

Szponzorálás

Amikor elkezdünk gyűlésekre járni, az első javaslatok között halljuk, hogy „szerez egy szponzort”. Újonnan érkezőként talán nem értjük, mit is jelent ez. Mi a szponzor? Hogyan keressük, hogyan használjuk, és hol találjuk meg? Ez a kis füzet röviden bemutatja a szponzorálást.

A Basic Text* szerint „az NA szíve akkor dobog, amikor két függő megosztja egymással a felépülését”. A szponzorálás egyszerűen az, amikor egyik függő segít a másiknak. A szponzorálás kétoldalú, szerető, és megértő lelki kapcsolat, ami a szponzornak és a szponzorálnak egyaránt segít.

Ki a szponzor?

A szponzori kapcsolat egy személyes és bizalmas kapcsolat, ami mindenki számára mást jelenthet. E kis füzet szerint az NA szponzor a Narcotics Anonymous tagja, aki éli a felépülés programját, és hajlandó kialakítani velünk együtt egy különleges, támogató, személyes kapcsolatot. A legtöbb NA-s szerint a szponzor leginkább az NA Tizenkét Lépésében, illetve a Tizenkét Hagyomány és a Tizenkét Elv megértésében segíthet. A szponzor nem feltétlenül barát, de mindenképpen olyan valaki, akiben megbízunk. A szponzorunkkal megoszthatunk olyan dolgokat, amit gyűlésen kényelmetlennek találnánk.

A szponzorommal való kapcsolatom volt a kulcs ahhoz, hogy bízzak másokban és dolgozzak a lépéseken. Megosztottam vele életem teljes káoszát, ő pedig elmondta, hogy ismeri ezt az állapotot. Ő kezdett el megtanítani drogok nélkül élni.

Mi a szponzor dolga?

A szponzorok megosztják tapasztalatukat, erejüket és reményüket a szponzoráltjukkal. Sokan szerető és megértő emberként jellemzik szponzorukat, akire számíthatnak, aki meghallgatja és támogatja őket, történjen bármi. Mások az objektivitást és az elfogulatlanságot értékelik, megbízva szponzoruk őszinteségében, még ha ezt nehéz is elfogadni. Megint mások leginkább a Tizenkét Lépéshez szükséges útmutatásért fordulnak szponzorukhoz.

Valaki egyszer megkérdezte, „Miért van szükségem szponzorra?”. A szponzor így válaszolt: „Mert egyedül nehéz észre venni, ha megvezeted magad.”

A szponzori kapcsolat ugyanazon elv alapján működik, mint az NA – a felépülő függők megosztják egymással a függőség és a felépülés közös dolgait, ezáltal pedig azonosulni tudnak egymással. A szponzor szerepe nem azonos egy jogi tanácsadóéval, bankáréval, szülőével, házassági tanácsadóéval vagy szociális munkáséval. Még csak nem is terapeuta a szponzor, aki valamilyen szakértői tanácsal lát el. A szponzor egyszerűen egy másik függő a felépülésben, aki hajlandó megosztani tapasztalatát a Tizenkét Lépésen keresztül.

Megosztjuk aggodalmainkat a szponzorunkkal, feltesszük neki a kérdéseinket, néha pedig ő is elmondja saját tapasztalatait. Máskor inkább azt javasolja, hogy olvassunk, írjunk magunkról, vagy próbáljunk meg mi magunk válaszolni a programmal kapcsolatos kérdéseinkre. Amikor újak vagyunk az NA-ban, a szponzor segíthet megérteni azokat a dolgokat, amik zavarosnak tűnnek a programmal kapcsolatban: az NA nyelvezettől, a gyűlések fajtáitól és a szolgálati felépítéstől kezdve az NA elvek jelentőség és a lelki ébredés természetéig.

Mi a szponzorált dolga?

Javasolt, hogy legyünk rendszeres kapcsolatban a szponzorunkkal. A telefonbeszélgetések mellett találkozhatunk vele a gyűléseken is. Vannak szponzorok, akik megszabják, hogy milyen időközönként jelentkezzünk, míg mások nem tesznek ilyen kikötéseket. Ha nem találunk a közelünkben élő szponzort, használhatjuk a modern technika eszközeit, vagy levélben is tarthatjuk a kapcsolatot. Függetlenül attól, hogy milyen gyakran kommunikálunk szponzorunkkal, fontos, hogy őszinték legyünk és nyitottak.

Megbízom a szponzoromban, hogy általános útmutatást adjon, és új távlatokat mutasson. Ha mással nem is, fontos visszajelzéssel mindenképpen tud szolgálni. Néha elég kimondanom hangosan valakinek a dolgokat, hogy másképp lássam őket.

Előfordulhat, hogy attól tartunk: a szponzorunk terhére vagyunk, és nem merjük felhívni, vagy azt hisszük, hogy ő is vár tőlünk valamit. De igazából a szponzorunknak is ugyanolyan hasznos a kapcsolatunk, mint nekünk. A programunk értelmében hisszük, hogy csak úgy tarthatjuk meg, amink van, ha továbbadjuk; azzal, hogy használjuk a szponzorunkat, valójában segítünk neki tisztának maradni és felépülni.

HOGYAN szerezzünk szponzort?

Ha szponzort szeretnénk – csak kérünk kell. Ez azonban legalább olyan nehéz, mint amilyen egyszerű. Sokan félünk felkérni valakit szponzornak. Aktív függőségünk alatt megtanultuk, hogy ne bízzunk senkiben. Már annak gondolata is, hogy segítséget és figyelmet kérjünk valakitől, idegen és ijesztő lehet számunkra. Mindezek ellenére legtöbbünk a felépülés fontos részének tartja a szponzori kapcsolatot. Előfordul, hogy amikor végre

összeszedjük bátorságunkat, nemet mondanak nekünk. Ebben az esetben kitartónak kell lennünk, meg kell próbálnunk elhinni, hogy a döntés nem a személyünk ellen szól. A visszautasítás oka valószínűleg nem mi vagyunk. Talán túl elfoglalt, sok szponzoráltja van már, vagy nehéz időket él át. Ilyenkor meg kell erősítenünk hitünket, és fel kell kérnünk valaki mást.

A szponzorom felkérését egy interjúnak tekintettem. Össeillünk? Mik a te elvárásaid és mik az enyéme? Egy nyitott embert keresem, akivel nyugodtan tudok beszélni.

A szponzor keresésére legalkalmasabb hely az NA gyűlés, vagy NA-s rendezvények, mint a szolgálati gyűlések vagy a találkozók. A szponzorkeresésnél legtöbbször olyan valakit választunk, akiben meg tudunk bízni, aki megértőnek látszik, és aktívan éli a programot. Legtöbbször – de különösen, akik újak az NA-ban – fontosnak tartjuk, hogy olyan szponzorunk legyen, aki nálunk régebb óta tiszta.

A bevált „szabály” szerint olyasvalakit keressünk, akinek hasonló tapasztalatai vannak, és aki tud azonosulni küzdelmeinkkel és sikereinkkel. Legtöbbször, ha azonos nemű szponzort választunk, könnyebben tudunk egymással azonosulni, és biztonságosabbnak érezzük a kapcsolatot. Néhányan úgy érzik, hogy nem döntő a nemek kérdése, hiszen szponzorunkat szabadon megválaszthatjuk. Nagyon ajánlatos azonban az olyan szponzori kapcsolat elkerülése, ami szexuális vonzalomhoz vezethet. Az ilyen vonzalom eltéríthet minket a szponzori kapcsolat valódi természetétől, és akadályozhat az őszinte megosztásban.

* Jelenleg csak angol nyelven áll rendelkezésre.

Amikor kitisztultam, bizonytalan és magányos voltam, és bármit megtettem volna, hogy jobban érezzem magam, és hogy legyen valakim. Természetes hajlamom arra irányult, hogy vágyaim kielégítésével, és ne a felépülésem megalapozásával foglalkozzak. Az engem támogató NA-sok, Istennek hála, tisztességesek voltak, és nem éltek vissza ezzel felépülésem korai szakaszában.

Néha elgondolkodunk azon, hogy lehet-e több szponzorunk? Míg néhány függő ezt az utat választja, a legtöbben óva intenek ettől, mivel (egynél) több szponzor esetén a manipuláció kísértésébe eshetünk, hogy olyan válaszokat és útmutatást halljunk, amelyet hallani akarunk.

MIKOR szerezzünk szponzort?

Sokunk szerint fontos minél előbb szponzort találni, míg mások szerint ugyanolyan fontos egy kis időt szánni a keresgélésre, hogy megalapozott döntést hozzunk. A gyűlések látogatása segíthet eldönteni, ki is az, akivel nyugodtan el tudunk beszélgetni, és akiben megbízunk. Ha szponzorkeresésünk közben valaki felajánlkozik, nem kell igent mondanunk neki. Fontos tudnunk, hogyha van is már szponzorunk – aki segít a felépülésünk elején – később szabadon választhatunk valaki mást, ha az a személy nem elégíti ki szükségleteinket.

Szponzorom felkérésének időszakát a fuldokláshoz hasonlítottam. Életmentő szponzorra volt szükségem, de azonnal!

Amikor újak vagyunk a programban, ki kell nyújtanunk a kezünket a többi függő felé, hogy segítsenek. Soha nem túl korai telefonszámokat szerezni és használni is azokat, és megosztani más felépülő függőkkel. Programunk az egymásnak nyújtott segítség révén

működik. Nem kell többé elszigetelten élnünk, és végre valami nálunk nagyobb dolog részének érezhetjük magunkat. A szponzori kapcsolat segíthet felismerni, hogy – ha az NA-ba járunk – végső soron haza érkezünk.

Lehetnek még kérdéseid a szponzori kapcsolatról, amiket ez a kis füzet nem válaszolt meg. Nincsenek „jó” vagy „rossz” válaszok – közösségünk tapasztalata csoportonként és tagonként változik – de van egy könyvünk* a szponzori kapcsolatról, ami ezt a témát sokkal mélyrehatóbban tárgyalja.

Elérhetőségek:



Copyright © 2009 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc
Minden jog fenntartva

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



Ez az NA Közössége által jóváhagyott irodalomfordítás.

A Narcotics Anonymous,    és a The NA Way
a Narcotics Anonymous World Services, Incorporated
bejegyzett védjegyei.

ISBN 978-1-55776-769-1 Hungarian 2/09

WSO Catalog Item No. HU-3111

* Jelenleg csak angol nyelven áll rendelkezésre.



Narcotics Anonymous®

IP No. 11-HU

Szponzorálás