

دعای آرامش:

1

خداوند! آرامش عطا فرما تا بسپارم آنچه را که نمیتوانم تغییر دهم

شهامت را تغییر دهم آنچه را که میتوانم

و پیشتر که تفاوت اینست و را بدانم

به کارگاه های آموزش شورای

منطقه پارس زمانان خوش آمدید

کتاب گاه

۱. سنت ۱۱ (گمنامی)

۲. نحوه مشارکت صحیح

۳. اطلاع رسانی

۱۸ اسفند ماه ۹۶

استان همدان

سایت رسمے انجمن SA

www.sa-iran.org

کانال رسمے تلگرام SA

@SAPERSIAN

اهداف کارگاه

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 شما را مطمئن سازیم تا همه ما با شما هستیم و
تجارب ما نمایانگر اشخاصے چون شماست۔
ما اینجا جمع شدہ ایم تا بہ مرور تجربہ پردازیم کہ در رابطہ
با چگونگے بہبود بخشیدن بہ بیماریمان، چگونہ متحد
بودن دریک گروہ، و چگونگے انتقال پیام SA بہ ہمہ
کسانے کہ از این بیماری حیلہ گر، مہوت کنندہ رنج مے برند

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

تاریخچه و چگونگی شکل گیری سنت های ۱۲ گانه

با رشد انجمن الگله های گمنام در ۱۵ سال نخست چالش های در رابطه با اصول اجرایی انجمن پیش آمد این مسایل در طول سالها باعث شکل گیری سنت های ۱۲ گانه شد و نهایتا به انتشار کتاب ۱۲ قدم و ۱۲ سنت منجر شد و انجمن معنادان جنسه گمنام ۱۲ سنت AA را با تغییرات اندک اقتباس کرد.

قدم در عمل ۳۳

سنت بازده

سنت یازده

خطمشی روابط عمومی ما، بنا بر اساس جاذبه است تا تبلیغ، ما باید همیشه گمنامی خود را در سطح مطبوعات، رادیو، فیلم‌ها و تلویزیون حفظ کنیم.

سنت یازده

ما می دانیم در ملا عام واقع شدن برایمان خطرناک خواهد بود. شور و حرارت ما آنچنان زیاد است که هر کدام می توانیم به صورت ترویج دهنده ای فعال در این کار شرکت کنیم. در نتیجه اجتماع کوچک ما مملو از مروجانی خواهد شد، که کنترل امیال سرکش و نفس لجام گسیخته در آن مشکل می باشد.

دوازده دوازده – سنت یازده

سنت یازده

سنت یازده

در اینجا چیزی وجود دارد که در دنیا کمیاب است. و آن این است که این اجتماع خواهان ترویج و توسعه اصول و فعالیت های خود میباشند و نه افراد.

سنت یازده – دوازده دوازده

سنت یازده

سنت یازده

علیرغم اینکه کاملاً واضح است که اکثریت ما به گمنامی اعتقاد داریم، ولی نحوه این اصل بین اعضا و گروهها بسیار متفاوت است. در واقع ما باید بدانیم که امنیت و کارآمدی آینده انجمن به محافظه کاری وابسته است.

مجله برگ مو

سنت یازده

سنت یازده

علیرغم اینکه ما عاجزانه از گزارشگرها درخواست میکنیم هویت ما را فاش نکنند، ولی اغلب در همایش‌ها، تولدها و جلساتی که نیمه عمومی است، با نام واقعی خود سخنرانی می‌کنیم. مامیخواهیم به مخاطبان خود بفهمانیم که اعتیاد به شهوت یک بیماری است و ما دیگر از بحث در مورد آن هراسی نداریم.

منابع کارگاهی سنت یازده

سنت یازده

سنت یازده

ما اگر از حد پیام رسانی و ارتباط با بیماران و خانواده و اجتماع و خط اول جبهه اعتیاد عدول کنیم! یقیناً برای همیشه اصل گمنامی را از دست خواهیم داد. و اگر هر یک از ما تصور کنیم که آرادیم تصویر و حکایت خود را منتشر کنیم، به زودی بازباده روی گسترده ای در زمینه تبلیغات فردی روبه رو خواهیم شد که پایانی نخواهد داشت. و اینجا همان جایی است که باید سفت و سخت سنت ها را به کار ببریم.

منابع کارگاهی - سنت یازده

سنت یازده

سنت یازده

اگر اعضای یک گروه نخواهند در منطقه کمتر انگشت نما باشند، همه باید با این نظر همراهی کنند مگر اینکه دیدگاه آنها عوض ش ود.

گمنامی - منابع کارگاهی

سنت یازده

هیچ یک از اعضای انجمن نباید هرگز تصور کنند آزادند در ارتباط با هر یک از فعالیت های انجمن نام یا تصویر خود را در رسانه های عمومی منتشر کنند. این باید یک سیاست کلی باشد. با این حال بکارگیری نام اعضا در دیگر فعالیت های اجتماعی مانعی ندارد، به شرطی که عضویت آنها در انجمن فاش نشود.

برگ مو

سنت یازده

سنت یازده

دکتر باب و بیل ویلسون زمانی در AA شناخته شدند که این جهان را ترک کرده بودند. برای شناخته شدن در انجمن تلاش بی فایده است. شهوت ما را به زانو در آورد و به اندازه کافی ما را به تواضع و فروتنی رسانده که در فکر خدمت در بی نام و نشانی باشیم! هیاهوی قدرت و شهرت لکه ننگی بر لوح پاک گمنامی است.

منابع کارگاهی

سنت یازده

سنت یازده

گروهها هم مانند افراد میبایست تا زمانی که نیرو و تجربه کسب نکرده اند با احتیاط پیش بروند و برای ورود افراد عادی به جلسات یا برگزاری جلسات عمومی نباید شتابزده عمل شود.

سنت یازده



گمنامی، بزرگترین نماد ایثار
فردی، کلید معنوی تمام
سنت ها! و کلید شیوه ی کلی
زندگی ماست.
برگ مو

سنت یازده

سنت یازده

سوابق انجمن برای ما روشن ساخته است کسانی که گمنامی را با احساسات کنار میگذارند، تمام مجموعه ما را با خودشان به تباهی خواهند کشید.

برگ مو

سوابق انجمن برای ما روشن ساخته است کسانی که گمنامی را با احساسات کنار میگذارند، تمام مجموعه ما را با خودشان به تباهی خواهند کشاند.
برگ مو

سنت یازده

سنت یازده

بنابر این ما یقین داریم که اگر امیال و بلند پروازی های شخصی بخواهد بر انجمن ،حکم فرما باشد. ماهم مانند جوامع دیگری که در طول تاریخ بشریت نابود شده اند، از بین خواهیم رفت.
برگ مو

سنت یازده

درس هایی که با زحمت فراوان در طی شکل گیری سنت ها فرا گرفته شده است، همه ی ما را برای هر نوع فداکاری که برای حفظ انجمن محبوبمان ضروری است مهیا نموده است.

برگ مو

سنت یازده

سنت یازده

ما گمنامی در سطح عموم را محافظ اصلی خود و پاسبان تمام سنت ها و بزرگترین نماد از خود گذشتگی می دانیم.

برگ مو

سنت یازده

من آموختم که منافع گذرا وبه ظاهر خوب اغلب دشمن حتمی منافع پایدار هستند. زمانی که بحث خسارت انجمن در میان است بهترین منافع زودگذر هم فاقد هر گونه ارزشی می باشد.

بیل ویلسون-برگ مو

سنت یازده

ما کاملاً میدانیم همانطور که هوشیاری صد در صد برای ادامه حیات هر یک از اعضا حیاتی است، گمنامی صد در صد در جمع عموم برای ادامه ی حیات انجمن حیاتی است.

برگ مو

سنت یازده

به نظر ما نپذیرفتن دکترای حقوق و جایزه لاسکر از معتبر ترین دانشگاه آمریکا توسط بیل ویلسون!! نپذیرفتن بنای یادبود و مقبره فاخر و حتی موافقت نکردن با حک نام انجمن بر مزار خود توسط دکتر باب!!! باید درس خوبی را در مورد اصل گمنامی به ما آموخته باشند. زیرا از خودگذشتگی آنها از قدرت و شهرت در آن زمان باعث شده است، اکنون ارزش دایمی بیشتری برای انجمن داشته باشند. و ما اکنون برای یادبود آنها لازم نیست به آکرون و اوهایو و دورست و رمانت، بر مزار شان برویم. زیرا یادبود واقعی آنها در سرتاسر ابعاد انجمن خودنمایی می کند.

منابع کارگاهی-سنت یازده

سنت یازده

سؤالات سنت بازده

لازم به ذکر است جوابها به صورت "بارش افکار" می باشد.
و الزاما نظر SA نمی باشد.



سؤالات سنت یازده

سؤال گروه اول

باتوجه به اینکه شما بیرون از انجمن دارای شغل و کسب و کار هستید! آیا ممکن است در صورت شناخته شدن شما بعنوان معتاد جنسی به پیشه یا شغل شما صدمه بخورد؟ یا باعث سلب اعتماد از شما شده و شغل خود را از دست بدهید؟

سنت یک



سؤالات سنت بازده

سؤال گروه دوم

آیا هرگاه می‌خواهید آشکارا درباره اعتیاد به شهوت در نشریات بیرون
یا داخل انجمن مطلب بنویسید! دقت کرده اید که نام خود را
حذف کنید، یا اصلاً برایتان مهم نیست؟

سنت یک

سؤالات سنت بازده

مرحله
۱

سؤال گروه سوم

آیا در سطح رسانه، تلویزیون، رادیو، اینترنت، و پیامطبوعات

و جراید مراقب گمنامه خود هستید؟ و صمیمانه از صاحبان رسانه ها

خواسته اید که مراقب گمنامه شما باشند؟

سنت یک



سؤالات سنت بازده

سؤال گروه چهارم

در رسانه اسکایپ چگونه ظاهر می شوید، آیا اطمینان کامل دارید اعضای که شنونده ویا بیننده شما هستند متعهد به برنامه ویا اصلا عضو برنامه هستند؟! و اگر برای گروه های SA در سطح این رسانه در حال سخنرانی هستید! آیا اطمینان دارید این گروه ها به اصول سنت ها و SA متعهد هستند؟

سنت یک



سؤالات سنت بازو

سؤال گروہ پنجم

آیا اعضای گروہ شما به باور گروہ محلے خود از نظر گمنامے احترام
مے گذارند؟

سنت یک



سؤالات سنت بازده

سؤال گروه ششم

آیا گروه شما جهت پیام رسانے در سطح عمومی با احتیاط پیش
میروید یا شنا بزده عمل می کند؟

سنت یک

چگونه اطلاع رسانی کنیم؟

پیام رسانه

ما باتواضع 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.

مکان های که امکان پیام رسانی در آنها وجود دارد

- زندان ها
- دادگاه های طلاق
- قضات
- روان شناس ها
- پزشکان
- مذهبیون و روحانیون
- مامورین انتظامی
- و...

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 می شود. از پوشیدن لباس های جلف و غیرعرف، انداختن گردن بند، پوشیدن شلوارهای شش جیب و جین پاره، تی شرت های خیلی چسبان با آستین های خیلی کوتاه با چاپ های غیرمتعارف و یقه های خیلی باز خودداری کنید.

۲. پیشنهاد می شود قبل از مراجعه با استفاده از ابزارهای برنامه به اندازه کافی انرژی کسب کنید. ۳-به متخصصین اعصاب و روان و روانشناسان و مشاورین و مراکز پزشکی قانونی مراجعه کنید. متخصصین مغز و اعصاب طرف مراجعه ما نیستند.

نکات ضروری درباره اطلاع رسانی

۴. پیش از حضور در محل، هماهنگی در زمینه صحبت‌ها بین اعضا انجام شود. بین حرف همدیگر نپرید و اگر یکی از دو نفر نیاز دید که نکته جدیدی اضافه کند تا پایان صحبت دیگری صبر کند و یا به نحوی برای این مواقع از قبل با همدیگر هماهنگ شده باشید؛ مثلاً از علائم قراردادی (اشارات فیزیکی و ...) استفاده کنید.

۵. پیش از مراجعه حداقل یک‌بار دفترچه اطلاع‌رسانی را مطالعه کنید. همچنین مطالعه نشریات و کارکردن دوازده قدم و دوازده سنت می‌تواند بسیار مؤثر باشد.

نکات ضروری درباره اطلاع رسانی

ب: هنگام حضور در محل

۶. برای رفتن به داخل مطب پزشک یا مشاور، ابتدا با منشی هماهنگ شوید و نیازی به پرداخت حق ویزیت نیست.

پیشنهاد برای نحوه گفتگو با منشی:

گفته شود در حد ۲ دقیقه در مورد یک NGO می‌خواهیم اطلاع‌رسانی کنیم. اگر منشی دانستن مشخصات انجمن ما را لازم دانست، یکی از بروشورها را در اختیارش قرار دهید.

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

۸. برای شروع، بیان تاریخچه‌ای مختصر از برنامه مناسب به نظر می‌رسد. مثلاً با این مضمون که این انجمن سیزده سال است که در ایران شروع به کار کرده و ده سال است که در اصفهان در حال فعالیت می‌باشد. جلسات آن هر روز و به صورت جداگانه برای خان‌ها و آقایان در حال برگزاری است و تاکنون به تعداد زیادی از معتادان جنسی برای ترک کمک کرده است. این انجمن بر پایه دوازده قدم و دوازده سنت الکلی‌های گمنام بنا شده است. سپس درباره چهارچوب اصلی برنامه که شامل جلسات و کلاس‌های قدم، راهنما و نشریات می‌باشد، توضیح مختصری می‌دهیم.

۱۰. پس از آن با بیان این نکته که ممکن است تعدادی از بیماران به دلیل شرم و خجالت قادر به بیان مشکل خود با شهوت نیستند، از پزشک کسب اجازه کنید که تعدادی از بروشورها در فضای انتظار مطب 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.

۱۱. از ورود به مسائل خارجی از قبیل مذهب و روانشناسی و مسائل اجتماعی خودداری شود. تأکید شود که ما حرفه‌ای نیستیم و کار درمانی انجام نمی‌دهیم و صرفاً تجربیات خودمان را در اختیار هم‌دردانمان قرار می‌دهیم و دخالتی در امر درمان و مذهب و سایر مسائل اجتماعی نمی‌کنیم. تأکید شود 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.

۱۲. در حد امکان از توضیحات اضافه و به‌رخ‌کشیدن دانش شخصی و دانش برنامه و زیاده‌گویی خودداری می‌کنیم. همچنین از غلوکردن درباره تأثیرات برنامه و گفتن عباراتی مثل اینکه "فقط SA به ما کار می‌دهد" و همچنین زیر سؤال‌بردن سایر روش‌های درمانی خودداری می‌کنیم.

۱۳. 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 پاسخ‌دادن 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.

۱۴. در صورتی که از ما در مورد سایر انحرافات جنسی (از جمله همجنس‌گرایی، یادگارخواهی، ترانس و...) و همچنین تأثیر برنامه ما بر درمان آن‌ها سؤال شود، ضمن تأکید مجدد بر اینکه ما کمک تخصصی و کار درمانی انجام نمی‌دهیم، سعی می‌کنیم این نکته را توضیح دهیم که برای ورود به برنامه SA از هیچ‌کس پرسیده نمی‌شود که چه رفتار جنسی را پیگیری می‌کرده است؛ بلکه SA تنها لازمه عضویت را تمایل به ترک شهوت بیان می‌کند. شهوت زیربنای 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 فرآیند اعتیادی تسلط خوبی به شما می‌دهد. مختصر این مطالب در کتابچه اطلاع‌رسانی آمده است.

۱۵. در صورت پرسیده شدن سؤال یا اظهار نظری 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.

۱۶. برخی از مخاطبین نگرانی خود را از اینکه 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 تأکید شود 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.

۱۷. اگر سؤالی 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 درخصوص 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.

۱۸. 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 اطلاع‌رسانی گزارش دهید تا بررسی شود.

ج. پس از خروج از محل


۱۹. دریافت کارت ویزیت و ثبت مشخصات مخاطبین در فرم‌های طراحی شده معمولاً از مواردی است که مورد غفلت قرار می‌گیرد. انجام اینکار 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 مطب اطلاعات را ثبت کنید تاخیر در اینکار موجب فراموشی مطالب و حتی انجام‌ندادن آن می‌شود.



اطلاعات رسانه‌ها 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 رام نشدنی 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 کاملا درک می کنم که پزشکی یک حرفه معنوی است، و اینکه اکثریت قریب به اتفاق پزشکان واقعا 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 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 انجمن ها ما نیز در انجمنمان SA باور داریم، روحانیون هر مذهب و آئینی و یا دینی نماینده خرد انباشته شده طی قرن ها 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.

اطلاع رسانی دهان به دهان

شما می توانید خارج از جلسات بهبودی انجمن های
گمنام ۱۲ قدمی در مورد تشکیل و برپایی دوره جدید
گروه ۱۲ قدم خود اطلاع رسانی کرده و یا از اعضا بخواهید که
به دیگران هم اطلاع دهند. معتادانی که به دنبال بهبودی و
آشنایی بیشتر با کارکرد ۱۲ قدم هستند معمولاً با کنجکاوی و
علاقه جذب این گروه ها می گردند.

توزیع اطلاعاتی بیرون جلسات انجمن ها

شما می توانید اطلاعاتی در مورد گروه مطالعه ۱۲ قدم خود و زمان و مکان برگزاری آن تهیه کرده و در بیرون از جلسات بهبودی انجمن های ۱۲ قدمی توزیع نمایید. همچنین می توانید از آگهی خود تعداد زیادی کپی گرفته و از اعضای انجمن ها بخواهید که آنها را بین دیگران توزیع نمایند. مجددا تاکید می شود که مراقب باشید از آرم هیچ انجمنی در بروشور خود استفاده نکنید، زیرا آنها علامت ثبت شده هستند و استفاده از آنها بدون مجوز هیئت نمایندگان انجمن ها غیر قانونی و نادرست است.

توزیع اطلاعاتی در اماکن عمومی

شما می توانید آگهی های خود را در مکان های عمومی که فکر می کنید ممکن است متقاضیانی در آنجا وجود داشته باشند، توزیع کنید. به عنوان مثال، اگر شما در حال برنامه ریزی برای شروع یک گروه مطالعه ۱۲ قدم به زبان فارسی بر اساس ۱۲ قدم SQI هستید، می توانید در کافی شاپها یا فروشگاه های مواد غذایی و یا مراکز اجتماعی که می شناسید، یا در تابلو اعلانات ساختمان ها و اماکن برگزاری جلسات انجمن های گمنام اقدام به اطلاع رسانی کنید. لطفاً مطمئن شوید که قبل از انجام این کارها، اجازه مدیریت ساختمان را کسب کرده باشید.

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. 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.

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.

نحوہ مشارکت صحیح

نحوه مشارکت صحیح

مشارکت صحیح به این معنی است که بر خودمان تمرکز کنیم. در گفته هایمان به جای ضمیر *ما* و *شما* از *من* استفاده می کنیم، از تجربه شخصی و مسائل شخصی خودمان حرف می زنیم.
قدم در عمل

مشارکت صحیح

نحوه مشارکت نا صحیح

این عبارت به معنی واکنش نامناسب به مشارکت یک فرد دیگر است. این واکنش ممکن است قطع کردن صحبت، نصیحت کردن، انتقاد، اشاره صریح به گفته ای در مشارکت فرد دیگر و یا برخورد فیزیکی با دیگری است.

مشارکت صحیح

نحوه مشارکت ناصحیح

علاوه بر این اشاره به اسم فرد، تکرار بخش خاصی از مشارکت دیگران، صحبت کردن مستقیم با اعضای دیگر در حین مشارکت و صحبت های جانبی نیز از نوع مشارکت ناصحیح یا رجوع به گفته دیگران است.

مشارکت صحیح

نحوه مشارکت صحیح

«با گفتن بخش‌هایی از داستانمان که واقعاً تمایلی به بیان آن نداریم.» این کار با تعریف جزئیات تجربیات جنسی ما تفاوت دارد. این کار جستجوی موشکافانه و خودافشاگری صادقانه دربارهٔ تمامی جنبه‌های زندگی ماست. قطعات زندگی خود را در هر بار تعریف کردن داستانمان یا هر بار مشارکت، به صورتی متفاوت می‌چینیم.

مشارکت صحیح

نحوه مشارکت صحیح

«با حمایت از دیگران برای احساس تعلق.» وقتی می‌خواهیم با دیگر اعضا ارتباط برقرار کنیم، موقع مشارکت به جای «ما» و «شما» از خودمان حرف می‌زنیم. به آنها نمی‌گوییم مشکلشان چیست یا آنها را نصیحت نمی‌کنیم؛ صرفاً ماجرای خود را می‌گوییم

مشارکت صحیح

نحوه مشارکت صحیح

ما صحبت یکدیگر را قطع نمی‌کنیم، اما گرداننده این حق را دارد که در مورد رعایت اصول، زمان مشارکت و نظایر آن به فرد مشارکت‌کننده تذکر دهد.

مشارکت صحیح

نحوه مشارکت صحیح

به جای نمایش دانش و بینشمان، در مشارکتها با ضعفهایمان
پیش می‌رویم و از خود، مایه می‌گذاریم.

مشارکت صحیح

نحوه مشارکت صحیح

ما از بحث‌های سیاسی، تعصبات مذهبی و دیگر مسائل
تفرقه‌انگیز خودداری می‌کنیم.

مشارکت صحیح

نحوه مشارکت صحیح

ما «تراز» دیگران را نمی‌گیریم. ما نواقص خود را شناسایی کرده و روی آن‌ها کار می‌کنیم، نه نواقص دیگران را. ما به تجربیات خودمان اشاره می‌کنیم.

مشارکت صحیح

نحوه مشارکت صحیح

ما در مورد جایگاهی که امروز در آن قرار گرفته‌ایم، با صداقت صحبت می‌کنیم. صرف‌نظر از مقطع پاکی، سعی می‌کنیم با صداقت و شفافیت در نشان‌دادن کامل خود به دیگر اعضا، موقعیت کنونی‌مان را برای آن‌ها تشریح کنیم.

مشارکت صحیح

نحوه مشارکت صحیح

ما با ضعف‌هایمان پیش می‌رویم و با خطر افشای کامل درونمان مواجه می‌شویم.
با حضور به‌موقع و مشارکتهای مداوم در جلسات، خود را
در اختیار دیگر اعضای گروه قرار می‌دهیم.

مشارکت صحیح

پروردگارا خود را تقدیم تو مردارم، با منس کن و از منس ساز آنچه خود اراده کنی، از
اسارت نفس رایم کسرها انجام اراده است را بهتر توانم، مشکلم را بگیر تا پیروزی بر
آنها شاهی باشد برای کسالم که با قدرت تو، عشق تو و راه تو یاریشان خواهیم داد،
باشد که همیشه بر اراده است گردن نهم.

- کتاب قدم در عمل
 - کتاب سفید
 - کتاب دوازده دوازده
 - کتاب زبان دل
-