

3) Некоторые участники CoDA основывают спонсорские группы, которые собираются раз или два в неделю. Такая группа состоит из одного спонсора, шефствующего над несколькими подспонсорными, которые берут обязательство работать по Двенадцати Шагам и Двенадцати Традициям. Обсуждение сосредоточено на применении Шагов и Традиций к определённым вопросам, связанным с выздоровлением от созависимости.

4) Некоторые группы CoDA используют особую краткосрочную форму спонсорства для новичков. «Временный спонсор для новичка» - это человек, который

- соглашается спонсировать вас первые шесть собраний и вместе с вами посещает одно или более таких собраний.
- подробно делится своей историей
- обеспечивает информацией по структуре CoDA и служению.
- описывает методы, цели и принципы CoDA.
- акцентирует внимание на необходимости найти постоянного спонсора.

В ЗАКЛЮЧЕНИЕ...

Будучи новичком, который желает начать процесс выздоровления, вы будете мотивированы узнавать, как работать по Двенадцати Шагам. Многие из нас, кто пришёл в Анонимные Созависимые раньше, обнаружили, что нет лучшего способа достичь этой цели, чем выздоравливать со спонсором. Что касается ветеранов, то шефство над другими - это благодатный способ работать по Двенадцатому Шагу: «Достигнув духовного пробуждения, в результате выполнения этих шагов, мы старались нести это послание другим созависимым, и использовать эти принципы во всех наших делах». Многие из нас обнаружили, что по мере того, как мы доносим эту идею, шефствуя над другими, мы растём духовно. Спонсорство является полезным инструментом для обеих сторон на пути постепенного выздоровления.

БОЖЕ, дай мне РАЗУМ

и ДУШЕВНЫЙ ПОКОЙ

Принять то, что я не в силах изменить

МУЖЕСТВО

изменить то, что могу

И МУДРОСТЬ

отличить одно от другого



**Сообщество
Анонимных созависимых (CoDA)
Санкт-Петербурга
www.coda-spb.ru
+7 911 928 67 10**

**За дополнительными
экземплярами этого буклета и другой
литературы CoDA обращайтесь,
пожалуйста
coda.spb@mail.ru**

Это литература, одобренная Конференцией CoDA. Авторские права © 1989 г., второе издание 2019 г. Все права защищены. Данный буклет печатается на основании письменного разрешения CoDA Inc.

This is CoDA Conference endorsed literature Copyright © 1989 Revised 2019 Second Edition All rights reserved

This publication may not be reproduced or photocopied without written permission of Co-Dependents Anonymous Inc. For more information about CoDA:

www.coda.org info@coda.org Phone: +1 602 277 7991 Toll free: 888-444-2359

Spanish toll free: 888-444-2379 For additional copies of this booklet and other CoDA literature: www.corepublications.org info@corepublications.org Phone: +1 805 297 8114

ITEM 4004

СПОНСОРСТВО В CoDA
АНОНИМНЫЕ СОЗАВИСИМЫЕ

В Анонимных Созависимых те из нас, кто извлёк пользу из работы по Двенадцати Шагам со спонсором, хотели бы поделиться с вами своими мыслями, основываясь на своем опыте в CoDA. Наши предложения не претендуют на роль правил. Мы призываем попробовать то, что подойдет именно вам.

Цель спонсорства - развитие доверительных отношений "один на один" с более опытным членом CoDA.

Спонсор охотно делится опытом, силой и надеждой в поддержку вашего дальнейшего выздоровления, как и своего собственного.

КТО ТАКОЙ СПОНСОР?

Спонсор - это тот, кто...

- проведёт вас по Двенадцати Шагам и Двенадцати Традициям.
- представляет собой пример для подражания в выздоровлении.
- является источником поддержки, основанной на любви.
- будет уважать Вашу анонимность.

КАКИЕ КАЧЕСТВА СЛЕДУЕТ ИСКАТЬ В СПОНСОРЕ?

Ищите такого человека ...

- который применяет принципы Двенадцати Шагов и Двенадцати Традиций в своей жизни.
- который уважает способ и темп работы другого человека в работе по программе.
- который хочет и может помочь вам распознать ваше созависимое поведение, проявляя заботу и поддержку.
- который будет выслушивать вас и отвечать проявляя терпение и терпимость
- с которым не возникнут проблемы на почве романтических отношений и сексуальной привлекательности.

ЧЕМ СПОНСОР НЕ ЗАНИМАЕТСЯ?

Продуктивный спонсор...

- не даёт советов.
- не спасает вас и не решает ваши проблемы.
- не критикует вас в грубой или обвинительной форме.
- не злоупотребляет взаимоотношениями в своих неуместных целях (например, романтических, сексуальных, профессиональных или финансовых).
- не выполняет роль психотерапевта.
- не делится с другими вашими откровениями.
- не пренебрегает своей собственной программой выздоровления, чтобы уделить внимание вам.

КАК НАЙТИ СПОНСОРА В СОДА?

После того, как вы посетили по крайней мере шесть собраний, прислушайтесь к тем людям, кто последовательно делится своим выздоровлением в таком формате, который вам понятен. Поговорите с этими людьми по телефону или с глазу на глаз, и это поможет вам определиться, сможете ли вы почувствовать себя в безопасности, доверяясь им. Затем спросите одного из этих людей, согласится ли он/она взять над вами шефство.

Если ваш потенциальный спонсор не имеет возможности взять на себя подобное обязательство, он/она скажет вам об этом. Пожалуйста, не сочтите это за личное неприятие.

Выздоровливающие члены сообщества устанавливают границы на то количество членов CoDA, над которыми они могут шефствовать. Другие же могут почувствовать свою неготовность быть чьим-то наставником на этом этапе своего выздоровления. Продолжайте приглядываться и спрашивать. «Подходящий» спонсор рано или поздно появится.

КАКИМ ОБРАЗОМ Я МОГУ ПОМЕНЯТЬ СПОНСОРА, ЕСЛИ ЧУВСТВУЮ СЕБЯ НЕКОМФОРТНО С ТЕМ, КОГО ВЫБРАЛ?

Попросите руководства у своей Высшей Силы. Поделитесь своими переживаниями со своим нынешним спонсором и дайте человеку знать, почему вы чувствуете себя неуютно. Если вам дискомфортно делиться своими чувствами напрямую, можете отправить сообщение, выразив то, что посчитаете возможным, оповестив о своём намерении завершить ваши спонсорско-подспонсорные взаимоотношения.

ЕСЛИ У ВАС ВОЗНИКАЮТ ТРУДНОСТИ В ОБРЕТЕНИИ СПОНСОРА В СОДА, ПОТОМУ ЧТО ОЧЕНЬ МАЛО «ВETERАНОВ», ВОТ НЕСКОЛЬКО ПРЕДЛОЖЕНИЙ:

1) В новых группах CoDA обычно есть участники с опытом в других Двенадцатишаговых программах как в качестве участников содружества, так и в качестве спонсора. Хотя они, возможно, не обладают опытом применения этих шагов в CoDA, они понимают, что значит работать по Шагам в повседневной жизни. Такой человек может быть кандидатом в ваши спонсоры.

2) Существует некая форма спонсорства, возникающая вследствие такой ситуации, называемая «со-спонсорство». Если Вы выбираете этот метод, Вы и другой участник CoDA будете шефствовать друг над другом. Вы можете регулярно встречаться, чтобы обмениваться тем, чему вы учитесь по Шагам у других людей и читая литературу CoDA.

Пока вы обсуждаете разнообразные аспекты программы, вы можете осознать, что в душе каждого из вас ответы рождаются сами.