

Vragen en informatie

Hier volgen wat vragen, waarop wij, leden van AA, in een aantal of soms in alle gevallen 'ja' moesten antwoorden. Als jij ook een of meer keer 'ja' moet zeggen, dan kan AA misschien iets voor je betekenen.

- Verzuim je weleens door drankgebruik?
- Drink je om minder verlegen te zijn?
- Drink je om zelfverzekerder te zijn?
- Beïnvloedt drinken je reputatie?
- Drink je om aan problemen te ontsnappen?
- Vind je het vervelend als iemand zegt dat je misschien te veel drinkt?
- Moet je eerst drinken voordat je op stap kunt gaan of een afspraakje durft te maken?
- Heb je weleens problemen met geld i.v.m. het kopen van drank?
- Ben je vriend(inn)en kwijtgeraakt sinds je bent gaan drinken?
- Ga je met mensen om die je makkelijk aan drank kunnen helpen?
- Drinken je vriend(inn)en minder dan jij?
- Drink je door totdat de fles leeg is?
- Herinner je je soms niet wat je tijdens het drinken hebt gedaan?
- Ben je weleens in het ziekenhuis beland door je drinken?
- Ben je weleens met de politie in aanraking gekomen door je drankgedrag?
- Erger je je weleens als er lessen worden gegeven over drankgebruik?
- Heb jij een probleem met alcohol?

Als je een paar keer 'ja' hebt moeten zeggen, neem dan eens contact op met AA; de telefoonnummers staan op de voorzijde van deze folder.

Heb je 't moeilijk door een drankprobleem van een ander, dan kan je contact opnemen met AI-Anon/ACA of Alateen (zusterorganisaties van AA voor [volwassen] kinderen van alcoholisten).



Landelijke
24-uurs
AA hulplijn:
085 104 53 90

**Als drank een
probleem is...
...dan kan AA
je helpen!**

AA-GELOFTE:

Als wie dan ook, waar dan ook, de hulp van AA nodig heeft, wil ik dat de helpende hand van AA er is. En dat is mijn verantwoordelijkheid.

Landelijke 24-uurs hulplijn 085 - 104 53 90

Meer informatie

Algemeen Dienstenbureau AA-Nederland

Post Postbus 2633
3000 CP Rotterdam

Telefoon 010 243 0175

E-mail adb@aa-nederland.nl

Website www.aa-nederland.nl

© 1948-2017 Stichting Publiciteit AA-Nederland

20170129

Dit is AA goedgekeurde literatuur



Jongeren hebben geen drankprobleem?

Was dat maar waar! Begin 2011 kwam de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) met de nieuwste cijfers over drankgebruik onder jongeren. Ze waren de afgelopen decennia schrikbarend gestegen, met alle gevolgen van dien.

Waarom dronken wij?

Voor ons AA'ers viel er veel te herkennen in de manier waarop jongeren vandaag drinken en waarom ze dat doen. Ook velen van ons zijn ooit zo begonnen, met het idee dat er niets aan de hand was; dat het moest kunnen nu we nog zo jong waren; dat we - eenmaal volwassen - met studie, baan, gezin wel al lang weer 'normaal' zouden kunnen drinken.

Degenen onder ons die jong begonnen met drinken deden dat - net zoals nu uit de gegevens van de WHO blijkt - om erbij te horen, stoer te doen, af en toe eens 'lekker dronken' te worden of het gewoon met z'n allen eens flink op een zuipen te zetten. En die kater de volgende morgen? Ach, daar kwamen we wel weer overheen, dachten we.

Sommigen van ons dronken omdat we dan onze verlegenheid kwijtraakten; omdat we dachten dan creatiever te zijn, een vlottere babbel te hebben, een beetje weg te kunnen vluchten uit de harde realiteit. Het kon op school, op het werk, thuis of gewoon in het algemeen allemaal weleens te veel worden. We zochten onze troost in de drank. Maar hielp het?

Het viel allemaal wel mee...

Eerst meenden we - net als de meeste jongeren nu - dat het allemaal wel meeviel, want wat doen nou een paar glazen bier, een enkel glaasje wijn of sherry, een longdrink? We dronken toch geen 'sterkedrank'? Toen we ontdekten dat al die glaasjes of glazen geen zier hielpen om onze 'problemen' het hoofd te bieden waren wij niet zo slim om een andere oplossing te zoeken. Nee, we dronken gewoon meer, vaker. Steeds meer, steeds vaker. En dan toch ook maar sterkedrank.

Koning Alcohol, onze beste vriend, werd onze grootste vijand

Als we drank niet voor de gezelligheid gebruikten, zoals dat maatschappelijk aanvaard lijkt te zijn, dan hadden wij er dus duidelijk een andere bedoeling mee. De meesten van ons, die dat overkwam, waren eigenlijk vanaf het eerste glas verslaafd aan de alcohol. De drank werd onze beste vriend, die onze onzekerheid, angst, ons verdriet, alle obstakels die ons belemmerden 'gewoon mee te doen' uit de weg ruimde. Wat we niet in de gaten hadden, was dat drank in feite onze eigen wil, onze zelfstandige bekwaamheid om te handelen, volkomen tenietdeed. We werden een slaaf van de alcohol en hadden nog steeds niet door dat onze zogenaamde beste vriend onze grootste vijand aan het worden was. Wij dachten immers dat we alles prima onder controle hadden. Het viel nog steeds allemaal best mee...

Het kon jaren goed gaan...

Jaren en jaren konden de meesten van ons hiermee doorgaan. Voor enkelen van ons begon het verraad van Koning Alcohol echter al snel. We begonnen al vroeg met typisch 'alcoholistisch' gedrag, iets dat ook andere 'probleemdrinkers' - in meerdere of mindere mate - deden.

We begonnen te verzuimen, te liegen, geld te stelen om drank te kopen, illegaal drank te kopen, want we waren nog te jong om er legaal aan te komen. We kregen thuis ruzie of gingen soms ronduit ruzie zoeken. Niemand moest het durven iets van ons drankgebruik te zeggen.

De een veroorzaakte een verkeersongeluk, de ander maakte brokken op school, tijdens het werk en/of thuis, de volgende raakte alle vrienden en vriendinnen kwijt. Het resultaat was altijd: tegenslag en eenzaamheid.

Of het nu binnen een jaar gebeurde of pas na 10 of 15 jaar, wie eenmaal drank gebruikte 'om er beter' van te worden, werd steevast verraden en was uiteindelijk alleen maar slechter af.

Van kwaad naar erger...

Bij de professionele hulpverlening én bij Anonieme Alcoholisten komen uiteindelijk die mensen, die inzien dat de problemen hen boven het hoofd groen. Ze hebben aan den lijve ondervonden dat het met dat drinken van kwaad naar erger gaat.

Op tijd aan de bel trekken!

'Steeds vaker, steeds meer' werd voor sommigen elke dag, van 's morgens vroeg tot 's avonds laat. Sommigen belandden in klinieken, raakten huis en haard kwijt, stonden letterlijk met de rug tegen de muur. Zij stortten zich vrijwillig, gesteund door hun 'beste vriend' Koning Alcohol, in de hel van het drinken.

Anderen werden en worden die helse jaren bespaard omdat zij nog een greintje gezond verstand bezaten en op tijd aan de bel trokken. Niet iedereen hoeft tot op de bodem te zinken. Als drank een probleem wordt, is er hulp. Dat probleem hoeft niet eerst huizenhoog te worden. Het kan gewoon zijn dat iemand beseft dat hij of zij toch niet die controle over het drinken heeft, die hij of zij dacht te hebben. Dat is het moment om hulp te gaan zoeken.

Uit je bol ook zonder alcohol!

AA: 24 uur per dag, 7 dagen per week

Herken je iets over jezelf? Praat dan eens met je huisarts, iemand van de professionele hulpverlening, een geestelijke (als je gelovig bent) of iemand die je volledig vertrouwt. Je kunt ook 24 uur per dag, zeven dagen per week met AA bellen. Je hebt dan onmiddellijk contact met mensen die hetzelfde hebben meegemaakt wat jij op dat moment doormaakt. Bij AA helpen alcoholisten (of probleemdrinkers zo je wilt) elkaar om nuchter te blijven en anderen om nuchter te worden.