

## *A.A. Rehberlik Konusunda Soru ve Cevaplar*

### **İçindekiler**

**Rehberlik nedir?.....**

#### **Rehber arayanlara**

Rehberlikle Oniki Basamak uygulaması  
arasında ne fark vardır?.....  
Rehberlik yeni gelene nasıl yardımcı olur?.....  
Rehber Nasıl seçilmeli?.....  
Rehberle yeni gelen birbirlerine benzer özellikler taşınmalı mı?...  
Yeni gelenin rehberden ne gibi beklentileri olmalıdır?.....  
Yeni gelen, rehberinin her dediğine uymalı mı?.....  
Rehber gerektiğinde ulaşılamazsa ne olur?.....  
Bir yeni gelenin birden fazla rehberi olabilir mi?.....  
Yeni gelen rehberini değiştirebilir mi?.....  
Yeni gelen A.A. dışında alkolizm konusunda esaslı bir  
tedavi ve eğitim kursu görmüşse, A.A. içinde yine de  
rehberi olmalı mıdır? Özel bir yaklaşım gerekecek midir?.....  
Bir rehber edinmek için iş isten geçmiş olabilir mi?.....

#### **Rehber olmak isteyenlere**

Rehberlik rehberine nasıl yardımcı olur?.....  
Bir üye rehberlik sorumluluğuna ne zaman hazır olur?.....  
Rehber ne yapar?.....  
Yeni gelene rehber olmanın yolu tek midir?.....  
Rehber A.A. programını nasıl açıklar?.....  
Rehber hastane tedavisi önermeli midir?.....  
Rehber,alkoliğin ailesi ile nasıl işbirliği yapabilir?.....  
Rehber yeni gelene borç para vermeli midir?.....  
Rehber işverenle ilişkilerinde aracılık yapmalı mıdır?.....  
Rehber fazla katı davranıyor olabilir mi?.....  
Rehber, korumada aşırıya kaçabilir mi?.....  
Rehber fazla ilgisiz davranıyor olabilir mi?.....  
Rehber, yeni gelen kendisine aşırı bağlanırsa ne yapmalıdır?.....  
Rehber kendisine her türlü yardımı geri çeviren  
bir yeni gelenle nasıl çalışabilir?.....  
Yeni gelen, programın ruhsal yönüne karşı  
direnirse rehber ne yapmalıdır?.....  
Rehber, kaymalar karşısında nasıl davranmalıdır?.....  
Bir rehber aynı anda birden fazla yeni gelenle çalışabilir mi?.....  
Rehber yeni gelenle çalışmalarını nasıl ve ne zaman sona erdirir?.....

#### **Rehberlik faaliyetleri planlayan gruplara.....**

Rehberlik faaliyeti bir gruba nasıl yardımcı olur?.....  
Bir grup, yeni üyelere rehberlik yapmak için ne tür  
prosedürler belirlemelidir?.....  
“Dışarıdaki” A.A. grupları, kurumlardaki grup  
ve üyelere nasıl yardımcı olabilir?.....

#### **Hizmet Rehberliği.....**

**Özet.....**

## ***REHBERLİK NEDİR?***

ADSIZ ALKOLİKLER'in başlaması rehberlikle gerçekleşmiştir. Bill W. birkaç ay ayık gezdikten sonra, içki içmek için dayanılmaz bir istek duymaya başlayınca beyninde şu düşünce belirdi: “Konuşacak bir başka alkoliğe ihtiyacım var. Senin başka bir alkoliğe ne kadar ihtiyacın varsa, onun da sana o kadar ihtiyaç duyması gerek! “

Böylece, umutsuz ve başarısız bir biçimde içkiden kurtulmaya çalışan Dr. Bob'u buldu ve karşılıklı ihtiyaçtan Adsız Alkolikler doğdu. “Rehberlik” terimi o zaman henüz kullanılmıyordu; Oniki Basamak daha kaleme alınmamıştı; ama Bill, Dr. Bob'a mesajı iletti ve o da kendi ayıklığını diğer alkoliklere rehberlik yaparak sürdürmeyi başardı. Bu iki kurucumuz, paylaşım yoluyla ayık yaşamlarının akıl almaz boyutlarda zenginleştiğini gördüler.

A.A. rehberlik ile ne demek istemektedir? Birtakım kuruluşlara katılmak için bir kefilinizin, hakkınızda garanti veren ve sizin üyeliğe uygun olduğunuzu savunan birinin olması şarttır. A.A. için böyle bir durum kesinlikle söz konusu değildir. İçkiyi bırakmak isteyen herkes aramıza katılabilir! A.A.'da, rehber ve kendisine rehberlik yapılan kişi, Bill ve Dr. Bob örneğindeki gibi, eşit konumdadır. Esas olarak, rehberlik uygulaması şöyledir: İyileşme programında bazı ilerlemeler kaydetmiş olan bir alkolik, A.A. içkiyi bırakmak ya da ayık kalmayı sürdürmek isteyen başka bir alkolikle bu deneyimlerini sürekli ve bireysel düzeyde paylaşır.

A.A. toplantılarına ilk katıldığımızda şaşkın, rahatsız ve endişeli olabiliriz. Her ne kadar toplantıdaki kişiler sorularımıza içtenlikle cevap verseler de, bu yeterli değildir. Toplantılar arası birçok soru aklımıza gelebilir ve “ayık yaşam” olayını öğrenme aşamasında sürekli ve yakın desteğe ihtiyaç duyduğumuzu fark ederiz. Bu nedenle, birlikte olduğumuzda rahatlık duyduğumuz, kendisiyle içtenlik ve güvenle konuşabileceğimiz bir A.A. üyesini seçer ve o kişiden bize rehber olmasını isteriz. Kimseleri “rahatsız etmek” istemeyen ya da uzun süredir sorununuzu kendi başına çözmeye uğraşan bir yeni katılan iseniz, rehberlik, tam aradığınız olaydır. Israr ediyoruz: Geç kalmayın. A.A. sayesinde iyileşmiş olan alkolikler, öğrendiklerini öbür alkoliklerle paylaşmayı gerçekten isterler. Başkalarıyla paylaştığımız zaman, kendi ayıklığımızın daha da güçlendiğini deneyimlerimizden biliyoruz

Rehberlik, aynı zamanda *grubun bir bütün olarak* yeni gelene yardım sorumluluğu anlamına gelebilir. Bugün A.A. toplantılarına ilk kez gelen alkoliklerin büyük çoğunluğu daha önce A.A. ile hiçbir ilişkisi olmamış kişilerdir. Yerel bir A.A. grubunu ya da merkez büroyu telefonla aramamışlardır. Hiçbir üye onlarla “Onikinci Basamak uygulaması” çerçevesinde ilişki kurmamıştır. Bu nedenle gruplar, özellikle yeni gelenler için şu ya da bu şekilde rehberlik yardımı sağlamak gereğinin bilincine varmaktadırlar. Birçok başarılı grupta, rehberlik, üyelerin en önemli programlı faaliyetlerinden biridir. Rehberlik sorumluluğu yazılı veya resmi olmamakla birlikte, A.A.'nın Oniki Basamak ilkeleri aracılığıyla alkolizmden kurtulma programının ana bölümlerinden biridir. Bu broşürün, rehber arayan kişiler, rehberlik yoluyla ayıklıklarını paylaşmak isteyen A.A. üyeleri ve rehberlik faaliyetleri geliştirmek isteyen gruplar için iki yönlü işleyen ve başarılı sonuçlar sağlayan rehberlik konusunda sık sık sorulan soruların bazılarını ışık tutacağını umuyoruz.

## **REHBER ARAYANLARA**

### **Rehberlikle Onikinci Basamak uygulaması arasında ne fark vardır ?**

Onikinci Basamak uygulaması, yani, yardım isteyen bir alkoliği ziyaret etmek ve onunla A.A. programı hakkında konuşmak, rehberliğin *başlangıcına* dönüşebilir ama tek başına rehberlik değildir. Rehberlik, bir başka alkolikle *sürekli* ilgilenmeyi içerdiğinden, ikinci kişinin yardıma yatkınlığı, içki sorunu olduğunu kabullenmesi ve bu tuzaktan kurtuluş yolu aramaya karar vermesi ile gerçekleşir. Rehberlik çalışmaları Onikinci Basamak uygulamasının bir parçasıdır, ama aynı zamanda yeni gelene alkolsüz bir yaşama ayak uydurması yolunda yardımcı olmak için *sürekli* sorumluluk içerir.

### **Rehberlik Yeni Gelene Nasıl Yardımcı Olur ?**

Rehberlik yeni gelene, durumu tümüyle anlayan ve onu *düşünen* hiç değilse bir kişi olduğu güvencesini verir. Alkolizmle ilgili kuşku, soru ya da sorunları olduğunda çekinmeden başvurabileceği bir kişi bulunmaktadır. Rehberlik, yeni gelene, en fazla ihtiyaç duyduğu anda anlayışlı bir dost kucağı açar. Rehberlik aynı zamanda yeni gelenin bir ev grubunda ya da ziyaret edilen diğer gruplarda diğer alkoliklerle tanışmasına olanak veren bir köprü görevini görür.

### **Rehber Nasıl Seçilmeli ?**

Yeni gelenle rehberin bir araya getirilmesi, A.A.'daki tüm işlemler gibi teklifsizce yapılır. Çoğunlukla, yeni gelen, grupta kendisine uygun gördüğü, daha deneyimli bir üyeye yaklaşır ve kendisine rehber olmasını ister. Çoğu A.A. böyle bir istek karşısında mutluluk ve minnet duyar. Eski bir A.A. deyişi "Kazananın eteğine yapışım" derler. A.A. programını günlük yaşamında başarıyla uygulamaya koymuş bir üyenin deneyimlerini paylaşmayı istemek en akla yakın yoldur. Belirli kurallar olmamakla birlikte, iyi bir rehberin son kadehinden bu yana bir ya da iki yıl geçmiş olması ve ayık kalmaktan *keyif duyması* aranır.

### **Rehberle Yeni Gelen Birbirlerine Benzer Özellikler Taşınmalı mı ?**

Çoğu kez yeni gelen, özgeçmiş ve ilgi alanları kendisinininkine benzer bir rehberin yanında kendini rahat hisseder. (Başka bir doktor, ev hanımı, dindar ya da agnostik, İrlanda asıllı Amerikalı ya da zenci gibi.) Ama çoğu A.A.'lar kendilerinin tamamen zıttı olan rehberlerde daha çok yararlandıklarını söylemektedirler. Belki de bu, o anda yeni gelenle rehberin *en fazla önemsendiği* ortak konularının alkolizm ve A.A.'da iyileşme olmasındandır. A.A. deneyiminde en iyi sonucu, erkeğin erkeğe, kadının da kadına rehber olmasının verdiği görülmüştür. Bu gelenek karşılıklı anlayışı pekiştirmekte ve yeni gelenin birtakım duygusal bağlarla aklını A.A. amaçlarına vermemesi olasılığını azaltmaktadır.

### **Yeni Gelenin Rehberden Ne Gibi Beklentileri Olmalıdır ?**

A.A. rehberi, bir sosyal hizmet görevlisinin, bir doktorun, bir hemşirenin ya da bir evlilik uzmanının sağladığı hizmetleri üstlenemez. Rehber sadece ayık bir alkolik olup, yeni gelenin tek bir sorununu çözmesine yardımcı olur: *ayık kalmak*. Rehberin bu alanda profesyonel bir eğitimi yoktur. Sahip olduğu sadece kişisel deneyimleri ve gözlemleridir. Rehber de bir zamanlar yeni gelenlerden biriydi ve şu anda katılanın sorunlarını çözerken olduğu gibi, kendi sorunlarının üstesinden gelmek için A.A. programından yararlanmaya çalışmıştı.

### **Yeni Gelen, Rehberin Her Dediğine Uymalı mı ?**

Rehberin ileri sürdüğü düşünceler garip ya da yeterince açık değilse, yeni gelenin fikirlerini söyleyip soru sorması yerinde olur. Onların arasındaki ilişki rahatlığa ve açık kalpliliğe dayanmalı, her iki tarafta içtenlikle ve dürüstçe konuşabilmelidir. A.A. programı

basittir ama başlangıçta birçoğumuza hiç de öyle görünmemiştir. Çoğu kez sorular sorarak, kapalı toplantılarda ve en önemlisi rehberimizle yaptığımız sohbetlerde bilgilendik.

### **Rehbere Gerektiğinde Ulaşılmazsa Ne Olur ?**

Yeni gelenin ayıklığını sürdürmesi bireysel rehberine değil A.A.'nın tüm programına bağlıdır. Rehberlik sadece yeni gelenin programı tanınması yolunda bulduğumuz en iyi başlangıç noktasını oluşturur. Bu nedenle, rehberimizle ilişki kuramadığımızda başvurabileceğimiz birçok yer vardır. Diğer üyelere telefon ederek; bir A.A. toplantısına giderek; en yakın A.A. bürosuyla ya da ayık alkolikler kulübüyle telefonla ya da şahsen irtibat kurarak; A.A. kitaplarını, broşürlerini ya da A.A. Grapevine adındaki dergiyi okuyarak o anda bizi tedirgin eden sorunumuza yanıt bulabiliriz.

### **Bir Yeni Gelenin Birden Fazla Rehberi Olabilir mi ?**

Elbette. Aslında iyi bir rehber, yeni gelenin elden geldiğince çok sayıdaki deneyimli üye ile tanışmasını sağlar. Birden fazla rehberi olan yeni üye çeşitli deneyimleri paylaşır ve A.A. programının değişik uygulama biçimlerini öğrenir. Ayrıca bir önceki sorudaki sorunda bu şekilde ortaya çıkmamış olur. Aynı anda iki ya da daha fazla rehberin müsait olmama ihtimali çok azdır.

### **Yeni Gelen Rehberini Değiştirebilir mi ?**

Buradaki cevap yine “evet” tir. Kendimizi daha rahat hissettiğimiz bir başka rehber seçme özgürlüğüne daima sahibiz; özellikle, bu üyenin bizim A.A. içindeki gelişmemize daha yararlı olacağına inanıyorsak.

### **Yeni Gelen A.A. Dışında Alkolizm Konusunda Esaslı Bir Tedavi ve Eğitim Kursu Görmüşse, A.A. İçinde Yine de Rehberi Olmalı mıdır ? Özel Bir Yaklaşım Gerekecek midir ?**

Devlet, sanayi ve diğer kurumların alkolizm programları alkolikleri gittikçe artan oranlarda A.A.'ya göndermektedir. Bu yeni gelenler çoğunlukla bize fiziksel açıdan kuru ve titreme krizlerini geride bırakmış durumda katılmamaktadırlar. Alkol zehirlenmesi, haftalar hatta aylar gerisinde kalmış ve fiziksel olarak içki içme dürtüsü yok olmuştur. Ancak, alkole olan zihinsel tutkunluk hala devam ediyor olabilir. Bu tür yeni gelenlere kucak açan A.A. grupları, bu tutkuyu yenmelerine yardımcı olarak en kısa zamanda rehberliğin gerektiği kanısındadırlar. Yeni gelen, alkolizm hakkında birçok tıbbi gerçeği öğrenmiş olabilir. Ama alkolizmi teorik bir konu olarak bilmek başka bir şey, içki dünyasında ayık bir alkolik olarak yaşamak başka bir şeydir. Rehber, bu durumun üstesinden gelmek için deneyimlerini paylaşmaya hazırdır.

A.A. programını öğrenmek, bunu yaşamak ile eşdeğer değildir. Yeni gelen belki alkolizm ile ilgili bazı gerçekleri öğrenmiştir ama A.A. ayıklığı sürdürme yolunda, sürekli bir program uygulama konusunda günlük yaşamında kullanmasına yardımcı olacaktır. Tıpkı A.A. kapılarını yardım istemek için çalan herhangi bir yeni katılanın durumundaki gibi.

### **Bir Rehber Edinmek İçin İş İştenden Geçmiş Olabilir mi ?**

Hayır. Uzun seneler A.A.'nın içinde ya da “çevresinde” bulunan bir A.A., çoğu kez iyi bir rehber edinmenin, olayları açık açık konuşmanın ve *dinlemenin* programı çok daha anlaşılır hale getirdiğini görmüş ve denemiştir. Rehberlik, ayık kalmayı sadece bazen başarabilen bir kişinin sorunlarına çözüm getirebilir. Böyle bir üye belki de A.A.'nın kıyı köşesinde kalan, toplantılara ara sıra katılan ama gerçekte Birinci Basamağa henüz adımını atmamış kişilerle ilişki içindedir. Böyle bir durum kişinin kendi alkolizmi konusundaki gizli çekincelerini destekliyor ya da o kişi sık sık kaymalar gösteren başkalarıyla ilişkide bulunuyor olabilir.

Açıkçası, kendilerini bulamamış böyle kişilerden işin doğrusunu öğrenmek olanaksızdır. Bu durumdaki bir üye için A.A. da kesin ayıklığa ulaşmış bir rehber her şeyi yoluna koyabilir.

Ardımızda uzun kuru yıllar da olsa, bir A.A. dostunun rehberliğini istemek bize çok yararlı olur. A.A. programının yalnız alkolden kurtulmak değil, tümüyle yeni bir yaşam yolu sağladığı gerçeğini unutup hoşnutsuzluk ya da gerçek ruhsal acılar içinde olabiliriz. Rehberin yardımıyla programı tümüyle uygulamaya koyabilir, tutumumuzu değiştirir ve böylece ayıklığımızın keyfini çıkartabiliriz.

## ***REHBER OLMAK İSTEYENLERE***

### **Rehberlik Rehberine Nasıl Yardımcı Olur ?**

Rehberlik eski üyenin ayıklığını pekiştirir. Ayıklığı paylaşmak, üyenin alkolsüz yaşamasını kolaylaştırır. Başkalarına yardım eden alkolikler, kendilerine de yardımcı olduklarını da görürler. Rehberlik aynı zamanda, kişiye kendisinden başka birinin sorumluluğunu taşımanın mutluluğunu verir. Çoğu insanoğlunun başkalarının güçlükleri yenmesine yardımcı olma ihtiyacını, gerçek anlamda yerine getirir.

### **Herhangi Bir Üye Rehber Olabilir mi ?**

A.A.'da rehber olan üstün bir sınıf ya da kast *yoktur*. Herhangi bir üye, yeni gelenin alkole başvurmadan yaşamla başa çıkmasına yardımcı olabilir. Çoğu kez, A.A. geleneği tek bir kısıtlamayı önermekte olup, bu da Sayfa 7'de belirtilmiştir. Eğer grup bir seçime imkan verecek oranda genişse, rehber ve yeni gelen cinsiyetten olmalıdır. Buradaki neden çok açıktır; biz A.A. ne denli uzun süre ayık kalsak da, sonunda insanoğluyuz ve “asıl amacımızdan” bizi saptırabilecek duygular taşımaktayız.

### **Bir Üye Rehberlik Sorumluluğuna Ne Zaman Hazır Olur ?**

En başarılı rehberler, A.A.'da yeterince uzun süre bulunmuş olan , Oniki Basamakta açıklanan iyileşme programı konusunda yeterli bilgisi olan kişilerdir. Aylar ya da yıllarca ayık kalmış bir üye genellikle (her zaman değil) birkaç haftadır programı uygulamakta bir üyeye oranla, yeni gelenlere daha etkili biçimde çalışmalar sürdürebilir. Dolayısıyla başarılı bir rehberlikte ayıklık süresi önemlidir ama *tek* önemli faktör değildir. Kişinin anlayış gösterme yeteneği, sabırlı oluşu, yeni üyelere zaman ve çaba ayırma isteği ve A.A.'nın yararlarına ilişkin olarak kişisel bir örnek teşkil etmesi aynı oranda önem taşır.

- Mevcut durumu örnek göstererek ve içki geçmişini aktararak A.A.'nın kendi yaşamındaki rolünü sergiler.
- Yeni gelenin çeşitli A.A. toplantılarına katılmasına destek ve yardımcı olarak A.A. programı hakkındaki değişik bakış açılarını ve yorumları öğrenmesini sağlar.
- Yeni gelen kendisinin alkolik olup olmadığı konusunda hala kuşku içindeyse, ona A.A. konusunda açık fikirli olmasını önerir.
- Yeni gelenin isteği dışında onun geçmişini deşemez.
- Yeni geleni diğer A.A.'larla, özellikle onun mesleki ya da sosyal ilgi alanlarını paylaşabilecek kişilerle tanıştırır.
- Yeni gelene A.A. yayınlarını, özellikle Büyük Kitap, Oniki Basamak ve Oniki Gelenek, Grapevine, Bill'in Görüşüne Göre, Ayık Yaşam ve diğer uygun broşürler konusunda bilgilendirir.
- Yeni gelenin özel sorunları olduğunda, onun yanında yer alır.

- Oniki Basamağın anlamını açıklar ve önemini vurgular.
- Kişisel görüşlerini yeni gelene benimsetmeye asla çalışmaz. Ateist bir rehber, yeni gelen dindar bir üyeyi inançlarından vazgeçirmeye çalışmaz. Aynı şekilde, dindar bir rehber, agnostik bir yeni gelenle dini konularda tartışmaya girmez.
- Yeni geleni en kısa zamanda grup çalışmalarına katılmak için yüreklendirir.
- Yeni gelene tüm Geleneklerimizin önemini sürekli olarak vurgular.
- Tüm cevapları bildiğini ileri sürmez ve her zaman haklı olduğu yanılgısına kapılmaz.
- Yeni geleni A.A.’nın grup dışındaki kapsamı konusunda aydınlatır. Birliğin tarihçesi, Üç Miras, hizmet yapısı hakkındaki A.A. yayınlarına dikkati yöneltir ve yeni gelen nereye giderse gitsin, A.A.’nın dünyanın her yerinde kendisi için hazır olacağını vurgular.
- Alkoliğin akrabalarına programı anlatır ve bunun yararlı olduğunu görürse onlara Al-Anon Aile Grupları ve Alateen’den söz eder.
- Yeni gelenin profesyonel yardım alması gerekiyorsa (tıbbi, hukuki, mesleki) ve bu yardım A.A.’nın kapsamı dışında ise ona bu konuda yol göstermekte tereddüt etmez.
- Gerekliğinde “bilmiyorum” demekten kaçınmaz ve yeni gelene sağlıklı bilgi kaynağı bulmasında yardımcı olur.
- Nihayet, rehber yeni geleni en kısa zamanda diğer alkoliklerle işbirliği yapmaya teşvik eder ve bazen onu yanında Onikinci Basamak ziyaretlerine götürür.

Rehber, yeni gelenle yaptığı tüm çalışmalarında, önemli olanın rehberin kişiliği ya da mevkii değil, A.A. iyileşme programı olduğunun altını çizer. Böylece yeni gelen rehberde değil programa güvenmeyi öğrenir. Çalışmalarında programı gerçekten ön planda tutan bir rehber, yeni gelen rehberini değiştirmeye ya da ek bilgi almak için diğer A.A.’lara danışmaya karar verirse, bunu kendisine bir hakaret olarak değerlendirmez.

### **Yeni Gelene Rehber Olmanın Yolu Tek Midir ?**

Burada cevap “hayır” dır. Tüm üyeler kendi kişisel deneyim ve yapılarına uygun biçimde rehberlik çalışmalarını sürdürürler. Bazı rehberler yeni gelenle kurdukları ilişkilerde “işine gelirse” gibi ters tavır içine girebilirler. Diğerleri olağanüstü sabır ve kişisel ilgi gösterirler. Başkaları daha rahat bir tavır takınır, yeni gelenin soru sorma ya da özel durumlarda yardım isteme inisiyatifini elinde tutmasına olanak tanır. Bu tutumların her biri bazen başarılı, bazen de başarısız olur. Rehber her özel durumda hangi tavrı takınacağını saptamak zorundadır. Deneyimli bir rehber, yeni gelenle çalışırken esnekliğin önemli olduğunu bilir, tek bir yol izlemez ve aynı kişiye değişik yaklaşımlar deneyebilir.

### **Rehber A.A. Programını Nasıl Açıklar ?**

Rehberler A.A.’yı yeni gelene anlatırlarken kendilerine en doğal ve açıklayıcı buldukları yolu seçerler. Deneyimler, yeni gelenin ilk birkaç ay içinde A.A.’nın tüm programını kavrayamadıklarını göstermiştir. Gerçekten burada “minik ayaklar için küçük adımlar” ilkesi geçerlidir. Çoğu rehber yeni gelene A.A.’nın temel amacının, her ikisini de ilk kadeh içkiden uzak tutmak olduğunu belirtmekle işe başlar. Rehber yeni gelene Birinci Basamağın, yani kişinin bir sorunu olduğunu kabullenmesinin iyileşmenin ana adımı olduğunu hatırlatır.

Bu rehberler, yeni gelene A.A.’nın *pratik* bir program olduğunu ve bugüne kadar bir milyondan fazla erkek ve kadına yardımda bulunduğunu belirtirler. Alkolizme kişisel bir sorun olarak yaklaşmakta açık görüşlü olmak gereği üzerinde durur ve yeni gelenin alkolik olup olmadığı ve A.A.’nın ona yardım edip edemeyeceği konusunda yalnızca kendisinin karar vermesi gerektiğinin altını çizerler. Yeni gelenle işbirliği yapan üyelerin hemen hemen tümü, A.A. programını kendi kişisel deneyimleri ışığında değerlendirirler. Yeni gelene kimsenin

A.A.'nın sözcülüğünü yapmadığını ve her üyenin programı kendi kişisel yargılarıyla değerlendirme hakkı olduğunu anlatırlar. Kimi rehberler programı anlatırlarken daha çok manevi yönünde dururlar. Ama genellikle hepsi “Bizden daha üstün büyük bir güç” ten kaynaklanan direnç konusuna dikkati çeker. Rehber yine, bu A.A. teriminin ne anlama geldiğinin yeni gelenin kendi değer yargılarına bırakır. Bu terim, değişik inançlara sahip-ya da belli bir inancı olmayan-kişilerin tam bir uyum içinde kabul edebilecekleri ve ettikleri bir fikri öne sürmektedir.

### **Rehber Hastane Tedavisi Önermeli midir ?**

Yeni gelenlerin arasında hastane ya da tedavi merkezlerinden çıktıktan sonra A.A.'ya başvuranların sayısı gittikçe artmaktadır. Buna rağmen çoğunluk (araştırmalara göre % 50 - % 75), ya halen içki alışkanlığı sürmekte olup bırakmayı isteyen kişiler ya da içkiyi kendi başına henüz bırakıp A.A.'ya başvuranlardan oluşmaktadır. Bunların büyük bir kesimi ayık kalmanın ilk zor günlerini hastaneye yatmadan atlatabilmişlerdir. Bazıları ise fiziksel olarak kötü durumdadır. Kısa bir alkolden arınma dönemi için hastaneye yatmak önerilebilir, ya da dinlenme evinde daha uzun süreli ve sakin bir ortamda iyileşme dönemi geçirmek daha uygun bulunabilir.

Önemli olan, hastane tedavisinin A.A. programının bir parçası olmadığını ve buna bir rehberin değil, bir doktorun karar vermesi gerektiğini akılda tutmaktır. Deneyimli rehberler alkolizmin herhangi bir evresinde kendilerini doktor yerine koymamaya özen gösterirler. Alkoliklere hastane kapılarının gittikçe daha fazla açılması karşısında bazı rehberler yeni gelenlerin hemen hemen tümüne hastaneyi önerme eğilimindedirler. Ama çoğumuz, ilk geldiğimizde fiziksel olarak kötü durumdayken bile hastaneye yatmadan ya da bir sağlık kurumuna gitmeden iyileştik. Bazıları için hastane gerekli olabilir ama bu herkes için gerekli değildir. A.A.'nın bünyesinde hastane ya da nekahet tesisi gibi herhangi bir kuruluş yoktur. Bazı bölgelerdeki hastaneler, A.A. merkezi ya da genel hizmet bürosu kanalıyla gelen hastalar için yer ayırmaktadırlar. Başka bölgelerde A.A. programını izleyen kişiler, dinlenme evleri ya da çiftlikleri kurmuşlardır. Alkolik, ailesi ve doktoru, bu olanaklardan yararlanma hakkında bir karar verirken, hastane tedavisinin bir çok durumlarda faydalı olmakla birlikte, A.A. programının dışında olduğunu bilmelidir.

Eski bir A.A. üyesi şu hatırlatmayı yapıyor: Yeni gelene verilen hastane tedavisi ya da profesyonel herhangi bir tedavi, A.A. üyesinin, mesajını en iyi biçimde aktarma sorumluluğunu ve zorunluluğunu hiçbir şekilde azaltmaz. Zamanımız yetmediği için ya da alkolik sorun çıkardığı için, onu bir başkasının kucağına atmak asla iyi bir A.A. davranışı olmaz. Çoğumuz ilk günlerimizde eski üyelerin bizlere gösterdiği sabır ve anlayışı minnetle hatırlıyoruz.

### **Rehber, Alkoliğin Ailesi İle Nasıl İşbirliği Yapılabilir ?**

Rehber bir eşe ya da akrabaya A.A. programını açıklayarak, alkoliğin yakınlarının A.A. ile ilgilendiği, A.A. yayınlarını izlediği ve yerel bir grubun açık toplantılarına katıldığı durumlarda üyelerin alkolsüz bir yaşama daha kolay ayak uydurduklarını anlatır. Aileye alkoliğe özellikle ayıklığın ilk günlerinde anlayış göstermenin önemli olduğu ama yetişkin yaşamının belki de bu ilk normal süresinde çocuk gibi şımartılmaması gerektiği açıklanır. Öte yandan alkoliğe içmediği için bir kahramanmış gibi davranmamak da gerekir. Genel olarak rehber, yeni gelenin A.A.'dan faydalanmasını sağlayacak ortamı yaratma yolunda alkoliğin ailesine yardımcı olur. İyileşmekte olan kısa sürede çok şey beklenilmemesi gerektiği aileye anlatılır. Bazı durumlarda, alkoliğin içki içtiği zamanlardaki davranışları sonucu evlilik ya da aile ilişkileri çok kötüleşmiş olabilir. Rehber bu durumda profesyonel bir evlilik uzmanı gibi

davranmaktan kaçınmalıdır. Bununla beraber, rehber, birçok evliliğin alkolizm sorunu kontrol altına alınca kurtarılmış olduğuna dikkat çekebilir.

Rehber ayrıca aileyi Al-Anon Aile Grupları ve Alateen gibi kuruluşlardan haberdar eder. Alkoliklerin akraba ve arkadaşlardan oluşan bu kuruluşların üyeleri, A.A. içinden veya dışından olabilir. Al-Anon programı, A.A. paralelinde, ancak tamamen ayrı bir kuruluştur. Problemlü içkicilerin akrabalarının, bu hastalığı ve aile yaşamındaki etkilerini anlamalarına yardımcı olur. Alateen, alkolik anne ve babaların genç çocuklarının deneyimlerini paylaşmalarına olanak sağlar. Birçok bölgede düzenli toplantılar yapan Al-Anon ve Alateen yerel grupları, çoğu kez telefon rehberinde bulunabilir. Al-Anon yayınları ve toplantıları konusunda bilgi için 1600 Corporate Landing Pkwy., Virginia Beach, VA 23454-5617, ABD adresine yazılabilir.

### **Rehber Yeni Gelene Borç Vermeli midir ?**

Burada doğal olarak kişisel seçim söz konusudur. Önemli olan A.A.'nın bir tek amacının bulunmasıdır: Alkoliğe içki sorunuyla ilgili olarak yardımcı olmak. A.A. bir hayır kurumu ya da bir iş bulma kurumu değildir. Para ya da parasızlık, bireyin A.A. içinde ayık kalma yeteneğinde hiçbir zaman önemli bir rol oynamaz. Yeni gelene borç veren rehber bunun tehlikesini de bilmelidir. Onun ayılma gelişimini yavaşlatabileceğini göz önünde bulundurmalıdır. Bununla birlikte, küçük miktarda bir hediye yeni gelene ayıklık yolunda yardımcı olacağı biliniyorsa, rehberin bu tür bir hediye isterse gönüllü olarak vermesinde bir sakınca yoktur. (Bu hediye bir gün geri ödenirse ne ala; zira rehber zaten bunu bir borç olarak görmemiştir.) Öte yandan para, giysi ya da iş olanağı için A.A.'ya başvurular, yanlış şey için yanlış yere gelmiş addedilmelidirler. A.A.'nın vereceği çok daha önemli bir ödül vardır: Ayıklık. Profesyonel kurumlar gerektiğinde diğer konularda yardımcı olabilirler. Ama alkolikler ayık olduklarında aile, iş ya da yasal sorunlarını kendileri çözebilmektedirler.

### **Rehber İşverenle İlişkilerde Aracılık Yapmalı mıdır ?**

Bir alkolik A.A.'ya başvurduğunda işinden olmuş ya da olmak üzeredir. Bir işi varsa, işvereni, problemlü içkiciler ya da A.A. konusunda hemen hemen hiçbir şey bilmiyor demektir. Bir rehberin bir başka alkoliğin işi ile ilgili girişimde bulunması, o durumun özel koşullarına bağlıdır. Şaşılacak bir sayıdaki kadar çok işveren, yetenekli elemanlarının maksimum verimlilik düzeylerine dönmelerini istemekte ve dolayısıyla bir çalışanın A.A.'ya başvurmasını hoş karşılayarak, A.A. programı hakkında daha çok bilgilenmeyi istemektedir. A.A.'nın sunabileceği yardımları işverenlere tanıtmak amacıyla, "İşyerinde Bir Alkolik Var mı ?" başlıklı bir broşür hazırlanmıştır.

### **Rehber Fazla Katı Davranıyor Olabilir mi ?**

Bazı rehberler yeni gelenlere oldukça açık sözlü davranmaktan yanadır. A.A. programını kendi anlayışları çerçevesinde aktarırlar. A.A.'nın kendileri için taşıdığı anlamı belirtirler. Alkolizmin *tedavisinin* olmadığını, ama *durdurulabileceğini* söylerler. Bundan sonra da olayların akışını yeni gelene bırakırlar. Halen içkiye devam etmekte olan alkolik hemen A.A.'ya katılma kararı vermezse, rehber onu kendi haline bırakmayı yeğler. Bu yaklaşım tamamen anlayışsız bir hareket değildir. Birçok alkolik bu tutuma saygı duyar ve A.A. konusunda duygusallıktan kaçınmanın ve tümüyle gerçekçi olmanın bir işareti olarak değerlendirir. A.A. programı denenmiş belirli ilkelerden oluşur. Yeni gelen bunları gözardı ederse, zararı kendinedir. Katı rehberlik yeni geleni bu konuda ikna etmede yararlı sonuçlar verir. Öte yandan çoğu A.A.'lar, aşırı katılığın yeni geleni tedirgin ettiğini bilir. Bu katı tutumun etkisi, anlayış gösterme yöntemiyle hafifletilmelidir.

### **Rehber, Korumada Aşırıya Kaçabilir mi ?**



Bazı rehberler, yeni gelenin ayık kalmasına yardımcı olamaya çalışırken, aşırı koruyucu olabilirler. Rehberlik yaptıkları kişiler için gereksiz endişelere kapılıp onları aşırı ilgiye boğabilirler. Böylece yeni gelenin A.A. programından çok bireysel düzeyde bir üyeye daha fazla bağlanması tehlikesi baş gösterebilir. En etkili rehberler, A.A.'ya katılan alkoliklerin zamanla kendi ayakları üzerinde duracak kendi kararlarını verecekleri gerçeğini gözardı etmeyenler ve bun yardımcı olmakla, onlara sürekli dayanak sağlamak arasındaki ayırımı yapabilenlerdir. Aşırı korumacılığın bir başka tehlikesi de, yeni gelenin bundan bularak yardım elini itmesi ve bu duygular altında A.A.'dan tamamen yüz çevirmesidir.

### **Rehber Fazla İlgisiz Davranıyor Olabilir mi ?**

Bazı rehberler birlikte çalıştıkları yeni gelene karşı ilgisiz gibi bir davranış içinde olurlar. Örneğin yeni üye istediğinde, onunla onunla birlikte bulunmaya zaman ayırırlar, fakat toplantılar arasında onu aramaya ya da toplantılara katılmasını sağlamaya özen göstermezler. Bazı yeni gelenler aslında kendi hallerinde bırakıldıklarında daha iyi gelişirler. Ama bu yaklaşımda da bir tehlike vardır: Utangaç ya da çekingen bir yeni gelen, grup ya da bireysel rehberin kendisine yardım etmekle pek ilgilenmediği sonucuna varabilir. Çoğu üyemiz, A.A. programını benimsemiş kararlarını, A.A. ile ilk ilişki kurmalarından ancak aylar hatta yıllar sonra aldıklarını, çünkü gruptan uzaklaşmalarına meydan verildiğini belirtmişlerdir. Sayıları gittikçe artan gruplar, bu sorunu grupla ilk ilişki kurmasından sonraki haftalar ya da aylarda bir izleme programı geliştirerek çözmeye çalışmaktadırlar. (Bk. Sayfa 21)

### **Rehber, Yeni Gelen Kendisine Aşırı Bağlanırsa Ne Yapmalıdır ?**

Ayıklığın ilk günlerinde, yeni gelen bazen öyle şaşkın ve ürkek, ya da öylesine akli dağınık ve fiziksel açıdan zayıftır ki, her toplantıya elinden tutulup götürülmesi ya da kişisel kararlar almasına yardım edilmesi gerekir. Ancak, rehberle öylesine bağlanmak iyileşmenin ilk dönemi dışına taşarsa, her iki taraf için de zararlı sonuçlar doğurabilir. Ayık kalma yolunun bireyden çok A.A. programı olduğunu daha önceden de belirtmiştik. Dolayısıyla, yeni gelenin bu durumu iyi sonuçlar vermez. Rehber sürekli ve mantık dışı istekler karşısında bulunabilir ya da kendisini aşırı önemsemesi sonucunda burnu büyütebilir. Bu ikilem yeni gelenin cesaretini kırmadan nasıl çözümlenebilir ? Yeni gelenin birçok A.A. ile tanışıp görüşüğünü ve rehberin bunu bildiğini varsayalım.

Belki de artık bu yoldaki çabaları yoğunlaştırmak ve birbirleriyle daha uyumlu bireyleri bir araya getirmek gerekmektedir. Bu nazik yol başarılı olmazsa, rehberler daha net bir tutumla sorunu yeni gelenle açık açık konuşabilir. Bu da sonuç vermezse, rehber tatlı ama kesin tavırla yeni gelenin her istediğinde onun yanında olamayacağını, ama ilişkisini kesmeyip onu arada bir arayacağını belirtme yolunu seçebilir.

Artık iş yeni gelene kalmıştır. Çözüm yollarından biri, yeni bir rehber edinmektir. Belki de yeni gelen farkına varmadan artık yeterli güce kavuşmuş olup, ikinci aşamaya geçebilir ve rehberlik yerine başka A.A. dostlukları kurarak programı uygulamaya koymak yoluyla günlük yaşamda kişisel sorumluluklar üstlenebilir.

### **Rehber Kendisine Her Türlü Yardımı Geri Çeviren Bir Yeni Gelenle Nasıl Çalışabilir ?**

Böyle durumlarda rehberin elinden gelen tek şey, yeni geleni gerektiği zaman yardıma hazır olduğuna inandırmaktır. Bazı durumlarda, yeni geleni kendi özgeçmiş ve ilgi alanlarını daha yakından paylaşan bir A.A. üyesiyle tanıştırmak, iyi bir çözüm yolu olabilir. Rehberlik esnek bir uygulamadır ve başarılı rehberler de yeni kişilerle çalışırken esneklik gösterirler. Yeni gelene istemediği halde yardımda ısrar etmek, isteyene yardım elini uzatmamak kadar yanlış bir tutumdur.

## **Yeni Gelen, Programın Ruhsal Yönüne Karşı Direnirse Rehber Ne Yapmalıdır ?**

Önce bir rahatlayalım ve rehberliğin, yeni gelenlere A.A.'yı belirli kalıplar içinde yorumlamak olmadığını hatırlayalım. A.A. içinde birkaç aydan daha uzun bir süre bulunan kişilerin çoğu, bu programın manevi ilkelere dayalı olduğunun bilincine varırlar. Aynı zamanda, bazı alkoliklerin kişisel bir Üstün Güce inanmadan da ayıklığa kavuşmayı ve bunu sürdürmeyi başardıkları görülmüştür.

Rehber belki de “manevi” ve “din” sözcükleri arasındaki ayrımı çizmelidir. Giriş bölümümüzde de belirttiği gibi, A.A. herhangi bir mezhep ya da tarikata bağlı olmayıp, üyelik için hiçbir dinsel inanç koşulu yoktur. Tek koşul, yalnızca “içkiyi bırakma isteği” nin olmasıdır. Öte yandan programda önerilen yardım ne maddi ne de fizikseldir. Sadece fikirler ve bir alkoliğin ötekine karşı duyduğu A.A. sevgisi söz konusudur. Bu anlamda programın sadece bir “parçası” değil tümü “manevi” sayılabilir. Dolayısıyla, her yeni gelen, böylesine geniş kapsamda tanımlanmış kavramı benimseyebilir.

## **Rehber, Kaymalar Karşısında Nasıl Davranmalıdır ?**

Bir süre ayık kaldıktan sonra yeniden içkiye başlayan bir yeni gelenle çalışmak gerçekten çok cesaret kırıcı olabilir. Bu hem rehber, hem de yeni gelen için hassa ve zor bir dönem demektir. Rehber, yeni geleni nankörlükle suçlamak, hatta onunla çalışmaktan vazgeçmek isteyebilir. Burada, rehberler olarak bizlerin kendi davranışlarımızı dikkatle gözden geçirmemiz ve bir uçta yeni gelenin pişmanlığını arttıracak ölçüde sert eleştiriler ile diğer uçta kendine acımasını daha da pekiştirecek sulu gözlü anlayış gösterilerinin oluşturduğu çizgilerin ortasında dengeli bir yol bulmamız gerekir.

Yeni gelen doğal olarak cesareti kırılmış ve şaşkın bir halde olup, rehber ve gruba yeni bir başlangıç için başvurma gücünü kendinde bulamayabilir. (Bu nedenle çoğu rehber, inisiyatifi ele alıp yeni geleni aramanın önemli olduğuna inanır). Bu geri dönüşü gerçekten yeni bir başlangıca dönüştürmek için bu aşamada kayma nedenlerinin değerlendirilmesini yapmaktan kaçınmak akıllıca bir yol olur. Bunun yerine rehber, yeni geleni Birinci Basamağı uygulamaya yönlendirerek, ilk içkiden sadece o gün için uzak kalmanın ne denli önemli olduğunu vurgulayabilir.

Daha sonra, yeni gelen bu kaymaya yol açan düşünceleri irdelemek ve bunun tekrarından kaçınmak isteyebilir. Burada rehberin rolü tamamen söz konusu iki kişinin konumuna bağlıdır. Eğer rehber önceden tehlike sinyallerini sezmişse, bir yeni gelen “keşke beni uyardıydın” diyebilir. Ama bir başkası da “gözlem altında olma “ fikrine karşı çıkabilir. Duruma gerçekçi olarak bakıldığında, böyle bir kayma hem yönlendirilen kişi hem de rehber için ders alınacak bir deneyimdir. Rehber alçakgönüllü olmayı ve kişinin bir başkasına ayık kalmayı tek başına sağlayamadığını, Onikinci Basamağın “...bu mesajı iletmeye çalıştık...” dediğini hatırlatır.

Esas olarak, başarılı rehberlerin çoğu, kayma durumundan geri dönen yeni gelenlere, kayan kişilerin A.A.'da hep kabul gördüğünü altını çizerek belirtirler. Başarılı rehberlik faaliyeti, büyük ölçüde, programı uygulamak için içten çabalarına rağmen bir ya da birkaç kez kayan yenilere karşı birey ve grubun gösterdiği anlayış ve sevgiye bağlıdır.

## **Bir Rehber Aynı Anda Birden Fazla Yeni Gelenle Çalışabilir mi?**

A.A. üyeleri, rehberlik çalışmalarına gösterdikleri istek, bu faaliyeti etkili bir şekilde uygulama yeteneği ve buna ayırabilecekleri zaman açısından farklılıklar gösterebilirler. Birkaç yeni gelene aynı zamanda rehberlik yapma istek ve olanağı bulunan üyelerin bu arzularına set çekilmelidir. Aynı zamanda, rehberliğin mümkün olduğu kadar çok üyenin paylaştığı bir ayrıcalık ve tüm üyelerin ayıklığını güçlendiren bir eylem olduğu unutulmamalıdır. Ayrıca, *olağandan* fazla rehberlik çalışması yapan üyeler yetenekleri konusunda abartılı fikirlere kapılıp, kendi ayıklıklarını tehlikeye atabilirler. A.A.'nın bir çok aşamasında da olduğu gibi, önemli olan sağduyudur.

### **Rehber Yeni Gelenle Çalışmalarını Nasıl ve Nasıl Ne Zaman Sona Erdirir ?**

Genellikle bu ilişki belirli bir noktada bitmez. Yeni gelen, A.A. içinde geliştikçe, ilişki zamanla yavaş yavaş değişime uğrar. Yeni gelen, inisiyatifi ele alıp, gittikçe genişleyen bir dostluk çemberi kurmaya başladığında, grupta aktif olarak çalışmaya başladığında ve kendinden sonra gelenlere el uzattığında, akıllı bir rehber bundan son derece hoşnutluk duyar.

Başarılı bir “rehber-yeni gelen” işbirliği, özel bir bağ olup, her iki taraf da artık aynı yakınlığı sürdürmese bile, bu dönem rehber ve yeni gelen hep minnetle anılır. Ama bu derin bir dostluğa da dönüşebilir. Böyle bir durumda da tarafların “Artık birbirimize rehberlik yapıyoruz” dediği olmuştur.

## ***Rehberlik Faaliyetleri Planlayan Gruplara***

### **Rehberlik Faaliyeti Bir Gruba Nasıl Yardımcı Olur ?**

Bir A.A. grubunun temel amacı, iyileşme programının mesajını kendisinden yardım isteyen alkoliklere aktarmaktır. Bunun bir yolu grup toplantılar, başka bir yolu da rehberliktir. Bazı gruplarda rehberlik fikri, hem yakın kurumlardaki alkoliklerle hem de yazışmalar kanalıyla, tecrit durumundaki Yalnız Üyeler ve Enternasyonalistler (seyahat eden A.A.'lar) ile çalışmaları kapsayacak biçimde genişletilmiştir. Bir grup içindeki faal rehberlik programları tüm üyelere grubun temel amacını anımsatır. Bu programlar grubu bütünleştirir ve “Her Şey Sırasıyla” ilkesini ön plana çıkarır.

### **Bir Grup, Yeni Üyelere Rehberlik Yapmak İçin Ne Tür Prosedürler Belirlemelidir ?**

Bir grupta özenle planlanmış rehberlik çalışmaları rastlantılara bırakılan rehberliğe oranla çok daha iyi oranla çok daha iyi sonuçlar verebilir. Bir yerel grupta planlı rehberliğin genel hatları şöyle olabilir:

- Üyelerin nöbetleşe devraldığı bir *rehberlik komisyonu* ya da *Onikinci Basamak komisyonu*. Onikinci Basamak çalışmalarına katılabilecek yerel grup ya da üyelerin listesini tutan bir intergrup ya da merkez büro varsa, böyle bir komisyon, sorumlulukları üstlenecek sayıda üye bulunup bulunmadığını öğrenmek için bu büronun listesini inceleyebilir.
- Özellikle çok sayıda katılımı olan büyük semtlerde, düzenli *yeni* başlayanlar toplantıları ( bunlara *yen i gelenler toplantıları* da denir). Yeni Başlayanlar Toplantı Yönetme Kılavuzu, genel hizmet bürosundan temin edilebilir.
- Üyelerin, yeni gelenleri toplantılarda karşılayıp çevreye tanıtmakla düzenli olarak görevlendirilmesi. Büyük gruplarda, karşılama komisyonundaki görevliler yeni gelenlere kolaylık olsun diye yakalarına rozet takabilirler. Daha küçük gruplarda ise, sekreter, yeni gelenlerin toplantıdan sonra gelip kendilerini tanımalarını ve böylece diğer üyelerle tanışmalarını önerebilir.
- Başka bir duyuru önerisi: “Burada bulunanlar arasında rehberi olmayıp da rehber isteyen varsa, lütfen sekreterle görüşün. Kendisine geçici bir rehber sağlanacaktır.

Üyelerin dediğine göre, bu duyuru, yapıldığı her toplantıda, rehberliğin ve yönlendirilmenin değerini gruplara bir kez daha anımsatmaktadır.

- *Kapalı toplantılarda*, rehberlik sorun ve olanaklarının tartışılması. Bazı gruplar salt bu amaçla toplantılar düzenlemektedirler.
- Her yeni gelenin isim, adres ve telefon numaralarını içeren bir *dosya* (bu bilgileri gönüllü olarak vermek isteyenler için). Bu dosya, her birinin rehber ya da rehberlerini belirten notları da kapsar.
- Kongre tarafından onaylanmış, aralarında bu broşürün de bulunduğu, iyileşme konusundaki A.A. yayınlarının sergilenmesi.
- Yönlendirme komisyonu (Onikinci Basamak veya rehberlik komisyonu) tarafından yeni gelenler listesinin incelenmesi.
- Büyük Kitabın 7'nci bölümünün "Başkalılarıyla Birlikte Çalışma" irdelenmesi.
- Sekreter ya da rehberlik komisyonu tarafından yürütülen ve tedavi tesisleri, cezaevi ya da benzeri ıslah kurumlarından henüz çıkmış yeni gelenleri karşılamak için düzenli uygulamalar. Örneğin sekreter, bir hapishane grubu sekreterinden, yeni tahliye edilmiş bir kişinin toplantıya katılacağını öğrenir ve "dışarıdaki" grup bu yeni gelen hakkında uyarılır. Duruma göre, gruptan bir üye, tahliye anında bu kişiyi karşılamak üzere orada hazır bile bulunmayı teklif edebilir.

### **"Dışarıdaki" A.A. Grupları, Kurumlardaki Grup ve Üyelere Nasıl Yardımcı Olur ?**

Bu konu, "İslah Tesislerinde A.A." (A.A. in Correctional Facilities) ve "Tedavi Tesislerinde A.A. (A.A. in Treatment Facilities) başlıklı broşürlerde tamamen ele alınmaktadır. Ayrıca, İslah Tesislerindeki Komisyonlar Kılavuzu (Guidelines on Correctional Facilities Committees), Tedavi Tesislerindeki Komisyonlar Kılavuzu (Guidelines on Treatment Facilities Committees) ve Tedavi Tesisleri Çalışma Kitabı (Treatment Facilities Workbook) başlıklı yayınlara bakınız. Bunların tümü genel hizmet bürosundan temin edilebilir.

### **Hizmet Rehberliği**

Gerek başka bir kişinin iyileşmesine yardımcı olmakla, gerek bir gruba hizmet vermekle olsun, A.A.'da rehberlik temelde aynı olup; iyileşme ve/veya performans ya da hizmette birtakım ilerlemeler kaydetmiş bir alkoliğin, bu deneyimini yolculuğa yeni başka bir alkolikle paylaşması şeklinde tanımlanabilir. Her iki türdeki hizmet de, programın manevi yönlerinden kaynaklanır. Bireyler, bir alanın kendileri için diğerinden daha uygun olduğunu düşünebilirler. Hizmetin çeşitli yönlerini sunmak, hizmet rehberinin sorumluluğudur: Toplantı düzenlemek, komisyonlarda çalışmak, kongrelere katılmak vs. Bu konuda, hizmet rehberinin, Birliğin gereksinimlerine hizmet vermek ile başka bir grup üyesinin kişisel gereksinimlerine hizmet vermek arasındaki farkı bireylere anlatması önemlidir. Hizmet rehberi, üyeyi ana grupta aktif olması (kahve, çay, yayın, temizlik, iş ve intergrup toplantılarına katılmak, vs.) için teşvik ederek başlar. Hizmet rehberi, her üyenin belirli bir düzeyin ötesine geçme istek veya niteliğine sahip olmayacağını unutmamalıdır. Dolayısıyla, hizmet rehberi bireylerin beceri ve ilgi alanlarına uygun görevler bulmalarına yardımcı olabilir. Yapılan hizmetin düzeyi ne olursa olsun, amaç aynıdır: Adsız Alkoliklerin genel sorumluluklarının paylaşılması. Er geç, hizmet rehberi, bu tür hizmetle ilgilenen bireysel üyeyi bölge toplantılarına katılmaya ve Adsız Alkoliklerin tarihçesini okumaya teşvik eder. Bu aşamada, bu tür bir çalışmaya başlayan birey, hizmet işinin sorumluluklarını anlamaya başlamalı ve bunun yanı sıra Onikinci Basamak işinin bu şekilden belli bir tatmin hissi duymalıdır. Bu tür bireyler bölge faaliyetlerinde aktif rol oynamaya teşvik edilmeli ve hizmet yapısındaki çeşitli işlerin sorumlulukları hakkında bilgi sahibi olarak bölgedeki yedek mevkilere seçilmeyi düşünmelidirler. Bu süreçte bireyin Üç Miras adı verilen Birlik, İyileşme ve Hizmet hakkında

bilgi sahibi olmayı sürdürmesinin yanı sıra; yalnız kendisinin hizmet yapısı içinde ilerlemesine fırsat sağlamakla kalmayıp, yeni üyelerin hizmet etmelerine olanak sağlayan dönüş ilkesini de anlaması önemlidir. Dönüş aynı zamanda, hiçbir kimsenin bir mevkide uzun süre kalıp bir sahiplik hissi uyandırarak yeni gelenlerin hizmet etme cesaretinin kırılmaması konusunda bireyleri bilinçlendirir. Şimdi, bilgi ve deneyim aracılığıyla, yeni üye, ayıklıktan sonra en önemli ürünümüzün hizmet olduğunu öğrenmiştir. Birey, bu bilgi sayesinde, kendi vizyonunu diğerleriyle paylaşarak Adsız Alkoliklerin geleceğini güvenceye alacaktır.

**Özet:** Şimdiki A.A. üyelerinin çoğu, onlara özel ilgi gösteren ve değerli bir armağanı onlarla paylaşmaya hazır olan kişiler sayesinde ayık kalabilecektir. Rehberlik, deneyimli bir üye tarafından yeni gelen ve A.A.'nın yardımını isteyen bir kişiye sağlanan ve yeni gelen için son derece önem taşıyan sürekli özel ilginin bir başka tanımıdır. Bireyler ve gruplar rehberliğin önemini gözden kaçırmamak, içkiyi bırakmak isteyen akli karışmış bir alkoliğe özel bir ilgi göstermenin önemini unutmamak zorundadırlar. Deneyimler, A.A. programından en fazla yararlanan üyelerin, A.A. mesajını içki sorunu olan alkoliklere en başarılı biçimde ileten grupların, rehberliğin rastlantıya bırakılmaması gerektiğini kavrayanlar olduğunu açıkça göstermektedir. Bu üye ve gruplar rehberlik sorumluluğunu içtenlikle üstlenip, bunu kişisel A.A. deneyimlerini zenginleştirmek ve başkalarıyla birlikte çalışmaktan kaynaklanan mutluluğa kavuşmak için bir *fırsat* sayarlar.

## ***Adsız Alkoliklerin Oniki Basamağı***

1. Alkole karşı güçsüz olduğumuzu ve hayatımızın kontrolümüzden çıktığını kabul ettik.
2. Kendimizden üstün bir kuvvetin bize akıl sağlığımızın kazandırabileceğine inandık.
3. Arzularımızı ve yaşantılarımızı, *anladığımız anlamdaki* Tanrının iradesine terk etmeye karar verdik.
4. Kendimizi aramaya koyulduk ve korkusuzca vicdan muhasebemizi yaptık.
5. Tanrıya, kendimize ve başka bir kimseye zaaflarımızı ve kusurlarımızı itiraf ettik.
6. Tanrının bütün kusurlarımızı düzeltmesine hazır hale geldik.
7. Tanrıdan bütün kusurlarımızı gidermesini alçak gönüllülükle diledik.
8. Kırdığımız insanların listesini çıkardık ve hatalarımızı telafi etmeye istekli hale geldik.
9. Kendilerinin veya başkalarının zarar görebileceği durumlar hariç, kırdığımız ve gücendirdiğimiz insanlardan doğrudan özür diledik.
10. Kişisel muhasebemizi yapmaya devam ettik ve hatalı olduğumuz zamanlar bunu derhal itiraf ettik.
11. Dua ve meditasyon yoluyla, *anladığımız anlamdaki* Tanrı ile bilinçli irtibatımızı geliştirmeye devam ettik ve sadece onun bize uygun gördüğü şeyleri anlamak ve bunları yerine getirebilmek üzere güç vermesi için dua ettik.
12. Bu basamakların sonucu olarak, ruhsal bir uyanışla, bu mesajı alkoliklere taşımaya ve bu ilkeleri bütün işlerimizde uygulamaya çalıştık.

### ***Adsız Alkoliklerin Oniki Geleneği***

1. Ortak refahımız başta gelmelidir, kişisel iyileşme A.A.'nın birliğine bağlıdır.
2. Amacımıza ulaşmamızda tek bir otorite vardır; o da grup bilincimizde ifadesini bulan bir Tanrıdır. Liderlerimiz yönetici değil, güvenilir hizmetkarlardır.
3. A.A. üyeliği için gerekli tek koşul içkiyi bırak isteğinin olmasıdır.
4. Her grup, diğer grupları ya da A.A.'nın bütünlüğünü etkileyen konular dışında özerktir.
5. Her grubun önde gelen tek bir amacı vardır , o da hala ıstırap çeken alkoliklere mesajı iletmektir.
6. Para, mülk ve itibar bizi önde gelen amacımızdan uzaklaştıracağından, A.A. grupları, A.A. adının, benzer kurum ya da dış kuruluşlarca kullanımına izin vermemeli ve maddi destekte bulunmamalıdır.
7. Her A.A. grubu dışarıdan gelecek bağışları reddederek tam anlamıyla kendi kendine yetmelidir.
8. Adsız Alkolikler daima profesyonel olmayan bir kuruluş olarak kalmalıdır; ancak, kendi hizmet merkezlerinde özel görevliler çalıştırabilir.
9. A.A. hiçbir zaman örgütlenmemelidir, ancak, hizmet verdikleri kişilere doğrudan sorumlu olan hizmet kurul veya komiteleri oluşturabilir.
10. Adsız Alkolikler dış konular hakkında fikir yürütmez. Dolayısıyla, A.A. adı kamu anlaşmazlıklarına hiçbir şekilde karıştırılmamalıdır.
11. Halkla ilişkiler siyasetimiz, promosyonumuzu yapmak yerine ilgi çekmek temeline dayanır. Bu yüzden basın, radyo, TV ve film düzeylerinde kimliğimizi daima gizli tutmalıyız.
12. Adsızlık bütün geleneklerimizin ruhsal temelini oluşturarak, bize ilkelerin daima kişiliklerden önde geldiği gerçeğini hatırlatır.

### ***Dünya Hizmetleri İçin 12 Kavram***

- 1- A.A. dünya hizmetleri için kesin sorumluluk ve son yetki, tüm Birliğimizin kolektif vicdanında daima yer almalıdır.
- 2- A.A.'nın Genel Hizmet Kongresi, hemen hemen her türlü pratik amaçlar için tüm Cemiyetimizin dünya faaliyetlerindeki aktif sesi ve etkili vicdanı haline gelmiştir.
- 3- Etkili liderlik sağlamak amacıyla, A.A.'nın beher ögesine, yani Kongre, Genel Hizmet Kurulu ve hizmet kurumları, personel, komisyonlar ve yöneticilere geleneksel bir "Karar Hakkı"nı vermeliyiz.
- 4- Tüm sorumluluk düzeyinde geleneksel bir "Katılma Hakkı" sürdürerek, beher sorumluluk düzeyi ile makul bir derecede orantılı olarak oylamada temsil edilmelerine olanak tanımalıyız.
- 5- Tüm yapımızda, azınlık görüşlerinin ve kişisel şikayetlerin dikkate alınmasını sağlayacak geleneksel bir "Temyiz Hakkı" hakim olmalıdır.
- 6- Kongre, dünya hizmet konularının çoğundaki ana inisiyatif ve aktif sorumluluğun, Genel Hizmet Kuruluna vekalet eden Kongre mütevelli üyeleri tarafından yürütülmesi gerektiğini kabul eder.
- 7- Genel Hizmet Kurulunun Tüzük ve Yönetmelikleri hukuki araçlar olup, mütevellilere dünya hizmet faaliyetlerini yönetme ve yürütme yetkisi verir. Kongre Tüzüğü hukuki bir belge olmayıp, kesin etkisini gerçekleştirmek için Geleneklere ve A.A. kasasına dayanır.
- 8- Mütevelliler, genel politikalarının ve mali işlerin ana planlayıcısı ve yöneticisidir. Ayrı olarak kurumlaşmış ve sürekli olarak aktif hizmetlerin koruyuculuk görevi mütevellilerde olup, bunu bu kuruluşların tüm müdürlerini seçme yetkileri aracılığıyla uygulamaya koyarlar.
- 9- Geleneksel faaliyetlerimiz ve güvendiğimiz için, tüm düzeylerde iyi hizmet liderliği vazgeçilmezdir. Ana dünya hizmet liderliğinin bir kez kurucular tarafından uygulamaya koyulduktan sonra mütevelliler tarafından da kabul edilmesi şarttır.
- 10- Her hizmet sorumluluğu, eşit düzeyde bir hizmet yeklisiyle eşleştirilmeli ve bu yetkinin kapsamı açık bir şekilde tanımlanmalıdır.
- 11- Mütevellilerin daima, mümkün olan en iyi komisyonları, kurumsal hizmet müdürleri, icra görevlileri, personel ve danışmanları bulunmalıdır. Oluşum, nitelikler, göreve getirme prosedürleri, haklar ve görevler daima ciddi konular olacaktır.
- 12- Kongre, A.A. geleneğinin ruhuna sadık kalarak tehlikeli bir güç zenginliği haline dönüşmemesi için elinden geleni yapacaktır. Bu amaçla, yeterli işletme fonları ve rezervler, tedbirli mali ilkesini oluşturacak, hiçbir üyesini diğerlerinin üstünde vasıfsız otorite konumuna getirmeyecek, tüm önemli kararlarına müzakere, oylama ve mümkünse esas olarak oybirliği ile erişecek faaliyetlerini hiçbir zaman şahsen cezalandırıcı ya da kamuda tartışmaya yol açıcı olmayacak; hiçbir zaman devlet/hükümet işlerine karışmayacak ve hizmet ettiği Cemiyet gibi, düşünce ve eylemde daima demokratik kalacaktır.

### **Ben Sorumluyum...**

Herhangi biri, herhangi bir yerde,  
yardım etmek için elini uzattığında,  
A.A.'nın ellerinin daima orada olmasını istiyorum.  
Onun için de, ben sorumluyum.

2000 Alcoholics Anonymous World Services, Inc  
All rights reserved.

Translated from English.  
Copyright in the English language version of this work is  
also owned by W.S., New York, New York.  
No part of this translation may be duplicated in any form  
without the written permission of W.S.

Alcoholics Anonymous and A.A. are registered  
trademarks of World Services, Inc.

Printed in the USA

2000 Alcoholics Anonymous World Services, Inc.  
( Adsız Alkolikler Dünya Servisleri )  
Her hakkı saklıdır.

İngilizce'den çeviridir.

Bu eserin İngilizce baskısının da telif hakları ABD New York eyaleti New York şehrinde  
mukim Alcoholics Anonymous World Services, Inc 'e aittir. Bu çevirinin hiçbir bölümü,  
hiçbir şekilde Alcoholics Anonymous World Services, Inc.'in yazılı izni olmadan  
çoğaltılamaz.

Alcoholics Anonymous ve A.A., Alcoholics Anonymous World Services, Inc.'in tescilli  
markasıdır.

2M 4/02 (K)

ABD'de basılmıştır