



Narcotics Anonymous®
Анонимные Наркоманы

IP Nr. 11-RU

Спонсорство

новая редакция

Анонимные Наркоманы
Спонсорство
Серия «Информационный
проспект», книга 11

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=68682879

ISBN 978-1-55776-472-0

Содержание

КТО такой спонсор?	5
ЧТО именно делает спонсор?	6
ЧТО именно делает подспонсорный?	8
Как найти спонсора?	10
КОГДА нужно найти спонсора?	13

Спонсорство (новая редакция)

Найти спонсора – одна из первых рекомендаций, которую слышат многие из нас на своих первых собраниях АН. Будучи новичками мы не всегда представляем, о чем речь. Что такое спонсор? Как найти и как использовать спонсора? Где его искать? Проспект, который ты держишь в руках, познакомит тебя со спонсорством.

В нашем Базовом тексте сказано: «Сердце АН бьется, когда двое зависимых делятся друг с другом своим выздоровлением». Проще говоря, спонсорство – это помощь одного зависимого другому. Это улица с двусторонним движением, отношения, полные любви, духовности и отзывчивости, которые помогают как подспонсорному, так и спонсору.

КТО такой спонсор?

Спонсорство – это близкие личные отношения, и у разных людей они разные. В рамках этого проспекта спонсор – это член Анонимных Наркоманов, живущий нашей программой выздоровления, который готов строить с нами особые отношения поддержки в формате «один на один». Для большинства из нас спонсор – это, прежде всего, человек, способный помогать нам работать по Двенадцати Шагам Анонимных Наркоманов, а иногда еще и по Двенадцати Традициям и Двенадцати Концепциям. Спонсор совсем не обязательно должен быть другом, но, вполне возможно, является человеком, которому мы доверяемся. Со спонсором мы можем поделиться тем, о чем нам некомфортно высказываться на собрании.

Отношения с моим спонсором стали ключиком, открывшим мне двери к доверию другому человеку и к работе по шагам. Я поделился со спонсором тем, в какой бардак превратилась моя жизнь, а он поделился со мной тем, что в его жизни происходило то же самое. Он начал учить меня тому, как жить без наркотиков.

ЧТО именно делает спонсор?

Спонсоры делятся с подспонсорными своим опытом, силами и надеждой. Некоторые говорят о своем спонсоре, как о человеке любящем и отзывчивом, который выслушает и поддержит нас, несмотря ни на что. Другие ценят в спонсоре объективность и беспристрастность, полагаясь на его прямое и честное мнение, даже когда согласиться с ним трудно. А третьи обращаются к спонсору, главным образом, как к проводнику по Двенадцати Шагам.

Однажды на вопрос: «А зачем мне спонсор?» спонсор ответил: «Ну, самообман заметить трудно, особенно самому....»

Спонсорство работает по той же причине, по которой работает АН, – потому что выздоравливающих членов сообщества объединяют и зависимость, и выздоровление; потому что очень часто мы ощущаем эмпатию друг к другу – соперничество, основанное на похожем опыте. Спонсор – это не наш юрист или банкир, не папа или мама, не консультант по вопросам брака и не соцработник. Спонсор – это не психотерапевт, дающий профессиональные консультации. Спонсор – это просто другой зависимый в выздоровлении, готовый поделиться своим путешествием по Двенадцати Шагам.

Иногда, когда мы делимся со спонсором своими вопроса-

ми и переживаниями, спонсор делится в ответ собственным опытом. В других ситуациях спонсор может предложить чтение литературы, письменное задание или сам пытается ответить на наши вопросы о программе. Когда в АН мы новички, спонсор помогает нам разобраться в непонятных для нас моментах программы, в языке Анонимных Наркоманов, в том, как проводятся собрания и как работает структура обслуживания, а также в значении принципов АН и в сущности духовного пробуждения.

ЧТО именно делает подспонсорный?

Одна из рекомендаций – регулярный контакт со спонсором. Помимо звонков спонсору, можно еще договариваться о встречах на собраниях. Некоторые спонсоры сами предлагают какой-то график общения, другие никаких особых правил не устанавливают. Если нам не удастся найти спонсора, живущего неподалеку, можно положиться на интернет-технологии или переписку по почте. Но на каком бы канале связи мы ни остановились, самое важное в общении со спонсором – это наша честность и открытость новому.

Моя спонсор помогает мне разобраться, куда мне двигаться и как смотреть на мир. Помимо всего прочего, она словно лакмусовая бумажка моих мотивов, очень важная для меня. Порой мне достаточно поделиться с кем-то вслух – и я вдруг вижу все по-другому.

Бывает, мы перестаем звонить спонсорам, например, из-за переживаний, что мы грузим их своими проблемами. Или из-за мыслей о том, что спонсорам что-то нужно от нас взамен. На самом деле, наши спонсоры выигрывают от наших отношений не меньше, чем мы. В нашей программе существует убеждение, что мы можем сохранить то, что получили

в АН, только отдавая это другим. Используя спонсоров, мы, по сути, помогаем им оставаться чистыми и выздоравливать.

Как найти спонсора?

Все, что нужно, чтобы у тебя появился спонсор – это прямо попросить его или ее. Звучит просто, но это нелегко. Многим из нас страшно просить кого-то стать нашим спонсором. Активная зависимость научила нас не доверять никому. Поэтому сама идея о том, чтобы просить кого-то слушать нас и помогать нам, кажется чуждой и пугающей. Несмотря на это, именно спонсорство многие из нас называют самой важной частью своего выздоровления. Порой мы собираем в кулак все свое мужество, а в ответ слышим: «Нет». В таких случаях нам будут нужны настойчивость и вера, а еще важно постараться не видеть в его или ее решении ничего личного. Как правило, причины отказа этих людей не имеют лично к нам никакого отношения: быть может, у них дефицит свободного времени или куча подспонсорных, а еще, именно в этот момент, у них может быть непростой период жизни. Продолжая поиск спонсора, мы подтверждаем свою веру.

Для меня выбор спонсора был типа как собеседование. Подойдем ли мы друг другу? Каковы твои ожидания? Чего жду я? Я искал человека, открытого новому, с которым мне было бы комфортно говорить.

Идеальное место для поиска спонсора – это собрание АН. Дополнительные варианты – это мероприятия АН, такие как

собрания органов обслуживания или конвенции. Большинство из нас ищет такого человека, которому не все равно, который активно работает по программе, которому мы надеемся научиться доверять, порой чисто интуитивно. Для большинства из нас, особенно для новичков в АН, важно, чтобы срок чистого времени спонсора был больше.

Самое простое правило – это искать человека с похожим опытом, которому близки и понятны наши терзания и наши достижения. Для большинства из нас шансы на такой уровень эмпатии будут выше со спонсором одного с нами пола, к тому же это безопаснее. Для некоторых половая принадлежность не является решающим фактором. Кого мы выберем в спонсоры – решать нам, мы свободны в этом выборе. Тем не менее, существует очень серьезная рекомендация избегать спонсорских отношений, в которых вероятен риск сексуального влечения. Такое влечение может увести нас в сторону от сути спонсорства и подорвать нашу способность делиться друг с другом честно.

В первые чистые дни я ощущала незащищенность, одиночество и готовность пойти на что угодно, только бы быть с кем-то рядом. Вся моя сущность стремилась к удовлетворению этого желания, я противилась всему тому, что было так необходимо для строительства фундамента моего выздоровления. Я так благодарна Богу за принципиальность тех членов сообщества, которые поддержали меня и не воспользовались моим

состоянием на том, раннем этапе моего выздоровления.

Иногда члены сообщества задумываются, нормально ли, когда у тебя больше одного спонсора. И хотя некоторые зависимые выбирают такой путь, большинство предупреждает, что это опасно, потому что мы можем поддасться искушению манипулировать спонсорами с целью добиться именно того ответа, который нам больше всего хочется получить.

КОГДА нужно найти спонсора?

Большинство членов сообщества считают, что найти спонсора нужно как можно скорее, тогда как другие приводят доводы, что спешить с таким важнейшим решением не стоит, что нужно осмотреться, собрать информацию и сделать взвешенный выбор. Посещение как можно большего количества собраний помогает нам определиться, с кем нам будет комфортно, кому мы сможем научиться доверять. Несмотря на то, что мы находимся в поиске спонсора, мы не обязаны говорить «да», когда кто-то сам предлагает нам стать нашим спонсором. Очень важно знать одну вещь – если мы находим спонсора, чтобы он помогал нам на раннем этапе выздоровления, никто не мешает нам поменять этого спонсора позднее, если он перестает удовлетворять нашим требованиям.

Я сравниваю необходимость найти спонсора с ситуацией, когда ты упал в воду и тонешь. Мне этот спасательный круг в виде спонсора нужен был немедленно!

Когда мы новички в этой программе, нам важно обращаться за помощью и поддержкой к другим зависимым. Брать номера телефонов, начинать звонить и делиться с другими выздоравливающими членами сообщества нужно как

можно быстрее. Наша программа работает именно благодаря помощи, которой мы делимся друг с другом. Нам больше не обязательно жить в изоляции. Мы начинаем ощущать себя частью чего-то большего, чем мы сами. Спонсорство помогает нам понять, что оказавшись в АН, мы наконец-то пришли домой.

У тебя наверняка остались вопросы о спонсорстве, не затронутые в этом ИП. И хотя на твои вопросы может и не быть точных «правильных» или «неправильных» ответов, опыт нашего сообщества такой разный – в разных регионах и у разных зависимых – у нас, к счастью, есть целая книга, в которой многие вопросы о спонсорстве¹ рассматриваются в самых мельчайших подробностях.

Copyright © 2002, 2006, 2014 by Все права сохраняются
Narcotics Anonymous World Services, Inc.

www.na.org

Перевод сообщества – одобренная литература АН.

Narcotics Anonymous, Анонимные Наркоманы, и The NA Way являются зарегистрированными торговыми марками Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-55776-472-0

¹ На английском языке