

Въпроси и отговори за наставничество превод от руски на

Превод от английски език

Авторските права на английския текст
на това произведение принадлежат на @ AAWS, Inc

Въпроси и отговори за наставничеството

(Версия за Web)

Въпроси

Що е наставничество?

За тези, които търсят наставник

С какво наставничеството се отличава от помощта по Дванадесета стъпка?

Как наставничеството помага на начинаещия?

Как да изберем наставник?

Трябва ли наставникът и начинаещия да имат колкото се може повече общи интереси?

Какво начинаещия може да очаква от наставника?

Длъжен ли е начинаещият да се съгласява с всичко, което говори наставника?

Какво да правим, ако в необходимия момент няма наставник?

Може ли начинаещият да има няколко наставника?

Може ли начинаещият да смени наставника си?

Има ли нужда от наставник начинаещ, който е преминал сериозен курс на лечение и запознал се с програмата за лечение на алкохолизма във от АА? Необходим ли е специален подход?

Случва ли се така, че вече е късно да се мисли за наставник?

За тези, които искат да бъдат наставници

Как наставничеството помага на наставника?

Може ли всеки член на АА да бъде наставник?

Кога член на АА е готов да поеме върху себе си отговорността на наставника?

Какво прави наставникът?

Съществували най-добър начин за работа на наставника с начинаещия?

Как наставникът може да обясни програмата на АА?

Може наставникът да препоръча хоспитализация?

Какво може да направи наставника за семейството на алкохолика?

Трябва ли наставникът да дава пари на заем на начинаещия?

Трябва ли наставникът да ходатайства за своя подопечен пред работодатели?

Може ли наставникът да бъде много твърд?

Може ли опеката на наставника да бъде прекомерна?

Може ли опеката на наставника да се сведе до минимално необходимото?

Как наставникът да се държи с твърде безпомощния начинаещ?

Как да се държи наставник с начинаещ, който се отказва от помощ?

Какво прави наставникът, когато начинаещ отхвърля "духовната страна" на програмата?

Какво наставникът трябва да предприеме в случай на "пробив"?

Може ли един наставник да се грижи веднага за няколко начинаещи?

Кога и как да се наставникът прекратява настойничеството на начинаещия?

Какво трябва да знаят групите, планиращи наставническа дейност?

Как наставничеството помага на групата?

Какви процедури за наставничество на нови членове могат да определи групата?

Как могат групите на АА "на свобода" да помагат на групи и членове на АА, намиращи се в затвора?

Кратки изводи

Отговори

Що е наставничество?

Анонимни алкохолици са започнали с наставничество. Когато Бил У. само след няколко месеца на трезвост е обхванат от силно желание да пие, у него възниква такава мисъл: "На теб ти е нужен друг алкохолик, с който ти би могъл да поговориш. Той е нужен на теб, така като и ти си му нужен!"

Той открил д-р Боб, който отчаяно и безуспешно се опитвал да спре да пие и от тази тяхна съвместна необходимост се родило Братството на АА. Думата "наставник", все още не е било в употреба; Дванадесетте стъпки все още не били написани, но Бил предал идеите си на Боб, който от своя страна опазил трезвостта си, поемайки наставничество/опека на много други алкохолици. Така двамата наши основатели открили, че споделяйки с другите те безгранично обогатяват своя трезв живот.

Какво АА подразбира под наставничество? За да се присъедините към някакви организации Вие трябва да имате наставник - човек, който гарантира за вас и Ви представя като лице, подготвени за членство в тази организация. В АА всичко става по друг начин. Ние се радваме се да се приеме като член всеки човек, който желае да спре да пие!

В АА наставникът и неговият подопечен се срещат като равни, така, както са се срещнали Бил и Боб. Процесът на наставничество по същество се заключава в това, че алкохолик, достигнал известни успехи по изпълнение на програмата за възстановяване редовно споделя този опит на лично равнище с друг алкохолик, опитващ се да се сдобие с трезвост и да я съхрани с помощта на АА.

Когато ние за пръв път започваме да посещаваме сбирките на АА, ние се чувстваме , болни и изпълнени с опасения. И въпреки че хората по време на сбирките на драго сърце отговорят на нашите въпроси, това още не е достатъчно. Между сбирките възникват много други въпроси. Ние откриваме, че в процеса на обучение как „да живеем трезви” ние се нуждаем от постоянна, лична подкрепа.

И в резултат на това ние избираме член на АА, с който на нас ни е леко, с който можем да говорим свободно и поверително молим този човек да бъде наш наставник.

Независимо дали сте начинаещ, който не желае никого да „затормозява”, или ако от известно време сте член на Братството и се опитвате да се справите сам, наставничеството е отворено за вас, само трябва да помолите. Ние Ви призоваваме: „Не се бавете!”. Алкохолиците, здравеещи в АА желаят да споделят наученото с други алкохолици. Ние знаем от опит, че нашите собствена трезвост значително укрепва, когато помагаме на други да я придобият !

Наставничеството също така може да означава тази отговорност по оказване помощ на начинаещия, която изпитва групата като цяло. Днес все повече и повече алкохолици, които идват на за пръв път на сбирките на АА, никога в миналото не са имали контакт с АА. Те не са звънили на местната интергрупа или в Центъра по обслужване и никой от членовете на АА не ги е посещавал с цел оказване на помощ в рамките на Дванадесета стъпка. Затова, особено за подобни начинаещи, групите признават необходимостта да се обезпечат/осигурят някои форми на наставническа помощ. В много от успешно работещите групи наставничеството се явява една от най-важните планирани сфери на дейност на групата.

Наставничеството на наставника, бидейки просто и естествено, не се определя под формата на писмени правила, въпреки че се явява една от основните части от подхода на АА за лечението от алкохолизъм с помощта на Дванадесетте стъпки

Надяваме се, че тази брошура ще даде отговори на най-често задаваните въпроси за тази двупосочна улица, даваща взаимна изгода и назовавана наставничество

наставника - за хората, които може би търсят наставници, за членовете на АА, които желаят с помощта на наставничеството да споделят своя опит за поддържане на трезвостта, и за групите, възнамеряващи да развиват наставническа дейност

За тези, които търсят наставник

С какво наставничеството се отличава от помощта по Дванадесета стъпка?

"Помощ по Дванадесета стъпка" – това посещение на алкохолик, който е помолил за провеждане на беседа с него или нея по програмата на АА може да стане начало на наставническа опека, но само по себе си не се явява такава.

Наставничеството с неговата продължаваща грижа за друг алкохолик често се развива, когато този друг човек желае да му помагат, признава наличните проблеми, свързани с пиенето и решава да търси изход .

Наставничеството това е работа по изпълнение на Дванадесетата стъпка, но това също така е постоянна отговорност за оказване помощ на начинаещия, за да може той да се научи да живее без алкохол.

Как наставничеството помага на начинаещия?

Благодарение на наставничеството новодошлият знае, че на света има в крайна степен един човек, който напълно разбира ситуацията и се грижи за него – това е човек, към когото без притеснения може да се обърне, когато се появят съмнения, въпроси или проблеми, касаещи алкохолизма. Наставничеството дава на начинаещия разбиращ, доброжелателен приятел, когато нуждата от такъв е по-остра от всичко.

Наставничеството също така се явява свързващо звено, позволяващо на новодошлия да се срещне с други алкохолици, посещавайки местната група или други групи.

Как да изберем наставник?

Процесът на подбор на наставника за начинаещия е също толкова неформален в АА, както и всичко останало. Често новодошлият подхожда към най-опитния член на АА, който му се струва най-подходящ и го моли да бъде наставник. Повечето членове на АА са щастливи и благодарни, получавайки такава молба.

Една стара поговорка на АА гласи: "Дръж се за победителите." Напълно логично е да се търси възможност за споделяне на опит от член на Братството, който успешно прилага програмата на АА в ежедневието. Няма никакви особени правила по този въпрос, но навярно добър наставник може да бъде наречен този, който за последен път е пил преди повече от година и на когото очевидно му харесва трезвият начин на живот.

Трябва ли да наставникът и новодошлия да имат колкото се може повече общи интереси?

Често начинаещият се чувства най-непринудено със своя наставник, ако те са хора от един кръг и сходни интереси - лекар с лекар, домакиня с домакиня, вярващ с вярващ, агностик с агностик, ирландец от американски произход с ирландец от американски произход, негър с негър. Но много от членовете на АА потвърждават, че на тях много са им помогнали наставници, които съвсем не приличат на тях. Може би това се е получило, защото тяхното внимание е било фокусирано върху най-важните неща, които са общи за всеки наставник и новодошъл: алкохолизмът и възстановяването в АА.

Опитът показва, че е най-добре, ако мъж бъде наставник на мъж и жена –на жена. Такова правило обикновено способства за установяване на бързо взаимно разбиране и намалява възможността от емоционални увлечения, способни да отведат

посоката на мислите на начинаещия далеч в страни от целите на АА.

Какво новодошлият новак може да очаква от наставника?

Наставникът в АА не предоставя каквито и да било услуги, предоставяни от социалните служби, лекарите, медицинските сестри или консултантите по брачни въпроси. Наставникът е просто преди всичко само непиещ/трезв алкохолик, който може да помогне на новодошлия за решаването само на един проблем: как да поддържа трезвостта си.

Не, професионално обучение дава възможност на наставника да оказва помощ, а личният опит и личните наблюдения. Наставникът също някога е бил новак и се е стараел да използва програмата на АА за решаване на проблеми, сходни с тези, които решава настоящият новодошъл.

Длъжен ли е начинаещият да се съгласява с всичко, което говори наставника?

Ако идеите на наставника изглеждат някак-си странно и неясно, то начинаещия е добре да му каже за това и да задава въпроси. Техните взаимоотношения трябва да бъдат леки светли и открити, като и двете страни трябва свободно и открито да общуват помежду си.

Програмата на АА е проста, но отначало на много от нас не ни се струва такава. Често ние се учим, задавайки въпроси на закрити сбирки или най-често, в беседите с нашите наставници.

Какво да правим, ако в необходимия момент няма наставник?

Трезвостта на новодошлия не я поддържа наставникът, а в цялост програмата на АА. Наставничеството е просто най-добрият от известните ни способности за запознаване на новодошлия с тази програма.

Тъй че, ако не сме успели да намерим нашия наставник, за нас остават достатъчно други възможности. Ние можем да позвъним на други членове, да отидем на сбирка на АА, да позвъним или да отидем в най-близкия център на АА или клуб на непиещи алкохолици, да почетем книги и брошури АА или нашето списание "АА Grapevine" ("За какво говорят в АА"), за да намерите отговор на всеки безпокоящ Ви в даден момент въпрос.

Може ли начинаещият да има няколко наставника?

Разбира се, да. На практика добрият наставник се стреми към това, за да може новодошлият възможно най-скоро да се запознае с много от опитните членове на АА. Начинаещ, имащ няколко наставника, има достъп до широко разнообразие от опит и запознаване с много начини за прилагане програмата на АА. В добавка, това може да предотврати ситуацията, посочена в предходната точка – малко вероятно е новодошлият да не може да завари двама или повече наставника едновременно.

Може ли начинаещият да смени наставника си?

И отново трябва да отговорим „Да”. Ние винаги можем да изберем друг наставник, с който ни е по-леко, особено ако смятаме, че този човек може в значителна степен да способства /да допринесе за израстването ни в АА.

Има ли нужда от наставник начинаещ, който е преминал сериозен курс на лечение и запознал се с програмата за лечение на алкохолизма във от АА?

Необходим ли е специален подход?

Държавните болнични и другите учреждения, занимаващи се с лечение на алкохолизъм изпращат в АА все повече и повече алкохолици. Тези новодошли обикновено идват при нас физически в трезво състояние, на малко по-напреднал стадий на възстановяване, отколкото новациите от миналото. Детоксът най-често е преминал преди няколко седмици, а може и месец и физическата жажда за алкохол е изчезнала. Но психическото влечение към алкохола може да остане, и както смятат групите на АА,

които обикновено приемат такива новодошли, към услугите та на наставник те трябва да се обърнат възможно най-скоро, за да им се помогне да преодолеят това влечение.

Такъв начинаещ може да притежава богати медицински познания за болестта на алкохолизма, но, както ние открихме - абстрактните знания за алкохолизма са едно, а реалното поведение на непиещия алкохолик в пиещия свят това е съвсем друго. Наставникът е за да сподели опита си как да се справят с такава ситуация.

Да бъде изучена Програмата на АА не е най-важното, а да се живее според нея. Възможно е начинаещият вече да притежава известни познания за алкохолизма, но да няма никакъв опит за продължително прилагане на програмата на АА за поддържане на трезвостта си. И тук личният опит на наставника може да помогне на начинаещия в прилагането на принципите на АА в ежедневието, както това прави всеки друг новодошъл, идващ да търси помощ в АА.

Случва ли се така, че вече е късно да се мисли за наставник?

Не. Членовете на АА, участващи в дейността на Братството в продължение на много години или просто интересувачи се от Братството, често откриват, че при наличие на добър наставник, откровен разговор и умение да се слуша могат да разкрият същността на програмата, както никога преди.

Наставничество може да бъде изход за някой, който е в състояние да поддържа трезвост само периодично. Възможно е такъв човек да бъде отнесен към тези, които остават на прага на АА, посещават сбирките от пробив на пробив и понастоящем не са усвоили даже Първа стъпка. Такова поведение може да служи като питателна среда за закрепване на скритите съмнения относно собствения алкохолизъм. Или такъв член може постепенно да се влее в компанията на тези, у които пробивите стават периодически. Ясно е, че при тях е невъзможно да научат това, което те самите не знаят. За такива хора наставник от АА, трайно утвърдил се в трезвия начин на живот, може да помогне много.

Дори когато зад гърба ни са много години трезвеност, често е полезно да помолим приятел от АА да бъде наш наставник. Може би се чувстваме недоволни или изпитваме истинска душевна болка по причина, че сме забравили, че програмата АА предлага не само свобода от алкохола, но и напълно нов начин на живот. С помощта на наставник ние можем да използваме тази Програма напълно, да променим отношението си към много неща и в процеса да достигнем до усещането за радост от нашия трезвен живот.

За тези, които искат да бъдат наставници

Как наставничеството помага на наставника?

Наставничеството укрепва трезвостта на старите членове на АА. Благодарение на такъв обмен на опит членовете на АА по-лесно живеят без алкохола. Помагайки на други алкохолици, те откриват, че помагат на себе си.

Наставничеството също така носи удовлетворение, идващо от поемането на отговорност не само за себе си, а и за друг човек. Това буквално се превръща в удовлетворяване на желание, усещано от повечето хора - да помагаш на другите да преодоляват трудностите.

Може ли всеки член на АА да бъде наставник?

В АА няма избрана класа или каста от наставници. Всеки член може да помогне на начинаещ да се научи как да живеят живот без каквито и да било алкохолни напитки.

В повечето случаи традициите на АА предлагат едно ограничение: ако групата не е достатъчно голяма, за да даде възможност на избор, наставникът и начинаещият трябва да бъдат от един пол. Причините за това са едни и същи както от гледна точка на наставника, така и на новака. Ние, членовете на АА, независимо от това колко дълго поддържахме трезвост, по своята същност си оставаме обикновени хора, подложени на емоции, които може да ни отведат в страни от „нашата основна цел”.

Кога член на АА е готов да поеме върху себе си отговорността на наставника?

Най-успешните наставници са мъже и жени, които вече достатъчно дълго пребивават в АА, за да имат определено разбиране за това как действа програмата за възстановяване, предлагана в Дванадесетте стъпки. Обикновено, но не винаги, член на АА, съхранил трезвостта си в продължение на няколко месеца или години, е способен много по-успешно да работи с начинаещи, а не този, който се занимава с програмата само от няколко седмици. По този начин продължителността на периода на поддържане на трезвост е един от факторите, но не и единствен фактор, определящ успешното наставничество. Също толкова важно е дарбата за разбиране и търпение, готовност за жертване на време и сили за новите членове и личният пример като член на АА, показващ как действа Програмата.

Какво прави наставникът?

Наставникът прави всичко възможно в рамките на своя личен опит и знания, за да помогне на начинаещия да стане и да остане трезвен с помощта на програмата на АА:

- Показва чрез примера на своя сегашен живот и историята на алкохолизма си каква роля е изиграло Братството на АА в живота му;
- Подбужда начинаещия и му помага в това той да посещава различни сбирки на АА, да се запознае с различни гледни точки и начини за тълкуване на програмата на АА;
- Предлага на начинаещия да се отнася към АА без предубеждения, ако от самото начало не е сигурен, болен ли е той (тя) от алкохолизъм;

- Никога не взема участие в оценката на личните качества начинаещия, освен в случаите, когато за това моли самият новодошъл;
- Запознава начинаещия с другите членове на АА, и на първо място с онези, които имат сходни професионални или обществени интереси;
- Следи за това, новодошлият да знае за литературата на АА, в частност за Голямата Книга, „Дванадесет стъпки и Дванадесет традиции”, списанието " Grapevine ", " Така го вижда Бил ", " Живот в трезвост” и съответните брошури;
- Старае се да направи така, че новодошлият винаги да може да го намери, ако при новият възникнат каквито и да било особени проблеми;
- Изяснява заедно с новодошлия значението на Дванадесетте стъпки и подчертава тяхната важност;
- Никога не насажда своите лични възгледи на начинаещия. Добрият наставник, ако е атеист, не се опитва да убеди вярващият новодошъл да се откаже от своята религия и по същият начин вярващият наставник не обсъжда теологически въпроси с начинаещ – агностик;
- Подбужда новодошлия възможно най-скоро да се включи в дейността на групата;
- Убеждава начинаещия във важността на всички наши традиции;
- Не претендира за знаене отговорите на всички въпроси и постоянната си правота;
- Опитва се да даде на начинаещия представа за мащабите на дейността на АА извън групата и насочва вниманието му към литературата за историята на Общността, за Трите Завета, за структурата на служенето и на наличието на групи на АА в целия свят, където и да отиде начинаещия;
- Ако това може да се окаже полезно, обяснява Програмата на роднините на алкохолика и им разказва за семейните групи Al Anon и Al Teen;
- Без да се колебае помага на начинаещия да получи професионална помощ (като например медицинска, правна, за работа), ако има нужда от помощ, намираща се извън компетентността на АА;
- Ако не знае нещо, бързо признава: "Аз това не знам" и помага на начинаещия да намери надежден източник на информация по тази тема;
- и накрая, наставникът насърчава начинаещия да започне да работи с други алкохолици колкото се може най-скоро, а понякога и започва с това, че го взема със себе си при посещения по „прилагане на Дванадесетата стъпка." ;

В цялата си работа с начинаещия наставникът подчертава факта, че е важна програма за възстановяване на АА, а не личността или гледната точка на наставника. По този начин, начинаещ се учи да разчита на програмата, а не на наставника. Наставник, който искрено поставя Програмата на първо място не възприема като лична обида решението на начинаещия да смени наставника или да се обърне към други членове на АА за получаване на допълнителна информация.

Съществува ли най-добър начин за работа на наставника с начинаещия?

Такъв начин/ метод няма. Всеки член на АА е свободен да избере такъв метод на наставничество, какъвто му подсказва неговият индивидуален опит и личните данни. Някои наставници в работата си с начинаещите се придържат към до някаква степен грубовати форми : "Ако искате, използвайте програмата, а ако искате – не". Други се отнасят към своите подопечни с безгранично търпение и лична заинтересованост. Има хора, които се отнасят към новодошлите напълно обикновено, позволявайки им да вземат инициативата в свои ръце, да задават въпроси или да се обръщат за помощ в сложни ситуации.

Всеки един от методите понякога работи, понякога не. Наставникът трябва да реши към кой от тях трябва да се придържа при всеки отделен случай. Опитният наставник разбира, че в работата с начинаещи е важно да бъдем гъвкави, и затова той не следва да се основава само на един какъвто и да е метод и може да изпробва различни подходи към един и същ начинаещ.

Как наставникът може да обясни програмата на АА?

Наставниците разясняват Програмата на АА по такъв начин, по който всеки от тях счита за най-естествен и ясен за начинаещия.

Опитът показва, че начинаещият обикновено не може напълно да възприеме програмата на АА в първите няколко месеца. Наистина тук е уместно да се каже: "малки крачки прави направи си малки краката".

Много наставници веднага казват на новодошлия, че АА има една основна цел - да помогне и на двамата да се въздържат от първата чаша. Те напомнят на новодошлия, че Първа стъпка - осъзнаването на наличие на проблеми се явява ключова за възстановяването.

Тези наставници напомнят на новодошлия, че АА предлага практическа Програма и тази Програма вече е помогнал на повече от един милион мъже и жени. Те предлагат да се разгледа без предубеждения алкохолизма като личен проблем, и подчертават факта, че само новодошлия сам може да реши дали той (или тя) е алкохолик, както и дали АА може да помогне на него (нея).

Почти всички членове на АА, работещи с начинаещи разглеждат Програмата на АА, опирайки се на собствен опит. Те съобщават на новите членове, че никой не може да говори от името на АА и че всеки член на АА има право на индивидуално разбиране на Програмата.

Някои наставници до голяма степен повече от другите наблягат на духовните основи на Програмата. Но почти всички обръщат внимание на факта, че основен източник на сила се явява „Сила, по-могъща от самите нас”. Наставникът също така указва, че начинаещият е длъжен сам да установи значението на тази фраза. Тя изразява идеята, която привържениците на различните религии – или хората, които отричат всякаква религия – могат да възприемат и възприемат напълно хармонично.

Може наставникът да препоръча хоспитализация?

Въпреки все по-големият брой новодошли, които идват в АА направо след изписване от болница или лечебен център, мнозинството от новите членове (от 50 до 75% съгласно допитване) идват в АА както и преди - или продължавайки да пият и желаяйки да спрат или просто току-що отказали се от пиенето по собствена инициатива. Много от тях са в състояние преживеят първите трудни дни на трезвостта без хоспитализация, но някои от тях се намират в лошо физическо състояние. Поради това може да се окаже необходима хоспитализация за кратък период за „изсушаване” или за по-дълго време за постепенно възстановяване на здравето в почивен дом.

Най-важно е да помним, че хоспитализацията не се явява част от Програмата на АА и че лекар, а не наставник трябва да каже необходима ли е тя. Опитните наставници избягват да играят ролята на лекар на който и да било стадий на алкохолизма.

По степента на нарастване на болничните легла, предназначени за алкохолици, някои наставници са склонни да препоръчат хоспитализация на почти всички новодошли. Но много от нас са се възстановили, бивайки в лошо физическо състояние и без се обръщат към болница или към пункт за детокс. За някои това е много да преминат през хоспитализация, но това съвсем не се отнася за всички.

АА не притежава и не управлява каквото и да било болници или санаториуми. В някои региони съществува договореност с болници, според която някои места са запазени за пациенти, изпратени от местния център или интергрупата на АА. На други

места лица, много запознати с програмата на АА откриват центрове или ферми. За да решат струва ли си да ползват услугите на такива заведения алкохоликът, неговото семейство и лекарят са длъжни да разберат, че макар и хоспитализацията в много случаи да се оказва полезна, тя не влиза в програмата на АА.

Един ветеран в АА предлага това в бележка: ‘‘хоспитализацията или друг вид професионална грижа за новака в никакъв случай не намалява отговорността на члена на АА, заключаваща се най-пълно разкриване на идеите на АА и провеждане на добра работа като наставник. Не съответства на най-добрите традиции на АА такова поведение, когато алкохолика просто го прехвърлят на който и да било, защото нямаме време или защото посоченият алкохолик е много неспокоен и постоянно нещо иска. Повечето от нас помнят с благодарност онова безкрайно търпение и огромната сърдечност, с които да отнасяха към нас старите членове на АА, когато ни е бяхме новодошли.’’

Какво може да направи наставника за семейството на алкохолика?

Наставникът може да обясни програмата на АА но може да обясни на жената, мъжа или на роднините на алкохолиците и да посочи, че повечето от членовете на АА откриват, че е по-лесно да се живеят без алкохол, ако техните роднини се интересуват от АА, запознават се с литературата АА и посещават и присъстват на открити сбирки на местната група.

На семейството може да се каже, че алкохоликът се нуждае от съчувствие и разбиране особено в първите дни на трезвост, но това не означава, че на него трябва да му се угажда като на дете, защото той или тя може за първи път в своя зрял живот да живее нормално. Също така, не трябва да се отнасяме към алкохолика или алкохоличката като с герои само защото те не пият.

Като цяло наставникът може да помогне на семейството на алкохолика да даде на начинаещия всички шансове за постигане на успех в АА и може да призове семейството да не очаква прекалено много от възстановяващия се алкохолик.

В някои случаи съпружеските и другите семейни отношения са сериозно нарушени в резултат на това как се е държал алкохолика когато е пиел. В такива ситуации наставникът не трябва да се държи като професионален консултант по брачни дела. Въпреки че разпадът на отношенията в много съпружески двойки бе предотвратен, когато коренът на всички злини - проблемът с алкохолизма, бе поставен под контрол. Наставникът може да обърне внимание на това.

Наставникът може да прецени, че семейството трябва да знае за семейните групи А1 Анон и А1 Тeen, състоящи се от роднини и приятели на алкохолици, които могат да бъдат или да не бъдат членове на АА.

Програмата на А1 Анон напомня на Програмата на АА въпреки че Ал Анон е напълно самостоятелна общност. Тя помага на семействата на проблемните алкохолици да разберат това заболяване и неговото въздействие върху семейния живот. В А1 Тeen, което е част от Ал-Анон споделят своя опит подрастващи от семейства на алкохолици. Местните групи Ал Анон и А1 Тeen регулярно се срещат на много места, където телефоните на Ал Анон са включени в телефонните указатели.

Литература на Ал Анон и график на сбирките на групите могат да бъдат получени там където е информацията за АА.

Трябва ли наставникът да дава пари на заем на начинаещия?

Това, разбира се, трябва да се решава индивидуално. Като основен аргумент трябва да се приеме под внимание, че АА има една основна цел: да помогне на алкохолици да решат проблема си с алкохолизма. АА не е филантропска/благотворителна организация или служба за устройване на работа. Наличието или недостига на пари никога не е било ключов обстоятелство за който и да

било, желаеш да придобие трезвеност в АА.

Наставник, който дава пари на заем на начинаещ, се излага на риск и може даже да забави придвижването на този нов член на АА по пътя към трезвеността. Това не означава, че наставникът не трябва напълно доброволно да прави известни малки подаръци на начинаещия, ако такива подаръци ще помогнат да се доближи трезвостта. (Ако такъв подарък когато и да било бъде възмезден, толкова по-добре, защото наставникът никога не е смятал, че начинаещият с нещо му е задължен). Това обаче означава, че начинаещият, обръщаш се към АА за пари, дрехи или гаранция за получаване на работа, е сбъркал адреса. АА предлага нещо много по-важно - трезвост.

Ако някой се нуждае от каквато и да било помощ, той може да възползва от услугите на професионални агенции. Но много алкохолици, бидейки трезви могат сами да разрешат своите домашни, професионални или правни проблеми.

Трябва ли наставникът да ходатайства за своя подопечен пред работодатели?

По времето, когато алкохолик или алкохоличка се обръщат към АА, те вече, може би са загубили работата си или се намират под заплаха от уволнение. И ако се намери някаква работа, тогава най-вероятно тя ще бъде предоставяна от работодател, който е слабо информиран за проблемите на алкохолизма или нищо не знае за АА.

Ще ходатайства или не наставникът за запазване работата на подопечния си алкохолик зависи от особеностите на всеки отделен случай. Удивително голям брой работодатели, загрижени за максимално възстановяване на производителността на труда на квалифицираните си работници, приветстват обръщането на работниците за помощ към АА и искат да научат повече за Програмата за възстановяване.

За да се запознаят работодателите с предлаганата от АА помощ, бе подготвена брошурата "АА и програмите за помощ на работещите."

Може ли наставникът да бъде много твърд?

Някои наставници смятат, че с новите трябва да се държат просто и открито. Те обясняват програмата на АА така, както я разбират. Те разказват какво АА значи за тях. Те посочват, че не са известни начини за излекуване от алкохолизъм, но че той може да бъде спрян/преустановен.

Правейки това, те оставят всичко останало на преценката на начинаещия. Ако все още пиещият алкохолик реши да не се присъединява към АА, то такъв наставник смята, че в тази работа не е необходимо да се намесва.

Такъв подход не бива да се счита за абсолютно напълно коравосърдечен. Много алкохолици го признават като заслужаващ внимание и смятат, че това е опит да се придържа към фактическата страна на нещата в АА и да избягваме емоциите.

Програмата на АА се основава на определени изпитани принципи и ако начинаещият започне да ги игнорира, то по този начин той сам отива на риск. Ако наставникът се придържа към твърда линия на поведение, то той подчертава това обстоятелство и обикновено му се удава да убеди начинаещия. Повечето членове на АА все пак признават, че прекалената твърдост може да разочарова начинаещия. Твърдостта трябва да се съчетава със съчувствие и разбиране.

Може ли опеката на наставника да бъде прекомерна?

В желанието си да помогне на начинаещия да постигне трезвост, наставниците могат да проявяват склонност към прекомерни опеката. Те по всякакъв повод се тревожат за подопечните си и се стремят да ги обграждат с вниманието си от всички страни. Постъпвайки по този начин, те рискуват да създадат ситуация, при която начинаещият да се опира за всичко на конкретния човек, а не от програмата на АА. Наставници, сдобили се с най-добри резултати знаят, че алкохоликът, влизащ в АА трябва в крайна сметка да започне да живее самостоятелно и да взема свои собствени

решения. Те разбират, че има разлика между това, просто да се помогне на хората да стъпят на краката си и това, да се настоява за оказване на поддръжка след това.

Друга опасност на прекомерно опека е, че тя може да досажда на начинаещия и да го доведе до това, той да се противи на всякакъв опит да му се окаже помощ, което може да се изрази и с напускане на АА.

Може ли опека на наставника да се сведе до минимално необходимото?

Някои наставници предпочитат да се отнасят към своите новаци с подчертана пренебрежителност. Например, те биха искали да прекарват времето си с нови членове на АА, които биха ги помолили за това, но те рядко си правят труда или намират време да позвънят на новодошлите между сбирките или да им помогнат да се доберат до сбирката.

Всъщност, някои начинаещи успяват по-добре, бидейки оставени сами на себе си. Но в такъв подход може да има и опасности: стеснителният или необщителен начинаещ може да реши, че групата и определеният му наставник не са заинтересовани да му помогнат.

Много сегашни членове на АА си спомнят, че са изминали месеци и години след първия контакт с АА, преди те да могат да вземат твърдо решение да се придържат към програмата на АА. И това се и случило, просто защото са им позволили да се отдалечат от групата. Все повече групи се опитват да избегнат подобни загуби, приемайки програма за поддържане на контакт с новодошлите в продължение на седмици и месеци след първото им запознаване с групата (виж главата "Какви процедури на наставническа опека над новите членове може да установи групата?")

Как наставникът да се държи с твърде безпомощния начинаещ?

Понякога, в първите трезви дни начинаещият може да бъде толкова объркан и уплашени или толкова разсеян умствено и физически слаб, че е трябва да се взема за всяка сбирка и може би да му се оказва помощ при вземане на персонални решения. Но ако такава пълна зависимост от наставника продължава и след като е преминал първоначалния период на възстановяване, то това често вреди както за начинаещия, така и за наставника. Както вече беше казано, ние поддържаме трезвостта си като разчитаме на Програмата на АА, а не на който и да било член от Братството, поради което шансовете на новодошлия за възстановяване в такава ситуация не са особено високи. Наставникът може да почувства, че на него му досаждат поставяйки постоянни неразумни искания или да усеща удовлетворение от ласкателство и да позволи на самолюбието да се разрасне до опасни размери.

Как да решим тази дилема, без да охладим ентузиазма на начинаещия? Да предположим, наставникът вижда, че един начинаещ се среща с много други членове на АА, може би е дошло време да удвои усилията си, опитвайки се да намери най-подходящите за него хора. Ако този тактически ход се провали, някои наставници са пробвали да действат направо, откровено разговаряйки с новодошлия. И дори и даже това да не даде ефект, то, може би, най-добре за наставника ще бъде твърдо и добронамерено да каже на начинаещия, че отсега нататък той или тя не може да разчита, че наставникът винаги и по всяко време ще бъде на техните услуги, но той ще продължава да поддържат връзка с тях, като приятелски телефонира от време на време.

Сега всичко зависи от начинаещия. Един от възможните пътища е да си намери друг наставник. А може би начинаещият, сам неосъзнал това е намерил достатъчно вътрешна сила, за да премине към следващата степен, да замени наставничеството с други видове приятелски взаимоотношения в АА, да започне да изпълнява програмата по свой собствен начин и да поеме върху себе си отговорността за нормалния ход на всекидневния си живот.

Как да се държи наставник с начинаещ, който се отказва от помощ?

В такива случаи наставникът може да направи малко неща, може най-вече да убеди начинаещия в желанието си да му помогне тогава, когато той се нуждае от това и ако той ще се нуждае от помощ. Понякога може се окаже полезно да запознае начинаещия с членове на АА, които в значима степен споделят неговите интереси и принадлежат към неговия кръг. Наставничеството е гъвкаво и добрите наставници гъвкаво подхождат към своята работа с новите членове. Еднакво лошо е да се натрапва на новодошлия помощ, от която той не се нуждае и да му се откаже помощ, когато той моли за нея.

Какво прави наставникът, когато начинаещ отхвърля "духовната страна" на програмата?

Преди всичко ние може да се успокоим и да си спомним, че в задачите на наставничеството не влиза натрапването на каквато и да било особена интерпретация на Програмата на АА. Повечето мъже и жени, чийто стаж в АА е прехвърлил няколко месеца, стигат до извода, че програмата на АА се основава на духовни принципи. В същото време, те отдават дължимото на това, че някои алкохолици са способни да придобият трезвост и да я поддържат без каквато и да било вяра в индивидуално разбирана Висша Сила.

Може би наставникът трябва да покаже разликата между думите "религиозна" и "духовна". Съгласно нашия Преамбюл, Общността на АА не е свързана с каквато и да било секта или вероизповедание и за това да станеш член не се изисква да имаш каквито и да било религиозни убеждения, изисква се само едно "желание да се спре пиенето". От друга страна, помощта, предлагана от нашата програма, разбира се, не е материална и не е физическа, ние не предлагаме нито пари, нито лекарства, а само идеи и чувства на приятелство, изпитвано в АА от алкохолиците един към друг. В този смисъл, цялата програма в цялост, а не само която и да нейна "страна" може да бъде наречена "духовна". И почти всеки начинаещ ще може да оцени толкова широко представената концепция.

Какво наставникът трябва да предприеме в случай на "пробив"?

В работата с начинаещия повече от всичко разочароват случаите, когато един начинаещ след някакъв период на трезвеност "се пробие" и започва да пие отново. Това е деликатна и трудна ситуация както за наставника, така и за новака. Наставникът може да сметне начинаещия за неблагодарник или дори напълно да се откаже от настояничество. Тук ние, наставниците трябва изчерпателно да проанализираме собствената си позиция, старайки се да намерим нещо средно между остра критика, която само ще усилва чувството за разкаяние и сантиментално съчувствие, което ще предизвика прилив на самосъжаление към себе си.

Начинаещият, разбира се, може да бъде в още по-голяма степен разочарован и озадачен, а може би ще усети, че му е извънредно трудно да се върне към наставника и в групата на АА за да започне всичко отначало. (По тази причина, много от наставниците смятат за най-важно в такъв случай да вземат нещата в свои ръце и да повикат/поканят начинаещия.) За да стане това завръщане на практика ново начало, може би ще е разумно при това да се избегнат „посмъртните диагнози“ за причини за пробива. Вместо това, наставникът може да помогне на начинаещия да намери разбиране за простотата на Първа стъпка и първостепенното значение, придавано на умението да се въздържим от първата чаша само в течение на днешния ден.

По-късно начинаещият може би ще поиска да се ориентира в онзи начин на мислене, който вероятно го е довел до пробива, за да избегне повторение. Тук ролята на наставника изцяло зависи от неговите индивидуални качества и от индивидуалните качества на начинаещия. Ако наставникът е забелязал признаци на надвисналата опасност, то един начинаещ може да каже: "Ти можеше да ме предупредиш!", а друг

рязко да отреагира на това, че за него се води „наблюдение“.

При практическо разглеждане, пробивът може да помогне за придобиване полезен опит както подопечения, така и наставника. Наставникът може след това дълбоко да усети смирение, този случай може да послужи като напомняне, че един човек не може да приведе друг в трезвост, и че в Дванадесета стъпка се говори: "... ние се стараем да предам смисъла на нашите идеи"

Като цяло, повечето от добрите наставници подчертават при разговорите със завърналите се начинаещи, че тези, които са се сринали, все пак ще бъдат приветливо посрещнати в АА. Успешната дейност на наставника в голяма степен зависи от разбирането и любовта, с които наставникът и групата обкръжават начинаещия, у когото могат да бъдат един или няколко пробива, въпреки искрените усилия за изпълнение на програмата.

Може ли един наставник да се грижи за няколко начинаещи?

Членовете на АА се отличават един от друг по своя ентузиазъм им в наставническата дейност, нейната ефективност и времето, което могат да посветят на тази работа. Разбира се, не трябва да разубеждават тези членове на АА, които имат желание и способност за водене на наставническо на няколко новаци едновременно. Но в същото време не трябва да забравяме, че наставничеството е в известен смисъл привилегия, която трябва да се даде на възможно най-голям брой членове на групата, както тази така и друг вид дейности, укрепваща трезвостта на членовете на АА.

Нещо повече, членовете, които са прекалено погълнати от наставническата работа, могат да получат превратна представа за възможностите си и дори застрашат собствените си трезвост. Както и в много други аспекти на АА най-добре е да се опираме на здравия разум.

Кога и как да наставникът да прекратява настойничеството на начинаещия?

Обикновено не се получава така, че отношенията да се прекратяват напълно на някакъв определен етап. Това се случва постепенно, без каквито и да било обсъждания, по степента на израстването на начинаещия в АА. Мъдрият наставник се радва, когато новият сам започне да разширява кръга на своите приятели, стане активен член на групата и помага да направят първите си стъпки в АА нови хора, които са дошли след него.

Успешното сътрудничество между наставника и начинаещия е особен вид отношения, за тях с благодарност си спомнят както единия, така и другия, дори и повече да не поддържат тясна връзка един с друг. Тези отношения могат също така да се превърнат в дълга дружба, и когато това стане, те двамата казват: „Сега ние сме си наставници един на друг“.

Какво трябва да знаят групите, планиращи наставническа дейност?

Как наставничеството помага на групата?

Основната цел на всяка група на АА е да доведе/предаде нашите идеи, съдържащи се в програмата за възстановяване да онези алкохолици, които търсят помощ и се обръщат към нас за това. Единият от начините за постигане на тази цел е провеждането на сбирки на групата, а другият наставничеството.

Някои групи са разширили идеята за наставничеството, включвайки в него работата с алкохолици в най-близките лечебни заведения и учреждения, както и кореспонденцията с изолирани самотници и "интернационалисти" (моряци - членове на АА).

Активната наставническа работа в групата напомня на всички членове за основната цел на групата. Тази дейност служи за сплотяване на групата, напомняйки „Първо - най-важното.“

Какви процедури за наставничество на нови членове могат да определи групата?

Изчерпателно планираната наставническа дейност в рамките на групата повече от всичко често води до по-добри резултати, отколкото наставничество, оставено на самотек. Типичен пример за планиране на наставничество в рамките на местната група може да бъде наличието на следното:

- Постоянния комитет по въпросите на наставничеството или комитет по Дванадесетата стъпка с честа смяна на длъжностните лица. Ако има интергрупа или център за служене, където се съставят списъци на местни групи и членове, които могат се обърнат по „Правене на Дванадесета стъпка“, то такъв комитет може да следи достатъчен брой членове на дадената група фигурират в тези списъци за изпълнение на упоменатото задължение;

- Регулярни сбирки на начинаещи (т. нар. сбирки на начинаещи), особено в големите градове, където има много начинаещи. "Ръководство по водене на сбирки за начинаещи" може да бъде поръчано в Генералния център по служене в АА;

- Регулярни задачи, поставяне на членовете на групата да посрещат новодошлите и да ги запознават с групата. В големите групи членовете на комитета по гостоприемство могат да носят специални значки, за е по-лесно за новодошлите е по-лесно да ги намират. В по-малките групи, секретарят може наред с другите съобщения да помоли начинаещите да дойдат след приключването на сбирката и да се представят, за да могат с тях да се запознаят другите членове на групата;

- Възможно е да се предложи и още едно съобщение: "Ако някой от присъстващите няма наставник и иска да има такъв, моля кажете за това на секретаря, който ще ви потърси временен наставник". Там, където това се практикува на всяка сбирка, членовете на групата потвърждават, че това им напомня колко важно е да бъдеш наставник и да имаш наставник;

- Обсъждане на проблема и възможностите за наставничество на закрити сбирки. Някои групи планират сбирки специално за тази цел;

- Списък с имената, адресите и телефонните номера на начинаещи (на тези, които искат да дадат такава информация за себе си) с графа, където се указва, кой е спонсор на всеки новодошъл;

- Открит щанд с литература за възстановяване от алкохолизъм, одобрена от Конференцията на АА (включително тази брошура);

- Списъци на начинаещи, разгледани от изпълнителния комитет (или Комитета по Дванадесетата стъпка или Комитета по наставничеството) с указване на последващи действия, където това се сметне за необходимо;

- Изучаване на глава 7 от Голямата Книга ("Как да работим с другите");

- Регулярен ритуал (изпълняван от секретаря или от Комитета за наставничеството) приветстване на новодошлите, които току-що идват от затвора, лечебните заведения и центровете за детокс. Например, секретарят може да получи сведение от секретаря на група в затвора, че току-що излязъл на свобода член на АА иска да посети сбирка и тогава тази "на свобода" се готви да приеме новодошлия. Ако това е възможно, то който и да е член на тази група може даже да предложи да се посрещне този човек в момента на освобождаването му.

Как могат групите на АА "на свобода" да помагат на групи и членове на АА, намиращи се в затвора?

Този въпрос е разгледан с необходимата пълнота в брошурите "АА в затвора" и "АА в лечебни заведения". Също така се запознайте с "Ръководство за организация на работата на „Комитет в затворите“, " Ръководство за организация на работата на „Комитети в лечебни заведения", "Инструкция по практическата работа на Комитети в затворите" и "Указания за практическата работа на Комитета на лечебните заведения", които са в наличност в Генералния център по служене".

Кратки изводи

Повечето от настоящите членове на Анонимните алкохолици дължат трезвостта си на факта, че се е намерил някой, който е започвал с особен интерес да се грижи за тях и пожелал да сподели с тях великият дар.

Наставничеството това е просто друго название на този продължителен особен интерес, който изпитва опитният член на АА и който толкова много значи за начинаещия, обърнал се за помощ към АА.

Отделни членове и групи не могат да си позволят да загубят разбирането за важността на това, че някой изпитва особен интерес към смачкания от натиск алкохолик, който иска да спре да пие. Опитът показва ясно, че членове, които са

получили и правят това са членовете, които са извлекли максимума от програмата на АА и тези групи, които знаят по-добре от другите как да предадат смисъла на идеите на АА на тези, които все още страдат от алкохолизъм – именно за тях, наставничеството е твърде важно, за да пуснат на самотек.

Благодарение на тези членове и групи, отговорностите на наставника се приема с радост и се възприема като възможност за обогатяване на собствения си опит в АА и усилване на чувството на удовлетворение, получени от работата с другите.