



# Anonyme Narkomane

---

*og* **personer som  
mottar legemiddel-  
assistert behandling**



*Denne brosjyren er ment for profesjonelle som foreskriver medikamenter for behandling av rusmiddelavhengighet. Servicebrosjyren NA-grupper og medisin listet opp nedenfor, inneholder en bredere diskusjon om NA-medlemmer og andre medikamenter.*

Anonyme Narkomane kan være en samfunnsressurs for dine pasienter. NAs tilfriskningsprogram har fungert for hundretusener av rusavhengige verden over i mer enn 62 år.<sup>1</sup> Å gå i NA kan gi dine pasienter tilgang til støtte fra NA-medlemmer og et vedvarende tolvtrinnsprogram for tilfriskning. Etter å ha gått på noen møter for å se hva NA har å tilby, kan pasienter selv ta avgjørelsen om hvorvidt tilfriskning i Anonyme Narkomane er noe for dem.

Vi inviterer deg til å delta på et åpent NA-møte i ditt nærsamfunn, og vi takker for at du tar deg tid til å lese denne brosjyren.

## **Hva er Anonyme Narkomane?**

Anonyme Narkomane er et verdensomspennende, flerspråklig og flerkulturelt nonprofit-felleskap basert på totalavhold fra humør- eller sinnsendrende midler, inkludert alkohol. Bortimot 67 000 NA-tilfriskningsmøter avholdes ukentlig i 139 land.<sup>2</sup> Medlemskap er åpent for alle rusmiddelavhengige, uavhengig av hvilke typer rusmidler eller kombinasjon av rusmidler som blir brukt.

NAs tolv trinn er tilpasset fra trinnene til Anonyme Alkoholikere. Da AAs første trinn ble tatt i bruk, ble ordet *alkohol* erstattet med *avhengighet*. På denne måten ble rusmiddelspesifikk språkbruk fjernet, samtidig som det ble reflektert over avhengighetens "sykdomsbegrep". NA definerer avhengighet som en åndelig, mental og fysisk lidelse. Det fysiske aspektet er tvangen til å bruke rusmidler og at det blir umulig å stoppe når en rusavhengig først begynner å bruke. Besettelse, en overveldende trang til å bruke rusmidler uavhengig av de destruktive konsekvensene, er det mentale aspektet. Det åndelige aspektet er den totale selvsentrertheten til rusavhengige når de bruker rusmidler.

<sup>1</sup> Tall fra 2016

<sup>2</sup> Tall fra mai 2016

Anonyme Narkomane forbinder tilfriskningsprosessen med et nettverk av likesinnede som støtter hverandre. En av nøklene til NAs suksess er den terapeutiske verdien av rusavhengige som jobber med andre rusavhengige. Medlemmer deler sin suksess og sine utfordringer med å overvinne aktiv avhengighet og det å leve produktive, rusfrie liv, ved å anvende prinsippene som finnes i NAs tolv trinn og tolv tradisjoner. Disse prinsippene er kjernen i Anonyme Narkomanes tilfriskningsprogram.

Anonyme Narkomane er i seg selv et ikke-religiøst tilfriskningsprogram, hvor hvert medlem oppfordres til å utvikle en individuell forståelse, religiøs eller ei, av NAs åndelige prinsipper og å anvende disse prinsippene i hverdagslivet.

Det finnes ingen sosiale, religiøse, økonomiske, rase-messige, etniske, nasjonale, kjønnsbaserte eller klassestatusbaserte krav eller restriksjoner til medlemskap. Medlemskap krever ingen avgifter eller honorarer. De fleste medlemmer bidrar på møtene med å betale utgiftene til leie og med å assistere i NA-service både lokalt og globalt. Anonyme Narkomane er fullt ut selvforsørget gjennom medlemsbidrag, og aksepterer ikke bidrag fra ikke-medlemmer.

## **Organisasjonens filosofi**

Anonyme Narkomane har, for å beholde sitt fokus, etablert en tradisjon av ikke-godkjennelse. NA tar ikke stilling til noen utenforliggende aktiviteter. Anonyme Narkomane gir ikke uttrykk for meninger – hverken for eller





imot – offentlige, sosiale, medisinske (inkludert legemiddelassistert behandling), juridiske eller religiøse saker. I tillegg tar de ikke stilling til avhengighetsrelaterte saker som kriminalitet, rettshåndhevelse, legalisering av rusmidler eller straffer, prostitusjon, HIV/HCV-infeksjon eller sprøyteromprogrammer.

Anonyme Narkomane går hverken god for eller er imot andre organisasjoners filosofi eller metodikk. NAs primære fokus er å sørge for et tilfriskningsmiljø hvor rusmiddelavhengige kan dele sine tilfriskningserfaringer med hverandre. Ved å unngå distraksjon fra kontroverser kan NA-deltakere fokusere hele sin energi på NAs primære formål, som er å bringe et budskap om tilfriskning.

---

## **DEN ENESTE BETINGELSE FOR MEDLEMSKAP ER ET ØNSKE OM Å SLUTTE Å BRUKE RUSMIDLER.**

*NAs tredje tradisjon*

---

Medlemskap i NA er ikke basert på opptakskriterier, honorarer eller forpliktelser. Medlemskap er utelukkende basert på et ønske – et ønske om å slutte å bruke rusmidler. NA har fokus på å hjelpe sine medlemmer med å leve rusfrie, produktive liv. Som uttrykt i en av våre bøker, *Det virker: Hvordan og hvorfor*, "Ved hjelp av den tredje tradisjonen kan NA tilby tilfriskning til så mange rusavhengige fordi den frir oss fra å dømme mulige medlemmer ... Ettersom det eneste kravet til medlemskap er et ønske om å slutte å bruke, har medlemmene ingen grunn til å dømme hverandre. Et ønske kan ikke måles. Det finnes i hjertet til hvert enkelt medlem." (Tradisjon tre)

Mange rusavhengige kommer til NA-møter på oppfordring fra behandlingssentre, rettsvesen eller sosialtjenester, og mange andre deltar på møter fordi de hørte om NA fra familie, venner eller andre rusavhengige i tilfriskning. Uavhengig av veien til NA, har ikke de rusavhengige nødvendigvis et ønske om å leve rusfrie. Vår litteratur klargjør at "Enhver rusavhengig burde tillates til selv å bestemme om NA er svaret for ham eller henne. Vi kan ikke ta den avgjørelsen for andre ... Hvis nye medlemmer skal føle at de hører hjemme i NA så trenger de å høre noe som de kan identifisere seg med. I Anonyme Narkomane finner de denne identifiseringen i et fellesskap av rusavhengige i tilfriskning." (*Det virker*, Tradisjon tre) Gjentatt, regelmessig oppmøte på NA-møter forsterker vanligvis ønsket om tilfriskning. Vårt formål er å ønske alle rusavhengige velkommen. En inkluderende atmosfære hjelper rusavhengige med å ta en beslutning om hvorvidt NA, et program bygget på total avholdenhet, er et tilfriskningsprogram for dem.

## Hva en rusavhengig kan forvente på NA-møter

Mange rusavhengige som går på sitt første NA-møte, kan føle at de besøker "en annen planet". NA-møter har sitt eget språk og kultur. Språk som ofte høres i møter inkluderer ordene *rusfrie*, *tolv trinn*, *høyere makt* og *sponsor*. Kulturelle normer innenfor NA-møter kan omfatte å ta imot rusavhengige med inkluderende klemmer, utlevering av nøkkelringer for ulike lengder av rusfri tid, lesing av innledningskort, introduksjoner av fornavn og mye klapping. Disse eksemplene er en liten smaksprøve på det særegne språket og kulturen i NA, og disse sedvanene kan være overveldende for nye deltakere.



## Nyttige forklaringer av vanl

**RUSFRI** – I NA refererer dette vanligvis til å være fri for alle rusmidler, eller avholdende. En rusavhengig som ikke er rusfri, står imidlertid fritt til å delta på møter. Vi håper gjennom deltakelse på møter at rusavhengige vil få en følelse av tilhørighet og identifikasjon med andre rusavhengige i tilfriskning. *Avholdenhet* og *medlemskap* er ikke synonymt. Medlemskap er basert på et ønske om å slutte å bruke, ikke avholdenhet i seg selv. "Vårt tilfriskningsprogram begynner med avholdenhet fra alle rusmidler, inkludert alkohol. Noen ganger kommer folk på NA-møter mens de fremdeles bruker rusmidler, er på avgiftning eller mens de er i legemiddelassistert rehabilitering. Uansett hva du måtte bruke når du kommer til NA, så er du velkommen." (Informasjonsbrosjyre nr. 29, *En introduksjon til NA-møter*)

**SPONSOR** – Et individuelt medlem i tilfriskning som tjener som veileder eller mentor for nye personer. En sponsor kan dele erfaring om hvordan en kan leve fri for rusmidler og møte livet på livets vilkår uten å bruke rusmidler. En sponsor vil også hjelpe medlemmer med å jobbe med de tolv trinnene til Anonyme Narkomane, grunnlaget for tilfriskning i NA.

**NØKKELRINGER** – Gis til rusavhengige for avholdt rusfri tid. Avholdt rusfri tid er en betydningsfull prestasjon innen NA, og er anerkjent på NA-møter. En "Velkommen til NA"-nøkkelring blir gitt til rusavhengige som går på sitt første møte, uansett om de er rusfrie eller ikke.



Velkommen

## ige NA-uttrykk og-sedvaner

**BØNN** – En annen praksis er møter som vanligvis åpnes og lukkes med en bønn. Dette er ikke ment å bety noe religiøst. Hver person er fri til å velge sin egen Høyere Makt, noe som tilsvarer en kraft som er større enn seg selv og som hjelper dem til å forbli rusfri. Dette er en personlig beslutning tatt av enhver rusavhengig.

**MØTEFORMATER** – Varierer fra møte til møte. Noen av de vanligste formatene er emne-/diskusjonsmøter og speakermøter. NA har også åpne møter, hvor alle er velkommen til å delta, men kun en rusavhengig kan dele på disse møtene. Lukkede møter er kun for rusavhengige.

---

**BORTIMOT 67 000**  
**NA-TILFRISKNINGSMØTER AVHOLDES**  
**UKENTLIG I 139 LAND.\***

*\* mai 2016*

---

I tillegg til det som er uthevet her, blir personer som er interessert i NA og hvordan møter fungerer, oppfordret til å lese IP nr. 29, *En introduksjon til NA-møter*, som finnes på [www.na.org](http://www.na.org). Denne brosjyren vil informere om og kanskje bidra til å forberede personer på hva de kan forvente seg på NA-møter.

## NA og mennesker på legemiddelassistert behandling

Som nevnt tidligere har NA ingen mening om praksisen til noen organisasjoner eller utøvere utenfor NA. Men innenfor NA og dets møter har vi generelt aksepterte prinsipper, og ett av dem er at NA er et program bygget på total avholdenhet. Legemiddelassistert behandling indikerer per definisjon at medisiner blir gitt til mennesker for å behandle avhengighet. I NA behandles avhengighet med avholdenhet og gjennom anvendelse av de åndelige prinsippene som finnes i de tolv trinnene til Anonyme narkomane.



"Mens vi understreker viktigheten av total avholdenhet, hilser vi aktive rusavhengige velkommen, og oppfordrer dem spesielt til å fortsette å komme tilbake." (*Det virker*, Tradisjon tre) Selv om alle rusavhengige er velkommen til å delta på NA-møter, kan de som deltar i NA mens de får medisiner for å behandle rusmiddelavhengighet, bli møtt av inkluderende, imøtekomende medlemmer eller noen ganger av medlemmer som uttrykker sterke meninger om legemiddelassistert behandling. Personer bør kanskje ha i tankene at det vanligvis finnes en rekke NA-møter i et område, og vi oppfordrer dem til å delta på flere forskjellige møter.



**MEDLEMMER DELER SIN SUKSESS OG SIN  
AKTIV AVHENGIGHET OG DE  
VED Å ANVENDE PRINSIPPENE I NAS**





## Tilfriskning

"Tradisjon ti hindrer NA, som fellesskap, fra å gi meninger om utenforliggende saker. Men det legges ikke slike restriksjoner på det enkelte medlemmet." (*Det virker, Tradisjon ti*) Vårt håp er at de som mottar medisiner for å behandle avhengighet, kommer til møter og lytter til personer som er i tilfriskning. Gjennom å lytte og gjennom å stille spørsmål før og etter møter, kan deltakerne få en bedre forståelse av NA og hva det har å tilby. NA tilbyr et fellesskap og en livsstil som oppmuntrer til å holde seg rusfri, og NA kan være forenlig for rusavhengige på legemiddelasisterte programmer hvis de har lyst til å bli rusfrie en dag.

Vi forstår at rusavhengige på legemiddelasistert behandling kan høre mange budskaper på NA-møter. Noen NA-møter har ikke noe imot at de som mottar medisiner for å behandle avhengighet, også kan dele på et møte, mens andre NA-møter vil begrense deltakelsen for de som tar denne typen medisiner. Hver gruppe står fritt til å bestemme om møtedeltakelse og involvering i gruppeservice for de som mottar medisinsk behandling for rusmiddelavhengighet.

Uavhengig av varierende opplevelser som rusavhengige kan ha på møter, så bør ikke det faktum at NA er et program bygget på total avholdenhet, misforstås.



**E UTFORDRINGER MED Å OVERVINNE**  
**T Å LEVE PRODUKTIVE, RUSFRIE LIV,**  
**TOLV TRINN OG TOLV TRADISJONER.**



Medlemmer innser at det tar noen rusavhengige lengre tid å bli rusfrie enn andre, og de fleste møter oppfordrer alle rusavhengige til å fortsette å komme tilbake. En av de personlige historiene i vår hovedtekst, Basic Text, deler opplevelsen til et medlem som kom til NA "i et legemiddelassistert behandlingsprogram. Han ville ha det han så i rommene i Anonyme Narkomane, men var redd for å vende tilbake til det gamle livet om han sluttet med metadon. I ti måneder gikk han på møter hver dag – og til slutt ble han rusfri." (*Anonyme Narkomane, Den eneste betingelsen*)

Leger som foreskriver medisiner for å behandle avhengighet, bør kanskje oppsøke en NA-kontaktperson i sitt lokalsamfunn for å hjelpe vedkommende med å finne møter som kan være mer passende for personer som mottar legemiddelassistert behandling. Pasienter står fritt til og oppfordres til å hjelpe med å finne NA-møter i sine geografiske områder. Disse kontaktpersonene kan bli funnet på et lokalt nettsted ved hjelp av en søkemotor. Hvis du har en e-postadresse for Offentlige Relasjoner eller Offentlig Informasjonskomité for NA lokalt, kan det være et godt utgangspunkt. I tilfelle det ikke finnes noen lokal NA-nettside, kan man kontakte [telefon@nanorge.org](mailto:telefon@nanorge.org) eller ringe 90529359, og vi vil gjøre vårt beste for å sette deg i kontakt med lokale medlemmer. Du kan også kontakte NA World Service på epost: [pr@na.org](mailto:pr@na.org).

## Ekstra NA-materiale du kanskje ønsker å lese

- **NA-grupper og medisin** – Denne servicebrosjyren (SB) er en ressurs som er ment å hjelpe grupper med å opprettholde enhet og fokusere på NAs primære formål når det oppstår bekymringer hos personer som tar reseptbelagte medisiner.
- **En introduksjon til NA-møter (IP nr. 29)** – Denne informasjonsbrosjyren ønsker nye personer velkommen ved å forklare praksis som kan være ukjent for de som deltar på sitt første møte eller er i tidlig tilfriskning.
- **Sponsorskap (IP nr. 11)** – Sponsorskap er viktig for medlemmer i tilfriskning i NA. Denne innledende brosjyren tar sikte på å gi en forståelse av sponsorskap, og kan være spesielt nyttig for nye medlemmer.
- **Basic Text, Anonyme Narkomane** – NAs hovedbok, først publisert i 1983, ble sist revidert i 2008 for å innlemme nye personlige historier i den sjettede utgaven. "Vårt program" inneholder ti kapitler som forklarer NA-fellesskapet og vårt tilfriskningsprogram. "Våre medlemmer deler" inneholder personlige historier fra NA-medlemmer over hele verden.
- **Det virker: Hvordan og hvorfor** – Denne boken, som ble utgitt første gang i 1993, representerer den terapeutiske verdien av en rusavhengig som hjelper en annen ved å flette grunnene til at NA virker sammen med tilfriskningsspørsmålene hvordan og hvorfor, i en samling med 24 essayer om NAs trinn og tradisjoner.



Copyright © 2019 av NA World Services, Inc.  
Alle rettigheter forbeholdt.

**World Service Office**

19737 Nordhoff Place, Chatsworth, CA 91311

T 818.773.9999 • F 818.700.0700

[www.na.org](http://www.na.org)

**World Service Office–Europe**

B-1050 Brussels, Belgium

T +32/2/646-6012

**World Service Office–Canada**

Mississauga, Ontario

**World Service Office–Iran**

Tehran, Iran

[www.na-iran.org](http://www.na-iran.org)



Oversettelse av servicemateriale godkjent  
av World Board.

Narcotics Anonymous, , ,  og The NA Way  
er registrerte varemerker for  
Narcotics Anonymous World Services, Inc.

ISBN 9781633802339

Item No. NR2306

12/19