O QUE SÃO FAMÍLIAS ANÓNIMAS?

FAMÍLIAS ANÓNIMAS (FA) é uma irmandade de autoajuda e de apoio mútuo, baseada em Doze Passos, entre pessoas cujas vidas foram afetadas pelo uso de substâncias psicoativas de um familiar ou de um amigo ou pelos problemas de comportamento relacionados com esse uso.

QUEM NECESSITA DE FAMÍLIAS ANÓNIMAS?

A adição tem um terrível impacto, físico, mental, emocional e espiritual, sobre as pessoas que sofrem desta doença. E os seus efeitos não ficam por aí. A adição é, na realidade, uma *doença de família*, com efeitos devastadores nos familiares e nos amigos que testemunham, impotentes, o percurso de decadência dos seus entes queridos.

A dor e a angústia de pais, de avós, de maridos ou mulheres, de companheiros, de irmãos e de amigos são sintomas de *codependência.*

A codependência é uma relação pessoal desequilibrada, em que alguém – como um pai ou uma mãe – permite que o seu bem-estar dependa de outra pessoa, neste caso do seu ente querido adicto.

As pessoas codependentes muitas vezes precisam de uma ajuda especial para reconquistarem as suas próprias vidas, encontrarem serenidade, deixarem de se responsabilizar excessivamente e de piorar as situações, ao facilitarem comportamentos autodestrutivos de outras pessoas. FA dá essa ajuda especial.

Continuar sintonizados com os seus entes queridos, mas não interferindo diretamente nas suas ações; encorajando e apoiando as suas escolhas *positivas*, mas não se deixando enredar nos seus problemas: estas são algumas das mudanças difíceis que os membros de FA conseguem fazer, quando frequentam as reuniões e trabalham o programa.

COMO FUNCIONAM AS FA?

O foco do Programa de FA está na família, não no adicto, para quem há muitos outros programas de recuperação.

Os grupos de FA estão abertos a quem está preocupado com o abuso de drogas ou de álcool – atual, passado ou suspeitado – de outra pessoa. Os grupos fazem reuniões (presenciais, *online* ou pelo telefone), semanalmente, em regra, em várias localidades através dos Estados Unidos e em mais de uma dúzia de outros países. Não há requisitos nem quotas para se ser membro. O anonimato é o requisito necessário em todos os aspetos do programa, para proteção do próprio e do seu adicto; por isso só se usam os primeiros nomes.

Seguindo o programa de recuperação dos Doze Passos de FA – que inclui leituras básicas, discussão de temas da literatura de FA e a partilha de experiências idênticas – os membros desta associação encontram ajuda para recuperarem as suas vidas e adquirirem serenidade. Com o tempo, as mudanças que fazem em si próprios e as maneiras novas de interagir com as suas famílias podem exercer um impacto positivo nas dinâmicas familiares, beneficiando muito provavelmente mesmo os seus próprios entes queridos adictos.

COMO PODEM COOPERAR AS FAMÍLIAS ANÓNIMAS E OS PROFISSIONAIS?

As pessoas que sofrem os efeitos da adição de um ente querido recorrem frequentemente a profissionais, à procura de orientação sobre o que fazer ou a quem recorrer. Muitos profissionais de toda a espécie com experiência de vida fizeram o encaminhamento para Famílias Anónimas, ao longo do meio século de existência desta associação.

Muitos profissionais também recorrem a FA para sua *recuperação pessoal.* Frequentam reuniões como assistentes, deixando as suas profissões do lado de fora das salas. Em FA todos são iguais e anónimos. Mantendo o anonimato mútuo (não divulgando os apelidos ou outros detalhes pessoais, como a morada ou a profissão que exercem), os grupos de FA conseguem manter «os princípios acima das personalidades».

Alguns profissionais vão ainda mais longe, *criando novos grupos de FA.* Depois de um grupo estar lançado, o profissional afasta-se para que *todos* os membros do grupo possam ter um papel na orientação das suas reuniões, de acordo com as Doze Tradições de FA, que requerem os princípios da autonomia, do anonimato, a rotação de servidores e não ter outras filiações.

AGENTES DE AUTORIDADE

Como membro da comunidade de agentes de autoridade (polícia, oficial de justiça, advogado ou juiz, por exemplo) está provavelmente em contacto muito frequente com pessoas que abusam de drogas ou de álcool.

Já alguma vez se sentiu particularmente desafiado a lidar com a família – especialmente os pais – de um jovem acusado ou suspeito de envolvimento num crime, em que as drogas ou o álcool possam ter tido o seu papel?

Já foi alvo da hostilidade de pais completamente dominados pela dor, pela negação e pela frustração, provocadas por problemas comportamentais do seu ente querido, problemas esses sem solução aparente?

Já se sentiu chocado quando os pais mostram desrespeito pela lei que você considera justa, mas que eles temem que vá tratar com dureza, com negatividade e de modo tendencioso o seu ente querido adicto?

Se sim, encorajamo-lo, como profissional agente de autoridade, a considerar aconselhá-los a conhecer FA.

Esta irmandade pode fornecerás às pessoas nessas situações ferramentas para:

- aliviar a sua ansiedade;
- aceitar a realidade;
- lidar mais racionalmente com problemas legais que muitas vezes envolvem as famílias dos adictos.

O NOSSO CONVITE PARA SI

Convidamo-lo a conhecer melhor Famílias Anónimas, visitando o nosso *site* ou contactando os Serviços Mundiais ou a Associação Portuguesa de Famílias Anónimas (informação abaixo).

- Procure reuniões que existam na sua comunidade ou fora dela. Peça ajuda para começar novas reuniões.
- Descubra a riqueza da literatura de recuperação, alguma disponível no *site* para poder imprimir.
- Passe os olhos pelos exemplares recentes e antigos do Boletim de FA e leia os testemunhos e as histórias pessoais, escritas por membros que lhe contam como o programa mudou as suas vidas e os colocou no caminho da recuperação e da serenidade.

Publicado por:
FAMILIES ANONYMOUS, INC.
701 Lee St., Suite 670
Des Plaines. IL 60016
(847) 294-5877 • fax (847) 294-5837
(800) 736-9805 (USA apenas)
Website: www.FamiliesAnonymous.org
E-mail: famanon@FamiliesAnonymous.org
Copyright © 2011, 2021
Families Anonymous, Inc.
Todos os Direitos Reservados

Em Portugal:

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE FAMÍLIAS ANÓNIMAS
Rua Manuel Almeida Vasconcelos, Lote 51, 2.º D.to
2775-714 Carcavelos
Atendimento: 962 688 811
Email: familiasanonimas1987@gmail.com
Internet: https://www.familiasanonimaspt.com

#7010*AgAut*.PT 3/2022

FAMÍLIAS ANÓNIMAS

e a

COMUNIDADE PROFISSIONAL

Famílias Anónimas
Portugal

Um panfleto feito especialmente para

AGENTES DA AUTORIDADE