

## Sponsorschaft

Bereits in unseren ersten Meetings hören wir den Vorschlag, uns eine Sponsorin oder einen Sponsor zu suchen. Wenn wir neu sind, verstehen wir vielleicht nicht, was das bedeutet. Was ist eine Sponsorin? Wie oder wo finden wir eine? Was ist ein Sponsor? Wie nutzen wir ihn? Dieses Faltblatt soll eine kurze Einführung zur Sponsorschaft geben.

Im Basic Text steht »Wenn zwei Süchtige ihre Genesung teilen, dann schlägt das Herz von NA« und Sponsorschaft bedeutet genau dies: Süchtige helfen sich gegenseitig. Sponsorschaft ist eine liebevolle und spirituelle Beziehung, die auf Mitgefühl und Gegenseitigkeit beruht. Sie hilft sowohl dem Sponsor oder der Sponsorin als auch dem Sponsee.

### WAS ist ein Sponsor oder eine Sponsorin?

Sponsorschaft ist eine persönliche und vertrauliche Beziehung, die für jedes Mitglied etwas anderes bedeuten kann. Ein Sponsor oder eine Sponsorin im Sinne dieses Faltblattes ist ein Mitglied von Narcotics Anonymous, das unser Programm der Genesung lebt und bereit ist, eine unterstützende, persönliche Beziehung zu uns aufzubauen. In erster Linie ist es für die meisten eine Person, die ihnen helfen kann, die Zwölf Schritte zu arbeiten, und manchmal auch die Zwölf Traditionen und die Zwölf Konzepte. Ein Sponsor muss nicht unbedingt ein Freund sein, aber es kann jemand sein, dem wir vertrauen. Wir können unserer Sponsorin oder unserem Sponsor Dinge anvertrauen, die wir lieber nicht im Meeting teilen möchten.

Die Beziehung zu meinem Sponsor war der Schlüssel dazu, Vertrauen zu anderen Menschen zu gewinnen und die Schritte zu arbeiten. Ich erzählte meinem Sponsor von

dem totalen Chaos in meinem Leben und er sagte mir, dass es bei ihm genauso gewesen sei. Er fing an mir zu zeigen, wie ich ohne Drogen leben kann.

### WAS tut ein Sponsor oder eine Sponsorin?

Als Sponsorinnen und Sponsoren teilen wir unsere Erfahrung, Kraft und Hoffnung mit unseren Sponsees. Manche beschreiben ihren Sponsor oder ihre Sponsorin als liebevoll und mitfühlend, als einen Menschen, bei dem sie sich darauf verlassen können, dass er zuhört und ihnen beisteht, egal was ist. Andere schätzen die Objektivität und Unvoreingenommenheit ihrer Sponsorin und ihre direkten und ehrlichen Beiträge, auch wenn sie manchmal schwer anzunehmen sind. Wieder andere wenden sich an einen Sponsor, damit er sie durch die Zwölf Schritte führt.

Ein Süchtiger fragte: »Und wozu brauche ich einen Sponsor?« Der Sponsor antwortete: »Na ja, es ist verdammt schwer Selbsttäuschung zu erkennen, wenn man auf sich selbst gestellt ist.«

Sponsorschaft funktioniert aus demselben Grund aus dem NA funktioniert – weil genesende Mitglieder durch die gemeinsame Erfahrung der Sucht und Genesung verbunden sind und sich deshalb vielfach miteinander identifizieren können. Sponsoren sind keine Rechtsberater, Geldgeber, Eltern, Eheberater oder Sozialarbeiter. Eine Sponsorin ist auch keine Therapeutin, die professionelle Hilfe anbietet. Sponsoren oder Sponsorinnen sind ganz einfach andere Süchtige in Genesung, die bereit sind, ihren Weg durch die Zwölf Schritte mit uns zu teilen.

Wenn wir unsere Sorgen und Fragen mit unseren Sponsoren teilen, dann teilen sie

manchmal auch ihre eigenen Erfahrungen mit uns. Vielleicht schlagen sie uns auch vor, etwas zu lesen oder zu schreiben, oder versuchen, unsere Fragen zum Programm zu beantworten. Wenn wir neu bei NA sind, kann eine Sponsorin uns helfen, Dinge im Programm zu verstehen, die uns vielleicht verwirren: die NA-Sprache, unterschiedliche Meetingsformate, die Servicestruktur, oder auch die Bedeutung der Prinzipien von NA und was man unter einem spirituellen Erwachen versteht.

### WAS tut ein Sponsee?

Wir schlagen vor, regelmäßigen Kontakt mit dem Sponsor oder der Sponsorin zu halten. Wir können unseren Sponsor anrufen oder im Meeting treffen. Manche Sponsoren sagen uns, wie oft wir sie anrufen sollen, während andere so etwas nicht verlangen. Wenn wir keinen Sponsor in unserer Nähe finden können, dann können wir andere Möglichkeiten, wie Internet, Email oder Post nutzen, um in Kontakt zu bleiben. Egal wie wir in Verbindung treten: es ist wichtig, dass wir ehrlich sind und mit Aufgeschlossenheit zuhören.

Meine Sponsorin gibt mir eine allgemeine Richtung vor und verhilft mir zu einer neuen Sichtweise. Auf jeden Fall ist sie ein wichtiger Resonanzboden für mich. Manchmal hilft es schon, etwas gegenüber einem anderen Menschen laut auszusprechen, dass ich die Dinge anders sehen kann.

Vielleicht befürchteten wir, dass wir eine Belastung für unsere Sponsorinnen sind und zögern sie anzurufen, oder wir glauben, dass sie womöglich eine Gegenleistung erwarten. Aber in Wahrheit ziehen sie genauso viel Nutzen aus der Beziehung wie wir. In unserem Programm glauben wir, dass wir nur bewahren können was wir haben, indem wir

es weitergeben. So helfen auch wir unseren Sponsoren dabei, clean zu bleiben und zu genesen.

### WIE finden wir einen Sponsor oder eine Sponsorin?

Einen Sponsor oder eine Sponsorin bekommt man indem man fragt. Das klingt einfach, ist aber nicht unbedingt leicht. Viele von uns haben Angst, jemanden um Sponsorschaft zu bitten. In der aktiven Sucht haben wir wahrscheinlich gelernt, keinem Menschen zu vertrauen. Daher mag es sich fremd und beängstigend anfühlen, jemanden zu bitten, uns zuzuhören und zu helfen. Nichts desto trotz beschreiben die meisten NAMitglieder Sponsorschaft als wesentlichen Teil ihrer Genesung. Es kann passieren, dass wir all unseren Mut zusammennehmen und dann ein Nein als Antwort bekommen. Dann ist es wichtig, dass wir beharrlich bleiben, Vertrauen haben und versuchen, diese Entscheidung nicht persönlich zu nehmen. Der Grund warum jemand ablehnt, hat vermutlich mit uns nichts zu tun: vielleicht haben sie einfach sehr viel zu tun, haben schon viele Sponsees oder machen gerade eine schwere Zeit durch. Wir müssen erneut Vertrauen fassen und jemand anderen fragen.

Als ich mir meinen Sponsor aussuchte, war es für mich wie ein Bewerbungsgespräch. Passen wir zusammen? Was sind deine Erwartungen und was sind meine? Ich suchte nach jemandem, der aufgeschlossen ist, mit dem ich gut reden konnte und mich wohl fühlte.

Der beste Ort, nach einem Sponsor oder einer Sponsorin zu suchen, ist ein NAMeeting. Auch andere NA-Veranstaltungen wie Arbeitsmeetings und Conventions eignen sich dafür. Bei der Sponsorsuche halten die meisten Mitglieder Ausschau nach einem

Menschen, bei dem sie das Gefühl haben, dass ihr Vertrauen zu ihm wachsen wird, einem Menschen, der mitfühlend zu sein scheint und aktiv im Programm ist. Die meisten Mitglieder, besonders die neuen, finden es wichtig, dass ihr Sponsor oder ihre Sponsorin länger clean ist als sie selbst.

Eine gute Faustregel ist, nach jemandem mit ähnlichen Erfahrungen zu suchen, einem Menschen, der unsere Kämpfe und Erfolge nachempfinden kann. Für die meisten ist es einfacher, sich mit einem Sponsor des gleichen Geschlechts zu identifizieren und hilft ihnen, sich in der Beziehung sicher zu fühlen. Manche halten das Geschlecht nicht für einen ausschlaggebenden Faktor. Wir können uns unsere Sponsorin selbst aussuchen. Wir empfehlen jedoch Sponsorbeziehungen zu vermeiden, bei denen sexuelle Anziehung eine Rolle spielt. Solche Anziehung kann uns vom Sinn der Sponsorschaft ablenken und ehrlichen Gesprächen miteinander im Wege stehen.

Als ich clean wurde, war ich unsicher und einsam und hätte für ein bisschen Trost und Gesellschaft alles getan. Natürlich neigte ich erst einmal dazu, diese Sehnsüchte zu befriedigen, und nicht, mich darauf zu konzentrieren, eine gute Basis für meine Genesung aufzubauen. Ich danke Gott für die NA-Mitglieder, die mich in dieser Anfangszeit der Genesung unterstützt haben, anstatt mich auszunutzen.

Manche Mitglieder fragen sich, ob es gut wäre, mehr als eine Sponsorin zu haben. Während manche Süchtige diesen Weg wählen, raten die meisten davon ab. Mehr als ein Sponsor könnte uns in Versuchung führen zu manipulieren, damit wir genau die Antworten oder Anleitungen bekommen, die wir hören wollen.

## WANN sollten wir uns einen Sponsor oder eine Sponsorin suchen?

Die meisten Mitglieder finden es wichtig, sich so schnell wie möglich einen Sponsor oder eine Sponsorin zu nehmen. Andere finden es entscheidend, sich etwas Zeit zu lassen, sich umzuschauen und eine wohl überlegte Entscheidung zu treffen. In viele Meetings zu gehen hilft uns herauszufinden, mit wem wir uns wohlfühlen und zu wem wir Vertrauen aufbauen können. Wir sind nicht verpflichtet ja zu sagen, wenn sich jemand anbietet, während wir noch auf der Suche sind. Auch dies ist wichtig: wenn wir früh in unserer Genesung jemanden finden, dann können wir uns jederzeit jemand Neues suchen, wenn wir merken, dass er oder sie unseren Bedürfnissen nicht gerecht wird.

Ich verglich die Zeit, bis ich eine Sponsorin fand, mit dem Ertrinken. Ich brauchte diese Lebensretterin / Sponsorin sofort!

Wenn wir neu im Programm sind, müssen wir auf andere Süchtige zugehen und um Hilfe und Unterstützung bitten. Es ist nie zu früh, sich Telefonnummern geben zu lassen und sie zu benutzen, oder mit anderen genesenden Süchtigen zu teilen. Unser Programm funktioniert durch die Hilfe, die wir uns gegenseitig geben können. Wir müssen nicht mehr in Isolation leben und fangen an, uns als Teil von etwas Größerem als wir selbst zu fühlen. Sponsorschaft hilft uns, sich in NA endlich zu Hause zu fühlen.

Vielleicht hast du noch Fragen zur Sponsorschaft, die dieses Faltblatt nicht beantwortet hat. Auf manche Fragen gibt es keine »richtige« oder »falsche« Antwort die Erfahrung unserer Gemeinschaft variiert von Region zu Region und von Mitglied zu Mitglied es gibt aber ein Buch über Sponsorschaft,

das viele Themen zur Sponsorschaft noch ausführlicher behandelt.

### Kontakte:

---

---

---

---

---

Copyright © 1994, 2005 by  
Narcotics Anonymous World Services, Inc.  
Alle Rechte vorbehalten

World Service Office  
PO Box 9999  
Van Nuys, CA 91409 USA  
Tel. (818) 773-9999  
Fax (818) 700-0700  
Website: [www.na.org](http://www.na.org)

World Service Office—CANADA  
Mississauga, Ontario




World Service Office—EUROPE  
Brussels, Belgium  
Tel. +32/2/646-6012

World Service Office—IRAN  
Tehran, Iran  
[www.na-iran.org](http://www.na-iran.org)

NARSK e.V.  
Postfach 11 10 10  
D-64225 Darmstadt  
[www.narcotics-anonymous.de](http://www.narcotics-anonymous.de)



Übersetzung von gemeinschaftsgenehmigter  
NA-Literatur.

Narcotics Anonymous,    und The NA Way  
sind eingetragene Warenzeichen der  
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.  
ISBN 978-1-55776-386-0 German 11/12  
WSO Catalog Item No. GE-3111



Narcotics Anonymous®

IP Nr. 11-GE

## Sponsorschaft

überarbeitete Ausgabe