos dalykus.

- Kaip pavadinimas atspindi *Al-Anon* principus?
- Ar pavadinimas skatina ateiti naujus narius? Ar jis potencialiems nariams atrodys nekluminantis ir neįžeidžiantis?
- Ar pavadinimas atspindi pažadą, reikalavimus dalyviams arba rodo priklausymą su *Al-Anon* nesusijusiai organizacijai?

Kai kuriems alkoholikų artimiesiems ir draugams lengviau spręsti problemas bendraujant su žmonėmis, kurie yra panašiose situacijose. Todėl jie įkuria *Al-Anon* grupes vyrams, moterims, tėvams, suaugusiems vaikams, gėjams ir lesbietėms (LGBT). Grupė gali tai paminėti savo pavadinime, tik visada reikia laikytis principo, kad *Al-Anon* grupės ir narystė atvira visiems, patyrusiems kito žmogaus alkoholizmo žalą. Šių grupių nariai skatinami dalyvauti ir kituose *Al-Anon* susirinkimuose.

PTB patikrina, ar naujų grupių pavadinimai atitinka šias gaires, o jeigu *Al-Anon/Alateen* principų nesilaikoma, PTB gali paprašyti grupės pasirinkti kitą pavadinimą. (Taip pat žr. *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyriaus „*Al-Anon/Alateen* tvarkos santrauka“ poskyrį „Grupės pavadinimas“.)

Kadangi galiojantis korespondencijos adresas (GKA) dažnai yra nario namų adresas, norint apsaugoti GKA anonimiškumą, visos *Al-Anon* grupės registruojamos naudojant raides AFG.

## Susirinkimų tipai – atviri ir uždari susirinkimai

Visuose *Al-Anon* grupių susirinkimuose laukiamas kiekvienas žmogus, manantis, kad patyrė ar patiria žalą dėl kito žmogaus alkoholizmo. *Al-Anon* susirinkimo dalyvių dauguma gali nuspręsti, kokį susirinkimą rengti – **atvirą** ar **uždara**.

**Atvirame** *Al-Anon* susirinkime gali dalyvauti žmonės, kurie nėra alkoholikų artimieji ar draugai, bet domisi *Al-Anon* grupėmis. Į atvurus *Al-Anon* susirinkimus kartais ateina studentai ar specialistai, dirbantys su alkoholikais ir jų šeimomis.

Dažniausiai *Al-Anon* grupių susirinkimai yra **uždari**, dalyvauja tik nariai ir būsimi nariai, kurie, laikydamiesi konfidencialumo ir anonimiškumo, gali dalytis patirtimi, stiprybe ir viltimi ar klausytis kitų.

Susirinkimo, kuris užregistruotas kaip uždaras, dalyviai gali nuspręsti surengti vieną ar daugiau atvirų susirinkimų, kad galėtų apsilankyti *Al-Anon* besidomintys žmonės. Uždarame grupės susirinkime pasirodžius pašaliniam stebėtojui, grupės nariai gali greitai surengti grupės sąmonės pasitarimą ir nuspręsti, ar leisti jam pasilikti. Su tokiais mūsų bendrija besidominčiais svečiais reikia elgtis mandagiai ir pagarbiai.

Siekiant apsaugoti narius reikalaujama, kad atvurus *Al-Anon* susirinkimus lankantys stebėtojai laikytųsi *Al-Anon* grupėms taikomų principų, ypač konfidencialumo ir anonimiškumo. *Al-Anon* ir *Alateen* nariai turi rūpestingai apgalvoti turinį, kuriuo dalyvis atvirame susirinkime.

**Visi *Alateen* grupių susirinkimai uždari**, paprastai dalyvauja tik *Alateen* nariai ir pagal Srities tvarką paskirti *Alateen* tarnaujantys *Al-Anon* nariai (ATAN), atliekantys *Alateen* grupių globėjų pareigas. (Žr. *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyriaus „*Al-Anon/Alateen* tvarkos santrauka“ poskyrį „*Alateen* susirinkimai“.)

## Naujokų susirinkimai

Naujokų susirinkimai yra svarbi *Al-Anon* grupių veiklos dalis. Patyrę *Al-Anon/Alateen* nariai supažindina naujokus su *Al-Anon* programa, informuoja apie alkoholizmo ligą ir didelę jos žalą. Naujokams reikia suteikti galimybę pasidalyti savo jausmais su senbuviais.

Šiuose susirinkimuose galima sutelkti dėmesį į pirmuosius tris žingsnius supažindinant naujokus su programa ir pagrindine literatūra. Galima rengti kelis iš eilės susirinkimus naujokams.



Siekdamos patraukti naujų narių, kai kurios *Al-Anon* grupės siūlo naujokams skirtas temas. Šios grupės yra įregistruotos kaip įprastos *Al-Anon* grupės ir turi grupės atstovus. Jų pavadinime galima naudoti žodį „naujokas“.

Kitos grupės, be įprastų susirinkimų, gali rengti atskirus naujokams skirtus susirinkimus, kurių metu suteikia pagrindinių žinių apie *Al-Anon*. Šiuos susirinkimus organizuoja grupės atstovas, atskiros grupės neregistruojamos. *Al-Anon* grupės registracijos/pakeitimų formoje (GR-1) galima nurodyti, ar grupė siūlo tokį susirinkimą naujokams.

Per naujokų susirinkimus platinamos jiems skirtos gairės ir kita medžiaga. Gairės „Naujokų susirinkimas“ (*Beginners' Meeting*, G-2) skelbiamos *Al-Anon/Alateen* narių interneto tinklavietėje, jas galima atsisiųsti, atspausdinti ir dalyti nariams.

## Daugkartiniai susirinkimai

Dauguma naujų susirinkimų registruojami atskiriomis grupėmis, tačiau daugkartiniai susirinkimai laikomi vienos grupės susirinkimais, tik nariai renkasi skirtingu laiku, bet toje pačioje vietoje. Prieš registruodamos daugkartinį susirinkimą, grupės turėtų nuodugniai apsvarstyti pranašumus bei trūkumus ir priimti pagrįstą sprendimą. Susirinkimai, registruojami kaip atskiros grupės, gali paskirti grupės atstovą, gauti PTB, srities ir vietinių tarnybų korespondenciją, turi turėti numerį, galiojančią korespondencijos adresą (GKA) ir kontaktinius asmenis. Daugkartiniai susirinkimai turi bendrą pavadinimą, GKA, kontaktinius asmenis, grupės atstovą ir dalijasi PTB korespondencija.

Daugkartinių susirinkimų grupei svarbu rengti reguliarius dalykinius susirinkimus, kad visų susirinkimų nariai gautų informaciją ir dalyvautų priimant grupės sprendimus. (Žr. „Grupės dalykiniai susirinkimai“.)

Susirinkimas, pradžioje įregistruotas kaip daugkartinis, vėliau, remdamasis grupės sąmone, gali persiregistruoti kaip atskira grupė.

## Prieš pradėdant susirinkimus

- Atidžiai perskaitykite visą gautą medžiagą.
- Nuspręskite, kas užims pareigas, būtinas norint pradėti susirinkimus, pavyzdžiui, pasirinkite GKA, pirmininką, sekretorių, išdininką.
- Kartu su grupe apsvarstykite savo susirinkimo formą.

## Elektroninio *Al-Anon* susirinkimo įkūrimas (internetu ar telefonu)

*Al-Anon* grupės pripažįsta interneto, telefono ir kitų elektroninės komunikacijos priemonių teikiamas galimybes ir reikšmę perduodant informaciją apie *Al-Anon*, skelbiant viltį ir paguodą alkoholikų šeimoms ir draugams. Per elektroninį susirinkimą galima supažindinti besidominčius ar negalinčius atvykti į vietinį susirinkimą žmones su *Al-Anon* grupių programa. *Al-Anon* elektroninius susirinkimus galima rengti naudojantis įvairiomis elektroninės komunikacijos priemonėmis, įskaitant pokalbius internetu (balsu ir raštu) ir telefonu. Laikantis dvasinio principo, pagal kurį būtina išlaikyti asmens anonimiškumą žiniasklaidoje (kaip nurodyta Vienuoliktoje tradicijoje), *Al-Anon* ir *Alateen* susirinkimai negali vykti socialiniuose tinkluose.

*Al-Anon* neskatina naudotis jokia konkrečia interneto ar telekomunikacijų ryšio teikėjo paslaugomis ar komunikacijos priemonėmis, taip pat jų neremia ir neprieštarauja jų veiklai. Visus elektroninius susirinkimus registruoja PTB, nepriklausomai nuo susirinkimo kalbos ar struktūros. Dėl saugumo PTB neregistruoja elektroninių *Alateen* susirinkimų, kurių PTB neadministruoja.

PTB registruoja elektroninius susirinkimus pagal sąlygą, kad juose bus laikomasi Tradicijų ir kad jie bus atviri bet kokiam esamam ar potencialiam *Al-Anon* nariui. Kiekvienas susirinkimas registruojamas atskirai ir jam priskiriamas atskiras PTB identifikacinis numeris.

Svarbiausios gairės norint pradėti elektroninius *Al-Anon* susirinkimus:

- perskaitykite „Faktų sąrašas dėl elektroninių *Al-Anon* susirinkimų“ (*Fact Sheet for Al-Anon Electronic Meetings, S-60*) ir „Elektroninio *Al-Anon* susirinkimo gairės“ (*Electronic Al-Anon Meeting Guideline, G-39*); abu dokumentus galima rasti *Al-Anon/Alateen* narių interneto svetainėje;
- nustatykite, kokio pobūdžio susirinkimus norite rengti – pokalbiais internetu (balsu ar raštu), telefonu ar kitomis elektroninėmis priemonėmis:
  - pokalbiais internetu rengiamiems susirinkimams galima naudoti tik vieną priemonę: el. paštą, pokalbius ar pranešimų lentą;
  - telefoniniams susirinkimams naudojamas telefono numeris ir prisijungimo kodas;
- pasirinkite paslaugos teikėją;
- pasirinkite susirinkimo dieną ir valandą;
- PTB pateikite *Al-Anon* elektroninio susirinkimo registravimo formą su GKA ir kita kontaktine informacija.;
- kilus klausimams, kreipkitės į PTB.

## Pagrindinės tarnystės grupėje pareigos

Grupės struktūra turi būti paprasta.

**Mažai grupei** reikia galiojančio korespondencijos adreso (GKA), susirinkimo pirmininko ir sekretoriaus, kuris dažnai atlieka ir išdininko pareigas, kol grupė išauga ir gali išsirinkti išdininko pareigoms atskirą asmenį. Vienas arba du nariai sutinka tapti grupės kontaktiniais asmenimis, kurie pagal Dvyliką žingsnį atsiliepia į naujokų skambučius (žr. „Kontaktinis telefono numeris“).

**Grupės narių skaičiui augant**, gali būti įtraukiamos papildomos tarnystės pareigos, tokios kaip išdininkas, grupės atstovas, už literatūrą, svetingumą, pasveikinimą atsakingi asmenys ir kitos pareigos, kokias gali pasiūlyti grupės sąmonė.

**Didelė grupė** gali turėti programos pirmininką, dalykinių reikalų ar valdymo komitetą ir informacijos tarnybos atstovą.

(Apie šių patikėtinių pareigas žr. skyriuje „Siūlomos grupių tarnautojų/vadovų pareigos“).

## GRUPĖS SUSIRINKIMŲ PAGRINDAI

### Narystė

#### Trečia tradicija

**Alkoholikų artimieji, susirinkę padėti vieni kitiems, gali vadintis *Al-Anon* grupe, jeigu grupė nepriklauso jokiai kitai organizacijai. Vienintelė narystės sąlyga – alkoholio problema tarp artimųjų ar draugų.**

*Al-Anon/Alateen* nariu gali tapti kiekvienas, patyręs ar patiriantis kito žmogaus alkoholio žalą. Pagal Trečią tradiciją visi alkoholio artimieji ir draugai kviečiami lankyti *Al-Anon* susirinkimus ir savarankiškai nuspręsti, ar *Al-Anon* gali jiems padėti. Naujokai skatinami lankyti įvairius susirinkimus, kad rastų grupes, kuriose jaučiasi geriausiai.

#### Narystė *Al-Anon/Alateen* grupėje

Nariai lanko vietines grupes, kur bendrai dirbama pagal *Al-Anon/Alateen* programą ir kurių nariai tarnauja grupėse. *Al-Anon* ir *Alateen* nariai vieną grupę paprastai laiko „namų

grupe“. Šią grupę jie reguliariai lanko, joje randa draugų ir jaučia, kad auga. Namų grupėje nariai jaučiasi mylimi ir bet koku atveju suprantami.

Namų grupė skatina asmeninį ir grupės augimą siūlydama įvairių tarnystės galimybių ir padeda nariams tapti pasaulinės bendrijos dalimi per tarnystę savo regione, srityje ir pasaulyje.

## Dalijimasis patirtimi *Al-Anon/Alateen* susirinkimuose

### Pirma tradicija

**Svarbiausia turėtų būti mūsų bendra gerovė. Kiekvieno pažanga priklauso nuo *Al-Anon* vienybės.**

Grupių susirinkimuose dalijamės patirtimi, stiprybe ir viltimi, sutelkdami dėmesį į save ir į tai, kaip *Al-Anon/Alateen* programa padėjo mums pakeisti požiūrį ir elgseną. Mūsų diskusijose pagrindinis dėmesys skiriamas mūsų problemų sprendimui. Stengiamės nepasakoti kitų žmonių istorijų ar nekartoti to, ką pamatėme ar išgirdome, visada saugome vienas kito anonimiškumą, taip pat saugome *Al-Anon*, *Alateen* ir AA narių anonimiškumą.

Daugiausia dėmesio skiriame savo jausmams ir požiūriui, o ne situacijos smulkmenoms. Per susirinkimus nariai nekalba apie savo priklausymą kitoms organizacijoms (pvz., neaptaria kitų 12 žingsnių programų ar profesinių žinių).

Siūlome *Al-Anon/Alateen* nariams vengti diskusijų apie religinius įsitikinimus ar idėjas, kritikos vienas kitam ar alkoholiui, apkalbų ir neaptarti pernelyg asmeniškų dalykų. Norint pasitarti apie asmeniškus reikalus labiau tinka pokalbis akis į akį su globėju ar kitais nariais ne per susirinkimą. (Žr. *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyrius „Kliūtys, trukdančios sėkmei *Al-Anon*“ ir „Globėjo tarnystė“.)

## Naujokų priėmimas

*Al-Anon/Alateen* naujokai dažnai jaučia nerimą, vienišumą ir neviltį. Be grupės teikiamos pagalbos, patarimų ir literatūros, jiems gali būti labai naudingas individualus dėmesys ar programos senbuvių draugystė. Naujokas gali pažinoti grupės narį ir prieš ateidamas į pirmą susirinkimą.

Jei *Al-Anon/Alateen* grupė rengia susirinkimus naujokams, jie kviečiami šiuos susirinkimus lankyti. Kelis susirinkimus reguliariai lankiusį naujoką grupės nariai skatina dalyvauti aktyviau, prašo garsiai perskaityti Ramybės maldą ar Preambulę arba atlikti kitas nesudėtingas pareigas, kad jis jaustųsi grupės dalimi.

Kai nėra susirinkimų naujokams, nariai gali trumpai pasidalyti savo patirtimi, stiprybe ir viltimi; supažindinti naujokus su Konferencijos patvirtinta literatūra (galbūt su „Naujoko paketu“ (*Newcomer Packet*, K-10)) ir paskatinti juos perskaityti šią medžiagą, taip pat jiems papasakoti, kaip programa padėjo įveikti problemas.

Verta naujus narius supažindinti su susirinkimo darbotvarke, paaiškinti, kaip pasakoti apie save, taip pat pranešti, kad *Al-Anon* susirinkimų dalyviai neaptaria religinių temų, terapijų ar kitokių grupių veiklos.

Dėl išsamesnės informacijos žr. gaires „Naujokų susirinkimas“ (*Beginners' Meetings*, G-2).

## Anonimiškumas

### Dvylikta tradicija

**Anonimiškumas yra visų mūsų Tradicijų dvasinis pamatas, nuolat primenantis, kad šios nuostatos svarbiau už asmenybes.**

Anonimiškumas yra *Al-Anon* pagrindinis principas, nuo kurio priklauso pasitikėjimas mūsų bendrija ir jos išlikimas.

Susirinkimuose labai svarbu laikytis anonimiškumo principo, siekiant užtikrinti informacijos apie dalyvių tapatybes ir išsakyto turinio slaptumą. Vėliau kai kurie nariai nori prisistatyti bendrijoje vardu ir pavarde, kad galėtų tarnauti. Ilgainiui dalis narių netgi nusprendžia atskleisti savo narystę *Al-Anon* visuomeninių įstaigų specialistams norėdami skleisti informaciją apie *Al-Anon* teikiamą pagalbą. Kiekvienas narys savarankiškai nusprendžia, kada ir kodėl nori ne susirinkimų dalyviams atskleisti savo narystę. Anonimiškumo principas skatina narius gerbti tokį asmeninį apsisprendimą ir dėl to nesmerkti.

**Svarbi pastaba.** Anonimiškumas yra dvasinis principas, juo nevalia naudotis kaip teisiniu pagrindu nusikalstamam elgesiui praityje ar dabartyje paslėpti. Taip pat verta atminti, kad *Al-Anon/Alateen* susirinkimuose galioja visi įstatymai. Nariai turi apdairiai dalytis informacija, kurią gali tekti pranešti vietos, regiono ar valstybinės valdžios institucijoms.

### Vienuolikta tradicija

**Mūsų bendradarbiavimas su visuomene grindžiamas patraukliomis idėjomis, o ne įtikinėjimu. Žiniasklaidoje visada privalome išsaugoti asmens anonimiškumą. Ypač turime saugoti AA narių anonimiškumą.**

Anonimiškumo principas taikomas kaip draudimas nariams viešumoje skleisti informaciją, siekiant užtikrinti, kad niekas nepasinaudotų *Al-Anon* vardu dėl savo asmeninės naudos, prestižo ar galios. Tai reiškia, kad spaudoje, radijuje, filmuose, televizijoje ar internete negalima viešinti viso *Al-Anon* ir *Alateen* nario vardo ir pavardės ir rodyti veido. Nei vienas *Al-Anon* narys žiniasklaidoje negali kalbėti kaip *Al-Anon* valdžios atstovas. Nei vieno *Al-Anon* nario asmeninė istorija nėra svarbesnė už kitų istorijas. Mes esame bendrija, kurioje visi lygūs, o *Al-Anon* programa pagrįsta ne asmenybėmis, o principais.

Dėl atvirų *Al-Anon* susirinkimų, grupių sukakčių, suvažiavimų ar seminarų, kuriuose dalyvauja ne bendrijos narių, *Al-Anon* ir *Alateen* nariai gali patys nuspręsti, kaip nori laikytis anonimiškumo. Verta šių susirinkimų pradžioje glaustai paaiškinti Vienuoliką ir Dvyliką tradicijas. Galima paaiškinti šitaip:

„Galbūt ne visi dalyviai yra susipažinę su mūsų Tradicija dėl asmens anonimiškumo visose žiniasklaidos priemonėse, radijuje, filmuose, televizijoje, internete ir kitose priemonėse. Todėl pagarbiai prašome apie mūsų susirinkimą rengiamose publikacijose ir radijo ar televizijos reportažuose ar internetiniuose pernešimuose nepristatyti *Al-Anon*, *Alateen* ir AA pranešėjų ar šių grupių narių visu vardu ir pavarde, taip pat neskelbti jų nuotraukų. Mums labai svarbu užtikrinti anonimiškumą, nes siekiame padėti kitoms alkoholikų šeimoms, o Tradicija dėl anonimiškumo primena, kad *Al-Anon* ir *Alateen* principai yra svarbiau už asmenybes.“

Renginių rengėjai gali paskelbti tokį pranešimą dėl anonimiškumo ir fotografavimo:

„Gerbdami privatumą prašome nefotografuoti jokiuose šio renginio susitikimuose. Jei fotografuojate, prašom pasirūpinti, kad į kadra nepatektų *Al-Anon*, *Alateen*, AA nariai ar renginio svečiai, kurie nedavė sutikimo ir galbūt nenori būti fotografuojami. Remdamiesi Vienuolika tradicija prašome neskelbti atpažįstamų *Al-Anon*, *Alateen*, AA narių ar renginio svečių atvaizdų viešose tinklavietėse, įskaitant viešus socialinių tinklų puslapius.“

Dėl papildomos informacijos apie anonimiškumo principą žr. *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyriaus „*Al-Anon/Alateen* tvarkos santrauka“ poskyrį „Anonimiškumas“.

## Pasiūlymai dėl susirinkimų

*Al-Anon* ar *Alateen* susirinkimų tvarka nėra tiksliai reglamentuota. Pagal bendrą modelį susirinkimą pradeda ir baigia pirmininkas ar vadovas, kuris taip pat paskelbia susirinkimo temas, pristato kviestinius pranešėjus ar grupės narius, kurie dalyosis patirtimi, išverme ir viltimi kaip darbo pagal *Al-Anon* programą rezultatu. Patirtis rodo, kad naudingesnė forma ta, kai per susirinkimą aptariama viena tema ir gali kabėti visi nariai.

### Diskusijų susirinkimai

Susirinkimo pirmininkas ar vadovas pristato *Al-Anon* ar *Alateen* temą, kad padėtų nariams sutelkti dėmesį į savo mintis ir aptarti temą remiantis savo patirtimi. Galima pasirinkti toliau nurodytas susirinkimo temas.

- **Dvylika žingsnių.** Siūloma bent vieną susirinkimą per mėnesį skirti vienam iš Žingsnių. Susirinkimo pirmininkas ar vadovas paprastai perskaito Žingsnį ir gali perskaityti ištrauką iš knygų: „Dvylika *Al-Anon* žingsnių ir dvylika tradicijų“ (*Al-Anon's Twelve Steps & Twelve Traditions*, B-8), „*Al-Anon* pagalba alkoholikų artimiesiems ir draugams“ (*How Al-Anon Works for Families & Friends of Alcoholics*, B-22), „Sveikimo keliai – *Al-Anon* Žingsniai, Tradicijos ir Tarnystės koncepcijos“ (*Paths to Recovery – Al-Anon's Steps, Traditions, and Concepts*, B-24), iš pratybų knygos „Orientyrų įgyvendinimas siekiant asmeninės laisvės“ (*Reaching for Personal Freedom—Living the Legacies*) arba iš leidinio *The Forum* („Forumas“). Žingsniai aptariami ir daugelyje kitų *Al-Anon* leidinių. Paskui nariai gali Žingsnį pakomentuoti ir aptarti, kaip tai tinka jų situacijai.

- **Dvylika tradicijų.** Grupė aptaria vieną ar kelias Tradicijas ir jų svarbą grupės darnai ir augimui siekiant tikslo – viso pasaulio *Al-Anon* vienybės. Dvylikai tradicijų skirtam susirinkimui dažniausiai tinka ta pati tvarka ir informacijos šaltiniai kaip ir Dvylikai žingsnių skirtiems susirinkimams.

- **Dvylika tarnystės koncepcijų.** Gilinantis į Dvylika tarnystės koncepcijų galima geriau suvokti *Al-Anon* pasaulinę tarnystę ir šių principų pritaikomumą asmeniniam gyvenimui. Koncepcijas galima rasti „*Al-Anon/Alateen* tarnystės vadove“, knygoje „Sveikimo keliai – *Al-Anon* Žingsniai, Tradicijos ir Koncepcijos“ (*Paths to Recovery – Al-Anon's Steps, Traditions, and Concepts*, B-24), pratybų knygoje „Orientyrų įgyvendinimas siekiant asmeninės laisvės“ (*Reaching for Personal Freedom—Living the Legacies*) ir brošiūroje „Koncepcijos – geriausiai saugoma *Al-Anon* paslaptis?“ (*The Concepts: Al-Anon's Best Kept Secret?*, P-57).

- ***Al-Anon* devizai.** Vienas ar keli devizai ir jų nauda kasdieniniame gyvenime – tinkama diskusijos tema. Devizai aprašyti knygoje „*Al-Anon* pagalba alkoholikų artimiesiems ir draugams“ (*How Al-Anon Works for Families and Friends of Alcoholics*, B-22) ir kituose mūsų leidiniuose, įskaitant *The Forum* („Forumas“), taip pat atskleidžiama, kaip devizai padeda mums spręsti kasdienes asmenines problemas.

- **Atrinktų narių diskusijos.** Susirinkime dalyvaujantys nariai kviečiami, jei nori, surašyti ir anonimiškai pateikti klausimus dviem ar trimis susirinkimo pirmininko ar vadovo atrinktiems nariams, kurie dalysis patirtimi dėl klausimuose aprašytų situacijų. Taip pat gali visa grupė dalyvauti neformalioje diskusijoje, tik susirinkimo pirmininkas, kiekvienam leisdamas kalbėti ne daugiau kaip po vieną ar dvi minutes, turi užtikrinti, kad vienas asmuo neužimtų visos diskusijos laiko.

- **Literatūrai skirti susirinkimai.** Be galo daug temų galima rasti *Al-Anon* Konferencijos patvirtintoje literatūroje. Daugelis grupių vieną susirinkimą per mėnesį skiria temai iš mėnesinio *Al-Anon/Alateen* žurnalo *The Forum* („Forumas“) paskutinio leidinio aptarti. Tai susirinkimams skitas Konferencijos patvirtintas leidinys, kuriame pristatomos susirinkimų temos ir diskusijoms naudingos asmeninės istorijos. Nariai taip pat gali diskutuoti apie pasirenkamuosius skaitinius, nurodytus skyriuje „Susirinkimo forma“.

### **Susirinkimai, kuriuose dalyvauja pranešėjai**

- **Asmeninės istorijos.** Galima paprašyti dviejų ar trijų *Al-Anon/Alateen* narių susirinkime papasakoti, kaip *Al-Anon* programa padeda jiems kasdieniame gyvenime.

- **AA pranešėjas.** Retkarčiais kviečiami kalbėti AA nariai, kad pristatytų alkoholio požiūrį į alkoholizmo ligą.

- **Mainų susirinkimas.** Grupė gali keistis pavieniais pranešėjais ar jų komanda su kita grupe, įskaitant *Alateen*.

- **Ypatinga proga.** Tokia proga kaip grupių sukaktis galima į *Al-Anon* programą pakviesti naujų narių pasitelkiant *Al-Anon* ar *Alateen* pranešėjus, kurių sveikimo dalyvaujant *Al-Anon* programoje istorijos gali klausytojams teikti stiprybės ir vilties.

- **Programoje nedalyvaujantys pranešėjai.** Retkarčiais galima kviesti visuomenės atstovus kalbėti *Al-Anon/Alateen* susirinkimuose. Tačiau pasirinkti asmenys turi nusimanyti apie alkoholizmą. Vis dėlto per dažnas specialistų dalyvavimas *Al-Anon/Alateen* susirinkimuose gali nukreipti mus nuo savo sveikimo programos.

### **Naujokų susirinkimai**

Į susirinkimą atėjus naujokams, grupė gali skirti dalį susirinkimo laiko ar visą susirinkimą jiems, kai vienas ar daugiau narių pasakoja apie priežastis, paskatinusias lankyti *Al-Anon*, ir apie gautą bendrijos pagalbą. Naujokų susirinkimuose galima skirti dėmesio trims pirmiesiems žingsniams, atsiribojimo temai, Ramybės maldai ar devizui. Gaires „Naujokų susirinkimas“ (*Beginners' Meeting, G-2*) galima rasti *Al-Anon/Alateen* narių interneto tinklavietėje.



## **Grupės savianalizės susirinkimai**

Grupės savianalizės susirinkimai gali vykti per įprastus susirinkimus arba grupei patogiausiu laiku. Rengiant tokius susirinkimus, galima remtis gairėmis „Kaip atlikti grupės savianalizę“ (*Taking a Group Inventory*, G-8a, G-8b), kurios skelbiamos *Al-Anon/Alateen* narių interneto tinklavietėje. Taip pat žr. „Grupės reikalai“.

## **Visuomenės informavimo susirinkimai**

*Al-Anon/Alateen* veiklą ir teikiamą naudą galima pristatyti visuomenei atviruose susirinkimuose, kur laukiami nariai, jų artimieji ir draugai, AA nariai, studentai ir specialistai. Ypatingai progai skirtas susirinkimas paprastai yra atviras. Žr. gaires „Atviras *Al-Anon* susirinkimas“ (*The Open Al-Anon Meeting*, G-27) ir „Mobilusis susirinkimas“ (*A Meeting on Wheels*, G-22).

# TARNYSTĖS PAREIGOS GRUPĖJE

## **Antra tradicija**

*Mūsų grupės veikloje yra tik vienas autoritetas – mylintis Dievas, toks, koks jis reiškiasi grupės sąmonėje. Mūsų vadovai yra patikimi tarnautojai – jie tarnauja, bet ne valdo.*

## Siūlomos grupės tarnautojų ir vadovų pareigos

Grupės tarnautojai keičiasi reguliariai. Rotacija suteikia visiems grupės nariams tarnystės privilegiją. Grupės tarnautojai ir vadovai yra patikėtiniai; jie nevaldo grupės. Siekiant aktyvesnio dalyvavimo grupė gali pasirinkti ir pakaitinius tarnautojus.

## **Pirmininkas/vadovas**

- Kartu su programos pirmininku iš anksto planuoja susirinkimus.
- Pradeda susirinkimus perskaitydamas Preambulę ar „Susirinkimo pradžia“ ir veda Ramybės maldą; laikosi grupės susirinkimo formos.

- Pristato pranešėjus ar paskelbia susirinkimo temą.
- Kviečia narius dalyvauti.

### **Programos pirmininkas**

- Pasiūlo kuriam nors nariui pirmininkauti susirinkime.
- Planuoja susirinkimus (žr. „Pasiūlymai dėl susirinkimų“).

### **Sekretorius**

- Tvarko grupės korespondenciją.
- Praneša srities grupių įrašų koordinatoriui ar PTB apie visus grupės pasikeitimus, įskaitant informaciją apie grupės atstovą, GKA, kontaktinių asmenų telefono numerius.
- Gali paimti korespondenciją iš pašto dėžutės (jei yra) arba jo adresas yra grupės galiojantis korespondencijos adresas (GKA).
  - Atnaujina grupės narių ir jų telefono numerių sąrašą.
  - Susirinkimuose praneša su *Al-Anon* susijusius skelbimus.
  - Užsako pakankamą kiekį Konferencijos patvirtintos literatūros grupės poreikiams tenkinti (jei grupė neturi už literatūrą atsakingo asmens).
    - Jei grupėje nėra grupės atstovo, skatina remti *Alateen* suteikdamas informaciją apie *Alateen* tarnaujančių *Al-Anon* narių (ATAN) skyrimą.

### **Iždininkas**

- Administruoja grupės finansus vykdydamas grupės sąmonės sprendimus. Kai kurios grupės turi biudžetą, kurį sudaro periodiniai įnašai regionui, vietos *Al-Anon* informacijos tarnybai, srities asamblėjai ir Pasaulinės tarnybos biurui (žr. „Grupės lėšos ir biudžetas“).
  - Per grupės susirinkimą pasiūnčia įnašų krepšelį.
  - Paprašo kito nario padėti suskaičiuoti ir užregistruoti įnašus.
  - Perskaito ketvirtinį prašymą ir siunčia per rankas papildomų įnašų voką dviejų iš eilės susirinkimų metu.
    - Grupei reguliariai pateikia finansinę ataskaitą.

### **Galiojančio korespondencijos adreso (GKA) turėtojas**

- Gauna grupės korespondenciją paštu ir elektroniniu paštu.

- Korespondenciją perduoda grupei (žr. „Ką reikia apmąstyti įkuriant *Al-Anon* ar *Alateen* grupę“).

### **Grupės skambučių gavėjas**

- Atsako į skambučius naujokams, besidomintiems *Al-Anon* teikiama pagalba, ir kitiems asmenims, klausiantiems, kaip rasti susirinkimo vietą, ar kitos informacijos.

### **Grupės atstovas (GA)\***

- Užtikrina komunikaciją tarp grupės bei regiono ir tarp grupės bei asamblėjos.
- Yra susipažinęs su naujausiu „*Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovu“ (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) ir ragina grupės narius juo naudotis.
- Dirba visame regione padėdamas inicijuoti bendrijos pristatymo visuomenei projektus.
- Atsižvelgdamas į srities *Alateen* saugumo ir elgsenos reikalavimus skatina tapti *Alateen* globėjais.
  - Tarnauja kaip vietinis *Al-Anon/Alateen* žurnalo *The Forum* („Forumas“) atstovas:
    - supažindina narius su žurnalo nauda;
    - rekomenduoja nariams žurnalo prenumeratą;
    - užsako žurnalą grupei iš PTB;
    - ragina narius rašyti straipsnius;
  - Renkamas trejiems metams.
  - Skatina pakaitinio GA rinkimus.

### **Informacijos tarnybos atstovas (ITA)\***

- Dalyvauja *Al-Anon* informacijos tarnybos (AIT) susirinkimuose.
- Užtikrina komunikaciją tarp grupės ir AIT.
- Praneša grupei apie AIT veiklą.
- Informacijos tarnybos atstovo pareigas gali atlikti grupės atstovo pavaduotojas, o grupės atstovas gali tarnauti kaip pakaitinis ITA.\*

---

\* *Al-Anon* ir *Alateen* nariai, kurie taip pat yra ir AA nariai, negali tarnauti kaip GA ar pakaitiniai GA. Žr. „*Al-Anon* ir *Alateen* tvarkos santrauka“, „Dviguba narystė *Al-Anon/Alateen* ir AA“.

\* *Al-Anon* ir *Alateen* nariai, kurie taip pat yra ir AA nariai, negali tarnauti kaip GA ar pakaitiniai GA. Žr. „*Al-Anon* ir *Alateen* tvarkos santrauka“, „Dviguba narystė *Al-Anon/Alateen* ir AA“.

### **Sveikintojai**

- Pasirūpina, kad visi nariai, ypač grupės naujokai, jaustųsi laukiami.
- Naujokams duoda literatūros ir susirinkimų grafiką.

### **Svetingumo tarnautojai**

- Paruošia užkandžius ir gėrimus, jeigu grupė juos tiekia.
- Pasirūpina, kad susirinkimo vieta po susirinkimo būtų sutvarkyta.

### **Organizacinis ar priežiūros komitetas**

- Sprendžia tvarkos ir visuomenės informavimo problemas.
- Sprendžia visas vidines problemas, kurios kyla tarp reguliarių dalykinių grupės susirinkimų.

## **GLOBA**

„**Globa** yra asmeniškąs konfidencialus dviejų *Al-Anon* ar *Alateen* narių bendravimas. Su globėju narys gali aptarti savo asmenines problemas ar klausimus ir globėjas su juo noriai dalinasi *Al-Anon/Alateen* programoje įgyta patirtimi, stiprybe ir viltimi.“ („Kas yra Globa“ (*Sponsorship, What It's All About*, P-31))

### ***Al-Anon* asmeniniai globėjai**

Kurį laiką dalyvavę programoje nauji nariai nori pasirinkti asmeninį globėją, su kuriuo galėtų tapatintis. Nariai gali padrąsinti naujoką ieškoti globėjo dalydamiesi savo patirtimi apie globėjo pagalbą, tačiau globėjas nevadovauja ir neduoda patarimų. Prieš pradėdamas lankyti susirinkimus, naujas narys gali būti apsvarstęs savo problemas su kuriuo nors bendrijos nariu. Naujokas gali paprašyti šio bendrijos nario tapti jo globėju, tačiau bendravimas su šiuo ar kitu pasirinktu globėju negali pakeisti susirinkimų. Daugiau informacijos apie globą rasite leidiniuose („Kas yra Globa“ (*Sponsorship, What It's All About*, P-31) ir „Globa – dirbame kartu, kad

pasveiktume“ (*Sponsorship–Working Together to Recover*, M-78) arba *Al-Anon/Alateen* narių interneto tinklavietės skiltyje „Individuals“.

## Tarnystės globėjai

Tarnystės globa yra ypatingi tarpusavio santykiai, kai vienas narys savo tarnystės patirtimi dalijasi su kitu nariu. Tokio pobūdžio globa gali būti teikiama vieną kartą, pavyzdžiui, kai baigiantis tarnystę patikėtinis rengia sau pamainą, arba nuolat. Tarnystės globa padeda ir tarnystės globėjui, ir globotiniui įgyti naujų įgūdžių ir tapti augimo tarnystėje pavyzdžiu. Visame pasaulyje *Al-Anon* grupėms naudinga, kad nariai noriai tarnautų. Daugiau informacijos apie tarnystės globą skaitykite brošiūroje „Tarnystės globa – dirbkime ne sunkiau, o sumaniau“ (*Service Sponsorship–Working Smarter, Not Harder*, P-88).

## *Alateen* grupės globėjai

*Alateen* grupės globėjas yra pagal srities *Al-Anon* tvarką paskirtas *Alateen* tarnaujantis *Al-Anon* narys (ATAN), kuris atitinka visus šiai tarnystei taikomus srities reikalavimus ir yra įsipareigojęs reguliariai tarnauti *Alateen* susirinkimuose (žr. *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo skyriaus „*Al-Anon/Alateen* tvarkos santrauka“ poskyrį „*Alateen* tvarka“).

## *Alateen* asmeniniai globėjai

*Alateen* nariai globoja vieni kitus kaip ir *Al-Anon* nariai. *Alateen* asmeniniais globėjais tarnauja *Alateen* nariai, kurie su globotiniais gali aptarti šių asmenines problemas ar klausimus. Asmeniniai globėjai noriai dalijasi *Alateen* programoje įgyta patirtimi, stiprybe ir viltimi. *Al-Anon* nariai negloboja *Alateen* narių.

## PARAMA GRUPĖS PLĖTRAI

Bet kokio dydžio grupėje, norint patraukti naujų narių, svarbu skleisti informaciją. Verta ją perduoti vietos specialistams, įskaitant dvasinius lyderius, medicinos atstovus, teisininkus ir kitus bendruomenės atstovus, kurie gali konsultuoti alkoholikų šeimas. Tai atliekama asmeniškai arba elektroniniu paštu. Įsitikinkite, kad informacijos gavėjai visiškai suprato, kada ir kur vyksta

jūsų organizuojamas susirinkimas ir kam jų klientai turi skambinti. Kai kurios grupės apie susirinkimus praneša trumpu skelbimu laikraštyje; kai kurie laikraščiai tokį skelbimą nemokamai įtraukia į vietinių įvykių skyrelį.

Taip pat informuokite bendrijos regiono atstovą ir vietos *Al-Anon* informacijos tarnybą (AIT), kad naujus susirinkimus įtrauktų į vietinių susirinkimų tvarkaraštį ir paskelbtų interneto svetainėje. Skleisti informaciją galima ir dalyvaujant kaimyninių *Al-Anon* grupių susirinkimuose, taip pat regioniniuose susirinkimuose. Be to, AA grupės dažnai noriai bendradarbiauja su *Al-Anon*. Galima paprašyti atvirame AA susirinkime kartu su kitais skelbimais pranešti apie naujas *Al-Anon* grupes.

## Visuomenės informavimas

### Dvyliktas žingsnis

**Šių žingsnių dėka dvasiškai pabudę, mes stengėmės perduoti tą žinią kitiems žmonėms ir visada gyventi pagal šias nuostatas.**

Norint užtikrinti bendrijos augimą būtina informuoti visuomenę apie *Al-Anon/Alateen*. Geri viešieji ryšiai svarbu ir kiekvienai grupei, ir visai bendrijai. Nariai turi suvokti anonimiškumo principą ir jo taikymą visuomenės informavimo tarnystėje. Visada saugome narių anonimiškumą, bet *Al-Anon/Alateen* programa nėra anoniminė (Žr. *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo skyriaus „*Al-Anon* ir *Alateen* tvarkos santrauka“ poskyrius „Anonimiškumas“ ir „Visuomenės informavimas“).

Kai kurie grupių nariai gali susitikti su dvasiniais lyderiais, sveikatos apsaugos specialistais, pedagogais ar vietos radijo stoties ar televizijos kanalo valdovais. Kiti nariai gali skleisti informaciją apie *Al-Anon* vietos ligoninėje, reabilitacijos centre ar pataisos įstaigoje. Nariai išlaiko asmeninį anonimiškumą pasirodydami žiniasklaidoje, kaip nustatyta pagal Vienuoliktą tradiciją, tačiau bendraudami su kitais specialistais jie gali prisistatyti vardu ir pavarde. Viešuosius ryšius galima plėsti ir į atvirą susirinkimą kviečiant vietos bendruomenės specialistus, taip pat viešose vietose demonstruojant plakatus apie *Al-Anon* ir *Alateen*.

Ten, kur yra daugiau grupių, grupės gali užsisakyti skambučių atsiliepimo paslaugą, kai skambutis nukreipiamas į artimiausią *Al-Anon* grupę. *Al-Anon* grupių skaičiui augant, galima įkurti *Al-Anon* informacijos tarnybą. Dauguma vietinių laikraščių turi spausdintą ar internetinį bendruomenės išteklių sąrašą ir grupės gali pasirūpinti, kad būtų įtraukta *Al-Anon/Alateen* informacija. Telefonų knygoje paskelbus *Al-Anon* telefono numerį (ne asmeninį nario numerį), žmonės galėtų lengviau rasti bendrijos susirinkimą.

Daugelis grupių dalyvauja visuomenės informavimo veikloje, kurią koordinuoja jų regiono, srities tarnyba ir (arba) vietos *Al-Anon* informacijos tarnyba. Vietos žiniasklaidos informavimą (televizija, radijas, spauda, žiniasklaida, plakatai ir kita spausdinta medžiaga ir internetas) koordinuoja regiono, srities arba *Al-Anon* informacijos tarnybos tarnautojai. Daugiau pasiūlymų dėl visuomenės informavimo veiklos, įskaitant tarnystės gaires ir leidinį „Geriausias visuomenės informavimas“ (*The Best of Public Outreach*), galima rasti narių interneto tinklavietėje skiltyje „Public Outreach“. (Taip pat žr. informaciją apie narių ir grupių atliekamą visuomenės informavimą *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo skyriaus „*Al-Anon/Alateen* tvarkos santrauka“ poskyryje „Visuomenės informavimas“).

Nuolat praneškite savo srities visuomenės informavimo koordinatoriams apie savo visuomenės informavimo veiklą.

## GRUPĖS REIKALAI

### Grupės įrašai

Siekiant suteikti tikslią informaciją apie susirinkimus *Al-Anon* ir *Alateen* bendrijoje pagalbos ieškantiems žmonėms ir išlaikyti sklandų bendravimą tarp grupės ir PTB svarbu laiku atnaujinti grupės informaciją. Tikslūs įrašai taip pat padeda užtikrinti sklandžią komunikaciją tarp grupės ir PTB, vietinės tarnystės padalinių. Todėl svarbu, kad grupė raštu praneštų PTB ir srities grupių įrašų koordinatoriui apie susirinkimų vietas, dienas, laiko, GKA ar telefono numerių pakeitimus. Grupės nariai gali savo regiono atstovo paklausti apie srities informacijos pakeitimų pateikimo tvarką. Srities grupių įrašų koordinatorius gali pateikti grupės ataskaitas, kad patikrintų byloje esančios informacijos tikslumą.

### Dalykiniai susirinkimai ir grupės sąmonė

#### **Antra tradicija**

**Mūsų grupės veikloje yra tik vienas autoritetas – mylintis Dievas, toks, koks jis reiškiasi grupės sąmonėje. Mūsų vadovai yra patikimi tarnautojai – jie tarnauja, bet ne valdo.**

Grupės dalykiniai susirinkimai rengiami siekiant skleisti informaciją ir visus grupės narius įtraukti į grupės veiklą ir organizacinius reikalus. Grupė priima sprendimus remdamasi informuotos grupės sąmone.

## **Grupės dalykiniai susirinkimai**

Per grupės dalykinius susirinkimus nariai gali teikti pasiūlymus, kaip didinti grupės narių skaičių, išreikšti rūpesčius, planuoti specialius susirinkimus ar projektus, taip pat priimti kitus grupės sprendimus, pavyzdžiui, dėl grupės pavadinimo keitimo, GKA, grupės kontaktinio telefono, susirinkimo laiko ir vietos, finansų, susirinkimo formos, atviro ar uždaro susirinkimo ir kt. Be to, galima aptarti tokias grupės problemas kaip apkalbos, dominavimas, papildomų tarnystės pareigų poreikis, vadovų rotacija, netinkamas nario elgesys prieš susirinkimą, po jo ar ne susirinkimo metu ir kt. Kai kurios grupės dalykinius susirinkimus rengia reguliariai, o kitos juos organizuoja tik pagal poreikį.

Grupė, atsižvelgdama į savo autonomijos galimybes, gali nuspręsti, kaip tvarkyti grupės organizacinius reikalus ir kaip sukurti grupės sąmonę. Kai kurios grupės dalykinius susirinkimus rengia reguliariai, kitos – pagal poreikį. Dalykiniai susirinkimai gali vykti prieš grupės susirinkimus, po jų arba jų metu.

Dalykinio susirinkimo vedimo ir grupės sąmonės sprendimų registravimo tvarką grupė gali pasirinkti savo nuožiūra. Jei grupės nariai žino tvarką, kaip per dalykinį susirinkimą aptariamos grupės problemos ir idėjos, tai naudinga grupei ir padeda išlaikyti vienybę. Jeigu grupė neturi nusistovėjusios grupės sąmonės tvarkos, šis svarbus sprendimų priėmimo etapas turi būti įgyvendintas prieš grupei diskutuojant bet kokia kita tema.

Grupė taip pat turi nuspręsti, kas turi teisę balsuoti dėl grupės reikalų; daugelio grupių pageidavimu, dalykiniame susirinkime gali balsuoti tik reguliariai grupę lankantys nariai. Nariai, kurie reguliariai dalyvauja daugiau nei viename susirinkime, gali apsvarstyti, kuriame susirinkime bus balsuojama dėl regiono ar srities reikalų. Kartu reikia atsižvelgti į tai, kad mes remiamės dvasiniais principais, o balsavimas dėl to paties klausimo daugiau nei vieną kartą gali būti vertinamas kaip bandymas kontroliuoti rezultatus ar daryti jiems poveikį.

Prieš dalykinį susirinkimą reikia tinkamai informuoti narius apie susirinkimo darbotvarkę. Norint tinkamai informuoti grupės narius, priimti geresnius sprendimus ir stiprinti grupės vienybę, reikia dalykinio susirinkimo darbotvarkę ir susijusią informaciją perduoti nariams likus dviem ar trimis savaitėmis iki jo.

Grupės dalykinio susirinkimo gairėse galima nustatyti pavyzdinę darbotvarkę, pranešimo apie būsimą susirinkimą ir jo pirmininką terminą, kiekvienai temai skirtą laiką, vienybės ir daugumos procentines dalis, grupės sąmonės sprendimų registravimo tvarką ir kt. Daugelis grupių dalykinius susirinkimus veda naudodamiesi gairėmis „Kaip atlikti grupės savianalizę“ (*Taking a Group Inventory*, G-8a, G-8b) ir *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovu (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27).



Kai kurios didesnės grupės turi organizacinį ar priežiūros komitetą, kuris atskirai susirenka, kad parengtų dalykinio susirinkimo darbotvarkę.

### **Grupės sąmonė**

Grupė sąmonė yra grupės dalykinių susirinkimų diskusijų rezultatas. Tai grupės valia. Pagrindiniai grupės sąmonės principai visada yra Dvylika tradicijų ir Dvylika tarnystės koncepcijų. Prieš pradėdant grupės diskusijas verta peržiūrėti šiuos principus. Kai kuriuos paprastus grupės sprendimus galima priimti greitai, tačiau su kitais užtrunkama. Grupės sąmonė vystoma skiriant pakankamai laiko išklausti visus grupės narius, kurie nori dalyvauti.

Norint priimti informuotos grupės sąmonės sprendimą, nariai turi gauti visą informaciją apie svarstomą problemą ir aiškiai suvokti diskusijos tikslą. Taip pat jų prašoma pasitikėti vieni kitų motyvais ir gebėjimais. Lygiavertiškumo pagrindu dalijantis informacija, suteikiant laiko diskusijai ir jos metu remiantis nuostata, kad principai svarbiau nei asmenybės, grupėse dažnai užtikrinama tai, kad sprendimai priimami vieningai. Jeigu per susirinkimui numatytą laiką nepavyksta pasiekti vienybės, galima atidėti diskusiją kitam kartui. Priimto grupės sąmonės sprendimo laikosi visa grupė.

Pagal Penktą koncepciją nariai turi teisę sprendimą apskūsti. Jeigu narys nesutinka su grupės sąmonės sprendimu, jis turi teisę pateikti prašymą pakartotinai svarstyti sprendimą tiems, kas tą sprendimą priėmė. Šį prašymą išnagrinėjus, asmuo turi pripažinti grupės sąmonės sprendimą net tada, jei jis nebuvo pakeistas.

### **Grupės savianalizė**

Grupės savianalizė padeda grupėms išlikti sveikoms ir gyvybingoms. Grupės skatinamos reguliariai atlikti savianalizę pagal Dvylika tradicijų ir Dvylika tarnystės koncepcijų. Per grupės savianalizę nariai gali susitarti dėl naujų tarnystės galimybių ir spręsti mažas ar svarbias problemas, kad būtų išsaugota grupės vienybė. Šiam tikslui naudingos gairės „Kaip atlikti grupės savianalizę“ (*Taking a Group Inventory*, G-8a, G-8b). (Visas gaires galima rasti *Al-Anon* narių interneto tinklavietėje).

### **Grupės problemos ir sprendimai**

„Al-Anon/Alateen tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyriuje „Al-Anon ir Alateen tvarkos santrauka“ pateikiama Pasaulinės tarnystės konferencijos sukaupia grupių sąmonės patirtis, padedanti spręsti daugeliui grupių kylančias problemas.

*Al-Anon* ir *Alateen* nariai tikisi susirinkimuose rasti saugią ir malonią aplinką, o dėl vieno nario netinkamo ar grėsmingo elgesio kilusi sumaištis gali veikti visą grupę. Grupės gali savo nuožiūra nustatyti elgesio grupėje tvarką, atitinkančią grupės sąmonę ir Tradicijas. Kai vieno nario elgesys neigiamai veikia visą grupę, nariai šiai problemai taiko Tradicijas ir nusprendžia, kaip dera šio asmens paprašyti keisti netinkamą elgesį. Vadovaujantis *Al-Anon* principais, galima į jį kreiptis ne asmeniniu priekaištu, o prašymu, pagrindžiant, kad tai geriausia *Al-Anon* grupei. Žr. Konferencijos patvirtintos *Al-Anon* literatūros katalogą (*Al-Anon Conference Approved Literature Catalog*, S-15) arba KPL užsakymo formą (*CAL Order Form*, S-16).

Grupių nariai gali įsitraukti į diskusiją apie religines doktrinas užmiršę, kad narystė skirta visiems. Vienas ar du nariai gali dominuoti grupėje nepaisydami vadovybės rotacijos principo. Be to, nariai gali pažeisti anonimiškumo ir konfidencialumo principą kalbėdami apie tai, ką išgirdo susirinkime. Kiekvienas *Al-Anon/Alateen* narys turi suprasti reikalavimą neatskleisti jokios asmeninės informacijos, kurią išgirdo susirinkimo metu ar asmeniškai iš kurio nors nario. Kiekvienas narys turi būti įsitikinęs, kad nei globėjas, nei kiti nariai niekam neperpasakos to, kas buvo pasakyta susirinkime.\*

Trys pagrindinės kliūtys *Al-Anon* sėkmei – tai religijos aptarimas, apkalbos ir dominavimas. Daugelis grupių išsprendė šias problemas vadovaudamiesi pastraipa iš brošiūros „Alkoholizmas – šeimos liga“ (*Alcoholism the Family Disease*, P-4). (Pastraipa pateikta skyriaus „Siūloma susirinkimo forma“ poskyryje „Papildomi skaitiniai“.)

Knygose „Dvylika *Al-Anon* žingsnių ir dvylika tradicijų“ (*Al-Anon's Twelve Steps and Twelve Traditions*, B-8), „*Al-Anon* pagalba alkoholikų artimiesiems ir draugams“ (*How Al-Anon Works for Families & Friends of Alcoholics*, B-22) ir „Sveikimo keliai – *Al-Anon* Žingsniai, Tradicijos ir Tarnystės koncepcijos“ (*Paths to Recovery – Al-Anon's Steps, Traditions, and Concepts*, B-24) pateikta daugiau pasiūlymų, kaip pritaikyti Dvylika tradicijų ir Dvylika tarnystės koncepcijų grupės problemoms spręsti.

Lėšų stygius gali riboti grupės galimybes, o jų perteklius – kelti nesutarimų. Patarimų, kaip tvarkyti ir paskirstyti grupės lėšas rasite leidiniuose „Septinta tradicija“ (*Seventh Tradicion*, S-21) ir „Gairės dėl rezervinių lėšų“ (*Reserve Fund Guidelines*, G-41), kurie skelbiami *Al-Anon/Alateen* narių interneto tinklavietėje.

Grupės problemas padeda įveikti tokie metodai kaip grupės savianalizė, svarbiausio tikslo prisiminimas, Tradicijų ir Tarnystės koncepcijų taikymas, patirties, stiprybės ir vilties

---

\* Atminkite, kad *Al-Anon* susirinkimuose galioja visi įstatymai. Nariai turi atsargiai pasakoti informaciją, kurią privalu pranešti vietos, valstijos, regiono ar valstybinės valdžios įstaigoms.

ieškojimas kitose vietos grupėse ar regioniniuose susirinkimuose (žr. gaires „Kaip atlikti grupės savianalizę“ (*Taking a Group Inventory, G-8*) *Al-Anon/Alateen* narių interneto svetainėje).

Svarbu, kad nariai dalyvautų grupės veikloje. Tai stiprina grupės bendrumą ir kiekvieno nario norą priklausyti grupei. Kadangi grupėje yra tam tikras tarnystės pareigų skaičius, geriau laikytis rotacijos tvarkos nei leisti vienam nariui ilgą laiką atlikti tas pačias pareigas. Kitos grupės užduotys gali būti visuomenės informavimas, maisto pristatymas grupei tam tikram laikotarpiui, paruošimas susirinkimui, patalpos tvarkymas. Per kiekvieną susirinkimą išdininkas kompensuoja išlaidas už maistą. Kuo daugiau darbų galime pasiūlyti, tuo daugiau narių dalyvaus ir jausis esantys svarbi grupės dalis. Ketvirta tarnystės koncepcija primena, kad dalyvavimas yra „esminė darnos prielaida“.

## Grupės ataskaitos ir pranešimai

### Patikėtinių ataskaitos

Susirinkimo pirmininkas gali prašyti sekretoriaus ar kito patikėtinio perskaityti pranešimus, gautus iš PTB ir kitų *Al-Anon* tarnystės padalinių, taip pat gautus DKA (dabartiniu korespondencijos adresu) – el. paštu ir paštu. Galima paprašyti išdininko perskaityti PTB ketvirtinį prašymą ir pateikti grupei ataskaitą apie pajamas ir išlaidas.

Grupės atstovas gali reguliariai informuoti grupę apie regiono ar srities asamblėjos susirinkimus, per kiekvieną susirinkimą gali pasiūlyti dominančią temą iš *The Forum* („Forumas“), *Group e-News* („Grupių el. naujienos“) arba *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual, P-24/27*). Be to, grupės atstovas gali pranešti grupei įdomios informacijos iš Pasaulinės tarnystės konferencijos santraukos (*World Service Conference Summary, P-46*), kurios nemokamą egzempliorių galima užsisakyti tik padengiant pašto išlaidas arba peržiūrėti narių interneto tinklavietėje. Informacijos tarnybos atstovas gali informuoti apie vietinės *Al-Anon* informacijos tarnybos darbą.

### Kiti grupės pranešimai

#### Šešta tradicija

**Nei viena *Al-Anon* grupė neturėtų remti, finansuoti jokios pašalinės organizacijos ar leisti naudotis *Al-Anon* vardu, kad pinigų, nuosavybės ar garbės reikalai nenukreiptų mūsų nuo pagrindinio dvasinio tikslo. Tačiau, veikdami atskirai nuo kitų, visada turime bendradarbiauti su AA.**

Svarbu per susirinkimus skelbti tik *Al-Anon/Alateen* renginius. Dėl bendradarbiavimo su AA galima skelbti ir šios organizacijos renginius, kuriuose dalyvauja *Al-Anon* ir *Alateen*, bet *Al-Anon* susirinkime ar susirinkimo vietoje grupės neturi aptarti kitų 12 žingsnių programų. Viešindami kitų organizacijų renginius būtume su jomis susiję, o tai nepriimtina net tada, kai didžiąją renginio dalyvių dalį sudaro *Al-Anon* ar *Alateen* nariai. (Žr. *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyriaus „*Al-Anon* ir *Alateen* tvarkos santrauka“ poskyrius „Religija ir filosofija“ ir „*Al-Anon* programos silpnėjimas“.)

Atminkite, kad norint pavadinime naudoti *Alateen*, bet koks renginys, kuriame dalyvauja *Alateen*, turi būti susijęs su *Al-Anon* sritimi, kurioje jis vyksta, o renginio reikalavimai turi atitikti ar srities *Alateen* saugos ir elgsenos reikalavimus ar būti griežtesni.

## Grupės lėšos ir biudžetas

### Septinta tradicija

#### **Kiekviena grupė turėtų išsilaikyti pati, atsisakydama pašalinių įnašų.**

Pagal Septintą tradiciją narystė grupėje yra jos lėšų šaltinis. *Al-Anon/Alateen* parama iš išorinių šaltinių pažeistų šią Tradiciją. Bendrijoje netaikomas joks nustatytas *Al-Anon/Alateen* narystės mokestis ar rinkliava. Grupės narių finansinė parama grupei yra būdas išreikšti dėkingumą už programos suteiktą pagalbą užtikrinant, kad *Al-Anon* ir *Alateen* pagalba galės naudotis ir kiti žmonės, norintys sveikti nuo alkoholizmo padarinių.

Grupės lėšos naudojamos *Al-Anon* pagalbos ir vilties žiniai skleisti tebekeičiantiems žmonėms. Grupės įnašais remiami ir visi *Al-Anon* tarnystės lygiai, įskaitant regiono tarnybą, vietos *Al-Anon* informacijos tarnybą, srities tarnybą ir Pasaulinės tarnybos biurą.

Dauguma grupių sukaupia lėšų tik kasdieniams reikalams ir turi nedidelį rezervą, kurio pakanka GA dalyvavimo asamblėjoje išlaidoms ir dviejų mėnesių grupės išlaidoms padengti. Dėl šių reikalų gali nuspręsti grupės sąmonė.

Į grupės išlaidas galima įtraukti šias išlaidas:

- susirinkimų vietos nuomos išlaidas (įskaitant draudimo išlaidas);
- grupės atstovo išlaidas, patirtas dalyvaujant regioniniuose ir srities susirinkimuose;
- *Al-Anon* informacijos tarnybos atstovo išlaidas, patirtas dalyvaujant AIT susirinkimuose;
- Konferencijos patvirtintos literatūros, įskaitant *Al-Anon/Alateen* knygas ir brošiūras, platinimo nariams išlaidas (dauguma grupių brošiūras ir lankstinukus naujokams dalija nemokamai ar už mažą kainą);

- kitas išlaidas, dėl kurių nusprendžia grupės sąmonė, pvz., skirtas vaikų priežiūros paslaugoms, visuomenės informavimui, maistui ir kt.

Grupių finansiniais įnašais išlaikomi visi *Al-Anon/Alateen* tarnystės lygiai:

- regiono tarnyba, *Al-Anon* informacijos tarnyba ir pasaulinės tarnystės regiono (valstybės ar provincijos) tarnyba, dirbanti grupei;
- Pasaulinės tarnybos biuras, tarnaujantis visoms grupėms (pagal Septintą tradiciją Pasaulinės tarnybos biuro išlaikymas yra visų *Al-Anon* narių, grupių ir tarnystės padalinių pareiga).\*

Nariai sudaro grupės biudžetą. Planuoja, kiek lėšų skirs literatūrai įsigyti, maistui ir tarnystės padaliniams skirtiems įnašams. Kai kurios grupės organizuoja papildomą lėšų rinkimą tam tikriems regiono ar srities projektams. Prireikus nariai gali rinkti lėšas organizuodami labdaros renginius. (Žr. *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyriaus „*Al-Anon* ir *Alateen* tvarkos santrauka“ poskyrį „Finansiniai reikalai“).

Pagal Šeštą ir Septintą tradicijas grupė neteikia finansinės paramos nepasiturintiems nariams ar kitoms organizacijoms. Nariai gali padėti kitiems, jei reikia ir jei nori, tačiau tai daroma neįtraukiant *Al-Anon* vardo ar kitų grupės narių.

Jeigu grupė negali remti tarnystės struktūros dėl didelių susirinkimų išlaidų, jai rekomenduojama rinktis kitą vietą. Grupė neturi atiduoti visų surinktų lėšų išorės subjektui, pvz., klubui, net jei tai būtų naudojimosi susirinkimo patalpomis sąlyga.

Grupei rekomenduojama reguliariai peržiūrėti savo biudžetą, ypač kai kinta susirinkimų išlaidos, pvz., didėja nuomos kaina, kinta lankomumas, sumažėjo narių įnašų, finansuojama visuomenės informavimo veikla ir kt. Grupė turi sumokėti tik už susirinkimų vietos nuomą, tačiau patalpų savininkui neteikia jokios kitos paramos. Jei rengiami elektroniniai susirinkimai, grupė taip pat moka tik nuomos mokestį interneto tinklavietės savininkui ir jokios kitos paramos neteikia.

Ketvirtiniais PTB prašymais nariams suteikiama galimybė įgyvendinti Dvyliką žingsnį ne grupės lygmeniu. Vasario, gegužės, rugpjūčio ir lapkričio mėnesiais prašymo laiškas siunčiamas Pasaulinės tarnystės konferencijos struktūrai priklausančių grupių GKA (galiojančiais korespondencijos adresais), o lapkričio mėnesį grupėms visame pasaulyje. Prašoma, kad laiškas būtų perskaitytas dviejuose iš eilės susirinkimuose prieš renkant aukas. Taigi nariai gali šitaip išreikšti dėkingumą *Al-Anon/Alateen*. Kai kurios grupės, be šios rinkliavos, prideda papildomą įnašą. Kai kurių sričių, regionų tarnybos ar *Al-Anon* informacijos tarnybos taip pat gali grupėms siųsti prašymą.

---

\* Šalyse, kur įkurta nacionalinė tarnyba, grupės remia generalinę tarnybą (GT) ir Pasaulinės tarnybos biurą.

## **Grupės banko sąskaita**

*Al-Anon* ar *Alateen* grupė neprivalo turėti banko sąskaitos, tačiau kai kurios grupės gali jas atidaryti. Tai priklauso nuo grupės sąmonės sprendimo. Siekiant priimti informuotos grupės sąmonės sprendimą, rekomenduojama nariams suteikti visą informaciją apie banko sąskaitą, susijusius mokesčius ir reikalavimus. Atminkite, kad atskiros *Al-Anon* ir *Alateen* grupės nelaikomos pelno nesiekiančiomis organizacijomis ir jos nėra Pasaulinės tarnybos biuro filialai ar skyriai. Pasaulinės tarnybos biuras negali vietos grupėms suteikti savo pelno nesiekiančios organizacijos numerio, nes negali disponuoti jų lėšomis. *Al-Anon* ir *Alateen* grupės yra finansiškai nepriklausomos. (Žr. *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyriaus „*Al-Anon* ir *Alateen* tvarkos santrauka“ poskyrį „Steigimas ir mokesčiai“.)

Jungtinėse Amerikos Valstijose *Al-Anon* ir *Alateen* grupės, norinčios atidaryti banko sąskaitą, turi gauti federalinį darbdavio identifikavimo numerį (EIN) iš Mokesčių tarnybos (IRS). EIN nesuteikia grupei teisinio statuso ir teisės nemokėti mokesčių, jis neturi būti painiojamas su Pasaulinės tarnybos biuro identifikavimo numeriu.

Patikėtinio, kuris kreipiasi dėl EIN ir (arba) banko sąskaitos, gali būti prašoma pateikti asmeninę informaciją (vardą, pavardę, adresą ir socialinio draudimo numerį). Šią tarnystę turi priiimti narys, kuris sugeba tai atlikti ir jaučiasi patogiai teikdamas tokią informaciją. Rekomenduojama, kad kiekvieną grupės banko sąskaitos čekį pasirašytų bent du nariai ir kad nuo dviejų iki keturių narių galėtų naudotis sąskaita.

Kanados bankai gali reikalauti panašių dokumentų, gautų iš Kanados mokesčių agentūros, kad atidarytų bendruomenės banko sąskaitą.

Nerekomenduojama grupės lėšas laikyti asmeninėje nario sąskaitoje (ar atidaryti asmeninę sąskaitą naudojant nario socialinio draudimo numerį), nes tokios sąskaitos teisėtai priklauso ne grupei, o nariui ir gali būti sunku atlikti tikslią apskaitą. Jeigu narys tampa neveiksnius ar suserga, grupė gali netekti prieigos prie sąskaitos. Nario mirties atveju sąskaita pripažįstama jo turto dalimi ir grupė gali prarasti lėšas.

Įvairiose šalyse bankų reikalavimai gali skirtis ir grupės turi laikytis vietos bankininkystės reikalavimų ir taisyklių.

Dėl papildomos informacijos prašome kreiptis į Pasaulinės tarnybos biurą.

## **Draudimas**

Daugelyje susirinkimo vietų iš *Al-Anon* grupių reikalaujama civilinės atsakomybės draudimo ir pasirašyti atsakomybės atsisakymą dėl galimos žalos. Pagal JAV ir Kanados teisę

Pasaulinės tarnybos biuras negali įsigyti bendrojo draudimo, kuris galėtų visoms grupėms ir tarnystės padaliniams. Grupės, kurioms reikia draudimo, skatinamos pirmiausia kreiptis į regiono ir srities tarnybas ir išsiaiškinti, ar jos gali suteikti civilinės atsakomybės draudimą grupėms. Kitu atveju kelios grupės, kurios renkasi toje pačioje vietoje, gali kartu įsigyti vieną draudimo polisą. Įvairiose šalyse teisės aktai skiriasi, todėl siūloma dėl civilinės atsakomybės draudimo kreiptis į atitinkamas vietas įstaigas. Draudimo mokesčiai neturi varžyti grupės galimybių laikytis Tradicijų dvasios ir remti *Al-Anon* ir *Alateen* tarnystės padalinius. Jei grupė negali pasirūpinti savo būtiniausiais poreikiais, galbūt reikia keisti susirinkimų vietą.

## NARIŲ IR GRUPIŲ IŠTEKLIAI

### *Al-Anon* interneto tinklavietės

Siekdamos informuoti visuomenę ir narius, dauguma *Al-Anon* regionų, sričių tarnybų ir **informacijos tarnybų turi** interneto tinklavietes. Pasaulinės tarnybos biuras turi dvi nariams ir visuomenei skirtas tinklavietes.

**Pasaulinės tarnybos biuro visuomenės informavimo tinklavietėje** [www.al-anon.alateen.org](http://www.al-anon.alateen.org) informacijos gali rasti naujokai, specialistai ir žiniasklaida. Čia skelbiami garso įrašai, žurnalas *Al-Anon Faces Alcoholizm* („*Al-Anon* akistata su alkoholizmu“), pranešimai spaudai, Konferencijos patvirtinta literatūra ir *The Forum* („Forumas“), *Al-Anon* informacijos tarnybų kontaktinė informacija, nuorodos į regionų tarnybų ir informacijos tarnybų svetaines, internetinės parduotuvė ir kt.

**Pasaulinės tarnybos biuro narių tinklavietėje** [www.al-anon.alateen.org/members](http://www.al-anon.alateen.org/members), kuri apsaugota slaptažodžiu, skelbiamas visas *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovas (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27), *Al-Anon/Alateen* gairės, Pasaulinės tarnystės konferencijų santraukos (*World Service Conference Summaries*), sričių tarnybų pranešimai, formos, visuomenės informavimo medžiaga, PTB finansinė informacija, garso įrašai, interneto dienoraščiai, *The Forum* („Forumas“) kalendorius, įdomi informacija iš PTB archyvo ir PTB paskutinės naujienos.

Kaip prisijungti prie PTB tinklavietės:

- savo interneto naršyklėje surinkite [www.al-anon.alateen.org/members](http://www.al-anon.alateen.org/members) (arba spragtelėkite skirtuką „Member?“ (narys) visuomenės informavimo tinklavietėje);
- pasirinkite kalbą (anglų, ispanų ar prancūzų);

- jūsų slaptažodis yra bet koks jūsų lankomos grupės pavadinimo variantas pridėjus raidės AFG. Pavyzdys: jei lankote grupę „Tuesday Serenity AFG“, jūsų slaptažodis gali būti „Tuesday AFG“ ar „serenityafg“.

## Grupėms taikomos gairės

Pasaulinės tarnybos biuras kaupia ir skelbia *Al-Anon* ir *Alateen* narių bendrą patirtį, kurią rasite *Al-Anon/Alateen* narių interneto tinklavietėje.

Grupėms gali būti naudingos šios gairės:

- „Kalbėti norintiems nariams“ (*Members Interested in Speaking*, G-1);
- „Naujokų susirinkimas“ (*Beginners' Meeting*, G-2);
- „*Al-Anon* ir AA bendradarbiavimas“ (*Cooperation Between Al-Anon and A.A.* , G-3);
- „Kaip atlikti grupės savianalizę“ (*Taking a Group Inventory*, G-8a, G-8b);
- „Visuomenės informavimas“ (*Outreach to the Public*, G-10);
- „Grupės atstovai“ (*Group Representatives*, G-11);
- „Kaip įkurti *Al-Anon* grupę“ (*How to Start an Al-Anon Group*, G-12);
- „Siūlomoms susirinkimų programoms“ (*Suggested Programs for Meetings*, G-13);
- „Kaip įkurti *Alateen* grupę“ (*Starting an Alateen Group*, G-19);
- „Atviras *Al-Anon* susirinkimas“ (*The Open Al-Anon Meeting*, G-27);
- „Specialistų informavimas“ (*Outreach to Professionals*, G-29);
- „Literatūros užsakymas“ (*Ordering Literature*, G-31);
- „*Alateen* saugumo gairės“ (*Alateen Safety Guidelines*, G-34);
- „Elektroninio *Al-Anon* susirinkimo gairės“ (*Electronic Al-Anon Meeting Guideline*, G-39);
- „Gairės dėl *Al-Anon* interneto svetainių“ (*Guideline for Al-Anon Web Sites*, G-40);
- „Gairės dėl rezervinių lėšų“ (*Reserve Fund Guideline*, G-41).

## Naujienlaiškiai ir periodiniai leidiniai

- *Group e-News* („Grupių el. naujienos“) – tai elektroninis naujienlaiškis, kas mėnesį el. paštu siunčiamas kiekvienos grupės GKA (galiojančiu korespondencijos adresu). Jį sudaro Pasaulinės tarnybos biuro naujienos ir pranešimai.



- Mėnesiniame *Al-Anon/Alateen* žurnale *The Forum* („Forumas“) skelbiamos narių sveikimo istorijos, taip pat PTB naujienos ir informacija. Be to, jame siūlomos susirinkimų temos ir susirinkimai nepriklausomai nuo laiko ir vietos. Dalijimosi patirtimi lapai skelbiami *Al-Anon* narių tinklavietėje.
- *Alateen Talk* („Kalba Alateen“) yra ketvirtinis *Alateen* naujienlaiškis, platinamas visoms registruotoms *Alateen* grupėms pagal prenumeratą. *Alateen* nariai dalijasi sveikimo patirtimi, o *Alateen* grupių globėjai pasakoja apie savo tarnystės patirtį. Dalijimosi patirtimi lapai siunčiami paštu su kiekviena svarstoma problema ir skelbiami *Al-Anon* narių interneto tinklavietėje.

## Literatūra ir medžiaga apie tarnystę

*Al-Anon/Alateen* literatūra ir medžiaga apie tarnystę padeda nariams sveikti tarp susirinkimų, geriau suvokti save ir *Al-Anon/Alateen* programos principus. Konferencijos patvirtintą literatūrą (KPL) parašė *Al-Anon* nariai kitiems nariams. Ją nuodugniai peržiūri daug *Al-Anon* narių siekdami užtikrinti, kad literatūra perteiktų programą nuosekliai ir suprantamai. KPL pavyzdžiai skelbiami PTB visuomenės informavimo ir narių interneto tinklavietėse.

*Al-Anon/Alateen* tarnystės priemonės padeda nariams tvarkyti *Al-Anon/Alateen* reikalus protingai ir produktyviai. Daug tarnystės priemonių, įskaitant *Al-Anon/Alateen* gaires, skelbiama PTB narių interneto tinklavietėje ir prireikus jas galima atsisiųsti ir atspausdinti. Kitą visuomenės informavimo medžiagą galima įsigyti už mažą kainą. Visas *Al-Anon/Alateen* Konferencijos patvirtintos literatūros ir medžiagos apie tarnystę katalogas (*Al-Anon/Alateen Conference Approved Literature and Service Materials*, S-15) kasmet siunčiamas visoms *Al-Anon/Alateen* grupėms.

Dauguma *Al-Anon* leidinių, įskaitant KPL, *The Forum* („Forumas“) ir *Alateen Talk* („Kalba Alateen“), dera naudoti ir platinti per *Al-Anon/Alateen* susirinkimus. Nariai visada gali skaityti ir kitą literatūrą, bet per *Al-Anon/Alateen* susirinkimus naudojama tik *Al-Anon/Alateen* medžiaga. Taip užtikriname, kad mūsų programos skleidžiama žinia nuosekliai atitiktų mūsų principus. (Žr. Tarnystės vadovo skyriaus „*Al-Anon* ir *Alateen* tvarkos santrauka“ poskyrį „Konferencijos patvirtinta literatūra ir tarnystės priemonės/medžiaga“.)

## AL-ANON/ALATEEN BENDRIJOS STRUKTŪRA

Įvairiose šalyse tarnystės pobūdis gali skirtis. Grupės struktūra priklauso nuo vietos struktūrinių poreikių.

Šiame skyriuje pateikiamos tik bendrosios sąvokos, o daugiau informacijos apie tarnystės pareigas galima rasti *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyriuje „Pasaulinės tarnystės vadovas“. Papildomi ištekliai yra gairės, skelbiamos *Al-Anon/Alateen* narių interneto tinklavietėje.

### Grupės struktūra

*Al-Anon* grupių struktūros pagrindas yra narystė. Pagrindinis elementas – *Al-Anon* ar *Alateen* grupė, kurią sudaro du ar daugiau žmonių, susirenkančių savitarpio pagalbos tikslu.

Už grupės veiklą atsako tarnautojai/vadovai, išrinkti grupės narių. Tarnautojai/vadovai paprastai keičiasi kas šešis mėnesius, kad kiekvienas galėtų tarnauti grupei. Atsižvelgiant į grupės dydį, šie tarnautojai/vadovai gali būti sekretorius ir pirmininkas. Vėliau grupei gali prireikti išdininko ir programos pirmininko ar kito šiame leidinyje nurodyto tarnautojo. Grupės atstovas (GA) taip pat yra grupės tarnautojas. Jis renkamas trejiems metams ir atstovauja grupės interesams regione ir srityje, taip pat informuoja grupę apie regiono, srities ir pasaulio *Al-Anon* įvykius. Grupės atstovui patikėta „sprendimo teisė“, jis gali balsuoti grupės vardu pagal savo sąžinę, atsižvelgdamas į visos *Al-Anon* bendrijos gerovę. (žr. *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyrių „Tarnystės koncepcijos“ ir gaires „Grupės atstovai“ (*Group Representative*, G-11). GA ir kiti tarnautojai yra grupės vadovai ir patikėtiniai, kurie atlieka savo pareigas pagal Tradicijas ir Tarnystės koncepcijas, tačiau neturi teisės valdyti grupę. Jų pareigos apibūdintos skyriuje „Siūlomoms grupės tarnautojų ir vadovų pareigos“.

Komunikacija tarp atskirų grupių ir visos *Al-Anon* bendrijos vykdoma dviem pagrindiniais būdais. Pirmasis – Pasaulinės tarnystės konferencija (*World Service Conference*), kuri tiesiogiai tarnauja *Al-Anon* ir *Alateen* grupėms JAV ir Kanadoje (įskaitant jų teritorijas, Bermudą ir Puerto Riką), taip pat kitų šalių grupėms ir struktūroms (kurių balsai girdimi per Tarptautinį koordinavimo komitetą (*International Coordination Committee*). Antrasis būdas yra koordinavimo struktūra, vadinama Pasaulinės tarnybos biuru (*World Service Office*). Tai centrinė *Al-Anon* grupių būstinė, atliekanti viso pasaulio grupių tarnystės centro funkciją ir palaikanti ryšius su kitais generalinių tarnybų biurais (*General Service Offices*), iš kurių keli rengia atskiras konferencijas.

## Regionai

Regionas (*district*) – pirmas grupės saitas su sritimi, PTB ir Pasaulinės tarnystės konferencija. Regioną sudaro grupės, įsikūrusios tam tikrame teritoriniame vienete (mieste, valstijoje, provincijoje), kurios renkasi pagal poreikį. Šiam teritoriniam vienetai priklausančių grupių atstovai (GA) dalyvauja regiono tarnybos susirinkimuose, kur atstovauja savo grupei. Priimami sprendimai dėl vietoje vykdomos veiklos, vietos visuomenės informavimo ir naujienų, kurios bus skleidžiamos tarp grupių.

Kiekvienas regionas išrenka regiono atstovą (RA), kuris gali lankyti visas grupes ir joms atstovauja srities pasaulinės tarnystės komitete (*Area World Service Committee*). Kiekvienas regionas gali turėti tarnautojų ir koordinatorių, padedančių regione skleisti žinią. Regiono tarnyba teikia pagalbą grupėms ir šiuos tarnautojus galima pasikviesti į kilusių problemų ar klausimų aptarimą. Daugiau informacijos apie regionus ir regiono susirinkimus rasite *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyriuje „Pasaulinės tarnystės vadovas“.

## *Al-Anon* informacijos tarnyba (AIT)

*Al-Anon* informacijos tarnyba (*Al-Anon Information Service/Intergroup*) yra vietinė tarnyba, įsteigta ir išlaikoma vieno ar daugiau regionų arba grupių, esančių pakankamai arti viena kitos, kad galėtų lengvai susisiekti ir bendrauti. Nebūtina atsižvelgti į teritorinį suskirstymą, išskyrus atvejus, kai vienos *Al-Anon* informacijos tarnybos veiklos sritis persidengia su netoliese esančios kitos tarnybos sritimi. Tokiu atveju teritorinės ribos nustatomos savitarpio susitarimu.

*Al-Anon* informacijos tarnyba paprastai atlieka šias funkcijas:

- tvarko vietos telefonų sąrašą, kad žmonės, ieškantys informacijos apie *Al-Anon* ar *Alateen*, galėtų greitai ją gauti;
- tvarko pašto dėžutę ar biuro adresą, kuris pateikiamas Pasaulinės tarnybos biurui;
- priima pašto ir elektroninę korespondenciją, užklausas telefonu ir šią informaciją perduoda grupėms, kad pasinaudotų ar atsakytų;
- bendradarbiaudama su srities grupių įrašų koordinatoriumi, atnaujina, skelbia ir platina vietos grupių susirinkimų sąrašą;
- planuoja ir tvarko susirinkimų mainų programą, kai tam tikram laikotarpiui grupių pirmininkai ir programos pirmininkai keičiasi pranešėjų grupėmis;
- padeda atlikti *Al-Anon* visuomenės informavimo tarnystę, kuri, jei taikoma, priklauso regiono kompetencijai;

- laiko pagrindines Konferencijos patvirtintos literatūros atsargas ir Pasaulinės tarnybos biure gali užsiregistruoti kaip Konferencijos patvirtintos literatūros platinimo centras (LPC);\*
- gali administruoti tinklavietę, susietą su srities svetaine;
- periodiškai rengia susirinkimus, kur dalyvauja visi informacijos tarnybos atstovai, pristatomos veiklos ataskaitos, įskaitant finansinius reikalus, taip pat aptariami su grupėmis susiję reikalai;
- spausdina ir platina savo naujienlaiškį apie ją remiančių vietinių *Al-Anon/Alateen* grupių veiklą.

AIT telefonai ir korespondencijos adresai skelbiami vietos informaciniuose šaltiniuose, susirinkimų sąrašuose ir interneto svetainėse. Pagal Vienuoliktą tradiciją *Al-Anon* informacijos tarnyba nenaudoja *Al-Anon* narių asmeninių telefono numerių ar adresų. Šitaip galima pasiekti potencialius narius neatskleidžiant *Al-Anon* ir *Alateen* narių tapatybių, adresų ir telefono numerių ir saugant jų anonimiškumą.

Bet kuri vietos *Al-Anon* ar *Alateen* grupė gali remti informacijos tarnybą – šis sprendimas priimamas tik savanoriškai. Informacijos tarnybą išlaiko atitinkamo teritorinio vieneto grupės, kurioms ji tarnauja. Informacijos tarnyba negali gauti jokios paramos ne iš savo teritorijos grupių. Įnašai teikiami savanoriškai ir tai nėra narystės sąlyga.

Gairės „*Al-Anon* informacijos tarnybos“ (*Al-Anon Information Services*, G-4), „Literatūros platinimo centrai“ (*Literature Distribution Centers*, G-18) ir „Gairės dėl *Al-Anon* interneto svetainių“ (*Guideline for Al-Anon Web Sites*, G-40) skelbiamos PTB *Al-Anon/Alateen* narių interneto tinklavietėje.

### ***Al-Anon* informacijos tarnybos atstovavimas**

Patirtis parodė, kad *Al-Anon* informacijos tarnyba gali atlikti regiono tarnybos funkciją, sukurdamą komunikacijos tinklą. Rekomenduojama, kad pakaitinis grupės atstovas tarnautų kaip informacinės tarnybos atstovas (ITA) o grupės atstovas tarnautų kaip pakaitinis informacijos tarnybos atstovas.\*\* Be to, pakaitinis regiono atstovas gali būti informacijos tarnybos tarybos narys, o regiono atstovas paprastai tarnauja kaip pakaitinis informacijos tarnybos tarybos narys. *Al-Anon* informacijos tarnyba siunčia atstovą, vadinamą *Al-Anon* informacijos tarnybos ryšininku, į srities pasaulinės tarnybos komiteto ir asamblėjos susirinkimus.

---

\* Pasaulinės tarnybos biure registruojami ir nepriklausomi nuo vietinės informacijos tarnybos LPC.

\*\* Dėl taikomos tvarkos žr. *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyriaus „*Al-Anon* ir *Alateen* tvarkos santrauka“ poskyrį „*Al-Anon/Alateen* ir AA dviguba narystė“.

## Sritis

Sritį (*area*) sudaro regionai ir grupės, esantys tam tikroje geografinėje teritorijoje, paprastai valstybėje ar provincijoje. Kiekviena srities grupė turi teisę per grupės atstovą balsuoti dėl srities reikalų. JAV ir Kanadoje Pasaulinės tarnystės konferencijoje kiekvienai sričiai atstovauja srities delegatas, kurį trejiems metams išrenka grupių atstovai. Kiti srities tarnautojai yra pakaitinis delegatas, pirmininkas, sekretorius ir išdininkas. Srities koordinatoriai palaiko ryšius tarp PTB padalinių ir vietos patikėtinių. Srities koordinatoriai gali būti atsakingi už *Alateen*, archyvą, visuomenės informavimą, literatūrą, srities naujienlaiškį, srities *Alateen* tvarką, žurnalą *The Forum* („Forumas“), interneto svetainę ir grupių įrašus. Visi srities tarnautojai ir koordinatoriai yra svarbios visos tarnystės grandys, taip pat jie teikia pagalbą savo srities grupėms ir regionų tarnyboms.

### **Srities asamblėja**

Srities asamblėja (*Area Assembly*) – tai dalykinis susirinkimas, į kurį grupės siunčia savo atstovus, kad išreikštų grupės valią ir grupės vardu balsuotų. Per asamblėją delegatai praneša apie Pasaulinės tarnystės konferencijos veiklą. Asamblėja gali vykti bent vieną ar du kartus per metus arba mažiausiai vieną kartą per trejus metus. Dauguma sričių asamblėjų rengiama kur kas dažniau.

### **Srities pasaulinės tarnystės komitetas**

Tarp srities asamblėjų yra rengiami srities pasaulinės tarnystės komiteto (*Area World Service Committee*) susirinkimai, kur renkami asamblėjos dalyviai, visi regionų atstovai, *Al-Anon* informacijos tarnybos ryšininkai, srities koordinatoriai, atsakingi už atitinkamą tarnystę. Per šiuos susirinkimus planuojama asamblėjos darbotvarkė, pateikiama informacija ir ataskaitos, priimami sprendimai, kurių negalima atidėti iki asamblėjos.

## Pasaulinės tarnystės konferencija (PTK)

Žr. *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyrių „Pasaulinės tarnystės vadovas“.

Pasaulinės tarnystės konferencija (*World Service Conference*) yra metinis susirinkimas, kur dalyvauja išrinkti delegatai iš kiekvienos srities, priklausančios Pasaulinės tarnystės konferencijos struktūrai, taip pat Patikėtinių tarybos (*Board of Trustees*), Vykdomojo komiteto

(*Executive Committee*) nariai ir Pasaulinės tarnystės konferencijos darbuotojai. \* Per konferenciją diskusijose ir sprendimuose aktyviai išreiškiami *Al-Anon* grupių balsai ir priimami veiksmingi grupių sąmonės sprendimai dėl pasaulinės tarnystės reikalų.

Delegatai į Pasaulinės tarnystės konferenciją išrenkami grupės sričių asamblėjoje keliais rinkimų etapais. Šiuo demokratiniu principu išrinktiems delegatams patikima grupės sąmonė remiantis Trečia tarnystės koncepcija – už grupę priimti pasaulinės reikšmės sprendimus.

### **Nuo grupės iki Pasaulinės tarnystės konferencijos**

Kiekviena *Al-Anon* ir *Alateen* grupė renka *grupės atstovą* (GA), kuris ją sieja su viso pasaulio *Al-Anon*, kaip teigiama Pirmoje tarnystės koncepcijoje. GA dalyvauja regioniniuose susirinkimuose, kur aptariamos problemos ir pateikiama informacija. Regionas yra vienas iš srities asamblėjos teritorinių segmentų valstybėje ar provincijoje. Grupės atstovai renka *regiono atstovą* (RA) dalyvauti srities pasaulinės tarnystės komiteto (SPTK) susirinkimuose.

Regiono ir grupės atstovai, pakviesti pirmininko, turi dalyvauti srities asamblėjoje. Kartą per trejus metus srities asamblėjoje dalyvaujantys GA renka *delegatą* į Pasaulinės tarnystės konferenciją (PTK) ateinantiems trejiems metams.

Dėl tokio pakopinio renkamų pareigų paskirstymo visoms *Al-Anon* ir *Alateen* grupėms suteikiamas balsas Pasaulinės tarnystės konferencijoje. Ši struktūra taip pat užtikrina nuoseklią komunikacijos grandinę, kai informacija skleidžiama tarp grupių, regionų, asamblėjų, PTK ir Pasaulinės tarnybos biuro. Priėmus PTK sprendimus, informacija skleidžiama ta pačia komunikacijos grandine: delegatas praneša asamblėjai ir SPTK, regiono atstovai – grupių atstovams, o šie – grupių nariams. Grupė, neišsirinkusi atstovo, nesuteikia nariams balso ir nutraukia komunikacijos grandinę. Išsami kiekvienos metinės PTK, paprastai rengiamos balandžio mėnesį, santrauka skelbiama visiems nariams *Al-Anon* narių interneto tinklavietėje. Taip pat galima užsisakyti spausdintą kopiją apmokant tik pašto išlaidas.

*Al-Anon* išplitus šalyse, nepriklausančiose PTK struktūrai, nariai sukūrė savo grupėms tinkamas tarnystės struktūras. Nacionalinių generalinių tarnybų atstovai kviečiami dalyvauti Pasaulinės tarnystės konferencijoje ir jiems suteikiama teisė kalbėti, tačiau balsuoti negali, nes šie atstovai balsuoja savo šalių tarnystės konferencijose.

## **Pasaulinės tarnybos biuras (PTB)**

---

\* Dėl taikomos tvarkos žr. *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyriaus „*Al-Anon* ir *Alateen* tvarkos santrauka“ poskyrį „*Al-Anon/Alateen* ir AA dviguba narystė“.

Tam tikrose šalyse tarnystę dažniausiai koordinuoja generalinės tarnybos biurai (*General Service Offices*), kurie siejasi su PTB per Tarptautinį koordinavimo komitetą (*International Coordination Committee*). Struktūrą pasirenka grupės pagal savo poreikius. (Taip pat žr. *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyrių „Pasaulinės tarnystės vadovas“.

Pagrindinis bendrijos tarnystės centras PTB laikosi Konferencijoje išreikštos valios. Jis leidžia visą Konferencijos patvirtintą literatūrą (KPL). Biuras atlieka daugelį bendrijos funkcijų ir užduočių. Tačiau tai centras, bet ne galva, jis ne valdo ir nekontroliuoja, o tarnauja. PTB ir grupių santykį išsamiai atskleidžia Dvylika tarnystės koncepcijų.

PTB dirba samdomi darbuotojai, kurių dalis yra *Al-Anon* nariai. Biuras atlieka daug kūrybinio ir kanceliarinio darbo, susijusio su PTK sprendimų įgyvendinimu, ir rūpinasi kasdieniais reikalais.

Naujoms grupėms padedama atlikti pirmus steigimo darbus. Korespondenciją tvarko tūkstančiai bendrijos grupių. Pavieniai nariai visame pasaulyje skatinami kurti naujas grupes.

*Patikėtinių taryba (Board of Trustees)*, kuri susirenka kas ketvirtį, yra juridinis asmuo, atsakingas už *Al-Anon* lėšų ir tarnystės administravimą. Jos tarnystės padalinys *Vykdomasis komitetas (Executive Committee)*, kuris renkasi kartą per mėnesį, yra įgaliotas priimti administracinius sprendimus, kurių neįmanoma atidėti iki tarybos posėdžio.

### **Pasaulinės tarnybos biuro komitetai**

PTB komitetai labai svarbūs *Al-Anon* grupėms. Nuo *Al-Anon* veiklos pradžios savo indėliu, grįžtamuju ryšiu ir kūrybinėmis idėjomis padėjo Patikėtinių tarybai administruoti *Al-Anon* grupių centrinę būstinę *Al-Anon Family Group Headquarters, Inc.* PTB komitetai, pasitelkdami žiniomis pagrįstą sprendimų priėmimo procesą, priima informuotos grupės sąmonės sprendimus.\* Šie komitetai visada laikosi bendro konteksto – dirba ne kaip savarankiški subjektai, o bendrai atlieka darbą su Patikėtinių taryba ir priimdami sprendimus laikosi savo kompetencijos ribų.

Kai kurios užduotys, kurias atlikdavo PTB tradiciniai komitetai, buvo perduotos „darbo grupėms“, „mąstytojų grupėms“ ar „užduoties vykdymo grupėms“, kurios atskaitingos savo steigėjams. Toliau pateikiamos dabartinių komitetų apibrėžtys.

- PTB komitetas (*WSO committee*), kurį sudaro Patikėtinių taryba, reaguoja į dabartinius *Al-Anon* poreikius. Jis nevaldo ir nevykdo veiklos, susijusios su atitinkamo tarnystės

---

\* Daugiau apie žiniomis pagrįstą sprendimų priėmimą žr. 2008 m. PTK santrauką *Al-Anon* narių interneto tinklavietėje.

padalinio funkcijomis (pvz., visuomenės informavimo, literatūros ir kt.), jis bet gali pateikti rekomendacijas dėl padalinio veiklos ar ją apsvarstyti. Šis komitetas visada buvo laikomas nekintančia organizacijos dalimi. Jis gali inicijuoti sprendimų paieškos ar užduočių vykdymo grupių darbus.

- Darbo grupė (*work group*) – tai žmonių grupė, sudaryta siekiant patenkinti pirminio padalinio poreikius. Ji gali būti laikoma nekintančia pirminio padalinio dalimi arba tai yra pats pirminis padalinys. Iš darbo grupės gali išsivystyti mąstytojų ar užduoties vykdymo grupė. Darbo grupės tikslas – atlikti užduotį ir pirminiam padaliniumi pateikti tinkamą rezultatą.

- Mąstytojų grupė (*thought force*) yra laikinai sudaryta žmonių grupė, kurios tikslas generuoti minčių ir sukurti vienos užduoties ar veiklos atlikimo strategiją. Ši grupė naudojasi tokiais ištekliais kaip mąstytojų grupės nariai ar kitų darbuotojų teikiama informacija. Pavyzdžiui, nustatyta problema, kad neaiškiai aprašytos tarnystės pareigos. Sprendimo strategija gali būti sukurti tarnystės pareigybių aprašus (tik sumanymas, o ne sudaryti pareigybių aprašai), papildyti gaires arba į tarnystės vadovą įtraukti daugiau paaiškinimų. Tikslas – rasti galimą sprendimą, o ne parengti patį tekstą. Grupė neturi pateikti visus atsakymus ar galutinius sprendimus. Mąstytojų grupė gali sukurti pagrindą užduoties vykdymo grupei, o kartais pateikia rekomendacijas pagal gautas išvadas. Mąstytojų grupė pateikia tinkamą rezultatą pirminiam padaliniumi. Ji atlieka ne vykdytojo, o mąstytojo funkcijas.

- Užduoties vykdymo grupė (*task force*) – laikinai sudaryta žmonių grupė, kurios tikslas įvykdyti vieną apibrėžtą užduotį. Ši grupė naudojasi tokiais ištekliais kaip užduoties vykdymo grupės nariai ar kitų darbuotojų teikiama informacija. Pavyzdžiui, užduotis gali būti įgyvendinti vieną iš mąstytojų grupės pasiūlytų strategijų. Jei pasirinkta užduotis – tarnystės pareigybių aprašymas, užduoties vykdymo grupė rengia tarnystės pareigybių aprašus. Tikslas – parengti pareigybių aprašus ir pateikti pirminiam padaliniumi. Užduočių vykdymo grupė yra „vykdytojas“.

Nė viena iš šių grupių neįgaliota priimti sprendimus, bet jos gali pateikti rekomendacijas. Jų tikslas – atlikti patikėtą užduotį ir pirminiam padaliniumi pateikti tinkamą rezultatą.

PTB komitetuose, darbo grupėse, mąstytojų ir užduočių vykdymo grupėse susitarimas pasiekiamas tokiu pačiu būdu kaip ir *Al-Anon* grupėse. Nariams suteikiama visa reikalinga informacija apie svarstomą problemą, jie turi aiškiai suprasti diskusijos tikslą ir pasitikėti vienas kito motyvais ir gebėjimais. Komitetų sprendimų priėmimas užtrunka ilgiau, tačiau šis laikas būtinas, kad spėtų išklausti visus narius, norinčius dalyvauti priimant grupės sąmonės sprendimus. Kiekvienas narys nuoširdžiai pateikia savo sumanymus tikėdamas, kad diskutuojant bus gautas geriausias rezultatas.

Kai kurie komitetai renkasi reguliariai, kiti – pagal poreikį, tačiau visi turi vieną tikslą – skleisti *Al-Anon* žinią visiems, kam jos reikia. Atskiri komitetai bendru susitarimu parengia rekomendacijas Patikėtinių tarybai. Vykdomasis komitetas prižiūri kasdienę PTB veiklą, įskaitant nariams, grupėms teikiamas paslaugas ir elektroninius susirinkimus. Finansų ir Politikos



komitetai dirba pagal atitinkamas darbotvarkes, o Literatūros ir Visuomenės informavimo komitetai teikia rekomendacijas, susijusias aktualiomis šių sričių problemomis. *Alateen* patariamojo komiteto funkcija – ieškoti naujų *Alateen* tarnystės būdų. *The Forum* patariamasis komitetas prižiūri, kad leidinys atitiktų programos principus. Tarptautinis koordinavimo komitetas (TKK) tvarko visus reikalus, susijusius su PTK struktūrai nepriklausančiomis grupėmis ir generalinių tarnybų biurais, ir palaiko generalinių tarnybų biurų ryšį su PTK struktūra.

## SVARBIAUSIOS AL-ANON TARNYSTĖS SAŲOKOS

Daugiau informacijos galima rasti *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyriuje „Pasaulinės tarnystės vadovas“. PTK struktūrai nepriklausančiose šalyse tarnystės sąvokos ir struktūra gali skirtis pagal poreikius.

Nariai dažniausiai įsivaizduoja *Al-Anon* ar *Alateen* kaip grupę, kuriai priklauso. Tačiau ši grupė – tik viena iš tūkstančių grupių, kurios renkasi visame pasaulyje mėgindamos įveikti panašias problemas.

Suvokus *Al-Anon* kaip visumą paaiškėja, kad kiekvieno žmogaus indėlis labai svarbus visai *Al-Anon/Alateen* bendrijai.

## Grupės

**Grupė** (*group*) yra pagrindinis vienetas, kur nariai glaudžiai bendrauja tarpusavyje, kur aptariamoms *Al-Anon* idėjos ir taikomos konkrečioms asmeninėms problemoms spręsti. Vienintelis *Al-Anon/Alateen* bendrijos struktūros tikslas – padėti grupės nariams. Svarbi kiekvieno nario savybė – aktyvus dalyvavimas. Norėdami augti kaip asmenybės turime naudotis galimybėmis tarnauti grupėms – atlikti tarnystės pareigas, remti grupei dirbančius narius, visada būti pasiruošę padėti nariams, esantiems kritinėse situacijose.

**Grupės atstovas (GA)** (*group representative, GR*) – tai *Al-Anon/Alateen* narys, atstovaujantis grupei regioniniuose susirinkimuose ir srities asamblėjoje, kur aptariama grupėms svarbi informacija. GA šią informaciją perduoda savo grupei.

**Galiojančio korespondencijos adreso (GKA) turėtojas** (*current mailing address, CMA*) gauna iš PTB grupei siunčiamą korespondenciją ir perduoda ją grupei.

**Grupės kontaktiniai asmenys** (*group contacts*) – tai *Al-Anon* nariai, galintys atsakyti į žmonių, ieškančių *Al-Anon* pagalbos ar informacijos apie *Al-Anon* susirinkimus, skambučius.

***Al-Anon* asmeninis globėjas** (*Al-Anon personal sponsor*) – žmogus, su kuo narys gali konfidencialiai aptarti savo asmenines problemas ar klausimus ir kuris noriai dalijasi *Al-Anon* programoje įgyta patirtimi, ištvirme ir viltimi.

**Tarnystės globėjas** (*service sponsor*) padeda nariui vadovautis Tradicijomis ir Tarnystės koncepcijomis ir dalijasi su juo patirtimi, ištvirme, viltimi, įgyta tarnaujant *Al-Anon*.

***Alateen* tarnaujantis *Al-Anon* narys (ATAN)** (*Al-Anon Member Involved in Alateen Service, AMIAS*) – tai *Al-Anon* narys, paskirtas pagal srities *Alateen* tvarką ir todėl galintis tiesiogiai prisiimti atsakomybę už *Alateen* grupės lankančius narius tarnystės *Alateen* metu, įskaitant ir laikiną ar nuolatinę *Alateen* grupės globėjo tarnystę.

***Alateen* grupės globėjas** (*Alateen Group Sponsor*) – pagal srities *Alateen* tvarką paskirtas *Alateen* tarnaujantis *Al-Anon* narys, įsipareigojęs reguliariai tarnauti *Alateen* susirinkimuose.

***Alateen* asmeninis globėjas** (*Alateen personal sponsor*) – tai *Alateen* narys, galintis su globotiniu aptarti šio asmenines problemas. Asmeniniai globėjai noriai dalijasi *Alateen* programoje įgyta patirtimi, ištvirme ir viltimi.

## Regionai

**Regionas** (*district*) – teritorinis vienetas, kurį sudaro nemažai grupių, įsikūrusių palyginti arti viena kitos. Grupės atstovai dalyvauja regioniniuose susirinkimuose, kur aptaria dalykinius reikalus ir dalijasi grupių patirtimi.

**Regiono atstovas (RA)** (*district representative, DR*) – tai grupių atstovų renkamas asmuo. RA pirmininkauja regioniniuose susirinkimuose, atstovauja grupėms srities pasaulinės tarnystės komiteto posėdžiuose, teikia grupėms pagalbą ir informaciją.

## *Al-Anon* informacijos tarnybos

***Al-Anon* informacijos tarnyba (AIT)** (*Al-Anon Information Service, AIS, Intergroup*) – vietos tarnyba, įsteigta grupių ir (arba) regiono pagal jo teritorines ribas. *Al-Anon* informacijos tarnyba padeda grupėms, kurioms tarnauja, įgyvendinti bendrą tikslą – skleisti *Al-Anon* žinią

alkoholikų artimiesiems ir draugams. *Al-Anon* informacijos tarnybos ryšininkas palaiko AIT ryšį su visa sritimi.

***Al-Anon* informacijos tarnybos ryšininkas (AITR)** (*Al-Anon Information Service Liaison, AISL*) – tai narys, kurį informacijos tarnyba skiria ar išrenka komunikacijai tarp AIT ir srities asamblėjos ir srities pasaulinės tarnystės komiteto palaikyti.

## Literatūros platinimo centrai

**Literatūros platinimo centras (LPC)** (*Literature Distribution Center, LDC*) greitai pristato ir vietoje aprūpina *Al-Anon* narius Konferencijos patvirtinta literatūra (knygomis, brošiūromis, lankstinukais, rinkiniais, plakatais, filmais ir kt. *Al-Anon* medžiaga).

## Sritis

**Sritį** (*area*) sudaro visi valstijos ar provincijos regionai (kai kurios didesnės valstijos ar provincijos suskirstytos į keletą sričių). Kasmetinėje Pasaulinės tarnystės konferencijoje sritį atstovauja vienas delegatas.

**Pasaulinės tarnystės delegatas** (*World Service Delegate*) – *Al-Anon/Alateen* narys, srities asamblėjoje išrinktas atstovauti visoms savo srities grupėms metinėje Pasaulinėje tarnystės konferencijoje. Delegatas yra pirminė komunikacijos grandis tarp grupių ir Pasaulinės tarnybos biuro.

**Asamblėja** (*Assembly*) – tai srities asamblėja, kurioje dalyvauja visi srities grupių atstovai. Ji sušaukiama bent kartą per trejus metus srities delegatui ir kitiems asamblėjos tarnautojams išrinkti. Kiti srities reikalai tvarkomi reguliariuose asamblėjos posėdžiuose, kuriuos sušaukia srities pirmininkas.

**Srities pasaulinės tarnystės komitetą (SPTK)** (*Area World Service Committee, AWSC*) sudaro asamblėjos tarnautojai, regionų atstovai, koordinatoriai ir AIT ryšininkai. Posėdžiuose tarp asamblėjų jie suplanuoja asamblėjos darbotvarkę ir pagal poreikius sprendžia kitus srities reikalus.

**Srities koordinatoriai** (*area coordinators*) koordinuoja atitinkamą tarnystės veiklą (t. y. *Alateen*, archyvą, suvažiavimus, *The Forum* („Forumas“), grupės įrašus, literatūrą, visuomenės informavimą ir interneto svetainę) ir palaiko ryšius tarp srities pasaulinės tarnystės komiteto, kitų srities komitetų ir grupių. Jie perduoda PTB tarnystės informaciją regionams, AIT ir grupėms.

Srities *Alateen* koordinatoriai turi būti pagal savo srities tvarką paskirti *Alateen* tarnaujantys *Al-Anon* nariai (ATAN).

**Už srities *Alateen* tvarką atsakingas asmuo (SAPAA)** (*Area Alateen Process person, AAPP*) yra srities tarnybos paskirtas kontaktinis asmuo dėl PTB Grupių įrašų padalinio *Alateen* formų. SAPAA pagal srities tvarką bendradarbiauja su *Alateen* koordinatoriumi ir grupių įrašų koordinatoriumi dėl *Alateen* formų platinimo, pateikimo ir PTB grupių įrašų ataskaitų.

**Srities naujienlaiškio redaktorius** (*Area Newsletter Editor*) atlieka labai svarbias pareigas teikdamas naujausią informaciją srities grupėms pagal SPTK nurodymus.

## Pasaulinė tarnystė

**Konferencijos patvirtinta literatūra (KPL)** (*Conference Approved Literature, CAL*): KPL tvarka užtikrinama, kad literatūros idėjas patvirtintų Konferencija ir prieš publikavimą ir (arba) leidybą medžiagą peržiūrėtų paskirti *Al-Anon* nariai, delegatai, PTB darbuotojai ir savanoriai.

**Elektroniniuose susirinkimuose** (*electronic meetings*) viltis ir paguoda alkoholikų artimiesiems ir draugams skleidžiama įvairiomis elektroninėmis priemonėmis.

**Susirašinėjimo su kaliniais tarnyba** (*Inmate Correspondence Service*) padeda įkalintiems *Al-Anon* nariams susirašinėti su *Al-Anon* nariais, reguliariai lankančiais susirinkimus. Tai kaliniams atstoja susirinkimus.

**Susirašinėjimo su kaliniais kontaktinis asmuo** (*inmate contact*) – tai aktyvus *Al-Anon* narys, kuris reguliariai lanko *Al-Anon* susirinkimus ir noriai bendrauja su kaliniais laiškais pagal *Al-Anon* programą.

**Pavienis narys** (*lone member*): *Al-Anon* narys, negalintis lankyti *Al-Anon* susirinkimų dėl per didelio atstumo ar negalios. Pavieniai nariai skatinami įkurti *Al-Anon* grupes savo gyvenamosiose vietose.

**Kontaktinis asmuo paviniams nariams** (*lone member contact*) – tai aktyvus *Al-Anon* narys, kuris reguliariai lanko *Al-Anon* susirinkimus ir nori susirašinėti su pavieniu nariu pagal *Al-Anon* Dvylikos žingsnių programą.

***Al-Anon* narių įgalinimo renginys (ANĪR)** (*Together Empowering Al-Anon Members, TEAM*) – tai srities ir PTB partnerystės renginys, kurio tikslas suteikti *Al-Anon* ir *Alateen* nariams daugiau informacijos apie tarnystę ir *Al-Anon* programą. Jo darbotvarkę ir seminarus kartu rengia srities tarnyba ir PTB užduoties vykdymo grupė pagal srities poreikius, siekdamos plėsti narių suvokimą apie pasaulio bendriją. *Al-Anon* narių įgalinimo renginius remia sritys ir PTB.

## Tarptautinė tarnystė

**Generalinės tarnybos biuru (GTB)** (*General Service Office*) vadinama nacionalinė tarnystės struktūra PTK struktūrai nepriklausančiose šalyse. Generalinės tarnybos biuras palaiko ryšį su PTB per Tarptautinį koordinavimo komitetą.

**Tarptautinis Al-Anon generalinių tarnybų atstovų susirinkimas (TAGTAS)** (*International Al-Anon General Services Meeting, IAGSM*) rengiamas kas antrais metais, jame dalyvauja generalinių tarnybų biurų ar nacionalinių tarnystės struktūrų atstovai. TAGTAS tikslas – per *Al-Anon* nacionalinių tarnybų delegatus dalytis viso pasaulio nacionalinės tarnystės patirtimi. Šis ne sprendimų priėmimo organas tik perduoda rekomendacijas Patikėtinių tarybai per Tarptautinį koordinavimo komitetą. Be Tarptautinio koordinavimo komiteto narių, šiame susirinkime dalyvauja du PTB Patikėtinių tarybos nariai, vienas iš JAV, o kitas iš Kanados.

**Nacionalinį tarnystės komitetą** (*National Service Committee*) sudaro *Al-Anon* nariai, kuriuos grupės įgaliojo šalyse, nepriklausančiose PTK struktūrai, suformuoti nacionalinę tarnystės struktūrą. Šį komitetą paprastai sukuria AIT, jis dirba, kol pradeda veikti nuolatinė nacionalinės tarnystės struktūra ar generalinės tarnybos biuras.

Visi prašymai versti, spausdinti ar perspausdinti Konferencijos patvirtintą *Al-Anon/Alateen* literatūrą visų pirma pateikiami Pasaulinės tarnybos biuro Patikėtinių tarybai patvirtinti. Daugiau informacijos rasite *Al-Anon/Alateen* tarnystės vadovo (*Al-Anon/Alateen Service Manual*, P-24/27) skyriaus „*Al-Anon* ir *Alateen* tvarkos santrauka“ poskyryje „Konferencijos patvirtinta literatūra ir tarnystės priemonės/medžiaga“.