



Um recurso para a comunidade profissional

Grupos Familiares AL-ANON/ALATEEN de Portugal

DECLARAÇÃO DE PROPÓSITO:

O AL-ANON FALA CLARO proporciona uma explicação do programa Al-Anon / Alateen e como funciona; informa sobre acontecimentos e assuntos de interesse da associação e explica como os membros podem cooperar com os profissionais

FALA UM PROFISSIONAL

É com muito gosto que escrevo sobre os grupos Al-Anon e a experiência que ao longo de 12 anos tenho tido com eles.

Trabalhar com alcoólicos sem abordar a Família sempre me pareceu estranho, ineficaz e uma forma pouco correcta de lidar com a doença.

O Alcoolismo é uma doença que afecta as várias áreas da vida da pessoa e a família é sempre a que está na linha da frente das dificuldades. As relações deterioram-se, os conflitos aumentam, a violência doméstica é uma realidade, os vários elementos da família, cada um à sua maneira, vão encontrando alternativas para irem lidando com a situação, acabando na maioria das vezes por adoecer também.

Na minha prática diária sou confrontada com famílias muito disfuncionais, cujo desespero, angústia e ansiedade são estados presentes que dificultam a tomada de decisões.

Durante o período de internamento na Unidade de Alcoologia, as famílias são envolvidas desde o primeiro dia, têm acesso a sessões de informação e a espaços terapêuticos de Aconselhamento Familiar, contudo os apoios são diminutos tendo em conta a dimensão do problema e a necessidade de tempo para imprimir mudanças a níveis tão profundos do Ser Humano, como pensamentos, sentimentos e comportamentos.

Como profissionais termos, como recurso, os grupos de Al-Anon ajuda-nos a orientar e promover o processo de recuperação dos vários elementos da família, responsabilizando cada um por fazer o que lhe compete.

Os grupos Al-Anon proporcionam a tomada de consciência de que é possível viver de forma diferente e de que há escolhas com o objectivo de todos terem mais e melhor qualidade de vida.

Partilhar os sentimentos fortalece a esperança que se pode viver com a doença em processo de recuperação.

Como Técnica a trabalhar com alcoólicos e suas famílias desde 1989, reconheço a mais-valia que foi para o meu trabalho poder contar com o apoio dos grupos para famílias Al-Anon. Como tal, encaminhar famílias para estes tem sido uma constante pois acredito que os familiares que aderem conseguem um processo de recuperação mais sereno e eficaz.

Os grupos Al-Anon são um recurso precioso para todos nós, profissionais de saúde a trabalhar com esta doença, com o qual podemos contar.

Maria Paula Lucena/Assistente Social/Terapeuta Familiar da Unidade de Alcoologia de Lisboa - IDT
Setembro 2009



Um recurso para a comunidade profissional

Grupos Familiares AL-ANON/ALATEEN de Portugal

MITOS E REALIDADES acerca do Al-Anon ...

- ❖ **MITO** - Al-Anon é um programa somente para esposas de alcoólicos.
- ❖ **REALIDADE** - Tanto solteiros, como pais, filhos adultos, companheiro(a)s, maridos, amigos, colegas podem encontrar ajuda no Al-Anon.
- ❖ **MITO** - Médicos, advogados, conselheiros, clérigos e outros profissionais assistem a reuniões de vários Grupos Al-Anon.
- ❖ **REALIDADE** - Os profissionais podem assistir a reuniões de qualquer Grupo Al-Anon para se recuperarem dos efeitos da doença do alcoolismo de algum a familiar ou amigo. Como as reuniões de Al-Anon têm carácter anónimo e reservado, os membros podem expor os seus problemas, inquietações e dúvidas com toda a liberdade, sem necessidade de se identificarem pela sua profissão ou estatuto social.
- ❖ **MITO** - Nas reuniões de Al-Anon os membros concentram a sua atenção em conseguir a sobriedade do doente alcoólico.
- ❖ **REALIDADE** - Os membros de Al-Anon concentram a sua atenção em modificar o seu próprio comportamento. A frequência assídua às reuniões permite aos membros entender que, na maior parte dos casos o seu mau estar advém dos seus próprios comportamentos distorcidos. Praticando os 12 Passos e outros Princípios de Al-Anon os membros vão mudando os seus comportamentos, tomando consciência do respeito por si mesmos, adquirindo uma nova dignidade.
- ❖ **MITO** - O Al-Anon é um centro de aconselhamento em que os membros dão conselhos a outros membros.
- ❖ **REALIDADE** - O Al-Anon não presta nenhum tipo de aconselhamento, incentivando os seus membros a absterem-se de dar conselhos. Por outro lado os membros dão e recebem compreensão, força e esperança pela partilha mútua de experiências.
- ❖ **MITO** - O Al-Anon aprova e recomenda a utilização técnicas terapêuticas, centros de tratamento e terapeutas.
- ❖ **REALIDADE** - O Al-Anon não opina sobre questões de fora e o seu nome jamais deverá ser envolvido em controvérsia pública. Assim sendo, não recomenda técnicas terapêuticas, centros de tratamento nem terapeutas. À medida que se vão recuperando dos efeitos da doença do alcoolismo em Al-Anon, os membros que sintam necessidade de ajuda profissional procuram-na pessoalmente.
- ❖ **MITO** - O Al-Anon substitui qualquer outro tratamento profissional.
- ❖ **REALIDADE** - O Al-Anon é um programa de recuperação voluntária e não se enquadra em qualquer tipo de tratamento, pelo que não substitui uma terapia profissional; o programa Al-Anon pode complementar qualquer terapia profissional.
- ❖ **MITO** - O Al-Anon é um programa de tipo religioso.
- ❖ **REALIDADE** - O Al-Anon é um programa para pessoas que professem ou não qualquer tipo de crença. Os seus Princípios são de índole espiritual. Alguns membros encontram no Grupo o seu vínculo espiritual através da sua própria recuperação. Outros porém, podem eleger um Poder Superior de acordo com o seu entendimento.

Se desejarem figurar na nossa lista para receber este Boletim, ou queiram mais informações relativamente ao conteúdo do mesmo, é favor escrever para o e-mail: comite.boletim@gmail.com ou para o ESG Al-Anon /Alateen Portugal - Rua Dom Carlos I, nº 23-B - 2810-193 Almada - Telef: 212 160 397 Telef. 917 180 936