



Narcotics Anonymous[®]
Narkomanai anonimai

Grupės Bukletas

Dvylika Narkomanų anonimų žingsnių

1. Mes pripažinome, kad esame bejėgiai prieš savo priklausomybę ir kad mūsų gyvenimai tapo nevaldomi.
2. Mes įsitikinome, kad tik galingesnė už mus pačius Jėga gali gražinti mums sveiką protą.
3. Mes nusprendėme patikėti savo valią ir gyvenimą Dievo, *kaip mes Jį supratome*, globai.
4. Mes nuodugniai ir be baimės atlikome sąžinės ataskaitą.
5. Mes prisipažinome Dievui, sau ir kitam žmogui visą teisybę apie savo paklydimus.
6. Mes galutinai pasirengėme, kad Dievas pašalintų mūsų būdo trūkumus.
7. Mes nuolankiai prašėme Jo tuos trūkumus pašalinti.
8. Mes sudarėme sąrašą visų žmonių, kuriuos skriaudėme, ir pasiryžome skriaudas atitaisyti.
9. Mes, kur galėjome, asmeniškai atitaisėme skriaudas žmonėms, išskyrus atvejus, kai tuo būtume pakenkę jiems ar kam nors kitam.
10. Mes nuolatos stebėjome save ir, jei būdavome neteisūs, tuoj pat pripažindavome suklydę.
11. Mes siekėme malda ir meditacija stiprinti savo sąmoningą ryšį su Dievu, *kaip mes Jį supratome*, melddami vien Jo valios mums pažinimo ir stiprybės ją vykdamt.
12. Šių žingsnių dėka dvasiškai pabudę, mes stengėmės perduoti tą žinią kitiems priklausomiesiems ir visada gyventi pagal šias nuostatas.

Grupės bukletas

Skyrius	puslapio numeris
Ižanga.....	1
Kas yra NA grupė?	1
Kas yra „namų grupė“?.....	4
Kas gali būti nariu?	4
Kas yra „atviri“ ir „uždari“ susirinkimai?	5
Kur mes galime rengti NA susirinkimus?.....	6
Kokią susirinkimų formą mes galime naudoti?	7
Dalyvavimo susirinkimai.....	7
Temų aptarimo susirinkimai	8
Studijų susirinkimai.....	8
Spykeriniai susirinkimai	8
Naujokų susirinkimai	8
Klausimų ir atsakymų susirinkimai	8
Savo formos kūrimas.....	9
Kokią literatūrą turėtume naudoti?.....	9
Kas yra grupės veiklos susirinkimas?.....	10
Kaip atliekami darbai?	11
Kaip mes renkame grupės patikėtinius?	12
Kokių patikėtinių reikia grupei?.....	13
Kokias atsakomybes turi NA grupė?.....	17
Kaip gali mūsų grupė remti kitas NA tarnybas?	18
Kaip gali mūsų grupė geriau tarnauti mūsų vietai?.....	18
Kaip gali mūsų grupė spręsti savo problemas?.....	20
Pavyzdinė susirinkimo forma	22
Naujos grupės įkūrimas – pasitikrinimo sąrašas	25

Copyright © 2007 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Visos teisės saugomos




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

World Service Office–EUROPE
48 Rue de l'Eté
B-1050 Brussels, Belgium
Tel. +32/2/646-6012
Fax +32/2/649-9239

World Service Office–CANADA
150 Britannia Rd. E. Unit 21
Mississauga, Ontario, L4Z 2A4, Canada
Tel. (905) 507-0100
Fax (905) 507-0101



Tai yra NA draugijos patvirtintas literatūros vertimas.

Narcotics Anonymous, , , , ir The NA Way
yra registruoti Narcotics Anonymous World Services, Incorporated
prekių ženklai.

ISBN 978-1-55776-727-1 Lithuanian 1/08

WSO Catalog Item No. LT-1600

NA grupė

Ižanga

Narkomanų anonimų grupės yra savivaldžios (Dvylika Tradicijų naudoja žodį *autonomiškos*). Grupė gali tvarkyti savo reikalus bet kuriuo būdu, kuris atrodo tinkamas jos nariams, jei grupės veiksmai nepaveikia neigiamai kitų grupių arba visos NA Draugijos. Taigi mes čia siūlome ne „taisiklių rinkinį“, bet patirties pasidalinimą apie tai, kiek iš mūsų grupių patyrė sėkmę organizuodamos susirinkimus ir tvarkydamos veiklą. Naujesni nariai gali atrasti, kad ši knygelė padeda jiems suvokti, kas ką veikia tam, kad palaikytų grupės veiklą ir kaip padėti. Labiau patyrusiems nariams šis bukletas gali suteikti tam tikrą perspektyvą į jų dalyvavimą grupėje. Bet nesvarbu, kiek informacijos mes beprikištume į šį bukletą, jūs vis tiek atrasite, kad geriausias vadovavimo šaltinis jūsų grupei yra pati jūsų grupė.

Yra daug būdų tvarkyti reikalus Narkomanuose anoniimuose. Ir taip, kaip ir mes turime savo individualias asmenybes, taip ir jūsų grupė vystys savo tapatybę, savo būdą tvarkyti reikalus, savo nuosavą ypatingą įgūdį skleisti NA žinią. Taip ir turėtų būti. NA mes skatiname vienybę, o ne vienodumą.

Šis bukletas net nesistengia pasakyti viską, ką galima pasakyti apie NA grupės tvarkymą. Tai, ką jūs čia rasite, yra keli trumpi atsakymai į pačius pagrindinius klausimus: Kas yra NA grupė? Kaip atliekami darbus? Kokios rūšies susirinkimus gali turėti grupė? Kaip sprendžiamos problemos, kai jos išskyla? Mes tikimės, kad šis bukletas pasirodys naudingas, kai jūsų grupė sieks savo pagrindinio tikslo: skleisti žinią priklausomajam, kuris vis dar kenčia.

Kas yra NA grupė?

Kai du arba daugiau priklausomųjų susitinka tam, kad padėti vieni kitiems išlikti „švariems“, jie gali sukurti Narkomanų anonimų grupę. Štai šeši požymiai¹, pagrįsti mūsų tradicijomis, kurie aprašo NA grupę:

¹ Šeši požymiai, aprašantys grupę, buvo adaptuoti iš „AA grupės“, išleistos Anoniminių alkoholikų Pasaulinės Tarnybos. Perspausdinta gavus leidimą.

1. Visi grupės nariai yra priklausomi nuo narkotikų, ir visi priklausomi nuo narkotikų gali būti nariais.
2. Kaip grupė, jie išlaiko save patys.
3. Kaip grupės, jų vienintelis tikslas yra padėti priklausomiesiems nuo narkotikų sveikti per Dvylikos Narkomanų anonimų Žingsnių taikymą.
4. Kaip grupė, jie su nieko nesusiję už Narkomanų anonimų ribų.
5. Kaip grupė, jie nereiškia savo nuomonės pašaliniais klausimais.
6. Kaip grupės, jų ryšiai su visuomene remiasi patrauklumu, o ne įtikinėjimu.

Išsakydami šešis požymius, kurie skiria NA grupę nuo bet kokių kitų grupių, mes pabrėžiame *narkotikų* priklausomybę labiau nei beveik visoje kitoje mūsų tarnavimo literatūroje. Taip yra dėl to, kad Narkomanų anonimų grupės negali būti viskuo visiems žmonėms ir vis dar teikti pradinį susitapatinimą, kurio reikia narkomanams tam, kad surasti savo kelią į sveikimą. Tokiu būdu vieną kartą ir visiems laikams išaiškindami mūsų grupės vienintelį narystės reikalavimą ir pagrindinį tikslą, mes leidžiame sau mūsų tarnavimo literatūros krūvoje susikaupti ties laisve nuo priklausomybės ligos, būdami tikri, kad mūsų grupės suteikia tinkamą pagrindą susitapatinimui tiems, kurie ieško sveikimo.

NA grupės yra suformuotos priklausomųjų, kurie nori palaikyti vienas kitą sveikdami, tiesiogiai skleisdami žinią kitiems priklausomiesiems ir dalyvaudami NA, kaip visumos, veikloje ir tarnavime. Viena iš pagrindinių priemonių, kurią NA grupė naudoja tam, kad įvykdyti šiuos tikslus, yra NA susirinkimų, kuriuose priklausomieji gali dalintis savo sveikimo patirtimi, taip palaikydami vienas kitą ir tuo pačiu metu skleisdami žinią kitiems, rengimas. Kai kurios grupės turi vieną savaitinį susirinkimą; kitos turi daug susirinkimų per savaitę. NA susirinkimo kokybė priklauso tiesiogiai nuo NA grupės, kuri ją rengia, jėgos ir solidarumo.

NA grupės – ne NA susirinkimai – yra NA tarnybos struktūros pagrindas. NA grupės kartu yra atsakingos už

tarnavimo sprendimų, kurie liečia tiesiogiai jas ir jų veiklą susirinkimuose, taip pat kaip tarnavimo sprendimų, kurie iš pagrindų liečia Narkomanų anonimų tapatybę, priėmimą. Pavyzdžiui, Pasaulinėje Tarnybos konferencijoje regionų delegatai naują NA literatūrą patvirtina tik po to, kai jie gauna nurodymus iš grupių, kurioms atstovauja. Taip pat pagal mūsų Antrą Konceptiją, „pasiūlymai keisti NA Dvylika Žingsnių, Dvylika Tradicijų, vardą, prigimtį arba tikslą turėtų būti tiesiogiai patvirtinti grupių“ prieš galėdami pradėti galioti.

Grupės palaiko ryšį su likusiais Narkomanais anonimais per atstovus, išrinktus dalyvauti grupės vardu NA tarnybos struktūroje. Paštas iš Pasaulinės Tarnybos Ofiso, į kurį įeina kas ketvirtį leidžiamas *The NA Way Magazine*², informuoja NA grupes apie reikalus, turinčius įtakos pasaulinei NA draugijai. Jei jūsų grupė negauna NA Kelio Žurnalo, paprašykite jūsų sekretoriaus susiekti su Pasaulinės Tarnybos Ofisu.

Pagrindinis NA grupės tikslas yra skleisti sveikimo žinią priklausomajam, kuris vis dar kenčia. Grupė suteikia kiekvienam nariui galimybę pasidalinti ir išgirsti patirtį kitų priklausomųjų, kurie mokosi geresnio gyvenimo būdo be narkotikų vartojimo. Grupė yra pagrindinis variklis, kuris skleidžia mūsų žinią. Ji suteikia aplinką, kurioje naujokas gali susitapatinti su sveikstančiais priklausomaisiais ir rasti sveikimo atmosferą.

Kartais formuojamos specialios NA grupės tam, kad suteikti papildomą susitapatinimą priklausomiesiems su ypatingais poreikiais. Pavyzdžiui, šiandien egzistuoja daug vyrų, moterų, gėjų ir lesbiečių grupių. Bet kiekvieno NA susirinkimo dėmesio centras – net jei jį rengia speciali grupė – yra sveikimas nuo priklausomybės, ir bet kuris priklausomasis yra laukiamas joje.

NA susirinkimai yra renginiai, kuriuose priklausomieji dalinasi vienas su kitu savo patirtimi sveikime ir Dvylikos Žingsnių taikyme. Nors daugelis – jei ne daugiausiai – NA susirinkimų yra rengiami NA grupių, kiti NA susirinkimai vyksta visą laiką – neformaliai tarp draugų, dideliuose vietos arba regiono spykerių susirinkimuose, konvencijose,

² NA Kelio žurnalą. Šiuo metu Lietuvoje neleidžiamas.

mokyklose, institucijose ir taip toliau. NA grupė yra organas, NA susirinkimas yra renginys; ir NA susirinkimai gali vykti ir nerengiami konkrečios NA grupės.

Kas yra „namų grupė“?

Kai kuriose NA bendrijose tapo įprasta, kad draugijos nariai prisiima asmeninį išpareigojimą remti vieną konkrečią grupę – savo „namų grupę.“ Nors šis paprotys nėra universalus, daugelis tiki, kad jo praktikavimas gali būti naudingas tiek individualiam nariui, tiek ir grupei. Individualiam nariui tai gali suteikti stabilų sveikimo pagrindą, vietą, kurią galima vadinti „namais,“ vietą susipažinti ir būti žinomam kitų sveikstančių priklausomųjų. Grupei tai užtvirtina nuolatinių išpareigojusių narių branduolio paramą. Stipri namų grupė gali skatinti bičiulystės tarp savo narių dvasią, patrauklesnę naujokams ir labiau juos palaikančią.

Namų grupė suteikia daug galimybių mums ištraukti į NA Draugiją, sukurdamą mums puikią vietą pradėti gražinti tai, ką Narkomanai anonimai taip dosniai mums suteikė. Išpareigodami savo „namų grupei“ mes darome asmeninį išpareigojimą NA vienybei. Tas išpareigojimas ne tik sustiprina mūsų pačių sveikimą, jis padeda užtikrinti, kad sveikimas yra prieinamas visiems. Mūsų „namų“ grupė taip pat suteikia mums vietą, kurioje dalyvaujame NA sprendimų priėmimo procesuose.

Nors „namų grupės“ sąvoka yra priimta norma kai kuriose NA bendrijose, ji yra nežinoma kitose. Yra labai, labai daug būdų kalbėti ir galvoti apie ryšius, kuriuos tarp priklausomųjų jų grupėse. Darykite taip, kaip atrodo priimtinausia jūsų pačių NA bendrijoje.

Kas gali būti nariu?

Jeigu priklausomasis nori tapti Narkomanų anonimų nariu, viskas, ko reikia, yra noras nustoti vartoti. Tai užtikrina mūsų Trečioji Tradicija. Ar individualus NA narys pasirenka būti tam tikros grupės nariu, taip pat priklauso visiškai nuo jo paties valios. Patekimas į kai kurių NA grupių susirinkimus gali būti ribojamas faktorių, kurie yra už šių grupių

kontrolės ribų – pavyzdžiui, nacionalinių sienos kirtimo įstatymų, arba kalėjimo saugumo taisyklių. Bet kuriuo atveju šios NA grupės pačios nedraudžia jokiame NA nariui prisijungti prie jų.

Kas yra „atviri“ ir „uždari“ susirinkimai?

„Uždari“ NA susirinkimai yra tik priklausomiesiems ar manantiems, kad jie gali turėti problemų dėl narkotikų, žmonėms. Uždari susirinkimai suteikia atmosferą, kurioje priklausomieji gali jaustis tikresni dėl to, kad kiti, esantys susirinkime, galės susitapatinti su jais. Naujokai gali jaustis patogiau uždaramame susirinkime dėl tos pačios priežasties. Uždaro susirinkimo pradžioje lyderis arba pirmininkas dažnai perskaito teiginius, paaiškinančius, kodėl susirinkimas yra uždaras, ir nukreipia neturinčius priklausomybės, kurie gali būti atėję, į atvirą susirinkimą.

„Atviri“ NA susirinkimai yra kaip tik tokie – atviri bet kam, kas nori apsilankyti. Kai kurios grupės rengia atvirus susirinkimus kas mėnesį tam, kad leisti neturintiems priklausomybės NA narių draugams ir giminėms švęsti „švaros“ laikotarpius kartu su jais. Grupės, kurios rengia atvirus susirinkimus, gali taip struktūrizuoti savo formą, kad nepriklausomųjų dalyvavimo juose galimybės būtų apribotos trumpais gimtadienių arba jubiliejų pristatymais. Tokia forma padeda susirinkimui išlaikyti dėmesį ties vieno priklausomojo dalinimusi sveikimu su kitu. Susirinkimų metu turėtų būti išaiškinta, kad NA grupės nepriima piniginių įnašų iš žmonių, neturinčių priklausomybės.

Kai kurios grupės naudoja rūpestingai suplanuotus atvirus susirinkimus, ypač atvirus spykerinius susirinkimus, kaip galimybę leisti plačiosios visuomenės nariams pamatyti patiem, kas yra Narkomanai anonimai, ir užduoti klausimus. Tokiuose viešuose susirinkimuose dažnai skaitomas pareiškimas apie mūsų anonimiškumo tradiciją, kuriame svečių prašoma nenaudoti nuotraukų su aiškiai atpažįstamais veidais, pavardžių arba asmeninės informacijos, kai jie pasakos apie susirinkimą kitiems. Tam, kad rasti daugiau informacijos apie viešus susirinkimus, žiūrėkite

*Public Relations Handbook*³, kuri galite gauti iš jūsų grupės tarnybos atstovo arba parašę Pasaulinės Tarnybos Ofisui.

Kur mes galime rengti NA susirinkimus?

NA susirinkimai gali būti rengiami beveik bet kur. Grupės paprastai nori rasti lengvai pasiekiamą viešą vietą, kur jos gali rengti savo susirinkimus kiekvieną savaitę. Patalpos, kurias valdo viešos įstaigos ir religinės arba visuomeninės organizacijos, dažnai nuomoja kambarius už nedidelę kainą, o tai atitinka grupės poreikius. Kiti nariai iš jūsų NA bendrijos gali jau žinoti tinkamą erdvę, kurioje galima rengti susirinkimus; pakalbėkite su jais.

Dauguma susirinkimų patalpų valdytojų bus labai geranoriškai bendradarbiaujantys ir dosnūs. Nors tokie valdytojai norės dovanoti erdvę mums, mūsų Septinta Tradicija skatina mūsų grupes pačiom išlaikyti save bei apmokėti mūsų išlaidas, įskaitant ir nuomą. Kai kurios patalpos gali labiau norėti, kad nuoma būtų sumokėta literatūra ar kitomis paslaugomis.

Prieš išsirūpinant vietą, gali būti tikslinga pasvarstyti, ar patalpos bus prieinamos priklausomiesiems su fiziniais apribojimais. Ar pastatas turi pandusus, liftus su plačiomis durimis ir tualetu patogumus, kuriais galės pasinaudoti asmuo vežimėlyje neįgaliesiems? Ar yra tinkama parkavimo aikštelė ir iškrovimo vieta? Yra ir kitų panašių klausimų, kuriuos jūsų grupė turėtų apsvarstyti. Tam, kad gauti daugiau informacijos apie susisiekimą su priklausomaisiais su ypatingais poreikiais ir tarnavimą jiems, rašykite Pasaulinės Tarnybos Ofisui.

Griežtai rekomenduojama, kad grupių susirinkimai nebūtų rengiami narių namuose. Dauguma grupių nori rengti savo susirinkimus viešose patalpose dėl daugybės priežasčių. Rengiami viešose vietose stabilūs susirinkimai didina pasitikėjimą NA visuomenėje. Dėl skirtingų darbų ir atostogų tvarkaraščių dažnai yra sunku išlaikyti pastovų susirinkimų laiką asmenų namuose. Susirinkimo rengimas asmens namuose gali paveikti kai kurių narių pasiryžimą lankytis. Nors kai kurios grupės gali surengti savo pirmus kelis su-

³ Visuomenės Informavimo vadovą. Šiuo metu prieinamas anglų kalba.

sirinkimus narių namuose, rekomenduojama kaip galima greičiau perkelti susirinkimus į viešas patalpas.

Reguliarių NA grupės susirinkimų rengimas kai kuriose patalpose – pavyzdžiui, priklausomybės gydymo centruose, klubuose, politinių partijų štabuose, gali sukelti pavojų nepriklausomai grupės tapatybei. Prieš nusprendama įkurti savo susirinkimą tokiose patalpose, jūsų grupė turėtų apsvarstyti kelis klausimus: Ar patalpa atvira kiekvienam priklausomajam, norinčiam lankyti susirinkimą? Ar patalpos administracija nustato jūsų patalpos panaudai apribojimus, kurie prieštarauja kuriai nors mūsų tradicijai? Ar visiems, kuriems tai rūpi, aišku, kad jūsų grupė, o ne patalpų valdytojai rengia susirinkimą? Ar jūs aiškiai susitarę dėl nuomos su patalpų vadovybe, ir ar jūsų mokama nuoma nėra per didelė tam, kad leistų jūsų grupei įnešti indėlį likusiai NA tarnybos struktūrai? Ar tose patalpose nėra jau rengiama tiek daug jūsų vietovės NA susirinkimų, kad suspaudus juos visus kartu, jūsų NA bendrija, kaip visuma, nukentės? Tai yra keletas klausimų, kuriuos grupė turėtų rūpestingai apsvarstyti prieš nusprendama, kur rengti NA susirinkimą.

Kokią NA susirinkimo formą galime naudoti?

Grupės naudoja daugybę formų tam, kad sustiprinti sveikimo atmosferą jų susirinkimuose. Dauguma susirinkimų trunka valandą arba pusantros valandos. Kai kurios grupės naudoja savo susirinkimams vieną formatą. Kitos turi besikeičiančių formų tvarkaraštį: vieną savaitę žingsnių studijavimas, kitą savaitę spykerinis susirinkimas ir taip toliau. Kai kurie, kai susirinkimas atidaromas, dalina didelius susirinkimus į kelias skirtingos formos sesijas. Štai yra keli susirinkimų formų, kurios su įvairiomis variacijomis atrodo yra vienos iš plačiausiai naudojamų, pamatiniai aprašymai. Kaip nuorodą mes taip pat įtraukėme susirinkimo formos pavyzdį šio bukletu gale.

Dalyvavimo susirinkimai

Lyderis atidaro susirinkimą ir nariai dalinasi apie bet kokią temą, susijusią su sveikimu.

Temų aptarimo susirinkimai

Lyderis išsirenka tam tikrą su sveikimu susijusią temą diskusijai arba prašo, kad kas nors kitas pasiūlytų temą.

Studijų susirinkimai

Yra daugelis skirtingų studijų susirinkimų rūšių. Kai kurie skaito ištrauką iš NA patvirtintos literatūros arba bukletų kiekvieną savaitę ir ją aptaria – pavyzdžiui, Pagrindinio Teksto studijavimas. Kiti diskutuoja apie Dvylika Žingsnių arba Dvylika Tradicijų.

Spykeriniai susirinkimai

Kai kurie susirinkimai prašo vieno spykerio pasidalinti savo sveikimo istorija arba patirtimi tam tikru sveikimo Narkomanuose anonimuose aspektu. Kiti prašo du arba tris spykerius kalbėti trumpesnę laiko tarpą. Kiti taip pat naudoja sudėtinę formą, kai iš pradžių šneka spykeris ir vėliau aptariamos temos.

Naujokų susirinkimai

Šie susirinkimai yra dažnai rengiami dviejų arba trijų labiau patyrusių grupės narių. Šie nariai pasidalina savo patirtimi, susijusia su priklausomybe ir su sveikimu Narkomanuose anonimuose. Jei leidžia laikas, susirinkimas atidaromas naujesnių narių klausimams.

Naujokų susirinkimai yra kartais rengiami pusę valandos prieš arba po nuolatinio susirinkimo. Kitos grupės rengia juos kaip mažesnes didesnio susirinkimo dalis. Kitos rengia naujokų susirinkimus vieną dieną per savaitę, o savo įprastus susirinkimus – kitą. Kokia bebūtų forma, naujokų susirinkimai suteikia jūsų grupei priemonės įvesti į sveikimo pagrindus priklausomuosius, kurie yra nauji NA.

Klausimų ir atsakymų susirinkimai

K ir A susirinkimuose žmonės yra prašomi sugalvoti klausimų, susijusių su sveikimu ir draugija, užrašyti

šiuos klausimus ir sudėti juos į „paklausk-to-krepšeli.“ Susirinkimo lyderis ištraukia popieriaus lapelį iš krepšelio, perskaito klausimą ir paprašo ko nors pasidalinti patirtimi, susijusia su juo. Po to, kai vienas arba du nariai pasidalina patirtimi, lyderis išrenka kitą klausimą iš krepšelio, ir taip toliau, kol susirinkimas baigiasi.

Savo formos kūrimas

Tai yra pagrindiniai tik kelių iš daugelio NA susirinkimuose naudojamų skirtingų formų rūšių aprašymai; netgi kelių šių formų rūšių variacijos gali būti begalinės. Jauskitės laisvi įvesdami naujoves. Keiskite formą tokiu būdu, kuris atrodo tinkamiausias jūsų grupės „asmenybei“ ir priklausomųjų poreikiams jūsų vietovėje.

Dažnai, susirinkimas išauga žymiai labiau nei iš pradžių numatė grupė. Susirinkimo forma, kuris gerai veikė mažame susirinkime, gali neveikti didesniame. Kai vienas iš jūsų grupės susirinkimų patiria tokį augimą, gal būt jūs turėtumėte apsvarstyti keletą savo formos pakeitimų, gal net pilnai ją pakeisti. Kai kurios grupės, kurios patiria tokį augimą, suskaido savo didesnius susirinkimus į tam tikrą skaičių mažesnių susirinkimų, vykstančių skirtinguose kambariuose vienu metu. Tai duoda kiekvienam nariui geresnę galimybę dalyvauti susirinkime, kurį jis ar ji pasirenka. Daugelis grupių naudoja skirtingas formų rūšis kiekviename iš šių mažesnių susirinkimų.

Kokią literatūrą mes turėtume naudoti?

NA Pasaulinė Tarnyba išleidžia daug skirtingų rūšių leidinių. Bet tik NA patvirtinta literatūra yra tinkama skaitymui NA susirinkimuose. Ištraukos iš NA patvirtintų knygų ir lankstinukų yra paprastai skaitomos NA susirinkimų pradžioje, ir kai kurie susirinkimai naudoja juos kaip savo formos pagrindą. NA patvirtinta literatūra atstovauja plačiausią sveikimo Narkomanuose anonimuose įvairovę.

Grupės dažnai pateikia kitas NA leidinių rūšis ant literatūros stalų savo susirinkimuose: skirtingus NA tarnavimo bukletus ir vadovus, *The NA Way Magazine*, ir vietinius NA

informacinius biuletenius. Netinkama pateikti ant mūsų literatūros stalų arba skaityti mūsų susirinkimuose bet kokios rūšies kitų dvylikos žingsnių draugijų arba kitų organizacijų ne NA viduje literatūrą. Tai reikštų pritarimą pašalinei organizacijai, kas tiesiogiai prieštarauja NA Šeštai Tradicijai.

Kas yra grupės veiklos susirinkimas?

Grupės veiklos susirinkimo tikslas yra savaime suprantamas: tvarkyti grupės veiklą tokiu būdu, kad grupė išliktų efektyvi skleisdama sveikimo žinią. Kai kurios grupės organizuoja veiklos susirinkimus reguliariai; kitos sukviečia juos tik tada, kai įvyksta kažkas ypatingo, kam reikia grupės dėmesio. Keli iš klausimų, kuriuos svarsto tipinis grupės veiklos susirinkimas, yra:

- Ar grupė efektyviai skleidžia NA žinią?
- Ar naujokai arba svečiai yra tinkamai priimami?
- Ar turi būti priimti sprendimai dėl problemų, iškilusių pastaruosiuose susirinkimuose?
- Ar susirinkimų formatas suteikia pakankamą kryptingumą?
- Ar lankymasis pastovus ir auga?
- Ar geri ryšiai tarp grupės ir patalpos, kur rengiami susirinkimai, valdytojų? Tarp grupės ir visuomenės?
- Ar grupės fondai yra protingai naudojami?
- Ar yra susirinkimuose paaukojama pakankamai pinigų tam, kad patenkinti grupės poreikius ir taip pat padaryti įnašus likusiai tarnybos struktūrai?
- Ar išlaikomas augantis aprūpinimas literatūra ir gaisvaisiais gėrimais?
- Ar yra laisvų tarnavimo pareigų grupėje?
- Ar vietos, regiono, arba pasaulinė tarnyba prašė grupės patarimo, palaikymo arba krypties?

Grupių veiklos susirinkimai yra paprastai rengiami prieš arba po eilinių sveikimo susirinkimų tam, kad sveikimo susirinkimai išlaikytų dėmesį ties savo pagrindiniu tikslu. Gru-

pės nariai yra skatinami lankytis, kelti klausimus ir dalyvauti diskusijose, susijusiose su grupės darbu. Grupė išsirenka ką nors tam, kad vadovautų veiklos susirinkimui. Grupės įpareigoti asmenys duoda ataskaitas apie jų atsakomybės sferas ir diskusijai iškeliami svarbūs grupei klausimai.

Grupė, kaip NA tarnybos struktūros pagrindas, vadovaujasi NA tarnybos Dvylika Tradicijų ir Dvylika Konceptijų. Grupės veiklos susirinkimui išlaikyti kryptį padės geras abiejų supratimas. NA žingsnių ir tradicijų knyga *It Works: How and Why*⁴, suteikia gausybę informacijos apie Dvylika Tradicijų. Susidomėję nariai gali paskaityti esė apie Dvylika Konceptijų *A Guide to Local Services in NA*⁵.

Kaip atliekami darbai?

Kėdžių sustatymas, literatūros pirkimas, tarimasis su spykeriais, tvarkymasis po susirinkimo, sąskaitų apmokėjimas, gėrimų paruošimas – dauguma dalykų, kuriuos daro NA grupė tam, kad rengti savo susirinkimus, yra gana paprasti. Bet, jei vienas žmogus turėtų daryti viską, šitie paprasti reikalai greitai taptų neįveikiami. Štai kodėl grupė išsirenka atstovus (arba, Antrosios Tradicijos kalba, *patikėtinius*): tam, kad padėti paskirstyti darbą tarp grupės narių.

Atstovų rinkimas yra vienas iš būdų, kaip grupė praktikuoja NA savęs išlaikymo tradiciją: „kiekviena NA grupė turi pati save pilnai išlaikyti...“ Kartais atrodo, kad grupės veikia savaime, bet faktas yra tas, kas kažkas turi atlikti darbus, reikalingus išlaikyti grupę. Paskirstydama darbus, grupė užtikrina, kad grupė kaip visuma išlaiko save pati, ir kad grupės našta negula nelygiavertiškai ant vieno arba dviejų asmenų pečių.

Patikėtinių rinkimas suteikia grupei galimybę sustiprinti jos narių sveikimą. Kada grupės nariai sutinka tarnauti kaip sekretorius arba išdininkas, arba arbatos ar kavos gamintojas, atsakomybės prisiėmimas dažnai padeda jiems padaryti pažangą ir asmeniniame augime. Tai taip pat suteikia jiems galimybę padidinti grupės pajėgumą skleisti sveikimo žinią.

⁴ Tai veikia: kaip ir kodėl. Šiuo metu lietuvių kalba neprieinamas.

⁵ Vietos Tarnybos vadove. Šiuo metu lietuvių kalba neprieinamas.

Tu neturi būti grupės patikėtinis tam, kad tarnauti grupei. Kiekvieną savaitę yra darbų, kurie turi būti atlikti: padėti pasiruošti susirinkimui, pasveikinti naujokus, tvarkytis, atnešti gėrimus ir kiti tokio pobūdžio reikalai. Naujų narių prašymas padėti atlikti tokio pobūdžio darbus gali leisti jiems greičiau pasijausti grupės dalimi.

Kaip mes renkame grupės patikėtinius?

Kai grupės tarnyboje atsiranda laisvos pareigos, grupė rengia veiklos susirinkimą tam, kad apsvarstyti, kas jas užims. Grupės turėtų organizuoti rinkimus tokiu būdu, kad visi grupės įgaliotiniai neužbaigtų savo pareigų tuo pačiu metu.

Yra keli dalykai, kuriuos reikėtų apsvarstyti, kai ieškome grupės įgaliotinio. Vienas iš jų yra branda sveikime. Kada naujokai yra išrenkami į pareigas, jie gali susidurti su tuo, kad netenka laiko ir energijos, kurių jiems reikia jų ankstyvam sveikimui. Tikėtina, kad grupės nariai, būdami „švarūs“ metus arba du, jau yra gerai įsitvirtinę savo asmeniniame sveikime. Taip pat tikėtina, kad jie yra labiau nei nauji nariai susipažinę su NA tradicijomis ir tarnybos koncepcijomis bei su grupės procedūromis.

Antras svarstytinas dalykas yra nuoseklus dalyvavimas jūsų grupėje. Ar iškeltieji kandidatai nuolat lankosi jūsų grupės sveikimo susirinkimuose? Ar jie aktyviai dalyvauja jūsų grupės veiklos susirinkimuose? Ar jie įvykdė ankstesnius tarnavimo įsipareigojimus, kuriuos buvo prisiėmę? Jums gali iškilti ir daugiau klausimų, kai skaitysite esė apie NA Ketvirtą Tarnavimo Konceptiją iš *A Guide to Local Services in NA*, kuri tiesiogiai aprašo lyderystės NA svarbą ir savybes, kurias reikia apsvarstyti renkant patikėtinius.

Pabaigoje mes skatiname jus atsiminti, kad pirmiausiai renkate grupės patikėtinius bendros jūsų grupės gerovės labui. Nors tarnybos įsipareigojimai dažnai suteikia naudą juos prisiimantiems, tai neturėtų būti pagrindinė priežastis, dėl kurios vienas arba kitas individas renkamas tarnauti jūsų grupės patikėtiniumi. Kaip sako Pirmos Tradicijos dalis: „Mūsų bendra gerovė turėtų būti svarbiausia“.

Kokių patikėtinių reikia grupei?

Skirtingose vietose darbas paskirstomas skirtingai, ir tam tikri darbai yra kartais vadinami skirtingais vardais. Svarbiausia ne tai, kas daro darbus arba kaip vadinamas darbas, bet kad darbas būtų atliktas. Toliau pateikiamas kai kurių labiausiai paplitusių darbų rūšių, kurių yra NA grupėse, bendras aprašymas. Kiekvienai iš šių pozicijų jūsų grupė turėtų nustatyti realistiškus tarnybos ir „švaros“ laiko reikalavimų terminus.

Sekretorius

Sekretorius (kartais vadinamas pirmininku) tvarko grupės reikalus, dažnai prašydamas kitų grupės narių padėti. Vienas iš pirmųjų naujojo sekretoriaus darbų yra grupės dabartinio pašto adreso ir informacijos apie susirinkimus registravimas vietos tarnybos komitete pas sekretorių ir Pasaulinės Tarnybos Ofise. Vietos komitetas ir Pasaulinės Tarnybos Ofisas turėtų būti informuojami, kai naujas grupės sekretorius arba grupės atstovas pradeda užimti pareigas, arba keičiasi grupės pašto adresai, arba grupės susirinkimų laikas ir vieta. Kiti dalykai, už kuriuos gali būti atsakingas grupės sekretorius, yra:

- Grupės patalpų atidarymas gerokai prieš susirinkimo pradžią, kėdžių ir stalų sustatymas (jeigu reikia), ir patalpų valymas bei rakinimas po to, kai pasibaigia susirinkimas.
- Stalo su NA knygomis ir informaciniais leidinukais, vietiniais susirinkimų sąrašais, NA veiklos skrajutėmis, tarnybos informaciniais biuleteniais, *The NA Way Magazine* ir NA informaciniais leidiniais paruošimas.
- Kavos ir arbatos ruošimas.
- Gėrimų ir kitų atsargų pirkimas.
- Susirinkimų lyderių ir spykerių atranka.
- Grupės narių sveikimo jubiliejų sąrašo sudarymas, jei to nori grupė.
- Grupės veiklos susirinkimų organizavimas.
- Ir darymas visko kitko, kas turi būti padaryta.

Daug grupių suskirsto šiuos darbus: kažkas atidaro ir uždaro patalpas, kitas asmuo yra atsakingas už gėrimus, trečias rūpinasi literatūros stalu ir taip toliau. Grupės, kurios rengia daugiau nei vieną susirinkimą, dažnai skiria skirtingus asmenis, atsakingus už visus šiuos darbus, kiekviename iš šių susirinkimų.

Iždininkas

Visos grupės, net tos, kurios rengia daugiau nei vieną susirinkimą, renka vieną grupės iždininką. Kada grupė paskiria atsakomybę už visas savo lėšas vienam iždininkui, pasidaro lengviau apskaityti jos gaunamus įnašus ir jos mokamas išlaidas, negu suteikiant atsakomybę už pinigus keliems asmenims. Grupės, kurios rengia du arba daugiau savaitinių susirinkimų, turėtų organizuoti įnašų perdavimą iždininkui neužilgo po kiekvieno susirinkimo.

Svarbu, kad grupės rūpestingai atrinktų tuos, kuriuos išrenka iždininkais, dėl papildomos, susijusios su grupės iždininko tarnyste atsakomybės tvarkyti pinigus. Jei grupė išrenka ką nors, kas nepajėgus susitvarkyti su atsakomybėmis darbe, grupė yra mažų mažiausiai dalinai atsakinga, jei pinigai bus pavogti, atsargos neįsigytos, arba lėšos netinkamai paskaičiuotos. Rekomenduojama, kad grupės rinktų iždininkus, kurie yra finansiškai atsargūs ir gerai tvarkosi su savo asmeniniais pinigais. Dėl būtinybės nuolat atlikti nuoseklius užrašus taip pat rekomenduojama, kad grupės rinktų iždininkus tarnauti visiems metams.

Ką daro grupės iždininkai? Jie skaičiuoja pinigus, kuriuos nariai yra įnešę kiekviename susirinkime, visada paprašydami kito nario patvirtinti jų skaičiavimą. Jie apsiima ypatingai rūpintis nesumaišyti grupės pinigų su savo asmeniniais pinigais. Jie apmoka išlaidas, atlieka gerus, paprastus užrašus, ir reguliariai pateikia savo grupėms finansines ataskaitas. Grupės iždininko darbas reikalauja ypatingo dėmesio detalėms. Tam, kad padėti iždininkui susitvarkyti su tomis detalėmis, iš jūsų vietos komiteto arba iš Pasaulinės Tarnybos Ofiso galima gauti *Treasurer's Handbook*⁶.

⁶ Iždininko darbo vadovą. Šiuo metu lietuvių kalba neprieinamas.

Grupės tarnybos atstovas (GTA)

Kiekviena grupė išrenka vieną grupės tarnybos atstovą; net tos grupės, kurios rengia daugiau nei vieną sveikimo susirinkimą per savaitę, renka tik vieną GTA. Šie GTA sudaro mūsų tarnybos struktūros pagrindą. GTA užtikrina grupės nuolatinę aktyvią įtaką tarnybos struktūroje vykstančioms diskusijoms. Jie tai daro dalyvaudami vietos tarnybos komiteto susitikimuose, lankydami forumus ir asamblėjas tiek vietos, tiek regiono lygiu ir kartais įsijungdami į VTK (vietos tarnybos komiteto) pakomitečio darbą. Jei mes esame akylai rinkdami stabilų, kvalifikuotą lyderį šiame tarnybos lygyje, labiausiai tikėtina, kad likusi struktūra taip pat bus stipri. Iš šio stipraus pagrindo gali būti sukurta tarnybos struktūra, kuri puoselės, informuos ir palaikys grupes taip pat, kaip ir grupės puoselėja ir palaiko struktūrą.

Grupės tarnybos atstovai (GTA) turi didžiulę atsakomybę. Grupės tarnybos atstovai yra renkami ir atskaitingi grupei, tačiau jie nėra tik grupės žinios siuntėjai. Jie yra renkami savo grupių tam, kad tarnautų kaip aktyvūs nariai vietos tarnybos komitete. Jie tampa atsakingi veikti net tik kaip jų pačių grupių interesų atstovai, bet vadovaudamiesi NA, kaip visumos, interesų geriausiu tenkinimu.

GTA, kaip vietos komiteto dalyviams, reikia būti taip giliai, kaip tik įmanoma, informuotiems apie komiteto reikalus. Jie įsigilina į komiteto įgaliotinių ir pakomitečių pirmininkų ataskaitas. Jie skaito Pasaulinės Tarnybos Ofiso išleistus įvairius vadovus apie kiekvieną tarnavimo sritį. Rūpestingai apsvarstę savo pačių sąžinę ir tai, ką jie žino apie savo grupės narių jausmus, jie aktyviai ir kritiškai dalyvauja diskusijose, kurios kuria viso komiteto grupės savimonę.

Grupės tarnybos atstovai palaiko savo grupių ryšius su likusia NA tarnybos struktūra, ypač per informaciją, pateikiamą jų ataskaitose vietos komitetui ir iš jo. Grupės veiklos susirinkimuose GTA ataskaita pateikia apibendrinimą apie vietos komiteto veiklas, dažnai sukeldama grupės narių diskusijas, kurios suteikia GTA minčių, kaip regionas gali geriau tarnauti grupės reikmėms. Grupės sveikimo susirinkimuose GTA pateikia lankstinukus, skelbiančius apie vietos arba regiono veiklas.

Vietos komiteto susirinkimuose GTA ataskaitos pateikia grupių augimo, gyvenimiškai svarbaus komiteto darbui, apžvalgą. Jei grupė susiduria su problemomis, jos GTA savo ataskaitose gali pasidalinti šiomis problemomis su komitetu. Jei grupė nerado šių problemų sprendimų, vietos pirmininkas papildys komiteto „dalinimosi sesijos“⁷ darbotvarkės turinį tam, kad GTA galėtų susirinkti kitų patirtį, kurią jie turėjo panašiose situacijose. Jeigu dalinimosi sesijos metu atsiranda kokie nors naudingi sprendimai, GTA praneša apie juos grupei.

Alternatyvus GTA (grupės tarnybos atstovas)

Grupės taip pat renka antrą atstovą, vadinamą alternatyviu GTA. Alternatyvūs GTA lanko visus vietos komiteto susirinkimus (kaip nebalsuojantys nariai) su jų GTA tam, kad galėtų patys pamatyti, kaip dirba komitetas. Jei GTA negali atvykti į vietos komiteto susirinkimą, tos grupės alternatyvus GTA dalyvauja GTA vietoje.

Alternatyvus GTA kartu su kitais nariais gali taip pat tarnauti vietos pakomitečiuose. Pakomitečių patirtis duoda alternatyviam GTA papildomą perspektyvą į tai, kaip teikiamos paslaugos vietoje. Ta perspektyva padeda jiems tapti efektyvesniais vietos komiteto dalyviais, jei jų grupės vėliau išrenka juos tarnauti GTA.

Rotacija ir tęstinumas

Rotaciją praktikuoja dauguma grupių sutartais laiko intervalais rinkdamos naujus žmones į tarnybos pozicijas vietoje to, kad turėtų vieną žmogų, tarnaujantį toje pačioje pozicijoje metų metais. Rotacija siūlo labai aiškius privalumus grupei, kurios ją praktikuoja. Ji padeda grupei išlikti šviežiai ir energingai suteikdama įvairovę lyderystėje. Ji užtikrina, kad nei vienas individas neturi tiek daug įtakos, kad grupė taptų tiesiog jo arba jos asmenybės tąsa. Rotacijos praktikavimas taip pat užtikrina NA dėmesį tarnavimui, o ne tarnaujančiam, kas atitinka mūsų tikėjimą į dvasinio anonimiškumo vertingumą – svarbu atlikti darbus, o ne kad juos atliktų konkretus asmuo.

⁷ Vietos Tarnybos Vadovo vietos tarnybos komiteto skyriuje žiūrėkite skirsnį pavadinimą „Dalinimosi sesija“

Kai kurios grupės leidžia savo nariams tarnauti daugiau nei vieną terminą kurioje nors pozicijoje tam, kad grupė galėtų pasinaudoti savo patikėtinių patirtimi. Kai grupės įgaliotiniai priartėja prie savo terminų pabaigos, rotacija leidžia jiems kuriam laikui atsitraukti arba prisiimti atsakomybę kur nors kitur NA tarnybos struktūroje, duodama kitiems nariams galimybę tarnauti grupei.

Rotacijos įtaka grupės stabilumui yra subalansuotas tęstinu jos ilgalaikių narių buvimu. Tie, kurie praeityje tarnavo kaip grupės įgaliotiniai ir vis dar prisiima aktyvų vaidmenį grupės gyvenime, gali augančios grupės diskusijoms suteikti reikalingo tęstinumo ir brandaus požiūrio. Jie gali tarnauti kaip grupės atmintis, užtikrindami, kad grupei niekada nereikės „iš naujo atrasti dviračio.“ Jie taip pat gali padėti naujiems įgaliotiniams ir laikinai prisijungti prie darbo tam, kad palengvinti apsikrovusių patikėtinių triūšą.

Kokias atsakomybes turi NA grupė?

Pirma ir svarbiausia bet kurios NA grupės atsakomybė – jos pagrindinis tikslas pagal Penktą Tradiciją – „perduoti žinią priklausomajam, kuris vis dar kenčia.“ Vienas svarbiausių dalykų, kurį gali daryti grupė tam, kad pasiekti savo pagrindinį tikslą, yra rengti susirinkimus, suteikiančius svetingą atmosferą, kurioje NA sveikimu galima veiksmingai dalintis tarp priklausomųjų. Grupės labai skirtingais būdais organizuoja savo susirinkimų detales, bet visi siekia to pačio tikslo: kad bet kuris priklausomasis, kuris ieško, galėtų rasti sveikimą nuo priklausomybės savo vietovėje.

Kaip pasaulinės NA tarnybos struktūros pagrindas, grupės turi kitą atsakomybę: padėti savo nariams vystyti Dvylikos Tradicijų ir Dvylikos NA Tarnybos Konceptijų supratimą. Taip grupės dalyvauja Narkomanų anonimų Draugijos besitęsiančiame augime ir taip pat gauna supratimą, kaip aukščiausi mūsų draugijos idealai gali būti taikomi jų veikloje.

Kaip mūsų grupė gali palaikyti kitas NA tarnybas?

Antra NA Tarnybos Konceptcija sako, kad NA grupės turi galutinę atsakomybę ir įgaliojimus už visą išplėstinės NA Draugijos tarnybą. Kiekviena grupė turėtų siųsti stabilius, aktyvius grupės tarnybos atstovus grupės vardu dalyvauti tarnybos struktūros darbe. Ir kiekviena grupė turėtų susimąstyti kaip geriausiai suteikti lėšų, kurių reikia NA tarnybos struktūrai tam, kad atlikti savo darbą.

Po sąskaitų apmokėjimo dauguma grupių atideda nedidelę pinigų sumą netikėtiems atvejams. Bet, kaip bebūtų keista, grupės paprastai patiria, kad per daug pinigų kasoje sukelia kur kas daugiau problemų, nei per mažai. Dėl šios priežasties mes skatiname jūsų grupę niekada nelaikyti didelės pinigų sumos rezerve.

Mažiausiai kartą per metus grupės tarnybos atstovas aplanko regiono asamblėją. Kiekviena grupė yra skatinama, jeigu tai iš viso įmanoma, imtis būtinų žingsnių padengti grupės tarnybos atstovo apsilankymo regioninėje asamblėjoje išlaidas. Kai kurios grupės atideda pinigų šiai išlaidai kiekvieną mėnesį.

Po to, kai apmokamos išlaidos ir atidedama nedidelė nenumatytų atvejų rezervo suma, dauguma grupių įneša savo perteklines lėšas tiesiogiai vietos komitetui, regiono komitetui ir NA Pasaulinei Tarnybai. Daugiau diskusijų apie principus, kuriais remiasi grupės įnašai į likusią tarnybos struktūrą, rasite pažiūrėję esė apie mūsų draugijos Vienuoliką NA Tarnybos Konceptiją *A Guide to Local Services in NA*. Dėl pagalbos tvarkyti tiesioginius įnašus pažiūrėkite į *Treasurer's Handbook*, kuri galima gauti jūsų vietos komitete arba parašius mūsų Pasaulinės Tarnybos Ofisui.

Kaip grupė gali gerai tarnauti mūsų vietovei?

Tiesiog egzistuodama grupė jau teikia esminę paslaugą vietovei. Ji suteikia paramą, kurios reikia priklausomiesiems vietovėje tam, kad grįžti į visuomenės gyvenimą. Bet kaip gali grupė tapti efektyvesnė susisiekdama su priklausomai-



siais, kurie dar neatrado NA? Yra du bendri būdai, kuriais grupė gali geriau tarnauti visuomenei: per vietos komitetą arba per pačios grupės koordinuojamas veiklas.

Dauguma NA grupių yra aptarnaujamos vietos komiteto⁸. Vietos tarnybos komitetas koordinuoja pastangas skleisti NA žinią visų grupių, kurioms jis tarnauja, vardu. Vietovės viešosios informacijos paslaugos, kontaktinės telefonų linijos, prezentacijos priklausomiesiems gydymo įstaigose ir kalėjimuose yra trys būdai, kuriais dauguma vietos komitetų skleidžia žinią tiesiogiai priklausomajam, kuris vis dar kenčia, arba tiems, kurie gali nukreipti priklausomąjį į NA susirinkimą. Jūsų grupės tarnybos atstovas gali papasakoti jums daugiau apie tai, kaip jūs ir jūsų grupė gali efektyviau prisijungti prie darbo jūsų vietos tarnybos komitete. Daugiau informacijos pamatysite *A Guide to Local Services in NA* skyriuje apie Vietos Tarnybos Komitetą, nuo 45 iki 77 puslapio.

Kai kurios NA grupės dirba su savo vietove pačios, koordinuodamos veiklas su kitomis grupėmis per savo VTK arba per vietines kooperatyvines tarybas (pažiūrėkite „Vietos Komitetų kaimo vietovėse“ skirsnį Vadovo skyriaus apie Vietos Tarnybos Komitetą pabaigoje). Tai įprastas atvejis mažose

⁸ Jei jūs nežinote, kaip susisiekti su artimiausiu vietos tarnybos komitetu, susisiekite su Pasaulinės Tarnybos ofisu. Jie džiaugsis galėdami padėti jums susisiekti.

bendruomenėse arba vietovėse, kur Narkomanai anonimai yra labai nauji. NA grupė kaimo vietovėje akivaizdžiai neturi tiek daug žmonių arba pinigų, kaip vietos tarnybos komitetai dideliame mieste, bet vis tiek įmanoma veiksmingai skleisti žinią kitiems, kurie gali ieškoti mūsų jau surasto sprendimo. Jei jūsų grupei reikia pagalbos tam, kad dirbti su visuomene, parašykite į Pasaulinės Tarnybos Ofisą.

Kaip gali mūsų grupė spręsti problemas?

NA grupės susiduria su labai įvairiomis problemomis: susirinkimai yra nutraukiami, gydymo centrai atveda per daug savo klientų, kai grupė dar nepasiruošusi juos priimti; forma tampa nuvalkiota; iškyla klausimas dėl mūsų žinios aiškumo; kavos skonis tampa kaip industrinio stiprumo valiklio; skaitymai susirinkimo pradžioje vis tęsiasi, tęsiasi ir tęsiasi. Tai yra tik kelios iš daugelio problemų, su kuriomis laikas nuo laiko tenka susidurti eilinei NA grupei. Šis vadovas „nesukuria įstatymų,“ kaip tvarkytis su tomis problemomis. Jis nurodo kelias efektyvias priemones, kurias gali naudoti grupės nariai, sprenddami savo problemas.

Geriausias grupės problemų sprendimo šaltinis daugelyje atvejų yra pati grupė. „Šių žingsnių dėka dvasiškai pabudę“ sako mūsų Dvyliktas Žingsnis, „mes bandėme... praktikuoti šiuos principus visuose savo reikaluose.“ Kada iš šio dvasiinio pabudimo gautą išvalgą mes drauge pritaikome mūsų grupės problemoms, tai vadinama *grupės savimone*. Sveikas protas, atvirumas naujoms mintims, rami diskusija, tiksli informacija, savitarpio pagarba ir stiprus asmeninis sveikimas įgalina grupę efektyviai įveikti beveik bet ką, su kuo ji susiduria.

Yra daug spausdintų išteklių, kuriuos grupė gali nuspręsti panaudoti rinkdama informaciją, reikalingą priimti sveikus sprendimus. Pagrindinis Tekstas ir mūsų žingsnių bei tradicijų knyga, *It Works: How and Why*, abi suteikia daug informacijos apie tai, kaip NA Dvylika Tradicijų gali būti taikomos šiose situacijose. Skyrius apie NA Tarnybos Dvylika Konceptijų *A Guide to Local Services in NA* duoda nuodugnus paaiškinimus apie pagrindinius idealus, grindžiančius

tarnavimo Narkomanuose anonimuose veiktas. *The NA Way Magazine* dažnai pateikia straipsnių, kalbančių apie problemas, kurių gali turėti grupė. Ir informaciniai biuleteniai, kurių galima gauti iš Pasaulinės Tarnybos Ofiso, detalčiai nagrinėja įvairius klausimus, susijusius su grupės darbu.

Kitas informacijos šaltinis, kuriuo gali pasinaudoti grupė, yra kitų grupių jos vietoje arba regione patirtis. Jei grupė turi problemų ir negali priimti jokio sprendimo, jai gali reikėti paprašyti savo grupės tarnavimo atstovo pasidalinti šia problema sekančiame vietos tarnybos komiteto susirinkime. Vietos komitetai paskiria šiam tikslui dalį kiekvieno susirinkimo. Nors vietos komitetas negali pasakyti grupei, ką daryti, jis surengia forumą, kuriame grupės gali dalintis vienos su kitom, kas joms padėjo. Regiono tarnybos komiteto rengiami seminarai suteikia tokią pačią galimybę didesniu mastu. Norėdami sužinoti daugiau apie tai, kaip vietos arba regiono komitetas gali padėti spręsti grupės problemas, žiūrėkite skyrius apie šiuos komitetus *A Guide to Local Services in NA*.

Pavyzdinė susirinkimo forma

Ši pavyzdinė susirinkimo forma yra tikrai pavyzdys. Ji sukurta taip, kad jei jūsų grupė pasirinktų ją, jūs galėtumėte naudoti ją tiksliai tokią, kokia yra. Bet kuriuo atveju, jūs esate skatinami keisti ir pertvarkyti ją pagal savo grupės poreikius.

Lyderis:

Pasveikinkite narius atvykusius į susirinkimą ir prisistatykite.

Sveiki, mano vardas yra _____, ir aš esu priklausomas. Sveiki atvykę į šį Narkomanų anonimų grupės _____ susirinkimą. Aš norėčiau pradėti šį susirinkimą tylos minute (*15-20 sekundžių*), skirta priklausomajam, kuris vis dar kenčia, palydima Ramybės maldos.

Mes norėtume ypač pasveikinti atėjusius naujokus. Jei kas nors yra čia atėjęs į pirmą savo NA susirinkimą, labai prašytume jus prisistatyti. Prašome ne tam, kad sutrikdytume, o tam, kad geriau pažintume jus.

- Ar yra čia kas nors kam iki 30 dienų sveikime?
Prisistatymai.
- Ar mes turime svečių iš kitų miestų? *Prisistatymai.*
- Ar yra kas nors, kas lanko šį susirinkimą pirmą kartą?
Prisistatymai.
- ✓ Jei tai yra uždaras susirinkimas: **Tai yra „uždaras“ Narkomanų anonimų susirinkimas. Uždari NA susirinkimai yra tik priklausomiesiems arba manantiems, kad jie turi problemų dėl narkotikų, žmonėms. Jei čia yra lankytojų, neturinčių priklausomybės, mes norėtume padėkoti jums už dėmesį Narkomanams anonimams. Mūsų vietinis NA susirinkimų sąrašas nukreips jus į NA susirinkimą mūsų vietovėje, kuris yra atviras nepriklausomiems.**
- ✓ Jei tai yra atviras susirinkimas: **Tai yra „atviras“ Narkomanų anonimų susirinkimas. Mes norėtume pasveikinti lankytojus, neturinčius priklausomybės, ir padėkoti jums už jūsų dėmesį Narkomanams anoni-**

mams. Mes norėtume paprašyti jūsų gerbti pagrindinį šio susirinkimo tikslą, kuris siekia suteikti vietą, kur priklausomieji gali dalintis savo sveikimo patirtimi vienas su kitu.

Lyderis:

Tam, kad apsaugoti mūsų grupę ir susirinkimo patalpas, mes prašome jūsų nelaikyti narkotikų arba jų vartojimo priemonių su savimi susirinkime. Jei jūs ką nors turite, prašome išeiti, sunaikinti tai ir kaip galima greičiau sugrįžti.

Lyderis:

Gal kam nors šiandien suėjo „švaros“ laikas – trisdešimt, šešiasdešimt, devyniasdešimt dienų, šeši mėnesiai, devyni mėnesiai, vieni metai, aštuoniolika mėnesių, du ir daugiau metų. Išdalunami raktų pakabukai, ženkliukai ir medalionai.

Lyderis:

Išrinkite žmones prieš susirinkimą tam, kad perskaitytų vieną arba daugiau iš sekančių trumpų ištraukėlių. Šie skaitiniai yra mūsų Baltajame Buklete, Pagrindiniame tekste, IP nr. 1, arba grupės skaitinių kortelėse.

- a) Kas yra priklausomasis?
- b) Narkomanai Anonimai- kokia tai programa?
- c) Kodėl mes čia?
- d) Kaip tai veikia
- e) Dvylika Tradicijų
- f) Tik šiandien
- g) Mes sveikstame

Lyderis:

Paskelbkite susirinkimo pobūdį (dalyvavimo, temų nagrinėjimo, žingsnių studijų, spykerinis, t.t.). Paklauskite temos arba žingsnio ir atidarykite susirinkimą diskusijoms, arba pristatykite spykerį.

Lyderis:

Apie 10 minučių prieš tai, kaip susirinkimas turėtų užsidaryti, paskelbkite: Mūsų laikas priartėjo prie pabaigos. Aš norėčiau padėkoti jums visiems už apsilankymą.

Lyderis:

Pradėkite siųsti krepšelį ratu, skelbdami: Krepšelio siuntimas ratu yra vienas iš būdų laikytis Septintos Tradicijos, kuri skelbia: „Kiekviena NA grupė turėtų išsilaikyti pati, atsisakydama pašalinių įnašų.“ Pinigai, kuriuos mes surenkame yra skiriami sumokėti už nuomą, literatūrą, gėrimus. Per įnašus iš šios grupės į įvairias NA tarnybos komitetus ji taip pat padeda skleisti NA sveikimo žinią mūsų regione ir visame pasaulyje.

Jei tai yra „atviras“ susirinkimas: Aš norėčiau dar kartą padėkoti mūsų neturintiems priklausomybės svečiams už dėmesį Narkomanams anonimams. Dėl NA tradicijos išsilaikyti save patiems, ši grupė prašo Jūsų neaukoti pinigų, kai krepšelis siunčiamas ratu keliaus pro jus.

Lyderis:

Ar mes turime kokių nors su NA susijusių pranešimų? (Grupės Tarnybos Atstovas paskelbia pranešimus apie ateinančius grupės renginius ir NA renginius regione).

Lyderis:

Po to kai krepšelis sugrįžo: Dar kartą dėkojame už tai, kad apsilankėte čia šįvakar. Kviečiu visus, kuriems tai svarbu, užbaigti susirinkimą rate. Įvairios grupės užsidaro skirtingais būdais: su maldomis, trumpomis citatomis iš NA literatūros ir t.t.

Kai užbaigiami susirinkimai, kai kurios grupės prašo apsilankiusiųjų gerbti kitų, kuriuos ten matė ir girdėjo, anonimiskumą. Sugrįžkite. Tai veikia!

Naujos grupės įkūrimas – pasitikrinimo sąrašas

Taigi, jūs kuriate naują grupę? Šiame iš bendros NA grupių patirties sukurtame pasitikrinimo sąrašė yra suminėti dalykai, apie kuriuos reikėtų pagalvoti kuriant naują grupę.

- ✓ **Susisiekitė su artimiausiu tarnybos komitetu.** Vietos tarnybos komiteto susirinkimas yra ideali vieta paskelbti jūsų ketinimą įkurti naują grupę. Ten jūs galite surinkti patirtį iš kitų vietos grupių atstovų, ir sužinoti apie paslaugas, prieinamas jūsų grupei, kai jums jų prireiks.
- ✓ **Suraskite susirinkimų vietą.** Štai kelios detalės, kurias reikėtų žinoti, kai atidarome naują susirinkimą:

Kur? _____

Kada? Diena, laikas ir susirinkimo trukmė

Kiek? Kiek reikia mokėti už nuomą?

Ar tai reali kaina, numatant žmonių skaičių, kuris lankys jūsų susirinkimą? _____

Kada reikia mokėti nuomą? _____

Ko reikalauja patalpų valdytojai? Nerūkyti?

Nepalikti *jokių* šiukšlių? Šluoti ir plauti grindis po susirinkimo? Uždaryti langus, užrakinti duris?

Ar jūs geriau gautumėte jūsų grupei skirtą pašta grupės patikėtinio ar jūsų vietos tarnybos komiteto adresu? Ar gal jums labiau tiktų, kad paštas būtų siunčiamas patalpų adresu? Ar jie įrengs pašto dėžę, kur jūs galėtumėte pasiimti bukletus ir pranešimus, siunčiamus jūsų grupei? _____

- ✓ **Pavadinkite savo grupę.** Keli dalykai, kuriuos jūs galėtumėte apsvarstyti, yra: ar pavadinimas nukreiptas į sveikimą? Ar pavadinimas sudaro įspūdį, kad grupė yra susijusi su patalpomis, kuriose rengiami susirinkimai? _____

- ✓ **Kokių grupės patikėtinių reikia? Kokius darbus grupė tikisi tuos žmones atliksiančius?** Šis bukletas pateikia įvairių grupės įgaliotinių pozicijų aprašymus. Įsitikinkite, kad visi grupės nariai sutaria ties tuo, ko *jie* nori, kad grupės įgaliotiniai darytų. _____

- ✓ **Kokios rūšies susirinkimų formą jūs naudosite?** Šis bukletas aprašo eilę mūsų draugijoje paprastai naudojamų formos variantų. Kurią formą arba formų derinį jūsų grupė nori naudoti? _____

- ✓ **Ar tai bus „uždaras“ NA susirinkimas? Ar „atviras“ susirinkimas?** _____
- ✓ **Kokios rūšies NA literatūrą nori turėti jūsų grupė?**

- ✓ **Kokie gėrimai ar užkandžiai turėtų būti įsigyti?**

- ✓ **Ar jūs užregistravote savo grupę Pasaulinės Tarnybos Ofise ir jūsų vietos tarnybos komitete pas sekretorių?** Jūs galite gauti registracijos formą iš Pasaulinės Tarnybos Ofiso žemiau nurodytu adresu ar mūsų tinklapyje www.na.org. Užpildydami ir atsiųsdami ją, jūs užtikrinsite, kad jūsų grupė palaiko ryšį su NA kaip visuma. Jūs taip pat gausite *The NA Way Magazine*.

Taip pat galima gauti iš PTO:

Narkomanai Anonimai, Pagrindinis Sveikimo Tekstas
Vietos Tarnybos NA Vadovas (Anglų kalba)
Visuomenės Informavimo Vadovas (Anglų kalba)
Ligoninių ir Įstaigų Vadovas (Anglų kalba)
NA Literatūros Komitetų Vadovas (Anglų kalba)
Iždininko Vadovas (Anglų kalba)
Grupės Iždininko Vadovas (Anglų kalba)
„Ei! Kam šis krepšys?“ (Anglų kalba)
ir Savipagalba: Principas ir Praktika, (Anglų kalba)
du bukletai apie NA savipagalbos tradicijas

Tam, kad gauti daugiau informacijos susisieki:

Fellowship Services

World Service Office

PO Box 9999

Van Nuys, CA 91409-9099 USA

Telefonas: (818) 773-9999

Faksas: (818) 700-0700

Internetinio puslapio adresas: www.na.org

Narkomanų anonimų Dvylika Tradicijų

1. Mūsų bendra gerovė turėtų būti svarbiausia; kiekvieno sveikimas priklauso nuo NA vienybės.
2. Mūsų grupės veikloje yra tik vienas aukščiausias autoritetas – mylintis Dievas, koks Jis pasireiškia grupės savimonė. Mūsų lyderiai mums tarnauja. Jie mūsų nevaldo.
3. Vienintelė sąlyga tapti draugijos nariu – noras nustoti vartoti.
4. Kiekviena grupė turėtų veikti savarankiškai, išskyrus tuos atvejus, kai sprendžiami reikalai turi įtakos kitoms grupėms ar visai NA draugijai.
5. Kiekvienos grupės pagrindinis tikslas – perduoti žinią tam priklausomajam, kuris vis dar kenčia.
6. Nė viena NA grupė neturėtų remti, finansuoti jokios jai artimos įstaigos ar pašalinės organizacijos, nei leisti naudotis NA vardu, kad pinigai, nuosavybės ar garbės reikalai nenukreiptų mūsų nuo pagrindinio tikslo.
7. Kiekviena NA grupė turėtų išsilaikyti pati, atsisakydama pašalinių įnašų.
8. Narkomanai anonimai visada turėtų likti nespecialistai, tačiau mūsų tarnybos gali samdyti reikiamus darbuotojus.
9. NA, kaip tokie, niekada neturėtų būti organizuojami, tačiau mes galime steigti tarnybas ar komitetus, tiesiogiai atsakingus tiems, kam tarnauja.
10. Narkomanai anonimai nereiškia savo nuomonės pašaliniais klausimais, todėl NA vardo nederėtų traukti į viešus ginčus.
11. Mūsų bendravimas su visuomene grindžiamas labiau idėjų patrauklumu nei įtikinėjimu. Spaudoje, radijo transliacijose ir filmuose mums visada būtina išsaugoti asmens anonimiškumą.
12. Anonimiškumas yra visų mūsų tradicijų dvasinis pamatas, nuolat primenantis, kad šios nuostatos svarbiau už asmenybes.