

Sponsorskap

En av de første anbefalingene, når vi begynner å gå på møter, er å få oss en sponsor. Som nykommere forstår vi kanskje ikke hva dette betyr. Hva er en sponsor? Hvordan får vi en og hvordan bruker vi en? Hvor finner vi en? Denne brosjyren er tenkt å være en kort introduksjon til sponsorskap.

Basic Tekst sier at NAs hjerte slår når to rusavhengige deler sin tilfriskning med hverandre, og sponsorskap er ganske enkelt en rusavhengig som hjelper en annen. Sponsorskap er en åndelig, kjærlig og medfølende relasjon, som fungerer begge veier, både for sponsor og sponsee.

HVEM er en sponsor?

Sponsorskap er et personlig og privat forhold, som kan bety forskjellig ting for forskjellige mennesker. Som denne brosjyren sier, er en NA sponsor et medlem av Anonyme Narkomane, som lever vårt tilfriskningsprogram og er villig til å bygge et spesielt, støttende og personlig forhold med oss. De fleste medlemmer ser på en sponsor, først og fremst som noen som kan hjelpe oss i arbeidet med NAs Tolv Trinn og noen ganger også de Tolv Tradisjoner og de Tolv Konsepter. En sponsor er ikke nødvendigvis en venn, men kan være en vi betror oss til. Vi kan dele ting med vår sponsor som kanskje ville vært ukomfortabelt å dele på et møte.

Forholdet jeg har til min sponsor, har vært nøkkelen til å lære meg å stole på andre mennesker og arbeide med trinnene. Jeg delte det kaoset livet mitt var, med sponsor, og han delte at han hadde opplevd det samme. Han begynte å lære meg hvordan jeg kunne leve uten rusmidler.

HVA gjør en sponsor?

Sponsorer deler sin erfaring, styrke og håp med sine sponseer. Noen beskriver sin sponsor som kjærlig og medfølende, en de kan stole på, som lytter og støtter dem uansett. Andre verdsetter objektiviteten og uavhengigheten en sponsor kan tilby, og stoler på deres direkte og ærlige innspill selv om det kan være vanskelig å akseptere. Mens andre igjen hovedsakelig bruker sponsor for veiledning gjennom de Tolv Trinn.

En gang var det en som spurte, "Hvorfor trenger jeg en sponsor?" Sponsoren svarte, "Vel det er ganske vanskelig å få øye på selvbedraget...på egen hånd."

Sponsorskap fungerer av samme grunn som NA gjør – fordi medlemmer i tilfriskning har både avhengighet og tilfriskning tilfelles, og i mange tilfeller har forståelse for hverandre. En sponsors rolle er ikke å være juridisk rådgiver, bankmann, foreldre, ekteskapsrådgiver eller sosial arbeider. En sponsor er heller ikke en terapeut som tilbyr profesjonell veiledning. En sponsor er helt enkelt en annen rusavhengig i tilfriskning, som er villig til å dele sin vei gjennom de Tolv Trinn.

Når vi deler våre bekymringer og spørsmål med våre sponsorer, vil de av og til dele sine egne erfaringer. Til tider kan de foreslå lese- eller skriveoppgaver eller prøve å svare på våre spørsmål om programmet. Når vi er nye i NA, kan en sponsor hjelpe oss å forstå de tingene som kan forvirre oss i programmet, alt fra NA språk, møteformater og tjenestestruktur, til meningen med NAs prinsipper og betydningen av åndelig oppvåkning.

HVA gjør en sponsee?

Et forslag er å ha regelmessig kontakt med vår sponsor. I tillegg til å ringe vår sponsor, kan vi avtale å treffes på møter. Noen spon-

sorer vil fortelle oss hvor ofte de forventer at vi tar kontakt, mens andre ikke setter slike krav. Hvis vi ikke kan finne en sponsor som bor i nærheten av oss, kan vi bruke teknologi eller post for å holde kontakten. Uansett hvordan vi kommuniserer med vår sponsor er det viktig at vi er ærlige og lytter med et åpent sinn.

Jeg stoler på at min sponsor vil gi meg veiledning og et nytt perspektiv. Om ikke annet er sponsor en viktig rettesnor. Noen ganger er alt som skal til, å si noe høyt til andre, slik at jeg kan se ting annerledes.

Vi kan bekymre oss for å være til bry og nøler med å kontakte våre sponsorer eller vi kan tro at våre sponsorer vil ha noe tilbake fra oss. Men sannheten er at våre sponsorer får like mye ut av forholdet, som vi gjør. I vårt program, tror vi at vi bare kan beholde det vi har, ved å gi det videre; ved å bruke våre sponsorer hjelper vi faktisk dem å forbli rusfrie og tilfriskne.

HVORDAN får vi en sponsor?

Alt vi trenger å gjøre for å få en sponsor, er å spørre. Selv om dette er enkelt, behøver det ikke å være lett. Mange av oss er redde for å spørre noen om å bli vår sponsor. I aktiv avhengighet, kan vi ha lært å ikke stole på noen og tanken på å spørre noen om og lytte til oss og hjelpe oss, kan føles fremmed og skremmende. Uansett, så beskrives de fleste av våre medlemmer, sponsorskap som en avgjørende del av sin tilfriskning. Av og til tar vi mot til oss, bare for å oppleve at noen sier nei. Hvis det skjer, må vi være utholdne, beholde troen og ikke ta hans eller hennes avgjørelse, personlig. Grunnen til at folk kan gi oss et avslag, behøver ikke å ha noe med oss å gjøre; de har kanskje travle liv eller mange sponseer eller de kan være i

en vanskelig tid selv. Vi trenger å bekrefte vår tro og spørre noen andre.

Når jeg valgte min sponsor, så jeg på det som et intervju. Passer vi? Hva er dine forventninger og hva er mine? Jeg så etter noen med et åpent sinn, som det føltes komfortabelt å snakke med.

Det beste stedet å se etter en sponsor er på et NA møte. Andre steder å lete etter en sponsor er NA treff, som for eksempel service møter og konventer. I søken etter en sponsor ser de fleste medlemmene etter noen de føler at de kan lære å stole på, noen som virker medfølende og er aktive i programmet. De fleste medlemmer, spesielt de som er nye i NA, synes at det er viktig å finne en sponsor med mer rusfri tid, enn de selv har.

En god tommelfinger regel er å se etter en med tilsvarende erfaring, som kan kjenne seg igjen i det vi strever med og det vi får til. For de fleste kan det å finne en sponsor av samme kjønn gjøre denne innlevelsen enklere og hjelper oss til å føle oss trygge i forholdet. Noen føler at kjønn ikke behøver å være en avgjørende faktor. Vi står fritt til å velge vår egen sponsor. Uansett anbefales det på det sterkeste at vi lar vær å inngå et sponsorskaps forhold som kan føre til seksuell tiltrekning. En slik tiltrekning kan avlede oss i fra sponsorskapets sanne natur og forstyrre vår evne til å dele ærlig med hverandre.

Da jeg ble rusfri, var jeg usikker, ensom og villig til å gjøre hva som helst for litt trygghet og selskap. Det naturlige for meg var å tilfredstille disse behovene uten å fokusere på hva som var nødvendig for å bygge en grunnmur i min tilfriskning. Takk Gud for integriteten til de medlemmene som støttet meg og ikke utnyttet meg i tidlig tilfriskning.

Noen ganger undrer våre medlemmer om det er greit å ha mer enn en sponsor. Mens enkelte rusavhengige velger denne veien, vil de fleste advare mot den, dette fordi det å ha mer enn en sponsor kan friste dem til å være manipulerende for å få de svarene eller den veiledningen de selv ønsker.

NÅR skal vi få oss en sponsor?

De fleste medlemmer synes det er viktig å få seg en sponsor så fort som mulig, mens andre vektlegger at det er minst like viktig å ta seg litt tid til å se seg rundt og ta en veloverveid beslutning. Å gå på mange møter vil hjelpe oss med å avgjøre hvem vi er trygge på og hvem vi kan lære å stole på. Mens vi leter etter en sponsor og noen tilbyr seg, trenger vi ikke si ja. En viktig ting å huske på er at om vi finner en sponsor i tidlig tilfriskning, står vi fritt til å bytte sponsor senere, hvis den personen ikke møter våre behov.

Jeg sammenlignet den tidsnøden jeg hadde da jeg skulle skaffe meg en sponsor, med det å drukne. Jeg trengte den livredderen/sponsoren øyeblikkelig.

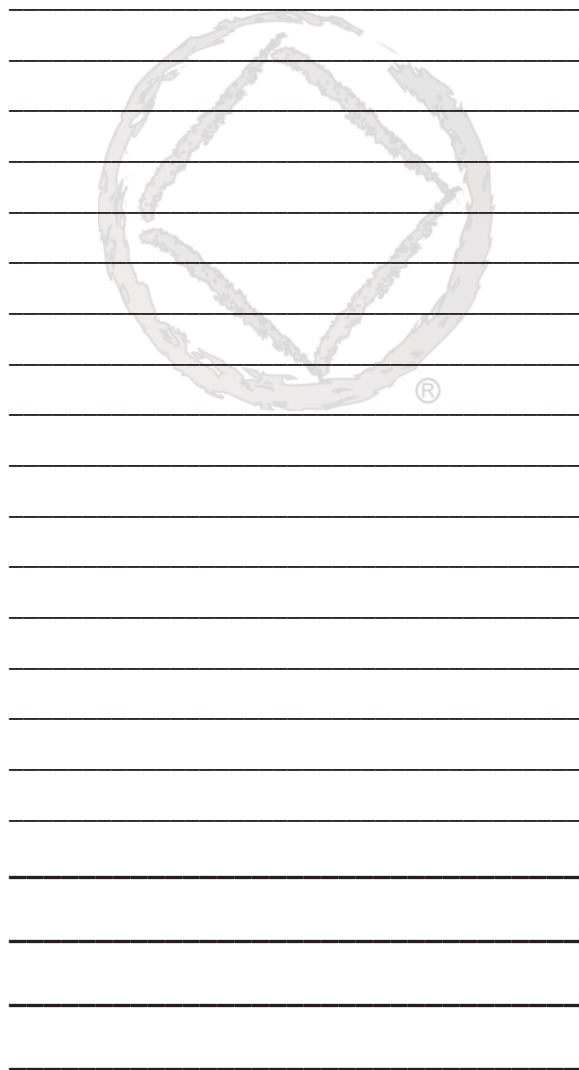
Når vi er nye i programmet trenger vi å strekke ut en hånd til andre rusavhengige for å få hjelp og støtte. Det er aldri for tidlig å både få og bruke telefonnummer og begynne å dele med andre rusavhengige i tilfriskning. Grunnen til at vårt program virker er hjelpen vi kan tilby andre. Vi trenger ikke lenger å leve i isolasjon, og vi begynner å føle oss som en del av noe større enn oss selv. Sponsorskap hjelper oss med å se, at ved å ha kommet til NA har vi endelig kommet hjem.

Kanskje har du spørsmål om sponsorskap som denne brosjyren ikke besvarte for deg. Selv om det kanskje ikke finnes "riktige" eller "gale" svar – vårt fellesskaps erfaring varierer

fra sted til sted og medlem til medlem – vi har en bok om sponsorskap* som grundigere behandler mange andre spørsmål om sponsorskap.

*Nå tilgjengelig kun på engelsk

KONTAKTER:



Copyright © 1994, 2005 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Alle rettigheter reservert

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'Été
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



Dette er en oversettelse av
NA Fellesskap-godkjent litteratur.

Narcotics Anonymous    og The NA Way
er registrerte varemerker for
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 1-55776-188-4 Norwegian 6/05
WSO Catalog Item No. NR-3111



Narcotics Anonymous®
Anonyme Narkomane

IP Nr. 11-NR

Sponsorskap

Revidert