

## ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ДВУХ ПСИХИАТРОВ НА АА: СПУСТЯ 50 ЛЕТ

*...позвольте мне подтвердить, что я передаю все свои полномочия Содружеству АА. Мне довелось находиться на незабываемом старте движения АА и принимать участие в преодолении трудностей его становления. Теперь я глубоко убежден в серьезности метода, используемого АА, включая все его удивительные аспекты. Я пытался довести до Вас некоторые из моих наблюдений о сущности метода. Надеюсь, мои усилия помогут в том, чтобы опыт АА представлялся не каким-то чудом, а стал образом жизни, которая наполнена смыслом. Я уверяю Вас, именно это АА сделало со мной.*

Из книги *АА взрослеет* стр. 251 (А.А. Comes of Age, p. 251)

Выше приведена выдержка из выступления Харри М. Тибота, (Harry M. Tiebout, M.D.) на Международной Конвенции в 1939 году в Сан-Луисе, штат Миссури. Д-р Тибот, психиатр, впервые заинтересовался АА в 1939 г., когда двое его пациентов после обращения к Программе АА неожиданно обрели трезвость.

Д-р Тибот, член Совета по обслуживанию АА (General Service Board of AA) как попечитель класса "А" (неалкоголик) с 1957 по 1966 гг., стал одним из активнейших сторонников Содружества АА, пытающихся внедрить и использовать идеи АА в практической деятельности профессиональных психиатров. Он был автором многих статей об алкоголизме, включая и хорошо известную работу "Эго-фактор в капитуляции алкоголизма".

Позднее, через 50 лет, Джон Н. Чеппел (John N. Chappel M.D.), профессор психиатрии, директор медицинской программы "Алкоголь и наркотики" из Рено, штат Невада, (Truckee Meadows Hospital) подтвердил многие ранние наблюдения д-ра Тибота.

Д-р Чеппел был обеспокоен тем, что "психиатрия не располагает достаточными данными об эффективности Анонимных Алкоголиков и других 12-шаговых программ, которые "родились" из Программы АА".

Д-р Чеппел (неалкоголик) является членом Совета с 1989 года, и он придерживается мнения, что "текущий психиатрический тренинг, включающий работу с 12-шаговыми программами, будет улучшать ситуацию, по сравнению с тренингом, игнорирующим их использование".

Подчеркивая, что "мое мнение есть только мое личное мнение, и я не выступаю от имени АА, — он далее предполагает, — что достаточно хорошее знакомство с успехами АА на протяжении длительного времени поможет рассеять пессимизм, окружающий лечение алкоголизма.

Такой пессимизм существует в среде медиков-профессионалов в течение десятилетий, и он основан на повторяющемся опыте работы с алкоголиками, который не изменяет их поведения в результате нашего медицинского или психиатрического лечения".

Чтобы понять АА, говорит д-р Чеппел, необходимо вернуться почти на 61 год назад к декабрю 1934 года. Билл У. (Bill W.), нью-йоркский брокер с Уолл-Стрита и "безнадежный" алкоголик, только что в четвертый раз закончил лечение в городском нью-йоркском госпитале (New-York City's Towns Hospital).

Однако, на этот раз, он имел драматический духовный опыт, который приобрел в результате своего отчаяния и депрессии. После очередного увольнения, он попробовал помогать другим алкоголикам. После нескольких неудач, он рассказал об этом своему врачу доктору Уильяму Д. Силкуорту (William D. Silkworth). Доктор получил медицинскую степень в Нью-Йоркском университете — Медицинской Школе Беллвью (Bellevue Medical School) со специализацией в неврологии.

В беседе с Биллом д-р Силкуорт заметил: "Только, ради Бога, не занимайся проповедями. Расскажи им о психической одержимости и физической чувствительности, которые разви-ваются как смерть или рак. Пьющий должен проявить личную инициативу, и его не следует подталкивать к этому".

## ПРОГРАММА АА ДУХОВНАЯ, НО НЕ РЕЛИГИОЗНАЯ

Признав свою личную потребность общаться с другим алкоголиком, Билл У., проявил настойчивость и в мае 1935 года встретился в Акроне, штат Огайо, с доктором Бобом, хирургом, (Bob S.). Они вдвоем и стали сооснователями АА. Изначально они сильно полагались на предписания Оксфордской группы, но позже отделились от группы, не ассоциируя себя с какой-либо формальной религией. Почти с самого начала духовная природа Программы АА была сугубо личной, признающей любой или вообще никакого

религиозного опыта, чтобы и атеисты, и агностики могли бы без всяких затруднений принимать участие во встречах.

Вскоре появилось большее число потенциальных клиентов-алкоголиков, и они становились частью растущего Содружества.

Более четырех лет ушло на обмен опытом, прежде чем появилась "Большая Книга" — "Анонимные Алкоголики" (Alcoholics Anonymous) и Программа "Двенадцать Шагов", с которой с тех самых пор соперничает множество двенадцатишаговых программ".

Часто можно услышать: "Для личного выздоровления 12 Шагов являются тем же, чем 12 Традиций, принятые в 1950 году, являются для существования АА в целом." В 1955 году Три Завета — Исцеление, Единство и Служение стали по предложению основателей символом Содружества. В 1962 эмблема была дополнена Двенадцатью Концепциями Всемирного Обслуживания, включая Шесть Гарантий, которые иногда трактуют как "конституцию" АА.

Завершением этого длительного процесса стало создание Программы, которая все еще является наиболее эффективным методом сохранения трезвости.

## ЧЕМ АА ЯВЛЯЕТСЯ И ЧЕМ НЕ ЯВЛЯЕТСЯ

Представленная членами АА и продемонстрированная эффективность выздоровления от алкоголизма, — говорит д-р Чеппел, — даже более важна для психиатров для того, чтобы они приобрели знания в достаточном объеме о том, что происходит в АА.

Всемирное Содружество более чем двух миллионов членов не находится под профессиональным контролем. Оно охраняется его Традициями, включая Традицию VI, которая говорит о том, что АА может взаимодействовать только на принципах сотрудничества, не объединяясь и не сливаясь с любыми, внешними для АА, организациями, которая для членов АА заключается в том, чтобы сохранять трезвость самим и доносить идеи АА до других страдающих алкоголиков.

Для психиатров эта целеустремленность означает, что наши пациенты будут обмениваться опытом (трезвой жизни), не вступая в противоречие с Программой АА так долго, как долго они будут воздерживаться от употребления алкоголя. Единственное условие для членства в АА — желание бросить пить.

Для понимания очень важно знать — чего АА не делает: АА не занимается вовлечением в члены Содружества АА; не контролирует своих членов и не следит за ними. Не обеспечивает жилищем, питанием, одеждой, работой, деньгами или другими общественными благами или обслуживанием. Не предоставляет услуг вытрезвителя или специального ухода, госпитализацию, лекарственной терапии, медицинского или психиатрического лечения. Не дает консультаций по семейным вопросам; не объединяется с муниципальными или социальными службами; не принимает никакой оплаты за свои услуги и денежных взносов от источников, не имеющих отношения к АА.

## КАК ЭТО РАБОТАЕТ

Д-р Чеппел указывает на три главных элемента в Программе выздоровления АА:

— собрания, на которых новичка с гарантией сохранения анонимности представляют другим алкоголикам,

алкоголикам, находящимся на различных стадиях выздоровления;

- наставничество, когда член АА с достаточно длительным стажем трезвости обеспечивает "направляющую" помощь новичку;
- Содружество – до, в течение и после встреч – может быть очень эффективно в обретении опыта доброжелательности и причастности.

Главная цель и интерес АА, отмечает он, сделать Программу более привлекательной для новичков без рекламы или агитации. В соответствии с духом Традиции XI АА наша политика в отношениях с общественностью основывается на привлекательности идей, а не на пропаганде или агитации.

Хотя АА доступно для всех алкоголиков, не должно быть никакого давления для обращения их к Программе. Члены АА очень сходны в их независимости от страданий".

## КАК УЗНАТЬ ОБ АА БОЛЬШЕ

Психиатры не имеют возможности изучать Программу выздоровления АА в госпитале, клинике, от пациентов, проходящих детоксе и излечивающих осложнения, чтением статей об АА или "Большой Книги" ("Анонимные Алкоголики"), полагает д-р Чеппел. Но для реализации этого предложения могут быть рекомендованы следующие пути:

Вы можете позвонить по местному контактному телефону АА и побеседовать с членом АА. Очень хороший вариант для сотрудничества - установить прямой контакт с Комитетом по связям с профессиональными работниками и учреждениями.

Вы можете обратиться с просьбой установить постоянный контакт с членом АА, который поможет Вам в изучении Программы. Лучше, если это будет член АА с достаточным сроком непрерывной трезвости, имеющий опыт работы по 12-му Шагу и являющийся наставником для других членов АА.

Постарайтесь чаще встречаться со своим контактным; вместе с ним посещайте местные открытые встречи, ищите и находите тех, кто нужен и полезен Вам.

Запланируйте для себя посещение одной открытой встречи в неделю в течение трех месяцев, или же одной встречи в месяц в течение года. Накопленный Вами опыт постарайтесь обсудить с Вашим контактным. Если у Вас возникнут проблемы в отношениях с контактным, без колебаний начните подыскивать какого-либо другого, наиболее подходящего и устраивающего Вас.

"Я обнаружил, - говорит д-р Чеппел, - что есть еще и вторая сторона в изучении опыта АА, которая может принести пользу в личном плане". С 1975 я работал в Комитете по связям с профессиональными работниками и учреждениями, чтобы иметь возможность информировать студентов-медиков и местное население.

Я узнал очень многое о силе воздействия, когда люди делятся своими мыслями, чувствами и опытом. Это имело особое значение в отношении моей семьи и моих друзей.

## ПСИХИАТРЫ ОРГАНИЗУЮТ ГРУППУ АА В РУМЫНИИ

Очень проникательный основатель АА Билл У., верил, что нет необходимости в самовосхвалении ...и что отзыв о нас лучше получить от наших друзей. Однако, даже он был бы изумлен, узнав, что в Северо-Западной области Румынии, известной как Пиатра Нимт (Piatra Neamt), психиатр смог сделать Программу АА реальностью.

Пишет психиатр, неалкоголик, д-р Родика Стан (Dr. Rodica Stan):

Мне часто приходилось заниматься лечением алкогольной зависимости, но, к сожалению, я заметила, что медицинская помощь и программы социальной реабилитации не приводят к желаемому результату.

Затем я прочла о методе АА в румынской литературе и получила так-же материал из колледжа в Бухаресте. Вскоре я попыталась объяснить Программу АА моему пациенту Стелика (Stelica).

Он долгое время страдал от этой болезни и уже лечился с применением известных медицинских процедур, однако безуспешно. 8 мая 1994 группа АА "Пиатра Нимт" начала действовать с того момента, когда Стелика и я начали вместе изучать принципы АА.

Сегодня группа привлекла внимание нескольких алкоголиков, которые продолжают оставаться трезвыми. Они попросили меня сообщить вам в Дженерал Сервис Офис (General Service Office), что они теперь не одиноки. Как рассказал Стелика, после одной из встреч его отец, полный эмоций, обратился к врачу со словами: "Миссис доктор, я полон сожаления, что не являюсь Вашим пациентом!". Сама я лично, добавляет д-р Стан, тоже больше не одинока.

Выздоровление является привлекательным, по словам Джэйн Д. (Jane D.) из группы "Арад" в Западной Румынии. В близлежащем городе Дэриа, говорит она, "начала действовать вторая группа, организованная пациентами молодого доктора, которая проявила интерес к АА. Доктор помогла найти им помещения для проведения встреч, чтобы в свое время и другие могли бы приходить туда и участвовать в работе группы.

Она также надеется организовать встречи группы АА в психиатрической больнице, где она является штатным сотрудником.

## СТУДЕНТЫ-МЕДИКИ ЗНАКОМЯТСЯ С АА

Наши полугодовые презентации для студентов-медиков 1-го курса в Университетской Медицинской Школе в г. Сан-Луис, штат Миссури, возможно, окажутся прямым единственным контактом будущих врачей и психиатров, который они когда-либо будут иметь с АА.

Джим Дж, председатель Восточно-Миссурского Комитета по связям с профессиональными работниками и учреждениями, рассказывает об успешной программе, созданной девять лет назад, участником которой был Комитет АА по связям с профессиональными работниками и учреждениями Южного округа г. Сан-Луис.

Студенты сами заявили о том, что они действительно заинтересованы в получении информации из первых рук. Некоторые из них были заинтересованы в этом по личным мотивам из-за алкоголизма в своих семьях.

Презентация продолжительностью в один день предусматривает открытое собрание, проводимое как минимум шестью членами АА, в котором один из участников является врачом (в целях идентификации). В дискуссии делается сообщение "Что АА может и чего АА не делает", за которым следует следующая часть дискуссии, посвященная неформальным вопросам и ответам. Во время проведения презентации мы демонстрировали АА-видео - "Надежда: Анонимные Алкоголики" и "АА - стучатся к нам". Студентам все это понравилось, однако им захотелось больше послушать нас, и, прежде всего, больше узнать о личном выздоровлении, так что в настоящее время мы пока отказались от демонстрации видеоматериалов. В конце каждой презентационной сессии студентам предлагается заполнить оценочные листы. Сообщает Фрэнк П. (Frank P.), который руководил проведением нескольких презентаций: "Студенты-медики часто выражают изумление нашей искренности и готовности открыто делиться своими чувствами. Большинство участников говорит, что они приобретают очень полезные знания об АА. Некоторые студенты обратились с просьбой получить больше информации о психологических аспектах алкоголизма, - замечает Фрэнк П., - но мы объясняем, что мы - алкоголики, несущие идеи выздоровления АА, а не эксперты в области алкоголизма. Фрэнк и Джим согласны, что студенты, похоже, получают огромную пользу из опыта АА, и весьма вероятно, что они будут применять эти идеи в своей медицинской в своей медицинской практике.

## КАК АА МОГУТ ПОМОЧЬ ВАМ?

Хотели бы Вы провести презентацию АА или открытый митинг на одном из Ваших профессиональных собраний? Возможно, Вы хотели бы иметь информацию об излечении от алкоголизма в АА? В таком случае, попытайтесь установить, контакт с Комитетом по связям с профессиональными работниками и учреждениями в Дженерал Сервис Офис: С.Р.С. desk at General Service Office

P.O.Box 459  
Grand Central Station  
New York, NY 10163

Мы будем рады получить от Вас вопросы, замечания и просьбы.

*Этот бюллетень может быть размножен для распространения без получения специального разрешения от A.A. World Services, Inc.*

Translated by B19409