



## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ, ОДОБРЕННОЙ КОНФЕРЕНЦИЕЙ НАР-АНОНА, ПЕРЕВЕДЕННОЙ И ИЗДАННОЙ В РОССИИ С ПИСЬМЕННОГО РАЗРЕШЕНИЯ ЦЕНТРА СЕМЕЙНЫХ ГРУПП НАР-АНОНА (NFGH, Inc.)

Эту литературу можно купить в Интернет-магазине «Прогресс» семейных групп Нар-Анона России <https://shop.naranon.ru/>

1. **Голубой буклет «Нар-Анон. Семейная группа»** – Nar-Anon Blue Booklet. Family Group – Каждое собрание семейной группы Нар-Анона начинается с чтения страниц из Голубого буклета. Он рассказывает о наркомании, о том, как сохранить здоровье наших групп, как приветствовать новичков и о многом другом. В нём объясняется, что семейные группы Нар-Анона – это всемирное содружество людей, на чью жизнь повлияла наркомания близкого человека, говорится о том, как мы сами применяем программу «Двенадцать Шагов» и как предлагаем помощь, делимся опытом, силой и надеждой.
2. **Программа «Двенадцать Шагов» Нар-Анона** – The Nar-Anon Twelve Step Program – Семейные группы Нар-Анона основываются на Двенадцати Шагах и Двенадцати Традициях. В брошюре рассказано, как члены Нар-Анона работали по этим Шагам и применяли их в своей жизни, в основе брошюры лежит их личный опыт. Брошюра адресована тем, чьи друзья или родственники употребляют наркотики, в ней говорится об общих проблемах, с которыми сталкиваются все эти люди.
3. **Ежедневник «Делимся опытом, силой и надеждой» (ДОСН)** – Sharing Experience, Strength & Hope (SESH) – Эта книга написана родственниками и друзьями наркоманов, которые на собственном опыте испытали все тяготы жизни рядом с зависимым человеком и сумели не только выжить, но и открыть для себя новый, лучший способ жить. На каждой страничке этой искренней и правдивой книги члены Нар-Анона рассказывают, как они применяют программу «Двенадцать Шагов», изменяя отношение к проблеме, делятся опытом, силой и надеждой и предлагают людям, страдающим от наркомании близкого человека, поддержку и помощь.
4. **Первый, Второй и Третий Шаги** – Steps 1-3. NAR-ANON 36 – Эта брошюра является частью книги, которая будет содержать 36 разделов, подробно объясняющих Двенадцать Шагов, Двенадцать Традиций, Двенадцать Концепций служения Нар-Анона. Книга рассказывает о том, какую роль программа «Двенадцать Шагов» сыграла в жизни и выздоровлении членов Нар-Анона; каждая история, приведенная в брошюре, основана на личном опыте. На основании обобщения личного опыта приведены некоторые рекомендации для работы по программе. Брошюра предназначена для тех, кто ищет более глубокого понимания программы Нар-Анона и готов работать по ней самостоятельно с помощью своего наставника и данного руководства.
5. **Четвертый, Пятый и Шестой Шаги** – Steps 4-6. NAR-ANON 36 – Эта брошюра является частью книги, которая будет содержать 36 разделов, подробно объясняющих Двенадцать Шагов, Двенадцать Традиций, Двенадцать Концепций служения Нар-Анона.
6. **Седьмой, Восьмой и Девятый Шаги** – Steps 7-9. NAR-ANON 36 – Эта брошюра является частью книги, которая будет содержать 36 разделов, подробно объясняющих Двенадцать Шагов, Двенадцать Традиций, Двенадцать Концепций служения Нар-Анона.
7. **Десятый, Одиннадцатый и Двенадцатый Шаги** – Steps 10-12. NAR-ANON 36 – Эта брошюра является частью книги, которая будет содержать 36 разделов, подробно объясняющих Двенадцать Шагов, Двенадцать Традиций, Двенадцать Концепций служения Нар-Анона.
8. **Четвёртый Шаг. Инвентаризация (Для собраний по Шагу)** – 4th Step Inventory (for Step Meetings) – Предлагается форма для работы по Четвёртому Шагу, заполняя которую, можно следить за изменением себя.

9. **Наши Традиции. Духовные принципы для групп и не только** – Our Tradition. Principles for Groups and Beyond – Традиции написаны для того, чтобы удовлетворить потребность в духовных принципах, которые позволяют людям независимо от социальной, религиозной, экономической и политической принадлежности объединиться с одной целью: выздороветь от влияния на них наркомании другого человека.
10. **Седьмая Традиция** – Tradition Seven – Членство в Нар-Аноне предполагает обязанности, Седьмая Традиция описывает некоторые из них.
11. **Двенадцать инструментов выздоровления в Нар-Аноне** – The Nar-Anon Twelve Tools of Recovery – Для тех, на чью жизнь оказала влияние наркомания близкого человека, существуют инструменты, которые, как мы убедились, помогают нам идти по пути выздоровления.
12. **Что делать и чего не делать** – Do's and Don'ts – Закладка-напоминка.
13. **Нужен ли вам Нар-Анон?** – Do You Need Nar-Anon? – Листовка с вопросами.
14. **Давайте поговорим: нужен ли вам Нар-Анон** – Let' Talk Do You Need Nar-Anon – Ответы на двадцать вопросов помогут вам определить, подходит ли вам Нар-Анон.
15. **Информация для новичка** – Information for the Newcomer – Буклет знакомит новичка с основными принципами программы Нар-Анона и с тем, как проходят собрания семейной группы.
16. **К члену семьи или другу наркомана** – To The Concerned Family Member or Friend – В программе Нар-Анона мы узнаем, что зависимость от химических веществ, изменяющих сознание, – это болезнь, за которую мы не ответственны. Наш близкий человек, употребляющий наркотики, нуждается в помощи, но помощь нужна и нам.
17. **Открытое письмо моим близким** – Open Letter To My Family – Наркоман описывает свою болезнь и то, как родители могут ему помочь.
18. **Рекомендации для семьи наркомана** – A Guide for the Family of the User – Зависимость от наркотиков – семейная болезнь. Наркоман и его болезнь влияют на жизнь каждого, кто находится рядом. Но сама семья не в силах понять, что она больна. Добросовестное посещение собраний групп Нар-Анона и частые контакты с другими членами группы принесут чудесные изменения в вашу жизнь.
19. **Отстранение. Ключ к выживанию** – Detachment – The Key to Survival – Буклет объясняет, что такое отстранение и как его добиться.
20. **Путь к свободе** – Passport to Freedom – Цель семейных групп Нар-Анона – оказывать помощь семьям наркоманов. Независимо от того, признает наркоман свои проблемы, ищет помощи или нет, принципы Нар-Анона могут помочь семье наркомана и самому наркоману.
21. **Что происходит после лечения?** – What Happens After Treatment? – Для членов семьи и самого наркомана прекращение употребления – это только начало выздоровления. Что далее? Мы, семья и друзья, также должны действовать, чтобы выздороветь от семейной болезни – наркомании. Прочитав буклет, вы поймете, почему программа Нар-Анона помогает.
22. **Это не о вчерашнем дне, а о сегодняшнем** – It's Not About Yesterday But Today – Описаны основные эмоциональные стадии, которые проходит родственник или друг, узнав о наркомании своего близкого.
23. **В центре внимания Нар-Анона. Выздоровливающие наркоманы, которым необходим Нар-Анон** – Nar-Anon Focus – Recovering Addicts Who Need Nar-Anon – В буклете речь идет о том, что выздоравливающие наркоманы могут сталкиваться с проблемой наркомании у родственника или друга и тогда им необходима программа Нар-Анона и его семейные группы. Это подтверждается историей одной зависимой.
24. **Что такое Нар-Анон? Информация для лечебных учреждений** – What is Nar-Anon? Information for Treatment Facilities – Для наркомана, который обращается за помощью, существуют программы выздоровления и реабилитация. Но какая помощь доступна членам его семьи и друзьям, которые длительное время стараются справиться с наркоманией любимого человека? Им также важно самим выздороветь. В этом может помочь Нар-Анон.

25. **Как справиться со стрессом? Попробуй способ Нар-Анона** – How to Deal with Stress? Try the Nar-Anon Way – Девизы Нар-Анона помогают справляться со стрессом.
26. **Границы и последствия** – Boundaries and Consequences – Устанавливая границы, мы принимаем ответственность заботиться о себе. Это позволяет другим людям развиваться, принимая собственные решения и их последствия.
27. **Дневник выздоровления «Прогресс, а не совершенство»** – "Progress Not Perfection" *Journal* – Дневник предназначен для самостоятельной работы по Шагам. Члену Нар-Анона предлагается вести Дневник по указанным в нем темам.
28. **Вопросы о наставничестве** – Questions On Sponsorship – В книге даются ответы на вопросы, как найти наставника, как нести служение наставника, приведены некоторые рекомендации по наставничеству, как наставнику, так и подопечному. Члены Нар-Анона делятся своими размышлениями и опытом наставничества.
29. **Как найти наставника** – Finding a Sponsor – Буклет рассказывает, кто такой наставник и как его найти.
30. **Как стать наставником в Нар-Аноне** – Becoming a Sponsor in Nar-Anon – Буклет разъясняет, кто такой наставник и как им стать.
31. **Поговорим об анонимности в Нар-Аноне** – Let's Talk About Anonymity – Анонимность обеспечивает безопасную атмосферу на собраниях групп Нар-Анона, чтобы каждый мог свободно высказываться и духовно расти.
32. **О высказываниях и перекрестных разговорах** – Appropriate Sharing & Crosstalk – В буклете говорится, как правильно высказываться и не перебивать друг друга на собраниях групп Нар-Анона.
33. **Нет группы Нар-Анона в твоём районе?** – No Nar-Anon Group in Your Area? – Буклет подробно рассказывает о том, как открыть новую группу.
34. **Рекомендации по сохранению здоровья групп** – Nar-Anon Family Groups. Guidelines for Healthy Meetings – В буклете перечислено, что мешает здоровью группы и выздоровлению ее членов.
35. **Групповое сознание и рабочие собрания** – Group Conscience and Business Meetings – Буклет объясняет, как формируется групповое сознание и как проводить рабочие собрания.
36. **Тетрадь секретаря** – The Nar-Anon Family Groups Secretary's Book – Эта тетрадь содержит 52 одинаковые формы, предназначенные для упрощения работы секретаря группы по ведению отчетности. При должном содержании и постоянном заполнении, тетрадь будет отражать в полном и компактном виде информацию о деятельности и финансах группы на протяжении всего года.
37. **Информация для новичка группы Наратина** – Information for the Narateen Newcomer – Буклет предназначен для подростков, страдающих от наркомании близкого человека.
38. **К подростку – члену семьи или другу наркомана** – To the Concerned Teenaged Family Member or Friend – Наратин может помочь подростку – члену семьи или другу наркомана. Наратин — это группы взаимопомощи для подростков, имеющих наркозависимых родственников и друзей, где используется программа «Двенадцать Шагов».
39. **Информация о группе Наратина** – Narateen Group Information – Всемирная конференция обслуживания 2018 года одобрила изменения в тексте и в названии буклета «Как стать куратором группы Наратина».
40. **31 день в Нар-Аноне** – Thirty-One Days in Nar-Anon – это личные истории членов Нар-Анона Бразилии, благодаря которым мы получаем представление не только о размышлениях и опыте родственников и друзей наркоманов, но также о процессе их выздоровления и духовного роста благодаря программе «Двенадцать Шагов». Наркомания не выбирает религии и национальности, горе матери и жены наркомана одинаково сильно на всех континентах. Но и программа «Двенадцать Шагов» работает для всех, кто работает по ней. Личные истории отзываются, опыт выздоровления вдохновляет. Брошюра состоит из 31

истории, по одной на каждый день месяца.

41. **Продолжаем наше путешествие после потери (Мы по-прежнему вместе)** – Continuing our Journey after Loss (We Still Belong) – Этот буклет содержит истории, написанные членами Нар-Анона, которые потеряли своих близких из-за болезни наркомания. Такая потеря любимого человека действует на всех: физически, психологически и эмоционально. Надеемся, что этот буклет будет полезен всему содружеству, а не только тем, кто физически потерял своих близких.
42. **Как я играла в безумные игры** – I Used To Play Crazy Games – История Нэнси Р, написанная с помощью её друзей.
43. **Мужчины делятся своим опытом, силой и надеждой** – Men Sharing their Experience, Strength, and Hope – Буклет составлен из рассказов мужчин, работающих по программе Нар-Анона.
44. **Истории бабушек и дедушек. Семейная болезнь сквозь поколения.** – Grandparents' Stories. The Family Disease Across Generations – Наркомания не знает границ. Она пронизывает все поколения – настоящие, прошлые и будущие. Когда мы начинаем осознавать наркоманию как семейную болезнь, некоторые из нас обнаруживают, что она нитью тянется сквозь наши семьи. Когда наши дети становятся старше, мы часто видим, как на жизнь наших внуков влияет болезненный цикл наркомании. Это оказывает сильное воздействие на отношения всех членов семьи: супругов, детей, родителей, братьев, сестер и внуков.
45. **Личные истории** – Personal stories – Члены Нар-Анона делятся своими историями из жизни.
46. **Делимся опытом выздоровления** – Sharing Recovery. The Serenity Connection Collection – Эта брошюра была составлена Всемирным комитетом обслуживания по информационному бюллетеню. В нее вошли личные истории выздоровления и служения, ранее опубликованные в информационном бюллетене семейных групп Нар-Анона «*Обрести душевный покой*».

Руководства можно скачать [здесь](#)

**Руководство по местному обслуживанию семейных групп Нар-Анона** – The Nar-Anon Family Groups' Guide to Local Services – Представлена информация о структурах обслуживания семейных групп Нар-Анона на областном и региональном уровнях, о работе этих комитетов. Даются рекомендации о проведении собраний групп Нар-Анона.

**Руководство по всемирному обслуживанию семейных групп Нар-Анона** – The Nar-Anon Family Groups' Guide to World Services – Руководство по всемирному обслуживанию семейных групп Нар-Анона (РВО) предоставляет информацию о всемирных структурах обслуживания Нар-Анона и объясняет принципы их работы. Члены Нар-Анона, которые добровольно хотят нести служение на уровне всемирного обслуживания, найдут это руководство бесценным инструментом для возвращения того умиротворения и спокойствия, которое они получили в программе.

**Руководство по организации событий семейных групп Нар-Анона** – The Nar-Anon Family Groups' Event Planning Handbook – Члены Нар-Анона проводят события, чтобы отпраздновать выздоровление и обменяться опытом, силой и надеждой. В брошюре рассказывается, как спланировать и организовать любое событие, будь то день рождения группы или спикерское собрание, событие на областном или региональном уровне в рабочий день или в выходные, или конвенция в сотрудничестве с Анонимными наркоманами. Всемирная конференция обслуживания 2018 года одобрила изменения в тексте.

**Руководство по веб-сайту семейных групп Нар-Анона** – The Nar-Anon Family Groups' Website Handbook – Руководство рассказывает, как создавать сайт семейных групп Нар-Анона, поддерживать его, обеспечивая необходимой информацией, и сохранять анонимность членов Нар-Анона. Сайт предназначен для привлечения потенциальных членов Нар-Анона (семей и друзей наркоманов) и для профессионалов, работающих в сфере зависимостей. Членам Нар-Анона сайт позволяет иметь доступ к расписанию собраний групп, литературе, к информации о предстоящих событиях, об открытых служениях, к протоколам

и контактам структур обслуживания семейных групп Нар-Анона. Всемирная конференция обслуживания 2018 года одобрила изменения в тексте.

**Руководство по написанию литературы** – Literature Writing Guidelines – В буклете приведены примерные темы для написания личных историй, какие вопросы можно освещать и как правильно представлять написанные тексты. В конце буклета приведён перевод NAR-ANON COPYRIGHT RELEASE FORM, которую следует представить вместе с текстом на английском языке. Буклет разрешается копировать и распространять бесплатно.

**Политика и руководящие принципы в отношении безопасности групп Наратина России** – World Service Narateen Safely Police and Guidelines – Всемирная конференция обслуживания 2018 года одобрила изменения в тексте и в названии Руководства по безопасности групп Наратина.

**Итак, вас пригласили быть спикером** – So you have been asked to speak – Быть приглашенным спикером на событии Нар-Анона – это честь. Несение послания о том, что Нар-Анон значит для вас, и как он изменил вашу жизнь – это возможность выполнять свой Двенадцатый Шаг и вернуть часть того, что мы получили от программы.

**Наставники по служению и наши облеченные доверием исполнители** – Service Sponsors and Our Trusted Servants – Наставник по служению сродни наставнику по выздоровлению. Наставником по служению может быть член Нар-Анона, который постоянно несет служение, изучает Традиции и Концепции и применяет их в служении.

**Социальные сети** – Social Media – Цель этой статьи – дать рекомендации по использованию социальных сетей, как одной из современных технологий средств массовой информации, с соблюдением принципов программы Нар-Анона, в частности, принципа анонимности.

Эти буклеты можно скачать [здесь](#)

они называются «белая литература», их копируют и раздают бесплатно

**Страдаете от наркомании любимого человека? Нар-Анон предлагает надежду** – Affected by a Loved One's Addiction? Nar-Anon Offers Hope – Нар-Анон предлагает надежду родственникам и друзьям наркозависимых. Буклет объясняет: что такое Нар-Анон, как он может помочь и где найти группы взаимопомощи. Этот буклет предназначен для новичков и для информирования общественности. Его разрешается копировать и распространять бесплатно.

**Инвентаризация группы** – Group Inventory – Этот вопросник предназначен для рабочих собраний групп. Он заполняется каждым членом группы за несколько дней до рабочего собрания и с помощью группового сознания способствует улучшению работы группы и сохранению ее здоровья. Буклет разрешается копировать и распространять бесплатно.

**Аутрич Наратин. Подростки!!!** – Narateen Outreach Teens!!! – Дается краткая информация подросткам о группах Наратина. Буклет разрешается копировать и распространять бесплатно.