

Z technik psychoterapeutycznych na plan pierwszy wysuwają się:

- medytacje i relaks z technik biologicznych,
- spowiedź, warunkowanie poprzez uniewrażliwianie, warunkowanie sprawcze czyli nagradzanie z technik psychospołecznych.

Łatwy dostęp do tej formy psychoterapii, nastawienie programu na korektywność zachowań koalkoholowych oraz duża skuteczność oddziaływania na uczestników spotkań powoduje, że Al-Anon może stanowić przydatną i konwencjonalną metodę psychoterapii grupowej w odniesieniu do współuzależnienia.

The „Al-ANON” as The Form of Group Therapy

The family based Al-Anon groups are very instrumental for persons living closely with an addicted individual. They constitute the easily accessible form of the group psychotherapy, focusing on the instant assistance and modification of the co-alcoholic behavior. Their openness – receiving an individual any day and for an unlimited period, as well as protection of the anonymity and individual's autonomy rule, are to be reiterated.

Piśmiennictwo

1. Al-Anon. Grupy rodzinne.
2. Cele grup rodzinnych Al-Anon oraz wskazówki dla tych, którzy potrzebują pomocy. Biuro Główne Grup Rodzinnych, INC 1969, 1974. Zaaprobowane przez Konferencję Światowej Służby Grup Rodzinnych Al-Anon. Adjustowano przez Zespół Literatury w Poznaniu.
3. Greenleaf R.: Al-Anon. 12 Stopni, 12 Tradycji. Zakroczym 1991.
4. Greenleaf R.: Ośrodek Apostolstwa Trzeźwości Warszawskiej Prowincji Braci Mniejszych Kapucynów, Zakroczym.
5. Kellerman J.: Alkoholizm, zacczarowane koło zaprzeczeń. Al-Anon Family Group Headquarters, INC, New York, N.Y. 100 10.
6. Pawlik J.: Psychoterapia analityczna. PWN, Warszawa 1990.
7. Poradnik dla rodzin alkoholika. Al-Anon Family Group Headquarters, INC, New York, N.Y. 100 10.
8. Torey E.: Czarownicy i psychiatrzy. PIW, Warszawa 1981.