Cocaine Anonymous®

Zelfonderzoek voor de Groep met behulp van de tradities

God, grant me the serenity to accept the things I cannot change, the courage to change the things I can, and the wisdom to know the difference.

We're Here and We're Free™

Approved Literature, Copyright 2009, Cocaine Anonymous® World Services Inc. In de geest van de 6e traditie is C.A. niet verbonden aan kerken, sekten, politieke- of hulpverlendende instanties.

V1-2025-NL

Zelfonderzoek voor de Groep met behulp van de tradities

De Twaalf Tradities zijn voor de groep wat de stappen zijn voor het individu. De tradities helpen om het programma van herstel levend en succesvol te houden. Zij ondersteunen en onderhouden de balans en de integriteit van ons individuele en gezamenlijke programma van herstel. Deze tradities worden volledig uitgelegd in "Twaalf Stappen en Twaalf Tradities". We weten dat niemand iets 'moet' in onze Fellowship, maar hoeveel van de volgende vragen kan jouw groep of jij als individu met "ja" beantwoorden? Wij verzoeken je dringend om dit onbevooroordeeld te lezen.

We're Here and We're Free™

Approved Literature, Copyright 2009, Cocaine Anonymous® World Services Inc. In de geest van de 6e traditie is C.A. niet verbonden aan kerken, sekten, politieke- of hulpverlendende instanties.

V1-2025-NL

Zelfonderzoek voor de Groep met behulp van de tradities

Traditie 1

Ons gemeenschappelijk welzijn moet op de eerste plaats staan; persoonlijk herstel hangt af van de eenheid in C.A..

1. Onthoud ik mij van het praten over anderen achter hun rug om? Loop ik weg wanneer anderen beginnen te roddelen?
2. Concentreer ik mij op mijn eigen programma van herstel?
3. Ben ik geduldig en tolerant ten opzichte van diegenen waar ik me aan erger?
4. Stimuleer en ondersteun ik de goede verstandhoudingen binnen de groep?
5. Onthoud ik mij van negatieve opmerkingen over andere groepen of fellowships? Geef ik anderen hetzelfde respect dat ik zelf graag krijg?
6. Als ik bijeenkomsten bijwoon, doe ik dan mee door te lezen, te delen en anderen te helpen?
7. Ben ik bereid om alle aspecten mijn ervaring, kracht en hoop te delen in C.A.-bijeenkomsten?
8. Probeer ik om mijn gedrag te veranderen wanneer ik merk dat dit in strijd is met de tradities?
9. Blijf ik dankbaar omdat ik een herstellend verslaafde ben.

Opmerkingen/aanvullingen:

We're Here and We're Free™

Approved Literature, Copyright 2009, Cocaine Anonymous® World Services Inc. In de geest van de 6e traditie is C.A. niet verbonden aan kerken, sekten, politieke- of hulpverlendende instanties.

V1-2025-NL

Zelfonderzoek voor de Groep met behulp van de tradities

Traditie 2

Wij erkennen in onze groep slechts één uiteindelijke autoriteit: een liefhebbende Hogere Macht, zoals die zich openbaart in het geweten van onze groep. Onze leiders zijn toegewijde dienaren, zij regeren niet.

1. Ondersteun ik de mensen die service doen van mijn groep?
2. Heb ik vertrouwen in het proces binnen de groep, inclusief het geweten van de groep, delen, beslissingen, stemmen, verkiezingen, enz.?
3. Ben ik bereid om service binnen C.A. te doen?
4. Neem ik de verantwoording voor mijn 12-stappen werk en de taken die ik binnen C.A. op me heb genomen?
5. Doe ik mijn service-werk ooit anoniem?
6. Ben ik in staat om een meerderheidsbesluit te ondersteunen, dat niet overeenkomt met mijn eigen besluit?
7. Heb ik het idee dat het geweten van de groep de juiste informatie heeft?
8. Onthoud ik mijzelf van luidruchtig commentaar over onderwerpen waarvan ik niets weet?
9. Kan ik C.A.-servicewerk verrichten zonder uit te zijn op een persoonlijke beloning?

Opmerkingen/aanvullingen:

We're Here and We're Free™

Approved Literature, Copyright 2009, Cocaine Anonymous® World Services Inc. In de geest van de 6e traditie is C.A. niet verbonden aan kerken, sekten, politieke- of hulpverlendende instanties.

V1-2025-NL

Zelfonderzoek voor de Groep met behulp van de tradities

Traditie 3

Het enige vereiste voor C.A.-lidmaatschap is het verlangen te stoppen met het gebruik van cocaïne en alle andere drugs en alcohol.

1. Accepteer ik de nieuwkomers bij Cocaine Anonymous® onvoorwaardelijk?
2. Ben ik tolerant ten opzichte van een nieuwkomers gebrek aan ervaring met delen?
3. Ben ik in staat om een C.A.-boodschap uit te dragen aan iedere verslaafde, ongeacht ras, godsdienst, opleiding, leeftijd, geslacht, seksuele geaardheid of sociale status?
4. Kan ik alle nieuwkomers op dezelfde manier verwelkomen, ongeacht hun status of beroep?
5. Kan ik mij voorstellen dat het verlangen van een nieuwkomer om te stoppen met gebruiken niet oprecht of eerlijk hoeft te zijn?
6. Help ik nieuwkomers zich op hun gemak te voelen door:
   - hun namen te onthouden en hun te begroeten?
   - een gesprek met hun te beginnen na de bijeenkomst?
   - ze mijn telefoonnummer te geven?
   - hun een lift te geven naar een bijeenkomst?
   - hen voor te stellen aan andere verslaafden?
   - hen uit te nodigen voor een kopje koffie, enz., na de bijeenkomst?

Opmerkingen/aanvullingen:

We're Here and We're Free™

Approved Literature, Copyright 2009, Cocaine Anonymous® World Services Inc. In de geest van de 6e traditie is C.A. niet verbonden aan kerken, sekten, politieke- of hulpverlendende instanties.

V1-2025-NL

Zelfonderzoek voor de Groep met behulp van de tradities

Traditie 4

Elke groep hoort autonoom te zijn behalve in zaken die andere groepen of C.A. als geheel aangaan.

1. Als er zelfstandige beslissingen worden genomen, houdt mijn groep dan rekening met andere C.A.-groepen en C.A. als geheel?
2. Probeer ik andere C.A.-groepen te leren kennen en probeer ik de communicatie tussen de groepen op gang te brengen?
3. Begrijp ik dat er veel verschillende manieren zijn om tegen een onderwerp aan te kijken? Snap ik dat er vele manieren zijn om dingen te doen?
4. Realiseer ik mij dat ik voor buitenstaanders, die weten dat ik lid ben van C.A. ben, met mijn handelen en gedrag de hele groep van Cocaine Anonymous® vertegenwoordig?

Opmerkingen/aanvullingen:

We're Here and We're Free™

Approved Literature, Copyright 2009, Cocaine Anonymous® World Services Inc. In de geest van de 6e traditie is C.A. niet verbonden aan kerken, sekten, politieke- of hulpverlendende instanties.

V1-2025-NL

Zelfonderzoek voor de Groep met behulp van de tradities

Traditie 5

Elke groep heeft slechts één hoofddoel - de boodschap uitdragen aan de verslaafde die nog lijdt.

1. Geloof ik dat ik een andere verslaafde iets te bieden heb?
2. Ben ik bereid om aan een nieuwkomer duidelijk uit te leggen wat de beperkingen zijn van de hulp van C.A.? Help ik op alle mogelijke manieren mijn groep om haar hoofddoel te vervullen?
3. Ben ik mijzelf ervan bewust dat C.A.-oudgedienden ook verslaafden kunnen zijn die nog steeds lijden? Probeer ik hen zowel te helpen als van hen te leren?
4. Ben ik bereid om 12-stappen werk te doen, ongeacht wat ik er voor terug krijg?
5. Deel ik mijn kennis van de hulpmiddelen die C.A. mij geeft, met anderen?
6. Zorg ik ervoor dat ik de C.A.-boodschap uitdraag, en niet alleen mijn eigen mening?

Opmerkingen/aanvullingen:

We're Here and We're Free™

Approved Literature, Copyright 2009, Cocaine Anonymous® World Services Inc. In de geest van de 6e traditie is C.A. niet verbonden aan kerken, sekten, politieke- of hulpverlendende instanties.

V1-2025-NL

Zelfonderzoek voor de Groep met behulp van de tradities

Traditie 6

Een C.A.-groep mag nooit een relatie of initiatief van buitenaf ondersteunen, financieren of aan de C.A.-naam verbinden, zodat problemen rond geld, eigendom en prestige ons niet van ons hoofddoel afleiden.

1. Begrijp ik dat alles wat ik doe dat niet overeenkomt met ons hoofddoel schade kan toebrengen aan de groep?
2. Ben ik mij ervan bewust dat niet-C.A.-gerelateerde fondsenwerving/activiteiten ons van ons hoofddoel afleiden?
3. Realiseer ik mij dat het ondersteunen of financieren van een clubhuis of iets dergelijks, zou kunnen betekenen dat C.A. daaraan verbonden is en dat dit schade kan toebrengen aan C.A. als geheel?
4. Realiseer ik mij dat het gebruik van de C.A.-naam door een bedrijf of onderneming buiten C.A., de aandacht van Cocaine Anonymous® kan afleiden?

Opmerkingen/aanvullingen:

We're Here and We're Free™

Approved Literature, Copyright 2009, Cocaine Anonymous® World Services Inc. In de geest van de 6e traditie is C.A. niet verbonden aan kerken, sekten, politieke- of hulpverlendende instanties.

V1-2025-NL

Zelfonderzoek voor de Groep met behulp van de tradities

Traditie 7

Elke C.A.-groep moet volkomen financieel onafhankelijk zijn en bijdragen van buitenaf afwijzen.

1. Draag ik zoveel bij als ik kan, om de groep te helpen volledig financieel onafhankelijk te blijven?
2. Heb ik ooit extra geld gegeven aan de 7e Traditie omdat ik wist dat een nieuwkomer niets kon geven? Ben ik geïnteresseerd in het verslag van de penningmeester?
3. Besef ik dat servicewerk voor de groep, C.A. zelfstandig en onafhankelijk houdt?

Opmerkingen/aanvullingen:

We're Here and We're Free™

Approved Literature, Copyright 2009, Cocaine Anonymous® World Services Inc. In de geest van de 6e traditie is C.A. niet verbonden aan kerken, sekten, politieke- of hulpverlendende instanties.

V1-2025-NL

Zelfonderzoek voor de Groep met behulp van de tradities

Traditie 8

C.A. moet altijd niet-professioneel blijven, maar onze kantoren mogen specifieke medewerkers in dienst nemen.

1. Realiseer ik mij dat, wanneer ik deel, ik geen expert ben op het gebied van herstel, verslaving, geneeskunde, sociologie, psychologie, relaties, of God?
2. Ben ik me bewust van het verschil tussen C.A.-stappenwerk en het werk dat wordt gedaan door professionele hulpverleners, artsen en geestelijken?

Opmerkingen/aanvullingen:

We're Here and We're Free™

Approved Literature, Copyright 2009, Cocaine Anonymous® World Services Inc. In de geest van de 6e traditie is C.A. niet verbonden aan kerken, sekten, politieke- of hulpverlendende instanties.

V1-2025-NL

Zelfonderzoek voor de Groep met behulp van de tradities

Traditie 9

C.A. als zodanig mag nooit georganiseerd worden, maar wij mogen wel servicekantoren of comités in het leven roepen, die rechtstreeks verantwoording schuldig zijn aan degenen waarbij ze in dienst zijn.

1. Ben ik bereid om de controle over mijn C.A.-groep en mensen om mij heen op te geven?
2. Ben ik geduldig en nederig bij het uitvoeren van servicewerkzaamheden binnen C.A.?
3. Beschouw ik de mensen die ik help bij het uitvoeren van servicewerk als individuele C.A.-leden?
4. Zie ik het belang in van het rouleren van de serviceposities? Ben ik in staat om mijn servicepositie op tijd te beëindigen en deze op een gepaste manier op te zeggen?

Opmerkingen/aanvullingen:

We're Here and We're Free™

Approved Literature, Copyright 2009, Cocaine Anonymous® World Services Inc. In de geest van de 6e traditie is C.A. niet verbonden aan kerken, sekten, politieke- of hulpverlendende instanties.

V1-2025-NL

Zelfonderzoek voor de Groep met behulp van de tradities

Traditie 10

Cocaine Anonymous® heeft geen mening over aangelegenheden buiten C.A.: daarom mag de naam C.A. nooit betrokken raken in openbare discussies.

1. Ben ik mij er altijd van bewust dat Cocaine Anonymous® geen mening heeft over aangelegenheden buiten C.A., zeker op momenten dat ik mijn persoonlijke ervaringen deel die te maken hebben met verslavingsklinieken, kerken, ziekenhuizen, gevangenissen, en mijn meningen over onderwerpen als alcohol, legalisering van marihuana, godsdienst, enz.?
2. Begrijp ik dat als Cocaine Anonymous® wat voor mening dan ook verkondigt over aangelegenheden buiten C.A., dit uitsluiting en onenigheid zou kunnen veroorzaken?
3. Doe ik mijn best om deze traditie op geen enkele manier te schenden?
4. Ben ik mij er altijd van bewust dat ik geen controle kan hebben over de gedachten of de overtuigingen van een ander, vooral niet als dit andere verslaafden, sponsees, enz. betreft?
5. Onthoud ik me van het geven van mijn mening over aangelegenheden buiten C.A. op groepsniveau?

Opmerkingen/aanvullingen:

Approved Literature, Copyright 2009, Cocaine Anonymous® World Services Inc. In de geest van de 6e traditie is C.A. niet verbonden aan kerken, sekten, politieke- of hulpverlendende instanties.

V1-2025-NL

Zelfonderzoek voor de Groep met behulp van de tradities

Traditie 11

Ons beleid ten aanzien van publiciteit is meer gebaseerd op aantrekkingskracht dan op reclame; wij moeten altijd onze persoonlijke anonimiteit handhaven tegenover alle publieke media.

1. Is de kwaliteit van mijn clean zijn en programma aantrekkelijk voor andere verslaafden?
2. Begrijp ik het belang van persoonlijke anonimiteit in de omgang met de media?

Opmerkingen/aanvullingen:

Approved Literature, Copyright 2009, Cocaine Anonymous® World Services Inc. In de geest van de 6e traditie is C.A. niet verbonden aan kerken, sekten, politieke- of hulpverlendende instanties.

V1-2025-NL

Zelfonderzoek voor de Groep met behulp van de tradities

Traditie 12

Anonimiteit vormt de spirituele grondslag van al onze Tradities; dit herinnert ons eraan dat principes belangrijker zijn dan persoonlijke belangen.

1. Help ik anderen anoniem en doe ik mijn servicewerk zonder op zoek te zijn naar erkenning?
2. Respecteer ik de anonimiteit van een verslaafde die in vertrouwen iets met mij deelt?
3. Onthoud ik mezelf van klagen over het negatieve gedrag van andere C.A.-leden?
4. Ben ik bereid om te vertellen dat ik lid ben van Cocaine Anonymous® wanneer dit een andere verslaafde kan helpen?
5. Onthoud ik mij van het fanatiek promoten van C.A.?

Opmerkingen/aanvullingen:

We're Here and We're Free™

Approved Literature, Copyright 2009, Cocaine Anonymous® World Services Inc. In de geest van de 6e traditie is C.A. niet verbonden aan kerken, sekten, politieke- of hulpverlendende instanties.

V1-2025-NL