

«Анонимные алкоголики» В Борисове: общество равных



«Здравствуйте, меня зовут... и я алкоголик» – это приветствие знакомо многим: некоторым из фильмов, из рассказов знакомых, а кому-то приходилось произносить такие слова с упоминанием своего имени. Эти люди, мужчины и женщины, осознав проблему, объединились в группы Анонимных алкоголиков, посещают занятия, где делятся друг с другом своим опытом, силами и надеждами. Они помогают себе и другим справиться с алкоголизмом. Белорусскому обществу Анонимных алкоголиков немногим более 30 лет. Группы Анонимных алкоголиков Борисова в мае отметят 20-летие. О том, где и как проходят встречи, кто может стать членом этих групп, читайте в нашем материале.

Однажды на пороге моего кабинета появилась приятная и ухоженная женщина: меховая шапка, легкий макияж, маникюр, украшения. Она представилась Натальей и предложила тему для статьи: речь шла о группах Анонимных алкоголиков. Приняла ее за волонтера и стала внимательно слушать...

Привыкли к живому общению

Многие люди не понимают, почему алкоголизм называют не просто зависимостью, а самой настоящей болезнью, причем неизлечимой. И это не обязательно те, кого подобная участь обошла стороной и кто лишь в теории знает значение слов «собутыльник», «застаканиться» и «бодун». Недоумевают и сами алкоголики. Они уверены, что бросить пить можно в любое время. А сами не спешат завязывать с зеленым змием, ссылаясь на проблемы в семье или на банальное отсутствие желания попроситься с пристрастием к горячительным напиткам.

До 2010 года и моя собеседница Наталья была из «второй песочницы». Да-да, женщина пила, но вот уже 11 лет находится в так называемой ремиссии, ведь полностью излечиться от алкоголизма нельзя. Сейчас поверить в ее слова очень сложно: самодостаточная женщина с хорошей речью и незамутненным рассудком никак не вяжется с образом алкоголички.

«Познавать себя другим, без употребления, открывать в себе новые возможности и черты характера; видеть, как родственники начинают оттаивать душой и сердцем, очень приятно. Это стоит того, чтобы прилагать усилия и ходить на собрания, заниматься по программе и делать вот эти шаги» – Наталья, член сообщества Анонимных алкоголиков.

В борисовских группах Анонимных алкоголиков в среднем по 20 человек. В связи с эпидемиологической ситуацией их количество уменьшилось: на встречи приходят семь, пять или даже три человека. Так как помещения позволяют рассаживаться на расстоянии друг от друга, соблюдают дистанцию, не забывают про средства индивидуальной защиты. По словам Натальи, были попытки организовать встречи по скайпу, но эта форма взаимодействия не прижилась: все привыкли к живому общению.

Борисовчане работают в тесной связке с группами из других регионов: не только общаются, но и учатся, как правильно

обслуживать анонимных алкоголиков, как вести работу.

«12 шагов» к выздоровлению

«Анонимные алкоголики» – общество равных. Его основой является полная анонимность: здесь руководствуются принципами, а не личностями.

Собрания длятся в среднем два часа, проходят по программе «12 шагов», которая работает лишь при полном воздержании от спиртного. Трезвость поддерживается благодаря тому, что участники сообщества делятся с другими силами и обнадеживают, а также общаются на заданную тему, читают специальную литературу и перенимают опыт выздоровления.

Члены группы учатся ответственности, и поэтому каждый из них выполняет определенное задание: один составляет план проведения встречи, другой отвечает за ключи и готовит помещение к собранию, кто-то закупает чай и кофе. Это называется «служением». Из-за того, что люди находятся в постоянном движении, уходит чувство обособленности и ненужности, которое зачастую свойственно алкоголикам. Задача Натальи, к примеру, заключается в информировании общественности об их деятельности, поэтому и пришла к нам.

– Нужно понимать, что алкоголизм – коварная болезнь, но с ней можно научиться жить, – рассказала моя собеседница. – Для этого нужно пересмотреть свои взгляды, научиться правильно расставлять приоритеты, наладить контакт в семье, с родственниками и соседями, на работе.

Уже много лет Анонимные алкоголики обеспечивают себя сами, не ищут и не принимают пожертвований со стороны.

Достиг дна – осознай, оттолкнись и постарайся выплыть

– Мы никого не неволим. На собрание групп Анонимных алкоголиков может прийти любой желающий, – продолжила Наталья.

– Закрытые встречи предусмотрены для тех, у кого проблемы с алкоголем. Открытые могут посетить даже родственники алкоголиков.

Членами сообщества становятся люди разного возраста и разного вероисповедания. Многие посещают собрания долгие годы. Некоторые заглядывают всего на пару встреч, а потом уходят и не возвращаются, кто-то через несколько месяцев приходит вновь. Ни перед кем двери не закрываются. Единственное, что необходимо человеку, чтобы посещать занятия и стать членом общества Анонимных алкоголиков, – желание бросить пить. Важно осознать, что достиг дна, оттолкнуться и постараться выплыть. Выплыть, пока не поздно.

Беседовала Татьяна САКОВИЧ