



دفترچه کارکرد سنت‌های دوازده‌گانه انجمن معتادان جنسی گمنام
ناحیه تهران و سمنان



جهت دانلود فایل PDF اسکن کنید



برگرفته از کتابچه سنت‌های دوازده‌گانه SA

سنت یک

منافع مشترک ما باید در راس قرار گیرد؛ بهبودی فردی ما به وحدت SA بستگی دارد.

اصول روحانی سنت یک

ایثار، پذیرش، فروتنی، اتحاد، تعهد

سوالات سنت یک

۱- منافع مشترک ما شامل چه مواردی می شود؟

۲- چگونه می توانیم منافع (مصلح) مشترکمان را در راس قرار دهیم؟

۳- مفهوم همبستگی (اتحاد) از نظر شما چیست؟

۴- رابطه‌ی پاکی جنسی و هوشیاری و تاثیر آن در اتحاد انجمن چیست؟

.....

.....

.....

۵- آیا گروه می‌تواند بدون تعریف درستی از پاکی بر اساس اصول SA، روحیه‌ی اتحاد خود را حفظ کند؟

.....

.....

.....

۶- موارد خلاف و موافق سنت یک را بنویسید.

.....

.....

.....

۷- اصول روحانی سنت یک چیست و چه کاربردی دارد؟

.....

.....

.....

۸- گمنامی در سنت یک به چه معناست؟

.....

.....

.....

۹- هر گروه برای محافظت از سنت یک چه ابزارهایی در اختیار دارد؟

.....

.....

.....

ترازنامه سنت یک

۱- آیا من در گروه SA اقدامات و فعالیت های موافق و همسو در راستای رعایت و حفظ اتحاد یا بر خلاف آن را انجام می دهم؟ آن اقدامات چیست؟

.....

.....

.....

۲- واکنش من در برابر کسی که در گروه SA اشتباه و خطای مرا به من گوشزد می کند و تذکر می دهد، چیست؟ واکنش منفی نشان می دهم یا اینکه می پذیرم؟

.....

.....

.....

۳- آیا من در گروه SA منافع مشترک را در رأس قرار داده و اصول را رعایت می کنم یا فقط شعار می دهم و از دیگران انتظار رعایت آنها را دارم؟

.....

.....

.....

۴- آیا خودم را بالاتر از دیگران می بینم؟ آیا در سایر خدمات برنامه و جلسات SA حضور دارم؟

.....

.....

.....

۵- رعایت گمنامی در سنت یک برای من به چه معنایی است؟ آیا گمنامی را به عنوان یک اصل روحانی در این سنت رعایت می کنم؟

.....

.....

.....

سنت دوم

در ارتباط با هدف گروه ما تنها یک مرجع نهایی وجود دارد؛ خداوندی مهربان که خود را در در وجدان گروه بیان می کند. رهبران ما فقط خدمتگزاران مورد اعتماد ما هستند؛ آنها حکومت نمی کنند.

اصول روحانی سنت دوم

اعتماد، احترام، صداقت، ایمان

سؤالات سنت دوم

۱- منظور از هدف گروهی ما چیست؟

.....

.....

.....

۲- رهبران خدمتگزار مورد اعتماد ما چه ویژگی هایی دارند؟

.....

.....

.....

۳- منظور از وجدان آگاه (بیدار) گروه چیست؟

.....

.....

.....

۴- شیوه اداره گروه به چه شکل است؟

.....

.....

.....

۵- خداوند چگونه خود را در وجدان گروه بیان می کند؟

.....

.....

.....

۶- آیا تصمیمی که در گروه گرفته می شود کامل ترین تصمیم است؟

.....

.....

.....

۷- در مورد چگونگی اجرای اصول روحانی سنت دوم (۱. مهربانی ۲. صداقت ۳. روشن بینی ۴. اعتماد ۵. احترام ۶. گمنامی) چه ایده ای دارید؟

.....

.....

.....

ترازنامه سنت دوم

۱. آیا من در انجمن SA به خدمتگزاران اعتماد دارم یا همیشه به دنبال انتقاد و کشف خطاهای آنها هستم؟

.....

.....

.....

۲. آیا من در خدمات انجمن SA فردی قابل اعتماد هستم؟

.....

.....

.....

۳. آیا با خدمت کردن در انجمن SA به دنبال تأیید، تحسین و توجه دیگران هستم؟

.....

.....

.....

۴. آیا با گذشت چند سال از هوشیاری ام هنوز تمایل به خدمت در جلسات انجمن SA را دارم؟

.....

.....

.....



۵. آیا من در جلسات اداری و خدماتی بر روی پیشنهاد خود پافشاری میکنم؟ یا نظر مخالف پیشنهاد خود را می پذیرم و با آرامش از کنار آن عبور می کنم؟

.....

.....

.....

سنت سوم

تنها شرط عضویت، تمایل به توقف شهوترانی و از لحاظ جنسی پاک شدن است.

اصول روحانی سنت سوم

صداقت، فروتنی، بخشندگی، مهربانی، تحمل، بردباری و صمیمیت

سوالات سنت سوم

۱. چرا این سنت برای فرد و گروه مهم است؟

۲. آیا برای عضویت در SA شرط دیگری به جز تمایل وجود دارد؟

۳. چه رفتارهایی در انجمن خلاف سنت سوم است؟

۴. گروه شما نسبت به عضوی که مشارکت واضح جنسی می نماید و یا اینکه مشارکت او باعث ناراحتی دیگران می شود، چگونه رفتار می کند؟

.....

.....

.....

۵. اصول روحانی سنت سه چیست؟ توضیح دهید.

.....

.....

.....

۶. از لحاظ جنسی هوشیار عمل کردن برای ما چه مفهومی دارد؟

.....

.....

.....

۷. آیا ما می توانیم عضوی را اخراج کنیم؟

.....

.....

.....

ترازنامه سنت سوم

۱. آیا من در فکرم در مورد برخی تازه‌واردها پیش داوری می‌کنم؟ مثلاً این که آیا پیام برنامه را دریافت می‌کند یا لغزش خواهد کرد؟ یا این که آیا او جدی و صادق است یا اینکه تظاهر می‌کند؟

.....

.....

.....

۲. آیا معتادان جنسی ای هستند که نمی‌خواهم در جلسه یا گروه باشند؟

.....

.....

.....

۳. آیا اجازه می‌دهم که زبان، نژاد، دین، تحصیلات، سن، جنسیت یا سایر چیزها مانع پیام‌رسانی من بشود؟ یا در آن اثر منفی بگذارد؟

.....

.....

.....

۴. آیا من تحت تأثیر شهرت بعضی از اعضا (مثلاً دکتر، روحانی، ورزشکار، هنر پیشه و... بودن آنها یا سوابق زندانشان) قرار می‌گیرم؟ یا این که می‌توانم به سادگی با یک عضو جدید به عنوان تازه وارد ارتباط سالم داشته باشم؟

.....

.....

.....

۵. وقتی که کسی برای گرفتن کمک به SA روی می آورد، آیا برای من مهم است که او کارش چیست؟ کجا زندگی می کند؟ وضعیت خانوادگی او چگونه است؟ آیا مشکلات دیگری به غیر از اعتیاد جنسی دارد یا نه؟

.....

.....

.....

سنت چهارم

هر گروه باید مستقل باشد؛ مگر در مواردی که بر دیگر گروه ها یا کل انجمن معتادان جنسی گمنام تاثیر بگذارد.

اصول روحانی سنت چهارم

تعهد، مسئولیت، استقلال، ایمان

سؤالات سنت چهارم

۱. گروه در چه مواردی می تواند مستقل عمل کند؟

۲. آزادی عمل گروه ها تا چه اندازه می تواند باشد؟ آیا آزادی عمل گروه های SA خسارتی به کل انجمن وارد نمی کند؟

۳. مواردی که بر کل SA تاثیر منفی می گذارد کدام است؟

۴. چگونه می توانیم از مسائلی که تأثیر مخربی بر کل انجمن دارد، اجتناب کنیم؟

۵. اصول روحانی سنت چهارم کدامند؟

۶. هنگام تصمیم گیری در گروه به چه نکاتی باید توجه داشته باشیم؟

۷. گروه ها و اعضای آنها چه مسئولیتی در حفظ خوشنامی SA دارند؟

۸. چگونه تصمیمات و خدمات خودخواهانه به گروهها آسیب وارد می کند؟

ترازنامه سنت چهارم

۱. آیا ما در گروه خود به استقلال سایر گروه‌ها احترام می‌گذاریم و یا سعی داریم نظرات خود را به آنها تحمیل کنیم؟

.....

.....

.....

۲. اگر چنانچه اعضای گروه پیشنهادهای مطرح کردند که احساس کردیم ممکن است انجام آن بر کل انجمن تأثیر بگذارد چه اقدامی انجام می‌دهیم؟

.....

.....

.....

۳. آیا گروه ما می‌تواند به شکل موازی اقداماتی انجام دهد که جزو وظایف کمیته‌های خدماتی از قبیل کمیته، سایت اطلاع‌رسانی و کمیته نشریات است؟

.....

.....

.....

سنت پنجم

هر گروه تنها یک هدف اصلی دارد و آن رساندن پیام به معتاد جنسی است که هنوز در عذاب است.

اصول روحانی سنت پنجم

فروتنی، مسئولیت پذیری، بخشش، وفاداری و گمنامی

سؤالات سنت پنجم

۱. هدف اصلی ما چیست؟

.....

.....

.....

۲. اهداف فرعی ما چیست؟

.....

.....

.....

۳. آیا تمرکز روی اهداف فرعی باعث کنار گذاشتن هدف اصلی می شود؟

.....

.....

.....

۴. معتاد جنسی در حال عذاب کیست؟

.....

.....

.....

۵. راه های رساندن پیام به معتادان جنسی در حال عذاب چیست؟

.....

.....

.....

۶. چگونه گروه ها و ساختار خدماتی ما می توانند پیام ما را به طور مؤثرتری به تازه وارد انتقال دهد؟

.....

.....

.....

ترازنامه سنت پنجم

۱. آیا تاکنون عضو تازه واردی از گروه ما رانده شده یا با او رفتار غیر معمولی صورت گرفته است؟

.....

.....

.....

۲. آیا جلسات ما به سادگی در دسترس همه قرار دارد؟

۳. آیا در گروه ما وفاداری، تعهد، عشق، مهربانی و همدلی وجود دارد؟

۴. یا حاضر هستم با تمام وجود پاسخگوی سؤالات اعضای تازه وارد باشم؟

۵. من به عنوان یک عضو تا چه حد در رساندن پیام موفق بوده‌ام؟

سنت ششم

یک گروه SA هرگز نباید هیچ موسسه یا سازمان خارجی مرتبط را تایید یا در آنها سرمایه گذاری کند و اجازه استفاده از نام SA را به آنها بدهد؛ مبدا مسائل مالی، ملکی و شهرت ما را از هدف اصلی خود منحرف سازد.

اصول روحانی سنت ششم

تواضع، فروتنی، درستی، ایمان و گمنامی

سوالات سنت ششم

۱. چگونه مسائل مالی، ملکی و شهرت ما را از هدف اصلی مان دور می نماید؟

۲. چگونه استفاده و فروش نشریات خارج از انجمن در گروه می تواند ما را از هدف اصلیمان دور کرده و به انحراف بکشاند؟

۳. اگر به مؤسسات خارجی اجازه دهیم تا از نام SA استفاده کنند چه مشکلاتی برای انجمن به وجود می آید؟

.....
.....
.....
۴. آیا گروه شما جلسات خود را در سازمانها یا مراکز خارجی برگزار می کند؟ اگر پاسخ مثبت است چگونه روابط خود را با آن نهاد یا سازمان تنظیم کرده اید تا دچار وابستگی نشوید؟

.....
.....
.....
۵. در مراودات و همکاری با مؤسسات مرتبط چگونه حد و مرز تعاملات خود را حفظ می کنید تا دچار وابستگی نشوید؟

.....
.....
.....
۶. رفتارهای مطابق این سنت و رفتارهای مخالف این سنت کدام است؟

ترازنامه سنت ششم

۱. وقتی متوجه می شوم مسائل مالی، ملکی و شهرت باعث انحراف از هدف اصلیمان شده مسئولیت من چیست؟

.....

.....

.....

۲. یک عضو خدمتگذار چگونه ممکن است درگیر معامله با مؤسسات و دیگر گروه های خارج از انجمن شود؟

.....

.....

.....

۳. آیا من تا به حال در به شهرت رساندن عضوی نقش داشته ام؟

.....

.....

.....

سنت هفتم

هر گروه SA باید کاملاً خودکفا باشد و کمکی از خارج دریافت نکند.

اصول روحانی سنت هفتم

ایمان، مسئولیت، فداکاری، عشق، سخاوت

سؤالات سنت هفتم

۱. منظور از خودکفایی در گروه‌ها چیست و شامل چه مواردی می‌شود؟

۲. دریافت کمک از خارج چه مشکلاتی می‌تواند ایجاد کند؟

۳. آیا سبب سنت هفتم در گروه ما به اندازه کافی حمایت می‌شود؟

۴. آیا اعضای گروه ما برای به عهده گرفتن خدمات به شکلی مسئولانه داوطلب می شوند؟

۵. آیا گروه ما کمک های مالی لازم را برای ساختار خدماتی ارسال می کند و یا خودخواهانه به دنبال بهانه ای برای خرج کردن غیر ضروری آن در گروه است؟

۶. اصول روحانی سنت هفتم چیست؟

۷. آیا نمایندگان گروه ما با ایده هایی نو و مسئولانه در جهت پیشبرد هدف اصلی انجمن در جلسات هیئت نمایندگان شرکت می کنند؟

ترازنامه سنت هفتم

۱. آیا من سهم خود را در حمایت از سید سنت هفتم به درستی انجام می دهم؟

.....

.....

.....

۲. آیا من برای به عهده گرفتن پست های خدماتی در گروه احساس مسئولیت می کنم و یا منتظرم افراد دیگری داوطلب شوند؟

.....

.....

.....

۳. آیا من جلسات اداری را حمایت می کنم و سعی در فکر کردن و ارائه پیشنهادات جدید برای بهتر برگزار شدن جلسات دارم؟

.....

.....

.....

سنت هشتم

معتادان جنسی گمنام باید برای همیشه به صورت غیر حرفه ای باقی بماند؛ اما مراکز خدماتی ما می توانند کارمندان مخصوصی استخدام کنند.

اصول روحانی سنت هشتم

ایمان، اعتماد، فروتنی، امانتداری، تسلیم، دوراندیشی، گمنامی، خویشتن پذیری و پاسخگویی

سؤالات سنت هشتم

۱. ناجی شدن چگونه به تعهد ما برای «همیشه غیر حرفه ای ماندن» آسیب می زند؟

۲. معنی عبارت «کارمندان خاص» چیست؟ و کارمندان خاص چه ویژگی هایی دارند؟

۳. منظور از عبارت «ما حرفه ای گری نمی کنیم» چیست؟

۴. موارد موافق و مخالف این سنت را بیان کنید؟

.....

.....

.....

۵. ما چگونه می توانیم به اصول روحانی این سنت عمل کنیم؟

.....

.....

.....

ترازنامه سنت هشتم

۱. آیا من پست خدماتی خود را به عنوان یک حرفه در نظر می گیرم؟

.....

.....

.....

۲. آیا در خدماتم به نحوی رفتار می کنم که بیانگر این باشد که من مهم تر و ارزشمندتر از سایرین هستم؟

.....

.....

.....

۳. در چه زمان هایی لازم است که در زندگی شخصی از یک فرد حرفه ای کمک بگیرم؟

.....

.....

.....

سنت نهم

SA با این نام هرگز نباید سازماندهی شود؛ اما می توانیم هیئت های خدماتی یا کمیته هایی تشکیل دهیم که مستقیماً در برابر کسانی که به آنها خدمت می کنند، مسئول باشند.

اصول روحانی سنت نهم

تعهد، مسئولیت، اعتماد، احتیاط و گمنامی

سؤالات سنت نهم

۱. چرا هیئت های خدماتی تشکیل می دهیم؟

.....

.....

.....

۲. آیا گروه ها می توانند خدماتی نظیر چاپ، نشریات، اطلاع رسانی و... را مستقیماً خودشان انجام دهند؟

.....

.....

.....

۳. منظور از سازماندهی چیست و چرا انجمن نباید سازماندهی شود؟

.....

.....

.....

ترازنامه سنت نهم

۱. آیا با هرم معکوس خدماتی و لایه های ساختار خدماتی آشنایی دارم؟

.....

.....

.....

۲. آیا به ساماندهی لایه های ساختار خدماتی اعتماد دارم؟ چرا؟

.....

.....

.....

سنت دهم

معتادان جنسی گمنام هیچ عقیده ای در مورد مسائل خارجی ندارد؛ از این رو نام SA هرگز نباید به مسائل خارجی وارد شود.

اصول روحانی سنت دهم

وحدت، مسئولیت پذیری، دوراندیشی و گمنامی

سؤالات سنت دهم

۱. منظور از موضوعات و مسائل خارجی چیست؟

.....

.....

.....

۲. چرا در مورد مسائل خارجی عقیده ای ابراز نمی کنیم؟

.....

.....

.....

۳. مثال هایی از موارد خلاف و موافق این سنت را بیان کنید؟

.....

.....

.....

۴. چرا نام SA هرگز نباید وارد مسائل اجتماعی شود؟

.....

.....

.....

۵. اصول روحانی سنت دهم کدام است؟

.....

.....

.....

سنت یازدهم

خط مشی روابط عمومی ما بنابر اساس جاذبه است تا تبلیغ. ما باید همیشه گمنامی خود را در سطح مطبوعات، رادیو، فیلم ها و تلویزیون حفظ کنیم.

اصول روحانی سنت یازدهم

ایمان، سادگی، گمنامی

سؤالات سنت یازدهم

۱. موارد مطابق و مخالف این سنت چیست؟ چند نمونه مثال بزنید.

۲. اصول روحانی ایمان، سادگی و گمنامی چگونه به درک و رعایت این سنت کمک می کند؟

۳. چند نمونه از مواردی که در گروه شما جاذبه ایجاد می کند را نام ببرید.

۴. اهداف و خط و مشی روابط عمومی ما در انجمن SA چیست؟

۵. روابط عمومی قوی و گسترده چگونه به هدف اصلی انجمن کمک مینماید؟

ترازنامه سنت یازدهم

۱. چه فعالیت‌هایی در سطح اینترنت نیاز به گمنامی دارد؟ آیا در این خصوص قبل از اقدام دقت کافی داریم؟

۲. آیا من به عنوان یک عضو SA می توانم با رسانه‌ها در ارتباط باشم؟

سنت دوازدهم

گمنامی اساس روحانی تمام سنتهای ماست و همواره یادآور این است که اصول را به شخصیتها ترجیح دهیم.

اصول روحانی سنت دوازدهم

گمنامی و تواضع

سوالات سنت دوازدهم

۱. اصل گمنامی چه مزیت‌هایی دارد؟ ما تا چه حد باید گمنام باشیم؟

۲. اعضای انجمن چگونه باید گمنام بمانند؟

۳. موارد مطابق و مخالف این سنت چیست؟

۴. چگونه می بایست اصول را به شخصیتها ترجیح داد؟ توضیح دهید.

ترازنامه سنت دوازدهم

۱. آیا گمنامی خود و اعضای انجمن را حفظ می کنم؟ چگونه؟

۲. آیا تا به حال به سهم خودم، کسی را «شخصیت» کرده و یا شخصیتها را به اصول ترجیح داده ام؟
