

## دعای آرامش:

خدایم! آرامش عطا فرما تا بسزیم آنچه را که نمیتوانم تغییر دهیم

شما مستر ما تغییر دهیم آنچه را که میتوانم

و پیشتر که تفاوت اینست و را بدانم

به کارگاه های آموزش شورای

منطقه پارس زمانان خوش آمدید

# کارگاه

## چگونگی اطلاع رسانی

۲۴ اردیبهشت ۱۳۹۹

استان‌های آذربایجان غربی، شرقی و زنجان  
فضای مجازی - در برنامه فری کنفرانس

سایت رسمی انجمن SA

[www.sa-iran.org](http://www.sa-iran.org)

کانال رسمی تلگرام SA

@SAPERSIAN

کانال رسمی کمیته کارگاہ SA  
@workshop\_sa

# اهداف گارگاه

- ۱- رفع چالش ها
  - ۲- رشد
  - ۳- توسعه
  - ۴- رشد گروه ها و همسان سازی
-

آنچه برای ما اهمیت دارد کارگاه های شورا در دسترس همه اعضای با  
تجربه و بے تجربه قرار گیرد.

تا اعضاء بے تجربه احساس تعلق نموده و آموزش و آشناسازی به  
سهولت و مداوم برای خدمت گزاران جدید فراهم شود.

---



و همچنین برای اعضاء با تجربه شرایطی را فراهم نماید تا تجربه خدمت را مشارکت کرده و در اختیار دیگران گذارند.

در همین راستا کمیته کارگاه ها تمام فرصت های خدمت و مشارکت را برای تمام اعضاء باز گذاشته است و از تک تک اعضاء دعوت می کنیم با حضور و فعالیت خود منابع ما را قوی تر کنند.

---



ما مے توانیم شمارا مطمئن سازیم تا همه ما باشما هستیم و تجارب ما نمایانگر  
اشخاصے چون شماست.

ما اینجا جمع شدہ ایم تا بہ مرور تجربہ بپردازیم کہ در رابطہ با چگونگے بہبود  
بخشیدن بہ بیماریمان، چگونہ متحد بودن دریک گروہ، و چگونگے انتقال پیام  
SA بہ همه کسانے کہ از این بیماری حیلہ گر، مہوت کنندہ رنج مے ہرند

ما می پذیریم که همچون یک جامعه دارای ضعف های شخصیت هستیم و این ضعف ها مدام ما را تهدید می کند، سنت های مادر حکم راهنمایی برای بهتر زندگی کردن و بهتر کار کردن و همچنین یک نوشدارو برای بیماریهای مختلف است سنت های دوازگانه برای بقاء و هماهنگی قدمهای دوازگانه است، تا تمامی افراد هوشیار شده و ذهنی آرام داشته باشند.

چگونه اطلاع رسانی کنیم؟

# اطلاع رسانی و هدف از آن چیست؟

آگاه کردن عموم جامعه از این که انجمن معتادان جنسی گمنام وجود دارد و بهبودی از اعتیاد جنسی را ارائه می‌دهد (چیست و چکار می‌کند) اطلاع رسانی کمک می‌کند تا اطلاعات دقیق در مورد انجمن مان در دسترس عموم قرار گیرد.

هدف اصلی انجمن رساندن پیام به معتاد جنسی است که در عذاب می‌باشد و بخش حیاتی رساندن پیام را کمیته اطلاع رسانی انجام می‌دهد.

---

اطلاع رسانی

# اطلاع رسان کیست و چه ویژگی‌هایی دارد؟

**اطلاع رسان:** یک عضو آگاه از اصول SA است که طبق رای وجدان گروه انتخاب می‌شود.

**ویژگی‌ها:** داشتن اطلاعات به روز انجمن، فروتن، متعهد، مسئولیت پذیر، روابط عمومی کافی و خوشرو باشد.

---

اطلاع رسانی

# ملزوماتی که قبل از اطلاع رسانی باید آماده و هماهنگ شود

۱- آمار و اطلاعات به روز نسبت به توانایی‌ها، نیازها و موقعیت واقعی انجمن

۲- نشریات مورد لزوم و تهیه پکیج اطلاع رسانی

کتاب سفید، کتابچه اطلاع رسانی، برگه اطلاع رسانی، SA برای متخصصان، دفترچه آدرس جلسات، بروشور مرد باید رابطه جنسی داشته باشد، از خود امتحان بگیرید، SA برای بانوان، چرا شهوت را متوقف کنید، آیا SA برای من است، مشکل با اینترنت

۳- آدرس سایت [www.sa-iran.org](http://www.sa-iran.org)

۴- تلفن کمیته اطلاع رسانی و روابط عمومی به شماره تلفن: ۰۹۳۰۶۳۴۲۳۸۹

اطلاع رسانی

# نتیجه اقدامات کمیته روابط عمومی و اطلاع رسانی

- ۱- توسعه پیام معتادان جنسی گمنام
- ۲- حذف تصورات نادرست و حفظ خوشنامی و اعتبار معتادان جنسی گمنام
- ۳- دریافت مجوز فعالیت جهت برگزاری جلسات بهبودی، خدماتی، همایش‌ها
- ۴- آگاه نمودن عموم جامعه و مسئولین از وجود انجمن معتادان جنسی گمنام

---

اطلاع رسانی



## اطلاع رسانی

ما با توابع منعکس خواهیم کرد که هر یک از اصول انجمن ، یک به یک آن ها، از منابع قدیمی قرض گرفته شده است. ما باید به خاطر داشته باشیم که ما افرادی عادی هستیم که خود را برای همکاری با همه انسان های خیر خواه، از هر فرقه و ملیتی آماده کرده ایم.

---

اطلاع رسانی

# مکان‌هایی که در اولویت اطلاع‌رسانی می‌باشند

- قضات دادگاه‌های خانواده (طلاق)
- کارشناسان، پزشکان، روان‌شناسان، مشاورین، اساتید حوزه اعتیاد جنسی
- شبکه بهداشت و درمان (معاونت درمان)
- ادارات بهزیستی، حوزه آسیب‌های اجتماعی
- مکان‌هایی که قصد کسب اجازه برای برگزاری جلسات بهبودی دارید.
- شهرداری‌ها (معاونت فرهنگی)، فرهنگسراها، خانه‌های سلامت، سرای محله و...

---

اطلاع‌رسانی

# نکات ضروری درباره اطلاع رسانی

الف: پیش از حضور در محل

۱- آراسته باشید و از لباس نسبتاً رسمی و ظاهر ساده که حساسیت برانگیز نباشد، استفاده کنید. پیشنهاد می‌شود از پوشیدن لباس‌های غیر عرف، آستین‌های خیلی کوتاه با چاپ‌های غیرمتعارف و یقه‌های خیلی باز خودداری کنید.

۲- پیشنهاد می‌شود قبل از مراجعه به مکان‌های مورد نظر برای اطلاع‌رسانی با استفاده از ابزارهای برنامه به اندازه کافی انرژی کسب کنید.

---

اطلاع رسانی

# نکات ضروری درباره اطلاع رسانی

**۳-** پیش از حضور در محل، هماهنگی لازم در زمینه اعلام برنامه بهبودی بین اعضا تیم اطلاع رسانی بعمل آورید. مثل یک نفر از اعضا تیم راجع به پیدایش انجمن در خارج و داخل کشور و شکل و یک عنصر راجع به راه حل جهت نماید.

**۴-** قبل از مراجعه حداقل یک بار دفترچه اطلاع رسانی را مطالعه کنید. همچنین مطالعه نشریات و کارکردن دوازده قدم و دوازده سنت می‌تواند بسیار موثر باشد.

---

اطلاع رسانی

# نکات ضروری درباره اطلاع رسانی

ب: هنگام حضور در محل

۵- برای رفتن به داخل مکان مورد نظر اطلاع رسانی و دیدار با مسئول، ابتدا با منشی هماهنگ شوید.

پیشنهاد برای نحوه گفتگو با منشی

گفته شود در حدود ۲۰ دقیقه در مورد یک NGO می‌خواهیم اطلاع رسانی کنیم. اگر منشی دانستن مشخصات انجمن ما را لازم دانست، یکی از بروشورهای انجمن را در اختیارش قرار دهید.

---

اطلاع رسانی

# نکات ضروری درباره اطلاع رسانی

۶- بعد از استقرار در محل دیدار مسئول ابتدا خود را معرفی نموده و با کسب اجازه از ایشان شروع به انجام اطلاع رسانی برنامه نمایید.

۷- هنگام صحبت احساساتی نباشید، صبوری و نرمش در رفتار خود داشته باشید. از نطق‌های هیجانی و آتشین خودداری کنید، به آرامی و خونسرد پیام برنامه را منتقل کنید و نتیجه را به خدا واگذار کنید.

---

اطلاع رسانی

# نکات ضروری درباره اطلاع رسانی

۸- برای شروع، بیان تاریخچه‌ای مختصر از پیدایش انجمن در خارج از کشور و فعالیت انجمن در ایران مناسب به نظر می‌رسد. مثلاً با این مضمون که این انجمن ۱۷ سال است که در این شروع به فعالیت نمود و تعداد ۳۳۹ جلسه در هفته به صورت جداگانه برای بانوان و آقایان برگزار می‌شود. برنامه بهبودی این انجمن بر پایه دوازده قدم و دوازده سنت انجمن الکلی‌های گمنام بنا شده است. سپس درباره چهارچوب اصلی برنامه که شامل:

الف: انجمن معتادان جنسی گمنام چیست؟

ب: علت گرایش به اعتیاد جنسی چیست؟

ج: اعتیاد جنسی چیست؟

د: معتاد جنسی کیست؟

ه: گونه‌های مختلف بروز اعتیاد جنسی به چه شکلی است؟

در خاتمه راه حلی که انجمن معتادان جنسی ارائه می‌دهد شامل شرکت در جلسات و کارکرد ۱۲ قدم و ۱۲ سنت بحث کنید.

اطلاع رسانی



# نکات ضروری درباره اطلاع رسانی

۹- پس از آن بیان این نکته که ممکن است تعدادی از بیماران به دلیل شرم و خجالت قادر به بیان مشکل خود با شهوت نیستند، از مسئول کسب اجازه کنید که تعدادی از بروشورها در فضای مناسب در معرض دید مراجعین قرار گیرد. در صورت مخالفت اصرار نکنید و تعدادی از بروشورها را به پزشک یا منشی دهید تا در اختیار افرادی که صلاح می‌دانند قرار دهند.

# نکات ضروری درباره اطلاع رسانی

۱۰- در هنگام اطلاع رسانی از ورود به مسائل خارج از قبیل مذهب و روانشناسی و مسائل اجتماعی خودداری شود. تاکید می‌شود که ما حرفه‌ای نیستیم و کار درمانی انجام نمی‌دهیم و صرفاً تجربیات خودمان را در اختیار هم‌درمانان قرار می‌دهیم و دخالتی در امر درمان و مذهب و سایر مسائل اجتماعی نمی‌کنیم. تاکید می‌شود خدماتی که انجمن ما ارائه می‌دهد، می‌تواند مکمل خدمات تخصصی باشد که پزشکان انجام می‌دهند و ما ادعای درمان و یا خدمات تخصصی نداریم. اگر مخاطب شما خواست وارد به مسائل خارجی شود، موضع‌گیری نکنید و با کمال احترام گوش فرا دهید. به یاد داشته باشید سنت‌ها مختص اعضای انجمن است و دیگران مجبور به رعایت سنت‌های برنامه ما نیستند.

اطلاع رسانی

# نکات ضروری درباره اطلاع رسانی

۱۱- در حد امکان از توضیحات اضافه و به رخ کشیدن دانش شخصی و دانش برنامه و زیاده‌گویی خودداری می‌کنیم. همچنین از غلو کردن درباره تاثیرات برنامه و گفتن عباراتی مثل این که "فقط SA به ما کار می‌دهد" و همچنین زیر سوال بردن سایر روش‌های درمانی خودداری می‌کنیم.

۱۲- در صورتی که پرسش‌های روانشناسی و حرفه‌ای از ما پرسیده شود با بیان این جمله که ما حرفه‌ای نیستیم و کار درمانی انجام نمی‌دهیم از پاسخ دادن اجتناب می‌کنیم و همین‌طور در مورد مسائل مذهبی پاسخ می‌دهیم: برنامه ما در مورد مسائل مذهبی دخالتی نمی‌کند. به یاد داشته باشیم ما آنجاییم تا پیام برنامه را برسانیم و نظرات، اطلاعات و اعتقادات شخصی ما صرفاً مربوط به خود ماست.

# نکات ضروری درباره اطلاع رسانی

**۱۳ -** در صورتی که از ما در مورد سایر انحرافات جنسی (از جمله همجنس‌گرایی، یادگارخواهی، ترانس و...) و همچنین تاثیر برنامه‌ها بر درمان آنها سوالی شد، ضمن تأکید مجدد بر این که ما کمک تخصصی و کار درمانی انجام نمی‌دهیم، سعی می‌کنیم این نکته را توضیح دهیم که برای ورود به برنامه SA از هیچ کس پرسیده نمی‌شود که چه رفتار جنسی را پیگیری می‌کرده است؛ بلکه SA تنها لازمه عضویت را تمایل به ترک شهوت بیان می‌کند. شهوت زیر بنای تمام رفتارهای جنسی ما به شکل‌های مختلف آن است و SA انجمنی است برای رهایی از اعتیاد به شهوت، تجربه ما نشان می‌دهد که اعضای در برنامه با پیروزی بر شهوت، بر وسوسه خود درباره انحرافات مختلف جنسی نیز غلبه کرده‌اند. مطالعه بخش‌هایی از کتاب سفید درباره تعریف شهوت و تعریف اعتیاد و فرایند اعتیادی تسلط خوبی به شما می‌دهد. مختصر این مطالب در کتابچه اطلاع‌رسانی آمده است.

اطلاع‌رسانی

# نکات ضروری درباره اطلاع رسانی

۱۴- در صورت پرسیده شدن سوال یا اظهارنظری درباره سایر NGOها ما یادآوری می‌کنیم که مستقل هستیم و نظری درباره سایر انجمن‌ها نداریم. آنها مسئول رفتار خود و ما مسئول رفتار خودمان هستیم.

---

اطلاع رسانی

# نکات ضروری درباره اطلاع رسانی

**۱۵-** برخی از مخاطبین نگرانی خود را از این که جلسات ما بیماران آنها را بیمارتر کند و یا برای بیمارانشان بدآموزی داشته باشد ابراز می‌کنند در این صورت توضیح داده شود که توصیفات واضح جنسی در جلسات ما ممنوع می‌باشد و در صورت مشاهده صحبت فرد توسط گرداننده قطع می‌شود. همچنین تاکید می‌شود که جلسات ما مختلط نمی‌باشد.

برخی هم با اشاره به تجربه ناموفق خود در خصوص همکاری با NGOهای دیگر، نگرانند که SA بیماران آنها را از ادامه روند درمان منصرف کند و به بیمارانشان آسیب وارد شود. برای اطمینان بخشیدن به پزشکان، پاسخ ما یک جمله است: سنت‌های برنامه به ما اجازه نمی‌دهد در امر درمان دخالت کنیم.

---

اطلاع رسانی

# نکات ضروری درباره اطلاع رسانی

**۱۶-** اگر سوالی درباره مجوز قانونی و ثبت انجمن پرسیده شد، پاسخ داده شود که در حال پیگیری مراحل ثبت در وزارت کشور هستیم و شماره پیگیری هم در این خصوص داریم. از تلاش برای اثبات حقانیت انجمن و بحث‌های اضافه در خصوص موانع قانونی موجود خودداری کنید و اگر فردی خودش اعلام علاقه‌مندی و توانمندی کرد که در این خصوص با انجمن همکاری کند، به مسئول اطلاع‌رسانی گزارش دهید تا از طریق شورا پیگیری کند.



# نکات ضروری درباره اطلاع رسانی

۱۷- در صورتی که از سوی مخاطبین پیشنهاد هرگونه همکاری متقابلی با انجمن داده شد، هیچ قولی ندهید، با انعطاف و روی گشاده برخورد کنید. سنتها را به رخ نکشید و موضوع را به مسئول اطلاع رسانی گزارش دهید تا بررسی شود.

---

اطلاع رسانی

# نکات ضروری درباره اطلاع رسانی

**۱۸- دریافت کارت ویزیت و ثبت مشخصات مخاطبین در فرم‌های طراحی شده معمولاً از مواردی است که مورد غفلت قرار می‌گیرد. انجام این کار به اندازه خود اطلاع‌رسانی اهمیت دارد، زیرا باعث می‌شود از مراجعات تکراری و صرف هزینه و زمان اضافی پرهیز شود. سعی کنید دقیقاً آنچه اتفاق افتاد و نحوه برخورد مخاطب را شرح دهید تا خدمتگزاران بعدی بدانند برای پیگیری کار چقدر می‌توانند روی کمک این پزشک یا مشاور حساب کنند. بلافاصله پس از خروج از مطلب اطلاعات را ثبت کنید تاخیر در این کار موجب فراموشی مطلب و حتی انجام ندادن آن می‌شود.**

---

اطلاع رسانی

اطلاع رساندن

در اجتماع و عموم

## مطالب مربوط به اطلاع رسانی

سخنی بامتخصصان، پزشکان و روانپزشکان.

شما ممکن است بین بیماران خود موردی برای مشاوره داشته باشید که به علت افکار و رفتار ویرانگر جنسی تجربه ای را منتهی در زندگی خود داشته باشد.

در اینگونه موارد برنامه معتادان جنسی گمنام می تواند به عنوان یک سرچشمه سودمند برای بیمار شما عمل نماید، زیرا مکمل کارهایی است که شما روی بیماران خود انجام می دهید.

# مطالبی چند درباره پزشکان برگرفته از زبان دل نوشته بیل ویلسون

من کاملاً درک می‌کنم که پزشکی یک حرفه معنوی است، و اینکه اکثریت قریب به اتفاق پزشکان واقعاً برای خدمت به انسانهای هم‌نوع خود وارد این حرفه میشوند.

# مطالبی در مورد مذاهب و روحانیون

نظریه بیل ویلسون پدید آورنده گامهای دوازده گانه در باره روحانیون. من در اینجا از عمق وجودم تمام دین انجمن را به روحانیت بیان می کنم. بدون کارهایی که آن ها برای ما کرده اند، انجمن هرگز نمی توانست متولد شود، تقریبا هر اصلی که ما استفاده می کنیم از آنها گرفته شده است. ما الگو، ایمان و بخشی از اعتقادات آنها را گرفته و از آن خود کرده ایم .

تقریبا همه ما اعضای انجمن، زندگی، سرنوشت و نجات خود را مدیون آن ها هستیم.

مطمئنا این دینی بی پایان است.

## مطالبی در مورد مذاهب و روحانیون

با این مقدمه درباره سرچشمه تمام انجمن‌ها ما نیز در انجمن‌مان SA باور داریم، روحانیون هر مذهب و آئینی و یا دینی نماینده خرد انباشته شده طی قرن‌ها در مورد موضوعات اخلاقی و الهی هستند بنابر این ما باید دوستی با آنها را آغاز کنیم و در روابطمان باید بیشتر شنونده باشیم و وارد بحث در مورد موضوعات معنوی نمیشویم.



# اطلاع‌رسانی دهان به دهان

شما می‌توانید خارج از جلسات بهبودی انجمن‌های گمنام ۱۲ قدمی آدرس گروه‌های SA را اطلاع‌رسانی کرده و از اعضا بخواهید که به دیگران هم اطلاع دهند. معتادانی که به دنبال بهبودی و آشنایی بیشتر با SA هستند معمولاً با کنجکاوی و علاقه جذب این گروه‌ها می‌گردند. در صورت پرسش در نوع فعالیت SA چگونگی برنامه را اطلاع‌رسانی کنیم.

برگه اطلاع‌رسانی برنامه که شما می‌توانید زمان و مکان برگزاری جلسات در آن قید شده باشد را در بیرون از جلسات بهبودی انجمن‌های ۱۲ قدمی توزیع نمایید.

## به جای نصیحت کردن بازخورد بدهیم

بین نصیحت کردن و اظهار نظر کردن تفاوت بسیار زیادی وجود دارد. نصیحت کردن حالت دخالت در زندگی دیگران دارد در حالی که رهنمود دادن یا اظهار نظر کردن، جنبه حمایتی دارد. نصیحت کردن شبیه دستور دادن به فرد معتاد جنسی است که چه کاری انجام دهد و چه کاری انجام ندهد. نصیحت کردن و تعیین اینکه بهترین راه و روش زندگی کدام است.

## به جای نصیحت کردن بازخورد بدهیم

در واقع به این معنی می باشد که شما معتاد جنسی را مانند یک کودک فرض کرده و به او می گویید که چه چیزی خوب و چه چیزی بد است و با کنایه می خواهید به او بفهمانید که او فرق بین خوب و بد را تشخیص نمی دهد. طبیعی است که این رفتار شما با واکنش و خشم او روبرو خواهد شد، چراکه هیچ کس دوست ندارد دیگران در زندگی اش دخالت کنند یا برای او تعیین تکلیف کنند.

## به جای نصیحت کردن بازخورد بدهیم

بر خلاف نصیحت که برای برقراری ارتباط سازنده و کمک به یک معتاد جنسی به هیچ وجه مناسب نیست، اگر صحبت های شما بر مبنای پیشنهاد یا رهنمود دادن باشد، احتمال اینکه معتادتان تازه وارد جنسی به حرف های شما گوش دهد به مراتب بیشتر خواهد شد.

## به جای نصیحت کردن بازخورد بدهیم

برای مثال، به جای اینکه به فرد معتاد جنسی بگویید که باید شهوت رانی و ارتباطات کنونی خود را قطع کند چون باعث مرگ روحانی او خواهد شد، و به تباهی زندگی او خواهد شد! بهتر است برای او بیان کنید که اعتیادتان به شخصه چگونه زندگی شما را نیز تحت تاثیر قرار داده و تباه کرده است

## به جای نصیحت کردن بازخورد بدهیم

با این حرف، او متوجه خواهد شد که علاوه بر خودش، شما را نیز درگیر مصائب و مشکلات اعتیاد خود کرده است. همچنین در این حالت او دیگر شما را به عنوان کسی که در وضعیت بهتری از او قرار دارد و به او دستور می دهد که اعتیادش را متوقف کند به حساب نیاورده و در وضعیتی مشابه با خود خواهد دید و برای وی معلوم خواهد شد که هر دو شما قربانی بیماری اعتیاد جنسی هستید.

## به جای نصیحت کردن بازخورد بدهیم

برای مثال اگر شما برای عزیز معتادتان جنسی توضیح دهید که وقتی می بینید او شهوت رانی می کند چه احساس ناخوشایندی به شما دست می دهد او متوجه می شود که شهوت رانی علاوه بر اینکه به خودش آسیب می رساند به اعضای خانواده اجتماع معشوق ها و شرکای جنسی نیز آسیب وارد می کند و همین امر ممکن است او را به احساس مسئولیت و اقدام کردن در جهت بهبودی تشویق کند.



## به جای نصیحت کردن بازخورد بدهیم

رهنمود دادن در واقع به ایجاد نوعی احساس مشترک بین فرد معتاد جنسی و اعضای دیگر منجر می شود. با ارائه دادن رهنمودها شما از فرد معتاد جنسی چیزی نمی خواهید و انتظار خاصی نیز از او ندارید. رهنمودهایی که شما به فرد معتاد جنسی می دهید در واقع دیدگاه ها و توصیه هایی است که به فرد معتاد جنسی می دهید و به او یادآور می شوید که به چه علت باید شهوت رانی را قطع کند. اما نصیحت کردن به این معنی است که شما در موقعیت برتری قرار دارید و بهتر از طرف مقابل می دانید که چگونه باید زندگی او را اداره کنید.

### دعای قدم سوم:

پروردگارا خود را تقدیم تو کردم، بامن کنسوز از منساز آنچه خود اراده کنی، از اسارت نفس رهایم گشته  
انجام اراده است را بهتر توانم، مشکلم را بگیر تا پیروزی بر آنها شاهی باشد برای کسی که با قدرت تو،  
عشق تو و راه تو یاریشان خواهیم داد، باشد که همیشه بر اراده است کردن نهم.

- کتابچه اطلاع رسانی
  - کتاب سفید
  - کتاب الکی های گمنام
  - منابع کارگاهی
-