

Sponsorship

Når vi begynder at gå til NA-møder, får vi mange forslag. Et af de første er at få en sponsor. Som nykommere forstår vi måske ikke, hvad dette betyder. Hvad er en sponsor? Hvordan får vi en? Hvordan bruger vi en sponsor? Hvor finder vi en? Denne pamflet er tænkt som en kort introduktion til Sponsorship.

Vores Basis Tekst fortæller os, at "hjertet i NA slår, når to addicts deler deres bedring." Sponsorship er ganske enkelt en addict, som hjælper en anden. Sponsorship er et gensidigt og kærligt, åndeligt og medfølelse forhold, som hjælper både sponsor og sponsee.

HVEM kan være sponsor?

Sponsorship er et personligt og privat forhold, der kan have forskellig betydning fra person til person. I denne pamflet defineres en NA-sponsor som et medlem af Narcotics Anonymous, som lever vores program om bedring, og som er villig til at opbygge et specielt, støttende og personligt forhold til os. De fleste medlemmer tænker først og fremmest på en sponsor som en, der kan hjælpe os med at praktisere NA's Tolv Trin – og nogle gange de Tolv Traditioner og de Tolv Koncepter. En sponsor er ikke nødvendigvis en ven, men i hvert tilfælde en, vi har tillid til. Vi kan dele ting med vores sponsor, som vi ikke ville bryde os om at dele på et møde.

"Mit forhold til min sponsor var nøglen til at jeg kunne få tillid til andre mennesker og at praktisere trinene. Jeg delte om det fuldstændige kaos, som mit liv var blevet til, og han delte, at det kunne han genkende. Han begyndte at lære mig, hvordan jeg kunne leve uden at bruge stoffer."

HVAD gør en sponsor?

Sponsorer deler deres erfaring, styrke og håb med deres sponsees. Nogle medlemmer beskriver deres sponsor som kærlig og medfølelse og som en, de kan regne med vil lytte og støtte dem uanset hvad. Andre medlemmer værdsætter, at sponsoren er neutral og upåvirkelig og stoler på deres direkte og ærlige svar, selvom de kan være svære at acceptere. Endnu andre bruger fortrinsvis en sponsor til at guide dem gennem de Tolv Trin.

"Engang var der en der spurgte, 'Hvad skal jeg bruge en sponsor til?' Sponsoren svarede, 'Tja, det er meget svært selv at få øje på selvbedrag!'"

Sponsorship virker af samme grund som NA virker – fordi medlemmer i bedring deler om fælles bånd til addiction og bedring – og i mange tilfælde endda sætter sig i hinandens sted. En sponsors rolle er ikke advokatens, bankmandens, forælders, ægte-skabsrådgiverens eller sagsbehandlerens. Ej heller er en sponsor terapeut, der tilbyder en eller anden form for professionel rådgivning. En sponsor er ganske enkelt en anden addict i bedring, som er villig til at dele hans eller hendes rejse gennem de Tolv Trin.

Når vi deler vores bekymringer og spørgsmål med vores sponsorer, vil de nogle gange dele deres egne erfaringer med os. Andre gange vil de måske foreslå, at vi læser eller skriver opgaver eller de vil prøve at besvare vores spørgsmål om programmet. Når vi er nye i NA, kan en sponsor hjælpe os med at forstå de ting i programmet, der forvirrer os, lige fra NA-sproget, mødestrukturen og servicestrukturen til meningen med NA-principperne og karakteren af åndelig opvågning.

HVAD skal en sponsee gøre?

Et forslag er at være i regelmæssig kontakt med sin sponsor. Udover at ringe til vores sponsor kan vi aftale at mødes til møder. Nogle sponsorer vil fortælle os, hvor ofte de forventer, at vi kontakter dem, mens andre ikke vil stille sådanne krav. Hvis vi ikke kan finde en sponsor, som bor tæt på os, kan vi bruge elektroniske hjælpemidler eller post for at holde kontakten. Uanset hvordan vi kommunikerer med vores sponsor, er det vigtigt, at vi er ærlige og lytter med et åbent sind.

"Jeg har tillid til, at min sponsor giver mig generel vejledning og et nyt perspektiv. Om ikke andet er hun en god sparringspartner. Nogle gange er det nok bare at sige det højt til en anden, for at jeg ser anderledes på tingene."

Måske tøver vi med at kontakte vores sponsorer, fordi vi tror, at vi ligger dem til last eller at de vil have noget til gengæld. Men sandheden er, at forholdet gavner vores sponsorer lige så meget, som det gavner os. Ifølge vores program kan vi kun beholde det, vi har, ved at give det videre. Når vi bruger vores sponsorer, hjælper vi dem faktisk med at forblive clean og i bedring.

HVORDAN får vi en sponsor?

Vi behøver blot at spørge for at få en sponsor. Selvom det er simpelt, er det måske ikke let. Mange af os er bange for at bede en anden om at blive vores sponsor. Vi havde måske lært ikke at stole på nogen, mens vi var aktive. Forestillingen om at bede nogen om at hjælpe og lytte til os kan forekomme skræmmende og fremmed. De fleste af vores medlemmer beskriver ikke desto mindre sponsorship som en vigtig del af deres bedring. Nogle gange tager vi endelig mod til os for så at få et nej. Hvis det sker, skal vi ikke give op, men have tro og

undgå at tage hans eller hendes beslutning personligt. Årsagerne til, at vi måske får et nej, har sikkert ikke noget med os at gøre: Måske har de for travlt, mange sponsees eller går igennem svære tider. Vi er nødt til at forny vores tro og spørge en anden.

"Da jeg valgte min sponsor, anså jeg det som et interview. Passer vi sammen? Hvad er dine forventninger, og hvad er mine? Jeg var på udkig efter en eller anden med et åbent sind, som jeg følte, var behagelig at tale med."

Det bedste sted at lede efter en sponsor er på et NA-møde. Vi kan også lede andre steder efter en sponsor for eksempel til NA-begivenheder såsom servicemøder og konventer. Når vi søger efter en sponsor, leder de fleste efter en eller anden, som de tror, de kan lære at have tillid til, som virker medfølelse og som er aktiv i programmet. De fleste medlemmer – især nykommere i NA – anser det for væsentligt, at de finder en sponsor med længere cleantime end dem selv.

En god tommelfingerregel er at se efter en med lignende erfaringer, og som kan forstå vores kampe og sejre. Når vi finder en sponsor af det samme køn, gør det for de fleste af os empatien nemmere og giver større tryghed i forholdet. Nogle mener ikke, at køn er en afgørende faktor. Det står os frit for at vælge vores egen sponsor. Det anbefales dog på det kraftigste, at vi undgår sponsorforhold, der kan føre til seksuel tiltrækning. En sådan tiltrækning kan aflede os fra formålet med sponsorship og forstyrre vores evne til at dele ærligt med hinanden.

"Da jeg blev clean, var jeg usikker, ensom og villig til at gøre hvad som helst for at få tryghed og selskab. Min naturlige tilbøjelighed var at tilfredsstille disse behov og se bort fra

det, som var nødvendigt, for at jeg kunne bygge et solidt fundament for min bedring. Gudskelov havde de medlemmer, som hjalp mig i begyndelsen, så meget besindighed, at de ikke udnyttede mig."

Nogle gange overvejer medlemmer, om det er i orden at have mere end én sponsor. Mens nogle addicts vælger denne løsning, advarer de fleste imod den. Forklaringen er, at det at have mere end én sponsor kan friste til manipulation for at få de svar eller den vejledning, man gerne vil have.

HVORNÅR skal vi få en sponsor?

De fleste medlemmer anser det for vigtigt at få en sponsor så hurtigt som muligt, mens andre anser det for lige så vigtigt at bruge lidt tid på at se sig omkring og træffe en velbegrundet beslutning. Når vi går til mange møder, hjælper det os med at beslutte, hvem vi har det godt sammen med, og hvem vi kan lære at have tillid til. Mens vi ser efter en sponsor, kan det være, at en eller anden tilbyder sig, men det betyder ikke, at vi skal sige ja. Det er vigtigt at huske, at hvis vi får en sponsor, der kan hjælpe os i vores tidlige bedring, står det os frit for senere at skifte sponsor, hvis denne ikke lever op til vores behov.

"Jeg sammenlignede det at få en sponsor på rette tidspunkt med det at drukne. Jeg havde behov for den livredder/sponsor øjeblikkeligt!"

Når vi er nye i programmet, har vi behov for at række ud efter andre addicts for at få hjælp og støtte. Det er aldrig for tidligt at få og bruge telefonnumre og at begynde at dele med andre addicts i bedring. Vores program virker på grund af den hjælp, vi kan tilbyde hinanden. Vi behøver ikke længere at leve i isolation. Vi begynder at føle os som en del af noget større end os selv. Spon-

sorship hjælper os til at se, at vi endelig er kommet hjem, når vi kommer til NA.

Du har måske spørgsmål om sponsorship, som denne pamflet ikke har besvaret. Fordi erfaringerne i vores fællesskab er forskellige fra samfund til samfund og fra medlem til medlem, er der hverken "rigtige" eller "forkerte" svar på dine spørgsmål. Vi har imidlertid en bog om *Sponsorship**, som mere indgående tager en række emner omkring sponsorship op.

* Ikke oversat til dans

Kontakter:

Horizontal lines for contact information, with a large, faint NA logo watermark in the center.

Copyright © 2005 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Alle rettigheder 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



Dette er en oversættelse af litteratur, godkendt af NA-fællesskabet.

Narcotics Anonymous, og The NA Way er registrerede varemærker, der tilhører Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-55776-607-6 Danish 9/19

WSO Catalog Item No. DK3111



Narcotics Anonymous®

IP nr. 11-DK

Sponsorship