



## **Adsız Narkotik: Toplumunuzda Bir Kaynak, 2005 Uyarlaması**

Bu NA Konferans onaylı literatürdür.

Copyright © 2005 by  
Narcotics Anonymous World Services, Inc.  
Tüm hakları saklıdır.

Adsız Narkotik iyileşmekte olan bağımlılar için toplum tabanlı, kar amacı gütmeyen, uluslararası bir organizasyondur ve 116'nın üzerinde ülkede çalışmaktadır. Adsız Narkotik (NA) üyeleri birbirlerinden uyuşturucularsız nasıl yaşayacaklarını ve bağımlılığın yaşamlarındaki etkilerinden nasıl iyileşeceklerini öğrenirler.

Eğer Adsız Narkotik'i uyuşturucu sorunu olan bir kişiye önermeyi düşündüyseniz, organizasyonumuz hakkında bazı sorularınız olabilir. Bu broşür o sorularınızı cevaplamaya yönelik tasarlanmıştır.

### ***NA üyeleri kimlerdir?***

Uyuşturucuları kullanmayı bırakmak isteyen herhangi biri Adsız Narkotik üyesi olabilir. Üyelik belirli bir uyuşturucuyu kullanan bağımlılar ile sınırlı değildir. Alkol dahil, yasal olsun olmasın, uyuşturucu sorunu olabileceğini hisseden herkes NA'ya içtenlikle kabul edilir. NA'da iyileşme, belirli bir uyuşturucuya değil, bağımlılık sorununa odaklanır.

### ***Adsızlık***

Adsızlık tabanı, bağımlıların yasal veya sosyal yankılardan korkmaksızın toplantılara katılımlarını sağlar. İlk kez bir toplantıya gitmeyi düşünen bir bağımlı için bu önemli bir kaygıdır. Yine adsızlık, toplantılarda eşitlik ortamının oluşmasını destekler. Hiçbir bireyin kişiliğinin veya konumunun NA içinde paylaşılan iyileşme mesajından daha önemli sayılmamasının güvence altına alınmasında yardımcı olur.

### ***NA toplantıları***

NA'nın iyileşmeye öncelikli yaklaşımı bir bağımlının diğerine yardımının terapik değerine olan inancıdır. Üyeler uyuşturucu bağımlılığından iyileşmeleri ve deneyimleri hakkında konuşarak toplantılarda katılımcı olurlar. NA toplantıları grup tarafından kiralanmış mekanda, samimi bir ortamda yapılır ve toplantıyı açıp kapatmayı dönüşümlü olarak yapan üyeler tarafından yürütülür. NA toplantılarının ve diğer hizmetlerin harcamalarının tümü bağımlı üyelerin bağışları ve literatür satışları ile karşılanır. Üye olmayanlardan mali destek kabul edilmez.

Çoğu NA toplantısı her hafta aynı saat ve yerde, genellikle bir kamu tesisinde düzenli olarak yapılır. Genel halka açık ve halka kapalı (sadece bağımlılar için) olmak üzere iki ana toplantı türü vardır. Toplantılar biçimsel olarak çok çeşitlidir. Örneğin: Katılım, konuşmacı, soru-cevap, konu tartışması veya bunların birleşimleri. Her toplantının işlevi daima aynıdır; kişisel iyileşme için uygun ve güvenilir bir çevre sağlamak.

## ***NA nasıl çalışır?***

Birbirlerinin iyileşmelerine yardımcı olan bağımlılar NA'nın temelidir. Üyeler iyileşmedeki deneyimlerini konuşmak için düzenli olarak toplanırlar. Daha deneyimli üyeler (*rehberler* olarak bilinirler) daha yeni üyelerle bireysel olarak çalışırlar.

NA programının özü Oniki Basamaktır. Bu "basamaklar" iyileşmeye pratik bir yaklaşımın ana hatlarını çizen bir dizi kılavuzdur. Bu kılavuzları izleyerek ve diğer üyelerle yakın temasta çalışarak, bağımlılar uyuşturucu kullanmayı durdurmayı ve günlük yaşantının meydan okumalarıyla yüzleşmeyi öğrenirler.

Adsız Narkotik dinsel bir organizasyon değildir ve herhangi bir inanç sistemini dayatmaz. Dürüstlük, açık fikirlilik, inanç, isteklilik ve alçakgönüllülük gibi gündelik yaşamda uygulanabilecek temel ilkeleri öğretir. Ruhsal ilkelerin pratikte uygulanış özellikleri birey tarafından belirlenir. NA'da iyileşme belirli bir zaman dilimi içinde gerçekleşen mucizevi bir tedavi değildir. Sürekli ve kişisel bir işlemdir. Üyeler katılmak için bireysel bir karar alır ve kendi hızlarında iyileşirler.

### ***Büyüme hızı***

Devam kayıtları tutulmadığından, Adsız Narkotik'e gelip de uzun süreli uzak durmayı (abstinans) mutlak olarak başaranların yüzdesini kestirmek zordur. Başarımızın tek kesin göstergesi, Adsız Narkotik gruplarının sayısının son yıllarda hızlı artışı ve Adsız Narkotik'in Kuzey Amerika dışında hızla yayılımıdır.

1978 yılında üç ülkede ikiyüzden az kayıtlı grubumuz vardı; 1982'de onbir ülke binikiyüz gruba sahipti; 1993 yılında 60 ülkede 13.000'in üzerinde grup 19.000'den fazla toplantı yapıyordu. Ocak 2005 itibarıyla 116 ülkede yaklaşık 21.500'den fazla grubun 33.500'den fazla toplantı yaptığı hesaplanmıştır.

### ***NA anket sonuçları***

Aşağıdaki sayısal bilgiler San Diego, Kaliforniya, ABD'de 2003 yılı NA Dünya Konvansiyonunda 13.500 katılımcının yarısı üzerinde yapılan anket sonucunda ortaya çıkmıştır:

#### ***Yaş***

*(Katılımcılardan)*

|     |                         |
|-----|-------------------------|
| %3  | 20 yaşın altındaydı     |
| %12 | 21 - 30 yaş arasındaydı |
| %31 | 31 - 40 yaş arasındaydı |
| %40 | 41 - 50 yaş arasındaydı |
| %13 | 51 - 60 yaş arasındaydı |
| %1  | 61 yaşın üzerindeydi.   |

#### ***Erkek/Kadın***

*(Katılımcılardan)*

|     |       |
|-----|-------|
| %55 | erkek |
| %45 | kadın |

*Ankete katılanlar Adsız Narkotik'i nasıl buldular?  
(Birden fazla cevap işaretlenebiliyordu.)*

- %54 tedavi/danışmanlık merkezleri aracılığıyla
- %45 bir başka NA üyesi aracılığıyla
- %22 bir aile ferdi aracılığıyla
- %34 adli sistem aracılığıyla (mahkemeler, islah evleri, şartlı tahliye/gözaltı birimleri, cezaevi/tutuk evi NA toplantıları vb.)

#### *Etnik Çeşitlilik*

Üyelerimizin etnik çeşitliliği, anketimizin yapıldığı yerin coğrafyasını yansıtmaktadır. 2003 yılında San Diego, Kaliforniya, ABD'de yaptığımız ankete katılanların %70'lik oranı beyaz, %11'i siyah, %11'i Latin kökenli ve %8 diğer olarak belirlendi. 2002 yılında Atlanta, Georgia, ABD'de ise katılımcıların %49'u beyaz, %39'u siyah, %4'ü Latin kökenli ve %8'i diğer olarak saptanmıştı.

#### **Toplumda NA**

Toplum içindeki çeşitli hizmetleri koordine etmek için NA üyelerinden oluşan gönüllü komiteler kurulur. NA; üyesi olmayanlardan maddi bağış kabul etmez, profesyonel danışmanları yoktur, klinik veya ikamet edilecek tesis işletmez. Aşağıda NA'nın verebileceği hizmetlerin bir listesi vardır.

**Toplumsal Bilinçlenme Toplantıları** NA üyeleri tarafından halkı Adsız Narkotik'in varlığı ve varolan hizmetleri hakkında bilgilendirmek için yapılabilir.

**Sağlık Fuarları ve Konferanslar** profesyonel örgütler tarafından düzenlenen etkinliklerdir ve NA buralarda bir sergi masasında ve/veya bir workshopta bilgi sunabilir.

**Sunumlar** çoğunlukla din adamlarına, polislere, hakimlere, danışmanlara, hemşirelere, doktorlara, okullara vb. bilgilendirme amacıyla yapılır.

**Kamu Hizmeti Duyuruları** medya aracılığıyla (basın, radyo, televizyon, billboardlar, otobüs ilanları ve posterler) kamuya dağıtılarak NA hakkında bilgi sağlayabilir.

**Telefon Hizmetleri** yerel toplantı bilgileri ve NA hakkında genel bilgiler sağlayabilir.

**Toplantı Listeleri** yerel olarak hazırlanır ve toplum içinde genellikle ulaşılabilir olan toplantı yerlerini ve saatlerini içerirler.

**Hastanelere ve Kurumlara Hizmetler** Adsız Narkotik programının bazı temel öğelerini katılımcılara tanıtmak amacıyla, yerel komiteler tarafından toplantılar/sunumlar yoluyla sağlanır. Bu komiteler durumları olağan NA toplantılarına düzenli katılmalarına izin vermeyen bağımlılara NA iyileşme mesajını taşırlar. Hastanelere, hapishanelere, bağımlılık tedavi tesislerine, detoks merkezlerine ve diğer kurumlara toplantılar veya sunumlar götürülür.

**Literatür Hizmetleri** çeşitli kitapları, broşürleri, kasetleri kapsar. Bunların bazıları kabartma veya iri yazı karakterleri kullanılarak da basılmıştır. Adsız Narkotik literatürü İngilizce ve başka birçok dilde basılmaktadır.

### *Adsız Narkotik'le nasıl temasa geçebilirsiniz?*

Birçok ülkede Adsız Narkotik telefon rehberinin sarı sayfalarında yer almaktadır. Birçok telefon hattı numarası ve toplantı yeri [www.na.org](http://www.na.org) adresindeki websitemizde bulunabilir. Telefon hatlarında iyileşmekte olan bağımlılar çalışır veya iyileşmekte olan bağımlılar ile bağlantı kurabilen bir servis kullanılır. Telefon hizmetleri öncelikle, bağımlıların en yakın toplantıları bulabilmelerine yardımcı olmak için tasarlanmıştır. Telefon hattıyla başka bilgilere de ulaşılma olanağı vardır. NA hakkında başka sorularınız varsa, telefon hattına başvurarak işe başlamak yerinde olur.

Eğer toplumunuzda NA'nın bir telefon hattı yoksa veya Adsız Narkotik hakkında sorularınız varsa, aşağıda gösterilen adresten NA'nın Dünya Hizmet Ofisini (World Service Office) arayınız. Dünya Hizmet Ofisi toplantılar ve diğer hizmetler hakkında bilgi sağlar. Ayrıca buradan NA'nın tüm iyileşme literatürünü listeleyen bir katalog da edinebilirsiniz.

**World Service Office**  
Post Office Box 9999  
Van Nuys, California 91409 USA  
Tel: (818) 773-9999 Faks: (818) 700-0700  
Web sitesi: [www.na.org](http://www.na.org)