

ABSTRAKT

Název příspěvku: Jak rodinné skupiny Al-Anon pomáhají příbuzným alkoholiků

Abstrakt:

Al-Anon je sdružení příbuzných a přátel alkoholiků, kteří se snaží vyřešit svůj společný problém tím, že společně sdílejí své zkušenosti a poznatky o sobě samých a životě s alkoholikem. Al-Anon je samostatným dvanáctikrokovým programem, blízce spolupracujícím s Anonymními alkoholiky.

Al-Anon má jediný cíl: pomoci rodinám alkoholiků. Naplňujeme jej prostřednictvím uplatňování Dvanácti kroků, povzbuzením a porozuměním našim blízkým alkoholikům a přijetím a útěchou rodinám alkoholiků. Další informace viz. www.alanon.cz.

Obsahem příspěvku je představení společenství Al-Anon a možností, které nabízí blízkým alkoholiků, dále sdílení vlastní osobní zkušenosti. Uslyšíte zkrácené verze příběhů několika členů Al-Anon: muže, který vyrůstal s alkoholikem a jehož manželka je závislá na alkoholu, ženy jejíž partner se potýká s kombinovanou závislostí na alkoholu a drogách a ženy, která vyrůstala v rodině s maminkou alkoholičkou.

Klíčová slova: Al-Anon, Anonymní alkoholici, dvanáctikrokový program, osobní zkušenost, rodinné skupiny

08.09.2021





Jak rodinné skupiny Al-Anon pomáhají příbuzným alkoholiků

Míša S., Hanka J.

www.alanon.cz

Motto:

*Bože, dej mi klid, přijmout to, co nemohu změnit,
odvahu změnit to, co změnit mohu,
a moudrost jedno od druhého rozpoznat.*



CO JE TO AL-ANON

- *Al-Anon* je sdružení příbuzných a přátel alkoholiků, kteří se snaží vyřešit svůj společný problém, tím že se společně sdílejí své zkušenosti a poznatky o sobě samých a životě s alkoholikem.
- Věříme, že alkoholismus je nemoc, která postihuje celou rodinu a že změnou postojů můžeme alkoholikovi pomoci v zotavení.
- *Al-Anon* má jediný cíl: *pomoci rodinám alkoholiků.*

08.09.2021



JAK FUNGUJE AL-ANON

- Program je adaptován z programu *Anonymních alkoholiků* a jeho základem je 12 kroků, 12 tradic a 12 pojmů služby.
- Jedinou podmínkou členství v *Al-Anon* je mít příbuzného nebo přítele s problémem alkoholismu.
- *Al-Anon* nemá žádné povinné poplatky, svou činnost vykonává pouze z dobrovolných příspěvků svých členů.
- Rovněž, *Alateen* je program uzdravení pro mladistvé mezi 12. a 20. rokem věku.

08.09.2021



S ČÍM SE ČASTO POTÝKÁME

- Na 1. místě je alkohol
- **Zodpovědnost** ----- **Nespolehlivost**
- **Důvěra** ----- **Lži**
- **Intimita** ----- **Odcizení**



08.09.2021





NAŠE OSOBNÍ PŘÍBĚHY

08.09.2021



JAK NAJÍT SETKÁNÍ

<https://alanon.cz/jak-najit-setkani/>

- Brno
- Liberec
- České Budějovice
- Jablunkov
- Olomouc
- Ostrava
- Plzeň
- Praha
- Tábor
- Zlín

Přijďte se podívat na setkání

I když nejste člen Al-Anon a nesplňujete podmínky členství (mít příbuzného nebo přítele s problémem alkoholismu), můžete po předchozí domluvě přijít na otevřené setkání.

08.09.2021



CO MOHU OČEKÁVAT OD SETKÁNÍ

<https://alanon.cz/o-setkanich/co-mohu-ocekavat-od-setkani/>

- Kdo jsou členové a proč jsou tady?
- Jak to pomůže mně?
- Musím na Al-Anon setkání mluvit?
- Bude někdo říkat, že jsem tu byl/a?
- Je to náboženské sdružení?
- Má Al-Anon profesionální poradce nebo terapeuty?
- Může Al-Anon doporučit léčebné zařízení nebo odborníky?
- Kdo je zodpovědný za Al-Anon setkání?
- Existují jiná setkání podobná těmto?
- Kolik mě to bude stát?

08.09.2021



UŽITEČNÉ ODKAZY SOUVISEJÍCÍ S AL-ANON

<https://alanon.cz/odkazy/>

- Oficiální facebook profil Al-Anon: [facebook.com/AlAnonFamilyGroupsWSO](https://www.facebook.com/AlAnonFamilyGroupsWSO)
- Oficiální stránky Al-Anon: <http://www.al-anon.org/>
- Al-Anon v Česku: <https://www.alanon.cz/>
- Al-Anon na Slovensku: <https://www.alanonslovensko.sk/>
- Skupina Dospělé děti alkoholiků: <https://dospeledeti.webnode.cz>
- Skype meeting DDA: <https://www.cs-dda.eu/>
- Stránky AA v České republice: <https://www.anonymnialkoholici.cz/>
- Online chat různých dvanácti-krokových programů <https://www.stepchat.com/>

08.09.2021



Děkujeme za pozornost

**Jak rodinné skupiny Al-Anon pomáhají
příbuzným alkoholiků**

www.alanon.cz

Míša S. +420 739 921 993

Hanka J. +420 603 324 428

08.09.2021

