

Данный проспект содержит ответы на ряд вопросов, возникающих у родителей или опекунов, когда подросток приходит на собрания АН. Это не советы по воспитанию вашего ребенка, здесь просто обобщен опыт тех юных членов сообщества, которые успешно остаются чистыми и обретают выздоровление в Анонимных Наркоманах. Юные члены сообщества со всего мира обрели в АН выздоровление от наркомании. Мы надеемся, что эта информация окажется полезной всем родным и близким, которым интересно узнать побольше о том, с чем сталкивается в выздоровлении юный член сообщества.

## Программа АН

Программа АН, изложенная в Двенадцати Шагах (а также в другой литературе АН), рассматривает зависимость как «физическую, умственную и духовную болезнь, которая поражает все сферы нашей жизни». Соответственно, выздоровление в АН не ограничивается одним только воздержанием от наркотиков.

### ЧТО ПРОИСХОДИТ НА СОБРАНИЯХ АН?

На собраниях АН вы скорее всего увидите группу членов сообщества, открыто говорящих о том, что у них получается и не получается в жизни без наркотиков. Члены АН часто делятся друг с другом тем, как они сталкиваются с самыми обычными жизненными проблемами, а также тем, как они пытаются решать эти проблемы, применяя принципы, заложенные в Двенадцати Шагах. Члены сообщества часто общаются до и после собраний, и во многих странах при встрече они обнимаются. Собрания АН помогают им строить отношения с другими выздоравливающими зависимыми – это развивает в них чувство принадлежности к обществу. Такие отношения являются незаменимым условием помощи зависимым людям – благодаря им они начинают чувствовать поддержку своего нового образа жизни. На собраниях АН, как правило, есть ведущий – кто-то из

членов сообщества. На многих группах в дни юбилеев выздоровления вручаются памятные брелоки.

Если вы хотите больше узнать о том, что происходит на собрании, лучше всего сходить на одно из них в вашем районе. На «открытых» собраниях АН приветствуются друзья и родные зависимых, а также представители общественности, тогда как «закрытые» собрания проводятся только для зависимых. Разобраться в том, какие собрания являются открытыми или закрытыми, можно с помощью расписания местных собраний АН или позвонив на телефонную линию АН.

Наше выздоровление в АН фокусируется не на каких-то конкретных веществах, а на болезни зависимости. Несмотря на то, что АН расшифровывается как «Анонимные Наркоманы», АН — это сообщество для зависимых людей, употреблявших любые виды наркотиков или изменяющих сознание веществ.

### КТО УПРАВЛЯЕТ СОБРАНИЯМИ АН?

АН – это двенадцатишаговая программа выздоравливающих зависимых, члены сообщества не являются специалистами в области наркомании. Группы АН управляются членами АН. Как правило, они берут на себя различные обязанности по служению на этих группах (например, расстановка стульев, приготовление чая или сбор членских пожертвований). Такие обязанности часто служат дополнительным стимулом для регулярного посещения какого-то конкретного собрания.

### ПОСЕЩЕНИЕ СОБРАНИЙ

Опыт членов сообщества показывает, что регулярное посещение собраний помогает им оставаться чистыми от наркотиков и чувствовать себя частью программы и сообщества. Литература АН предлагает новичкам как минимум первые девяносто дней посещать одно собрание в день, да и после этого поддерживать определенную регулярность посещения собраний. Многие юные члены сообщества говорили о том, насколько страдает процесс выздоровления в результате ограничений, накладываемых на их посещение собраний. Для выздоравливающего зависимого подобные ограничения сродни отчислению из школы или запрету на лече-

ние болезни. Выздоровление подразумевает создание новых и здоровых отношений, и обычно этот процесс начинается именно на собраниях АН. Такие отношения важны для достижения стабильного воздержания от употребления наркотиков и обретения способности поддерживать новый образ жизни.

### СПОНСОРСТВО В АН

Спонсор является неотъемлемой частью программы любого выздоравливающего зависимого. Спонсор — это опытный член сообщества АН, который делится с новичками тем, что помогает оставаться чистым лично ему или ей. Спонсор направляет «подспонсорного» в применении Двенадцати Шагов. Спонсору не платят денег, он не является ни психотерапевтом, ни профессиональным консультантом. Спонсор не несет ответственности ни за выздоровление подспонсорных, ни за их способность оставаться чистыми. Тем не менее, эти отношения являются жизненно важными для любого зависимого, который учится жить без наркотиков.

Для многих юных членов АН оказалась полезной организация встречи своих родителей со своим спонсором – в результате родные стали относиться к этим новым отношениям намного спокойнее. Тем не менее, спонсорство строится на доверии и конфиденциальности – поэтому попытки обсудить со спонсором информацию, которой делится с ним ваш ребенок, способны подорвать самые основы этих отношений. Дополнительную информацию о спонсорстве в сообществе АН можно найти в информационном проспекте №11 или в нашей книге «Спонсорство».

### КАК ФИНАНСИРУЕТСЯ АН?

АН функционирует по принципу самообеспечения, благодаря пожертвованиям членов сообщества – те из

них, у кого есть такая возможность, жертвуют небольшие суммы денег, помогая группам АН проводить собрания. Эти деньги используются для оплаты аренды помещений собраний, приобретения литературы АН и организации чаепития. Обычно литературу АН можно приобрести непосредственно на собраниях, при этом какая-то часть нашей литературы предоставляется бесплатно.

### СПОСОБНО ЛИ СООБЩЕСТВО АН ОТВРАТИТЬ МОЕГО РЕБЕНКА ОТ РЕЛИГИИ НАШЕЙ СЕМЬИ?

АН – это духовная программа, которая не поддерживает, но и не выступает против ни одной из религий. «Духовность» программы АН заключается просто в практическом применении таких принципов, как честность и благодарность, в повседневной жизни. АН не конкурирует и не конфликтует с религией, а также не требует от членов сообщества быть религиозными. Достаточно часто АН дополняет уже существующие у члена сообщества религиозные или духовные убеждения.

### Как юные члены сообщества обретают поддержку внутри семьи.

Когда юный зависимый находит АН, большинство родителей просто хотят знать, какую роль они могли бы сыграть в выздоровлении родного человека. И хотя каждый из родителей в итоге ответит на этот вопрос по-своему, возможно, всем и всегда стоит помнить о том, что выздоровление – это процесс, который занимает немало времени. Постигание практики применения принципов, заложенных в Двенадцати Шагах, – это сугубо личный опыт для каждого, и он включает такие этапы, как личная инвентаризация и



возмещение ущерба. В данном разделе приведен ряд примеров оказания поддержки молодым зависимым со стороны родных и близких.

Сделать АН приоритетом на раннем этапе выздоровления – это значит регулярно посещать собрания и мероприятия АН, общаться с членами сообщества по телефону и проводить время с другими выздоравливающими зависимыми, которые не употребляют наркотики. Юные зависимые часто говорят о том, насколько спокойнее почувствовали себя их родители после того, как познакомились с другими членами сообщества.

Выздоровление в АН – это процесс; члены сообщества продолжают регулярно ходить на собрания после того, как прекратили употреблять наркотики. Многие юные члены сообщества говорят, что им совсем не помогают вопросы о том, когда же они прекратят ходить на собрания.

Еще одной часто встречающейся сложностью в жизни юных зависимых и их родителей является баланс между выполнением разных обязанностей – таких, как школьные домашние задания и посещение собраний. Многие юные зависимые садились вместе с родителями и подбирали в расписании такие собрания, которые не вступали бы в конфликт по времени с этими обязанностями – например, послеобеденные собрания или собрания, проходящие в выходные дни – и это помогало им найти баланс между выздоровлением и другими обязанностями.

Юные члены сообщества рассказывают, что больше всего им помогают самые простые вещи – например, когда родители поздравляют их с очередным юбилеем чистого времени или же просто говорят о том, что гордятся своими детьми – их способностью оставаться чистыми и обрести выздоровление.

## ПОДДЕРЖКА ПОЛНОГО ВОЗДЕРЖАНИЯ

АН является программой полного воздержания от любых наркотиков, включая алкоголь. Юные члены сообщества часто говорят о том, насколько сложнее им выздоравливать, проводя время в окружении чле-

нов семьи, которые употребляют алкоголь или другие наркотики.

## ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК ПРИНИМАЕТ ПРЕПАРАТЫ

У сообщества АН нет мнений в отношении приема препаратов, предписанных врачом. Тем не менее, иногда члены Анонимных Наркоманов высказывают свои личные мнения по поводу приема препаратов, назначенных врачом в связи с физическим или психическим состоянием. Кто-то из членов АН, возможно, даже скажет вашему ребенку, что из-за приема этих препаратов он или она не может считаться чистой. Такие мнения являются личной позицией отдельных членов АН, а не сообщества «Анонимные Наркоманы» в целом.

Тем родителям, которые пытаются поддержать воздержание своего ребенка от наркотиков, порой бывает непросто в ситуациях с физическими травмами или хирургическими операциями, предполагающими анестезию. В нашем буклете *In Times of Illness* (Заболевания в выздоровлении) приводится опыт и рекомендации для членов АН, которые сталкиваются в своем выздоровлении с потребностью в болеутоляющих препаратах.

## ЧТО ТАКОЕ СРЫВ

Некоторые выздоравливающие зависимые срываются и возвращаются к употреблению наркотиков – в этом нет ничего необычного. Со стороны членов семьи часто следуют какие-то санкции, тем не менее, срыв не обязательно означает, что теперь зависимый не вернется к выздоровлению и не придет со временем к стабильному воздержанию от употребления наркотиков. К сожалению, для некоторых из нас срыв является частью процесса выздоровления. Несмотря на это, в нашей литературе говорится – и наш опыт подтверждает это – что «мы ни разу не видели, чтобы сорвался хотя бы один человек, который живет программой «Анонимные Наркоманы». Многие члены сообщества возвращаются из срыва и выздоравливают потом долгие годы. Если вы хотите подробнее узнать о срыве, прочтите главу Базового текста «Анонимные Наркоманы», озаглавленную «Выздоровление и срыв» либо одноименный информационный проспект.

## ПОДДЕРЖКА ДЛЯ ЧЛЕНОВ СЕМЬИ

Многие члены семьи обретают необходимую поддержку на группах, созданных для помощи семьям зависимых и их близким (например, «Нар-Анон» и «Анонимные семьи»). Анонимные Наркоманы никак не связаны

с этими организациями, и мы не даем рекомендаций в пользу той или иной программы. Мы просто предоставляем информацию о них в духе взаимодействия.

*Этот материал был разработан на основе коллективного опыта юных членов сообщества, которые остаются чистыми и нашли новый путь в жизни в Анонимных Наркоманах. Мы надеемся, что этот проспект поможет юношам и девушкам, а также их родителям найти ответы на некоторые самые общие вопросы, касающиеся выздоровления в АН.*



Copyright © 2017 by  
Narcotics Anonymous World Services, Inc.  
Все права сохраняются

**World Service Office**  
PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409 USA  
TEL (818) 773-9999 FAX (818) 700-0700  
WEB [www.na.org](http://www.na.org)




**World Service Office—Canada**  
Mississauga, Ontario

**World Service Office—Europe**  
Brussels, Belgium – TEL +32/2/646-6012

**World Service Office—Iran**  
Tehran, Iran – [www.na-iran.org](http://www.na-iran.org)



Перевод сообщества – одобренная литература АН.

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

ISBN 9781633801264 • Russian • 4/17

WSO Catalog Item No. RU-3127

