



Deze folder is geschreven voor ouders of verzorgers die vragen hebben bij het NA-lidmaatschap van hun (pleeg)kind. Op een aantal vragen hopen we hieronder een antwoord te kunnen geven. Het betreft geen advies bij de opvoeding van uw tiener. We willen u slechts een indruk geven van enkele gedeelde ervaringen van jongeren die met succes clean zijn gebleven en herstel vonden bij NA. Bij NA-Anonieme Verslaafden zijn jonge mensen over de gehele wereld hersteld van hun drugsverslaving. Hopelijk is dit bruikbare informatie voor iedere naastbetrokkene die graag meer wil weten over de ervaringen van jonge herstellende NA-leden.

Het NA-programma

Het programma van NA-Anonieme Verslaafden wordt omschreven in de Twaalf Stappen en in andere NA-literatuur. Wij beschouwen verslaving als een 'lichamelijke, mentale en spirituele ziekte die ons leven op alle vlakken aantast'. Herstel bij NA houdt om die reden meer in dan alleen onthouding van drugs.

Wat gebeurt er op een NA-bijeenkomst?

Gewoonlijk wordt op een NA-bijeenkomst door een groep NA-leden openlijk gedeeld over succes en tegenslag zonder drugs te gebruiken. Doorgaans wordt er gedeeld over de uitdagingen van het dagelijks leven en hoe je daarmee kunt omgaan door het toepassen van de principes van de Twaalf Stappen. Voor en na een bijeenkomst komen de leden dikwijls nog gezellig bij elkaar. In veel groepen is het de gewoonte om elkaar te begroeten met een omhelzing. NA-bijeenkomsten bieden leden de mogelijkheid om als herstellende verslaafden met elkaar in contact te komen. Op een bijeenkomst ontstaat een gevoel van verbondenheid. Dergelijke contacten zijn voor de leden van onmisbare steun bij het verwerven van een nieuwe levensstijl.

Eén van de NA-leden treedt op als voorzitter om de bijeenkomst in goede banen te leiden. Om te vieren dat iemand een bepaalde periode clean is gebleven, worden vaak sleutelhangers uitgereikt.

Als u wilt weten hoe het eraan toegaat tijdens een bijeenkomst, dan kunt u het beste zelf eens een bijeenkomst bij u in de buurt bijwonen. Bij een 'open' NA-bijeenkomst kunnen vrienden, naastbetrokkenen en andere belangstellenden aanwezig zijn. Een 'besloten' bijeenkomst is uitsluitend bedoeld voor verslaafden. Op de overzichtslijst van NA-bijeenkomsten bij u in de buurt staat vermeld of de bijeenkomst een 'open' dan wel een 'besloten' karakter heeft. U kunt ook de NA-hulplijn bellen.

Bij NA-Anonieme Verslaafden richten wij ons op herstel van de ziekte verslaving, niet op een afzonderlijk middel. NA-Anonieme Verslaafden is een gemeenschap voor herstellende verslaafden. De drugs of stemmingsveranderende middelen zelf zijn van ondergeschikt belang.

Door wie worden NA-bijeenkomsten georganiseerd?

NA is een twaalfstappenprogramma voor herstellende verslaafden. De leden zijn geen beroepskrachten uit de verslavingszorg. NA-groepen worden draaiende gehouden door NA-leden die zich ten dienste stellen van de groep. Er zijn op een bijeenkomst allerlei taken te verrichten, zoals koffiezetten, de ruimte in gereedheid brengen en het inzamelen van giften. Dergelijke verantwoordelijkheden leiden vaak tot een grotere verbondenheid en bereidheid om de betreffende bijeenkomst geregeld te bezoeken.

Aanwezigheid op bijeenkomsten

NA-leden hebben de ervaring dat het geregeld bezoeken van bijeenkomsten hen helpt om clean te blijven. Zij voelen zich hierdoor ook meer verbonden met de NA-gemeenschap en het programma. In de NA-literatuur doet men de suggestie aan nieuwkomers om, als het even kan, de eerste negentig dagen elke dag een bijeenkomst te bezoeken. Daarna is het zaak om geregeld aan bijeenkomsten te blijven deelnemen. Veel van onze jonge NA-leden ervaren het

als belemmerend voor hun herstelproces wanneer zij minder naar bijeenkomsten kunnen gaan. Voor een herstellende verslaafde staat beperkte deelname aan bijeenkomsten gelijk aan schorsing van school of het onbehandeld laten van een ziekte. Herstel brengt nieuwe, gezonde vriendschappen met zich mee en daar wordt op NA-bijeenkomsten vaak een begin mee gemaakt. Zulke vriendschappen spelen een wezenlijke rol als het gaat om onthouding van drugs en het aanleren van een nieuwe manier van leven.

Sponsorschap bij NA

Sponsorschap maakt het programma van een herstellende verslaafde compleet. Als een meer ervaren NA-lid iemand helpt die wat minder lang het programma volgt, spreken we van sponsorschap. De sponsor steunt een nieuw lid door middel van het delen van de eigen ervaring met clean blijven. Daarnaast voorziet hij of zij de *sponsee* van raad bij het toepassen van de Twaalf Stappen. Een sponsor wordt niet betaald en is geen begeleider of andere professionele hulpverlener. Of een *sponsee* al of niet clean blijft en herstelt, is niet de verantwoordelijkheid van zijn of haar sponsor. Sponsorschap is niettemin van wezenlijk belang voor een verslaafde die zonder drugs wil leren leven.

Sommige jongeren bij NA hebben een nadere kennismaking tussen ouders en sponsor als positief ervaren. Zo'n ontmoeting kan voor de ouders geruststellend zijn. Het kan evenwel schadelijk zijn voor de vertrouwensband indien u graag wilt weten wat uw (pleeg)kind met zijn of haar sponsor heeft gedeeld. Zie voor meer informatie over sponsorschap bij NA-Anonieme Verslaafden onze informatiefolder IP nr. 11 – *Sponsorschap* of het boek *Sponsorship*¹.



¹ Alle Engelse titels zijn nog niet gepubliceerd in het Nederlands.

Hoe wordt NA-Anonieme Verslaafden bekostigd?

NA voorziet in haar eigen onderhoud door middel van bijdragen van de leden. Iedereen draagt naar vermogen bij teneinde een NA-bijeenkomst draaiende te houden. Met het geld wordt de huur van de ruimte, koffie, thee en NA-literatuur betaald. NA-literatuur kan meestal op NA-bijeenkomsten worden aangeschaft. Sommige literatuur is gratis verkrijgbaar.

Botst NA-Anonieme Verslaafden met de geloofsovertuiging van mijn gezin?

NA is een spiritueel programma en steunt noch bestrijdt enige religie. Het 'spirituele programma' van NA-Anonieme Verslaafden bestaat eenvoudigweg uit de dagelijkse toepassing van principes zoals eerlijkheid en dankbaarheid. Het NA-programma is niet strijdig met religie en het stelt geloof niet als voorwaarde. In veel gevallen biedt NA een aanvulling op bestaande religieuze of spirituele overtuigingen.

Hoe jonge leden steun ondervonden vanuit hun gezin

Zodra een tiener zich aansluit bij NA, vragen de meeste ouders zich begrijpelijkerwijs af welke rol zij kunnen spelen in zijn of haar herstel. Het antwoord op deze vraag zal voor iedereen anders zijn, maar het is goed om in gedachten te houden dat herstellen van verslaving tijd vergt. De toepassing van principes uit de Twaalf Stappen is een persoonlijk en uniek leerproces dat bestaat uit zaken als het opmaken van een persoonlijke inventaris en excuses aanbieden. Hieronder volgt een overzicht om u een indruk te geven van de steun die jongeren vanuit hun gezin ervaren.

Als je echt werk maakt van NA tijdens je prille herstel, dan neem je geregeld deel aan NA-bijeenkomsten en evenementen, bel je met andere NA-leden en breng je tijd door met herstellende verslaafden die geen drugs gebruiken. Jonge NA-leden vertellen weleens dat ouders zich prettiger voelen bij hun lidmaatschap als zij de mensen uit hun nieuwe leven kunnen ontmoeten.

Herstellen bij NA-Anonieme Verslaafden is een doorlopend proces. Leden blijven deelnemen aan NA-bijeenkomsten, zelfs als zij al lange tijd geen drugs gebruiken. Het wordt niet als steun ervaren als men jonge leden vraagt wanneer ze nu eens stoppen met het bijwonen van bijeenkomsten.

Het op elkaar afstemmen van zaken zoals huiswerk en deelname aan bijeenkomsten is een steeds terugkerende opgave voor jonge NA-leden en hun ouders. Veel jongeren vonden op dit vlak samen met hun ouders een oplossing. Zij bezoeken bijvoorbeeld een bijeenkomst tussen de middag of in het weekeinde en brengen zodoende een balans aan met andere verplichtingen.

Jongeren vertellen dat ze zich het meest gesteund voelen door eenvoudige dingen. Bijvoorbeeld wanneer ouders er blijk van geven dat ze trots zijn omdat hun kind succesvol clean en herstellend is, of hun waardering laten blijken als er alweer een mijlpaal is bereikt tijdens herstel.

Steun bieden bij geheelonthouding

NA is een programma van volledige onthouding van alle drugs, met inbegrip van alcohol. Jongeren vertellen nogal eens dat hun herstel eronder heeft te lijden als gezinsleden in hun nabijheid alcohol of andere drugs gebruiken.

Als uw kind medicijnen gebruikt

NA laat zich niet uit over het gebruik van medicijnen op recept. Het kan voorkomen dat individuele NA-leden hun persoonlijke mening uiten over het gebruik van voorgeschreven medicijnen. Sommigen gaan hierin zelfs zover, dat in hun ogen uw kind niet echt

clean zou zijn. Dit zijn meningen van individuele NA-leden en niet van NA als zodanig.

Bij een verwonding of operatie kan het gebruik van pijnstillers nodig zijn. Dit kan verwarring opleveren voor ouders die proberen hun kind te steunen om clean te blijven. Het boekje getiteld *In Times of Illness* bevat ervaringen en suggesties voor leden die tijdens hun herstel pijnstillers nodig hebben.

Terugval

Het is voor sommige herstellende verslaafden niet ongewoon om terug te vallen en opnieuw drugs te gebruiken. Het gebeurt nogal eens dat gezinsleden hieraan gevolgen verbinden. Een terugval betekent echter niet dat een verslaafde nooit meer zal herstellen op basis van volledige onthouding. Een terugval kan spijtig genoeg deel uitmaken van iemands herstelproces. Onze literatuur en ervaring verzekeren echter dat 'we nog nooit iemand hebben zien terugvallen die volgens het NA-programma leeft'. Veel leden pakken het na een terugval weer op en genieten aan één stuk door van hun herstel. Zie voor meer informatie over terugval het hoofdstuk 'Herstel en terugval' in de basistekst *NA-Anonieme Verslaafden* of de informatiefolder *Herstel en terugval*.

Familieprogramma

Veel familieleden vinden steun in groepen die opgericht zijn voor gezinnen en naastbetrokkenen, zoals Nar-Anon en *Families Anonymous*. NA-Anonieme Verslaafden is niet verbonden aan deze organisaties en spreekt zich niet uit over andere programma's. We geven deze informatie in de geest van samenwerking.



Deze folder is samengesteld aan de hand van de gedeelde ervaringen van jonge NA-leden die clean zijn gebleven en met behulp van NA een nieuwe manier van leven hebben gevonden. Wij hopen dat deze informatie jongeren en hun ouders antwoord biedt op enkele veelgestelde vragen over herstellen bij NA-Anonieme Verslaafden.

Aan de Ouders of verzorgers van jongeren bij NA

Copyright © 2013 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Alle rechten voorbehouden.

World Service Office

PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
TEL (818) 773-9999
FAX (818) 700-0700
WEB www.na.org

World Service Office—Canada

Mississauga, Ontario

World Service Office—Europe

B-1050 Brussels, Belgium
TEL +32/2/646-6012

World Service Office—Iran

Tehran, Iran
www.na-iran.org



Dit is een vertaling van door de NA-gemeenschap goedgekeurde literatuur.

Narcotics Anonymous,    en The NA Way
zijn gedeponeerde handelsmerken van
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 9781557761187 • Nederlands • 9/13

WSO Catalog Item No. NL-3127

