

Vem kan bli min AA-sponsor?

Varför behöver jag en AA-sponsor?

Om jag **inte** kan hålla mig nykter **av egen kraft**, så jag måste få tillgång till **en Kraft större än mig själv**. Det är bara en AA-sponsor, som själv är en **tillfrisknad alkoholist**, som kan hjälpa mig att finna denna **Kraft större än mig själv**, så att även jag kan bli en **tillfrisknad alkoholist** och leva ett mycket bra liv.

**Jag kan inte bli botad från
min dödliga sjukdom alkoholism,
men jag kan TILLFRISKNA från den!**

Vem kan bli min AA-sponsor?

Det är inte helt lätt att veta, om jag är ny i AA. Alla i AA är inte kvalificerade för att bli sponsor i AA. Tyvärr tror många i AA att hon/han kan bli sponsor, utan att ha tillfrisknat från sin sjukdom, det fungerar inte. Hur kan jag ge bort någonting som jag inte har? Det är som att en blind leder en annan blind. Hur kan jag veta något jag inte vet. Därför är det så viktigt att du skaffar dig en **RIKTIG AA-sponsor**, det är **ditt liv** det handlar om! Vissa kriterier och egenskaper krävs för att vara kvalificerad som AA-sponsor. Här är de viktigaste:

- Sponsorn måste vara en tillfrisknad alkoholist.** Alltså ha gjort **alla** AA:s Tolv Steg, enligt boken "Anonyma Alkoholister", som vi i dagligt tal kallar för "Stora Boken".
- Sponsorn måste ha en egen sponsor.** Det är annars lätt att det blir "mitt program", etc. istället för AA:s Program. **OBS!** Det finns ingen personlig tolkning av AA:s Program dvs AA:s Tolv Steg.
- Sponsorn vägleder enligt Stora Boken**, inte efter sina egna idéer och åsikter, utan efter sin erfarenhet, kunskap och Stora Boken.

Hur gör du rent praktiskt i sökandet efter en **RIKTIG** sponsor?

- När du går på dina allra första AA-möten, lyssna mycket noga på vad de talar om, (före, under och efter mötet): är det om deras problem (sin fru/man, jobbet, allt mellan himmel och jord, etc.) **eller** talar de om hur de har gjort för att tillfriskna från sin alkoholism. Om någon tillhör den senare kategorin så kan de eventuellt vara av intresse för dig.
 - Fråga den som du tror verkar vara kvalificerad till att bli din AA-sponsor, om hon/han har gjort de Tolv Stegen enligt Stora Boken. Om inte, leta vidare.
-

Här är några vanliga frågor angående Sponsorskap:

- **Behöver AA-sponsorn vara av samma kön som mig själv?**
Nej, inte nödvändigtvis, men det är en fördel.
- **Måste jag göra allt som min sponsor säger till mig att göra?**
Ja, om du vill överleva din dödliga sjukdom alkoholism, så är det viktigt att göra som din sponsor säger. Halvmesyurer är till ingen nytta.
- **Kan jag ha mer än en sponsor?**
Nej, det är inte bra eller tillrådligt.
- **Hur fort eller lång tid tar det att göra Stegen?**
Mellan en till två veckor. Detta är inte en långdragen process, oavsett vad folk i AA eller utanför AA säger. Vad står det i Stora Boken? Undantaget kan vara en del av Steg 9, av rent praktiska skäl.
- **Om den tilltänkta AA-sponsorn säger att det finns fler lösningar i AA?**
AA har **EN** lösning och den finns i Stora Boken. AA påstår inte att vår lösning är den enda, AA tar inte ställning till detta. Men vi arbetar och använder **endast** AA:s lösning i AA. Om någon talar om alternativa lösningar, så är AA fel forum, det har ingenting med AA att göra (andra filosofier, religioner, terapier, behandlingar, etc). Leta vidare!
- **Behöver min AA-sponsor likna mig själv?**
Inte alls. Det viktigaste är att din sponsor kan vägleda och hjälpa dig att göra Stegen och finna **en Kraft större än dig själv**.

- **Vad kan jag förvänta mig av min AA-sponsorn?**

Att bli vägledad genom Stegen, enligt Stora Boken, för att tillfriskna från den dödliga sjukdomen alkoholism.

- **Vad kan jag inte förvänta mig av min AA-sponsorn?**

Att din sponsor agerar långgivare, äktenskapsrådgivare, arbets- och bostadsförmedling, ger medicinska- och juridiska råd och dyl. Din sponsor kan eventuellt hjälpa dig att finna rätt person eller instans för dina andra specifika problem. Din sponsor är inte terapeut, läkare, psykolog, advokat, etc. (om inte sponsorn råkar ha något av dessa yrken). Sponsorn är en **tillfrisknad** alkoholist som hjälper dig att också bli en **tillfrisknad** alkoholist.

- **Kan jag byta sponsor?**

Javisst. Överenskommelsen mellan dig och din sponsor kan avbrytas av bägge parter när som helst.

- **Jag vill ha en sponsor, men inte göra stegen, vad gör jag då?**

Eftersom det är en omöjlighet att tillfriskna i AA utan att göra Stegen, så är svaret enkelt: **Gå härifrån!** AA är bara till för dem som vill ta del av AA:s lösning och tillfriskna. **Men kom ihåg, att när du vill tillfriskna med hjälp av AA:s lösning, så är du mycket välkommen till AA!**