



Gruppen

Detta är en översättning av en publikation
godkänd av NA-gemenskapen.

Copyright © 2004 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Alla rättigheter förbehållna.

Definition och syfte

En grupp i Anonyma Narkomaner är vilket möte som helst med två eller flera tillfrisknande beroende, som träffas regelbundet på en bestämd tid och plats, i syfte att tillfriskna från beroendesjukdomen. Alla grupper i Anonyma Narkomaner är bundna av principerna i NA:s tolv steg och tolv traditioner. Varje grupp har bara ett huvudsyfte – att föra budskapet om tillfrisknande vidare till den beroende som fortfarande lider.

Det är väsentligt att komma ihåg vårt huvudsyfte så att beroende som kommer till sitt första möte kan relatera till och identifiera sig med andra på mötet. Ett av gruppens ansvarsområden är att tillhandahålla en atmosfär av tillfrisknande för såväl nykomlingen med en önskan att sluta använda, som för befintliga medlemmar. Vi vill få nykomlingen att känna sig välkommen. Vi kan alla komma ihåg hur rädda och oroliga vi var när vi först kom till NA. Vi uppskattade det välkomnande leendet och lärde oss att en kärleksfull kram, i all sin enkelhet, kunde betyda all skillnad i världen när vi kände oss ensamma. Vi behövde hitta människor som vi själva, som gått igenom detsamma som vi hade och kunde förstå våra känslor och erfarenheter. Redan från början fann vi, att vilken beroende som helst kunde förbli drogfri genom att följa exemplet från andra som var drogfria och levde i NA:s program.

Gruppen är det kraftfullaste medlet när det gäller att föra budskapet om hopp och löftet om frihet från aktivt beroende vidare. Vilken beroende som helst kan sluta använda, bli av med önskan att använda och finna ett nytt och bättre sätt att leva. På möten hör vi andra beroende dela med sig av sin erfarenhet, sin styrka och sitt hopp för att själva förbli drogfria och hjälpa andra att förbli drogfria. Vi har funnit att det terapeutiska värdet av att en beroende hjälper en annan är utan motsvarighet.

Det är vår erfarenhet att när vi går på möten regelbundet börjar de känslor som plågat oss att avta. De ersätts av känslor av hopp, glädje och tacksamhet över det nya sätt att leva som vi funnit genom Anonyma Narkomaner. Och mycket viktigt är att de som fortsätter att komma till våra möten regelbundet förblir drogfria.

Hemmagrupp

Att välja och stödja en hemmagrupp är en viktig del av tillfrisknandet. En hemmagrupp är ett möte där du känner dig avspänd och som du går på regelbundet. Vi kallar det för vår hemmagrupp eftersom det står för en plats där vi passar in och hör hemma. Att ha en hemmagrupp tillåter oss att varje vecka ha en fast punkt, där vi kan lära känna folk och de verkligen kan lära känna oss. Vi utvecklar ömsesidiga band vartefter att vi gemensamt växer.

Vi engagerar oss i vår hemmagrupp och om vi av någon anledning inte är där blir vi saknade. Vår hemmagrupp är även platsen där vi firar varje nytt drogfritt år. Vi skaffar oss riktiga vänner, ofta för första gången i våra liv och lär oss att respektera varandra. Det här kan vara mycket viktigt i vårt tillfrisknande.

Allt eftersom medlemmarna mognar gör även gruppen det. Vi lär oss att tillämpa Anonyma Narkomaners andliga principer i alla våra angelägenheter. Vi lär oss även att fördela och dela på ansvaret för gruppens tillväxt och välfärd.

Medlemmarna i en hemmagrupp bör försöka förbli medvetna om problem eller svårigheter deras grupp ställs inför och vara villiga att hjälpa till. En hemmagrupp är där du röstar som en del av gruppsamvetet i frågor som rör NA som helhet, liksom i frågor som rör din hemmagrups välbefinnande. Hemmagrupper deltar också på distriktsnivå i att föra budskapet om tillfrisknande vidare. I en anda av enighet, med gemensamt syfte och för hela NA:s bästa, är det viktigt att vi alla gör vår del.

Att bilda en grupp

Det viktigaste när en grupp* startas är att försäkra sig om en fast mötesplats. Försök att finna en lokal som befrämjar en atmosfär av tillfrisknande och som ger mötet utrymme att växa. Det är viktigt att finna en lokal som tillåter gruppen att tillämpa den sjätte traditionen som konstaterar: ”En NA-grupp bör aldrig stödja, finansiera eller låna NA:s namn till någon besläktad inrättning eller utomstående verksamhet, så att inte problem med pengar, egendom eller prestige avleder oss från vårt huvudsyfte.” Denna oavhängighets- princip tillåter gruppen att utveckla sitt eget självstyre. Efter att ha säkrat en möteslokal, bestäm klockslag och veckodag, ordna öppnandet och stängandet av lokalen samt andra nödvändiga förberedelser. Sjunde traditionen säger oss att ”Varje NA-grupp bör vara helt självförsörjande och avböja bidrag utifrån.” Finn ett sätt att enligt sjunde traditionen betala hyra för lokalen; NA-grupper måste alltid vara självförsörjande. Gruppens ansvarsområden som att (läsa upp, koka kaffe, tillhandahålla litteratur, städa upp, etc), delas bäst av två eller flera beroende. En del grupper har förlorat sin möteslokal därför att de inte lyckades ta hand om den på ett riktigt sätt. Men om vi försöker att lämna lokalen i bättre skick än vi fann den i, skyddar vi atmosfären av tillfrisknande och Anonyma Narkomaners rykte.

Om mötet är trögstartat – ha tålamod. Erfarenheten visar att det kommer att växa. Stöd kan skapas genom att kontakta närmaste distrikts- eller regionkommitté, informera på andra möten och genom att dela ut informationsblad.

När det finns tillräckligt med stöd och deltagare hålls ett praktiskt möte. Vid detta första praktiska möte beslutas om gruppangelägenheter som (gruppnamn, mötesutformning etc), och betrodda tjänare väljs. Även om gruppen på det här stadiet kan förefalla väl formell måste vi komma ihåg att vi lägger grunden för att verka enligt vårt huvudsyfte. Det är vårt ansvar som gruppmedlemmar att bry oss om NA och göra en investering i vårt tillfrisknande. Det är verkligen ett privilegium för oss att vara med i vår hemmagrupp.

Betrodda tjänare

Vår andra tradition säger oss att ”För vårt gruppsyfte finns bara en högsta auktoritet – en älskande Gud såsom han kan komma till uttryck i vårt gruppsamvete. Våra ledare är enbart betrodda tjänare, de styr oss inte.” Det innebär att våra betrodda tjänare är gruppens ryggrad och det är oerhört viktigt att de regelbundet deltar på alla möten. En av fallgroparna som skadat eller till och med knäckt många NA-grupper har varit valet av funktionärer som inte varit kvalificerade att tjäna eller saknade en bakgrund av tillfrisknande i vår gemenskap. Val i NA har ofta mer liknat popularitetstävlingar än val av betrodda tjänare. En gruppens funktionärer måste väljas med stor omsorg, på grund av det ansvar som deras uppdrag innebär och den möjliga effekt som dåliga funktionärer kan ha på gruppen. Det är viktigt att fullfölja åtagandet att tjäna. Följande punkter innehåller en kort beskrivning av gruppens betrodda tjänare. För en mer utförlig beskrivning hänvisas till NA:s godkända servicemanual.

Som allmän vägledning har vi funnit att betrodda tjänare lyckas bäst om de har vissa egenskaper som är nödvändiga för att de ska kunna utföra sina ansvarsområden. Dessa kvalifikationer innefattar:

- 1 Villigheten och önskan att tjäna
- 2 En bakgrund av tillfrisknande i NA (vi föreslår minst ett års drogfrihet)
- 3 En förståelse av och fungerande kunskap om NA:s tolv steg och tolv traditioner
- 4 Aktivt deltagande i gruppen

Sekreterare

Sekreteraren ansvarar för följande:

★ Att regelbundet öppna och stänga möteslokalen – vad som än händer

- ★ Att välja mötesledare som för NA:s budskap om tillfrisknande vidare
- ★ Att se till att kaffet kokas
- ★ Att föra mötesprotokollen
- ★ Att ordna för gruppens praktiska möten
- ★ Att köpa förfriskningar och litteratur

Sekreteraren har ett stort ansvar och där- för ska man inte ta lätt på denna funktion. Hemmagruppens medlemmar bör alltid vara villiga att hjälpa sekreteraren om han eller hon begär assistans.

Kassör

Kassören ansvarar för följande:

- ★ Att betala gruppens räkningar
- ★ Att inhandla förnödenheter och litteratur
- ★ Att föra kassabok
- ★ Att verkställa gruppsamvetets beslut vad gäller pengarnas användning och anskaffning
- ★ Att regelbundet rapportera till gruppen

Det underlättar om kassören har grundläggande matematikkunskaper och sköter sin egen ekonomi väl. Felaktig användning av gruppens pengar är ett av de största problem vi ställts inför. Tiotusentals kronor av väl behövda medel har försvunnit. Detta missbruk begränsar inte bara vad Anonyma Narkomaner kan utföra, det slår mot hjärtat av vår femte tradition som säger att ”Varje grupp har endast ett huvudsyfte – att föra budskapet vidare till den beroende som fortfarande lider.” Kassörer som missbrukat sin ställning finner vanligen att priset de betalar i form av personligt tillfrisknande är mycket högt. Det är uppenbart att kassören har en allvarlig och viktig uppgift och att mycket eftertanke bör läggas ned på valet av medlemmen som skall fylla denna funktion. För mer information hänvisas till NA Conference approved *Treasurer's Handbook*.

Gruppservicerepresentant (GSR)

Kassören ansvarar för följande:

- ★ Att regelbundet närvara på distriktsservicekommitténs (DSK) möten
- ★ Att tjäna som medlem i DSK:s underkommittéer
- ★ Att tjäna som länk mellan gruppen och distriktet
- ★ Att dela ansvar med vice GSR
- ★ Att se till att gruppen är korrekt registrerad hos World Service Office.

Den viktigaste aspekten på denna position är att vara gruppens förbindelselänk. Gruppservicerepresentanten är den nödvändiga länken mellan gruppen och övriga gemenskapen. GSR:en utgör den formella förbindelselänken med syftet att representera gruppens samvete i frågor som berör andra grupper eller NA som helhet. För denna uppgift behöver representanten förse gruppen med information om NA-gemenskapens utveckling internationellt och dela med sig till distriktet om gruppens alla aktiviteter, problem och styrka. Det är väsentligt att GSR:en inte bryter denna kommunikationskedja i NA.

Vice Gruppservicerepresentant (Vice GSR)

Vice GSR:ens ställning motsvarar GSR:ens förutom att det är ett tvåårigt åtagande där det första året används till träning och det andra året som ordinarie GSR. Det är helt nödvändigt att vice GSR:en är närvarande på varje distriktskommittémöte för att lära sig och för att stödja sin GSR. Vice GSR: en ersätter även GSR:en i dennes frånvaro.

Ytterligare sätt att tjäna

De tidigare nämnda funktionerna utgörs av valda betrodda tjänare med bestämda villkor för sina uppdrag. Andra sätt att tjäna är som talare eller mötesledare; dessa betrodda tjänare utses vanligtvis av gruppens sekreterare. Inom hela den världsvida gemenskapen finns en mångfald av uttryck som används och olika sätt att hålla möten på. Vår fjärde tradition utlovar självstyre så länge dessa angelägenheter inte berör andra grupper eller NA som helhet. Denna mångfald berikar vår gemenskap och ökar vår effektivitet. Vårt huvudsyfte är alltid att föra budskapet om tillfrisknande vidare till de beroende som fortfarande lider.

Mötesledare

”Mötesledaren” bör ha erfarenhet, styrka och hopp att dela med sig från att regelbundet ha gått på NA-möten. Denna person ansvarar för att samtalet flyter smidigt och följer mötets utformning. Mötesledaren måste komma ihåg att mötet är till för alla och inte kommentera efter att varje person har delat med sig.

Mötesledaren är ansvarig för att skapa en atmosfär av tillfrisknande. Även om det är nödvändigt för identifikationen att dela med sig om problem, är det nödvändigt för tillfrisknandet att dela med sig om lösningar. Mötesledaren bör alltid ha i åtanke att vi är här i det bestämda syftet att förbli drogfria och hjälpa andra beroende att finna tillfrisknande från beroende.

Talare

Det är nödvändigt att den NA-medlem som väljs att tala på ett möte är någon som arbetar med och lever i NA:s program för tillfrisknande, vilket utgörs av de tolv stegen och de tolv traditionerna. I distrikt där det inte finns ett överflöd av NA-medlemmar med avsevärd drogfri tid eller erfarenhet av de tolv stegen och de tolv traditionerna, finns möjligheten att en grupp som är oerfaren i Anonyma Narkomaner missförstår NA:s traditioner och inbjuder talare utanför NA:s gemenskap. Det finns flera sätt att undvika denna situation. Vår Basic Text påminner oss till exempel om att NA-medlemmar från andra distrikt är villiga att resa långa sträckor för att stödja nya grupper. Talaren hjälper till att fullfölja gruppens huvudsyfte, att föra budskapet om tillfrisknande vidare till den beroende som fortfarande lider. När vi talar på ett NA-möte, bör vi vara noga med att framföra ett klart budskap om tillfrisknande, genom att identifiera oss själva som beroende som tillfrisknar från beroendesjukdomen. Det är inte nödvändigt att överdrivet länge uppehålla oss vid vårt aktiva beroende eller våra så kallade ”krigshistorier”, för vi vet alla hur det var att använda. Vi kom till Anonyma Narkomaner för att sluta använda och vi är här för att dela med oss av vår erfarenhet, vår styrka och vårt hopp om tillfrisknande.

★★★★★★★★★★★★

Till våra nya grupper i distrikt som just håller på att bildas: Vi har funnit att steg- och litteraturmöten är en mycket viktigt början på en medlems utveckling. Vi uppmuntrar er att tillsammans, med kärlek och gemenskap, göra ert bästa. Och kom tillbaka, det fungerar!

**Vår tacksamhet talar
när vi bryr oss om och
delar med oss
till andra på NA's sätt**

* För mer information om hur man startar en NA-grupp, se *The Group Booklet*.