



Narcotics Anonymous®

Anonyme Narkomane

IP nr. 2-NR

Gruppen

Gruppen

Gruppe-definisjon og formål

En gruppe i Anonyme Narkomane er et hvilken som helst møte med to eller flere rusavhengige i tilfriskning som møtes regelmessig til en bestemt tid og sted med det formål å tilfriskne fra sykdommen avhengighet. Alle Anonyme Narkomanes grupper er bundet av prinsippene i NA's tolv trinn og tolv tradisjoner. Hver gruppe har bare et hovedformål – å bringe budskapet om tilfriskning til den rusavhengige som fortsatt lider.

Det er viktig å huske vårt hovedformål slik at rusavhengige som kommer til deres første møte kan forholde seg til og identifisere seg med andre på møtet. Et av gruppens ansvar er å sørge for en atmosfære av tilfriskning for nykommeren som har et ønske om å slutte og bruke, og for de allerede eksisterende medlemmer. Vi ønsker å få nykommeren til å føle seg velkommen. Vi kan alle huske hvor redde og fryktsomme vi var da vi først kom til NA. Vi satte pris på det første smilet og lærte at en enkel kjærlig klem kunne utgjøre all verdens forskjell når vi følte oss alene. Vi trengte å finne andre lik oss selv som hadde vært igjennom det samme som oss, og som ville forstå våre følelser og opplevelser. Helt fra begynnelsen av fant vi at en hvilken som helst rusavhengig kunne holde seg rusfri ved å følge eksemplet til andre som var rusfrie og levde i NA-programmet.

Gruppen er det kraftigste redskapet i å bringe budskapet om håp og løftet om frihet fra aktiv avhengighet. En hvilken som helst rusavhengig kan slutte og bruke, miste trangten til å bruke og finne en ny og bedre måte å leve på. På møter hører vi andre rusavhengige dele deres erfaringer, styrke og håp for å

kunne holde seg selv rusfrie og hjelpe andre til å holde seg rusfrie. Vi har funnet ut at den terapeutiske verdien av at en rusavhengig hjelper en annen er uten sidestykke.

Det har vært vår erfaring at når vi går regelmessig på møter, begynner de følelsene som pleide å plage oss å forsvinne. De blir erstattet med følelser av håp, glede og takknemlighet for den nye måten å leve på vi har funnet gjennom Anonyme Narkomane. Og aller viktigst, de som fortsetter å komme regelmessig på våre møter forblir rusfrie.

Hjemmegruppe

Å velge og støtte en hjemmegruppe er en viktig del av tilfriskning. En hjemmegruppe er et møte hvor du føler deg vel, og hvor du vil delta regelmessig. Vi kaller dette vår hjemmegruppe fordi det vil si et sted hvor vi passer inn og føler tilhørighet. Det å ha en hjemmegruppe tillater oss å ha et holdpunkt hver uke hvor vi kan lære menneskene å kjenne, og de kan virkelig ble kjent med oss.

Vi utvikler et bånd til hverandre ettersom vi vokser sammen. Vi inngår en forpliktelse til vår hjemmegruppe, og hvis vi av en eller annen grunn er fraværende, vil vi bli savnet. Vår hjemmegruppe er også stedet hvor vi feirer hvert nye år med rusfri tid. Vi får ekte venner, ofte for første gang i våre liv, og lærer å respektere hverandre. Dette kan være meget viktig i vår tilfriskning.

Ettersom medlemmene modnes, gjør gruppen det også. Vi lærer å praktisere de åndelige prinsippene til Anonyme Narkomane i alle våre livsforhold. Vi lærer også å skille og dele ansvaret for veksten og velværet til gruppen.

Hjemmegruppe-medlemmer bør prøve å være oppmerksomme på problemer eller vanskeligheter gruppen deres møter og være

villige til å hjelpe. En hjemmegruppe er der hvor du stemmer som et medlem av gruppesamvittigheten i saker som angår NA som en helhet så vel som saker angående din hjemmegruppes velvære. Hjemmegrupper deltar også i å bringe budskapet om tilfriskning på et område-nivå. I ånden av enhet, med enhet i formål, og for velferden til NA som en helhet er det viktig at vi alle gjør vår del.

Dannelsen av en gruppe

Når vi starter en gruppe¹ er det å skaffe et regelmessig møtelokale første prioritering. Prøv å finne et lokale som er tjenlig for en atmosfære av tilfriskning og som vil gi mulighet til at møtet vokser. Det er viktig å finne et sted som vil tillate gruppen å praktisere den sjette tradisjonen som fastslår: "En NA-gruppe bør aldri gå god for, finansiere eller låne NA-navnet til noe beslektet formål eller utenforstående foretak, ellers kan problemer med penger, eiendom eller prestisje skille oss fra vårt hovedformål." Dette prinsippet av ikke-tilslutning tillater gruppen å utvikle sitt eget selvstyre. Etter å ha skaffet et lokale, fastsett ukedag og tidspunkt, arranger for åpning og lukking av møtestedet og andre nødvendige forberedelser. Tradisjon syv forteller oss: "Hver NA-gruppe bør være helt selvforsørget og avslå bidrag utenfra." I henhold til syvende tradisjon, opprett midler for betaling av lokalet. NA-grupper må alltid være selvforsørget. Gruppe-forpliktelsene (åpne dørene, lage kaffe, anskaffe litteratur, rydde opp o.s.v.) er best fordelt på to eller flere rusavhengige. Noen grupper har mistet sitt møtested fordi de ikke klarte å ta godt nok vare på møtelokalet. Men hvis vi forsø-

¹ For mer informasjon om å starte en NA-gruppe, se *NA-gruppen*.

ker å etterlate rommet i bedre stand enn vi fant det, beskytter vi atmosfæren av tilfriskning og ryktet til Anonyme Narkomane.

Hvis det går tregt med å få startet møtet, vær tålmodig. Erfaringer viser at det vil vokse. Støtte kan frembringes ved å kontakte den nærmeste område- eller regionkomiteen, ved kunngjøringer på andre møter og ved å distribuere løpesedler.

Når det er nok deltagelse og støtte, holdes et gruppesaksmøte. På dette første møtet blir gruppesaker formalisert (navn, format o.s.v.) og betrodde tjenere blir valgt. Selv om gruppen kan virke ganske forretningsmessig på dette tidspunktet, må vi huske at vi legger grunnlaget for å utføre vårt hovedformål. Det er vårt ansvar som gruppe-medlemmer å ta vare på NA og investere i vår tilfriskning. Det er virkelig vårt privilegium å ta del i vår hjemmegruppe.

Betrodde tjenere

Vår andre tradisjon forteller oss: “For vårt gruppeformål finnes bare en eneste autoritet – en kjærlig Gud slik han får uttrykke seg i vår gruppesamvittighet. Våre ledere er bare betrodde tjenere, de styrer ikke.” Våre betrodde tjenere er derfor ryggraden i gruppen, og deres regelmessige deltagelse på alle møtene er utrolig viktig. En av fallgruvene som har forårsaket at mange NA-grupper har lidd eller til og med opphørt har vært valget av tjenere som var ukvalifiserte til å tjene eller som ikke hadde en tid med tilfriskning i vårt fellesskap. Ofte har NA-valg sett ut som populæritetskonkurranser heller enn valget av betrodde tjenere. Tjenerene i en gruppe må bli valgt med stor omhu på grunn av ansvarlighetene som deres verv medfører, og den mulige innvirkningen dårlige tjenere kan

ha på gruppen. Oppfyllelsen av forpliktelsen i å tjene er viktig. De følgende avsnittene inneholder en kort beskrivelse av gruppens betrodde tjenere. For en mer omfattende beskrivelse, henvises til den godkjente NA-service-håndboken.

Som en generell veiledning har vi funnet ut at betrodde tjenere lykkes best hvis de har visse egenskaper som er nødvendig for utførelsen av deres forpliktelser. Disse kvalifikasjonene innebærer:

1. Villigheten og ønsket om å tjene.
2. En tid med tilfriskning i NA (vi foreslår et minimum av et års rusfri tid).
3. En forståelse og fungerende kunnskap om NA's tolv trinn og tolv tradisjoner.
4. Aktiv deltagelse i gruppen.

Sekretær

Sekretæren er ansvarlig for følgende:

- ★ Å åpne og lukke møtelokalet regelmessig – samme hva som skjer.
- ★ Å velge ut en møteleder som vil bringe NA-budskapet om tilfriskning.
- ★ Se til at kaffen blir laget.
- ★ Å føre møte-protokollene.
- ★ Å arrangere gruppesaksmøtene.
- ★ Innkjøp av forsyninger og litteratur.

Sekretæren har et stort ansvar, og derfor bør ikke denne stillingen tas lett på. Medlemmene av hjemmegruppen bør alltid være villige til å hjelpe sekretæren ved forespørsel om hjelp.

Kasserer

Kassereren er ansvarlig for følgende:

- ★ Å betale gruppens regninger.
- ★ Føre regnskap.
- ★ Å utføre gruppesamvittighetens avgjørelser for bruken av økonomiske midler.
- ★ Å lage regelmessige rapporter til gruppen.

Der er til hjelp hvis kassereren har grunnleggende matematiske ferdigheter og håndterer personlig økonomi ordentlig. Et av de største problemene vi har møtt er misbruket av gruppe-penger. Tusener av kroner i tiltrengte midler har forsvunnet. Dette misbruket begrenser ikke bare hva Anonyme Narkomane kan gjøre, det rammer hjertet av vår femte tradisjon som lyder: “Hver gruppe har kun et hovedformål – å bringe budskapet til den rusavhengige som fortsatt lider.” Kassererer som har misbrukt sine stillinger finner vanligvis ut at prisen de må betale i deres personlige tilfriskning er meget høy. Kassereren har åpenbart et alvorlig ansvar og mye omtanke bør bli lagt i å velge et medlem til å utføre denne funksjonen. For ytterligere informasjon om å tjene som en gruppe-kasserer, henvises til den NA-konferanse-godkjente *Treasurer's Handbook*.²

Gruppesservicerepresentant (GSR)

GSR er ansvarlig for følgende:

- ★ Å delta på områdeservicekomite (OSK)-møtet regelmessig.
- ★ Å gjøre tjeneste som et medlem i OSK-underkomiteer.

² Ennå ikke utgitt på norsk

- ★ Å være en forbindelse mellom gruppen og området.
- ★ Å dele ansvarligheter med vara-GSR.
- ★ Å holde gruppen nøyaktig registrert hos World Service Office (WSO).

Den viktigste delen av denne stillingen er å være talerør for gruppen. Gruppeservicerepresentanten er det vesentlige leddet mellom gruppen og resten av fellesskapet. GSR-en er den formelle veien for kommunikasjon hvis formål er å representere gruppesamvittigheten i saker som angår andre grupper eller NA som helhet. Denne plikten krever at representanten sørger for informasjon til gruppen angående utviklinger i det verdensomspennende NA-fellesskapet, og å dele med området alle aktiviteter, styrker eller problemer i gruppen. Det er viktig at GSR-en ikke bryter NA's kommunikasjonskjede.

Vara-gruppeservicerepresentant (vara-GSR)

Stillingen som vara-GSR tilsvarer den til GSR bortsett fra at det er en to-årig forpliktelse med det første året brukt til opplæring og det andre året som GSR. Det er påkrevd at vara-GSR deltar på hvert OSK-møte for å lære og være en støtte til GSR-en. Vara-GSR opptrer også som GSR når GSR er fraværende.

Andre måter å yte tjeneste på

De foregående nevnte stillinger er valgte, betrodde tjenere med bestemte tjenesteperioder. Andre måter vi kan yte tjeneste på er som taler eller møteleder; disse betrodde tjenere er vanligvis valgt av gruppesekretæren. Utover i det verdensomspennende fellesskapet er det utallige betegnelser som blir

benyttet og forskjellige måter å lede møter på. Vår fjerde tradisjon lover oss selvstyre så lenge disse saker ikke påvirker andre grupper eller NA som helhet. Denne mangfoldigheten beriker vårt fellesskap og øker vår effektivitet. Vårt hovedformål er alltid å bringe budskapet om tilfriskning til rusavhengige som fortsatt lider.

Møteleder

Møtelederen – som også mange steder kalles “formann” – bør ha erfaring, styrke og håp å dele fra regelmessig deltagelse på møter i Anonyme Narkomane. Denne personen er ansvarlig for at diskusjonen går greit og at gruppeformatet følges. Møtelederen må huske at det er alles møte og ikke kommentere etter at hver person har delt.

Personen som leder møtet er ansvarlig for at det etableres en atmosfære av tilfriskning. Selv om det å dele problemer er nødvendig for identifisering, er deling av løsninger nødvendig for tilfriskning. Det bør alltid stå klart for møtelederen at vi er her i den bestemte hensikt å holde oss rusfrie og hjelpe andre rusavhengige til å finne tilfriskning fra avhengighet.

Taler

NA-medlemmet valgt til å tale på et møte behøver å være noen som arbeider med og lever i NA's tilfriskningsprogram, som er de tolv trinn og tolv tradisjoner. I områder hvor det ikke er en overflod av NA-medlemmer med tilstrekkelig rusfri tid eller erfaring med de tolv trinn og tolv tradisjoner, er det en mulighet for at en gruppe uten erfaring i Anonyme Narkomane kan misforstå NA-tradisjoner og invitere talere som ikke tilhører NA-fellesskapet. Det er flere måter

å unngå denne situasjonen på. Vår “Basic Text”, for eksempel, minner oss på at NA-medlemmer fra andre områder er villige til å reise lange avstander for å støtte nye grupper. Taleren hjelper til med å oppfylle gruppens hovedformål, å bringe budskapet om tilfriskning videre til den rusavhengige som fortsatt lider. Når vi taler på et NA-møte, bør vi være omhyggelige med å gi et klart budskap om tilfriskning ved å identifisere oss selv som rusavhengige i tilfriskning fra sykdommen avhengighet. Det er ikke nødvendig å dvele overdrevent ved vår aktive avhengighet eller “krigs-historier”, fordi vi alle vet hvordan det var å bruke. Vi kom til Anonyme Narkomane for å slutte og bruke og vi er her for å dele vår erfaring, styrke og håp om tilfriskning.



Til våre nye grupper i områder som er under etablering: Vi har funnet ut at trinnstudiemøter og litteraturstudie-møter er en meget viktig begynnelse i medlemmers vekst. Vi oppmuntrer dere til å gjøre deres beste sammen i kjærlighet og fellesskap, og fortsette med å komme tilbake: Det fungerer!

**Vår takknemlighet vises...
når vi bryr oss om
og når vi deler
med andre på NA-måten.**

Copyright © 1994 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.

Alle rettigheter forbeholdt

World Service Office

PO Box 9999

Van Nuys, CA 91409 USA

T 818.773.9999

F 818.700.0700

Website: www.na.org

World Service Office—CANADA

Mississauga, Ontario

World Service Office—EUROPE

Brussels, Belgium

T +32/2/646 6012



World Service Office—IRAN

Tehran, Iran

www.na-iran.org



Oversettelse av litteratur godkjent av NA-fellesskapet.

Narcotics Anonymous , , , og The NA Way
er registrerte varemerker for

Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-55776-214-6

Norwegian

5/14

WSO Catalog Item No. NR-3102