



СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ, ОДОБРЕННОЙ КОНФЕРЕНЦИЕЙ НАР-АНОНА, ПЕРЕВЕДЕНОЙ И ИЗДАНОЙ 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. 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.
- 2. Рекомендации для семьи наркомана** – A Guide for the Family of the Use – 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.
- 3. Информация для новичка** – Information for the Newcomer – Буклет знакомит новичка с основными принципами программы Нар-Анона и с тем, как проходят собрания семейной группы.
- 4. Отстранение. Ключ к выживанию** – Detachment – The Key to Survival – Буклет объясняет, что такое отстранение и как его добиться.
- 5. 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.
- 6. Открытое письмо моим близким** – Open Letter To My Family – Наркоман описывает свою болезнь и то, как родители могут ему помочь.
- 7. 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.
- 8. 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 – наркомания. Прочитав буклет, вы поймете, почему программа Нар-Анона помогает.
- 9. Как найти наставника** – Finding a Sponsor – Буклет рассказывает, кто такой наставник и как его найти.
- 10. 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.
- 11. Как стать наставником в Нар-Аноне** – Becoming a Sponsor in Nar-Anon – Буклет разъясняет, кто такой наставник и как им стать.

12. **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.
13. **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.
14. **В центре внимания Нар-Анона. Выздоровливающие наркоманы, которым необходим Нар-Анон** – Nar-Anon Focus – Recovering Addicts Who Need Nar-Anon – В буклете речь идёт 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.
15. **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.
16. **Что делать и чего не делать** – Do's and Don'ts – Закладка-напоминалка.
17. **Нужен ли вам Нар-Анон?** – Do You Need Nar-Anon? – Листовка с вопросами.
18. **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.
19. **О высказываниях и перекрестных разговорах** – Appropriate Sharing & Crosstalk – В буклете говорится, как правильно высказываться и не перебивать друг друга на собраниях групп Нар-Анона.
20. **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.
21. **Нет группы Нар-Анона в твоём районе?** – No Nar-Anon Group in Your Area? – Буклет подробно рассказывает о том, как открыть новую группу.
22. **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».
23. **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 нём темам.
24. **Личные истории – Personal stories** – Члены Нар-Анона делятся своими историями из жизни.
25. **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.

26. **Рекомендации по сохранению здоровья групп** – Nar-Anon Family Groups. Guidelines for Healthy Meetings – В буклете перечислено, что мешает здоровью группы и выздоровлению ее членов.
27. **Групповое сознание и рабочие собрания** – Group Conscience and Business Meetings – Буклет объясняет, как формируется групповое сознание и как проводить рабочие собрания.
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. **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.
30. **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.
31. **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.
32. **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.
33. **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 реабилитации. 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.
34. **Информация для новичка группы Наратина** – Information for the Narateen Newcomer – Буклет предназначен для подростков, страдающих от наркомании близкого человека.
35. **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.
36. **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.
37. **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.

38. **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.
39. **Как я играла в безумные игры** – I Used To Play Crazy Games – История Нэнси Р, написанная с помощью её друзей.
40. **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».
41. **Мужчины делятся своим опытом, силой и надеждой** – Men Sharing their Experience, Strength, and Hope – Буклет составлен из рассказов мужчин, работающих по программе Нар-Анона.
42. **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.

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.

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.