



E pamflet választ próbál adni egy pár kérdésre, melyek szülőkben vagy gondviselőkben merülhetnek fel, amikor egy fiatal csatlakozik a Narcotics Anonymous szervezethez. Az itt megadott információ nem tanácsként szolgál arra vonatkozóan, hogyan neveld a gyermeked, sokkal inkább olyan fiatalok tapasztalatainak beszámolója, akik sikeresen tisztán maradtak és megtalálták a felépülés útját az NA-ban. Világszerte számtalan fiatal tag talált rá a drogfüggőségből való felépülésre a Narcotics Anonymousban és reméljük, hogy ez az információ segítségére lesz bármely hozzátartozónak, aki szeretne többet megtudni a fiatalok felépülési tapasztalatairól.

Az NA programja

Az NA programja megtalálható a Tizenkét Lépésben (valamint más NA-s irodalomban) és a függőségre összpontosít, mint egy „testi, lelki, és spirituális betegség, mely hatással van életünk minden területére”. Ebből fakadóan az NA-ban történő felépülés többet jelent, mint csupán a drogoktól való abstinencia.

MI TÖRTÉNIK AZ NA GYÜLÉSEKEN?

Amit nagy valószínűséggel találunk egy NA gyűlésen, az egy olyan tagokból álló csoport, akik nyíltan beszélnek a tisztaságukkal kapcsolatos sikereikről és nehézségeikről. A tagok gyakran alapvető életviteli kihívásokról számolnak be, és arról, hogy hogyan próbáltak ezen kihívásokkal szembenézni a Tizenkét Lépésben szereplő elveket gyakorolva. A tagok gyakran beszélgetnek gyűlések előtt és után, sok közösségben ölelésekkel üdvözlik egymást. Az NA gyűlések lehetőségként szolgálnak a tagoknak más felépülő függőkkel való kapcsolatok építésére, és egy közösségi szellem kialakítására. Ezek a kapcsolatok központi jelentőségűek ahhoz, hogy a tagok támogatva érezhessék magukat az új életformájukban. Az

NA gyűléseket tipikusan egy bizonyos tag vezeti le, aki a gyűlésvezető elnöki szolgálatot elvállalta. Sok csoport bilétákat oszt ki, hogy a felépülés mérföldköveit megünnepeljék.

A legjobb módszer, hogy megtudjuk, mi is történik egy NA gyűlésen az, hogy részt veszünk egyen a környéken. A „Nyitott” NA gyűléseken szívesen látnak barátokat, családtagokat és a lakossági közösség tagjait, a „Zárt” gyűlésekkel ellentétben, amelyeken csak függők vehetnek részt. A helyi NA gyűlések címtára vagy a segélyvonal általában jelzi, hogy melyik gyűlések nyitottak és melyikiek zártak.

Az NA-ban a felépülésünk fókusz a függőség betegségén van és nem egy bizonyos szeren. Bár az NA jelentése „Narcotics Anonymous” de az NA egy közösség függők számára, akik bármilyen fajta drogot vagy más tudatmódosító szert használtak.

KI VEZETI AZ NA GYÜLÉSEKET?

Az NA egy Tizenkét-Lépéses program felépülő függők számára; a tagok nem drogfüggőségi szakemberek. Az NA csoportokat NA tagok működtetik és jellemzően különböző szolgálati felelősségeket vállalnak egy helyi NA csoportban (mint például székek elrendezése, kávéfőzés, vagy a tagok hozzájárulása-inak begyűjtése). Ezek a felvállalt felelősségek általában nagyobb elkötelezettséget jelentenek, hogy rendszeresebben látogassanak bizonyos NA gyűléseket.

GYÜLÉSEKEN VALÓ RÉSZVÉTEL

Az NA tagok tapasztalata az, hogy a rendszeres gyűlésre járás segíti őket a tisztán maradásban és a kapcsolatuk erősítésében az NA programmal és a közösséggel. Az NA irodalom ajánlja, hogy az új tagok járjanak el legalább az első kilencven napig naponta egy gyűlésre, amikor lehetséges, utána pedig tartásuk fenn a rendszeres gyűlésre járást. Sok fiatal tag számolt be arról, hogy sértheti a felépülésük folyamatát, ha el vannak tiltva a gyűlésre járástól. Egy felépülő függőnek ez egyenlő az iskolától való eltiltással vagy egy betegség kezelésének tiltásával. A felépülés magában foglalja az új, egészséges kapcsolatok építését és ez általában az NA gyűléseken kezdődik. Ezek a kapcsolatok fontos részét képezik a drogoktól való abstinencia elérésének és az új életmód elsajátításának.

SZPONZORÁLÁS AZ NA-BAN

A szponzor nélkülözhetetlen része egy felépülő függő programjának. A szponzor egy tapasztaltabb NA tag, aki a tisztán maradással kapcsolatos tapasztalatai átadásával segít egy újabb tagnak, és vezeti a „szponzoráltat” a Tizenkét Lépés alkalmazásában. A szponzor nincs fizetve, nem egy tanácsadó és nem is egy szakember. A szponzor nem tartozik felelősséggel a szponzoráltja felépüléséért vagy azért, hogy a szponzorált képes legyen tisztán maradni. Azonban ez a kapcsolat létfontosságú ahhoz, hogy a függők megtanuljanak drogok nélkül élni.

Néhány fiatalkorú NA tag azt tapasztalta, hogy találkozó szervezésével a szponzoruk és a szülei között segíthet a szülőknek könnyebben elfogadni és kellemesebbé tenni ezt az új kapcsolatot. Ugyanakkor a szponzorálás bizalmon és titoktartáson alapul. Megkérni egy szponzort, hogy olyan információkról beszéljen, amit a szponzoráltja osztott meg vele, veszélyeztetheti e kapcsolat alapjait. Az NA szponzorálással kapcsolatos bővebb információkat a 11-es számú információs füzet vagy a Szponzorálás¹ című könyvünk tartalmaz.

HOGYAN FINANSZÍROZZUK AZ NA-T?

Az NA önfenntartó, a tagok hozzájárulásainak segítségével. Azok, akik megtehetik, egy kis összeggel támogatják, hogy segítsék az NA gyűlések további működtetését. Ebből a pénzből finanszírozzák a terembérlési díjakat, a frissítőket, valamint az NA irodalom beszerzését. Az NA irodalom általában megvásárolható NA gyűléseken, azonban némely irodalmunk díjmentesen áll rendelkezésre.

¹ Még nem jelent meg magyarul.

EL FOGJA AZ NA TÉRÍTENI A GYERMEKEMET A CSALÁDI VALLÁSTÓL?

Az NA egy spirituális program, amely nem támogatja, de nem is ellenzi egyik vallást sem. Az NA „spirituális programja” egyszerűen egyes elvek – mint például az őszinteség és a hála - gyakorlati alkalmazása, a mindennapi életben. Az NA nem verseng, vagy ütközik vallással, és azt sem várja el a tagoktól, hogy vallások legyenek. Sok esetben az NA program kiegészít egy már meglévő vallási vagy spirituális meggyőződést.

Hogyan találtak a fiatal tagok támogatásra a családjuk részéről

Amikor egy fiatal személy rátalál az NA-ra, a legtöbb szülő csak azt szeretné tudni, hogy milyen szerepet töltsön be a szeretett gyermeke felépülésében. A válasz erre a kérdésre mindenkinek más lesz, viszont fontos szem előtt tartani, hogy a felépülés egy hosszadalmas folyamat. A Tizenkét Lépés elveinek elsajátítása és ezeknek gyakorlása egyedi és személyes élmény, melynek olyan összetevői is vannak, mint például egy személyes leltár készítése vagy jóvátételek nyújtása. Ez a rész kihangsúlyoz néhány módszert, amikor is a fiatal tagok támogatásra leltek a családjuk részéről a felépülésükhöz.

Az, hogy az NA prioritássá váljon a korai felépülésben, tipikusan azt jelenti, hogy a tagok rendszeresen járnak gyűlésekre és eseményekre, telefonos kapcsolatot tartanak más tagokkal, és időt töltenek olyan felépülésben lévő függőkkel, akik



már nem használnak drogokat. A fiatal tagok gyakran számolnak be arról, hogy a szüleik kellemesebben érzik magukat, ha lehetőségük van találkozni azokkal az NA tagokkal, akikkel napi kapcsolatot tartanak fent.

Az NA-ban történő felépülés egy hosszantartó folyamat, és a tagok rendszeresen járnak gyűlésre jóval az után is, hogy abbahagyták a drogok használatát. Sok fiatal tag állítja, hogy amikor azt kérdezik tőlük, hogy mikor hagyják abba a gyűlések látogatását, azt nem találják támogató jellegűnek.

Olyan felelősségek kezelése, mint az iskolába járás és a gyűlések látogatása többnyire ugyancsak kihívást jelent mind a fiatal tagok, mind a szüleik számára. Sok fiatal együttműködött a szüleivel, hogy olyan gyűléseket találjanak, amelyek nem ütköznek ezekkel a felelősségekkel - mint például déli vagy hétvégi gyűlések -, hogy egyensúly alakulhasson ki a felépülés és más felelősségek között.

A fiatal tagok azt mondják, hogy olyan egyszerű dolgok nyújtják számukra a legtöbb támogatást, mint a szülői elismerés a felépülésük évfordulóján, vagy amikor azt mondják, hogy büszkék a gyermekük sikerére a tisztán maradásban és a felépülés megtalálásában.

A TELJES ABSZTINENCIA TÁMOGATÁSA

Az NA a minden drogtól való teljes absztinencia programja, beleértve az alkoholt is. A fiatal tagok gyakran számolnak be arról, hogy az olyan hozzátartozókkal való időtöltés, akik alkoholt vagy más drogokat használnak, megnehezíti a felépülésüket.

HA A GYERMEKED GYÓGYSZERT SZED

Az NA-nak nincs véleménye az orvos által felírt gyógyszerek használatára vonatkozóan. Azonban az NA tagok néha megosztják a személyes véleményüket az orvos által felírt gyógyszerek használatával kapcsolatban, amelyek a lelki vagy a testi egészséget segítik elő. A tagok akár azt is mondhatják a gyermekének, hogy nem tiszta. Ezek az egyes NA tagok egyéni véleményei és nem az NA szervezeté.

Sérülések vagy műtétek, amelyek miatt fájdalomcsillapítóra lehet szükség összezavarhatják azokat a szülőket, akik támo-

gatni próbálják gyermeküket a drogtól való absztinenciájában. Az *In Times of Illness*² című füzet tapasztalatokat és útbaigazítást nyújt olyan tagok számára, akiknek szükséges fájdalomcsillapítókat szedni a felépülésük során.

A VISSZAESÉS MEGÉRTÉSE

A felépülő függőknél nem szokatlan a visszaesés, és a drogok használatához való visszatérés. Ez a viselkedésforma gyakran következményeket vált ki a családtagokból, de egy visszaesés nem feltétlenül azt jelenti, hogy egy függő nem fog visszatérni a felépülés útjára, és hogy nem fogja esetleg megtalálni a droghasználatától való tartós absztinenciát. Sajnos a visszaesés része néhány ember felépülési folyamatának. Ugyanakkor az irodalmunk és a tapasztalatunk alapján kijelenthetjük „soha nem láttunk még olyan személyt visszaesni, aki a Narcotics Anonymous programja szerint él”. Sok tagunk visszatér a visszaesésből és hosszú távú felépülést élvez. A visszaeséssel kapcsolatos bővebb információt a Narcotics Anonymous Basic Textben, a „Felépülés és visszaesés” című fejezetben, valamint a Felépülés és visszaesés információs füzetben találhat.

TÁMOGATÁS CSALÁDOKNAK

Sok családtag megtalálja a támogatást, amire szüksége van azokban a csoportokban, melyeket a függők családjainak vagy szeretteinek alakítottak ki (mint például Nar-Anon vagy Families Anonymous). A Narcotics Anonymous nem áll összeköttetésben ezekkel a szervezetekkel és nem is ajánljuk egyik vagy másik programot sem. Csupán együttműködési szellem céljából nyújtjuk ezt az információt.

Ez az anyag olyan fiatal tagok közös tapasztalataira épült, akik tiszták maradtak és találtak egy új életmódot a Narcotics Anonymous révén. Reméljük, hogy ez a füzet segíteni fog fiataloknak és családjaiknak, hogy választ találjanak néhány nagyon gyakori kérdésre az NA-ban történő felépülésről.



² Még nem jelent meg magyarul.

Copyright © 2018 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
WEB www.na.org

World Service Office–Canada

Mississauga, Ontario

World Service Office–Europe

Brussels, Belgium
TEL +32/2/646-6012

World Service Office–Iran

Tehran, Iran
www.na-iran.org



Ez az NA Közössége által jóváhagyott irodalomfordítás.

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

ISBN 97816338017552 • Hungarian • 10/18

WSO Catalog Item No. HU3127



[AZ NA-S
FIATALOK
SZÜLEI vagy
gondviselői
számára]