

En professionell inom hälsovården har sagt: "Ingen lider mera än en alkoholist. Då du en gång berör en alkoholists liv och hjälper honom eller henne att tillfriskna, då du ser den ofattbara förändringen från en lidande, hjälplös, sjuk och t.o.m. döende person, till en levande, livskraftig, verksam och lycklig människa, är du delaktig i en rik, belönande och djup upplevelse. AA är det effektivaste sättet att hjälpa en alkoholist att sluta dricka".

AA och alkoholismen

AA:s medlemmar har från första början ansett alkoholismen vara en sjukdom. Alkoholister kan inte behärska sitt drickande eftersom de är sjuka både till kropp som själ. De flesta medlemmarna har insett att även deras brist på andlighet är kännetecknande för deras sjukdom.

AA:s medlemmar har ytterligare insett att ett effektivt tillfrisknande endast kan inledas genom en "självdiagnos" av sjukdomen. Detta innebär att alkoholisten godkänner AA:s första steg som lyder: *"Vi erkände att vi var maktlösa inför alkoholen – att vi inte längre kunde hantera våra liv."*

AA:s medlemmar har också lagt märke till, att ett tillfrisknande kräver nykterhet och att en långvarig nykterhet förutsätter grundläggande förändringar i förhållande till ens egen självbild, till andra människor, samt till en kraft starkare än man själv; en alkoholist kan enligt AA:s erfarenhet aldrig mera dricka utan risker.

AA:s medlemmar inser nämligen att har man en gång blivit alkoholist så förblir man alkoholist. Om en person åter dricker,

så är följden, oberoende av längden på nykterheten, samma förödande reaktion gällande alkohol, som var kännetecknande före nykterheten.

AA erbjuder därmed inte ett botemedel för att bli frisk, utan snarare en kontinuerlig process för tillfrisknande genom den enkla "nykter en dag i sänder" principen.

Alkoholisten brukar avvisa hjälp

Eftersom ett förnekande av problemet är karakteristiskt för alkoholismen, har alkoholister en benägenhet att svara undvikande på frågor om deras drickande. Därför märker de professionella inom hälsovården kanske inte alkoholismens delaktighet i övriga symptom.

De flesta alkoholister motsätter sig t.o.m. tanken på att de har insjuknat i alkoholism, och därmed även ett förslag om AA som en sista utväg.

Det är inte heller många professionella inom hälsovården, som har erfarenhet av att patienten motsätter sig sin diagnos. Till få har det sagts "Jag är garanterat inte en diabetiker". Då en professionell inom hälsovården dock diagnostiserar alkoholism, svarar alkoholisten ofta "Inte dricker jag så värst mycket" eller "Min situation är inte så dålig" eller försvarar sitt drickande. De professionella inom hälsovården kan förvänta sig och förutse sådant då de har att göra med en alkoholist.

Förklaringar och förnekanden är en del av alkoholists sjukdom och ett naturligt AA-motstånd är en del av denna försvarsmekanism.

AA:s enda mål och andra problem än alkoholism

Alkoholism och drogberoende kallas ofta för drogmissbruk eller kemiskt beroende.

Därför hämtas någon gång såväl alkoholister som icke-alkoholister till AA och uppmantras att delta i AA:s möten.

Vem som helst kan delta i ett öppet AA-möte, men endast de som har ett alkoholproblem kan delta i slutna möten och bli medlemmar i AA. Personer med andra problem har rätt att bli medlemmar i AA endast om de också har ett alkoholproblem.

Deltagandet i det första AA-mötet

Då man föreslår AA, bör varken de professionella inom hälsovården, eller alkoholister, bilda sin åsikt om AA:s effekt på basis av ett eller två AA-möten, utan ge AA en rimlig provtid. Under denna process är det viktigt att skaffa sig en stödperson, en så kallad sponsor, om så bara tillfälligt. Det är till stor hjälp, om man kan gå till det första AA-mötet i sällskap med en AA-medlem, eftersom de flesta nykomlingarna har många frågor. Sponsorn kan svara på dessa frågor och försäkra nykomlingen om att flera andra haft samma ovilja och rädsla, då de tagit det första steget mot tillfrisknande. Den erfarenhet som AA erbjuder till likställda, är unik.

De professionella inom hälsovården märker ofta att AA:s medlemmar inte endast är villiga, utan även entusiastiska att introducera nykomlingar i AA:s program.

Hur kontakta AA

AA:s kontaktuppgifter finns på Internet och i de flesta telefonkataloger och ett telefonsamtal är allt som behövs för att få hjälp. Det finns även ett rikt antal svenskspråkiga AA-grupper.

Vissa professionella inom hälsovården ger sina kunder rådet att ringa det lokala AA:s telefonnummer medan han eller hon fortfarande är på mottagningen och erbjuder på detta sätt en omedelbar möjlighet att söka hjälp. En del tar helt enkelt in AA som en del av vården.

Medlemmarna i AA:s lokala servicekommitté är en nyttig resurs för hälsovården och kommittéerna kan också på begäran arrangera informationsmöten.