

# Frågor och svar om sponsorskap



Anonyma Alkoholister i Sverige

**Anonyma Alkoholister** är en gemenskap av män och kvinnor som delar sina erfarenheter, styrka och hopp med varandra för att lösa sitt gemensamma problem och hjälpa andra att tillfriskna från alkoholism.

Det enda kravet för medlemskap är en önskan att sluta dricka. Det finns inga inträdes- eller medlemsavgifter för medlemskap i AA; vi är självförsörjande genom våra egna bidrag.

AA har inte anknytning till någon sekt, samfund, politisk idé, organisation eller institution; vill inte engagera sig i någon kontrovers, varken stöder eller motsätter sig något annat.

Vårt främsta syfte är att förbli nyktra och hjälpa andra alkoholister att uppnå nykterhet

Copyright ©: A.A. Grapevine Inc.  
Tryckt med innehavarens tillstånd

Originalens titel: SPONSORSHIP

© 1976 Alcoholics Anonymous ® World Services, Inc. All rights reserved. First printing 1988. Reviderad svensk översättning 2013, 2017, 2018.

Translated extract from English with permission of Alcoholics Anonymous World Services, Inc. (AAWS). Copyright in the English language version of this work is also owned by AAWS, New York. No part of this translation may be duplicated in any form without the written permission of AAWS.

Översatt i utdrag från engelska med tillstånd av Alcoholics Anonymous World Services, Inc. (AAWS). Rätten till denna bok i sin engelska förlaga ägs även av AAWS, New York. Ingen del av denna översättning får mångfaldigas på något sätt utan skriftlig tillåtelse från AAWS.

Skriften säljs endast i distribution genom:  
AA i Sverige.

AA servicekontor, Stockholm 2018

## **Innehåll**

### **Vad är sponsorskap?**

#### **För den som söker en sponsor**

Vad är skillnaden mellan sponsorskap och tolfstegssamtal?

Hur hjälper sponsorskap nykomlingen?

Hur ska man välja sponsor?

Bör sponsor och nykomling vara så lika som möjligt?

Måste nykomlingen hålla med om allt sponsorn säger?

Vad gör man om det inte går att få tag i sponsorn när hon/han behövs?

Får en nykomling ha fler än en sponsor?

Får en nykomling byta sponsor?

Om en nykomling har fått en grundlig behandling och indoktrinering i ett alkoholprogram utanför AA, kommer då en AA-sponsor att behövas? Och behövs det särskilda arrangemang i så fall?

Är det någonsin för sent att få en sponsor?

#### **För den som vill bli sponsor**

Hur får sponsorn hjälp av sponsorskapet?

Kan vilken medlem som helst bli sponsor?

När är en medlem beredd att axla sponsorskapets ansvar?

Vad gör och gör inte en sponsor?

Vad gör och gör inte en sponsor?

Finns det något optimalt sätt att sponsra en nykomling?

Hur ska en sponsor förklara AA-programmet?

Bör en sponsor rekommendera inläggning på sjukhus?

Hur ska en sponsor arbeta med en alkoholists familj?

Bör en sponsor låna ut pengar till en nykomling?

Bör en sponsor ta kontakt med en arbetsgivare?

Kan en sponsor vara för sträng?

Kan en sponsor vara för överbeskyddande?

Kan en sponsor ta för lätt på uppgiften?

Hur ska en sponsor hantera en alltför beroende nykomling?

Hur ska en sponsor arbeta med en nykomling som avvisar hjälp?

Vad kan en sponsor göra när nykomlingar avvisar programmets "andliga sida"?

Hur ska en sponsor handskas med återfall?

Kan en medlem sponsra fler än en nykomling samtidigt?

**För grupper som planerar sponsorverksamhet**

Hur är sponsorskap till hjälp för en grupp?

Vilka metoder kan en grupp anta för att sponsra nya medlemmar?

Hur kan "externa" AA-grupper hjälpa grupper och medlemmar på institutioner?

**Sponsorskap för service**

**Sammanfattning**

**AA:s Tolv Steg**

**AA:s Tolv Traditioner**

**AA:s Tolv Koncept för service**

## Vad är sponsorskap?

Anonyma Alkoholister började med sponsorskap. När Bill W, som hade varit nykter i endast några månader, drabbades av en stark impuls att dricka, kom den här tanken till honom: "Du behöver en annan alkoholist att tala med. Du behöver en annan alkoholist lika mycket som han behöver dig."

Han fann dr Bob, som desperat och utan framgång hade försökt att sluta dricka, och utifrån deras gemensamma behov föddes AA. Ordet "sponsor" användes inte då; de Tolv Stegen var inte skrivna; men Bill förde budskapet vidare till dr Bob, som i sin tur säkerställde sin egen nykterhet genom att sponsra ett otal andra alkoholister. Våra båda grundare upptäckte att deras egna nyktra liv blev berikade bortom all förväntan när de delade med sig.

Vad menar AA med sponsorskap? För att få inträde i vissa organisationer måste du ha en fadder – en person som går i god för dig och presenterar dig som lämplig för medlemskap. Detta är definitivt inte fallet med AA. Vem som helst som har en önskan att sluta dricka är välkommen att ansluta sig till oss!

I AA möts sponsor och sponsee som jämlikar, precis som Bill och dr Bob. Huvudsakligen är meningen med sponsorskap denna: en alkoholist som har gjort vissa framsteg i tillfrisknandet delar den erfarenheten varaktigt och personligt med en annan alkoholist som försöker uppnå och bibehålla nykterhet med hjälp av AA.

När vi i början besöker AA-mötena, kan vi känna oss förvirrade, sjuka och ängsliga. Även om människorna där villigt besvarar våra frågor, är det inte tillräckligt. Många andra frågor uppkommer mellan mötena; vi märker att vi behöver ett konstant, nära stöd, när vi börjar lära oss att leva nyktert.

Därför väljer vi en AA-medlem som vi trivs med, någon vi kan tala fritt och öppen hjärtigt med, och vi ber den personen att bli vår AA-sponsor.

Antingen du är en nykomling, som drar dig för att "besvära" någon, eller en medlem, som varit med ett tag och försökt klara dig på egen hand, så finns sponsorskapet där om du ber om det. Vi uppmanar dig enträget: *vänta inte*. Alkoholister som tillfrisknat i AA vill dela med sig av vad de lärt sig till andra alkoholister. Vi vet av erfarenhet att vår egen nykterhet stärks rejält när vi ger den vidare.

Sponsorskap kan också innebära det ansvar *gruppen i sin helhet* har för att hjälpa nykomlingen. I dag är det fler och fler alkoholister som kommer till sitt första AA-möte utan att tidigare ha varit i kontakt med AA. De har varken ringt en lokal grupp eller servicekontoret; ingen medlem har tolfstegat dem. Så det är viktigt att gruppen inser nödvändigheten av att erbjuda någon form av sponsorhjälp, speciellt för sådana nykomlingar. I många framgångsrika grupper är sponsorskap därför en av de viktigaste av medlemmarnas schemalagda aktiviteter.

Ansvaret för sponsorskap är informellt och inte nedskrivet men är en grundläggande del av AA:s metod för tillfrisknande från alkoholism genom de Tolv Stegen. Sponsorskap kan bli en långvarig relation.

Vi hoppas att denna broschyr svarar på några av de ofta återkommande frågorna om den givande tvåfiliga gatan vid namn sponsorskap – för dem som kanske söker sponsorer, för AA-medlemmar som vill dela med sig av sin nykterhet genom sponsorskap och för grupper som vill utveckla sin verksamhet med sponsorskap.

## **För den som söker en sponsor**

*Vad är skillnaden mellan sponsorskap och tolfstegssamtal?*

Ett tolfstegssamtal, till exempel ett besök hos en alkoholist som bitt om hjälp och samtal om AA:s program med honom/henne, kan betyda *början* till sponsorskap, men är i sig självt inte nödvändigtvis sponsorskap.

Sponsorskap, med sitt *varaktiga* intresse för en annan alkoholist, skapas ofta när den tilltänkta alkoholisten är villig att ta emot hjälp,

tillstår att han/hon har ett problem med drickandet och beslutar att söka nykterhet som en lösning.

Sponsorskap är ett tolfstestegsarbete men också ett *fortlöpande ansvar* för att hjälpa nykomlingen anpassa sig till en livsstil utan alkohol.

### *Hur hjälper sponsorskap nykomlingen?*

Det får nykomlingen att känna att det finns åtminstone en som tillfullo förstår hans/hennes situation och engagerar sig – en att våga vända sig till när tvivel, frågor eller problem kopplade till alkoholism uppstår. Sponsorskap ger nykomlingen en förstående, sympatisk vän då det behövs som mest. Sponsorskap innebär också för den som är ny en bro till möten med andra alkoholister – i en hemmagrupp och vid besök i andra grupper.

### *Hur ska man välja sponsor?*

Proceduren att sammanföra nykomling och sponsor är lika informell som allting annat i AA. Ofta tar nykomlingen kontakt med en mer erfaren medlem som verkar kompetent och ber honom/henne att bli sponsor. De flesta AA-medlemmar är glada och tacksamma över att få en sådan fråga.

Ett gammalt talesätt i AA föreslår: "Håll dig till vinnarna". Det är bara rimligt att vilja dela erfarenheter med en medlem som verkar använda AA-programmet på ett framgångsrikt sätt i sitt dagliga liv. Det finns inga särskilda regler, men en god sponsor bör förmodligen ha ett år eller mer sedan det sista glaslet – och verka *njuta av* sin nykterhet.

### *Bör sponsor och nykomling vara så lika som möjligt?*

Ofta trivs en nykomling bättre med en sponsor som har liknande bakgrund och intressen. Men många AA-medlemmar intygar att de fått mycket hjälp av sponsorer som är helt olika dem själva. Det beror

kanske på att deras uppmärksamhet då var inriktad på *det viktigaste* som alla nykomlingar och sponsorer har gemensamt: alkoholism och tillfrisknande i AA.

Enligt AA:s erfarenhet är det bäst med män som sponsorer för män och kvinnor för kvinnor. Denna sedvana hjälper vanligen våra medlemmar att stanna kvar i AA:s program. En del homosexuella män och lesbiska kvinnor känner av liknande skäl att en sponsor av motsatt kön är lämpligare.

*Måste nykomlingen hålla med om allt sponsorn säger?*

Nej. Om sponsorns idéer låter märkliga eller oklara, är det bäst att nykomlingen talar ut och ställer frågor. Det är meningen att de ska ha ett lättsamt, öppet förhållande i vilket båda parter talar fritt och ärligt med varandra.

AA-programmet är enkelt men i början verkade det inte vara det för många av oss. Ofta lärde vi oss genom att ställa frågor på slutna möten eller – i synnerhet – i samtal med våra sponsorer.

*Vad gör man om det inte går att få tag i sponsorn när han/hon behövs?*

Det är hela AA-programmet – inte den enskildes sponsor – som hjälper nykomlingen att hålla sig nykter. Sponsorskap är bara det bästa sättet vi vet att leda in nykomlingar i programmet och hjälpa dem att fortsätta.

Så vi har många utvägar, när vi inte kan nå vår sponsor. Vi kan ringa andra medlemmar, gå på ett AA-möte, ringa eller besöka närmaste servicekontor samt läsa AA-litteratur, -broschyrer eller AA:s tidskrift *Bulletinen* för att finna svar på nästan alla problem vi har för tillfället.

*Får en nykomling ha fler än en sponsor?*

Många tycker det är bäst för en nykomling att ha bara en sponsor. Att



välja en sponsor gör att man undviker den betänkliga vanan att en nykomling går från sponsor till sponsor för att få de råd hon/han vill ha.

*Får en nykomling byta sponsor?*

Vi har alltid friheten att välja en annan sponsor som vi trivs bättre med, i synnerhet om vi tror att denna medlem kan hjälpa oss bättre att utvecklas i programmet.

*Om en nykomling har fått en grundlig behandling och indoktrinering i ett alkoholprogram utanför AA, kommer då en AA-sponsor att behövas? Och behövs det särskilda arrangemang i så fall?*

Regeringen, industrins och andra aktörers behandlingsprogram skickar fler och fler alkoholister till AA. Dessa nykomlingar anländer till oss fysiskt tillnyktrade, i ett något senare stadium av tillfrisknande än den skakiga nykomlingen förr i tiden. Avgiftningen ligger ofta veckor eller månader tillbaka och den fysiska impulsen att dricka är borta. Men den mentala besattheten av alkohol kan fortfarande finnas kvar, och de AA-grupper som har välkomnat sådana nykomlingar anser i allmänhet att sponsorskap är nödvändigt snarast möjligt för att komma över denna besatthet.

Dessa nykomlingar kan ha lärt sig många medicinska fakta om sjukdomen alkoholism. Men att studera alkoholism i en institutionsmiljö och att fungera som nykter alkoholist i ett drickande samhälle är någonting helt annat, har vi funnit. Sponsorn är redo att dela med sig av sin erfarenhet av hur man klarar av en sådan situation. Sponsorns personliga erfarenhet kan hjälpa nykomlingen att finna vägledning om hur man tillämpar AA:s principer i sitt vardagsliv – precis som varje nykomling som kommer till AA:s dörrar för att få hjälp.

### *Är det någonsin för sent att få en sponsor?*

Nej. En AA-medlem som varit i eller "kring" gemenskapen under många år finner ofta att när man skaffar en bra sponsor, berättar ärligt och hör på, kan hela programmet öppna sig som aldrig förr. De flesta i AA, inklusive de som har lång nykterhet, tycker att sponsorskap är en vital del av deras pågående tillväxt och framsteg i tillfrisknandet.

Sponsorskap kan vara svaret för den som endast orkat med nykterhet i perioder eller gått sporadiskt på möten och inte gjort Första Steget på riktigt. För en sådan person kan en sponsor med en fast grund av nykterhet i AA göra all världens skillnad.

Även om vi har många nyktra år bakom oss, kan vi ofta tjäna på att be någon vän i AA bli vår sponsor. Vi har kanske känt missnöje eller verklig känslomässig smärta för att vi glömt att AA-programmet erbjuder en helt ny livsstil, inte enbart frihet från alkohol. Med en sponsors hjälp kan vi använda programmet fullt ut, ändra våra attityder och på vägen komma att njuta vår nykterhet.

### **För den som vill bli sponsor**

#### *Hur får sponsorn hjälp av sponsorskapet?*

Sponsorskap stärker nykterheten hos medlemmen med längre tid i AA. Att dela med sig av nykterheten gör det lättare för en medlem att leva utan alkohol. Genom att hjälpa andra märker alkoholisten att han/hon hjälper sig själv.

Sponsorskap ger också den tillfredsställelse som kommer av att man tar ansvar för någon annan än sig själv. Det fyller på ett mycket påtagligt sätt ett behov som de flesta människor har – att kunna hjälpa andra när de är i knipa.

### *Kan vilken medlem som helst bli sponsor?*

Det finns ingen överklass eller sponsorelit i AA. Vilken medlem som helst kan hjälpa nykomlingen att hantera livet utan att ta till alkohol i någon form.

I de flesta fall föreslår AA endast en begränsning som redan nämnts: är gruppen stor nog att tillåta ett val, bör sponsor och nykomling vara av samma kön. Skälen är desamma från bådas ståndpunkt: hur länge vi AA-medlemmar än varit nyktra, förblir vi alltigenom mänskliga, utsatta för känslor som kan leda oss bort från "vårt främsta syfte".

### *När är en medlem beredd att axla sponsorskapets ansvar?*

Vårt ursprungliga syfte är att föra AA:s budskap vidare till den alkoholister som fortfarande lider. AA-medlemmar som verkligen gjort AA:s Steg som ett sätt att uppnå nykterhet är ofta bäst lämpade att dela med sig av sina erfarenheter, styrkor och hopp. De framgångsrikaste sponserarna verkar vara män och kvinnor som varit i AA tillräckligt länge för att ha en god förståelse av AA-programmet som det beskrivs i de Tolv Stegen. Många av oss anser det klokt att rådfråga våra egna sponsorer om när vi kan vara redo att ta på oss ansvaret att sponsra en annan alkoholister.

Den medlem som har varit nykter i månader eller år är oftast – men inte alltid – i stånd att arbeta mer effektivt med nykomlingar än den vars erfarenhet begränsar sig till bara några veckor eller dagar. Således är nykterhetens längd en bidragande faktor, men inte den enda, till ett framgångsrikt sponsorskap. Minst lika viktigt är att sponsorn har förmågan att förstå samt tålamod och villighet att avsätta tid och möda till nya medlemmar.

### *Vad gör och gör inte en sponsor?*

- En sponsor gör allt som är möjligt inom ramen för sin personliga erfarenhet och kunskap för att hjälpa nykomlingen att bli och

förbli nykter genom AA:s program.

- Visar genom sitt nuvarande föredöme och sin historia av drickande vad AA har betytt i hans/hennes liv.
- Uppmuntrar och hjälper nykomlingen att gå på olika AA-möten
  - för att få ett antal synpunkter på och tolkningar av AA-programmet.
- Föreslår ett öppet sinnelag inför AA, om nykomlingen till en början inte är säker på om han/hon är alkoholist.
- Presenterar nykomlingen för andra medlemmar.
- Ser till att nykomlingen blir bekant med AA:s litteratur, speciellt *Stora Boken*, *Tolv Steg och Tolv Traditioner*, *Som Bill ser det*, *Leva Nykter*, tidningen *Bulletinen* och lämpliga broschyrer.
- Finns tillgänglig för nykomlingen när den senare har speciella problem.
- Går igenom innebörden av de Tolv Stegen och betonar hur viktiga de är.
- Manar nykomlingen att ta del i gruppaktiviteter så snart som möjligt.
- Övertygar nykomlingen om vikten av alla våra traditioner.
- Försöker ge nykomlingen en bild av hela AA bortom gruppen och riktar uppmärksamheten mot AA:s litteratur om gemenskapens historia, de Tre Legaten, servicestrukturen och den globala tillgängligheten till AA – varthelst nykomlingen än reser.
- Förklarar programmet för anhöriga till alkoholisten, om detta verkar lämpligt, och berättar för dem om Al-Anon Familjegrupper och Alateen.
- Medger snabbt "Jag vet inte" om det är så och hjälper nykomlingen hitta rätt källa för information.
- Sponsorn uppmuntrar nykomlingen att snarast möjligt arbeta med andra alkoholister och inleder ibland detta genom att ta

med nykomlingen på tolfstestegsbesök.

- Gör aldrig nykomlingens inventering utom då han/hon blir ombedd.
- Försöker aldrig påtvinga nykomlingen personliga synpunkter. En bra sponsor som är ateist försöker inte övertala en religiös nykomling att avstå från sin tro, och inte heller diskuterar en religiös sponsor teologiska frågor med en nykomling som är agnostiker.
- Utger sig inte för att ha alla svar och låtsas inte alltid ha rätt.
- En AA-sponsor erbjuder inte professionella tjänster som advokater eller juridiska, medicinska och sociala institutioner gör men kan ibland hjälpa nykomlingen till professionell hjälp om han/hon behöver hjälp utanför AA.

Sponsorn understryker det faktum att det är AA:s program – inte sponsorns personlighet eller position – som är viktigt. Därigenom lär sig nykomlingen att stödja sig på programmet, inte på sponsorn. En sponsor som är väl grundad i AA-programmet blir inte förolämpad om nykomlingen går till andra AA-medlemmar för ytterligare vägledning eller rentav vill byta sponsor.

### *Finns det något optimalt sätt att sponsra en nykomling?*

Svaret är nej. Alla medlemmar är fria att börja med sponsorskap utifrån sina egna personliga erfarenheter och personligheter. En del sponsorer lägger sig till med en mer eller mindre brysk "ta emot det eller låt bli"-attityd när de har att göra med nykomlingar. Andra visar ett oerhört tålamod och stort personligt intresse för dem de sponsrar. Medan andra är lite mer tillbakalutade och nöjer sig med att låta den som är ny ta initiativet till att ställa frågor eller söka hjälp i särskilda situationer.

Varje metod lyckas ibland och misslyckas ibland. Sponsorn måste bestämma sig för vilken som ska användas i ett visst fall. Den erfarna

sponsorn inser vikten av att vara flexibel i arbetet med nykomlingar, stöder sig inte på en enda metod och kan prova ett antal olika varianter med samma person.

### *Hur ska en sponsor förklara AA-programmet?*

Sponsorer kommer att vilja förklara AA på det sätt som var och en av dem finner naturligtast och troligast att nykomlingen ifråga förstår.

En del sponsorer har märkt att detta att påminna nykomlingen om Första Steget – att de är maktlösa över alkoholen och att deras liv har blivit ohanterliga – är nyckeln till ett framgångsrikt tillfrisknande. Många sponsorer gör en poäng av att betona att de tillsammans kan göra vad de inte kunde göra själva – hålla sig borta från det första glaset.

Dessa sponsorer påminner nykomlingen om att AA erbjuder ett *praktiskt* program och att det redan hjälpt över två miljoner män och kvinnor. De påpekar nödvändigheten av ett öppet sinnelag när de betraktar alkoholismen som ett personligt problem, och de understryker det faktum att det endast är nykomlingen som kan bestämma om han/hon är alkoholist och huruvida AA kan vara till hjälp.

Närpå alla medlemmar som arbetar med nykomlingar ser AA-programmet i ljuset av sin egen erfarenhet. De talar om för den som är ny att ingen är språkrör för AA och att alla medlemmar har full frihet att komma fram till en individuell tolkning av programmet.

En del sponsorer talar om programmet på ett andligare sätt än andra. Men nästan alla riktar uppmärksamheten mot den källa till styrka som finns i "en kraft starkare än vi själva". Återigen påpekar sponsorn att det är upp till nykomlingen att bestämma vad som menas med denna AA-fras. Den uttrycker en idé som människor av många trosriktningar – eller ingen särskild tro – både kan acceptera och gör det på ett helt och hållet harmoniskt sätt.

### *Bör en sponsor rekommendera inläggning på sjukhus?*

Det som är viktigt att komma ihåg är att sjukhusvård inte ingår i AA:s program och att en doktor, inte en sponsor, är den som ska avgöra om det är nödvändigt. Erfarna sponsorer är försiktiga med att inte framställa sig som ersättningar för läkare när de har att göra med en fas i alkoholismen.

En AA-veteran ger oss denna påminnelse: Inläggning på sjukhus eller annan professionell behandling av en nykomling "förminska på inget sätt AA-medlemmens ansvar att föra budskapet vidare på bästa möjliga sätt och ordna ett bra sponsorskap. Det är inte något bra AA-beteende att helt enkelt vältra över en alkoholist på andra för att vi inte har tid eller för att alkoholisten är besvärlig och krävande. De flesta av oss erinrar oss med tacksamhet det långvariga tålamod och den stora vänlighet äldre medlemmar visade oss när vi själva var nya".

### *Hur ska en sponsor arbeta med en alkoholists familj?*

Sponsorn kan förklara AA-programmet för en maka/make, partner eller släkting och framhålla att de flesta medlemmar har funnit det lättare att leva sitt liv utan alkohol när deras närmaste intresserar sig för AA, bekantar sig med AA:s litteratur och går på en lokal grupps öppna möten.

I stort kan sponsorn hjälpa alkoholists familj att ge nykomlingen alla chanser att gottgöra genom AA och uppmana familjen att inte förvänta sig alltför mycket alltför snart av den tillfrisknande alkoholisten.

I en del fall har äktenskapliga eller andra familjeförhållanden skadats allvarligt som ett resultat av alkoholists beteende under tiden han/hon drack. Sponsorn ska inte agera äktenskapsrådgivare i sådana situationer. Emellertid har många hotade relationer räddats när väl det primära problemet med alkohol kommit under kontroll, och det är något som sponsorn kan påpeka.

Sponsorn ska också informera familjen om Al-Anon familjegrupper

och Alateen, som är till för anhöriga och vänner till alkoholister – alkoholister som är eller inte är med i AA.

Al-Anons program är en parallell till AA:s, men Al-Anon är en helt fristående gemenskap. Den hjälper problemdrinkarens närstående att förstå sjukdomen och dess effekt på familjelivet. I Alateen, en del av Al-Anon, delar tonåringar med sig av sina erfarenheter som barn till alkoholiserade föräldrar. Lokala grupper av Al-Anon och Alateen möts regelbundet på många orter. Uppgifter om platser och mötestider fås genom deras hemsida, [www.al-anon.se](http://www.al-anon.se).

### *Bör en sponsor låna ut pengar till en nykomling?*

Detta är förstås en fråga om individuellt omdöme och beslut. Invävt i detta är det grundläggande faktum att AA:s enda syfte är att hjälpa alkoholister med deras dryckesproblem. AA är ingen välgörenhetsorganisation eller arbetsförmedling.

Pengar eller brist på pengar har aldrig varit avgörande för individens förmåga att få nykterhet i AA.

Den sponsor som lånar ut pengar till en nykomling gör det på egen risk och kan till och med försena hans/hennes väg till nykterhet. Den nykomling som vänder sig till AA för att få pengar, kläder eller försäkran om en anställning har kommit till fel plats för fel sak. AA har något mycket viktigare att erbjuda: nykterhet.

Professionella förmedlingar kan stå till tjänst med andra sorters hjälp om så behövs. Men många alkoholister kan – när de blivit nyktra – lösa sina egna familje-, anställnings- eller juridiska problem.

### *Bör en sponsor ta kontakt med en arbetsgivare?*

När alkoholisten väl vänder sig till AA, har han/hon kanske förlorat sitt arbete eller är på väg att göra det. Om det finns ett arbete kan det innebära att arbeta för någon som inte är informerad om problemdrickare och som vet litet eller ingenting om AA.



Huruvida en sponsor ska lägga sig i för att säkra en annan alkoholistens anställning beror på omständigheterna i varje särskilt fall. Ett förvånande stort antal arbetsgivare är angelägna att återställa kompetenta medarbetare till maximal effektivitet, välkomnar nyheten att en medarbetare vänt sig till AA och är intresserade av att veta mer om programmet för tillfrisknande.

### *Kan en sponsor vara för sträng?*

En del sponsorer tror på att vara ganska rättframma mot en nykomling. De beskriver AA-programmet som de uppfattar det. De förklarar vad AA har inneburit för dem. De betonar att det inte finns någon *bot* för alkoholism, men att den *kan hejdas*.

Efter det att de gjort detta, lämnar de över nästa drag till nykomlingen. Om den alltjämt drickande alkoholisten inte med detsamma kommer fram till ett beslut att gå med i AA, tror den här sponsorn på att låta situationen vara.

Denna attityd behöver inte vara helt osympatisk. Många alkoholister respekterar den och ser den som ett försök att vara fullständigt saklig om AA för att undvika känslomhet.

AA-programmet är baserat på olika beprövade principer, som en nykomling bara på egen risk kan strunta i. Ett fast sponsorskap betonar detta och fungerar vanligtvis bra för att övertyga nykomlingen. De flesta i AA inser emellertid att överdriven hårdhet kan göra nykomlingen upprörd. Den bör mildras med sympati och förståelse.

### *Kan en sponsor vara för överbeskyddande?*

I sin iver att hjälpa nykomlingen att uppnå nykterhet kan en del sponsorer tendera att bli överbeskyddande. De oroar sig i onödan för dem de sponsrar och har en benägenhet att överösa dem med uppmärksamhet. På så vis riskerar de att göra en nykomling beroende av en individ snarare än av AA-programmet. De mest effektiva

sponsorerna inser att alkoholister som går med i AA en vacker dag måste stå på egna ben och fatta egna beslut – och att det är skillnad på att hjälpa folk upp på fötter och att fortsätta hålla dem uppe hela tiden.

En annan fara med överbeskydd är att det kan irritera nykomlingen så mycket att han/hon retar upp sig på försöken att hjälpa honom/henne – och uttrycker den irritationen genom att vända ryggen till AA.

### *Kan en sponsor ta för lätt på uppgiften?*

En del sponsorer föredrar att anlägga en avslappnad attityd gentemot nykomlingen som de arbetar med. Exempelvis är de mycket villiga att lägga ner tid på den nya medlem som ber om det men tar sig sällan tid eller gör sig besvär att ringa mellan mötena eller hjälpa nykomlingen att komma till mötena.

En del nykomlingar mår faktiskt bäst av att lämnas rätt så mycket åt sig själva. Men det kan vara en riskabel metod: en blyg eller reserverad nykomling kan känna det som om gruppen och den personliga sponsorn inte är intresserade av att hjälpa till.

Många nuvarande medlemmar säger att de inte tog något fast beslut att acceptera AA-programmet förrän månader eller år efter sin första kontakt med AA, helt enkelt därför att de tilläts glida bort från gruppen. Allt fler grupper försöker undvika detta genom att göra upp ett program för att följa upp nykomlingar under några veckor eller månader efter deras första kontakt med gruppen.

### *Hur ska en sponsor hantera en alltför beroende nykomling?*

Under de första dagarna av nykterhet är en nykomling ibland så förvirrad och skrämmd – eller så dimmig och fysiskt svag – att han/hon behöver tas med till varje möte och kanske få hjälp att fatta personliga beslut. Men ett sådant extremt beroende av sponsorn kan ofta bli skadligt för båda parter, när det försätter förbi

tillfrisknandets tidigaste stadier. Det har redan påpekats att vi håller oss nyktra genom att stödja oss på AA-programmet, inte på någon medlem, så nykomlingens chanser i den situationen är kanske inte så goda. Och sponsorn kan antingen känna sig ansatt av ständiga, orimliga krav eller smickrad och låta egot byggas upp på ett menligt sätt.

Hur kan detta dilemma lösas utan att nykomlingen lämnas modlös? Många i AA kommer att ha träffat nykomlingen och gått igenom den här broschyren i ett försök att undvika fallgropar, när de först blir tillfrågade om att bli sponsor. Det troligaste är att sponsorn och nykomlingen kommer att ha diskuterat sina åtaganden och kommit överens om förväntningar på ett tidigt stadium i sin relation. Sponsorn kommer också att ha uppmuntrat nykomlingen att prata med andra AA-medlemmar med längre nykterhet. Nu kan tiden vara inne för ett uppriktigt samtal, där sponsorn än en gång förklarar vikten av att stödja sig på hela AA-programmet, likaväl som sin oro beträffande nykomlingens överdrivna beroende. Skulle den konversationen misslyckas med att få fram en lösning, kan sponsorn erbjuda sig att fortsätta som tillfällig sponsor tills nykomlingen hittar en sponsor som han/hon trivs bättre med.

### *Hur ska en sponsor arbeta med en nykomling som avvisar hjälp?*

I ett sådant fall är det inte mycket en sponsor kan göra utom att försäkra nykomlingen att han/hon gärna hjälper till om och när det behövs. Ibland kan det vara klokt att sammanföra nykomlingen med en AA-medlem som delar mer av nykomlingens bakgrund och intressen. Sponsorskap är ett flexibelt företag och goda sponsorer är själva flexibla i arbetet med nykomlingar. Det är ett lika stort misstag att tvinga på en nykomling ovälkommen hjälp som att vägra hjälp när en nykomling ber om det.

*Vad kan en sponsor göra när nykomlingar avvisar programmets "andliga sida"?*

För det första kan vi slappna av och komma ihåg att sponsorskap inte innebär att tvinga någon speciell tolkning av AA på nykomlingar. De flesta män och kvinnor som varit med i AA mer än några månader inser att programmet är baserat på andliga principer. Samtidigt uppskattar de att alkoholister har kunnat uppnå och behålla nykterhet utan någon tro på en personlig högre makt.

Sponsorn kan kanske framhålla skillnaden mellan orden "andlig" och "religiös". Som framgår av vår ingress har AA ingen anknytning till vare sig någon sekt eller något samfund och inget slags religiös tro krävs för medlemskap – endast "en önskan att sluta dricka". Å andra sidan är den hjälp som erbjuds i vårt program förvisso varken materiell eller fysisk; vi erbjuder inte pengar eller medicin – bara idéer och AA-kärleken från en alkoholist till en annan. I den meningen kan hela programmet, snarare än bara en del av det, kallas "andligt" och nästan alla nykomlingar kan uppskatta ett begrepp med så vidsträckt innebörd.

*Hur ska en sponsor handskas med återfall?*

Det kan vara ytterst nedslående att arbeta med en nykomling som blir nykter under en tid och sedan tar återfall och börjar dricka igen. Detta kan bli en känslig, svår period för både sponsorn och nykomlingen. Sponsorn kan frestas att anse nykomlingen otacksam eller till och med ge upp. Här måste vi sponsorer ta en noggrann titt på våra egna attityder, välja en medelväg mellan sträng kritik, som bara skulle få nykomlingens samvetskval att växa, och gråtmild sympati, som skulle öka självömkan.

Nykomlingen kan naturligtvis vara ännu mer missmodig och förvirrad och ha oerhört svårt att återvända till sponsorn och gruppen för att börja om på nytt (av det skälet anser många sponsorer det är viktigt att ta initiativet och kontakta nykomlingen). För att återkomsten verkligen

ska bli en nystart kan det vara klokt att i detta läge undvika omdömen i efterhand av återfallet. I stället kan sponsorn hjälpa nykomlingen tillbaka till enkelheten i Första Steget och det allra viktigaste – att avstå från det första glaset bara för i dag.

Senare kan nykomlingen komma att vilja kontrollera det slags tänkande som möjligtvis ledde fram till återfallet för att undvika en upprepning. Här beror sponsorns roll helt och hållet på de två inblandade parterna. Om sponsorn var medveten om de farliga signalerna i förväg, kan en nykomling säga: ”om du bara hade sagt till mig!”, medan en annan kan protestera mot tanken på att vara ”observerad”.

Ser man realistiskt på återfallet, så kan det bli en lärorik erfarenhet för både sponseen och sponsorn. För sponsorn kan det tjäna som en knuff in i ödmjukhet, en påminnelse om att en människa inte kan hålla en annan människa nykter och att Tolfte Steget säger ”... försökte vi föra budskapet vidare till andra ...”.

De flesta bra sponsorer betonar att folk som har tagit återfall alltjämt är välkomna i AA. Framgångsrik sponsorverksamhet beror till stor del på den förståelse och kärlek som individen och gruppen erbjuder en nykomling som kan ta ett eller flera återfall trots allvarliga ansträngningar att uppnå nykterhet.

*Kan en medlem sponsra fler än en nykomling samtidigt?*

AA-medlemmar är olika i sin entusiasm för arbete med sponsorskap, sin förmåga att hantera det effektivt och den tid de kan ge. Medlemmar som är villiga och kapabla att sponsra flera nykomlingar samtidigt ska naturligtvis inte motarbetas. Men man bör hålla i minnet att sponsorskap i någon mening är en förmån som så många medlemmar som möjligt bör dela på och en verksamhet som hjälper alla medlemmar att stärka sin nykterhet.

Vidare kan medlemmar som arbetar för mycket med sponsorskap få överdrivna idéer om sin förmåga, ja, till och med riskera sin egen

nykterhet. Som i så många faser av AA är sunt förnuft den bästa vägvisaren.

## För grupper som planerar sponsorverksamhet

### *Hur är sponsorskap till hjälp för en grupp?*

Det ursprungliga syftet för en AA-grupp är att föra budskapet om tillfrisknande vidare till alkoholister som vill ha och ber om hjälp. Gruppmöten är ett sätt att göra detta. Sponsorskap är en annan.

I en del grupper vidgas tanken på sponsorskap till att inbegripa arbete med alkoholister på närbelägna institutioner och, genom e-post, internet och brev med isolerade ensamma medlemmar (Lone members), Internationalists (AA-medlemmar till sjöss) och dem som är bundna till hemmet (Homers).

Aktiva sponsorprogram i en grupp påminner alla medlemmar om gruppens ursprungliga syfte. De tjänar till att ena en grupp och hjälpa den komma ihåg: "Det viktigaste först".

### *Vilka metoder kan en grupp anta för att sponsra nya medlemmar?*

Noggrant planerad sponsorverksamhet i en grupp åstadkommer ofta bättre resultat än sponsorskap som lämnas åt slumpen.

Ett typiskt mönster för sponsorskap i en lokal grupp bör innefatta följande:

- En fast *kommitté för sponsorskap* eller *tolftestegskommitté* med medlemmar som ofta byts ut. Om det finns en intergrupp eller ett servicekontor som har en lista över grupper eller medlemmar som är tillgängliga för tolftestegssamtal, kan en sådan kommitté kontrollera om gruppen har tillräckligt med medlemmar på kontorets lista för att kunna fullfölja sitt ansvar.
- Regelbundna *nybörjarmöten* (också kallade *nykomlingsmöten*) – speciellt i större samhällen där det finns många nykomlingar.

- Regelbundna *åtaganden från medlemmarnas sida att välkomna nykomlingar* till möten och presentera dem för andra. I stora grupper kan folk i en välkomstkommitté bära särskilda dekaler, så det blir lättare för nykomlingen. I mindre grupper kan sekreteraren under "AA-relaterade meddelanden" helt enkelt be nykomlingar att komma fram och hälsa efter mötet, så de kan presenteras för andra medlemmar.
- Förslag till ett annat *AA-relaterat meddelande*: "Om någon här inte har en sponsor och vill ha en, tala med sekreteraren, som kommer att ordna en tillfällig sponsor". Medlemmar säger att där den sedvanan följs på varje möte, påminner den gruppen om värdet av att sponsra och bli sponsrad.
- Diskussioner på *slutna möten* om problem och möjligheter med sponsorskap. Somliga grupper har särskilda möten för detta ändamål.
- *En lista* med namn, adresser och telefonnummer till nykomlingar (som vill uppge sådan information), med anteckningar om sponsor eller sponsorer för var och en.
- *Dukat bord* med konferensgodkänd AA-litteratur och Grapevine-böcker om tillfrisknande ( däribland den här broschyren).
- *Översyn av listan med nykomlingar* av gruppens förtroendevalda (eller tolfstestegs- eller sponsorskapskommittén) – med uppföljande aktivitet där det verkar behövas.
- *Studier av kapitel 7* i Stora boken (Att arbeta med andra).
- Regelbunden rutin (som sköts av sekreteraren eller kommittén för sponsorskap) att *välkomna nykomlingar som kommer från anstalter*, behandlingshem eller halvvägshus. Sekreteraren kan exempelvis få meddelande från sekreteraren i fängelsets AA-grupp om att en nyss frigiven person är på väg till ett möte och den "externa" gruppen förbereder sig då för den nykomlingens

ankomst. Om möjligt kan en medlem i gruppen rentav erbjuda sig att hämta den personen direkt efter frigivningen.

*Hur kan "externa" AA-grupper hjälpa grupper och medlemmar på institutioner?*

Detta ämne är fullständigt behandlat i broschyrerna "A.A. in Correctional Facilities" och "A.A. in Treatment Facilities" (än så länge enbart på engelska). Ta också gärna en titt på *Guidelines on Correction Committees* och *Guidelines on Treatment Facilities Committees*, *Treatment Facilities Workbook* och *Corrections Workbook*, som alla går att beställa via AA:s amerikanska hemsida [www.aa.org](http://www.aa.org).

### **Sponsorskap för service**

*... service i AA är vad som helst som hjälper oss att nå en medmänniska som lider – allt ifrån själva Tolfte Steget till ett telefonsamtal i en myntautomat, en kopp kaffe och AA:s servicekontor för nationell och internationell verksamhet. Summan av alla dessa tjänster är vårt Tredje Legat, service (AA:s servicemanual, Tolv Koncept för världsservice.*

Sponsorskap i AA är huvudsakligen detsamma, antingen man hjälper till med en annans tillfrisknande eller gör service i en grupp. Det kan definieras som att en alkoholist som kommit en bit på väg i tillfrisknandet och/eller service delar med sig av den erfarenheten till en annan alkoholist som just påbörjat den resan. Båda sorternas service kommer från programmets andliga sidor.

Enskilda personer kan känna att de har mer att erbjuda inom ett område än ett annat. Det är servicesponsorns ansvar att beskriva de olika slagen av service: göra i ordning lokalen för ett möte, arbeta i kommittéer, delta i konferenser etcetera. I det här fallet är det



viktigt för servicesponsorn att hjälpa andra förstå skillnaden mellan att tjäna gemenskapen och att tillfredsställa en annan gruppmedlems personliga behov.

En servicesponsor är för det mesta någon som vet mycket om AA:s historia och har en stark bakgrund i servicestrukturen. AA-medlemmarna presenteras för en ny terminologi: GSR (grupprepresentant), områdesdelegat, områdesmöte, minoritetsopinion. De kommer att bli väl bekanta med traditionerna, koncepten och garantierna, likaväl som *AA:s servicehandbok/Tolv Koncept för världsservice*, *Anonyma Alkoholister blir myndigt* och annan AA-litteratur.

Servicesponsorn börjar med att uppmuntra medlemmen att ta aktiv del i hemmagruppens verksamhet – kaffe, litteratur, städning, deltagande i arbetsmöten och så vidare. Servicesponsorn bör ha i minnet att inte alla medlemmar har lust eller är kapabla att avancera till vissa nivåer och sålunda kan servicesponsorn hjälpa till att hitta uppdrag som passar den enskilda medlemmens förmågor och intressen. Vilken servicenivå man än verkar på så arbetar alla mot samma mål – att dela på Anonyma Alkoholisters allomfattande ansvar.

Så småningom uppmuntrar servicesponsorn den enskilda medlem som är intresserad av den sortens service att gå på kretsmöten och att läsa om Anonyma Alkoholisters historia och struktur. Vid det här laget bör den som är på väg in i den sortens arbete såväl ha börjat förstå det ansvar servicearbete medför som känna tillfredsställelsen av ännu ett slags tolfstestegsarbete. Sådana personer bör uppmuntras att ta aktiv del i kretsaktiviteter och överväga att kandidera till förtroendeuppdrag i kretsen för att lära sig det ansvar som följer med olika uppdrag i servicestrukturen.

Medgrundaren dr Bob sade: "Jag tillbringar mycket tid med att föra vidare det jag lärt till andra som verkligen vill ha och behöver det. Det gör jag av fyra skäl:

1. Pliktkänsla.
2. Det är roligt.
3. När jag gör det, betalar jag av på min skuld till den man som tog sig tid att föra budskapet vidare till mig.
4. Var gång jag gör det stärker jag mitt skydd mot ett möjligt återfall lite till”.

Grunden för allt sponsorskap är att föregå med gott exempel. Servicesponsorer kan förmedla till sina sponseer glädjen i att medverka i Anonyma Alkoholisters arbete. Detta gör man bäst genom att understryka servicearbetets andliga sida och påpeka hur användbart enkelt fotarbete och en tro är.

Nu är den nyare medlemmen, genom kunskap och erfarenhet, medveten om att service efter nykterheten är det viktigaste målet. Med den kunskapen är den enskilda medlemmen i stånd att dela sin vision med andra och tillförsäkra Anonyma Alkoholister en framtid.

### **Sammanfattning**

De flesta av AA:s nuvarande medlemmar har det faktum att någon annan visade dem ett särskilt intresse och var villig att dela en stor gåva med dem att tacka för sin nykterhet.

Sponsorskap är bara ännu ett sätt att beskriva det pågående särskilda intresset en erfaren medlem visar, som kan betyda så mycket för en nykomling som vänder sig till AA för att få hjälp.

Individer liksom grupper har inte råd att förlora det viktiga sponsorskapet ur sikte, vikten av att bry sig särskilt om en förvirrad alkoholister som vill sluta dricka. Erfarenheten visar tydligt att de medlemmar som får ut mest av AA:s program och de grupper som är bäst på att föra AA:s budskap vidare till de alkoholister som fortfarande lider är de för vilka sponsorskap är alltför viktigt för att

överlämnas åt slumpen.

Hos dessa medlemmar och grupper är det ansvar som följer med sponsorskap välkommet och accepterat som *möjligheter* att berika den personliga AA-erfarenheten och fördjupa den tillfredsställelse som kommer av arbetet med andra.

## AA:s Tolv Steg

1. Vi erkände att vi var maktlösa inför alkoholen – att våra liv hade blivit ohanterliga.
2. Kom till tro att en Kraft större än vi själva kunde återge oss mental hälsa.
3. Beslöt att överlämna vår vilja och våra liv till Guds omsorg, *sådan vi uppfattade Honom*.
4. Gjorde en grundlig och orädd moralisk inventering av oss själva.
5. Erkände inför Gud, oss själva och en annan människa den exakta innebörden av våra fel.
6. Var helt och hållet beredda att låta Gud avlägsna alla dessa karaktärsdefekter.
7. Bad Honom ödmjukt att avlägsna våra brister.
8. Gjorde upp en lista över alla personer vi hade gjort illa och blev villiga att gottgöra dem alla.
9. Gottgjorde så långt möjligt dessa människor personligen, utom då det skulle kunna skada dem eller andra.
10. Fortsatte att göra personlig inventering och erkände genast när vi hade fel.
11. Sökte genom bön och meditation att förbättra vår medvetna kontakt med Gud, *sådan vi uppfattade Honom*, varvid vi endast bad att få kunskap om Hans vilja med oss och styrka att utföra den.
12. När vi, som resultatet av dessa steg, hade haft ett andligt uppvaknande, försökte vi föra detta budskap vidare till alkoholister och tillämpa dessa principer i alla våra angelägenheter.

## AA:s Tolv Traditioner

1. Vår gemensamma välfärd bör komma först; personligt tillfrisknande beror på enigheten i AA.
2. För syftet med vår grupp finns det endast en högsta auktoritet – en kärleksfull Gud såsom Han kan komma till uttryck i vårt gruppsamvete. Våra ledare är endast betrodda tjänare, de styr inte.
3. Det enda kravet för medlemskap är en önskan att sluta dricka.
4. Varje grupp bör vara självständig utom i angelägenheter som påverkar andra grupper eller AA som helhet.
5. Varje grupp har endast ett huvudsyfte – att föra budskapet vidare till den alkoholist som fortfarande lider.
6. En AA-grupp bör aldrig gå i borgen för, bekosta eller låna ut AA:s namn till någon närbesläktad sammanslutning eller något utomstående företag, så att inte problem med pengar, egendom eller anseende avleder oss från vårt huvudsyfte.
7. Varje AA-grupp bör vara helt självförsörjande och inte ta emot bidrag utifrån.
8. Anonyma Alkoholister bör alltid förbli icke-professionellt, men våra servicekontor kan anställa personal för speciella uppgifter.
9. AA som sådant bör aldrig organiseras, men vi kan tillsätta styrelser eller kommittéer för service som är direkt ansvariga inför dem de tjänar.
10. Anonyma Alkoholister har ingen åsikt i yttre angelägenheter; därför bör AA:s namn aldrig dras in i offentliga tvister.
11. Vår PR-policy grundar sig på dragningskraft snarare än reklamkampanjer; vi behöver alltid bibehålla personlig anonymitet gentemot press, radio och film.
12. Anonymitet är den andliga grundvalen för alla våra Traditioner och påminner oss ständigt om att sätta principer före personligheter.

## **AA:s 12 Koncept för service**

1. Det slutliga ansvaret för och beslutanderätten över AA:s internationella serviceverksamhet skall alltid utgå från hela gemenskapens samlade gruppsamvete.
2. General Service Conference (servicekonferensen) har, för nästan alla praktiska ändamål, kommit att bli hela gemenskapens aktiva röst och fungerande samvete.
3. För att tillförsäkra oss ett fungerande ledarskap bör vi åt varje del i AA- Konferensen, General Service Board och dess serviceföretag, anställda, kommittéer och chefer - ge traditionell "beslutanderätt".
4. På varje ansvarsnivå bör vi upprätthålla traditionell "medbestämmanderätt", vilken medger omröstningsdeltagande i rimlig proportion till det ansvar som utövas.
5. I hela vår struktur bör traditionell "besvär rätt" alltid förefinnas, så att minoritetssynpunkter kan framföras och personliga klagomål ordentligt beaktas.
6. Konferensen bekräftar att huvudinitiativ och huvudansvar i de flesta frågor beträffande internationell service skall utövas av förtroendevalda deltagare i Konferensen i sin roll som medlemmar i General Service Board.
7. Urkunden och stadgan för General Service Board är legala instrument, som befullmäktigar de förtroendevalda (Trustees) att planera och genomföra serviceaktiviteter i världen. Konferensurkunden är däremot icke ett juridiskt dokument; den bygger för sin effektivitet i stället på tradition och AA:s finansiella tillgångar.
8. De förtroendevalda är ansvariga för planering och genomförande av allmän policy och finansiell inriktning. De har överordnat förmyndaransvar över de separat inregistrerade och ständiga serviceaktiviteterna, detta sker genom att de har ansvar för tillsättning av samtliga styrelsemedlemmar eller motsvarande för dessa verksamheter.
9. Gott ledarskap i service på alla nivåer är absolut nödvändigt för vår framtid och säkerhet. Förstahandsansvaret för ledning av servicearbetet, en

gång lagt på rörelsens grundare, måste av nödvändighet överföras till de förtroendevalda.

10. Varje ansvar för en viss serviceverksamhet bör motsvaras av likvärdig bestämmanderätt, och med omfattningen av denna auktoritet väl definierad.

11. De förtroendevalda skall alltid ha stöd av bästa tänkbara kommittéer, bolagsstyrelser, chefer, personal och konsulter. Ledningarnas struktur, sammansättning, kvalifikationer, utbildningsformer samt rättigheter och skyldigheter är alltid frågor för allvarlig omtanke.

12. Konferensen skall ledas av andan i AA:s traditioner och se till att den aldrig blir centrum för alltför välfylld och därmed riskfylld kassa eller med för stor makt; att tillräckliga operativa medel plus rimlig reserv utgör dess välbetänkta princip; att den aldrig placerar någon av sina medlemmar i en position av icke kvalificerad makt över andra; att alla viktiga beslut nås genom diskussion, omröstning och, närhelst möjligt, i enighet; att dess handlingar aldrig innebär en personlig bestraffning, ej heller riskerar att leda till offentlig debatt; att den aldrig skall styra rörelsen, och att den, liksom den gemenskap den tjänar, alltid skall förbli demokratisk i tanke och handling

**Detta är vi skyldiga AA: s framtid:**

Att sätta vår gemensamma välfärd främst,  
att slå vakt om enigheten inom vår gemenskap.

För på enigheten inom AA hänger våra liv  
och deras liv som kommer efter oss.

*Jag är ansvarig ...*

*Närhelst, varhelst någon ber om hjälp,  
vill jag att AA alltid skall finnas till  
hands, och för det är jag ansvarig.*

AA i Sverige  
Tfn 08-642 26 09  
[www.aa.se](http://www.aa.se)  
[service@aa.se](mailto:service@aa.se)