

Informacje dla prowadzących miting

Zgodnie z czwartym Krokiem Programu Jedności, **każda grupa AH powinna rządzić się sama, z wyjątkiem spraw dotyczących innych grup Anonimowych Hazardzistów jako całości**, każda grupa ma więc pełną swobodę wyboru formy i sposobu prowadzeniu mitingu.

Nie istnieje forma „najlepsza”, jednak niektóre sprawdzają się lepiej.

Niniejszy scenariusz jest jedynie sugestią - propozycją dla grup poszukujących najbardziej odpowiadającego im sposobu prowadzenia mitingu AH.

Uwagi wstępne

Miting AH prowadzi dowolnie wybrany uczestnik spotkania. Tą osobą jest prowadzący.

Służbę sprawuje najczęściej przez jeden miesiąc albo okres ustalony przez grupę.

Prowadzący miting dba o porządek spotkania i tylko on lub rzecznik ma prawo przerywania wypowiedzi, jeśli uzna, że nie jest ona zgodna z Programem Zdrowienia, Programem Jedności lub tematem mitingu. Do prowadzącego należy również omówienie spraw organizacyjnych grupy. Przeprowadzeniem zbiórki dobrowolnych datków zajmuje się skarbnik grupy, który informuje także o stanie kapelusza grupy AH. Sprawy organizacyjne techniczne i finansowe grupy omawia się na specjalnym mitingu. Miting taki można organizować w razie potrzeby lub ustalić, co jaki czas ma się odbywać. Miting powinien prowadzić rzecznik grupy lub jeden z doświadczonych członków wspólnoty AH (jeśli grupa nie ma rzecznika).

(grupa może ustalić minimalny czas utrzymywania abstynencji od gier hazardowych, który umożliwi objęcie służby prowadzącego miting)

DO WSZYSTKICH ANONIMOWYCH HAZARDZISTÓW A W SZCZEGÓLNOŚCI DONOWYCH UCZESTNIKÓW ANONIMOWYCH HAZARDZISTÓW:

1. Uczęszczaj na tak wiele mitingów, jak to jest możliwe, ale przynajmniej na jedno spotkanie na tydzień. MITINGI ZADZIAŁAJĄ.
2. Telefonuj do innych uczestników tak często, jak to jest możliwe pomiędzy mitingami. UŻYWAJ LISTY TELEFONÓW!
3. Nie testuj lub nie kuś samego siebie. Nie przyłączaj się do znajomych, którzy uprawiają hazard. Nie chodź do lub w pobliże miejsc w których uprawia się hazard.
NIE GRAJ HAZARDOWO W COKOLWIEK!
To obejmuje rynki papierów wartościowych, towarowych, transakcje opcyjne, kupowanie losów lub granie na loterii, loterię fantową, rzucanie monetą lub zakłady totalizatora sportowego.
4. Żyj Programem Anonimowych Hazardzistów JEDEN DZIEŃ NA RAZ. Nie próbuj rozwiązywać wszystkich swoich problemów natychmiast.
5. Często czytaj kroki Programu ZDROWIENIA i JEDNOŚCI, oraz stale przeglądaj Dwadzieścia Pytań. Stosuj Kroki w swoich codziennych sprawach.
Te Kroki są podstawą całego Programu Anonimowych Hazardzistów i praktykowanie ich jest kluczem do twojego rozwoju. Jeśli masz jakiegokolwiek pytania, pytaj swoich Zaufanych Sług i Sponsorów.
6. Kiedy będziesz na to gotowy, Zaufani Słudzy mogą przeprowadzić spotkanie Grupy Zmniejszania Presji lub przewartościowania dotyczącego ciebie i twojego współmałżonka (jeśli jesteś po ślubie). Zastosowanie tego pomoże w twoim zdrowieniu (przyp. tłum. pomoże złagodzić prawne, finansowe, zawodowe i osobiste napięcia).
Bądź cierpliwy! Dni i tygodnie będą szybko mijały i to, że regularnie uczestniczysz w mitingach, zachowujesz abstynencję od hazardu i stosujesz się do wskazówek zawartych na tej stronie, sprawi, że doświadczysz dalszego zdrowienia (na dziś nie ma w naszej wspólnocie takiej Grupy zmniejszania presji, niemniej od indywidualnych osób ze wspólnoty można usłyszeć doświadczenia, jak oni sami radzili sobie z tego rodzaju problemami).

ROZPOCZĘCIE MITINGU

(po zapaleniu świecy - symbolu jedności, prowadzący miting mówi:)

Mam na imię jestem nałogowym hazardzistą. Witam wszystkich na mitingu *(krakowskiej/tódzkiej/toruńskiej)* grupy *(tu nazwa, jeżeli grupa ją przyjęła)* Wspólnoty Anonimowych Hazardzistów. Przywitajmy się.

(następnie wszyscy powstają i chwytają się za ręce tworząc zamknięty krąg a prowadzący mówi:)

Wyciszmy nasze emocje i zastanówmy się w jakim celu dzisiaj tu spotkaliśmy się i co mamy nadzieję uzyskać.

(po przywitaniu wszyscy siadają a prowadzący prosi:)

Proszę wszystkich o wyłączenie lub wyciszenie telefonów komórkowych.

(pytanie do uczestników spotkania)

Czy jest wśród nas ktoś, kto w tym gronie znalazł się pierwszy raz? Ktoś, kto ma problem z graniem?

(w przypadku odpowiedzi twierdzącej:)

Trafiłeś/aś na miting Anonimowych Hazardzistów. Jeśli tu właśnie chciałeś/aś się znaleźć, to witam/y cię serdecznie i cieszę/my się, że jesteś dziś z nami.

Jednocześnie chciałbym poinformować, że *jedynym warunkiem przynależności do Wspólnoty Anonimowych Hazardzistów jest pragnienie, aby przestać uprawiać hazard*, o czym mówi nam Krok 3 Programu Jedności.

(*Brawa!!!*)

Od tej chwili możesz uczestniczyć we wszystkich mitingach AH w Polsce i na całym świecie. W dniu dzisiejszym masz prawo do zabierania głosu poza kolejnością, mówienia nie na temat i zadawania pytań; jest to tylko jeden jedyny raz i warto z tego skorzystać.

(na początku mitingu dobrze jest zadać pytania:)

Czy są wśród nas inni hazardziści?

Czy ktoś ma okres abstynencji krótszy niż jeden miesiąc?

(jeśli ktoś zgłosi się dostaje brawo od obecnych, a prowadzący informuje go, że:)

Brawa te nie są za to że grałeś, lecz za to, że miałeś odwagę aby się przyznać.

(prowadzący miting czyta: Zasady panujące na mitingu, Historię Wspólnoty i Preambułę)

(następnie prowadzący czyta Pierwszy Krok Programu Zdrowienia i przekazuje kartę z Programem Zdrowienia i Programem Jedności najbliższemu siedzącemu uczestnikowi, ten przedstawia się imieniem a po odczytaniu kolejnego Kroku/Kroków, przekazuje kartę kolejnemu ... aż wszyscy obecni przedstawiają się imieniem i odczytują Program Zdrowienia i Program Jedności)

Zasady obowiązujące na mityngu AH

- Każdy mówi tylko o własnych doświadczeniach, poglądach i przemyśleniach, nie teoretyzuje, nie krytykuje i nie ocenia wypowiedzi innych, a także nie używa słów: my, wy, oni, się... itp.
- /Na mityngu/ W AH nie udziela się rad, a więc twoja wypowiedź może ujawniać tylko własne doświadczenia, przeżycia i zachowania w sytuacjach podobnych do przedstawionych przez innych uczestników mityngu.
- Zwracamy się do siebie po imieniu i dobrze jest każdą wypowiedź zaczynać od przedstawienia się imieniem.
- Nie należy przerywać wypowiedzi innym, zadawać w jej trakcie pytań, wypowiadać komentarze.
- Wszyscy obecni na mityngu są zobowiązani do zachowania anonimowości osób i zasłyszanych na mityngu spraw i zdarzeń

JEST TO FUNDAMENTALNA ZASADA MITINGU ANONIMOWYCH HAZARDZISTÓW

a także

- Każdy, kto chce zabrać głos na mityngu, sygnalizuje to poprzez podniesienie ręki.
- Prowadzący mityng dba o porządek przebiegu spotkania i tylko on ma prawo przerywania wypowiedzi uczestników.
- Nie używamy słów powszechnie uznanych za obelżywe.
- Ponieważ 7 Krok Programu Jedności mówi nam iż: „Każda Grupa musi być w pełni samowystarczalna, musi odmawiać zewnętrznego wspierania” Skarbnik prowadzi zbiórkę datków, w której uczestniczą członkowie Wspólnoty AH.
- Na mityngu mogą przebywać osoby będące pod wpływem środków zmieniających świadomość, jednak osoby pod wpływem alkoholu lub narkotyków nie mogą zabierać głosu.
- Na mityngu nie mówimy o wysokości wygranych czy przegranych, nie podajemy technik grania ani nie informujemy o lokalizacji kasyn, salonów gry itp.
- Wskazane jest aby wypowiedzi wiązać z Programem Zdrowienia i Programem Jedności Wspólnoty, tam szukać rozwiązań a także, aby zabierali głos wszyscy uczestnicy spotkania.

Wspólnota AH

(Historia Anonimowych Hazardzistów)

Wspólnota Anonimowych Hazardzistów powstała w wyniku przypadkowego spotkania dwóch mężczyzn w styczniu 1957 roku. Mężczyźni ci mieli za sobą zdumiewające historie pełne kłopotów i nieszczęść spowodowanych obsesją uprawiania hazardu. Zaczęli się regularnie spotykać. Mijały miesiące, a żaden z nich nie wrócił do gry.

Stwierdzili, że aby zapobiec ponownemu upadkowi, należy wprowadzić pewne zmiany w swoim charakterze. Aby to osiągnąć, uznali siłę przewodnią tych zasad duchowych, które zostały sprawdzone przez tysiące ludzi wychodzących z nałogowych uzależnień. Słowo „duchowe” w tym kontekście odnosi się do tych cech ludzkiego umysłu, które reprezentują najwyższe wartości, takie jak: życzliwość, wielkoduszność, uczciwość i pokora. Aby zachować abstynencję, owi mężczyźni czuli także, iż jest niezwykle istotne, aby nieść posłanie nadziei innym nałogowym hazardzistom.

Dzięki nagłośnieniu sprawy przez popularnego dziennikarza prasowego i prezentera telewizyjnego, pierwsze spotkanie grupowe Anonimowych Hazardzistów odbyło się w piątek, 13 września 1957 roku w Los Angeles, w stanie Kalifornia.

W lutym 1995 w Warszawie powstała pierwsza polska grupa Anonimowych Hazardzistów i przyjęła nazwę Jedyńka. Od tego czasu wspólnota cały czas się rozrasta i mitingi AH odbywają się w coraz większej liczbie miast w Polsce. Historia powstania AH to opowieść o marzeniu jednego człowieka zrealizowanym dzięki pomocy wielu innych. Dziś to marzenie nie tylko żyje, ale znacznie rozrosło się poza swoje, skromne początki.

Preambuła Anonimowych Hazardzistów

(Kim są Anonimowi Hazardziści)

Anonimowi Hazardziści są wspólnotą mężczyzn i kobiet, dzielących się wzajemnie swoim doświadczeniem, siłą i nadzieją, tak aby rozwiązać swój wspólny problem i pomóc innym zdrowieć z uzależnienia od hazardu. Jedynym wymogiem uczestnictwa w grupie jest chęć zaprzestania uprawiania hazardu. Nie istnieją żadne opłaty za uczestnictwo w grupach Anonimowych Hazardzistów, utrzymujemy się bowiem z własnych dobrowolnych datków. Anonimowi Hazardziści nie mają powiązań z żadną sektą, grupą wyznaniową, partią polityczną, organizacją czy instytucją; nie chcą angażować się w jakiegokolwiek polemiki, nie popierają ani nie zwalczają żadnych spraw. Naszym najważniejszym celem jest zaprzestanie uprawiania hazardu oraz pomoc innym nałogowym hazardzistom w zrobieniu tego samego. Większość z nas niechętnie przyznawała się do tego, że mamy problem z hazardem. Nikt bowiem nie lubi myśleć, że różni się od innych ludzi. Dlatego też nie dziwi fakt, iż nasze uprawianie hazardu charakteryzowały niezliczone, daremne próby udowodnienia, że możemy grać tak, jak inni ludzie. Myślenie, że w jakiś sposób, pewnego dnia będziemy mogli kontrolować uprawianie hazardu, jest wielką obsesją każdego nałogowego hazardzisty. Upieranie się przy tej iluzji jest wręcz zdumiewające. Wielu doprowadziło to za bramy więzień, do obłądki lub śmierci.

Nauczyliśmy się jednak przyznawać w pełni i w najgłębszych zakamarkach naszego jestestwa, do tego, iż jesteśmy nałogowymi hazardzistami. A to jest pierwszy krok w naszym zdrowieniu. Jeśli chodzi o hazard, to musimy pozbyć się iluzji, iż jesteśmy jak inni ludzie lub wkrótce możemy nimi być. Utraciliśmy bowiem kontrolę nad uprawianiem hazardu. Wiemy, iż nie jest realne, aby nałogowy hazardzista kiedykolwiek tą kontrolę odzyskał. Każdy z nas miał momenty, kiedy czuł, że odzyskał kontrolę, ale te chwile, zwykle krótkie, zawsze zapowiadały jeszcze mniejszą kontrolę, co prowadziło do żalosnej i niepojętej demoralizacji. Jesteśmy przekonani, że hazardziści tacy jak my znajdują się całkowicie pod wpływem postępującej choroby. Po jakimś czasie jest z nami gorzej, nigdy lepiej. Dlatego też, aby prowadzić normalne szczęśliwe życie, staramy się praktykować stosownie do naszych zdolności, pewne zasady w naszych codziennych sprawach.

PROGRAM ZDROWIENIA

Oto kroki, które sami stawiamy i które są proponowanym Programem Zdrowienia ...

1. Przyznaliśmy, że jesteśmy bezsilni wobec hazardu - że przestaliśmy kierować własnym życiem.
2. Uwierzyliśmy, że Siła większa od nas samych może przywrócić nam normalny sposób myślenia i życia.
3. Postanowiliśmy powierzyć naszą wolę i nasze życia opiece tej Siły, jakkolwiek ją pojmujemy.
4. Zrobiliśmy gruntowny i odważny osobisty obrachunek moralny i finansowy.
5. Wyznaliśmy sobie i drugiemu człowiekowi istotę naszych błędów.
6. Staliśmy się całkowicie gotowi, aby uwolniono nas od tych wad charakteru.
7. Pokornie prosiliśmy Boga (jakkolwiek go pojmujemy), aby usunął nasze braki.
8. Zrobiliśmy listę wszystkich osób, które skrzywdziliśmy i staliśmy się gotowi zadośćuczynić im wszystkim.
9. Zadośćuczyniliśmy osobiście tym ludziom, wobec których było to możliwe z wyjątkiem tych przypadków, gdy zraniłoby to ich lub innych.
10. Prowadziliśmy nadal osobisty obrachunek i jeżeli byliśmy w błędzie, natychmiast przyznawaliśmy się do tego.
11. Szukaliśmy poprzez modlitwę i medytację lepszego, świadomego kontaktu z Bogiem, jakkolwiek go pojmujemy, modląc się jedynie o poznanie Jego woli wobec nas oraz siłę do jej spełnienia.
12. Włożywszy wysiłek w to, aby stosować te zasady we wszystkich naszych poczynaniach, staraliśmy się nieść posłanie innym nałogowym hazardzistom.

PROGRAM JEDNOŚCI

Jeżeli chcemy zachować jedność, nasze doświadczenia pokazują, że:

1. Nasze wspólne dobro jest najważniejsze, indywidualny powrót do zdrowia zależy od jedności grupy.
2. Nasi liderzy są tylko zaufanymi sługami, oni nie rządzą.
3. Jedynym warunkiem przystąpienia do Anonimowych Hazardzistów jest pragnienie, aby przestać uprawiać hazard.
4. Każda grupa powinna rządzić się sama z wyjątkiem spraw dotyczących innych grup Anonimowych Hazardzistów jako całości.
5. Anonimowi Hazardziści mają tylko jeden główny cel - nieść swoje posłanie do nałogowych hazardzistów, którzy ciągle cierpią.
6. Anonimowi Hazardziści nie mogą nigdy poręczać, finansować i używać nazwy Anonimowych Hazardzistów żadnym pokrewnym organizacjom i innym przedsiębiorstwom, tak aby kwestie finansowe, własnościowe i prestiżowe nie odwracały nas od najważniejszego celu.
7. Każda Grupa Anonimowych Hazardzistów musi być w pełni samowystarczalna, musi odmawiać zewnętrznego wsparcia.
8. Anonimowi Hazardziści powinni pozostać zawsze nie zawodowcami, ale nasze centra usługowe mogą zatrudniać pracowników profesjonalnych.
9. Anonimowi Hazardziści nie mogą nigdy organizować się w struktury, ale mogą tworzyć komitety i ciała usługowe bezpośrednio odpowiedzialne przed tymi, którym służą.
10. Anonimowi Hazardziści nie zajmują stanowiska w żadnych sprawach zewnętrznych, stąd nazwa Anonimowi Hazardziści nie może być wciągnięta w żadną publiczną dyskusję.
11. Nasza polityka wobec środków masowego przekazu powinna polegać bardziej na przyciąganiu niż promocji; powinniśmy zawsze zachować osobistą anonimowość w stosunku do prasy, radia, filmu i telewizji.
12. Anonimowość jest duchową podstawą programu Anonimowych Hazardzistów przypominającą nam zawsze, aby przedkładać zasady nad sprawy osobiste.

Dzielenie się doświadczeniem, siłą i nadzieją

(po odczytaniu tekstów początkowych prowadzący pyta)

- Czy jest na mityngu ktoś, kto ma jakiś problem lub radość i chciałby podzielić się tym lub omówić na mityngu?

(jeżeli tak, to uczestnik przedstawia go i omawia w pierwszej kolejności)

- Czy ktoś z obecnych chciałby zaproponować dodatkowy temat mityngu?

(jeżeli nie - prowadzący przystępuje do ustalonego wcześniej przez grupę tematu lub podaje temat przygotowany przez siebie).

Mam na imię jestem nałogowym hazardzistą.

Zapraszam do dzielenia się doświadczeniem, siłą i nadzieją uwzględniając w swoich wypowiedziach następujące tematy:

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....

(pod koniec pierwszej godziny mityngu / w połowie mityngu, prowadzący ogłasza przerwę)

Zapraszam na minut przerwy.

(po przerwie)

Mam na imię jestem nałogowym hazardzistą.

Rozpoczynamy drugą godzinę/część mityngu. Dziś zapraszam do dzielenia się doświadczeniem, siłą i nadzieją, uwzględniając w swoich wypowiedziach następujące tematy:

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....

(na około 10 minut przed końcem mityngu)

- Omówić sprawy organizacyjne (jeżeli jest taka potrzeba).
- Przypomnieć o 7 Kroku Programu Jedności.
- Zaproponować po mityngu poświęcenie czasu na luźną dyskusję o odczuciach i poglądach uczestników mityngu (jeżeli jest taka potrzeba).
- Zaproponować, osobom, które z jakichś przyczyn nie wypowiedziały się, a mają problem i nie chcieliby z nim opuścić mityngu aby zwrócili się po mityngu do kogoś ze Wspólnoty, aby porozmawiać na dręczący temat (jeżeli jest taka potrzeba).

Zakończenie mitingu

(tekst końcowy)

Z Wielkiej Księgi Anonimowych Hazardzistów:

Jeśli ktoś nie potrafi być uczciwy wobec siebie, nie ma dużych szans na zdrowienie. Oczywiście można biernie uczestniczyć w mitingach i zaprzestać hazardu, ale trwała abstynencja bez wątplenia wymaga zaangażowania się w Program. Anonimowi Hazardziści uczą się, jak stosować zasady Wspólnoty we wszystkich strefach życia. Te zasady nie dają gwarancji, że odtąd życie będzie perfekcyjne, pokazują jednak jak wybierać, jak szukać alternatyw i jak ze spokojem podchodzić do życia. Wielu AH uważa, że istotę całego Programu Wspólnoty najlepiej oddaje poniższy cytat:

„Nasze doświadczenie jako Anonimowych Hazardzistów pokazuje, że mamy alternatywę: uprawiać hazard, ryzykując stopniowe pogorszenie życia lub zaprzestać uprawiania hazardu i rozwinąć lepszy sposób życia.” Bądź cierpliwy! Dni i tygodnie będą szybko mijały i to, że regularnie uczestniczysz w mitingach, zachowujesz abstynencję od hazardu i stosujesz się do wskazówek sprawi, że doświadczysz dalszego zdrowienia. Decyzja o wytrwaniu na drodze trzeźwienia należy wyłącznie do nas. Kroczyliśmy tą drogą dzień po dniu, kroczek po kroczku, korzystając z pomocy Programu i naszej Siły Wyższej. Wspólnota 12 Kroków stwarza nam możliwość wyboru i umacnia nas w nim.

(na zakończenie mitingu wszyscy powstają, chwytają się za ręce tworząc zamknięty krąg a prowadzący mówi:)

Na zakończenie mitingu odmówmy Modlitwę o pogodę ducha. W modlitwie występuje słowo Bóg. Słowo Bóg można pominąć, lub zastąpić je innym słowem:

Boże Użycz mi pogody ducha,
abym godził się z tym czego nie mogę zmienić.
Odwagi, abym zmieniał to, co mogę zmienić.
I mądrości, abym odróżniał jedno od drugiego.

Do zobaczenia w następną/y

(w miejsce kropek wstawiamy dzień tygodnia w którym odbywają się mitingi)

(świeca - symbol jedności jest gaszona)

SYMBOLE

" ta świeca, która przede mną stoi to płomień nadziei na lepsze jutro, na rozpoczęcie nowego lepszego życia, życia bez hazardu. W tym samym czasie, gdzieś na drugim końcu Polski i świata na mitingu AH pali się świeca i ona łączy nas wszystkich uczestników AH tak jak łączy nas jeden problem"

" Leży przede mną kapelusz, tutaj spotyka się nasza odpowiedzialność i pieniądze. Ten kapelusz to nadzieja i szansa dla tych, co jeszcze do nas nie trafili. A jeśli trafia to znajdują przynajmniej jednego z nas chętnego do pomocy. Kapelusz to nasza samowystarczalność"

Datki do kapelusza są dobrowolne, zebrane kwoty przeznaczone są na wspieranie Intergrupy, opłatę za wynajem sali, ulotki dla nowicjuszy, bieżące potrzeby grupy, takie jak; kawa, herbata...