



Narcotics Anonymous®

Nimettömät Narkomaanit

IP Nr. 2-FI

Ryhmä

Ryhmä

Määritelmä ja tarkoitus

Nimettömien Narkomaanien ryhmä on kahden tai useamman toipuvan addiktin säännöllinen kokous, joka toistuu tiettyyn kellonaikaan tietyssä paikassa, ja jonka tarkoituksena on addiktiosairaudesta toipuminen. Kaikkia Nimettömien Narkomaanien ryhmiä sitoo NA:n kahdentoista askeleen ja kahdentoista perinteen periaatteet. Jokaisella ryhmällä on vain yksi päätarkoitus – saattaa toipumissanomaa vielä kärsivälle addiktille.

Päätarkoituksemme muistaminen on tärkeää, jotta ensimmäiseen kokoukseensa tulevat addiktit voivat liittyä ja samaistua toisiin kokouksessa. Yksi ryhmän vastuista on tarjota toipumisilmapiiri niin tulokkaalle, jolla on halu lopettaa huumeiden käyttäminen, kuin myös nykyisille jäsenille. Haluamme tulokkaan tuntevan itsensä tervetulleeksi. Muistamme, kuinka pelokkaita ja levottomia olimme tullessamme ensi kertaa NA:han. Meidät otettiin hymyillen vastaan, ja opimme, että yksinkertainen, rakastava halaus voi tehdä ihmeitä tuntiessamme itsemme yksinäisiksi. Meidän oli löydettävä muita kaltaisiamme ihmisiä, jotka olivat kokeneet saman kuin me, ja jotka voisivat ymmärtää tunteemme ja kokemuksemme. Alusta alkaen ymmärsimme, että kuka tahansa addikti voisi pysyä puhtaana seuraamalla toisten esimerkkiä, jotka olivat puhtaana ja elivät NA-ohjelmaa.

Ryhmä on voimakkain väline saattamaan sanomaa toivosta ja se on lupaus huume-kierteestä vapautumisesta. Kuka tahansa addikti voi lopettaa käyttämisen, vapautua käyt-

tämisen halusta ja löytää uuden, paremman tavan elää. Kokouksissa kuulemme toisten addiktien jakavan kokemuksensa, voimansa ja toivonsa pysyäkseen itse puhtaana ja auttaakseen toisia pysymään puhtaana. Olemme huomanneet, että yhden addiktin apu toiselle on hoidolliselta arvoltaan ylivertainen.

Kokemuksemme mukaan osallistuessamme säännöllisesti kokouksiin, meitä vainonneet tunteet alkavat hellittää. Niiden tilalle tulevat toivo, ilo ja kiitollisuus uudesta elämäntavasta, jonka olemme löytäneet Nimettömien Narkomaanien kautta. On tärkeintä että ne, jotka säännöllisesti tulevat kokouksiimme, pysyvät puhtaana.

Kotiryhmä

Kotiryhmän valitseminen ja sen tukeminen ovat tärkeä osa toipumista. Kotiryhmä on kokous, jossa tunnet olosi mukavaksi ja johon osallistut säännöllisesti. Kutsumme tätä ryhmää kotiryhmäksemme, koska se on paikka, johon tunnemme kuuluvamme. Kotiryhmä toimii joka viikkoisena turvapaikkana, jossa voimme tutustua ihmisiin, ja jossa toiset voivat todella oppia tuntemaan meidät. Välillemme kehittyy side kasvaessamme yhdessä.

Sitoudumme kotiryhmäämme, ja jos olemme poissa jostain syystä, meitä ikävöidään. Kotiryhmämme on myös se paikka, jossa juhlimme jokaista uutta puhdasta vuotta. Me luomme todellisia ystävyysuhteita, usein ensimmäistä kertaa elämässämme, ja opimme kunnioittamaan toinen toistamme. Tämä voi olla todella tärkeää toipumisessamme.

Jäsenten kypsyessä ryhmäkin kehittyy. Opimme harjoittamaan Nimettömien Nar-

komaanien hengellisiä periaatteita kaikissa toimissamme. Opimme myös jakamaan vastuuta, jotta ryhmä kasvaisi ja voisi hyvin.

Kotiryhmän jäsenten tulisi yrittää pysyä tietoisena ryhmänsä kohtaamista ongelmista tai vaikeuksista ja olla halukkaita auttamaan. Kotiryhmässä äänestätte osana ryhmäomautuntoa asioissa, jotka koskevat joko oman kotiryhmänne hyvinvointia tai NA:ta kokonaisuutena. Kotiryhmät myös osallistuvat toipumissanoman saattamiseen piirin tasolla. Yhtenäisyyden hengessä, yhtenäisyys päämääränämme, on tärkeää, että me kaikki teemme oman osuutemme NA:n hyväksi.

Ryhmän perustaminen

Ryhmää perustettaessa¹ ensimmäiseksi tulee varmistaa tila säännöllisille kokouksille. Yrittäkää löytää toipumisilmapiiriä edistävä tila, mikä mahdollistaa kokouksen kasvun. On tärkeää löytää paikka, joka sallii ryhmän harjoittaa kuudetta perinnettä, jonka mukaan: "NA-ryhmän ei tulisi milloinkaan ryhtyä takaajaksi tai rahoittajaksi eikä lainata NA:n nimeä millekään rinnakkaiselle järjestölle, hoitolaitokselle eikä ulkopuoliselle yritykselle, etteivät raha-asioita, omaisuutta ja arvovaltaa koskevat pulmat vieroittaisi meitä päätarkoituksestamme." Tämä liittymättömyysperiaate sallii ryhmän kehittyä itsenäiseksi. Varmistettuanne paikan sopi-kaa kokoontumisaika ja -päivä, järjestäkää kokoustilan ovien avaaminen ja sulkeminen ja tehkää kaikki muut tarpeelliset valmistelut. Seitsemännessä perinteessä kerrotaan meille: "Jokaisen NA-ryhmän tulisi olla täysin omavarainen ja torjua ulkopuoliset avustukset." Pitäytyäksemme seitsemännessä perinteessä meidän on huolehdittava tilan vuokran maksamisesta; NA-ryhmien

¹ Lisätietoa NA-ryhmän perustamisesta löydätte ryhmäkirjastesta *The Group Booklet*.

on aina oltava omavaraisia. Ryhmän vastuut (ovien avaaminen, kahvin keittäminen, kirjallisuuden tarjoaminen, siivoaminen jne.) on parasta jakaa kahdelle tai useammalle addiktille. Jotkut ryhmät ovat menettäneet kokoustilansa, koska ovat epäonnistuneet kokoustilan asianmukaisessa huolehtimisessa. Jos kuitenkin pyrimme jättämään tilan siistimmäksi kuin mitä se on ollut tullessamme, suojelemme toipumisilmapiiriä ja Nimettömien Narkomaanien mainetta.

Mikäli kokous lähtee toimimaan hitaasti, olkaa kärsivällisiä. Kokemus osoittaa, että se tulee kasvamaan. Tukea voidaan hakea olemalla yhteydessä lähimpään piiriin tai aluepalvelutoimikuntaan, tiedottamalla muissa kokouksissa ja jakamalla tiedotteita.

Kun ryhmällä on tarpeeksi osallistujia ja tukea, pidetään ryhmän asiakokous. Tässä ensimmäisessä kokouksessa virallistetaan ryhmän asiat (nimi, kokousmuoto jne.) ja valitaan uskotut palvelijat. Vaikka ryhmä saattaakin vaikuttaa muodolliselta tällä hetkellä, meidän on muistettava, että olemme luomassa perustaa päätarkoituksemme saattamiselle. Vastuumme ryhmän jäsenenä on huolehtia NA:sta ja panostaa toipumiseemme. Olemme etuoikeutettuja voidessamme osallistua kotiryhmäämme.

Uskotut palvelijat

Toisessa perinteessämme kerrotaan meille ”Ryhmämme tarkoitusta varten on olemassa vain yksi perusarvovalta: rakastava jumala sellaisena kuin hän saattaa ilmaista itsenä ryhmämme omatunnossa. Johtajamme ovat vain uskottuja palvelijoita, he eivät hallitse.” Siksi uskotut palvelijamme ovat ryhmän selkäranka ja heidän säännöllinen osallistumisensa kaikkiin kokouksiin on

äärimmäisen tärkeää. Yksi sudenkuopista, mikä on aiheuttanut monen NA-ryhmän kitumisen tai jopa kaatumisen, on ollut sellaisten virkailijoiden valinta, jotka ovat olleet epäpäteviä palvelemaan tai joilla ei ole ollut toipumishistoriaa toveriseurassamme. Usein NA -valinnat näyttävät olevan pikemminkin kilpailuja suosioista kuin uskottujen palvelijoiden valintaa. Ryhmän virkailijat tulee valita huolella johtuen heidän tehtäviensä vastuullisuudesta, ja huonojen virkailijoiden mahdollisesta vaikutuksesta ryhmään. Palvelusitoumuksen täyttäminen on tärkeää. Seuraavat kohdat sisältävät lyhyen kuvauksen ryhmien uskottuista palvelijoista. Tarkemmat kuvaukset löytyvät hyväksytystä NA:n palveluoppaasta.

Yleisenä opastuksena olemme huomanneet, että uskotut palvelijat onnistuvat parhaiten, jos heillä on tiettyjä tarpeellisia ominaisuuksia vastuidensa suorittamiseen. Näihin edellytyksiin sisältyy:

1. Halukkuus ja halu palvella
2. Toipumishistoria NA:ssa (suosittelemme vähintään vuoden puhdasta aikaa)
3. Käsitystä ja työskentelytietoa NA:n kahdestatoista askeleesta ja kahdestatoista perinteestä
4. Aktiivinen osallistuminen ryhmässä

Sihteeri

Sihteeri on vastuussa seuraavista asioista:

- ★ Kokoustilan avaaminen ja sulkeminen säännöllisesti – mistään riippumatta
- ★ Sellaisen vetäjän valitseminen, joka saattaa NA: n toipumissanomaa
- ★ Kahvinkeiton varmistaminen
- ★ Kokouspöytäkirjan pitäminen

- ★ Ryhmän asiakokouksien järjestäminen
- ★ Tarvikkeiden ja kirjallisuuden hankkiminen

Sihteerillä on suuri vastuu, ja siksi tähän asemaan ei tulisi suhtautua kevyesti. Kotiryhmän jäsenten tulisi aina olla halukkaita auttamaan sihteerä missä tahansa avunpyynnössä.

Rahastonhoitaja

Rahastonhoitaja on vastuussa seuraavista asioista:

- ★ Ryhmän laskujen maksaminen
- ★ Taloudellisen tilaston pitäminen
- ★ Ryhmäomatunnon toteuttaminen varojen käytössä
- ★ Säännöllisten raporttien tekeminen ryhmälle

On avuksi, jos rahastonhoitajalla on perusmatemaattiset taidot ja hän hoitaa henkilökohtaiset raha-asiat asianmukaisesti. Ryhmän rahojen väärinkäyttö on yksi suurimmista kohtaamistamme ongelmista. Tarvittavia varoja on kadonnut tuhansia dollareita. Tällainen väärinkäyttö ei rajoita vain sitä, mitä Nimettömät Narkomaanit voi tehdä, vaan se iskee viidennen perinteemme sydämeen, jossa lukee ”Jokaisella ryhmällä on vain yksi päätarkoitus – saattaa sanomaa vielä kärsivälle addiktille.” Rahastonhoitajat, jotka ovat väärinkäyttäneet asemaansa joutuvat yleensä maksamaan kalliisti henkilökohtaisella toipumisellaan. On selvää, että rahastonhoitajan vastuu on suuri, ja jäsenen valitsemista tähän tehtävään tulee miettiä tarkoin. Lisätietoa ryhmän rahastonhoitajana palvelemisesta löytyy NA-konferenssin hyväksymästä *Treasurer's Handbook*² –kirjasta.

² Englanninkielisiä nimikkeitä ei ole vielä julkaistu suomeksi.

Ryhmäpalveluedustaja (RPE)

RPE on vastuussa seuraavista asioista:

- ★ Säännöllinen osallistuminen piirin palvelutoimikunnan (PPT) kokouksiin
- ★ Palvelee jäsenenä PPT:n alatoimikunnissa
- ★ Palvelee yhteyshenkilönä ryhmän ja piirin välillä
- ★ Vastuiden jakaminen vara-RPE:n kanssa
- ★ Ryhmän pitäminen tarkasti rekisteröityneenä Maailmanpalvelun toimiston kanssa

Tärkeintä tässä asemassa on toimia ryhmän yhteyshenkilönä. Ryhmän palveluedustaja on elintärkeä linkki ryhmän ja muun toveriseuran välillä. RPE:n on tarkoitus tuoda esille kotiryhmänsä näkökulma ja toimia ryhmäomatunnon äänenä keskusteltaessa asioista, jotka koskevat toisia ryhmiä tai NA:ta kokonaisuutena. Tämä tehtävä edellyttää, että edustaja tarjoaa ryhmälle tietoa maailmanlaajuisen NA-toveriseuran kehityksestä ja jakaa piirillä kaikki ryhmän tapahtumat, vahvuudet tai ongelmat. On tärkeää, ettei RPE hajota NA-yhteydenpitoketjua.

Vara-ryhmäpalveluedustaja (Vara-RPE:n)

Vara-RPE:n asema on hyvin samankaltainen kuin RPE:n, mutta se edellyttää kahden vuoden sitoutumista, jossa ensimmäinen vuosi vietetään harjoitellen ja toinen vuosi RPE:nä. On tärkeää, että vara-RPE osallistuu jokaiseen PPT:n kokoukseen oppiakseen ja tarjotakseen tukea RPE:lle. Vara-RPE myös toimii RPE:nä RPE:n poissa ollessa.

Muita tapoja palvella

Edellä mainittuihin asemiin valitaan uskottuja palvelijoita tietyin palveluehdoin. Toinen tapa jolla voimme palvella on toimia puhujana tai vetäjänä; nämä uskotut palvelijat valitsee yleensä ryhmän sihteeri. Maailmanlaajuisessa toveriseurassa on lukuisia käytäntöjä ja erilaisia tapoja järjestää kokouksia. Neljännessä perinteessä meille luvataan itsenäisyys paitsi toisia ryhmiä tai koko NA:ta koskevissa asioissa. Tämä moninaisuus rikastuttaa toveriseuraamme ja lisää vaikuttavuuttamme. Päätargetoituksemme on aina saattaa toipumissanomaa vielä kärsiville addikteil.

Vetäjä

Vetäjällä – jota kutsutaan myös ”puheenjohtajaksi” monissa paikoissa – tulisi olla kokemusta, voimaa ja toivoa jaettavana säännöllisestä osallistumisesta Nimettömien Narkomaanien kokouksiin. Tämä henkilö on vastuussa keskustelun etenemisestä sujuvasti ja ryhmän kokousmuodon noudattamisesta. Vetäjän on muistettava, että kokous on kaikkien, eikä kommentoida jokaisen henkilön jakamisen jälkeen.

Vetäjä on vastuussa toipumisilmapiirin luomisesta. Vaikka ongelmista jakaminen on tarpeellista samaistumisen kannalta, on ratkaisujen jakaminen välttämätöntä toipumiselle. Vetäjän tulisi olla tietoinen siitä, että olemme täällä nimenomaan tarkoituksenamme pysyä puhtaana ja auttaa toisia addikteja toipumaan addiktiosta.

Puhuja

Kokoukseen puhumaan valitun NA:n jäsenen tulee olla joku, joka työskentelee ja elää NA:n toipumisohjelmaa, joka on

kaksitoista askelta ja kaksitoista perinnettä. Alueilla, joilla ei ole runsaasti pidempään puhtaana olleita tai kahdestatoista askeleesta ja kahdestatoista perinteestä kokemusta omaavia NA:n jäseniä, on mahdollista, että ryhmä saattaa kokemattomuuttaan ymmärtää väärin NA:n perinteitä ja kutsua puhujia NA-toveriseuran ulkopuolelta. On olemassa useita tapoja välttää tällainen tilanne. Esimerkiksi Perustekstimme muistuttaa meitä siitä, että NA:n jäsenet ovat usein halukkaita matkustamaan pitkiäkin matkoja toiselta paikkakunnalta tukeakseen uutta ryhmää. Puhuja auttaa täyttämään ryhmän päätarkoituksen, saattamaan toipumissanomaa vielä kärsivälle addiktille. Kun puhumme NA – kokouksessa, meidän tulisi huolellisesti välittää selkeää toipumissanomaa tunnustamalla itsemme addiktiosairaudesta toipuviksi addikteiksi. Ei ole tarpeen vatvoa liikaa aktiivisen addiktiomme ”sotatarinoita”, sillä me kaikki tiedämme millaista käyttäminen on ollut. Tulimme Nimettömiin Narkomaaneihin lopettaaksemme käyttämisen, ja olemme täällä jakaaksemme kokemuksemme, voimamme ja toivomme toipumisesta.

★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★

Uusille ryhmillemme alueilla, jotka ovat juuri muodostumassa: Olemme havainneet, että askeltyöskentelykokoukset ja kirjallisuuden opiskelukokoukset ovat erittäin tärkeä alku jäsenten kasvulle. Rohkaisemme teitä tekemään parhaanne yhdessä rakkaudella ja toveruudella ja tulemaan takaisin: Se toimii!

**Kiitollisuutemme puhuu
kun välitämme
ja jaamme
toisten kanssa NA-elämäntavan**

A

Copyright © 2016 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Kaikki oikeudet pidätetään

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
T 818.773.9999
F 818.700.0700
Website: www.na.org




World Service Office—CANADA
Mississauga, Ontario

World Service Office—EUROPE
Brussels, Belgium
T +32/2/646 6012

World Service Office—IRAN
Tehran, Iran
www.na-iran.org



Käännös NA-toveriseuran hyväksymästä kirjallisuudesta.

Narcotics Anonymous, , , , ja The NA Way
ovat Narcotics Anonymous World Services, Incorporatedin
rekisteröityjä tavaramerkkejä.

ISBN 978-1-63380-070-0

Finnish

3/16

WSO Catalog Item No. FI-3102