



Anonyme Alkoholiker®

AA ANONYME ALKOHOLIKER DEUTSCHE SCHWEIZ

Zentrale Dienststelle, Grebelackerstrasse 32, 8057 Zürich

Telefon 044 370 13 83, Hotline 0848 848 885 (24 h)

info@anonyme-alkoholiker.ch, www.anonyme-alkoholiker.ch

Das Prinzip der AA

Das Zwölf-Schritte Programm

Für einen alkoholkranken Menschen, der ein Leben ohne Alkohol führen will, reicht es nicht, das „erste Glas“ stehen zu lassen. Er braucht ein **geistiges Programm** für sein künftiges Leben. Das Programm der Anonymen Alkoholiker ist in **Zwölf Schritte** eingeteilt.

Der erste Schritt:

„Wir gaben zu, dass wir dem Alkohol gegenüber machtlos sind – und unser Leben nicht mehr meistern konnten“.

Diese Einsicht und erste Schritt ist die notwendige **Voraussetzung** für einen Neuanfang. Die weiteren elf Schritte sind Empfehlungen aus Erfahrungen unzähliger (trockener) Alkoholikerinnen und Alkoholiker, die dem Einzelnen helfen sollen, sein Leben ohne Alkohol einzurichten und zu genesen.

Die Zwölf Traditionen

Die Zwölf Traditionen sind der **Wegweiser** für die Arbeit der Gruppen innerhalb und ausserhalb der Gemeinschaft.

Zwei Beispiele:

Fünfte Tradition: „Die Hauptaufgabe jeder Gruppe ist, unsere AA-Botschaft zu Alkoholikern zu bringen, die noch leiden.“

Siebte Tradition: „Jede AA Gruppe sollte sich selbst erhalten und von aussen kommende Unterstützung ablehnen.“

Anonymität

Die Gemeinschaft der Anonymen Alkoholiker AA beruht auf dem Grundprinzip der Anonymität. In der Zwölften Tradition ist sie deshalb wie folgt verankert:

1. Jede Person, die sich an AA mit der Bitte um Hilfe wendet, muss sicher sein, dass ihre Identität und ihr Problem in AA bleiben. Deswegen sprechen sich die Mitglieder mit Vornamen an und interessieren sich nicht für die Stellung des anderen im öffentlichen Leben. Es gibt weder Akte noch Mitgliederkarteien.

2. Durch die Wahrung der Anonymität des Einzelnen in der Öffentlichkeit, besonders vor den Medien, soll und kann sich keine oder kein AA auf Kosten der Gemeinschaft profilieren, persönliche Anerkennung und Einfluss suchen. Diese Zurückhaltung bedeutet Einordnung in die Gemeinschaft der Anonymen Alkoholiker, die nur als Ganzes bestehen kann. Die Gemeinschaft stellt keine Personen oder Persönlichkeiten, die nach ihrem Programm leben, in den Vordergrund. Sie bewahrt sich damit ihre Unabhängigkeit vom Schicksal Einzelner. Anonymität im Umgang mit der Öffentlichkeit schützt den Einzelnen und die Gemeinschaft vor unerwünschter Popularität.

3. Durch die Anonymität werden die hierarchischen Strukturen der Umwelt ausser Kraft gesetzt. Die Alkoholiker sind gleich in ihrer Krankheit. In der Gruppe zählt nur die Aussage, nicht die Person.