

## انجمن نیکوتینی های گمنام

« دلایل ترازنامه گیری گروهی »

گروهها هویت مخصوص خود را به دست می آورند و راه مخصوص به خود را در جهت انجام کارها در پیش می گیرند و سلیقه و طریق خاص خود را پیدا می کنند. این دقیقا همان چیزی است که باید باشد. در نیکوتینی گمنام ما اتحاد را تشویق می کنیم، نه یک شکلی و یک نواختی را.

شما در ابداع آزاد هستید و می توانید فرمتی مناسب با شخصیت گروه خود یا جهت برطرف نمودن نیازهای **اعضاء** در محیط خود انتخاب کنید یا تغییراتی بدهید.

ترازنامه گیری به ما کمک می کند معلوم شود در کجا، خدمت ها بیشتر مورد نیاز است و چه کاری انجام شود که بهتر به سمت هدف اصلی گروه در حرکت باشیم.

یک ترازنامه از فعالیت های گروه به ما کمک می کند نقاط قوت و ضعف خود را مشاهده نماییم و مشخص کنیم چه چیز هایی به خوبی در حال انجام است و چه چیز هایی نیاز به بهبود دارد.

ترازنامه گروهی پیشرفت جلسات مان در ارسال پیام و نقش گروه را در همبستگی و وحدت نیکوتینی گمنام به ما نشان داده و فرصت بررسی اقدامات گروه را به ما می دهد.

« چگونگی به انجام رسیدن کار »

- ✓ انتخاب خدمتگزار مورد اعتماد
- ✓ جمع آوری اطلاعات و گزارش خدمتگزاران گروه
- ✓ جمع آوری نظرات، ایده و پیشنهادات اعضا
- ✓ برگزاری کارگاه آموزشی
- ✓ طرح مسائل در جلسه اداری

« انتخاب خدمتگزار مورد اعتماد »

برای به انجام رساندن امور خدماتی نیکوتینی گمنام ما خدمتگزار مورد اعتماد را انتخاب کرده و چند مورد وجود دارد که هنگام انتخاب خدمتگزار باید مورد توجه قرار گیرد که باعث انتخاب آگاهانه و انجام خدمات مؤثر خدمتگزاران ما می شود.

- ✓ تجربه خدماتی در گروه
- ✓ آشنایی ۳۶ اصل روحانی
- ✓ بلوغ بهبودی
- ✓ شرکت مداوم در جلسات بهبودی گروه

« جمع آوری اطلاعات و گزارش خدمتگزاران گروه »

به طور کلی یک گزارش به ما کمک می کند آگاهی کامل نسبت به رویدادها، اتفاقات و اقدامات و نیازهای خدمتگزاران خود پیدا کنیم. ارائه گزارش خدمتگزاران گروه به طور کتبی و شفاف به ما کمک می کند نقاط ضعف و قوت جلسات خود را بشناسیم.

« برگزاری کارگاه آموزشی و بررسی در جلسه اداری »

کارگاه آموزشی برای ارتقاء سطح آگاهی اعضا و گروهها و به چالش کشیدن مشکلات یک گروه بقای انجمن و وحدت و اتحاد اعضا گروهها برگزار می شود، مطرح کردن و بررسی کردن نقاط ضعف یک گروه در کارگاه آموزشی و انتخاب موضوعاتی مناسب با مشکلات گروه که در طی روند ترازنامه گیری مشخص شده به گروهها این فرصت را می دهد که قبل از برگزاری جلسه اداری و تصمیم گیری در مورد راه حل و شکل گیری وجدان گروهی فرصت بیشتری داشته باشند تا از تمام جوانب به بررسی مشکل گروه خود بپردازند



# انجمن نیکوتینی های گمنام

## سنت اول

- 1 - آیا گروه شما در راستای حفظ منافع مشترک انجمن فعالیت می کند ؟
- 2 - آیا اختلاف نظر اعضاي گروه ، بر سر راه اتحاد رساندن پیام در گروه شما قرار می گیرد ؟
- 3 - آیا شما در گروه خود در مورد اتحاد انجمن مشارکت می کنید ؟
- 4 - گروه ما به چه شکل می تواند برای ارتقاء اتحاد و همین طور بهبودی شخصی اعضا خود تلاش کند ؟
- 5 - آیا من در گروه خود سعی می کنم همیشه آرام کننده و آشتی دهنده باشم یا تفرقه انداز ؟ آیا در مورد دیگر اعضا غیبت می کنم و یا تراز نامه دیگران را می گیرم ؟

## سنت دوم

- 1 - در گروه شما آیا تصمیمات و افعلاً تصویری از خواست خداوند است یا عقیده افراد قدیمی یا با نفوذ گروه ؟
- 2 - آیا به عنوان يك عضو گروه شما همیشه در فرایند شکل گیری وجدان گروه شرکت می کنید و فعال هستید ؟
- 3 - آیا در گروه خود یا ساختار خدماتی انجمن ، عضو یا خدمتگزار صادقی را می شناسید که نفوذ زیادی بر روی وجدان گروه داشته باشد (خوب یا بد) ؟
- 4 - آیا در گروه خود همیشه از خدمتگزاران گروه انتقاد می کنیم یا سعی می نمائیم آنها را در انجام و ضایفشان حمایت کنیم ؟
- 5 - آیا در زمان هایی که به نوعی به گروه در حال خدمت کردن هستم وجدان گروه را در نظر می گیرم و سعی می کنم آن را رعایت کنم یا نه ؟

## سنت سوم

- 1 - آیا در گروه شما همه به يك اندازه حق بهبودی از بیماری **اعتیاد** را دارند یا خیر ؟
- 3 - آیا من بر روی تازه واردان ، به عنوان این که هنوز به آخر خط نرسیده اند یا هنوز شرایط بهبودی را ندارند و غیره قضاوت می کنم ؟
- 4 - آیا شخص خاصی در گروه یا انجمن وجود دارد که من آرزو می کردم او عضو انجمن ما نبود ؟
- 5 - آیا من اجازه می دهم که زبان ، مذهب ، سطح دانش و مدرک تحصیلی ، سن و دیگر چیزها بر سر راه پیام من قرار گیرد ؟

## سنت چهارم

- 1 - آیا گروه شما اجازه می دهد که اعضا گروه های دیگر بر روی تصمیمات و وجدان گروهی شما تاثیر بگذارد ؟
- 2 - آیا شما همیشه بر این مسئله اصرار دارید که فقط چند راه خاص برای انجام کارها وجود دارد ؟
- 3 - آیا شما همیشه به این فکر هستید که کسانی که در خارج انجمن هستند و شما را به عنوان يك عضو انجمن می شناسند ممکن است هر حرف و هر اقدام شما را اصول انجمن **نیکوتینی گمنام** بپندارند ؟

## سنت پنجم

- 1 - آیا گروه شما به عنوان يك بدنه منسجم پیام انجمن را می رساند ؟
- 2 - آیا شما سعی می کنید که در جلسات اداری گروه باز هم پیام بهبودی را برسانید ؟
- 3 - آیا تا کنون هیچ عضو تازه واردی از گروه شما رانده شده یا با هیچ تازه واردی رفتار غیر معمول اعمال شده ؟
- 4 - آیا من سعی می کنم به يك تازه وارد محدودیت هایی که در انجمن وجود دارد را گوشزد کنم مثلاً این که نمی توانیم به او وام بدهیم ؟
- 5 - آیا تا به حال به خاطر این که عضو انجمن هستم از اعضا دیگر انتظار لطف و بخشش داشته ام ؟
- 6 - آیا می دانیم که اعضا قدیمی انجمن نیز **معتاد** در حال عذاب هستند ؟ آیا سعی می کنیم که همانطور که از آنها یاد می گیریم به آنها هم کمک کنیم ؟

## سنت ششم

- 1 - آیا هیچ يك از اعضاي گروه شما هنگام مشارکت ، سازمان های خارجی یا مرتبط یا مراکز ادارات را تائید می کند ؟ اگر آری رفتار دیگران با او چگونه است ؟
- 2 - آیا در مکانی که جلسات شما برگزار می شود انجمن های دیگر هم فعالیت می کنند ؟ اگر آری خط و مرز بین انجمن و آنها شفاف است ؟
- 3 - آیا برای تازه واردان و مهمانان در گروه شما توضیح داده می شود که انجمن ربطی به مکانی که در آن جلسه برگزار می کند ندارد ؟ اگر آری چگونه ؟
- 4 - آیا من و دوستان بهبودی می توانیم بیرون از جلسه برای خواباندن مصرف کنندگان در مراکز بازپروری و بیمارستان ها پول جمع کنیم ؟
- 5 - آیا به نظر شما این عقیده خوبی است که يك گروه ، ساختمانی را رهن کند یا آن را 24 ساعته در تملک خود داشته باشد یا نه ؟



## انجمن نیکوتینی های گمنام

### سنت هفتم

- 1 - آیا گروه شما به معنای واقعی متکی به خود می باشد ؟ وقتی کمک های جزئی مانند چای و قهوه و یا مسائلی از این دست از خارج دریافت نمی کند ؟
- 2 - آیا کلیه اعضای گروه شما سهم خود را برای رعایت این سنت چه از لحاظ مالی و چه از لحاظ معنوی و خدمت انجام می دهند ؟
- 3 - آیا گروه شما کرایه واقعی مکانی را که در آن جلسه برگزار می کنند ، پرداخت می کنند ؟
- 4 - آیا گروه شما از ساختار خدماتی انجمن که شامل کمیته های خدماتی ، ناحیه و منطقه می شود حمایت می کند ؟

### سنت هشتم

- 1 - یکی دو خط درباره مفهوم حرفه ای بنویسید ؟ از نظر شما حرفه ای چیست ؟
- 2 - آیا در گروه شما افراد حرفه ای جایگاه خاصی دارند ؟
- 3 - آیا افراد حرفه ای که عضو انجمن هستند و در گروه شما شرکت می کنند ، هنگام مشارکت نظرات حرفه ای می دهند یا داستان و خاطره ای از کار و شغل خود تعریف می کنند ؟
- 4 - آیا گروه شما هیچ نوع خدمات حرفه ای را حتی به صورت مجانی ارائه می کند یا خیر ؟

### سنت نهم

- 1 - آیا گروه شما دارای اساسنامه جهت انجام کارهای خدماتی ، رابطه دائم با شورای خدماتی ناحیه و خدمتگزاران مورد اعتماد می باشد ؟
- 2 - آیا کمیته های فرعی در شورای خدماتی ناحیه شما در برابر وجدان گروه و انجمن نیکوتینی گمنام در کل مسئول و پاسخگو هستند ؟ اگر آری چگونه ؟
- 3 - آیا کمیته های فرعی در شورای خدماتی ناحیه شما دارای اساسنامه و دستورالعمل هستند ؟
- 4 - آیا من هنوز سعی می کنم در انجمن یک رئیس باشم ؟
- 5 - رابطه اصل چرخش ، گمنامی و فروتنی چیست ؟

### سنت دهم

- 1 - آیا در گروه شما اعضایی وجود دارند که هنگام مشارکت در رابطه با مسائل خارجی اظهار نظر کنند ؟ اگر آری گروه تان با این شرایط چگونه روبرو می شود ؟
- 2 - آیا در گروه شما اعضایی هستند که مسائل خاصی مانند رفتن به بیمارستان یا باز پروری خاص ، پیروی و تمرین عقاید مذهبی خاص را به دیگران پیشنهاد کنند ، که این پیشنهادات شخصی بعضی مواقع به نظر توصیه گروه یا وجدان گروه جلوه کند ؟
- 3 - آیا در گروه شما مسایل خارجی که ربطی به بهبودی در انجمن نیکوتینی گمنام ندارد به عنوان موضوع جلسه انتخاب می شود ؟

### سنت یازدهم

- 1 - آیا گروه شما برای جلسات خود در جامعه تبلیغ می کند یا نه ؟ اگر آری چگونه ؟
- 2 - آیا گروه یا ناحیه شما شخص یا کمیته ای جهت معرفی برنامه به جامعه دارد ؟ اگر این کار توسط کمیته انجام می شود آن کمیته چند عضو دارد ؟
- 3 - آیا گروه شما جاذبه کافی برای تازه واردان دارد ؟ چه چیزی در گروه تان وقتی که شما تازه وارد بودید شما را جذب برنامه کرد ؟
- 4 - آیا من از این که یک معتاد در حال بهبودی هستم خجالت می کشم ؟
- 5 - انجمن ما بدون داشتن این سنت امروز ممکن بود در چه شرایطی باشد ؟

### سنت دوازدهم

- 1 - آیا در گروه شما در مورد مشارکت های اعضای دیگر بیرون از جلسه بحث و گفتگو می کنند ؟
- 2 - آیا در گروه شما مواقعی می شود که شخصیت ها بر اصول ارجعیت پیدا کند ؟
- 3 - آیا فقط رعایت اصول انجمن نیکوتینی گمنام در گروه شما جایگاه خاص خود را دارد یا خیر ؟
- 4 - اعضاء چگونه می توانند به ارتقاء روحانیت و رعایت گمنامی من در گروه خود کمک کنند



nicairan.org

تنظیم و تدوین در کمیته وب سایت شورای منطقه ایران

زمستان ۱۴۰۲