

Sprawozdanie z Warsztatów Regionu Warszawskiego w Wołominie

7 sierpnia 2010 r. w Wołominie odbyły się warsztaty Regionu Warszawskiego. Tematem warsztatów były „Koncepcje”.

Przywitaliśmy się Deklaracją Jedności. Prowadząca, Lila z grupy „Razem” odczytała Preambułę grup Al-Anon. Uczestnicy spotkania, przedstawiając się imieniem, przeczytali Dwanaście Stopni, Dwanaście Tradycji, Dwanaście Koncepcji.

Jako pierwszy głos zabrał Jacek. Przybliżył on struktury grup Al-Anon w Polsce w skład których wchodzi:

- Konferencja jako najwyższa władza – spotkania odbywają się raz w roku w czerwcu
- Rada Powierników – która spotyka się raz na kwartał, może składać się z siedmiu do dwudziestu jeden członków
- Komitety – ds. Taktyki, Archiwum, Literatury, Alateen, Informacji Publicznej, Współpracy z Instytucjami i Profesjonalistami, Konferencyjny.
- Stowarzyszenie Służb Grup Rodzinnych Al-Anon – powołane do obsługi prawnej i finansowej wspólnoty.
- Okręgi
- Regiony
- Grupy

Uczestnicy warsztatów zostali podzieleni przez Grażynkę Koordynatora ds. Warsztatów na 4 grupy, z których każda opracowywała po 3 Koncepcje.

Grupa I – relację z opracowania koncepcji przez grupę przedstawiła Danka:

Koncepcja 1 – Grupy Al-Anon ponoszą pełną odpowiedzialność i są autorytetem dla Służb Światowych Al-Anon.

Koncepcje są niezbędne do funkcjonowania w grupach Al-Anon, rodzinach, w służbach i na wszystkich poziomach. Obejmują te same wartości. Odpowiedzialność realizujemy na poziomie duchowym, organizacyjnym i finansowym. Jak to robimy? Robimy to na poziomie grupy, indywidualnym, rodziny. Żeby Al-Anon funkcjonował musi mieć podwaliny, w których istnieje. Tak jak rodzina ma swoją część wspólnego życia, ale nie bierze odpowiedzialności za innych członków rodziny. Odpowiedzialne działanie członków i grupy prowadzi do harmonii. Grupy Al-Anon są odpowiedzialne za całość Al-Anon. Grupa nie ma rządzących i autorytetów. Są służby delegowane mocą sumienia grupy. W świetle poziomu świadomości, dzięki którym nabieramy siły i mocy, zdobywamy przez grupy, służby: Konferencję, Okręgi, Powierników, Delegatów, Reprezentantów Grup. Jako grupy jesteśmy dla siebie autorytetami. My nie rządzymy.

Koncepcja 2 – Grupy rodzinne przekazały wszelkie administracyjne i wykonawcze uprawnienia Konferencji i jej organom służebnym.

Koncepcje się nawzajem wypełniają. Zaufanie, właściwy osąd i odpowiedzialność są potrzebne do służenia. Na poziomie grupy jest uzgadnianie sumienia grupy. Zaufanie w grupie jest niezbędne do współdziałania grup i całości Al-Anon. Brak zaufania skutkuje rozpadem grupy, rodziny. Koncepcje są to wskazówki do działania wynikające z taktyki. Grupy istnieją gdy działają zgodnie z koncepcjami. Funkcje w grupie tak - ale nie na siłę. Gdy nie ma funkcji grupy padają, tak jak w rodzinie jedna osoba nie może podołać wszystkim obowiązkom. Obowiązki powinny być scedowane na innych członków. Odpowiedzialność wobec nas samych. Na przykład za swoje ciało, nie wykonujemy prac ponad nasze siły i

takich, które do nas nie należą. Ważne jest jasne określenie poziomu odpowiedzialności za konkretne działania. Grupy ufają Konferencji i jej organom służebnym. Uzgadnianie zadań w grupie. Aby to zrobić potrzebne jest zaufanie do siebie. Jest ono podstawą do delegowania obowiązków na innych.

Koncepcja 3 – Prawo do podejmowania decyzji stwarza możliwość skutecznego kierowania.

Koncepcja ta jest kontynuacją poprzedniej. Sednem tej koncepcji jest swoboda i zaufanie. Swoboda i zaufanie są potrzebne żeby dać wolność i możliwość podejmowania decyzji. Jeżeli ktoś będzie miał pomoc innych wtedy nazywamy to współdziałaniem. Zaufanie do grupy powoduje szybkie zdrowienie. Zaufanie jest potrzebne, żeby służyć.

Grupa II – relację z pracy grupy przedstawia Grażyna i Ania.

Koncepcja 4 – Czynne uczestnictwo stanowi klucz do harmonii.

Wspólne podejmowanie decyzji tzn. dać prawo innym i pole innym. Nie być nadgorliwym. Zająć się czymś co lubię, znaleźć miejsce dla siebie w domu czy grupie i zająć się tym. Harmonijne uczestnictwo to takie żeby dobrze się czuć i grupa. Czynne – nie mogę zagłuszać innych, wszyscy są równi, nie ma lepszych, mam szacunek dla siebie i innych w grupie czy domu. Powierników wyróżnia prawo wyborcze, nas praca wspólna dla grupy i rodziny. Harmonijne uczestnictwo to dzielenie się doświadczeniem, siłą i nadzieją, nie cierpiętnictwo. Pokazanie że możemy coś zmienić, zrobić coś innego. Nie robić tego samego w ten sam sposób i mówić że nie udało się mi się. W naszej wspólnocie często słychać: ja nie umiem, nie wiem, nie nadaję się. Skąd mogę to wiedzieć jeśli tego nie zacząłem. Już z góry zakładam porażkę. Trzeba próbować przełamywać lęki, bo to jest sposób na dorastanie i rozwój osobisty. Bojaźń i lękliwość zatrzymuje nas w miejscu. I cały czas tkwimy wokół tego samego. Przeszkadza nam w czynnym uczestnictwie.

Koncepcja 5 – Prawo apelacji i składanie petycji chroni mniejszość i gwarantuje jej wysłuchanie.

Czy jesteśmy w stanie stanąć za mniejszością i powiedzieć swoje zdanie. Boimy się, mamy lęk przed krytyką i odrzuceniem. Ale mamy stanąć za sobą i tak długo dyskutować, szukać wspólnego dobra aż będziemy mówić jednym głosem. Nie to, że ja boję się odrzucenia i boję się powiedzieć swoje zdanie. Każdy ma prawo głosu. Mogę wyrazić swoje zdanie i mieć nadzieję że inni poprą go, ale gdy nie mam się z tym zgodzić. Mam prawo mieć swoje zdanie ale mogę zrezygnować ze swojej racji dla wspólnego dobra.

Koncepcja 6 – Konferencja uznaje, że powiernicy są w pełni odpowiedzialni za sprawy administracyjne.

Czym jest w moim życiu, grupie Konferencja? Jak ja to czuję? Konferencja to głos całej grupy tak jak całej rodziny. Nie może jedna osoba rządzić w rodzinie i ona mieć tylko prawo decyzji a reszta się nie liczy. Konferencja to głos wszystkich, wspólne dobro, ustaliśmy wszyscy razem co dalej robić, jak działać. W rodzinie podejmujemy wspólnie decyzje i ustaliśmy np. gdzie wyjeżdżamy na wakacje. Rodzice są rodzajem powierników. Oni wiedzą ile można przeznaczyć na wakacje ale cała rodzina ma o tym dyskutować. U nas powiernicy są odpowiedzialni za sprawy administracyjne – sprawy zarządzania finansowego, które książki wydać. Natomiast głosem całej wspólnoty jest Konferencja.

Grupa III – relację z pracy grupy przedstawiła Ewa

Koncepcja 7 – Działalność powierników opiera się na podstawach prawnych, natomiast Konferencji na tradycjach.

Przestrzeganie praw gwarantuje bezpieczeństwo, rozwój duchowy, niezależność. Stowarzyszenie ma osobowość prawną tzn. reprezentuje Wspólnotę na zewnątrz, ma prawo podpisywania umów imiennych, czyli nazwiskami np. umowy lokalu, bankowe. Jest to odstępstwo, ale dla dobra Wspólnoty. Podobnie powiernicy zgłaszając się do służby są zobligowani podać swoje dane personalne. Praca Powierników polega na przekazywaniu podczas mitingów o koncepcjach i tradycjach. W tej służbie potrzebna jest cierpliwość, równowaga, odpowiedzialność, poszanowanie godności drugiego człowieka. Mamy nieść posłanie dla dobra własnego rozwoju duchowego i innych. Tradycje są fundamentem rozwoju grup i indywidualnego, uczą odpowiedzialności i anonimowości. Są receptą na godne życie.

Koncepcja 8 – Rada Powierników przekazuje pełne prawo do podejmowania decyzji w zakresie ustalania form prowadzenia spraw Biura Służby Światowej jego Komitetem Wykonawczym.

Koncepcje w życiu osobistym ucą powierzania obowiązków innym, zaufania, negocjacji w rozwiązywaniu problemów rodzinnych np. finansowych, w poszanowaniu godności człowieka we Wspólnocie, rodzinie, pracy, społeczności. Uczą akceptacji inności drugiego człowieka. Służba gwarantuje osobisty rozwój. Jest elementem znalezienia równowagi umysłu i wolności. Będąc wolnym człowiek czuje się szczęśliwym. Rada Powierników przekazuje pełne prawa do podejmowania decyzji w zakresie ustalania form prowadzenia spraw przez Biuro Służby Światowej jego Komitetem Wykonawczym. Na poziomie ósmym koncepcji poczuliśmy znaczenie modlitwy o pogodę ducha. Odwagę, oddać prawa innym, a jednocześnie odwagę do zmiany siebie do rozwoju, czyli mądrość i światło. Przestajemy manipulować, stajemy w prawdzie i pokorze, pokonujemy upór, ucę się tolerancji, negocjacji, rozłożenia obowiązków i odpowiedzialności. Problemy i sugestie grup przekazujemy Powiernikom. Powiernicy zaś nasze sugestie przekazują na Konferencję na której nasze sugestie są tematycznie przekazywane właściwym Komitetom do realizacji.

Powiernicy Zarządu Głównego Al-Anon działają w dwóch głównych zakresach

- taktyki – czyli planowania i przekazywania Komitetem Wykonawczym
- finansowym – zgodnie z Gwarancją I – która stoi na straży poprawności zarządzania finansowego, tworzenia rezerw.

Na podstawie porozumienia struktur w Al-Anon uczymy się stosować również w domu budowania zaufania, przekazywania uprawnień, planowania finansowego. Uczestnicy Konferencji swoje decyzje omawiają w sposób demokratyczny. Każdy głos jest wysłuchany i przedyskutowany aż do uzyskania jednomyślności. Po uzyskaniu jednomyślności przekazywane jest to ponownie do grup. W tej strukturze widzimy zamknięte koło przepływu doświadczeń i informacji co pozwala nam na zachowanie struktur wspólnotowych z zapewnieniem rozwoju indywidualnego. Jak działamy nad nowym zadaniem. Najpierw rozeznanie ważności tematu, ogólne spojrzenie, uporządkowanie, czas na zastanowienie, zaplanowanie kolejności wykonania zadań, czyli najważniejsze najpierw. Ale w jaki sposób? Przez wyciszenie, czas, spojrzenie, ocena całości i zacząć od najprostszego, które nie przeraża. Tak zacząć aby lista zadań się zmniejszała. To daje siłę i kondycję do trudniejszego zadania. Na małych sprawach trenuję do trudniejszego zadania. Łapanie wszystkiego na raz wprowadza chaos czyli lęk i strach. Maszyna zaczyna rozruch od małych obrotów. Po pracy nad Koncepcjami, Stopniami, Tradycjami odzyskałam wiarę, że mogę zrobić coś dla siebie a następnie dla innych.

Koncepcja 9 – Dobry indywidualny sposób kierowania jest konieczny na wszystkich poziomach Służby. Na poziomie Konferencji Służby Światowej główne przewodnictwo przejmuje Rada Powierników.

Koncepcja obliguje nas do określenia cech potrzebnych do pełnienia służby: odpowiedzialność, tolerancję, równowagę, elastyczność, realistyczny osąd oraz umiejętność przewidywania. Posiada je każdy z nas i zostają one ujawnione, gdy systematycznie działamy w Al-Anon. Koncepcja uczy przyuczania do służb. Sponsorowanie następcy w służbie. Podejmowanie służby powinno być zgodne z predyspozycjami, indywidualnymi uzdolnieniami. Pozwala innym, również moim dzieciom brać udział w życiu rodzinnym według ich możliwości, zainteresowań i talentów. Rozumiem popełnione przez nich błędy i pozwalam im podejmować decyzje i ponosić konsekwencje. Uczymy się oddzielać osoby od ich czynów, nie oceniać osoby. Koncentrować się na dobrych uczynkach co pozwala budować i wzrastać.

Grupa IV – pracę grupy przedstawiła Ania.

Koncepcja 10 – *Odpowiedzialność służby jest zrównoważona przez dokładne określenie uprawnień i w ten sposób unika się podwójnego przewodnictwa.*

Podejmowanie decyzji wiąże się z odpowiedzialnością, rozwojem osobistym i rozwojem grupy. Jeżeli decyzję podejmuje ktoś inny w ramach swoich uprawnień to nie koniecznie musi być zgodna z moimi oczekiwaniami. Uczę się ufać, że ta osoba ma prawo wykonać to inaczej niż ja. A ja mam się zgodzić i zaufać że ona również kieruje się dobrem grupy. Uczę się odróżniać ile mogę na siebie wziąć od tego co inni by chcieli mi narzucić. Wyznaczyć granicę spokojnie, zdecydowanie i z poszanowaniem innych. Podwójne przewodnictwo jest źródłem konfliktów, niezadowolenia, marnowania energii i wysiłku.

Koncepcja 11 – *Biuro Służby Światowej składa się z komitetów stałych, z kierowników oraz zespołu pracowników.*

W grupie dobrze jest gdy są osoby nowe, z średnim i z dużym doświadczeniem. Ważne jest zachęcanie nowych osób do podejmowania służb, dzielenie się doświadczeniem, dodawanie otuchy, przedstawianie korzyści ze służb. Potrzebna jest w grupie rotacja, zdobywa się doświadczenie i kolejne osoby zdobywają doświadczenie. Pojedyncza osoba uczy się nowych umiejętności i służb. Rotacja gwarantuje trwałość grupy a tym i wspólnoty. W grupach istnieją mini odpowiedniki Komitetów: finansowy – skarbnik, taktyka – prowadzący miting, informacja, współpraca – reprezentant, odpowiednik biura – herbatkowy, gospodarczy. Taka specjalizacja jest potrzebna na każdym poziomie służby. Na poziomie Regionu i kraju są analogiczne służby. Dzięki istnieniu wielu specjalizacji Komitetów i służb każdy ma szansę spróbowania swoich sił i odkryć swój talent i predyspozycje.

Koncepcja 12 – *Podstawą duchową Służb Światowych Al-Anon są Gwarancje Ogólne Konferencji, Dwunasty Artykuł Karty (w Polsce Dziewiąty Artykuł Karty)*

Gwarancja Pierwsza – rozsądne dobre gospodarowanie finansami zapewnia bezpieczeństwo rodzinie, grupie i wspólnocie. W razie nieprzewidzianych wydatków dobrze jest mieć żelazną rezerwę co daje poczucie spokoju, wolności, pewności.

Gwarancja Druga – jest kwintesencją demokracji. Każdy jest ważny, równy, ma prawo swojego punktu widzenia. Z tego bierze się duchowe bogactwo Wspólnoty.

Gwarancja Trzecia – zapewnia prawo do wysłuchania każdego głosu, opinii, głos mniejszości to nie tylko prawo ale i obowiązek

Gwarancja Czwarta – zachęca do wypowiedzania odrębnego zdania wewnątrz rodziny, grupy i wspólnoty. Jeśli je powiemy nie ma potrzeby polemizowania w innych środowiskach – krótko mówiąc chodzi o plotkę.

Gwarancja Piąta – wyraża poszanowanie innych, siebie, daje prawo do wolności, niezależności wszystkich członków grupy, wspólnoty i rodziny.

Wypowiedź jednej z uczestniczek warsztatu:

„ Kiedy angażujemy się w pracę w służbie nie jest to tylko dobry uczynek, jest to akt pozytywnego działania którego natychmiastowym efektem jest wpływ na nasz rozwój, samopoczucie i nasze zdrowienie. Koncepcje prowadzą nas i dają wgląd w wyjątkową pracę która owocuje tak dużymi osobistymi korzyściami. Koncepcje i ich poznawanie mogą otworzyć nowy zakres możliwości w służbie dla każdego członka, który jest gotowy i chętny do zamiany wdzięczności w służbę.”

Warsztaty zakończyliśmy Modlitwą o Pogodę Ducha.

Sprawozdanie sporządziła:

Dorota