

## Sponsoring

Jedną z pierwszych sugestii, jaką wielu z nas słyszy, kiedy zaczynamy uczęszczać na mityngi NA, jest: „znajdź sponsora”. Jako nowoprzybyli, możemy nie rozumieć, co to znaczy. Kim jest sponsor? Jak go znaleźć i jak korzystać z jego pomocy? Gdzie możemy go znaleźć? Ta ulotka jest wprowadzeniem, które przybliży zagadnienie sponsoringu.

Nasz Tekst Podstawowy mówi, że „serce NA bije, kiedy dwoje uzależnionych dzieli się swoim zdrowieniem”, a sponsoring to po prostu jeden uzależniony pomagający drugiemu. Ta wzajemna relacja, oparta na duchowości, empatii i miłości, pomaga zarówno sponsorowi, jak i sponsorowanemu.

### KTO to jest sponsor?

Sponsoring to osobista i poufna relacja, która dla każdego może mieć inne znaczenie. Jako że mowa w tej ulotce o NA, sponsor to członek Wspólnoty Anonimowych Narkomanów, który żyje Programem zdrowienia i ma gotowość do budowania wyjątkowej relacji wsparcia z drugim uzależnionym. Dla większości członków Wspólnoty sponsor lub sponsorka to przede wszystkim ktoś, kto pomoże nam w pracy nad Programem Dwunastu Kroków NA, czasami też nad Dwunastoma Tradycjami i Dwunastoma Koncepcjami NA. Sponsor nie musi być koniecznie naszym przyjacielem, ale może być kimś, komu ufamy. Możemy dzielić się z nim tym, o czym trudno byłoby nam powiedzieć na mityngu.

Moja relacja ze sponsorem stała się dla mnie kluczem do zdobywania zaufania względem innych ludzi oraz pracy nad Krokami. Z moim sponsorem dzieliłem się tym, że żyłem w totalnym chaosie, a on dzielił się ze mną tym, że był w tym samym miejscu. Zaczął mnie uczyć, jak żyć bez narkotyków.

## CO robi sponsor?

Sponsor dzieli się swoim doświadczeniem, siłą i nadzieją ze swoimi sponsorowanymi. Niektórzy opisują swoich sponsorów jako osoby kochające i współczujące, na które można liczyć, które słuchają i wspierają, bez względu na wszystko. Inni cenią u sponsora obiektywizm i bezstronność, polegając na jego szczerym i bezpośrednim przekazie, nawet kiedy jest on trudny do zaakceptowania.

Ktoś kiedyś zapytał: „Czemu potrzebuję sponsora?”. Sponsor odpowiedział: „No wiesz, ciężko jest wychwycić samooszukiwanie się... samemu”.

Sponsoring działa z tych samych powodów, z jakich działa Program NA – ponieważ zdrowiejący członkowie dzielą się wspólnymi doświadczeniami z choroby i zdrowienia, a w wielu przypadkach potrafią się wczuć i utożsamić z innymi. Rola sponsora nie jest identyczna z zadaniami osobistego doradcy, bankiera, rodzica, terapeuty rodzinnego czy pracownika socjalnego. Sponsor nie jest też terapeutą oferującym profesjonalne porady. Sponsor to po prostu drugi zdrowiejący uzależniony, który jest gotowy dzielić się swoim doświadczeniem w przebytej drodze poprzez Dwanaście Kroków.

Kiedy dzielimy się obawami i pytaniami ze swoim sponsorem czy sponsorkami, zwykle dzielą się oni z nami swoim doświadczeniem. W innych sytuacjach mogą zasugerować przeczytanie czegoś lub napisanie jakiegoś zadania albo mogą spróbować odpowiedzieć nam na pytania dotyczące Programu. Kiedy jesteśmy nowi we Wspólnocie, sponsor może pomóc nam zrozumieć rzeczy, które mogą nas na początku dezorientować, w Programie, języku Anonimowych Narkomanów,

w różnych formułach mityngów, w strukturze służb czy nawet w zrozumieniu znaczenia zasad NA i natury przebudzenia duchowego.

## CO robi sponsorowany?

Jedną z sugestii jest utrzymywanie regularnego kontaktu ze sponsorem. Sugerujemy, żeby dodatkowo kontaktować się przez telefon, możemy też zaplanować spotkanie się na mityngu. Część sponsorów powie nam, jak często należy się z nimi kontaktować, natomiast inni nie będą stawiali takich wymagań. Jeżeli nie możemy znaleźć sponsora, który mieszka w pobliżu, możemy poszukać innego sposobu kontaktu, np. poprzez Internet lub pocztę. Bez względu na to jak komunikujemy się z naszym sponsorem, ważne jest, abyśmy byli szczerzy i słuchali bez uprzedzeń.

Opieram się na sugestiach mojej sponsorki, ona wskazuje mi kierunek i nowe perspektywy. Kiedy wszystko inne zawodzi, ona jest ważnym powiernikiem. Czasami wszystko, czego trzeba, to wypowiedzieć coś na głos do drugiej osoby, żeby móc spojrzeć na to inaczej.

Możemy się obawiać, że jesteśmy obciążeniem dla sponsora i wahać się przed nawiązaniem kontaktu, lub możemy mniemać, że nasi sponsorzy będą chcieli od nas coś w zamian. Prawda jest taka, że nasi sponsorzy zyskują dokładnie tyle samo, ile my zyskujemy na tej relacji. W naszym Programie wierzymy, że możemy zachować to, co mamy, tylko poprzez dzielenie się tym z innymi; korzystając z pomocy naszych sponsorów, pomagamy im zdrowieć i pozostać czystymi.

## JAK znaleźć sponsora?

Wszystko, co należy zrobić, aby znaleźć sponsora, to zapytać. Wydaje się to proste, ale może nie być łatwe. Wielu z nas boi się zapytać kogoś o to, czy będzie naszym sponsorem. W trakcie czynnego uzależnienia mogliśmy się nauczyć, aby nie ufać nikomu, więc pomyśl, żeby poprosić kogoś, żeby nas słuchał i pomógł nam, może wydawać się obcy i przerażający. Mimo to większość członków opisuje sponsoring jako przełomową część zdrowienia. Czasem w końcu zbieramy się na odwagę tylko po to, żeby usłyszeć odmowę. Jeżeli tak się stanie, powinniśmy być wytrwali, mieć wiarę i starać się nie odbierać takiej decyzji zbyt osobiście. Powody, dla których ludzie odmawiają, prawdopodobnie nie mają niczego wspólnego z nami: mogą być bardzo zajęci swoim życiem lub wieloma sponsorowanymi, mogą też przechodzić trudny okres. Możemy ponownie potwierdzić naszą wiarę i zapytać kogoś innego.

Kiedy wybrałem sponsora, przyglądałem mu się jak na rozmowie kwalifikacyjnej. Pasujemy do siebie? Jakie są Twoje oczekiwania i jakie są moje? Szukałem kogoś bez uprzedzeń, z kim mógłbym swobodnie rozmawiać.

Najlepszym miejscem na znalezienie sponsora jest mityng NA. Innymi miejscami, gdzie możemy szukać, to zloty czy konferencje organizowane przez NA. W wyborze sponsora większość członków szuka kogoś, komu mogą zaufać, kto wydaje się być współczujący oraz żyje Programem zdrowienia. Osoby, szczególnie nowoprzybyłe, często kierują się tym, czy sponsor ma dłuższy staż czystości.

Bardzo praktycznym będzie znalezienie kogoś z podobnymi doświadczeniami,

z kim możemy się utożsamić, dzielić troskami i osiągnięciami. Dla większości znalezienie sponsora tej samej płci ułatwia wzajemne zrozumienie i pomaga czuć się swobodnie i bezpiecznie w takiej relacji. Niektórzy uważają, że płeć nie musi być czynnikiem rozstrzygającym. Mamy prawo do wyboru naszego osobistego sponsora. Mimo wszystko sugerujemy, aby unikać sponsoringu, który może prowadzić do relacji opartej na pociągu seksualnym. Taka sytuacja może odrywać nas od prawdziwej natury sponsoringu i kolidować ze zdolnością do uczciwego dzielenia się wzajemnym doświadczeniem.

**Kiedy zaczęłam utrzymywać czystość, byłam niepewna, samotna i gotowa na wszystko, żeby zyskać trochę pocieszenia i towarzystwa. Moją naturalną skłonnością było zaspokajanie pragnień i niekoncentrowanie się na tym, co pozwoliłoby mi zbudować solidną podstawę mojego zdrowienia. Dziękuję Bogu za uczciwość tych członków, którzy mnie wspierali i nie wykorzystali moich słabości i skłonności na początku mojego zdrowienia.**

Czasami zdrowiejący uzależnieni zastanawiają się nad tym, czy byłoby w porządku, gdyby mieli więcej niż jednego sponsora. Niektórzy wybierają taką drogę, większość jednak przestrzega przed takim wyborem, tłumacząc, że mając więcej niż jednego sponsora, możemy być skłonni do manipulacji, w celu uzyskania takiego potwierdzenia lub pokierowania, jakiego sami poszukujemy.

## KIEDY powinniśmy znaleźć sponsora?

Większość uzależnionych kładzie nacisk na jak najszybsze znalezienie sponsora, inni tłumaczą, że kluczowy jest czas, żeby móc

się rozejrzeć i podjąć świadomą decyzję. Chodzenie na wiele mityngów może nam pomóc zdecydować, z kim czujemy się komfortowo i komu możemy nauczyć się ufać. Jeżeli w trakcie naszych poszukiwań ktoś nam zaproponuje sponsoring, nie musimy się zgadzać. Warto zapamiętania jest to, że jeśli znajdziemy sponsora, który pomaga nam we wczesnych dniach zdrowienia, to zawsze mamy wolny wybór i możemy zmienić sponsora, jeżeli ta osoba nie spełnia naszych kryteriów.

**Porównywałam czas na znalezienie sponsora z czasem, kiedy się tonie. Potrzebowałam tego ratownika-sponsora natychmiast!**

Kiedy jesteśmy na początku drogi, mamy potrzebę dotarcia do drugiego uzależnionego po pomoc i wsparcie. Często nie jest łatwo korzystać z numerów telefonu i zacząć dzielić się z innymi uzależnionymi. Nasz Program działa, ponieważ możemy zaoferować sobie wzajemną pomoc. Nie musimy już dłużej żyć w izolacji, możemy czuć się częścią czegoś większego od nas samych. Sponsoring pomaga nam dostrzec, że przychodząc do NA, wreszcie trafiliśmy do domu.

Możesz mieć jeszcze inne pytania, na które ta ulotka nie odpowiedziała. Mimo że nie ma „dobrych” i „złych” odpowiedzi na Twoje pytania – doświadczenia Wspólnoty różnią się tak, jak doświadczenia różnych uzależnionych – mamy książkę o sponsoringu\*, która zajmuje się tymi kwestiami na głębszych płaszczyznach.

\* Dostępna tylko w języku angielskim.

## Kontakt:

Copyright © 2012 by  
Narcotics Anonymous World Services, Inc.  
Wszystkie prawa zastrzeżone

World Service Office  
PO Box 9999  
Van Nuys, CA 91409 USA  
T 818.773.9999  
F 818.700.0700  
Website: [www.na.org](http://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](http://www.na-iran.org)

Wspólnota  
**Anonimowych Narkomanów**  
regionu języka polskiego  
Spis mityngów, kontakt, literatura  
on-line, więcej informacji  
na stronie internetowej:  
[www.anonimowinarkomani.org](http://www.anonimowinarkomani.org)



Tłumaczenie literatury zaaprobowanej przez Wspólnotę NA.

Narcotics Anonymous,    i The NA Way  
są znakami zastrzeżonymi

Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-55776-930-5 Polish 8/12

WSO Catalog Item No. PL-3111



**Narcotics Anonymous®**  
**Anonimowi Narkomani**

IP Nr. 11-PL

## Sponsoring