

گزارش کارگاه ناحیه

تاریخ: ۱۴۰۴/۳/۸

موضوع: بررسی مشکلات و چالش‌های گروه‌ها

تجربه سخنران

بررسی چالش‌ها، مشکلات و نقاط ضعف گروه‌ها نه افراد با توجه به اینکه حضور در گروه‌های سالم، اصولی، به دور از حاشیه، امن، حفظ گمنامی، مهمترین نکته و ابزار در بهبودی ماست. پس خیلی مهم است که چالش‌ها تا کوچک و ریز هستند آنها را با اتحاد، عشق و همدلی به دور از انتقاد با کمک و دست در دست هم حل کنیم.

یکی از اصولی که خیلی می‌تواند کمک کننده باشد این است که ما تمایل داشته باشیم، وقتی اینجا پیامی به من می‌رسد باور کنم که پیام خداوند است و فراموش نکنم اگر گروه را دچار مشکل کنم اولین کسی که آسیب می‌بیند خود من هستم چون من آمدم روی بیماری خودم کار کنم پس نیاز دارم در گروه سالمی شرکت کنم. وقتی گروه بیمار باشد، ضعف داشته باشد و درگیر چالش‌ها شود که نشأت گرفته از ناآگاهی و بیماری ما اعضاء هست در نتیجه نه من می‌توانم مجری خوبی برای اصول باشم، نه می‌توانم گروه را برای خودم حفظ کنم و نه گروه پایدار خواهد بود برای افرادی که بعداً نیاز دارند. همه ما به نوعی از اعتیاد آسیب خورده‌ایم و تنها جایی که به من حس آرامش، امنیت، ارزشمندی و تنها نبودن می‌دهد در انجمن است. اگر قرار است بر اساس خودخواهی، بیماری و ضعف‌هایی که دارم و نتوانستم روی آنها کار کنم بخواهم شرایط را برای بقیه افراد خطرناک کنم بزرگترین ظلمی است که اول در حق خودم کرده‌ام. تمام نثریاتی که در دسترس ما می‌باشد همین طوری نوشته نشده، حتی ترتیب قدم‌ها برای من خیلی جالب است. وقتی در «فقط برای امروز» می‌گوید هر کاری انجام دهم، متقابلاً به من برمی‌گردد پس سعی می‌کنم کارهای درست انجام دهم.

مواردی مانند استفاده ابزاری از انجمن، توجیه و بهانه آوردن، تمرکز نداشتن روی بهبودی خودمان، خیانت به اعتماد و اطمینان اعضاء، انتقال دادن تفکرات و باورهای خود باعث می‌شود اعضاء نسبت به همه چیز بدبین شوند. نمی‌توانم کسی را تغییر دهم، فقط می‌توانم برای همه دعا کنم. تک تک ما اجرا کننده اصول هستیم و رسالتی که به عهده ما است را انجام می‌دهیم و هیچگاه دنبال مقصر نگردیم. دوربین روی خودمان باشد و دنبال حال خوبی برای خودم باشم و درصدد تغییر افراد نباشم.

عمده‌ترین اصول برنامه صداقت، تمایل، روشن‌بینی، تسلیم، فروتنی، خدامحوری، اتحاد، همدلی، همبستگی می‌باشد ولی الان چند دستگی بیشتر از همبستگی است یعنی هر گروه چند باند شده است، باند موافق، باند مخالف و باند قربانی. اصلاً هدف گم شده است.

چطور می‌توانم اصول را به اجرا درآورم؟

- یکی از سؤالات قدم ۱۲ از ما می‌پرسد چگونه می‌توانیم اصول قدم‌ها را در گروه، ناحیه و منطقه به اجرا درآوریم؟
- هرگز فراموش نکنم من برای بهبودی خود آمدم پس به دنبال فریب خودم و دیگران نباشم.
 - عملکرد واقعی من با آگاهی، صداقت، تمایل، روشن‌بینی و کارکرد سلولی قدم‌ها به وجود می‌آید، نه اینکه بگویم در برابر بیمارم عاجزم اما در گروه در صدد کنترل، تغییر، خودمحوری، حکومت و آسیب زدن باشم.
 - فراموش نکنم گروه متعلق به همه هست حتی کسانی که هنوز راه جلسات را پیدا نکردند پس سلامت و امنیت گروه و اعضاء را با کار نکردن روی نواقص و فقط شعار دادن خراب نکنم.
 - به جای انتقاد، پیشنهاد بدهم و به جای تشنج و کنترل به دنبال راه حل اصولی باشم نه تغییر یا دامن زدن به مشکل. هرکس مسئول رفتار خودش است پس توجه و بهانه را کنار بگذارم.

- به خاطر منافع شخصی و بیماری خودم از اصول، استفاده ابزاری یا سوء استفاده نکنم، یعنی هر جا به نفع من است دم از اصول بزنم و هر جا به ضررم است آنها را دستکاری کنم.
- خیانت به اعتماد، باور و اطمینان اعضا نکنیم.

تجربه اعضا:

- ۱- آگاهی همراه با عملکرد
 - ۲- عملکرد در رابطه با تجربه‌ها و اصول نانوشته و دانش به روز
 - ۳- خدمت همراه با فروتنی، عشق، احترام، تسلیم، مشورت و پذیرش
 - ۴- صادقانه خدمت کردن، متعهد بودن، بیداری معنوی و روحانی
 - ۵- بلوغ در بهبودی و نقش خدمتگزاران در خدمت
- تازه واردانی هستند که یکبار از سنت و مفهوم شنیدند و تا آخر عملکرد داشته‌اند پس وقتی می‌گویم ۲۰ بار یا ۳۰ بار قدم کار کرده‌ام، سنت و مفهوم را می‌دانم، خدمتگزار هستم ولی در عملکرد در قدم یک مانده‌ام یعنی آگاهی ندارم.
قدم ۱۲ می‌گوید بهبودی تو یک مسیر ممتد و ادامه دار است، اینطور نیست که فکر کنیم یک دور کار کردیم دیگر تمام شده است.

سنت‌ها می‌گویند خدمتگزاران ما رئیس نیستند ما سازمانی نیستیم که بگوییم ساختار ما حکومتی است، بالاترین جایگاه را اعضا دارند یعنی من خدمتگزار اینجا پایین‌ترین جایگاه را دارم چون اجازه ندارم در هیچ موردی تصمیم‌گیری کنم. خدمتگزار ویتترین انجمن هست، وقتی یک تازه وارد می‌بیند من خدمتگزار هنوز حالم بد است و درگیر یک سری مسائل، نقص‌ها و ضعف‌ها هستم می‌گویند شما که ۱۲ قدمی و خدمتگزار هستید، در نتیجه باور دیگران خراب می‌شود پس سعی کنیم الگوی خوبی باشیم. اگر عملکرد برایمان سخت است حداقل نقش بازی کنیم که حالم خوب است، تظاهر کنیم که باور بقیه خراب نشود. من اجازه ندارم زمانی که رنجیده هستم و حالم بد است، در جلسه مشارکت کنم و حال بقیه را خراب کنم. ما همه راهنما داریم و اگر راهنما در دسترس نباشد می‌توانیم با خدا صحبت کنیم و از ابزارهای دیگر انجمن استفاده کنیم.
ادعا می‌کنم قدم یک را کار کردم، مگر نگفته من عاجزم. وقتی می‌بینم عاجز هستم دست از تغییر دیگران برمی‌دارم. ابزاری داریم به نام دعا، نارائن دعا دارد، گروه‌ها دعا دارند، اعضاء دعا دارند، خدا دارند و بیمار من هم خدا دارد پس دنبال خدایی کردن نباشم و واقعاً بپذیرم که عاجز هستم و خودم‌محوری نکنم. خودم‌محوری مثلثی است که یک قسمت آن ترس، یک قسمت رنجش‌ها و قسمت دیگر عدم پذیرش من است. اگر روی این سه مورد کار کنم می‌توانم فروتنی را تجربه کنم و فراموش نکنم که گروه متعلق به من تنها نیست. انجمن مال من تنها نیست، مال همه است و ادعای مالکیت نمی‌کنم و بپذیرم چون متعلق به همه هست دست از سر دیگران بردارم. «به من چه، به تو چه» وقتی یک مشکلی در جلسه است دنبال پیشنهاد دادن باشم. وقتی جلسه ترازنامه نویسی هست ذهن من به این برمی‌گردد که حالا گروه چه نقاط ضعفی دارد، اگر نقاط ضعف را دیدم باید راهکارها را زودتر پیدا کنم. نقاط ضعف گروه خانگی من مثلاً عدم تمایل اعضا به خدمت است، ریشه‌یابی کنیم چرا اعضاء دوست ندارند نه اینکه نخواهند خدمت کنند. چون من عضو حامی خوبی نبودم، خدمت یک ابزار است که حال آدم را خوب می‌کند و اگر مدام از خدمتگزار انتقاد کنیم بعد از پایان خدمت می‌گوید حالم بد است.

مورد دیگری که در بعضی از ساختارها دیده شده، استفاده ابزاری و سلیقه‌ای می‌باشد. مفهوم قدم، سنت و مفاهیم کاملاً واضح و شفاف است و هیچ چیز گنگی ندارد. چرا اصول را دستکاری می‌کنم؟ مثلاً به فلان ساختار گفته می‌شود چرا گرداننده از انجمن دیگر آوردید می‌گویند ساختار ما مستقل است و شما نمی‌توانید برای ما تصمیم بگیرید. ما دوست داریم نشریات انجمن دیگر روی میز ما باشد، دخالت نکنید یعنی قسمتی که به نفع ما است را می‌گیریم و به قسمت دوم سنت ۴ که می‌گوید (مگر در مواردی که روی گروه‌های دیگر تأثیر می‌گذارد) توجه نمی‌کنیم. از آن طرف ابزارهای قدم را می‌گیریم بعد

هر جا به نفع ما بود استفاده می‌کنیم یا توجیه و بهانه می‌آوریم. چیزی که قدم یک گفته برای همه دنیا که در نارانا شرکت می‌کنند همین است اگر در مورد چیزی آگاهی نداریم بپرسیم و مشورت کنیم.

بررسی مشکلات عنوان شده در گروه‌ها:

مشکلاتی که در گروه‌ها هست فقط با اتحاد، همدلی، عشق و کمک برطرف می‌شود.

- راحت‌طلبی و خودخواهی‌های خودمان اجازه نمی‌دهد چطوری رفتار کنیم. حتی برای پوشیدن یک مقنعه هم دچار مشکل می‌شویم. گرایش دوستان به سمت دیگری بردن و عوامل مختلف باعث شده که عاملی برای راکد شدن گروه‌ها شده است.
- یکی از مشکلات برگزاری جلسات وجدان گروهی هست. جلسات وجدان گروهی خیلی مهم است که به چه صورتی برگزار شود. در این جلسات بیشتر پیشنهادهایی که برای رشد گروه است داده می‌شود و خیلی مهم است که گرداننده چطور جلسه را پیش ببرد. مثلاً پیشنهادات اصولی هست، غیراصولی هست. به چه صورت باید تبصره و رأی‌گیری شود. مورد دیگر جلسات بهبودی است که مشارکت‌ها اصولی باشد. گاهی اوقات مشاهده می‌شود مشارکت‌ها غیراصولی است و در تایم نمایندگان در مورد آن صحبت نمی‌شود و بعد از مدتی باعث می‌شود معنویت جلسه پایین بیاید.
- قبل از راهنما، خط مشی ما می‌گوید چکار کنیم. سنت ۳ می‌گوید اول تکلیف خودت را روشن کن که از چی آسیب خوردی؟ از اعتیاد آسیب خوردی، از پرخوری آسیب خوردی، از الکل آسیب خوردی و ... ما بیش از ۵۰ ثمن ۱۲ قدمی داریم. اول من باید ببینم اولویت بهبودی چی هست اگر آمدم روی خودم کار کنم با شهادت نیاز به آن انجمن دارم اگر ندارم نارانا بیشتر می‌تواند بیشتر به من کمک کند.

- راهنمایی که تعیین تکلیف برای رهجو می‌کند که کجا برود، کجا نرود، چه جلسه‌ای شرکت کند، با چه کسی در ارتباط باشد و با چه کسی در ارتباط نباشد.

تعریف سلیقه‌ای از کلمات اصولی مثلاً اخلاک‌گر. آیا کسی که یکبار در جلسه حالش بد است اخلاک‌گر است؟ اخلاک‌گر یعنی فردی که مدام تشنج و خلل ایجاد می‌کند و به هر روشی که به او می‌فهمانیم متوجه نمی‌شود. در نهایت ما حق عضویت و حق مشارکت او را نمی‌توانیم باطل کنیم. یک جلسه وجدان گروهی می‌گیریم و با همفکری هم مشکل را برطرف می‌کنیم. ما باید تأثیرگذار باشیم و اشخاص را جذب کنیم. در مقابل شخص اخلاک‌گر در آغوش گرفتن و صحبت کردن با وی می‌تواند کمک کننده باشد.

مشکلات کلیدی گروه‌ها:

- عدم توجه و بررسی نقاط ضعف و مشکلات در سطح گروه توسط خدمتگزاران
- عدم آگاهی نسبت به برگزاری اصولی جلسات وجدان گروهی
- وارد کردن موضوعات خارجی به انجمن
- عدم تنظیم اساسنامه به روز و اصولی
- مشارکت‌های غیراصولی (داستان سرایی، بحث‌های حاشیه‌ای و تفرقه‌انگیز)
- عدم آگاهی و عملکرد یک راهنما که رهجوها را درگیر بیماری خودش می‌کند.
- عدم آگاهی نسبت به نقش و سهم اعضا و خدمتگزاران: هر خدمتگزار یا عضو در سطح گروه طبق اصول فقط پیشنهاددهنده هستند. ما حق کنترل، دخالت، تغییر، حکومت و سلطه‌جویی را نداریم. (اشاره به قدم ۱۲)
- برداشت و درک اشتباهی و غلط از اصول که هر کس طبق عقیده شخصی، منافع شخصی و غرض‌ورزی اصول را دستکاری می‌کنند.
- تأثیر منفی راهنماها و بعضی خدمتگزاران در سطح گروه که اصول را ابزاری در مسیر غلط استفاده می‌کنند. (مشورت، تراز گرفتن و تمایل به انجام عملکرد درست)
- عدم تمایل اعضا به گرفتن خدمت

- کمرنگ شدن یا نادیده گرفتن اصول معنوی انجمن مثل درک کردن، عشق دادن، احترام، همدردی، احساس تعلق، حمایت کردن

ویژگی‌های راهنمای اصولی و غیراصولی از دیدگاه اعضا:

۱- حضور مداوم و مرتب در جلسات

۲- داشتن راهنمای نارائنی اصولی و عضو انجمن‌های دیگر نبودن

۳- در حال کارکرد قدم باشد و داشتن عملکرد

۴- صداقت

۵- برگزاری مرتب جلسه قدم

۶- شنونده خوبی باشد تا با حس امنیت و اعتماد بتوانم راحت با او مشارکت کنم.

۷- خوب حرف زدن و ادعای کمال نداشتن

۸- تعداد زیاد رهجو

۹- تبدیل جلسه قدم به بزم و مهمانی

۱۰- سوء استفاده مالی، عاطفی، اجتماعی، جسمی، شخصیتی و معنوی

یکی از مواردی که می‌تواند به گروه‌ها کمک کند اساسنامه‌های گروه می‌باشد که توسط گرداننده آگاه و اصولی انجام می‌شود.

ویژگی‌های اساسنامه اصولی

۱- به روز باشد و بازبینی شود.

۲- باز باشد. اگر نیاز بود اعضا بتوانند بندهای اصولی را جایگزین کنند.

۳- سلیقه‌ای نباشد.

۴- هیچ اصول را به صرف استقلال نقض نکنیم.

۵- شفاف باشد و چارچوب‌ها با جزئیات کاملاً واضح و روشن باشد.

۶- نقش و سهم هر خدمتگزار کاملاً مشخص باشد.

۷- در جلسات وجدان گروه با رأی اکثریت تنظیم شود.

در پایان:

رشد من در جلسه حضوری بوده است. در جلسات حضوری می‌بینیم، می‌شنویم، دست همدیگر را می‌گیریم، یکدیگر را در

آغوش گرفته، عشق می‌دهیم و عشق می‌گیریم.