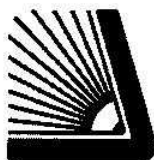


بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
وَبَلَدِ طَبْرُونِ

**از دین معتادان گمنام
قواعد، تواریخ، مسیر های بهبود**

محمد قاسمی فاخر



انتشارات نظری

سرشناسه

عنوان و نام پدیدآور

مشخصات نشر

مشخصات ظاهری

شابک

وضعیت فهرست‌نویسی

موضوع

موضوع

رده بند کنگره

رده بندی یوبی

شماره کتابشناسی ملی

قاسمی فخر، محمد / ۱۳۴۵

انجمن معنادران گمنام (قواعد، قوانین، مسیرهای بهبود) / محمد قاسمی فخر

تهران: انتشارات نظری ۱۳۹۵

ص ۲۴۸

۹۷۸-۶۰۰-۲۸۹-۶۰۵-۶

فیا

اعیاد - درمان - برنامه های دوازده قدمی - مراکز ترک اعتیاد

معنادران به مواد مخدر - توانبخشی

۱۳۹۵ الف ۲ / ۱ HV۵۸۰۱

۳۶۲/۲۹۳

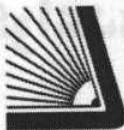
۴۶۱۷۲۵۵

نام کتاب : انجمن معنادران گمنام (قواعد، قوانین، مسیرهای بهبود)

نویسنده : محمد قاسمی فخر

نوبت چاپ : اول - ۱۳۹۶

شمارگان : ۵۰۰



انتشارات نظری

«کلیه حقوق مادی، چاپ و نشر مخصوص و محفوظ ناشر می باشد»

دفتر مرکزی : تهران، خیابان ولی عصر (عج)، خیابان سید جمال الدین اسفادی (یوسف آباد)

نبش خیابان فتحی شقایق، جنب بانک انصار، پلاک ۳۲، طبقه اول - واحد ۱۷

info@nashrenazari.com

همراه: ۰۹۱۹۰۱۲۹۴۵۵

www.nashrenazari.com

تلفن: ۸۸۱۰۲۷۷۵

قیمت: ۱۵۰۰۰۰ ریال

فهرست مطالب

۵	پیشگفتار
۷	مقدمه
۱۱	تاریخچه ۱۲ قدم
۱۳	قدم اول: مشکل
۱۵	قدم دوم: راه حل
۲۱	۱- مقدمه بهبودی ۱۲ قدم
۲۵	۲- مفهوم بهبودی اعتیاد
۲۷	اصول بهبودی موثر
۳۳	۳- برنامه‌های ۱۲ قدم
۴۲	اصول برنامه‌های ۱۲ قدم
۵۰	نحوه اجرای قوانین انجمن معتادان گمنام
۶۹	۱- مقدمه انجمن‌های گمنام
۷۲	۲- اهداف انجمن‌های گمنام
۷۹	فرضیه‌های اثربخشی انجمن‌های گمنام
۸۳	۳- انواع انجمن‌های گمنام
۸۶	۴- جلسات انجمن‌های گمنام

۵- فرمت جلسات ۱۲ قدم	۹۶
۶- پیشنهادات جلسات	۱۰۱
۷- دوازده سنت انجمن‌های گمنام	۱۱۲
اصول ۱۲ سنت	۱۲۹
۸- کاربرد ۱۲ سنت	۱۳۱
۹- ساختار انجمن‌های گمنام	۱۴۲
۱۰- تشکیل یک جلسه ۱۲ قدم	۱۴۸
۱۱- وعده‌های بهی	۱۶۲

پیش گفتار

اعتیاد این معضل همیشه برقرار، مرز نمی شناسد. کودک و کهنسال، پیر یا جوان، از هر نژاد، از هر مذهب و از هر کشوری را در می نوردد و در صورتی که در جان و قلب یک انسان نفوذ کند تا او را به زیر بخشش، وی را رها نخواهد کرد و هر لحظه در انواع و اقسام و اشکال مختلف رخ می نماید. اعتیاد در اندازه ها و تعداد معین در قاب های رنگین و متنوع و در طعم ها و اثرگذاری های منحصر به فرد، شیرازه ی وجود، بوی فرد، و شالوده ی شخصیتی او را منهدم و خود بر کنترل و هدایت فرد مبتلا می نشیند.

آمارهای جهانی از تبادل و قاچاق کالای با نام مواد مخدر موازی با تجارت نفت نام می برد و کارتل های مواد مخدر در قالب مافیاهای بزرگ و کوچک و حتی بین المللی دست به تجارت شوم مواد مخدر و محرک می زنند و سود ناشی از آن بر سرط مرگ انسان مبتلا به دست می آید. امروزه تمامی کودکان خصوصاً کودکان ایران زمین بر معرض انواعی از مواد مخدر و محرک هستند و اگر به علم پیشگیری ممارست نکنیم این نسل نوپا در معرض اعتیاد فرو خواهد رفت این کودکان، می توانند کودکان و فرزندان می باشند.

بنابراین:

وظیفه هر یک از ما ایجاب می کند در جهت آگاهی از اعتیاد و پرتوهای آن اقدام و مسیر ورودی آن را از هر نقطه مسدود کنیم. علاوه بر آموزش و شکوفا کردن علم پیشگیری، قشری در حوزه درمان قرار دارد که می توانیم با ارائه خدمات مثرثمر مسیر بهبود را هموار و حتی آنان را در جریان زندگی ایده آل و با نشاط قرار دهیم.

ذکر این نکته الزامیست که امروزه ایران زمین تمامی مسیر ورود مواد مخدر محرک را شناسایی و

به حق در زمینه پیشگیری و درمان قدم‌های مثبت و سازنده برداشته و پدران و مادران بدانند که با داشتن اطلاعات معمول توان جلوگیری از ابتلا به اعتیاد را خواهند داشت.

بیش از شانزده هزار سایت تبلیغاتی در جهت ایجاد اعتیاد فعال و جامعه هدف آنان نوجوانان و جوانان می‌باشند. بیش از ۱۹۳۳ کیلومتر مرز مشترک با اولین تولید کننده تریاک در جهان یعنی افغانستان و هم مرز با پاکستان هستیم. این خطرات وسیع در کمین کشور در حال توسعه ما یعنی ایران زمین قرار دارد و سوداگران مرگ بی توجه به شأن انسان تنها به فکر کسب سود و درآمد بی انتهای آن هستند.

یک تفکر جهانی و سلسله نظریه‌های میان رشته‌ای برای اعتیادزدایی نیاز و ما می‌توانیم اولین قدم ممکن و عملیاتی در این زمینه را برداریم. با توجه به ظرفیت موجود در کشور، چه در حوزه پیشگیری، چه در درمان و بازآباد، خواهیم توانست به نتایج مثبت و تأثیرگذار برسیم.

برای آغاز این حرکت عظیم، من و شما هم‌سوییم و در ادامه دیگران به ما پیوند خواهند خورد و سیل عظیم مردم در برابر این معضل اجتماعی با ما خواهند خاست و ریشه آن را خواهند خشکاند.

مقدمه

آن زمان که از اعیان سکنی می‌گوئیم، سه بُعد را در نظر می‌گیریم: قبل از اعتیاد، مبتلا به اعتیاد و پس از ترک اعتیاد. هر یک از این ابعاد قواعد و پروتوکل مخصوص به خود را دارد و کارشناسان مختلفی در هر یک از این ابعاد مشغول به کار هستند. هر یک از الگوهای مذکور افرادی را در اختیار می‌دهد و کماکان بر هر یک از آن‌ها افزوده می‌شود. می‌توانیم با شناسایی هر یک از این الگوها، آن‌چه صحیح و نتیجه بخش می‌باشد ایجاد و افراد روبرو شده با آن را نجات داد.

آن‌چه در این کتاب مطرح می‌شود ضلع سوم این سه ضلعی می‌باشد. در واقع کسانی که به دلایل مختلف و در هر نقطه ممکن مبتلا به اعتیاد شده‌اند، امروزه خواهان ترک آن هستند می‌توانند با مطالعه فصل به فصل این کتاب اولین قدم مؤثر را بردارند و دهمایی یابند. برای دو الگوی دیگر نیز کتاب‌ها و برنامه‌هایی تعبیه شده که اگر فردی در آن دو الگو قرار دارد می‌تواند به منابع آن مراجعه کند.

با توجه به این که افراد بی‌شماری سالیان سال اسیر اعتیاد بوده و امروزه قصد ترک آن را دارند تلاش کردیم تا با طرح قدم‌های مهم و البته ابتدایی ترک اعتیاد، مسیر درمان را هموار و فرد مصمم را یاری کنیم. آن‌چه این کتاب به شما می‌گوید، ذکر روش‌های ترک و انتخاب شمایست. اگر از هر نژاد، شهر، اصل و رنگ و زبان متفاوتی باشید می‌توانید یکی از روش‌های مطرح شده

در این کتاب را انتخاب و در سایه سار آن به ترک موفق نائل شوید.

در این بخش کتاب به معرفی یکی از کهن‌ترین و موفق‌ترین روش‌های ترک خواهیم پرداخت که امروزه افراد بسیاری را زیر چتر حمایتی خود قرار داده و توانسته با طرح ساده‌ترین قواعد، فرد در حال ترک را یاری کند.

اگر شما به عنوان فرد مبتلا به اعتیاد، قصد ترک کردید چه می‌کنید؟

کدام روش ترک را انتخاب می‌کنید؟

آیا روش ترک را انتخاب آن به ذهن شما خطور کرده بود؟

می‌دانستید امروزه علاوه بر معضل اعتیاد، بازگشت افراد در حال ترک به اعتیاد معضلی سهمگین‌تر و بسیار امید کنده است؟ بنابراین نباید فکری به حال این قشر از افراد در حال ترک کرد؟ طبیعی است که یکی از دلائل بازگشت به دوران اعتیاد عدم رعایت الفبای ترک و در واقع اولین قدم آن یعنی انتخاب روش ترک به مبانی شرایط فرد مصمم به ترک می‌باشد.

زمانی که به مصاحبه با افراد در حال ترک که قدامت به مصرف مجدد مواد کرده‌اند می‌پردازیم، بسیار می‌شنویم که آن‌ها بدون هیچ گونه مطالعه و انتخابی، بی‌مهابا روشی را انتخاب و به علت تداخل با شرایط خود در ترک موفق نبوده‌اند. از این حیث فرد در حال ترک بی‌عرضه و کم‌ارزش تلقی شده و این رد صورتی است که چنین چیزی واقعیت ندارد و تنها فرد به علت انتخاب غلط خود در مسیر بازگشت به اعتیاد قرار گرفته است.

بنابراین اگر قصد ترک داریم شتاب نکنیم و در ابتدا براساس شرایط فردی، خانوادگی و ... روشی را که موازی و متوازن با شرایط ماست انتخاب و با رعایت قواعد آن ترک کنیم.

یکی از این روش‌ها، انجمن معتادان گمنام است. شما هم می‌توانید در این روش جای بگیرید و رد صورتی که متناسب با شرایط شما بود با رعایت قواعد و قوانین آن در مسیر بهبودی گام بردارید. آن چه مسلم است پهنه گسترده‌ی روش‌های ترک در کشور ماست. اگر فردی یکی از روش‌های طرح شده در این کتاب را انتخاب کند، می‌تواند به اماکنی که آن روش انتخاب شده را اجرایی می‌کند مراجعه و در آن عضو شود.

نه این که اولین یکی از مهم ترین قدم های ناصحیح و اشتباه در ترک اعتیاد بی توجهی به روش ترک مناسب فرد می باشد همانطور که گفته می شود:

خشت اول کردند معارج تأثیری رود دیوار گنج

www.ketab.ir