



**Narcotics Anonymous®**

---

**Adsız Narkotik**

IP No. 2-TU

**Grup**



# Grup

## Tanım ve Amaç

Bir Adsız Narkotik grubu, bağımlılık hastalığından iyileşme amacı ile belirli bir zaman ve yerde düzenli olarak toplanan iki veya daha çok iyileşmekte olan bağımlının toplantısıdır. Bütün Adsız Narkotik grupları NA'nın On iki Basamağı ve On iki Geleneğinin ilkelinin içinde hareket eder. Her grubun bir tek öncelikli amacı vardır – mesajı halen acı çeken bağımlıya taşımak.

Öncelikli amacımızı hatırlamak önemlidir ki ilk toplantılarına gelen bağımlılar toplantıdaki başkalarıyla bağdaşıp kimlik bulabilirler. Grubun sorumluluklarından biri, var olan üyelerin yanı sıra, kullanmayı bırakma arzusu olan yenigelen için bir iyileşme atmosferi sağlamaktır. Yenigelene hoş geldiğini hissettirmek isteriz. Hepimiz NA'ya ilk geldiğimizde korku ve kaygı dolu olduğumuzu anımsayabiliriz. O ilk gülümsemeyi hoş karşıladık ve yalnızlık çekerken basit, sevgidolu bir kucaklamanın dünyaya bedel olduğunu öğrendik. Bizim geçtiğimiz yollardan geçmiş, duygu ve deneyimlerimizi anlayacak bizim gibi başkalarını bulmaya ihtiyacımız vardı. En başından itibaren temiz olan ve NA programını yaşayan diğerlerinin örneğini izleyen her bağımlının temiz kalabileceğini bulduk.

Ümit mesajının ve aktif bağımlılıktan kurtuluş vadinin taşınmasının en güçlü vasıtası gruptur. Her bağımlı kullanmayı bırakabilir, kullanma arzusunu kaybedebilir ve yaşamak için yeni ve daha iyi bir yol bulabilir. Toplantılarda, diğer bağımlıların kendileri temiz kalmak ve başkalarına temiz kalmalarında yardım etmek için deneyim, güç ve ümitlerini paylaştıklarını duyarız. Bir bağımlının

diğerine yardımının terapik değerinin benzersiz olduğunu bulduk.

Deneyimimiz, toplantılara dzenli olarak katıldığımızda, bize rahat vermeyen duyguların bizi terk etmeye başladığıdır. Onların yerini, Adsız Narkotik sayesinde bulduğumuz yeni yaşam yoluna duyduğumuz ümit, sevinç ve minnet duyguları alır. Ve en önemlisi, toplantılarımıza dzenli olarak gelmeye devam edenler temiz kalırlar.

## **Ev Grubu**

Bir ev grubu seçmek ve onu desteklemek iyileşmenin önemli bir öğesidir. Ev grubu rahat ettiğiniz ve dzenli olarak katılacağınız bir toplantıdır. Buna ev grubu diyoruz çünkü uyduğumuz ve ait olduğumuz bir yeri ima eder. Bir ev grubuna sahip olmak her hafta insanları yakından tanıyabileceğimiz ve onların da bizi gerçekten tanıyabilecekleri bir yere demir atmamıza yol açar. Birlikte gelişirken birbirimizle bir bağ kurarız.

Ev grubumuza bir taahhütte bulunuruz ve eğer herhangi bir nedenle orada yoksak özleneceğiz. Ev grubumuz aynı zamanda her yeni temiz yılımızı kutladığımız yerdir. Gerçek dostluklar kurarız ve çoğu kez yaşamımızda ilk kez, birbirimize saygı duymayı öğreniriz. Bu iyileşmemizde çok önemli olabilir.

Üyeler olgunlaştıkça, grup da olgunlaşır. Adsız Narkotik'in ruhsal ilkelerini tüm yaşamımızda uygulamayı öğreniriz. Grubun büyümesi ve iyiliği için sorumlulukları bölüşüp paylaşmayı öğreniriz.

Ev grubu üyeleri, gruplarının karşılaştığı problem ve zorlukların bilincinde kalmaya çalışmalı ve yardıma istekli olmalıdırlar. Bir ev grubu, grup vicdanının bir üyesi olarak NA'nın bütününe etkileyen konuların yanı sıra ev grubumuzun iyiliğine ilişkin

konularda da oy kullandığımız yerdir. Ev grupları iyileşme mesajının bir alan düzeyinde taşınmasında da katılımcıdırlar. Birlik ve tek amaçlılık ruhu içinde, bütünüyle NA'nın iyiliği için hepimizin üzerine düşeni yapması önemlidir.

## **Bir Grubun Oluşumu**

Bir grup<sup>1</sup> başlarken ilk öncelik, düzenli bir toplantı yeri garantilemektir. İyileşme atmosferine vesile olabilecek ve toplantının büyümesine yer sağlayabilecek bir tesis bulmaya çalışın. Grubun “Bir NA grubu herhangi bir ilgili kuruma veya dışında kalan girişime NA adına asla onay veya bu adı ödünç vermemeli, bu ad ile maddi destekte bulunmamalıdır ki para, mülk ve prestij sorunları bizi öncelikli amacımızdan saptırmasın” diyen Altıncı Geleneği uygulamasına izin veren bir yer bulmak önemlidir. Kurum ve girişimlerle bağlı olmama ilkesi, grubun kendi özerkliğini geliştirmesine yol açar. Bir yer tesis ettikten sonra saati ve haftanın gününü saptayın, toplantı mekanının açılış ve kapanışı için düzenlemeleri ve diğer gerekli hazırlıkları yapın. Yedinci Gelenek bize “Her NA grubu dışarıdan gelecek katkıları geri çevirerek tümüyle kendini geçindirmelidir” der. Yedinci Geleneğe sadık kalarak tesis için bir kira ödeme yöntemi oturtun; NA grupları daima kendilerini geçindirmelidirler. Grup sorumluluklarının (kapıları açmak, kahve/çay yapmak, literatür sağlamak, ortalığı toparlamak vs.) iki veya daha fazla bağımlı tarafından paylaşılması en iyisidir. Bazı gruplar toplantı tesislerine gerekli ilgiyi göstermeyi ihmal ettikleri için toplantı mekanlarını kaybetmişlerdir. Ama eğer odayı bulduğumuzdan daha

---

<sup>1</sup> Bir NA grubu başlatmak üzere daha fazla bilgi için *The Group Booklet*'e bakın. (Bu kitapçık henüz Türkçe'ye çevrilmemiştir.)

iyi bırakmaya çalışırsak, iyileşme atmosferini ve Adsız Narkotik'in itibarını koruruz.

Eğer toplantının başlaması zaman alıyorsa sabırlı olun. Deneyim, büyüyeceği yönündedir. En yakın alan veya bölge komitesi ile bağlantı kurarak, başka toplantılarda duyuru yaparak ve el ilanı dağıtarak destek yaratılabilir.

Yeterli katılım ve destek olunca, bir grup iş toplantısı yapılır. Bu ilk toplantıda, grubun meseleleri (ismi, formatı, vs.) resmileştirilir ve güvenilir hizmetkarlar seçilir. Bu sırada grup sanki bir iş toplantısındaymiş gibi görünüyorsa da, öncelikli amacımızı yerine getirmek için temel attığımızı anımsamalıyız. Grup üyeleri olarak, NA'yı gözetmek ve iyileşmemize yatırım yapmak bizim sorumluluğumuzdur. Ev grubumuzda katılımcı olmak gerçekten bizim ayrıcalığımızdır.

## **Güvenilir Hizmetkarlar**

İkinci Geleneğimiz bize der ki, "Grup amacımız için tek mutlak otorite vardır – grup vicdanımızda ifadesini bulan sevgidolu bir Tanrı. Liderlerimiz güvenilir hizmetkarlardır; hükmetmezler." Böylece güvenilir hizmetkarlarımız grubun belkemiğidir ve tüm toplantılara düzenli katılımları çok önemlidir. Birçok NA grubunun başının derde girmesine ve hatta kapanmasına neden olan tehlikelerden biri, hizmet etme niteliğini taşımayan veya arkadaşlık birliğimizde iyileşme geçmişleri bulunmayan görevlilerin seçimidir. NA seçimleri sıklıkla güvenilir hizmetkar seçiminden çok popülerlik yarışmaları gibi görünmüştür. Taşınacak görevlerin sorumlulukları ve kötü görevlilerin grup üzerinde yapabileceği potansiyel etki nedeniyle, bir grubun görevlileri büyük bir özenle seçilmelidir.

Hizmet etme taahhüdünü yerine getirmek önemlidir. Bunu izleyen paragraflar grubun güvenilir hizmetkarlarının kısa bir tarifini içerir. Daha kapsamlı bir tarif için onaylı NA hizmet el kitabına bakın.

Genel bir kılavuz olarak gördük ki, güvenilir hizmetkarlar sorumluluklarını yerine getirmek için gereken belli bazı iyi vasıflara sahip olurlarsa, işlerini en başarılı düzeyde yapıyorlar. Bu nitelikler şunları içerir:

1. Hizmete isteklilik ve arzu
2. NA'da iyileşme geçmişi (en az bir yıl temizlik süresi öneririz)
3. NA'nın On iki Basamağı ve On iki Geleneginin anlayışı ve çalışan bilgisi
4. Grupta aktif katılım

## **Sekreter**

Sekreter aşağıdakilerden sorumludur:

- ★ Toplantı yerini düzenli açmak ve kapatmak – ne olursa olsun
- ★ NA iyileşme mesajını taşıyacak bir toplantı lideri seçmek
- ★ Kahve/çayın yapıldığından emin olmak
- ★ Grubun kayıtlarını tutmak
- ★ Grubun iş toplantıları için düzenleme yapmak
- ★ Malzeme ve literatür satın almak

Sekreter büyük bir sorumluluk taşır ve bu nedenle bu pozisyon hafife alınmamalıdır. Yardım ricası geldiğinde, ev grubu üyeleri sekretere yardım etmeye daima istekli olmalıdır.

## Muhasebeci

Muhasebeci aşağıdakilerden sorumludur:

- ★ Grubun faturalarını 6demek
- ★ Finansal kayıtlar tutmak
- ★ Fon akışı için grup vicdanı kararlarını y6r6tmek
- ★ Gruba d6zenli rapor vermek

Muhasebecinin temel matematik becerilerine sahip olması ve kişisel finansal işlerini iyi idare etmesi işleri kolaylaştırır. Karşılaştığımız en b6y6k sorunlardan biri, grup parasının k6t6ye kullanımı olmuştur. İhtiyaç duyulan fonlardan binlerce dolar sırra kadem basmıştır. Bu k6t6ye kullanım sadece Adsız Narkotik'in yapabileceklerini sınırlamakla kalmaz, "Her grubun bir tek 6ncelikli amacı vardır – mesajı halen acı çeken bağımlıya taşımak" diyen Beşinci Geleneğimizi de kalbinden vurur. Pozisyonlarını k6t6ye kullanan muhasebeciler genellikle kişisel iyileşmeleri açısından 6dedikleri bedelin çok ağır olduğunu bulurlar. Açıkçası muhasebecinin ciddi bir sorumluluğu vardır ve bu işi y6r6tmek için bir 6ye seçerken çok iyi d6ř6n6lmelidir. Grup muhasebecisi olarak hizmet 6zerine daha fazla bilgi için NA Konferans onaylı *Treasurer's Handbook*'a bakın.<sup>2</sup>

## Grup Hizmet Temsilcisi (GHT)

GHT aşağıdakilerden sorumludur:

- ★ Alan Hizmet Komitesi (AHK) toplantısına d6zenli katılmak
- ★ AHK Alt Komitelerinde 6ye olarak hizmete katılmak

---

<sup>2</sup> İsimleri İngilizce yazılan literat6rler hen6z T6rke olarak bulunmamaktadır.



- ★ Grup ve alan arasında aracı olarak hizmet vermek
- ★ GHT-Alternatifi ile sorumlulukları paylaşmak
- ★ Grubu Dünya Hizmet Ofisi (WSO) ile doğru bilgili kayıtlı tutmak

Bu pozisyonun en önemli yanı grubun iletişimcisi olmaktır. Grup hizmet temsilcisi grup ve arkadaşlık birliğinin geri kalanı arasında can alıcı bir halkadır. Grup hizmet temsilcisi, amacı başka grupları ve bütünüyle NA'yı etkileyen konularda grubun vicdanını temsil etmek olan resmi bir iletişim hattıdır. Bu görev temsilciye dünya çaplı NA Arkadaşlık Birliğindeki gelişmelerden gruba bilgi aktarması ve grubun etkinliklerini, güçlerini veya sorunlarını alanla paylaşması koşulunu getirir. GHT'nin NA iletişim zincirini kırması önemlidir.

## **Grup Hizmet Temsilcisi Alternatifi (GHT-Alternatifi)**

GHT-Alternatifi pozisyonu GHT'ninkine paraleldir. Bir istisna ile. Bu iki yıllık bir taahhüttür. Birinci yıl eğitimde ve ikinci yıl GHT olarak geçer. Öğrenmek ve GHT'ye destek sağlamak için GHT-Alternatifinin her AHK toplantısına katılması zorunludur. GHT-alternatifi GHT'nin yokluğunda GHT olarak hareket eder.

## **Hizmet için Diğer Yollar**

Buraya kadar sözü edilen pozisyonlara seçilen, belli hizmet süreleri olan güvenilir hizmetkarlardır. Hizmet verebileceğimiz bir başka yol ise konuşmacı veya lider olmaktır; bu güvenilir hizmetkarlar genelde grup sekreteri tarafından seçilir. Dünya çaplı arkadaşlık birliğinde kullanılan çeşitli format ve

değişik toplantı yürütme yolları vardır. Dördüncü Geleneğimiz bize özerklik vaat eder; bu konular diğer grupları ve bütünüyle NA'yı etkilemediği sürece. Bu çeşitlilik arkadaşlık birliğimizi zenginleştirir ve etkinliğimizi artırır. Öncelikli amacımız daima halen acı çeken bağımlıya iyileşme mesajını taşımaktır.

## **Lider**

Birçok yerde aynı zamanda “başkan” da denilen lider, Adsız Narkotik toplantılarına düzenli katılımından dolayı paylaşacağı deneyim, güç ve ümide sahip olmalıdır. Bu kişi konuşmaların akıcı ilerlemesini ve grup formatının izlenmesini sağlamakla yükümlüdür. Lider bunun herkesin toplantısı olduğunu hatırlamalıdır ve paylaşan her kişiden sonra görüş bildirmemelidir.

Toplantıya liderlik eden kişi bir iyileşme atmosferi tesis etmekten sorumludur. Her ne kadar kimlik bulmak için problemleri paylaşmak gerekliyse, iyileşmek için de çözümleri paylaşmak gereklidir. Burada temiz kalmak ve başka bağımlılara bağımlılıktan iyileşme bulmalarına yardımcı olmak gibi çok özel bir amaçla bulunduğumuz, liderin daima aklında olmalıdır.

## **Konuşmacı**

Bir toplantıda konuşması için seçilen NA üyesinin NA iyileşme programını, yani On iki Basamak ve On iki Geleneği çalışan ve yaşayan bir kişi olması gerekir. Hatırı sayılır temiz zamanları veya On iki basamak ve On iki Gelenek ile deneyimleri olan NA üyelerinin bol olmadığı alanlarda, Adsız Narkotik'te deneyimsiz bir grup NA Geleneklerini yanlış anlayabilir ve NA Arkadaşlık Birliği dışından konuşmacılar davet edebilir. Bu durumdan sakınmanın birkaç yolu vardır. Örneğin

Temel Tekstimiz bize, başka alanlarda, yeni gruplara destek vermek için uzun mesafeler kat edecek NA üyeleri olduğunu hatırlatır. Konuşmacı, halen acı çeken bağımlıya iyileşme mesajını taşıyarak grubun öncelikli amacını yerine getirmesine yardım eder. Bir NA toplantısında konuşurken kendimizi bağımlılık hastalığından iyileşen bağımlılar olarak tanıtarak net bir iyileşme mesajı taşımaya dikkat etmeliyiz. Aktif bağımlılığımız veya “savaş öykülerimiz” üzerinde çok fazla durmak gerekli değildir çünkü hepimiz kullanmanın nasıl olduğunu biliyoruz. Biz Adsız Narkotik'e kullanmayı bırakmak için geldik ve burada deneyimlerimizi, gücümüzü ve iyileşme ümidimizi paylaşmak için bulunuyoruz.



Henüz oluşmakta olan alanlardaki yeni gruplarımıza: Üyelerin gelişimi için basamak çalışma toplantılarının ve literatür çalışma toplantılarının çok önemli bir başlangıç olduğunu bulduk. Sevgi ve arkadaşlık birliği ruhu ile elinizden gelenin en iyisini yapmanızı gönülden destekliyoruz ve gelmeye devam edin: Bu çalışır!

**Umursadığımızda ve NA  
yolunu diğerleriyle  
paylaştığımızda  
minnetimiz konuşur**

Copyright © 2020 by  
Narcotics Anonymous World Services, Inc.  
Tüm hakları saklıdır

World Service Office  
PO Box 9999  
Van Nuys, CA 91409 USA  
T 818.773.9999  
F 818.700.0700  
Website: [www.na.org](http://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](http://www.na-iran.org)



NA Arkadaşlık Birliği onaylı literatür çevirisidir.

Narcotics Anonymous, , , , ve The NA Way  
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated  
tescilli markalarıdır.

ISBN 978-1-63380-250-6 Turkish 3/20

WSO Catalog Item No. TU3102