

NA-GRUPPER OCH MEDICINERING



SERVICERELATERAT MATERIAL
ÄR INTE MENAT ATT LÄSAS PÅ TILLFRISKNANDEMÖTEN

NA-GRUPPER OCH MEDICINERING

Så som det beskrivs i *In Times of Illness** är valet att ta föreskriven medicin ett personligt beslut mellan en medlem, hans eller hennes sponsor, läkare och en högre makt. Det är ett beslut många medlemmar kämpar sig igenom. Det är inte en fråga för grupper att styra över. Den här pamfletten är inte till för att tala omför våra medlemmar om det personliga beslutet om att ta eller inte ta medicin, inte heller försöker den övertyga medlemmar att ha andra åsikter om användningen av medicin. Vad den här pamfletten tar upp är att grupper ofta bättre kan föra vidare NAs budskap och välkomna vem som helst till möten om medlemmar samlas för att diskutera denna fråga. Varje grupp är självstyrande och den här pamfletten är helt enkelt till för att ge grupperna ett redskap för hur de ska hålla sina egna diskussioner. I dessa diskussioner måste vi komma ihåg att oavsett våra personliga åsikter, beslut eller erfarenheter, påminner oss våra tolv traditioner om att medicinering är en yttre fråga för NA-grupper och att alla beroende är välkomna i NA.

Informationen här är menad att användas av grupper när de överväger hur de ska hantera den här frågan. Som en del av diskussionen tar vi upp drogersättningsmedel i ett separat avsnitt därför att NAs filosofi om total avhållsamhet skiljer mellan droger som används som ersättning och föreskriven medicin för psykiska eller fysiska tillstånd. Vi hoppas att följande sätt kommer att hjälpa grupper i deras ansträngningar att bevara enighet, välkomna medlemmar och att skapa en atmosfär av tillfrisknande.

Vår gemensamma välfärd ska komma först: personligt tillfrisknande är beroende av NAs enighet.

Tradition ett

När NA-grupper överväger frågan om medicinering, inklusive användning av föreskriven medicin för operationer, skador, sjukdomar och medicinering för psykisk hälsa, kan vi börja med att erkänna komplexiteten i situationen. De som tar mediciner har en tendens att känna sig dömda och behandlade som om de inte hör hemma i NA, medan andra anser att medlemmars beslut att dela under tiden de tar

* Ej ännu publicerad på svenska

medicin riskera ett mötes atmosfär av tillfrisknande. En del medlemmar har sett vänner som har tagit mediciner ta återfall och en del har sett vänner som tagit medicin bli stabila och förbli drogfria. Oavsett de starka känslor och åsikter vi kan ha om frågan om medicinering måste grupper förbli fokuserade på hur de kan välkomna medlemmar och föra vidare NAs budskap om tillfrisknande.

Följande är exempel på några av de utmaningar grupper står inför på NA-möten gällande frågan om medicinering:

En del av oss får höra att om vi tar medicin är vi inte drogfria och ska inte dela på möten. Betyder det att de av oss som lider av depression bara ska strunta i vad läkare råder oss att göra, även om vi bara tar medicinen så som den ordinerats? Hör jag ens hemma i den här gemenskapen?

En medlem i vår grupp tar medicin och delar på mötet. Vi är upprörda eftersom vi är rädda att det kommer att störa atmosfären på mötet. Ska gruppen be medlemmar att avstå från att dela tills de slutar ta medicin?

Vi har en medlem som är en beroende och som uppenbarligen är psykiskt sjuk. När han äter sin medicin fungerar han bra men ibland slutar han ta sin medicin och hela helvetet bryter ut. Han tror att vara helt avhållsam kommer att göra honom till en fullvärdig medlem. Vad ska vi säga honom när han frågar oss om han är drogfri?

Oavsett vad våra personliga åsikter, observationer eller erfarenheter kan vara om användningen av mediciner måste fokus hos en NA-grupp vara hur vi kan samarbeta för att föra vidare NAs budskap på våra möten. Tradition ett i essän i *Det fungerar: hur och varför* påminner oss om att "liksom anonymitet är den andliga grundvalen för våra traditioner är enighet som den första traditionen talar om den praktiska grund på vilken vi kan bygga starka och framgångsrika grupper". Med enighet som vår praktiska grund finner vi att våra relationer med varandra är viktigare än någon uppkommen fråga som kan skilja oss åt. Inga problem eller oenigheter är viktigare än vårt behov av varandras stöd.

ATT KULTIVERA ENIGHET

Frågan som NA-grupper behöver överväga är hur vi välkomnar människor och för vidare NAs budskap i många olika situationer. Vår enighet och vårt huvudsyfte kan vägleda våra ansträngningar i att välkomna medlemmar och att skapa en atmosfär av tillfrisknande. På det sättet kan vi hjälpa medlemmar att använda NAs program för att tillämpa tillfrisknandeprinciper i sina liv oavsett omständigheter. Följande är några exempel på sätt som grupper kan sträva att vara eniga och välkomnande när de står inför olika sorters utmaningar:

- ◆ När gruppmedlemmar fritt delar sitt eget tillfrisknande och betrodda tjänare välkomnar andra medlemmar kan grupper vanligen föra vidare NAs budskap i många potentiellt utmanande situationer.
- ◆ Om någon delar ett budskap som tycks riskera atmosfären av tillfrisknande kan gruppmedlemmar försöka att vänligt återskapa mötets fokus efter att personen har delat. Det betyder inte att gruppmedlemmar ska rätta eller städa upp efter det som sagts, utan de kan fritt dela sin egen erfarenhet, styrka och hopp och erbjuda ännu ett perspektiv.
- ◆ Att noggrant välja en mötesledare eller sekreterare som har förmågan att bidra till att upprätthålla en atmosfär av tillfrisknande under ett möte kan också vara till hjälp. Om nödvändigt kan denna gruppleddare hjälpa till att återfokusera mötet genom att utlysa en fem minuters paus eller genom att be gruppen samlas i en bön. Ett kärleksfullt och inkluderande förhållningssätt hos mötesledare och gruppmedlemmen är vanligen det mest effektiva sättet att ta sig igenom dessa situationer.
- ◆ Gruppen kan reflektera över hur den kan tillämpa principer som tolerans, kärlek och medkänsla i situationer som kan skapa oro. Att överväga sätt att svara på potentiellt skrämmande situationer med medkänsla och tolerans snarare än att agera ut, kan bättre tillåta gruppen att upprätthålla en atmosfär av tillfrisknande och föra vidare NAs budskap.

GRUPPDISKUSSIONER

Ett av de mest effektiva sätt som en grupp kan arbeta med att lösa dessa utmaningar är att diskutera sitt huvudsyfte. En diskussion som fokuserar på hur gruppens medlemmar välkomnar människor till NA kan bidra till att klargöra vad gruppen är ansvarig för och vad den inte är ansvarig för. En gruppdiskussion kan också hjälpa medlemmarna att bli medvetna om hur de behandlar de som kommer till möten. Om en grupp till exempel har en ovälkomnande inställning till nya medlemmar som tar mediciner för en sjukdom är det troligt att den gruppen stänger ute precis de människor som den försöker föra NAs budskap till. Att diskutera frågor som de nedan kan hjälpa gruppens medlemmar att överväga sätt att upprätthålla en atmosfär av tillfrisknande i potentiellt svåra situationer:

- ◆ Vad gör vår grupp för att hjälpa nya medlemmar att känna sig välkomna? Hur kan vår grupp bättre välkomna nykomlingar?
- ◆ Vad kan vår grupp göra för att skapa och upprätthålla en stark atmosfär av tillfrisknande?
- ◆ Vad kan vår grupp göra för att främja enighet?
- ◆ Vad kan vår grupp göra för att bidra till att försäkra sig om att alla medlemmar (särskilt medlemmar med stora svårigheter) känner sig accepterade och uppskattade?

SERVICE OCH ANVÄNDNING AV MEDICINER

En annan fråga som grupper brottas med är om en medlem som tar medicin är kvalificerad för att göra service i gruppen eller någon annan stans i servicestrukturen. Gruppen bör utöva gott omdöme när de beslutar om en medlem kan utföra det som krävs för ett uppdrag, inte om medlemmen tar mediciner. Om en medlem verkar väldigt instabil är det troligt att han eller hon är olämplig för en servicefunktion oavsett om han eller hon tar medicin.

DROGERSÄTTNING

Per definition används drogersättning av helt andra orsaker än mediciner föreskrivna för psykisk eller fysisk hälsa. Den här skillnaden gör att drogersättning är en separat fråga för oss i NA. När det gäller de som deltar i drogersättning är det till hjälp att komma ihåg att vår tredje tradition säger att medlemskap i NA etableras när någon har en önskan att sluta använda eller när de väljer att bli medlemmar, inte när de är drogfria. Oavsett frågan har grupper fortfarande i uppdrag att välkomna varje person som kommer in på ett möte.

Juridiska instanser har beordrat de som får drogersättningar att gå på NA-möten. En del av dessa beroende delar på våra möten. Är det en yttre fråga? Hur är det med vårt budskap om total avhållsamhet? Vi vill göra det som är rätt men är oroliga för att nykomlingen får fel budskap. Vi talar om liv och död!

En del NA-medlemmar är förvirrade eller till och med intoleranta mot de som får drogersättningar på grund av vad de ser som en motsättning mellan drogersättning och NAs princip om total avhållsamhet. En del av oss blir rädda när de som får drogersättningar vill dela eller tala för NAs räkning. Det kan vara till hjälp för oss alla att komma ihåg att många beroende som får drogersättning så småningom blir drogfria, förblir drogfria och finner ett sätt att leva som de trodde var omöjligt innan de kom till NA. Denna process sker inte alltid när en beroende kommer till sitt första möte – att bli och förbli drogfri är ofta ett beslut som tas efter många möten under en längre period.

Eftersom NA är ett program av total avhållsamhet begränsar grupper ibland delaktigheten för medlemmar som får drogersättning för att säkerställa klarheten i NAs budskap. Vi måste ändå balansera den begränsade delaktigheten med idén att medlemskap i NA sker genom en önskan att sluta använda, inte genom avhållsamhet. Som tradition tre i *Det fungerar: hur och varför* påminner oss: "Önskan är inte en mätbar vara. Den lever i varje enskild medlems hjärta. Eftersom vi inte kan bedöma det enda villkoret för medlemskap, uppmanas vi att öppna dörrarna till våra möten på vid gavel för varje beroende som vill ansluta sig".

Att öppna våra dörrar för dessa medlemmar innebär att gruppen tar sig tid att diskutera den här frågan och finner sätt att få alla att känna sig välkomna. Varje grupp är självstyrande och ett gruppsamvete kommer slutligen att avgöra nivån på delaktighet för de som får drogersättning. En del grupper kan välja att uppmuntra dem som får drogersättning att göra service som kaffekokare eller hjälpa till att plocka undan istället för ledarfunktioner. Dessa åtagande kan uppmuntra en önskan av total avhållsamhet genom att tillåta dessa medlemmar att känna sig som del av NA.

Verkligheten är den att en del grupper redan tillåter de som får drogersättning att dela och leda möten medan andra inte gör det. Även om vi inte kan stödja den här nivån av delaktighet kan vi helt enkelt erkänna hur saker och ting är och överväga sätt att uppmuntra varje medlem att bli drogfri och finna hoppet och tillfrisknandet som är möjligt i NA. Den verkliga frågan grupper ställs inför är hur de ska leva upp till NAs filosofi om total avhållsamhet och fortfarande välkomna beroende till våra grupper och möten. Det viktigaste är att vi inte låter våra rädslor stå i vägen för vår grupps förmåga att föra NAs budskap om hopp och frihet vidare.

*Det enda villkoret för medlemskap
är en önskan att sluta använda.*

Tradition tre

En av de mest utmanande aspekterna av den här frågan är att medan en NA-grupp är fri att be de som har använt idag att avstå från att dela, beslutar inte grupper vad "använda" betyder för en enskild medlem. Användningen av mediciner är en fråga som många medlemmar har starka personliga känslor inför, men en grupp finns inte till för att genomdriva, stödja eller motsätta sig medlemmars personliga åsikter. Vilken medlem som helst – de som tar mediciner och de som tycker att medicinering inte är lämpligt – har ett ansvar att inte visa upp sina personliga känslor och åsikter som åsikter hos Anonyma Narkomaner som helhet.

I NA attraherar vi med vilje människor som är sjuka, instabila och i behov av hjälp. Vår utmaning är att fortsätta tillämpa tolerans, tålamod och kärlek så att vi skapar en atmosfär där de som vill tillfriskna kan göra det. Många av oss har sett NAMöten tyngas ner av störningar, kontroverser och negativitet

gällande den här frågan. Men om de här utmaningarna tas om hand genom att införliva vårt programs andliga principer blir grupper ofta som ett resultat starkare och mer fokuserade. Tillfrisknande är ofta en krävande process med många upp och nergångar och NA-grupper har en tendens att erfaras liknande utmaningar. Ändå är det dessa ansträngningar som låter oss växa som individer och som grupper. Anonyma Narkomaner finns till för att hjälpa beroende att finna ett nytt sätt att leva och att gå med i NA innebär att bli del av en livlig och varierad gemenskap. Som vår första tradition påminner oss: "Våra relationer till varandra är viktigare än någon fråga som kan uppstå för att splittra oss". Genom att hålla det i minne kan våra grupper bäst tjäna alla beroende som söker tillfrisknande i NA.



Detta är en översättning av servicematerial godkänt av Världsstyrelsen.

Servicepamfletter är tänkta att användas av medlemmar, grupper och servicekommittéer som en resurs snarare än för att läsas under ett NA möte.

© 2018 by NA World Services, Inc. Alla rättigheter förbehållna.
19737 Nordhoff Place ❖ Chatsworth, CA 91311 USA
t 818.773.9999 ❖ f 818.700.0700 ❖ www.na.org