

NA-GRUPPER OG MEDISIN



SERVICE RELATERT MATERIALE
IKKE MENT TIL Å BLI LEST PÅ TILFRISKNINGSMØTER

NA-GRUPPER OG MEDISIN

Som det beskrives i brosjyren *Ved sykdom* er valget om å ta foreskrevne medisiner en personlig beslutning som tas av det enkelte medlem i samråd med sponsor, lege og høyere makt. Det er en beslutning som mange medlemmer kjemper seg gjennom. Dette er ikke noe som gruppen bestemmer. Denne brosjyren er ikke ment å veilede medlemmer om den personlige beslutningen om å ta eller ikke ta medisiner, eller å forsøke å overbevise medlemmer om å ha spesielle meninger om bruk av medisiner. Denne brosjyren peker isteden på at grupper ofte er bedre i stand til å bringe NA-budskapet og ønske alle velkommen på et møte når vi som medlemmer går sammen om å diskutere dette emnet. Hver gruppe er selvstyrt, og denne brosjyren er ganske enkelt ment å gi gruppen et verktøy som kan være til hjelp i slike diskusjoner. I disse diskusjonene må vi huske på at uavhengig av våre personlige oppfatninger, beslutninger, erfaringer og meninger, så minner de tolv tradisjoner oss om at bruk av medisiner er en sak som ligger utenfor NA-gruppen og at alle rusavhengige er velkommen til NA.

Under følger noen eksempler på enkelte av de utfordringene som grupper møter på NA-møter når det gjelder bruk av medisiner. Denne informasjonen er ment som et innspill til NA-grupper om hvordan de kan forholde seg til denne saken. Rusmiddelerstatning som en del av denne diskusjonen tas opp som eget punkt, fordi NAs filosofi om fullstendig avholdenhet skiller mellom medisin som tas som erstatning og foreskrevne medisin som tas for andre mentale eller fysiske helsetilstander. Vi håper at følgende forslag vil hjelpe gruppene i deres anstrengelser for å bevare enhet, ønske medlemmer velkommen og etablere en atmosfære av tilfriskning.

*Vår felles velferd bør komme først,
personlig tilfriskning avhenger av NA-enhet.*

Tradisjon en

Når NA-grupper ser på medisiner, inkludert bruk av foreskrevne medisiner i forbindelse med operasjoner, skader, sykdom og mental helse, kan vi begynne med å erkjenne kompleksiteten i det hele. De som tar medisiner føler seg ofte bedømt og behandlet som om de ikke hører hjemme i NA, og noen mener at et medlems beslutning om å dele mens de bruker medisiner ødelegger møtets atmosfære av tilfriskning. Noen medlemmer har sett venner som har brukt medisiner ta tilbakefall, og noen har sett venner som har brukt medisiner stabilisere seg og forbli rusfrie. På tross av de sterke følelsene vi kan ha om bruk av medisiner, så må gruppen forbli fokusert på hvordan den best kan ønske medlemmer velkommen og bringe NA-budskapet om tilfriskning.

Under finner du eksempler på noen av de utfordringene grupper har på NA-møter når det gjelder emnet medisin:

Noen av oss blir fortalt at vi ikke er rusfrie hvis vi bruker medisiner, og at vi derfor ikke burde dele på møter. Betyr dette at de av oss som lider av depresjon skal ignorere våre leger, selv om vi tar våre medisiner som foreskrevet? Hører jeg hjemme i dette fellesskapet?

Et medlem i vår gruppe tar medisiner og deler på møtet. Vi blir opprørte fordi vi er redd for at dette vil forstyrre møtets atmosfære. Burde gruppen spørre personen om å avstå fra å dele til medlemmet slutter med medisiner?

Vi har et medlem som er rusavhengig og som åpenbart også er mentalt syk. Når han bruker medisiner fungerer han ganske bra, men noen ganger slutter han å ta dem og da bryter helvetet løs. Han tror at å være fullstendig avholdende vil gjøre ham til et fullverdig medlem. Hva skal vi si når han spør oss om han er rusfri?

Uansett hva våre personlige oppfatninger, observasjoner og erfaringer er om bruk av medisiner, så må NA-gruppens fokus være på hvordan vi sammen kan arbeide for å bringe NA-budskapet på våre møter. Tradisjon en i *Det virker: Hvordan og hvorfor* minner oss på at "akkurat som

anonymitet er det åndelige grunnlag for våre tradisjoner, så er enheten det snakkes om i første tradisjon det praktiske grunnlaget som vi kan bygge sterke og fremgangsrike grupper på." Med enhet som vårt praktiske grunnlag, oppdager vi at våre relasjoner med hverandre er viktigere enn ethvert spørsmål som kan føre til at vi splittes. Intet problem og ingen uenighet er viktigere enn våre behov for gjensidig støtte.

Å UTVIKLE ENHET

Spørsmålet som NA-grupper må vurdere er: hvordan, uavhengig av våre utfordringer, ønsker vi mennesker velkommen og bringer NA-budskapet? Vår enhet og vårt hovedformål kan veilede oss i våre anstrengelser for å ønske medlemmer velkommen og bringe en atmosfære av tilfriskning. På denne måten kan vi hjelpe NA-medlemmer med å bruke NA-programmet til å anvende tilfriskningsprinsipper i sine liv, uansett hvilken situasjon de befinner seg i. Følgende er noen eksempler på hvordan grupper kan strebe etter enhet og gjestfrihet, selv om de står overfor flere utfordringer:

- ◆ Når gruppemedlemmer fritt deler om sin egen tilfriskning og betrodde tjenere ønsker medlemmer velkommen, er gruppene vanligvis i stand til å bringe NA-budskapet videre i ulike og kanskje utfordrende situasjoner.
- ◆ Hvis noen deler et budskap som setter atmosfæren av tilfriskning på spill, kan andre gruppemedlemmer varsomt forsøke å gjenopprette møtets fokus etter at personen har delt. Det betyr ikke at gruppemedlemmer skal korrigere og rydde opp i alt som blir sagt, men de kan fritt dele av sin erfaring, styrke og håp, og tilby et alternativt syn på saken.
- ◆ Det kan også hjelpe å velge møteledere og sekretærer med omhu, personer som er i stand til å opprettholde en atmosfære av tilfriskning under møtet. Hvis nødvendig, kan møtelederen hjelpe til med å refokusere møtet ved å ta en femminutters

pause eller spørre gruppen om å delta i bønn. En kjærlig og inkluderende holdning fra møteleder og medlemmer er vanligvis den mest effektive måten å komme seg gjennom disse situasjonene på.

- ◆ Gruppen kan tenke på hvordan den kan praktisere prinsipper som toleranse, kjærlighet og medfølelse i situasjoner som kan forårsake engstelse. Ved å tenke på hvordan vi kan møte disse potensielt skremmende situasjonene med medfølelse og toleranse, heller enn å reagere, kan vi gjøre det enklere for gruppen å opprettholde en atmosfære av tilfriskning og bringe NA-budskapet videre.

GRUPPEDISKUSJONER

En av de mest effektive måtene en gruppe kan arbeide på, er å løse disse utfordringene ved å diskutere gruppens hovedformål. En diskusjon som fokuserer på hvordan gruppedeltakere tar imot mennesker i NA, kan hjelpe til med å klargjøre hva gruppen er ansvarlig for og hva gruppen ikke er ansvarlig for. En gruppediskusjon kan også hjelpe medlemmene til å bli oppmerksomme på hvordan de behandler de som kommer på møter. For eksempel, hvis en gruppe har en ugjestfri holdning overfor nye medlemmer som bruker medisiner på grunn av en medisinsk tilstand, så vil gruppen sannsynligvis fremmedgjøre nettopp de menneskene den forsøker å bringe NA-budskapet til. Å diskutere spørsmålene under kan hjelpe gruppedeltakerne med å tenke på hvordan de kan opprettholde en atmosfære av tilfriskning i vanskelige situasjoner:

- ◆ Hva gjør gruppen vår for å hjelpe nye medlemmer til å føle seg velkommen? Hvordan kan vår gruppe bedre ønske nykommere velkommen?
- ◆ Hva kan gruppen vår gjøre for å lage og opprettholde en sterk atmosfære av tilfriskning?
- ◆ Hva kan gruppen vår gjøre for å fremme enhet?
- ◆ Hva kan gruppen vår gjøre for å bidra til å sikre at alle medlemmer (særlig de av våre medlemmer som utfordres) føler seg akseptert og verdsatt?

TJENESTE OG BRUK AV MEDISIN

En annen sak som grupper ofte strever med er om et medlem som tar medisiner skal kunne gjøre tjeneste i gruppen eller innenfor tjenestestrukturen. Gruppene må utvise skjønn når de beslutter om et medlem er i stand til å utføre oppgaven knyttet til tjenesteposisjonen, ikke om medlemmet tar medisiner. Hvis et medlem virker å være akutt ustabil, vil han eller hun ikke passe til å gjøre tjeneste, uavhengig om medlemmet tar medisiner.

RUSMIDDELERSTATNING

Per definisjon brukes rusmiddelstatning av en annen årsak enn foreskrevne medisiner for mentale eller fysiske helseproblemer. Denne forskjellen gjør rusmiddelstatning til en annen sak for oss i NA. Når det gjelder de som deltar i rusmiddelstatningsprogram, er det nyttig å huske på at vår tredje tradisjon klart forteller oss at medlemskap i NA oppnås når noen har et ønske om å slutte å bruke eller ønsker å være medlemmer, ikke om de er rusfrie. Uavhengig av hva som er tilfellet, så er gruppenes mål fremdeles å ønske alle personer som går inn på et møte velkommen.

Domstolen har forlangt at personer som bruker rusmiddelstatning skal delta på NA-møter. Noen av disse rusavhengige deler på vårt møte. Er dette en utenforliggende sak? Hva med vårt budskap om fullstendig avholdenhet? Vi ønsker å gjøre det rette, men vi er bekymret for at nykommeren vil få et feilaktig budskap. Det er liv og død vi snakker om!

Noen NA-medlemmer har lav toleranse overfor personer som bruker rusmiddelstatning fordi de ser på dette som en motsetning til NAs prinsipp om total avholdenhet. Noen av oss føler frykt når personer som bruker rusmiddelstatning ønsker å dele eller snakke på vegne av NA. Det kan være nyttig for oss alle å huske på at mange rusavhengige som bruker rusmiddelstatning til slutt blir rusfrie, forblir rusfrie, og finner et liv som de ikke trodde var mulig

før de kom til NA. Denne prosessen skjer ikke alltid når den rusavhengige går på sitt første møte – å bli rusfri og forbli rusfri er ofte en beslutning som tas etter å ha gått på mange møter over en lengre periode.

Fordi NA er et program med total avholdenhet, ønsker grupper noen ganger å begrense deltagelse for medlemmer som bruker rusmiddelstatning for å sikre klarhet i NAs budskap. Allikevel må vi balansere ideen om begrenset deltagelse med ideen om at medlemskap i NA kommer med ønsket om å slutte å bruke, ikke med om man er avholden. Som kapitlet på tradisjon tre i *Det virker: Hvordan og hvorfor* minner oss på, "Et ønske kan ikke måles. Det finnes i hjertet til hvert medlem. Fordi vi ikke kan bedømme det eneste kravet til medlemskap, oppmuntres vi til å åpne dørene til våre møter på vidt gap for alle rusavhengige som ønsker å delta."

Å åpne dørene for disse medlemmene betyr at gruppene må bruke tid på å diskutere dette og finne ut hvordan de skal få alle til å føle seg velkommen. Hver gruppe er selvstyrt, og en gruppes samvittighet vil være det som til slutt bestemmer nivået av deltagelse for de som bruker rusmiddelstatning. Noen grupper bestemmer seg kanskje for å oppmuntre dem som bruker rusmiddelstatning til å tjene som kaffe- eller tekokere, eller til å gjøre rent, istedenfor å inneha lederposisjoner. Disse forpliktelsene vil kanskje oppmuntre dem til et ønske om fullstendig avholdenhet gjennom å tillate disse medlemmene å føle seg som en del av NA.

Virkeligheten er at noen grupper allerede tillater at personer som bruker rusmiddelstatning deler og leder møter, mens andre ikke gjør det. Selv om vi kanskje ikke bifaller et slikt nivå av delaktighet, kan vi ganske enkelt erkjenne hvordan ting er, og tenke på hvordan vi kan oppmuntre alle medlemmer til å bli rusfrie og finne det håpet og den tilfriskningen som er mulig i NA. Det store spørsmålet som gruppene sitter igjen med er: hvordan skal gruppen opprettholde NAs filosofi om total avholdenhet og samtidig ønske rusavhengige velkommen til våre grupper og møter? Det aller viktigste er at vi ikke lar vår frykt komme i veien for

gruppens evne til å bringe videre NAs budskap om håp og frihet videre.

Den eneste betingelse for medlemskap er et ønske om å slutte å bruke rusmidler.

Tradisjon tre

En av de vanskeligste delene av denne diskusjonen er at selv om en NA-gruppe fritt kan be de som har brukt samme dag om å avholde seg fra å dele på møtet, så bestemmer ikke gruppen hva "bruke" betyr for det individuelle medlemmet. Bruk av medisiner er en sak som mange medlemmer har sterke personlige meninger om, men det er ikke gruppens oppgave å påtvinge, gå god for, eller gå imot medlemmers personlige oppfatning. Ethvert medlem – de som tar medisiner og de som føler at det ikke er passende å ta medisiner – har et ansvar for å ikke representere sine personlige følelser og meninger som en del av oppfatningen til Anonyme Narkomane som helhet.

I NA tiltrekker vi oss med vilje mennesker som er syke, ustabile og som trenger hjelp. Vår utfordring er å fortsette å praktisere toleranse, tålmodighet og kjærlighet, slik at vi kan etablere en atmosfære der de som ønsker det kan tilfriskne. Mange av oss har sett NA-møter bli tynget ned av splittelser, strider og negativitet rundt dette emnet. Ved å innlemme de åndelige prinsippene i vårt program kan det hele føre til at grupper blir styrket og mer fokusert når disse utfordringene adresseres. Tilfriskning er ofte en krevende prosess med mange oppturer og nedturer, og NA-grupper har en tendens til å oppleve lignende forandringer. Likevel er det disse anstrengelsene som gjør oss i stand til å vokse som individer og grupper. Anonyme Narkomane er her for å hjelpe rusavhengige med å finne en ny måte å leve på. Å bli en del av NA betyr å bli en del av et levende og mangfoldig fellesskap. Som vår første tradisjon minner oss på, "Våre relasjoner med hverandre er viktigere enn ethvert problem som kan oppstå for å splitte oss." Å huske på dette tillater våre grupper å tjene alle rusavhengige som søker tilfriskning i NA på best mulig måte.



Oversettelse av service materiale godkjent
av World Board.

*Service brosjyrer bør brukes av medlemmer, grupper og service komiteer
som en ressurs, hellere enn å bli lest opp på et NA møte.*

© 2009 by NA World Services, Inc. Alle rettigheter reservert.
19737 Nordhoff Place ❖ Chatsworth, CA 91311 ❖ USA
t 818.773.9999 ❖ f 818.700.0700 ❖ www.na.org