



Tento leták se snaží odpovědět na některé otázky, které mohou mít rodiče nebo opatrovníci, když mladý člověk přijde do Anonymních narkomanů. Informace zde uvedené nemají sloužit jako rady, jak vychovávat své dítě, ale spíše se týkají některých běžných zkušeností mladých lidí, kteří úspěšně zůstávají čistí a našli uzdravování v NA. Mladí členové po celém světě našli v Anonymních narkomanech uzdravování z drogové závislosti a my doufáme, že tyto informace budou užitečné pro všechny blízké, kteří mají zájem dozvědět se více o zkušenostech, s nimiž se mladý člen potýká při uzdravování.

Program NA

Program NA je obsažen ve Dvanácti krocích (a v další literatuře NA) a zaměřuje se na závislost jako na „tělesnou, duševní a duchovní nemoc, která ovlivňuje všechny oblasti našeho života“. V důsledku toho uzdravování v NA zahrnuje více než jen abstinenci od drog.

CO SE DĚJE NA SETKÁNÍCH NA?

Na setkání NA nejspíše najdete skupinu členů, kteří otevřeně hovoří o svých úspěších a bojích, aby neužívali drogy. Členové se často svěřují s tím, jak čelí běžným životním výzvám a jak se s nimi pokoušeli vypořádat praktikováním principů obsažených ve Dvanácti krocích. Členové NA se často socializují před setkáními a po nich a v mnoha komunitách se zdraví objetím. Setkání NA dávají členům příležitost navázat vztahy s dalšími uzdravujícími se závislými a rozvíjet smysl pro komunitu. Tyto vztahy mají zásadní význam pro to, aby členové cítili podporu ve svém novém životním stylu. Setkání NA obvykle vede člen, který působí jako sekretář. Mnoho skupin rozdává klíčenky na oslavu milníků uzdravování.

Nejlepší způsob, jak zjistit, co se na setkání děje, je zúčastnit se setkání ve vašem okolí. Na „otevřených“ setkáních NA jsou vítáni přátelé, rodina a členové komunity, zatímco „uzavřená“ setkání jsou určena pouze pro závislé. V místním adresáři setkání NA nebo na lince důvěry je obvykle uvedeno, která setkání jsou otevřená a která uzavřená.

V NA se při uzdravování zaměřujeme na nemoc závislosti, nikoli na konkrétní látku. Ačkoli NA je zkratka pro „Anonymní narkomany“, NA je společenství pro závislé, kteří užívali jakýkoli druh drog nebo látek měnících vědomí.

KDO VEDE SETKÁNÍ NA?

NA je dvanáctikrokový program uzdravujících se závislých; členové nejsou profesionálové v oblasti drogové závislosti. Skupiny NA vedou členové NA a je typické, že členové mají v místní skupině NA konkrétní služební povinnosti (např. připravují židle, vaří kávu nebo vybírají příspěvky členů). Tyto povinnosti často znamenají větší závazek pravidelně navštěvovat dané setkání NA.

ÚČAST NA SETKÁNÍCH

Členové NA shledávají, že pravidelná účast na setkáních jim pomáhá zůstat čistí a cítit se spojení s programem a společenstvím NA. Literatura NA doporučuje, aby ti, kdo jsou v NA noví, navštěvovali alespoň prvních devadesát dní jedno setkání denně, pokud je to možné, a poté si pravidelnou účast na setkáních udrželi. Mnoho mladých členů uvedlo, že omezování v účasti na setkáních může poškodit jejich proces uzdravování. Pro uzdravující se závislé to může být ekvivalentem zákazu chůze do školy nebo léčby nemoci. Uzdravování zahrnuje vytváření nových, zdravých vztahů, a to obvykle začíná na setkáních NA. Tyto vztahy jsou důležitou součástí dosažení abstinence od drog a učení se novému způsobu života.

SPONZORSTVÍ V NA

Sponzor je nedílnou součástí programu uzdravujícího se závislého. Sponzor je zkušenější člen NA, který pomáhá novému členovi tím, že se s ním podělí o své zkušenosti s udržováním čistoty a vede „sponsee“, tedy sponzorovaného, při uplatňování Dvanácti kroků. Sponzor není placen a není poradcem ani odborníkem. Sponzor také není zodpovědný za uzdravování nebo schopnost „sponsee“ zůstat čistý. Tento vztah je však důležitou součástí toho, jak se závislí učí žít bez užívání drog.

Někteří mladí lidé v NA zjistili, že schůzka jejich sponzora a rodičů může pomoci rodičům, aby se ohledně tohoto nového vztahu cítili lépe. Sponzorství je však založeno na důvěře a důvěrnosti a požádat sponzora, aby s vámi probral informace, které mu vaše dítě sdělilo, může ohrozit základy tohoto vztahu. Další informace o sponzorství v NA najdete v informačním letáku č. 11 nebo v naší knize s názvem Sponsorship.*

JAK JE ORGANIZACE NA FINANCOVÁNA?

NA je soběstačná díky členským příspěvkům. Ti, kteří mohou, přispívají malou částkou na udržení schůzek NA v chodu. Tyto peníze pomáhají zaplatit prostory pro setkání, občerstvení a literaturu NA. Literaturu NA lze obvykle zakoupit na setkáních NA, ačkoli některá naše literatura je poskytována zdarma.

* Publikace v anglickém jazyce nebyly dosud publikovány v českém jazyce.

ODVEDE NA MÉ DÍTĚ OD RODINNÉHO NÁBOŽENSTVÍ?

NA je duchovní program a nepodporuje žádné náboženství ani žádnému náboženství neodporuje. „Duchovní program“ NA je prostě praktické uplatňování principů, jako je upřímnost a vděčnost, v každodenním životě. NA nesoutěží s náboženstvím ani s ním není v rozporu, ani nevyžaduje, aby členové NA byli věřící. V mnoha případech NA doplňuje jakékoli stávající náboženské nebo duchovní přesvědčení.

Jak mladí členové našli podporu ve svých rodinách

Když mladý člověk najde NA, většina rodičů chce jen vědět, jakou roli mají hrát při uzdravování svého blízkého. Odpověď na tuto otázku bude pro každého jiná, ale může být užitečné mít na paměti, že uzdravování je proces, který vyžaduje čas. Učít se praktikovat principy obsažené ve Dvanácti krocích je jedinečná osobní zkušenost, která se skládá například z provedení osobní inventury a náprav. V této části jsou uvedeny některé způsoby, jak mladí lidé našli podporu svých rodin při uzdravování.

Učinit z NA prioritu v počátcích uzdravování obvykle znamená pravidelně navštěvovat setkání a akce NA, spojit se s ostatními členy po telefonu a trávit čas s dalšími uzdravujícími se závislými, kteří neberou drogy. Mladí členové se často svěřují, že jejich rodiče se cítí příjemněji, když mají možnost setkat se s členy NA, kteří se podílejí na jejich životě.



Uzdravování v NA je trvalý proces a členové pokračují v účasti na setkáních NA i dlouho poté, co přestali užívat drogy. Mnoho mladých členů říká, že dotaz, kdy přestanou navštěvovat setkání, nepůsobí jako podpora.

Pro mladé členy a jejich rodiče je obvykle výzvou také zvládání povinností, jako jsou školní povinnosti a účast na setkáních. Mnozí mladí lidé spolupracují se svými rodiči na hledání setkání, která narušují plnění těchto povinností – například polední nebo víkendová setkání – a vytvářejí tak rovnováhu mezi uzdravováním a těmito dalšími povinnostmi.

Mladí členové říkají, že největší podporu cítí v jednoduchých věcech, například když rodič vyjádří uznání ohledně výročí uzdravování nebo řekne, že je hrdý na úspěch svého dítěte, které zůstalo čisté a našlo cestu k uzdravování.

PODPORA ÚPLNÉ ABSTINENCE

NA je program úplné abstinence od všech drog včetně alkoholu. Mladí členové často říkají, že trávení času v blízkosti členů rodiny, kteří užívají alkohol nebo jiné drogy, je přítěží pro jejich uzdravování.

POKUD VAŠE DÍTĚ UŽIVÁ LÉKY

NA se nevyjadřuje k užívání předepsaných léků. Členové NA však někdy nabízejí své osobní názory na užívání předepsaných léků na duševní nebo fyzické zdraví. Členové mohou dokonce vašemu dítěti říci, že není čisté. Jedná se o názory jednotlivých členů NA, nikoli NA jako organizace.

Zranění nebo operace, které mohou vyžadovat užívání léků proti bolesti, mohou být pro rodiče, kteří se snaží podpořit abstinenci svého dítěte od drog, matoucí. Brožura s názvem *In Times of Illness* nabízí zkušenosti a návody pro členy, kteří potřebují v době uzdravování užívat léky proti bolesti.

POROZUMĚNÍ RECIDIVĚ

Není neobvyklé, že se někteří uzdravující se závislí vrátí k užívání drog. V důsledku tohoto chování často dochází k následkům ze strany rodinných příslušníků, ale recidiva nemusí nutně znamenat, že se závislý nevrátí k uzdravování a nakonec nenajde trvalou abstinenci od užívání drog. Recidiva je bohužel součástí procesu uzdravování některých lidí. Naše literatura a zkušenosti však potvrzují, že „jsme nikdy neviděli člověka, který žije podle programu Anonymních narkomanů, aby recidivoval“. Mnoho členů se po recidivě vrací zpět a těší se dlouhodobému uzdravování. Další informace o uzdravování najdete v kapitole Základního textu *Narcotics Anonymous* nazvané „Uzdravování a recidiva“ nebo v informačním letáku *Uzdravování a recidiva*.

PODPORA RODIN

Mnoho členů rodiny nachází potřebnou podporu ve skupinách určených pro pomoc rodinám a blízkým závislých (např. Nar-Anon a Families Anonymous). Anonymní narkomani nejsou s těmito organizacemi spojeni ani nedoporučují jeden program na úkor druhého. Tyto informace pouze poskytujeme v duchu spolupráce.

Tento materiál vznikl na základě kolektivních zkušeností mladých členů, kteří zůstávají čisti a nacházejí nový způsob života díky Anonymním narkomanům. Doufáme, že tento leták pomůže mladým lidem a jejich rodičům odpovědět na některé velmi časté otázky týkající se uzdravování v NA.



Copyright © 2026 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Veškerá práva vyhrazena.

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
TEL +1/818 773-9999
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.wsoiran.org



Toto je překlad literatury schválený Společenstvím NA.

Narcotics Anonymous,    a The NA Way
jsou registrované ochranné značky společností
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 9781633805422 • Czech • 6/26

WSO Catalog Item No. CS3127

