

Här är kommentarer till bildserien, dessa är tänkta som uppslag och inspiration för bredare diskussioner under visningen. Komplettera gärna med dina egna.



Bild 1. Startbild, låt den gärna ligga framme under samlingen. Hälsa välkommen och förklara syftet med dagen. Berätta om bildspelet.

VGv är ett inspirationsmaterial med utgångspunkt från 1:a och 2:a traditionen, dvs "Vår gemensamma välfärd bör komma först, personligt tillfrisknande beror på enigheten i AA" och "För syftet med vår grupp finns det endast en högsta auktoritet - en kärleksfull Gud, såsom Han kommer till uttryck i vårt gruppsamvete. Våra ledare är endast betrodda tjänare - de styr inte".

VGv materialet består av ett bildspel på ca. 50 bilder och ett dokument som innehåller 18 sidor text. Syftet är att ge er en inblick i materialet. Ni kan själva ladda ner det från AA:s hemsida och göra en djupare studie i dess helhet när tid finnes. Textdokumentet är alldeles utmärkt att använda och ha som underlag för traditionsmöten i den egna hemmagruppen.



Bild 2. Program och hålltider. Justera tider vid behov. Presentationsrunda.

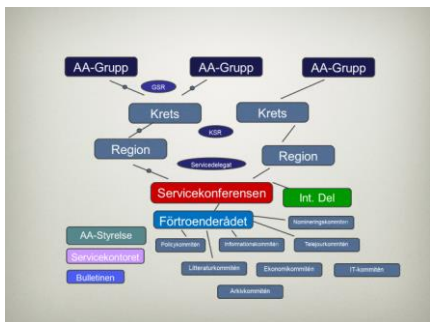


Bild 3. När vi inom AA pratar om vår gemensamma välfärd menar vi inte pengar eller den materiella välfärden. Gemensam välfärd är när vi kan erbjuda så många alkoholister som möjligt en lösning och tillfrisknande från alkoholism.

Detta är en bild på hur AA är organiserat för att på bästa sätt fungera i linje med 5:e traditionen som säger "Varje grupp har endast ett huvudsyfte - att föra budskapet vidare till den alkoholister som fortfarande lider" Förklara bilden och organisationen.

Verktygen för att uppnå detta syfte i tradition 5 är de tre legaten, vilka är fundamenten för att AA ska kunna föra budskapet vidare.

Bildspelet är alltså ett försök att visa att tillfrisknande, enighet och service hänger ihop och är beroende av varandra.

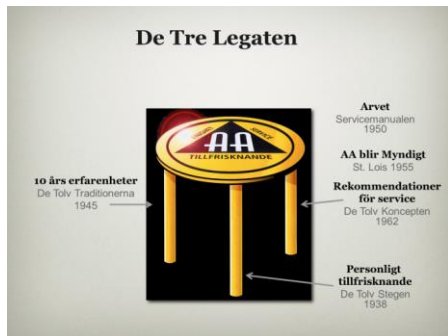


Bild 4. De tre legaten är AA:s grundpelare som får AA att fungera. Vi brukar likna det vid den trebenta pallen. Det är svårt att sitta stadigt på ett ben eller två ben, men med tre ben blir pallen stabil. Det första benet (Tillfrisknande) är AA:s Tolv Steg för personligt tillfrisknande, skrevs 1938. Det andra benet (Enighet), är AA:s samlade erfarenheter från de första 10 åren, De Tolv Traditionerna. Rekommendationer baserade på misstag. Skrevs 1945. Det tredje benet (Service) började ta form när Bill och Bob insåg att de inte skulle leva för evigt, att AA måste fungera även efter deras bortgång.

Bill utarbetade ett gediget och grundligt förslag på hur AA skulle kunna fungera. Här beskrev han Servicekonferensens och Förtroenderådets ansvar och hur demokratin och gruppernas intressen skulle tillvaratas genom utsedda servicedelegater.

Servicemanualen publicerades 1950 och därefter genomfördes fyra Servicekonferenser på prov i USA. 1955 var gemenskapen redo att ta över ansvaret för AA:s verksamhet och fortlevnad. Överlämnandet skedde vid 20-årskonventet i St. Lois 1955. Nu blev AA myndigt. 1962 skriver Bill De Tolv Koncepten, grundprinciper och rekommendationer för hur service på alla nivåer bör fungera, Därmed har vi fått vårt tredje ben i pallen.

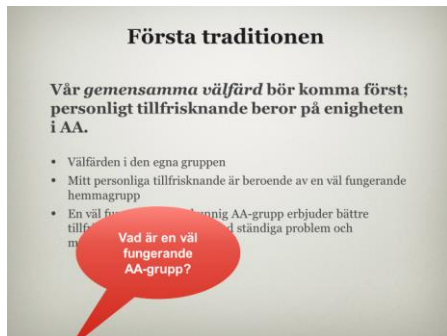
Stegen - vägledning i tillfrisknande. Traditionerna – säkerställer att dessa steg bevaras.

Koncepten - Tillvaratagandet av gruppernas bestämmanderätt över AA som helhet och förslag på hur detta praktiskt ska hanteras av världens alla grupper.

Ordet legat betyder "Testamentsgåva". "Arvet" är alltså gruppernas ansvar att bevara traditionerna och stegen genom service åt sig själva och AA som helhet.

Hur förvaltar vi då detta arv? I servicehandbokens förord på sidan 5 finns stycket "Hur förvaltar vi arvet", läs gärna det. Ordet service betyder "betjäna". Ett sätt att skapa intresse för service är att använda sig av sponsorskap.

Till att börja med så kan man säga att Service i AA är vad som helst som hjälper oss att nå den alkoholist som lider. Sponsorskap i AA är i stort sett detsamma, antingen man hjälper till med en annans tillfrisknande eller gör service i en grupp. Sponsorskap definieras som att en alkoholist som kommit en bit på väg i tillfrisknande och service, delar med sig av den erfarenheten till en annan alkoholist som just påbörjat den resan. Båda sortens service kommer från programmets andliga sida. Grunden för allt sponsorskap är att föregå med gott exempel. Servicesponsorer kan förmedla till sina sponsier glädjen i att medverka i AA:s arbete. Den som vill veta mer om sponsorskap kan läsa om det i broschyren "Frågor och svar om sponsorskap" Visa exempel. Alla ben hör alltså till pallen och är beroende av varandra för att helhet ska uppnås. Om ett ben felar så ramlar pallen.



Dvs, Personligt tillfrisknande beror på enighet och service i AA. Och det är också vad 1:a traditionen säger, det är dess budskap

Bild 5. Vad är då en väl fungerande AA-grupp?

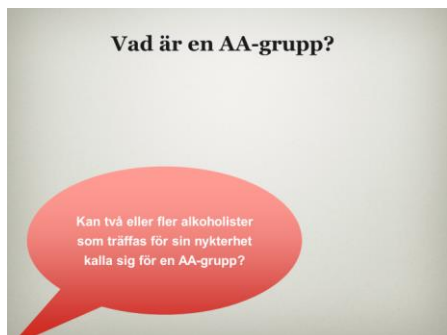


Bild 6. Ja till att börja med, vad är en AA-grupp?

Hur definierar vi en AA-gupp? Är det när två alkoholister träffas...?



Bild 7. Inte riktigt, det krävs lite mer, det här är sex punkter som fastställts av Servicekonferensen i USA.

Läs punkterna på definitionen av en AA-grupp.

Längst ner står tradition 5, läs och fråga vad AA:s budskap är.



Bild 8. Detta är AA:s budskap, "Huvudsyftet med denna bok är att visa andra alkoholister exakt hur vi tillfrisknat". Stora Boken, inledningen, samt kapitel 1-11 är AA:s budskap

AA:S budskap är varken mer eller mindre.

Stora Boken		
INNEHÅLL		
Läkarens åsikt		
KAPITEL 1	Bills berättelse	} Steg 1 och 2
KAPITEL 2	Det finns en lösning	
KAPITEL 3	Mer om alkoholism	} Steg 3 och 4
KAPITEL 4	Vi agnostiker	
KAPITEL 5	Hur det fungerar	} Steg 5, 6, 7, 8, 9, 10 och 11
KAPITEL 6	Till verket	
KAPITEL 7-11		} Steg 12

Bild 9. Stora Boken beskriver vad vi behöver göra för att tillfriskna.

Stor vikt läggs vid identifikationen, sjukdomsbegreppet och till att skapa en tilltro till lösningen (steg 1 och 2). Steg 3 o 4 avhandlas i kap 5: "Hur det fungerar". Handlingsstegen finns i kap 6 "Till verket" dvs steg 5-11.

Kapitel 7 "Att arbeta med andra" är steg 12, dvs att föra budskapet vidare.

Kapitel 8-11 är också steg 12, dvs att tillämpa dessa principer i alla vår angelägenheter.



Bild 10. För att föra budskapet vidare och dela erfarenheter håller vi stegmöten och/eller Stora Bokenmöten i grupperna.

Många grupper läser stegen från 12+12, det är ingalunda fel, men det kan vara bra att känna till att 12+12 kom som ett komplement till Stora bokens grundtexter, skrivna 14 år senare för att bredda och fördjupa. Det var också ett tillfälle att publicera de 12 traditionerna.

Andra Traditionen

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.

- Gruppsamvetet består normalt av alla medlemmar som har gruppen som sin hemmagrupp
- Alla har yttranderätt och rätt till deltagande i *Koncepten*
- Vilka har rösträtt?
- Lyssna på minoriteter
- Tjänarna är ansvariga inför gruppsamvetet

Hur tar vi vara på detta i gruppen?

Bild 11. Hur tar vi tillvara på denna viktiga tradition i gruppen?

Vad är ett gruppsamvete?

Gruppsamvete= Gruppens allmänna vilja, det kollektiva samvetet. Uttrycket "Informerat gruppsamvete" antyder att all viktig information som finns i frågan har begrundats och att alla åsikter i frågan har fått komma fram.

Det är också AA:s sätt att uppnå syftet med 1:a trad. "Vår gemensamma välfärd bör komma först, personligt tillfrisknande beror på enigheten i AA". Hur tar vi vara på gruppernas ansvar mot dom som kommer efter oss? (Traditionerna)

Hur tar vi tillvara på gruppernas beslutanderätt och ansvar gentemot AA som helhet? (Koncepten).

Här kan man också betänka vad ordet tjänare står för. Principerna i tradition 2 är kristallklara, ingen enskild ska styra över grupperna "AA-grupperna ska vara den högsta auktoriteten, deras ledare ska endast anförtros delegerade uppdrag".

Men grupperna har också ansvar att välja och tillsätta de tjänare som ska föra gruppernas talan.

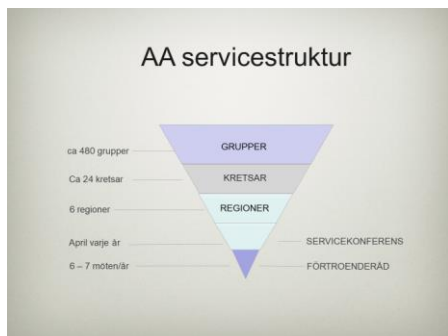


Bild 12. Detta kan man beskriva med den upp och nedvända pyramiden, där grupperna är högst upp och allt under är AA-gruppernas serviceorganisation för AA-grupperna. Vi är med andra ord helt beroende av den egna villigheten att hjälpa och tjäna oss själva, precis som i stegen, precis som i traditioner och koncept.

Frågan till oss själva blir följaktligen - Har vi kunniga och stabila grupper?

Är vi villiga att ta ansvar för att hjälpa oss själva? AA-gruppen måste nå ut för att få in nya i gruppen, dvs sprida budskapet och överleva, men AA-gruppen måste även nå in för att nå ut, dvs tillsätta tjänare och ingå i servicestrukturen för att ta del av den kunskap som finns och för att dela med sig av sin egen.

(Bilderna på pyramiden och den inledande bilden av AA:s serviceorganisation beskriver i stort sett samma sak).

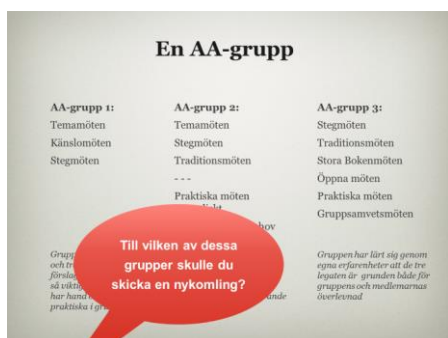


Bild 13. Detta är exempel på olika typer av grupper. Varje grupp är ju självbestämmande, så inga pekpinningar kan eller ska delas ut, men fundera lite över i vilken grupp det finns bästa förutsättningar för gemensam välfärd och personligt tillfrisknande.

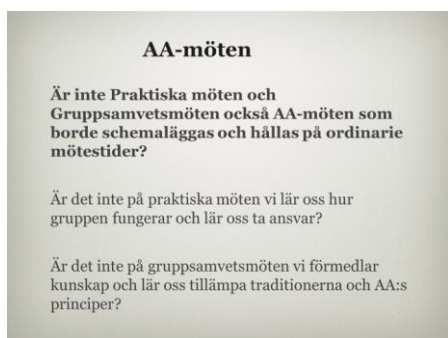


Bild 14. Ett sätt att stärka gruppens gemenskap är att ha praktiska möten och gruppsamvetsmöten på ordinarie mötestid och därmed få fler i en grupp att delta.

Det ligger ju i vårt gemensamma intresse, dvs trad-1 ” Vår gemensamma välfärd bör komma först, personligt tillfrisknande beror på enigheten i AA”.

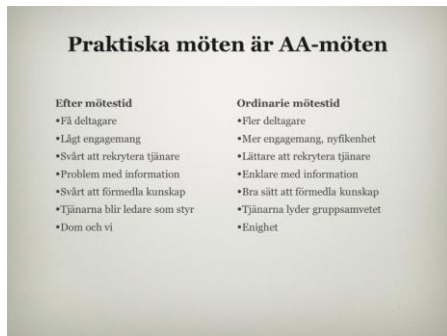


Bild 15. Detta beskriver erfarenheten av olika mötesvarianter. Tala lite om punkterna.

Många klagar på att det inte kommer några på praktiska möten, svårt att få tjänare och motsättningar. Ofta beror det på att praktiska möten inte hålls på ordinarie mötestid och inte anses vara AA-möten.

Prova att göra tvärtom, många grupper har upplevt stor förändring.



Bild 16. Här ser vi ett exempel på hur praktiska möten och gruppsamvetsmöten förhåller sig till varandra och delas upp. Tala lite om punkterna.

Praktiska möten kan hållas korta om gruppen också har schemalagda gruppsamvetsmöten.

Praktiska möten är för enkla och praktiska frågor, Större frågor och diskussioner hänförs till nästkommande gruppsamvetsmöte.

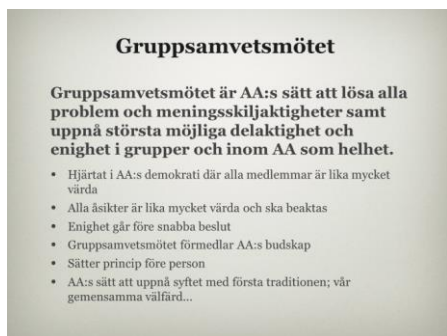


Bild 17. Tidigare talade vi om vad ett gruppsamvete är. Nu har vi en beskrivning av vad ett gruppsamvetsmöte är eller kan vara (läs bildtexten). Så hur löser man då problem och meningsskillnader och uppnår största möjliga delaktighet och enighet i en AA-grupp?

Det ska vi tala om efter pausen (om den läggs här).



Bild 18. Startbild efter paus (lunch). Låt den ligga på under samlingen.



Bild 19. Inför ett gruppsamvetsmöte är det bra att börja med sig själv. Vad har jag för inställning och förhållande till traditionerna?



Bild 20. Den egna självrannsakan ingår ju i gruppens självrannsakan. Jaget är en del av viet, alla är lika mycket värda.

Följande bilder är en direkt kopia av häftet ”Checklista till traditionerna”(visa gärna ett ex.). Även om frågorna till att börja med var avsedda för individuellt bruk, använder många AA-grupper dem för en bredare diskussion.

Luta er tillbaka och låt frågorna sjunka in.



Bild 21. Läs gärna korta versionen högt.

Låt frågorna rulla fram (du behöver bara klicka en gång, de rullar fram i maklig takt).

Kommentera en eller fler av dem.



Bild 22-34.

Det finns en sådan här bild för varje tradition. Principen är densamma och vi visar inte alla tolv här.

Förslag till dagordning

1. Mötet öppnas, de tolv traditionerna läses samt inledning till Gruppsamvetsmöte
2. Ordförande och sekreterare utses, dagordningen godkännes
3. De närvarande presenterar sig och berättar kort om sina förväntningar inför gruppsamvetsmötet
4. Övriga frågor anmäles
5. Genomläsning föregående gruppsamvetsprotokoll
6. Frågor att diskutera och ev fatta beslut om
 - a) Från senaste praktiska mötet
 - b) Någon av traditionerna
 - c) Gruppsamvetsfrågor - Fokusområdena
 - d) Övriga frågor
7. Avslutning, ordet går runt
8. Nästa gruppsamvetsmöte, hatten går runt, Sinnesrobönen

Bild 35. Hur genomför man då ett gruppsamvetsmöte?
Ja det är inte några konstigheter, här är ett förslag på en dagordning.

Det går ju att ta bort eller lägga till punkter efter behov, huvudsaken är att gruppen är överens om dagordningen och syftet är att uppnå största möjliga enighet i gruppen.

Om ni ser på punkt 6 så är det alltså gruppens självrannsakan gentemot ett antal frågor.
A= principfrågor från praktiska mötet.
B= gruppens tänk om någon av de 12 traditionerna.
C= gruppsamvetsfrågor som ligger i linje med AA i Sveriges huvudfokus, (se även Handlingsplanen som finns beskrivet på sid 2 i textdokumentet.) För utförligare beskrivning hänvisas till boken ”AA:s historia i Sverige från begynnelsen fram till 2012”

Gruppsamvetsfrågor



Nå fler alkoholister

- Starta upp lokala kommittéer för Samarbete och Information (SolK)
- Utbyt erfarenheter med andra i krets och region
- Kan krets och region stötta grupperna bättre
- Göra AA synligt i sin hemort
- Etablera kontakter för tolkstegs-arbete med kliniker, sjukhus, företagshälsovård, kyrkor etc
- Bjud in till öppna AA-möten. Annonsera, skylta, informationsblad med mera
- Synlig på Internet, näbar på telefon, e-post

Bild 36. Det finns alltså tre huvudfokus för AA-grupperna.

Exempel 1 är att ”Nå fler alkoholister” och frågor att tala om i gruppen ser vi här förslag på.

Gruppsamvetsfrågor



Kunniga stabila grupper

- Studera litteraturen, traditioner och koncept
- Gör service och få erfarenheter
- Traditionsmöten och temamöten
- Sprid AA-kunskap i gruppen
- Ha regelbundna Gruppsamvetsmöten
- Var rädd om gamla, hur hanterar vi sponsorskop?
- Berättar vi hur viktigt det är att studera AA:s litteratur?
- Hur tar vi hand om nykomlingarna?
- Vad får dom med sig från sitt första möte?
- Bjud in serviceledaren till ett gruppsamvetsmöte

Bild 37. Samma lika här fast fokus på ”Kunniga och stabila grupper”.



Bild 38. Också det tredje som rör "Enighet o service".

AA:s erfarenheter är alltså att AA-grupper som har den här typen av självrannsakan kommer att ha en god förmåga att uppfylla sitt huvudsyfte - att föra budskapet vidare...



Bild 39. Då är vi framme vid grupparbetet eller som det kallas här, Workshop.

Dela in er i grupper, helst blandade från olika delar/grupper, 6-8 deltagare i varje och ni får minst 2 st frågor/grupp.

Anpassa efter antal deltagare.



Bild 40. Innan vi sätter igång så måste vi ju bara visa den klassiska bilden på hinkarna. Läs och begrunda.

I den första lägger vi all personlig prestige, för att uppnå ödmjukhet.
 I den andra allt vårt revirtänkande, för att få öppet sinne.
 I den tredje all vår rädsla, för att få mod att förändra.
 Och i den sista all vår känsla av otillräcklighet, för att få handlingskraft.



Bild 41-46.

Gruppsamvetsfråga 1-6

Gå igenom frågeställningen och tilldela den till en av grupperna.

Gör likadant med de följande fem bilderna.

Dela ut textdokumentationen till alla.



Bild 47. Avsätt gott om tid för grupparbetet, minst 1,5 tim inkl kaffe.

Efter grupparbetet, låt varje grupp redovisa sina diskussioner för att dela med sig till övriga.

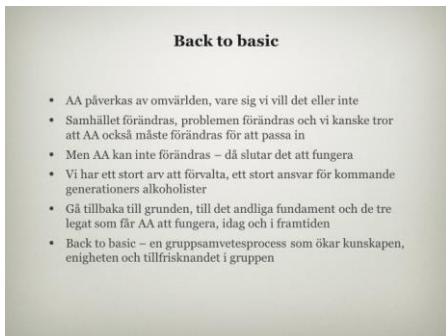


Bild 48. Krånglar det till sig så gå tillbaks till grunden, till de tre legaten. Vad är egentligen vårt syfte och hur ska vi bäst utföra det, dvs Back to basic, gör det enkelt.

Vi kan också rekommendera broschyren ”AA-gruppen där allt börjar”, som är tänkt som en liten uppslagsbok och guide för en AA-grupp. Den kompletterar servicehandboken och annan litteratur som berör gruppen i ett vidare sammanhang. Visa ex.



Bild 49. Läs detta citat från Bill W.

Feedback

Bild 50. Avslutningsrunda där var och en får ge feedback på dagen.

Tacksamma för synpunkter och kommentarer



Bild 51. Tacka alla.
Låt hatten gå runt.
Avsluta med sinnesrobönen.