

سازوکارهای درمانی انجمن معتادان گمنام و کنگره ۶۰: شبکه روابط اجتماعی جایگزین برای معتادان در حال بهبودی*

مهین شیخ انصاری^۱

(تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۱/۱۸ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۱/۱۸)

چکیده

مسئله‌ای که این مقاله به آن می‌پردازد، ارزیابی سازوکارهای درمانی انجمن معتادان گمنام و کنگره ۶۰ در «ترک اعتیاد» و «پاک ماندن» معتادان به عنوان «شبکه روابط اجتماعی جایگزین» است. این مطالعه با روش تحلیل شبکه انجام شده و داده‌های تحقیق با روش اسنادی، مشاهده و مصاحبه های کیفی جمع‌آوری شده است. نمونه‌ها در روش مشاهده مستقیم، جلسه‌های همدردی NA، کنگره ۶۰، نارائان، سیمانان و کمپ‌ها و جلسه‌های گروه درمانی در کلینیک‌های تخصصی ترک اعتیاد بوده اند. نمونه‌ها در روش مصاحبه عمیق معتادان بهبود یافته با بیش از ۵ سال بهبودی بوده است. نتایج تحقیق نشان داد، شبکه روابط اجتماعی و فعالیت‌های اجتماعی که معتادان در حال بهبودی در انجمن معتادان گمنام و کنگره ۶۰ دارند، از عوامل موثر در «پاک ماندن» آنها است که نیازهای اجتماعی آنها را به حس تعلق به یک گروه اجتماعی، عزت نفس و امید برآورده می‌کنند. همچنین معتادان در حال بهبودی با شرکت در جلسه‌های آموزشی و همدردی از حمایت‌های اطلاعاتی و شناختی، وگشودگی در برابر خود، دیگری و جهان برخوردار می‌شوند. واژه‌های کلیدی: انجمن معتادان گمنام، پاک ماندن، کمپ ترک اعتیاد، کنگره ۶۰، شبکه روابط اجتماعی، گروه درمانی

Doi: <https://doi.org/10.22034/jss.2024.1999671.1771>

Mahin.sh.ansari@gmail.com

* علمی - پژوهشی

^۱. جامعه شناس.

مقدمه و بیان مسئله

انجمن معتادان گمنام که به اختصار NA^۱ نامیده می‌شود، در «ترک اعتیاد» و در «پاک ماندن»^۲ بسیاری از معتادان کارتن خواب در سطح جهان و ایران نقش موثری داشته‌است. براین اساس جلسه‌های همدردی و ۱۲ قدم معتادان گمنام، با نام گروه‌درمانی در پروتکل‌های درمانی بسیاری از مراکز درمانی اعتیاد، از جمله در پروتکل‌های اداره بهزیستی ایران گنجانده شده‌اند. انجمن معتادان گمنام بعنوان یک شبکه روابط اجتماعی، ویژگی‌های متمایزی از جلسه‌های همدردی، و ۱۲ قدم دارد، و این ویژگی‌ها در پاک ماندن معتادان نقش بسیار موثری دارند (شیخ انصاری، ۱۳۹۸: ۲۷۷).

انجمن معتادان گمنام خود را نهاد مردمی، خودجوش و غیرانتفاعی می‌داند. این انجمن در سال ۱۹۵۳ میلادی توسط افرادی که خود زمانی در چنگال اعتیاد گرفتار بودند، با هدف کمک و نجات معتادان از اعتیاد در کالیفرنیا بنیان‌گذاری شد. در آخرین آمار منتشر شده در سال ۱۳۹۹، تعداد جلسه‌های همدردی NA بیش از ۷۶۰۰۰ جلسه در هفته در ۱۴۳ کشور بوده‌است. انجمن معتادان گمنام در ایران از سال ۱۳۶۹ توسط چند معتاد بهبودیافته در مرکز بازپروری قرچک فعالیت خود را آغاز کرد، و در سال ۱۳۹۲ مجوز فعالیت سازمان‌های مردم‌نهاد را در سطح ملی دریافت کرد. این انجمن شاخص موفقیت خود را تعداد گروه‌ها و جلسه‌های همدردی در هفته می‌داند. در حال حاضر حدود ۵۱۰۶ گروه در قالب ۲۴۲۳۱ جلسه همدردی و حدود ۳۰۵ گروه بانوان در شهرهای بزرگ، کوچک و حتی روستاها در هفته برگزار می‌شود.^۳ در ایران انجمن خانواده معتادان گمنام به مواد مخدر (نارانان)^۴ و به مواد محرک (سیمانان)^۵ با الگوبرداری از NA تشکیل شدند. جمعیت احیای انسانی کنگره ۶۰، براساس تجارب شخصی دژاکام موسس کنگره ۶۰ و با الگوبرداری از انجمن معتادان گمنام تشکیل شد، و در سال ۱۳۷۷ به ثبت رسید. کنگره ۶۰ در تهران و شهرهای دیگر ایران نمایندگی‌های متعدد دارد. این انجمن تاکنون توانسته است به هزاران معتاد (مسافر) در ترک اعتیاد کمک کند.^۶ اداره بهزیستی ایران که یکی از وظایفش «حمایت و توان بخشی معتادان» است، پروتکلی را بعنوان «بهبود و بازتوانی اختلال مصرف مواد، الگوی اقامتی پرهیز مدار» به عنوان دستورالعمل به مراکز درمان اعتیاد از نوع اقامتی ۲۴ ساعته (کمپهای ترک اعتیاد) ارائه داده‌است.

^۱ Narcotics Anonymous

^۲ مصرف نکردن

^۳ <https://nairan.org>

^۴ <http://naranonthr.com>

^۵ <http://cmanonfamilygroup.blogfa.com/>

^۶ <https://congress60.org>

در این پروتکل با الگوبرداری از NA از برنامه‌های بهبودی و بازتوانی تحت نام اقدامات گروهی نام برده شده‌است، که شامل کار با گروه (گروه‌درمانی)، آموزش گروهی و جلسات مشارکت جمعی^۱ است. مدت دوره ترک اعتیاد در این کمپها ۲۱ تا ۳۰ روز است. کلینیک‌های تخصصی ترک اعتیاد از جمله دی و ثامن نیز با الگوبرداری از NA، جلسه‌های همدردی را به عنوان گروه‌درمانی، در پروتکل درمانی خود گنجانده‌اند.

معتاد خواهان بهبودی که به NA یا کنگره ۶۰ می‌پیوندند، بعد از درمان می‌تواند با ایفای نقش راهنما، مدیر، مربی، مددکار و... در NA و کنگره ۶۰ بماند و به بهبودی معتادان دیگر و «در بهبودی ماندن» خود کمک کند. به عبارتی معتادان بهبودیافته که از جامعه طرد شده‌اند و احساس می‌کنند که نمی‌توانند جهان بین‌الذهانی مشترکی با دیگر افراد جامعه داشته باشند برای خود اجتماعی کوچکی را می‌سازند که بتوانند به بهبودی معتادان و در بهبودی ماندن خود کمک کنند. به عبارت دیگر، شبکه روابط اجتماعی هر فرد، که او را مستقیم یا غیرمستقیم با دیگران در پیوند قرار می‌دهد، منابعی را در اختیار آن فرد قرار می‌دهد و یا از او سلب می‌کند و هستی‌اش را شکل می‌دهد. فرد معتاد در شبکه روابط اجتماعی‌اش دچار «بیماری ذهنی اعتیاد» می‌شود و به مصرف مواد اعتیادآور روی می‌آورد و یکی از دلایل بازگشت اعتیاد او به این دلیل است که بعد از ترک جسمی اعتیاد، مجدداً در همان شبکه روابط اجتماعی معیوبی قرار می‌گیرد که هستی او را به‌عنوان یک معتاد شکل داده است. شبکه روابط اجتماعی «معتاد در حال بهبودی»، با «معتادان بهبود یافته» یا «در حال بهبودی» و فعالیتهای اجتماعی او در کنگره ۶۰ و یا NA برای او جنبه درمانی دارند و به او انگیزه ماندن «در بهبودی» را می‌دهند. او با ایفای نقش در کنگره ۶۰ و یا NA، مسئولیت کمک به بهبودی معتاد دیگر را می‌پذیرد و نیازهای خود به حس تعلق، هویت، امید و عزت نفس و... را رفع می‌کند (شیخ انصاری، ۱۳۹۸: ۲۲۷).

با توجه به آخرین آمار منتشر شده در سال ۱۴۰۱ «چهار میلیون و ۴۰۰ هزار نفر مصرف‌کننده در کشور وجود دارد و با بعد خانوار آنها، حدود ۱۵ میلیون نفر از جمعیت کشور روزمره، دغدغه و نگرانی «اعتیاد را دارند». مطالعه و ارزیابی سازوکارهای درمانی موجود برای ترک اعتیاد و بهبودی این افراد حائز اهمیت است.

¹ www.behzistiniaz.ir

این مقاله سعی دارد تا با استفاده از روش تحلیل شبکه، سازوکارهای درمانی NA و کنگره ۶۰ در «ترک اعتیاد» و «پاک ماندن» معتادان را بررسی و ارزیابی کند.

پرسش‌های پژوهش

۱. شبکه روابط اجتماعی NA و کنگره ۶۰ چه نقشی در ترک اعتیاد و پاک ماندن معتادان دارند؟
۲. هنجارها و نمادها در شبکه NA و کنگره ۶۰ چه ویژگی‌هایی دارند؟
۳. گروه‌های همدردی، آموزشی و مشارکتی NA و کنگره ۶۰ چه ویژگی‌هایی دارند؟

ملاحظات نظری

این ایده که روابط اجتماعی تغییرزا و شفابخش هستند، از دیرباز وجود داشته است. در سال ۱۹۰۵ یک پزشک اهل بوستون به جنبه درمانی و شفابخش تعاملات اجتماعی بین اعضای یک گروه پی برد. او یک گروه از بیماران مبتلا به سل بوجود آورد، تا آنها بتوانند احساس افسردگی خود را در گروه مطرح کنند و درباره بیماری و راه حل غلبه بر بیماریشان بحث و تبادل نظر کنند (فورسایت، ۱۳۹۵: ۳۷۷). در همین راستا معتادان گمنام در سال ۱۹۵۳ به تجربه پی بردند که با بیان احساساتشان در گروه می‌توانند به بهبودی خود کمک کنند، و برای حفظ پاک‌ی باید اجتماع خود را تشکیل دهند.^۱ اما برای اولین بار کورت لوین (۱۹۵۱) از اصطلاح پویایی گروه نام برد و به نقش روابط و تعاملات بین اعضای گروه در تغییر شرایط اشاره کرد. نظریه پویایی گروه مطرح می‌کند که گروه‌ها دارای ویژگی‌های شفابخش و تغییرزایی هستند که زمینه‌ساز کمال و سازگاری اعضای گروه می‌شوند. روش گروه‌درمانی براساس نظریه پویایی گروه بوجود آمد و سرعت گسترش پیدا کرد (فورسایت ۱۳۹۵: ۳۹۳). برای نمونه، گروه همدردی که بیماران با بیان احساسات خود سعی می‌کنند به کمک یکدیگر بر مشکل مشترکشان غلبه کنند (فورسایت، ۱۳۹۵: ۳۸۰) و گروه تی (آموزشی مشارکتی) «با هدف یادگیری مهارت و شناخت» و ارتقای آگاهی بیماران تشکیل می‌شود (فورسایت، ۱۳۹۵: ۳۸۷).

گروه‌ها با بوجود آوردن حس تعلق، امید، عزت نفس، احساس شمول و عمومیت، گشودگی در برابر خود، دیگری و عالم و آموزش و یادگیری زمینه را برای درمان اعضای گروه فراهم می‌آورند.

^۱ ر.ک. کتاب پایه انجمن معتادان گمنام صفحه ۱۰۷

بر اساس نظریه باس (۱۹۸۸) انسان مجموعه‌ای از قابلیت‌هایی برای ارتباط با دنیا است و بیماری از نظر او به معنای محرومیت، محدودیت و ممانعت از این توانایی‌های بالقوه است و سلامت روانی به عنوان گشودگی-هم جسمی هم روانی- و به ویژه گشودگی در دوست داشتن و اعتماد به دیگران تفسیر می‌شود (کوپر، ۱۳۹۳: ۶۲). از این منظر معتاد، بیماری است که رابطه‌اش با خود، دیگران و عالم محدود یا قطع شده و گشودگی ندارد (کوپر، ۱۳۹۳: ۶۳) و برای درمان باید به گشودگی در برابر خود، دیگری و عالم برسد. اعضای گروه‌همدردی با بیان احساسات و مشکلات خود و گوش دادن، بدون انتقاد و نصیحت به احساسات دیگران از یکدیگر حمایت‌احساسی می‌کنند (فورسایت، ۱۳۹۵: ۱۵۰) و به گشودگی در برابر خود و دیگری می‌رسند. همچنین آنها متوجه می‌شوند که مشکلاتشان عمومیت دارد و این به آنها قوت قلب می‌دهد (فورسایت، ۱۳۹۵: ۳۹۴).

رویکردهای درمانی شناختی، باورهای نادرست بنیادین را علت رفتار نادرست بیماران می‌دانند، و روش درمان را تغییر افکار و ارتقای آگاهی و تغییر باورهای بنیادین بیماران (تویت، یانگ، ۱۳۹۴: ۱۴۶) می‌دانند. گروه‌های «تی» با ارتقای آگاهی اعضای گروه (فورسایت، ۱۳۹۵: ۱۵۰) به درمان آنها کمک می‌کنند. همچنین اعضای گروه، با مشاهده رفتار یکدیگر، مهارت‌های اجتماعی را یاد می‌گیرند. بامیستر و آرلیری (۱۹۹۵) مطرح می‌کنند که تمام انسان‌ها نیاز دارند به گروه‌های اجتماعی تعلق داشته باشند. از نظر آنها نیاز به تعلق خاطر، شبیه سایر نیازهای اساسی است و افرادی که تماس کمی با دیگران دارند، احساس بدبختی و تنهایی می‌کنند. انسان‌ها هویت اجتماعی خود را با عضویت در گروه‌های مختلف کسب می‌کنند. به عبارتی هویت اجتماعی عبارت است از در نظر گرفتن خودمان به عنوان اعضای یک گروه یا رده اجتماعی. حس تعلق به یک گروه اجتماعی یکی از عوامل شفا بخش گروه است و به درمان بیماری کمک می‌کند (فورسایت، ۱۳۹۵: ۲۹).

مقایسه‌های صعودی و نزولی: احساس امید و عزت نفس

گروه‌ها زمینه‌ساز مقایسه اجتماعی هستند. فرد وقتی خودش را با آدم‌های بالاتر از خودش مقایسه می‌کند به مقایسه اجتماعی صعودی متوسل می‌شود، مقایسه اجتماعی صعودی راه و رسم کنار آمدن با شرایط و امیدوارتر شدن را به ما می‌آموزد (فورسایت، ۱۳۹۵: ۱۴۷). اشنایدر و همکارانش (۱۹۹۷) معتقدند یکی از بهترین عوامل پیش‌بینی کننده بهداشت روانی و سازگاری مردم امیدواری آنهاست. انسان‌های امیدوار برای رسیدن به اهداف خود راهکارهایی پیدا می‌کنند و مطمئن هستند که می‌توانند برای رسیدن به اهداف خود اقدام کنند. گروه‌ها می‌توانند امید اعضای گروه را افزایش دهند. فرد وقتی خودش را با افراد پایین‌تر مقایسه می‌کند در واقع مقایسه اجتماعی

نزولی می‌کند، مقایسه اجتماعی نزولی به ما می‌گوید که از دیگران بهتریم و به ما عزت نفس می‌دهد (فورسایت، ۱۳۹۵: ۱۰۸). نکته مهم این است که مردم با مقایسه اجتماعی نزولی و صعودی می‌توانند با شرایط نامساعد و تهدیدآمیز کنار بیایند (فورسایت، ۱۳۹۵: ۱۴۷). امید و عزت نفس از عوامل شفا بخش گروه هستند که به درمان بیماری کمک می‌کنند.

جامعه‌پذیری: مسئولیت‌پذیری و نظم‌پذیری

نقش‌ها و هنجارهای گروه به رفتار اعضا نظم و سامان می‌دهند و آنها را مسئولیت‌پذیر می‌کنند و باعث انسجام گروه می‌شوند (فورسایت، ۱۳۹۵: ۱۷۲-۱۷۳). بر اساس اهداف گروه، نقش‌ها تعیین می‌شوند، نقش‌ها با مشخص کردن مسئولیت افراد به رفتارهای آنها نظم و سامان می‌دهند (فورسایت، ۱۳۹۵: ۱۷۹). اعضای گروه با ایفای نقش مسئولیت‌پذیری اجتماعی را یاد می‌گیرند. **هنجارها** یکی از عناصر بنیادی گروه‌ها و شبکه‌های روابط اجتماعی هستند. چون انگیزه می‌دهند، تعاملات اجتماعی را سامان می‌دهند و پاسخ‌های دیگران را قابل پیش‌بینی و معنی‌دار می‌کنند و رفتارهای اعضای گروه را تنظیم می‌کنند. یک هنجار پس از تثبیت شدن، یک حقیقت اجتماعی و جزئی از ساختار پایدار گروهی می‌شود که گروه را منسجم می‌کند و به تازه‌واردان منتقل می‌شوند (فورسایت، ۱۳۹۵: ۱۷۵). اعضای گروه با رعایت هنجارها مسئولیت‌پذیری و نظم را یاد می‌گیرند و مجدداً جامعه‌پذیر می‌شوند. **ساخت شبکه** بر کنش متقابل بین اعضا تاثیر می‌گذارد. در مطالعه ساخت شبکه، روابط بین اعضا بررسی شده و به تصویر کشیده می‌شوند (باستانی و رئیس، ۱۳۹۰) و بر اساس الگوی ارتباطات می‌توان موقعیت اجتماعی اعضای شبکه را تحلیل کرد. به عنوان نمونه، در شبکه دایره‌ای موقعیت اجتماعی تمام اعضای گروه همسان است و اعضای حاشیه‌ای در این نوع شبکه کمتر است، در نتیجه میزان رضایت اعضا تقریباً برابر است (فورسایت، ۱۳۹۵: ۲۰۱ نقل از ولمن ۱۹۷۹). بر این اساس شبکه دایره‌ای برای گروه‌های همدردی و گشودگی در برابر خود و دیگری مناسب است. در شبکه سلسله‌مراتبی یا متمرکز میزان رضایت عضوهای مرکزی بیشتر از اعضای حاشیه‌ای است. شبکه متمرکز و سلسله‌مراتبی برای تکنیک‌های اصلاح رفتار، تقویت (جی، برگر، ۱۳۹۵: ۷۳) و تنبیه (جی، برگر، ۱۳۹۵: ۱۱۲) مناسب هستند.

روش پژوهش

در این پژوهش شبکه روابط اجتماعی کنگره ۶۰ و انجمن معتادان گمنام با استفاده از روش تحلیل شبکه و بارویکرد شبکه‌های کل (کامل) در دو سطح بررسی شد.

در سطح اول، «آرایش رابطه‌ای و ساخت شبکه» (چلبی، ۱۳۷۳: ۲۱) و یا همان «ویژگیهای ساختی» (باستانی، رئیسی، ۱۳۹۰: ۳۹) شبکه‌های NA و کنگره ۶۰ تحلیل شدند. «در رویکرد شبکه‌های کل (کامل) مشاهده کننده خارجی وضعیت را می‌بیند و توضیح می‌دهد او از بیرون به روابط نگاه می‌کند و کل روابط را مورد بررسی قرار می‌دهد. قوت این رویکرد این است که همزمان هم کل سیستم و هم بخش‌های سازنده آن را نشان می‌دهد. بنابراین، تحلیل‌گران قادرند جریان‌های افقی یا عمودی اطلاعات را شناسایی کنند و منبع و مقصد اطلاعات و محدودیت‌های ساختاری موجود در جریان اطلاعات را تشخیص دهند» (باستانی، رئیسی، ۱۳۹۰: ۳۵).

با توجه به همسان بودن ساختار شبکه روابط اجتماعی شعبه‌های کنگره ۶۰ و گروه‌های NA در سراسر ایران، سه ناحیه تهران و سمنان، مازندران و آذربایجان غربی، NA و شعبه‌های سهروردی و سعادت‌آباد کنگره ۶۰ در تهران به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. در کنگره ۶۰، نقش‌ها به‌عنوان «گره» انتخاب شدند. بعضی از این نقش‌ها فردی و بعضی دیگر گروهی ایفا می‌شوند. در NA، گروه‌ها، به‌عنوان گره انتخاب شدند که شامل گروه‌های معتادان گمنام، کمیته‌ها (گروه‌های خدماتی) و شوراها هستند. هرکدام از این گروه‌ها وظیفه و نقش خاصی را در ساختار این انجمن ایفا می‌کنند. نوع روابط بین گره‌ها به صورت اختیاری و داوطلبانه است. جهت روابط براساس داده‌های پژوهش تعیین شدند.

تحلیل شبکه‌های روابط اجتماعی NA و کنگره ۶۰ با استفاده از نرم‌افزار Ucinet انجام شد. شاخص‌های درجه مرکزیت، چگالی، وسط‌بودگی و ضریب خوشه‌ای آنها محاسبه و با یکدیگر مقایسه شد. همچنین با استفاده از گراف، ساختار کلی شبکه روابط اجتماعی NA و کنگره ۶۰ برای ارائه ویژگی‌های کلی ساختار شبکه آنها ترسیم شد.

^۱ درسایت‌های رسمی NA و کنگره ۶۰ آدرس و نام تمامی گروه‌ها در ناحیه‌ها و شعبه‌ها وجود دارند. ناحیه، ویا شعبه از اصطلاحات NA و کنگره هستند. تقسیمات (ناحیه ۱ و ۲... یا شعبه سهروردی و سعادت‌آباد) در این مقاله همان تقسیمات NA و کنگره ۶۰ هستند.

در سطح دوم «ارتباط کنشگر با کنشگران دیگر» (چلبی، ۱۳۷۳: ۲۱) و «ویژگی‌های کارکردی» (باستانی، رئیسی، ۱۳۹۰: ۳۹) شبکه‌روابط در گروه‌های همدردی ارزیابی شدند. گره‌ها، اعضای گروه همدردی و روابط از نوع احساسی هستند.

جمع‌آوری داده‌ها

داده‌های این پژوهش با استفاده از روش مطالعاتی-اسنادی و روش‌های کیفی، مشاهده مستقیم و مصاحبه عمیق، جمع‌آوری شدند. جمعیت مورد مطالعه این پژوهش کنگره ۶۰، انجمن معتادان گمنام، کمپهای ترک اعتیاد زیرنظارت اداره بهزیستی و کلینیک‌های تخصصی ترک اعتیادی بودند که از روش گروه درمانی استفاده می‌کردند. افراد غیر معتاد حق ورود به جلسه‌های بسته همدردی کنگره ۶۰ و NA، را نداشتند، به همین دلیل انجمن خانواده‌های معتادان گمنام (ناران و سیمانان) به دلیل ساختار همسان با NA و انجمن خانواده کنگره ۶۰ (همسفران)، به دلیل ساختار همسان با مسافران کنگره ۶۰ به لیست جمعیت مورد مطالعه اضافه شدند (جدول ۱).

جدول ۱. جمعیت مورد مطالعه در مشاهده مستقیم

نمونه‌ها برای مشاهده مستقیم	جمعیت مورد مطالعه	روش درمانی
جلسه عمومی مسافران در شعبه سهروردی جلسه عمومی همسفران در شعبه سهروردی جلسه‌های همدردی مسافران در شعبه سهروردی	کنگره ۶۰ مسافران و همسفران	شبکه روابط اجتماعی
جلسه‌های عمومی معتادان گمنام در سینمای فردوسی، و معتادان گمنام در تهران پارس خیابان جشنواره و ...	انجمن معتادان گمنام	
جلسه‌های همدردی «نارانان» در اشرفی اصفهان و «سیمانان» در صادقیه	نارانان و سیمانان	
چیتگر، وردیج و ندای آرامش ورامین (حضور در کمپها و شرکت در جلسه خانواده معتادان و جلسه‌های همدردی و مشارکتی)	کمپهای ترک اعتیاد با روش گروه درمانی	گروه درمانی
دی و ثامن (شرکت در جلسه‌های همدردی)	کلینیک‌های تخصصی با روش گروه درمانی	

از نمونه‌گیری در دسترس برای انتخاب نمونه‌ها استفاده شد. در روش مصاحبه عمیق، نمونه‌ها از بین معتادان بهبود یافته، که در مراکز مورد مطالعه، بعنوان مددکار، مربی، مدیر و کارمند فعالیت می‌کردند (جدول ۲).

جدول ۲. مشخصات معتادان بهبود یافته (همتا)

موقعیت بعد از بهبودی از اعتیاد	تجربه کارتون خوابی یا طرد از خانواده	مدت زمان پاکی در زمان مصاحبه	سالهای اعتیاد	معتاد بهبود یافته ^۱
مدرس ماتریکس در کمپ چیتگر	داشته‌است	۱۲ سال و ده ماه	۲۱ سال	پرویز
مدیر کمپ ندای آرامش ورامین	داشته‌است	-	۲۸ سال	صادق
یکی از مسئولان دفتر مرکزی NA	داشته‌است	-	۱۲ سال	ظفر
مدیر کمپ چیتگر	داشته‌است	۹ سال	۲۳ سال	امیررستم
انجام کارهای دفتری کمپ چیتگر	طرد از خانواده	-	۵ سال	پوریا
مددکار کمپ چیتگر	داشته‌است	۱۳ سال و یک ماه	۱۵ سال	محرم
کارمند جمعیت خیریه تولدی دیگر	داشته‌است	۵ سال	-	عظیم
موسس و نگهبان کنگره ۶۰	نداشته‌است	۲۵ سال	۱۷ سال	دژاکام
راهنما در کنگره ۶۰	طرد از خانواده	-	۵ سال	افسانه
سخنرانان جلسه‌های عمومی NA و کنگره ۶۰	داشته‌اند	-	بیش از ده سال	علی، مجید، اعظم، کرم و ...

یافته‌های پژوهش

برای تحلیل و ارزیابی سازوکارهای درمانی انجمن معتادان گمنام و کنگره ۶۰، سازوکارهای درمانی در دو بخش ساختار شبکه روابط اجتماعی (ساخت شبکه، نقش‌ها، هنجارها و نمادها) و کارکردهای شبکه روابط اجتماعی ارائه و بحث می‌شود.

^۱ برای حفظ حریم خصوصی افراد، از اسامی مستعار استفاده شده است.

۱. ساختار شبکه روابط اجتماعی کنگره ۶۰ و NA

ساختار شبکه روابط اجتماعی NA و کنگره ۶۰، عبارت از ساخت شبکه، نقش‌ها، نمادها و هنجارهایی است که فعالیت‌ها و رفتار معنادان در حال بهبودی را ساماندهی می‌کنند. نتایج کیفی تحقیق نشان می‌دهد که شبکه روابط اجتماعی و فعالیت‌های اجتماعی که معنادان در حال بهبودی در این شبکه انجام می‌دهند، یکی از عوامل موثر ایجاد انگیزه برای «در بهبودی ماندن» آنها است. مخصوصاً برای معنادان کارتون خواب، معنادان بهبود یافته که از جامعه طرد شده‌اند و احساس می‌کنند که نمی‌توانند جهان بین‌الذهانی مشترکی با دیگر افراد جامعه داشته باشند برای خود اجتماعی کوچکی را می‌سازند که بتوانند به بهبودی معنادان و در بهبودی ماندن خود کمک کنند. لازم به ذکر است که ساختارهای شبکه روابط اجتماعی خانواده‌های معنادان گمنام (نارانان و سیمانان) و کنگره ۶۰ (همسفران) ساختارهایی همانند «معنادان گمنام» NA و مسافران کنگره ۶۰ دارند. در این قسمت، براساس نتایج تحقیق دو نوع شبکه روابط اجتماعی متفاوت کنگره ۶۰ و NA را ارزیابی می‌کنیم.

ساخت شبکه روابط اجتماعی از بالا به پایین و سلسله مراتبی (کنگروه ۶۰)

کنگروه ۶۰ در ایران نمونه‌ای از شبکه سلسله مراتبی است. دژاکام موسس کنگره ۶۰، در این شبکه، وجهه‌ای کاریزماتیک دارد، و نقش‌ها تا رده‌ای خاص انتصابی هستند. کنگره ۶۰ دارای ۶ نقش کلیدی است و متشکل از شعبه‌هایی است که همه آن‌ها ساختار مشابه و خوشه‌های هرمی شکل دارند (گراف ۱). شبکه هرمی برای تکنیک‌های رفتار درمانی (تنبیه و تشویق) مناسب است.

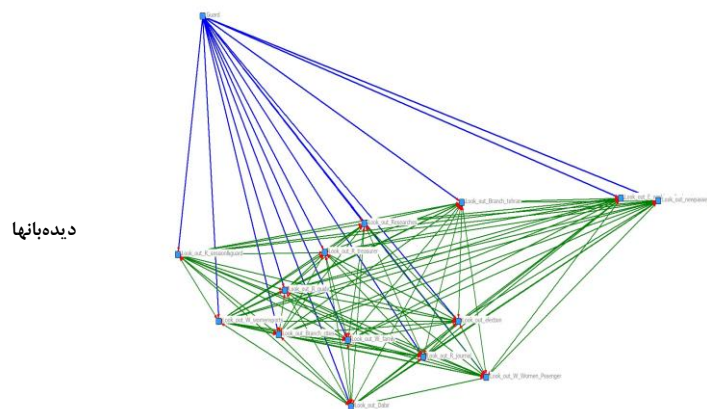
در کنگره ۶۰ نقش‌ها و وظایف به شرح زیر هستند:

- **نگهبان** بالاترین جایگاه و نقش در کنگره ۶۰ است. هم اکنون دژاکام بنیانگذار کنگره ۶۰، در این جایگاه قرار دارد.

- **دیده‌بان‌ها** همراه با نگهبان اعضای پارلمان^۱ کنگره ۶۰ را تشکیل می‌دهند و مسئول برنامه‌ریزی و سیاست‌گذاری‌ها کنگره ۶۰ هستند. هر دیده‌بان (سرپرست)، مسئولیت بخش مشخصی را بعهده دارد. بخشها به طور مثال عبارتند از: تحقیقات، جهان بینی، خانواده، روابط عمومی،

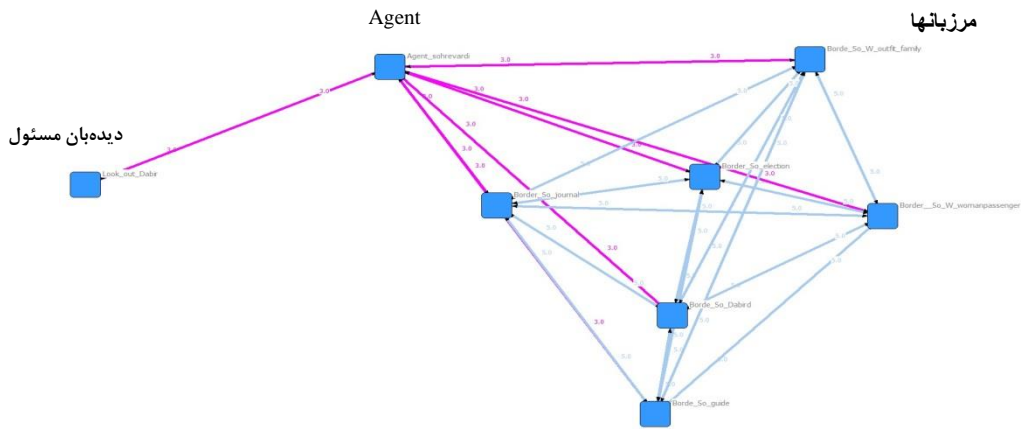
^۱ تمامی اسامی نقش‌ها و اصطلاحات به همین صورت در کنگره ۶۰ بکار می‌روند.

ورزش، راهنمایان و خانمهای مسافر. همچنانکه در گراف ۱ دیده می شود، رابطه بین نگهبان (در راس هرم) با دیده بانها یک رابطه یکطرفه است (پیوندهای آبی رنگ). اما رابطه بین دیده بانها بایکدیگر دوطرفه و افقی است (پیوندهای سبز رنگ).



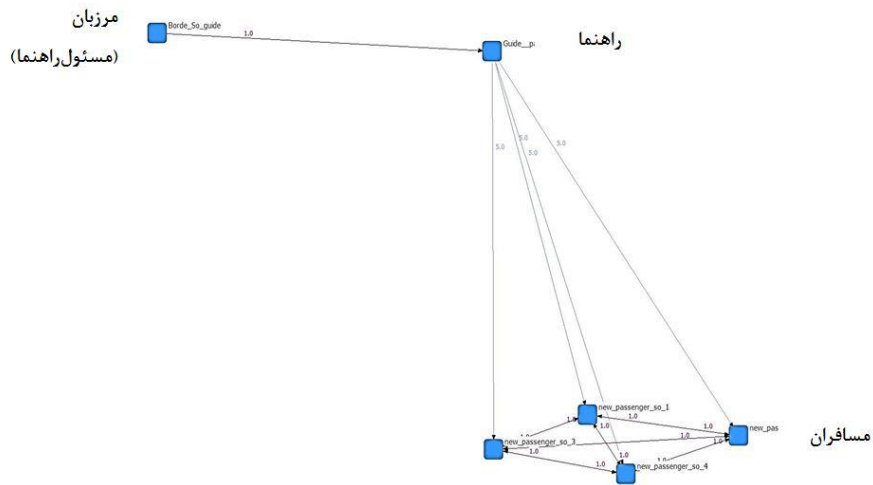
گراف ۱. رابطه بین نگهبان با دیده بانها (پارلمان)

مرزبانها تیمهای اجرائی ۷ نفره هستند که توسط اعضای هر شعبه برای مدت یکسال انتخاب می شوند و مسئول برقراری قوانین در هر شعبه می باشند. گراف ۲ رابطه مرزبانهای شعبه سهروردی را که یک تیم ۷ نفره هستند، نشان می دهد. یکی از مرزبانها با عنوان Agent (در راس هرم) با دیده بانها در ارتباط است.



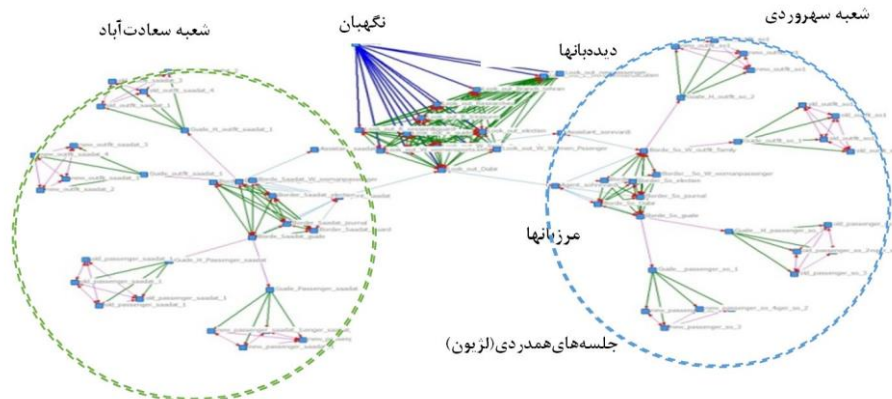
گراف ۲. رابطه مرزبان‌ها با یکدیگر و با دیده‌بان مسئول

- راهنماها جلسه‌های همدردی (لژیون)، را اداره می‌کنند، و با مسافران در رابطه مستقیم هستند، و بر پروسه درمان مسافران نظارت می‌کنند (گراف ۳).
- مسافران، معتادانی هستند که به دنبال درمان و رهایی از اعتیاد می‌باشند و برای درمان به کنگره ۶۰ پیوسته‌اند (گراف ۳).



گراف ۳. ساختار شبکه روابط بین راهنما و مسافران

همسفر یکی از اعضای خانواده یا دوست و آشنای مسافر است که در مسیر بهبودی معتاد(مسافر) را، همراهی می کند و در فعالیتهای کنگره ۶۰ شرکت می کند. شبکه روابط اجتماعی شعبه های سهروردی و سعادت آباد و پارلمان کنگره ۶۰ (نگهبان و دیده بانها) در گراف ۴ ترسیم شده است. تعداد گره ها ۷۳ و خوشه ها همرمی شکل هستند. دیده بانها، مرزبانها، نمایندگان (Agent) و راهنماها همگی، معتادان بهبود یافته و از فارغ التحصیلان آکادمی کنگره ۶۰ هستند که به صورت داوطلبانه مشغول به خدمت هستند.



گراف ۴. شبکه روابط اجتماعی کنگره ۶۰

پارلمان (نگهبان و دیده بانها) در شعبه های سهروردی و سعادت آباد

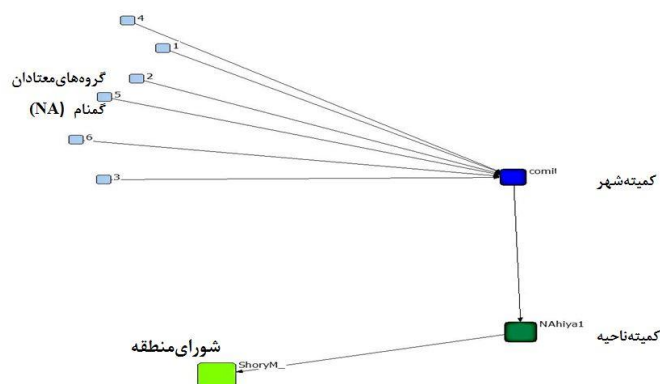
در جلسه عمومی مسافران شرکت کردم در بالای سالن سه نفر از مسافران پشت میزی نشسته بودند. با نقش های استاد جلسه، نگهبان جلسه و دبیر جلسه. برگردن آنها شالی بزرگ زرد بود. بعضی از مسافران با عنوان مسئول پذیرایی در اطراف سالن ایستاده بودند. تمامی مسافران با ظاهری مرتب شرکت کرده بودند، که از مسئولیتهای فردی آنها است.

ساخت شبکه روابط اجتماعی خودجوش و از پایین به بالا (NA)

انجمن معتادان گمنام NA در ایران نمونه ای از شبکه روابط اجتماعی هستند که از پایین به بالا شکل گرفته اند. گروه های معتادان گمنام و خدماتی NA بشرح زیر هستند:

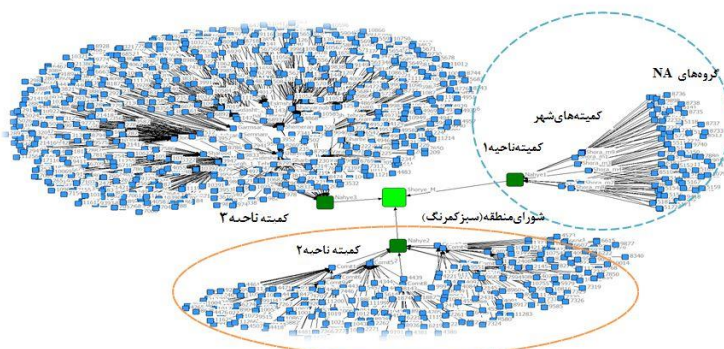
- گروه‌های معتادان گمنام، شامل معتادان گمنامی است که داوطلبانه می‌خواهند اعتیاد خود را ترک کنند، ویا در حال بهبودی هستند. این گروه‌ها بنیان و اساس NA هستند. وظیفه اصلی این گروه‌ها برگزاری جلسه‌های همدردی، و جلسه‌های اداری برای تصمیم در باره امور داخلی گروه است.
 - کمیته خدماتی شهری، شامل رابط‌های بین گروه‌های معتادان گمنام در یک شهر و یا یک منطقه در کلان شهرها است. این کمیته کمک می‌کند که گروه‌ها بتوانند تجارب خود را بایکدیگر در میان بگذارند و به وظایف خود بهتر عمل کنند.
 - کمیته ناحیه، شامل رابط‌های کمیته شهری است. این کمیته کمک می‌کند تا مشکلات کمیته‌های خدماتی شهری بررسی و حل شوند.
 - شورای منطقه، شامل رابط‌های نواحی در کل کشور است. وظایف شورای منطقه ایجاد هماهنگی بین نواحی، پاسخگویی به سئوالات، تامین و هماهنگی خدمات از طریق برگزاری کارگاه‌های آموزشی-خدماتی، در اختیار قرار دادن نشریات و جزوه‌های خدماتی، مشخص کردن نقاط ضعف و قوت فعالیت‌های خدماتی است. جلسات شورای منطقه ایران هر ۲ ماه یکبار به صورت ۲ روزه در روزهای پنجشنبه و جمعه اول هر ماه برگزار می‌شود. گرداننده شورای منطقه باید حداقل ۷ سال پاکی مداوم و حفظ پاکی در طول مدت خدمت داشته باشد.^۱
 - کمیته خدمات جهانی، مسئول ارتباط جهانی و ترجمه نشریه‌ها است.
- از به هم پیوستن نمایندگان گروه‌های معتادان گمنام، کمیته‌های خدماتی شهری و از به هم پیوستن نمایندگان کمیته‌های خدماتی شهری، کمیته ناحیه و از به هم پیوستن نمایندگان کمیته ناحیه، شورای منطقه به وجود می‌آید (گراف ۵). تشکیل گروه‌ها خودجوش است و هر معتاد بهبود یافته می‌تواند گروه معتادان گمنام را به وجود بیاورد و نماینده خود را به کمیته شهری بفرستد.

^۱ <http://na-iran.org/> - اساسنامه شورای منطقه ایران



گراف ۵. روابط بین گروه‌های معتادان گمنام، کمیته خدماتی شهر، کمیته ناحیه و شورای منطقه

شبکه روابط اجتماعی NA در نواحی تهران و سمنان، مازندران و آذربایجان غربی در گراف ۶ ترسیم شده است.



گراف ۶. شبکه روابط اجتماعی NA در سه ناحیه مورد مطالعه تهران و سمنان، مازندران و آذربایجان غربی

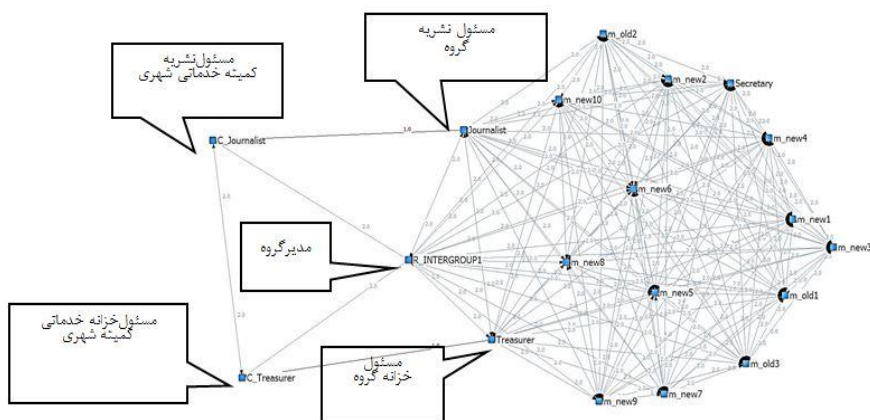
نقش‌ها در گروه‌های انجمن معتادان گمنام

نقش‌ها در شبکه روابط اجتماعی NA بسیار مهم هستند و جنبه درمانی دارند و معتادان در حال بهبودی از طریق آن هویت، امید و اعتماد به نفس را کسب می‌کنند و مسئولیت‌پذیر می‌شوند.

نقش‌ها در گروه‌های معتادان گمنام، کمیته خدماتی شهر و دیگر کمیته‌های انجمن معتادان گمنام به شرح زیر هستند:

- منشی
- مسئول نشریات
- مسئول مالی
- سخنران
- خوشامدگو

این نقش‌ها به صورت دوره‌ای در بین اعضای گروه‌ها و کمیته‌ها می‌چرخند، منشی و سخنران در هر جلسه فرق می‌کند، اما دوره کاری مسئول نشریات و مسئول مالی طولانی‌تر است. در انجمن‌های خانواده معتادان گمنام هم همین نقش‌ها وجود دارند. گراف ۷ ساختار روابط بین اعضای گروه معتادان گمنام و کمیته شهر (کمیته خدماتی) را نشان می‌دهد. همان‌طور که دیده می‌شود، روابط بین اعضای گروه معتادان گمنام، افقی و دوطرفه است. علاوه بر نماینده گروه که عضو کمیته شهر است و مسائل گروه را به کمیته شهر انتقال می‌دهد، مسئول نشریه و مسئول مالی هر گروه هم با مسئول نشریه و مسئول مالی در کمیته شهر رابطه مستقیم دارند.



گراف ۷. رابطه بین اعضای گروه معتادان گمنام با کمیته خدماتی شهر

مقایسه شاخص های درجه مرکزیت، تراکم، وسط بودگی و ضریب خوشه ای با نتایج گرافها همخوانی دارد. شاخص درجه مرکزیت/قدرت کنشگران مرکزی و محوری در یک شبکه را نشان می دهد که نقش مهم تری در اتخاذ سیاست ها و برنامه ریزی دارند. نتایج تحلیل شبکه نشان داد که شاخص درجه مرکزیت^۱ انجمن معتادان گمنام برابر با ۰.۰۰۰ است. که نشان می دهد در این شبکه کنشگر محوری وجود ندارد. این شاخص در کنگره ۶۰ برابر با ۰.۱۲۶ است که نشانه وجود کنشگران محوری (نگهبان و دیده بان ها) در کنگره ۶۰ است. همچنین شاخص تراکم^۲ شبکه کنگره ۶۰ برابر ۰.۰۸۶ و انجمن معتادان گمنام برابر ۰.۰۰۱ است که نشان می دهد توزیع پیوندها در NA یکنواخت تر است. شاخص وسط بودگی^۳ نشانه کنشگرانی است، که به دلیل موقعیت شان در ساختار شبکه می توانند به عنوان میانجی عمل کنند. در کنگره ۶۰ شاخص وسط بودگی برابر با ۰.۱۲۸ و در NA مساوی ۰.۰۰۱ است که نشان می دهد معتادان بهبود یافته در NA از موقعیت یکسانی در ساختار شبکه برخوردارند.

مقدار ضریب خوشه ای نشان دهنده این است که شبکه ها در اطراف چند گره خوشه بندی شده اند. ضریب خوشه ای انجمن معتادان گمنام برابر با صفر است، در حالی که ضریب خوشه ای کنگره ۶۰ برابر با ۲.۸۸ است. در کنگره ۶۰ نگهبان و دیده بانها بیشترین ضریب خوشه ای را دارند و شبکه ها در اطراف آنها خوشه بندی شده اند.

جدول ۳. شاخص های مرکزیت و وسط بودگی کنگره ۶۰ و NA

شاخص	انجمن معتادان گمنام	کنگره ۶۰
میانگین درجه	۰.۹۹۹	۶.۴۶۸
درجه مرکزیت	۰.۰۰۰	۰.۱۲۸
تراکم	۰.۰۰۱	۰.۰۸۶
وسط بودگی	۲.۸۹۴	۷.۴۸۱
وسط بودگی	۰.۰۰۰	۰.۱۳۱
ضریب خوشه ای	۰.۰۰۰	۲.۸۸۶

^۱ Degree centrality

^۲ Density

^۳ nBetweenness

هنجارها

هنجارها یکی از عناصر بنیادی گروه‌ها و شبکه‌های روابط اجتماعی‌اند. چون انگیزه می‌دهند، تعاملات اجتماعی را سامان می‌دهند و پاسخ‌های دیگران را قابل پیش‌بینی و معنی‌دار می‌کنند و رفتارهای اعضای گروه را تنظیم می‌کنند. بر اساس نتایج، هنجارها باعث انسجام کنگره ۶۰ و NA می‌شوند و رفتار معنادان در حال بهبودی را در جلسه‌ها نظم و سامان می‌دهند و آنها را مسئولیت‌پذیر و جامعه‌پذیر می‌کنند.

هنجارها در کنگره ۶۰

شبکه کنگره ۶۰ سلسله‌مراتبی است. هنجارها تعیین‌شده و تجویزی هستند. در شروع و پایان هر جلسه، حرمت‌های (هنجارهای) جلسه قرائت می‌شوند. هنگام خواندن حرمت‌ها هیچ کس حق ندارد، وارد جلسه بشود. رعایت حرمت‌ها، تعهد اعضا را به کنگره ۶۰ نشان می‌دهد. اگر ابهام یا مشکلی درباره هنجارها پیش بیاید در جلسه‌هایی که در رده‌های مختلف وجود دارند، ابهامات یا مشکلات مطرح و حل می‌شوند.

در جلسه همسفران، نرگس به عنوان نگهبان جلسه، حرمت کنگره ۶۰ را قرائت کرد: «حرمت یعنی شما کنگره‌ای‌ها باید از دروغ گفتن، سرزنش کردن و الفاظ ناشایست، بحث سیاسی، پوشش نامناسب، ارتباط افراد در خارج از جلسه، دادن پول یا وام دوری کنید». مشاهدات محقق در جلسه مسافران حاکی از آن است که هنگام خواندن حرمت‌های کنگره نباید کسی وارد جلسه و یا از آن خارج شود.

هنجارها در NA

نتایج میدانی تحقیق نشان می‌دهد که هنجارهای جلسه تحت عنوان آیین‌نامه‌ها و مقررات در هر جلسه قرائت می‌شوند، که به نهادینه‌شدن هنجارها کمک می‌کند و اعضای جدید نیز با هنجارها آشنا می‌شوند. همچنین اعضای قدیمی‌تر گروه با رعایت هنجارها، این هنجارها را به اعضای جدید انتقال می‌دهند. انجمن معنادان گمنام برای هنگامی که ابهام یا تخطی در هنجارها به وجود بیاید، راهکاری را پیش‌بینی کرده‌است که به شرح زیر است:

هرعضو گروه براساس وجدان فردی موظف است که اگر ناهنجاری یا تخطی در گروه دید آن را مطرح کند تا با وجدان جمعی گروه تصمیم گرفته شود و یا اینکه اگر نیاز به مشورت بود توسط رابط بین گروهی به کمیته شهر ارجاع شود.

نتایج میدانی نشان می‌دهد که اعضای گروه‌ها بویژه گروه‌های خانواده معتادان نارائان و سیمانان بر رعایت سنت‌ها بسیار تاکید دارند:

سنت‌های دوازدهگانه^۱ به رفتار گروه‌های معتادان گمنام نظم می‌دهد و مراقب است که گروهها از هدف اصلی خود که بهبودی است، دور نشوند. این سنتها در جهت تحکیم، انسجام و استقلال گروه هستند. گروه‌های معتادان گمنام وظیفه دارند که این سنتها را رعایت کنند. از جمله سنت هایی که لازم است رعایت شوند می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- منافع مشترک ما بایست در راس قرار گیرد. بهبودی شخصی به وحدت NA بستگی دارد.
- در ارتباط با هدف گروه ما تنها یک مرجع نهایی وجود دارد، خداوندی مهربان... رهبران ما فقط خدمتگزاران مورد اعتماد ما می‌باشند آنها حکومت نمی‌کنند.
- تنها لازمه عضویت تمایل به قطع مصرف است.
- هر گروه بایست مستقل باشد باستثناء مواردی که عملکرد گروه بر گروه‌های دیگر و NA در کل اثر بگذارد.

قدم‌های دوازدهگانه^۲ به معتادان کمک می‌کند که سبک زندگی خود را تغییر بدهند. مصرف مواد یک سبک زندگی و یا به گفته لویناس خود یک «نوع زیستن» (لویناس، ۱۳۹۳: ۳۶) است، به عبارتی معتاد برای روبرو شدن با زندگی و مشکلات، مصرف مواد را انتخاب کرده است و برای درمان اعتیاد باید سبک زندگی خود را تغییر دهد. هر معتاد خواهان بهبودی برای رهایی از اعتیاد، باید مسیری را طی کند که از قدم اول که اعتراف به اعتیاد است، شروع می‌شود تا به قدم دوازدهم برسد. در قدم دوازدهم او درمان شده است و اکنون او است که باید پیام بهبودی را به معتادی

^۱ ر.ک. معتادان گمنام: کتاب پایه: کمیته نشریات خدمات جهانی (ان-ای) مترجم: کمیته ترجمه تهران: کیمیا اثر ۱۳۸۸.

^۲ ر.ک. راهنمای کارکرد قدم، تهیه شده توسط کمیته نشریات خدمات جهانی (ان-ای): مترجم کمیته ترجمه، تهران: کیمیا اثر ۱۳۸۸.

دیگر که در عذاب است برساند. این قدم‌ها برای معتادان بهبود یافته جنبه آیینی دارد و مسئولیت‌پذیری آنان را به نمایش می‌گذارد.

قدم اولی که معتادان باید بردارند این است که ۹۰ روز در جلسه‌های NA شرکت کنند، برای شرکت در جلسه لازم نیست اعتیاد را ترک کرده باشند. ولی باید قبل از شرکت در جلسه مصرف نکنند و مواد و یا وسایل مصرف را به همراه نداشته باشند. در این ۹۰ جلسه می‌تواند فقط گوش بدهد. براساس مشاهدات محقق، معتادان تازه وارد در جلسه‌های اول گیج هستند و با ناباوری به حرفهای معتادان بهبود یافته گوش می‌دهند. اتفاقی که می‌افتد این است که اولاً شرکت در ۹۰ جلسه نشان دهنده این است که از مصرف مواد خسته شده‌اند که از نظر روانپزشکان و معتادان بهبود یافته شرط لازم برای ترک اعتیاد است. در ضمن با شرکت در جلسه NA، معتاد کارتن خواب با کسانی آشنا می‌شود، که تجربه مشترک با او دارند با یک تفاوت که آنها توانسته‌اند اعتیاد خود را ترک کنند. او با شنیدن صحبت‌های آنها، به بهبودی امیدوار می‌شود و بتدریج خود را عضوی از انجمن NA می‌داند.

عظیم معتاد بهبود یافته در مورد جلسات NA می‌گوید: «ما با شرکت در جلسه‌های انجمن معتادان گمنام یاد می‌گیریم که مسئولیت‌پذیر باشیم با لباس مرتب، و ظاهر مرتب در جلسه‌ها شرکت کنیم. کارهای شخصی خود را انجام دهیم و مسئولیت‌های فردی خود را قبول کنیم، تا اگر با مسئولیت‌های اجتماعی روبرو شدیم آدم‌های مفیدی باشیم. ما یاد می‌گیریم درست و آگاهانه زندگی کنیم».

محرم معتاد بهبود یافته دیگر می‌گوید: «معتادان در حال بهبودی قبل از ورود به جامعه باید مهارت‌ها را یاد بگیرند و با شرکت و خدمت در جلسات مسئولیت‌پذیری فردی خود را بالا ببرند».

نمادها و مراسم آیینی

نمادها به حس تعلق معتادان «در حال بهبودی» به یک گروه اجتماعی و هویت‌یابی آنها و انسجام گروه کمک می‌کنند. به همین دلیل برای آنها جنبه درمانی دارند. همچنین اجرای مراسم آیینی به صورت جمعی به آنها کمک می‌کند که بر ترسها و اضطرابهای خود غلبه کنند و به تلاش آنها برای رهایی از اعتیاد جنبه تقدس و حماسی می‌دهد.

نمادها و مراسم آیینی در NA

آرم و لوگوهای NA

آرم و لوگوهای NA آنرا از گروه‌های اجتماعی دیگر متمایز می‌کند. حس تعلق رابه یک گروه اجتماعی در بین معتادان در حال بهبودی NA بوجود می‌آورند.

تشکیل حلقه انسانی و دعای آرامش

معتاد فردی است که قبل از مصرف مواد «بیماری ذهنی اعتیاد» (شیخ انصاری، ۱۳۹۸: ۱۶۷) داشته است، بعبارتی او فردی است که از مواجهه بازندگی، ناملایمات و روبرویی با آینده واهمه دارد، واز زیستن هراس دارد(لویناس، ۱۳۹۳: ۴۳). دعای آرامش جایگزینی برای اضطراب معتاد در حال بهبودی در هنگام روبرویی با واقعیتها و ناملایمات زندگی است. او باید هر روز آن را یادآوری کند، تا به عنوان یک آیین و باور برایش نهادینه شود. در آخر جلسه، معتادان در حال بهبودی حلقه‌ای تشکیل می‌دادند و دست‌های همدیگر را می‌گرفتند و دعای آرامش رابه طور جمعی می‌خواندند.

«خداوندا آرامشی به من عطا فرما تا بپذیرم آنچه راکه نمی‌توانم تغییر بدهم و شهادتی بده تغییر بدهم آنچه راکه می‌توانم و دانشی راکه تفاوت این دو را بفهمم».

سکوت برای معتادانی که در عذابند

در ابتدای جلسه باز NA اعلام کردند «با نام خدا و سکوت ۲۰ تا ۳۰ ثانیه برای معتادانی که هنوز در عذابند» و همه سکوت کردند و بدین وسیله همدردی خود را با تمامی معتادان گمنام جهان اعلام کردند.

نمادها و مراسم آیینی در کنگره ۶۰

آرم کنگره ۶۰

آرم کنگره ۶۰، این گروه رابه عنوان یک گروه اجتماعی از گروه‌های دیگر متمایز می‌کند و به اعضای آن، حس تعلق به یک گروه اجتماعی را منتقل می‌کند، آرم کنگره ۶۰ بر تمامی نشریات آن قرار دارد.

رنگ شال‌ها

همانطور که گفته شد ساخت شبکه روابط اجتماعی در کنگره ۶۰ هرمی شکل است و نقش‌ها سلسله‌مراتبی هستند. جایگاه و موقعیت هر فرد در این سلسله‌مراتب را نقش او تعیین می‌کند، که بر اساس سالهای پاکی (ترک اعتیاد) و میزان فعالیتهای فرد، به او داده می‌شود. نقش‌ها در کنگره ۶۰ با شال‌هایی به رنگهای متفاوت که بردوش انداخته می‌شوند، مشخص و از یکدیگر متمایز می‌شوند. این تمایز که مقایسه اجتماعی صعودی و نزولی بین مسافران را امکان پذیر می‌کند، از تکنیکهای رویکرد رفتار درمانی هم هست (جی، برگر، ۱۳۹۵: ۴۲۱).

سکوت

اعلام سکوت در جلسه‌ها به تلاش مسافران در کنگره ۶۰ برای رهایی از اعتیاد جنبه تقدس و حماسی می‌دهد.

«ساعت ۵ صدای زنگ شروع جلسه زده شد. نرگس یکی از مسافران که مدیریت جلسه را بر عهده داشت، گفت: «برای رهایی از جهل ۱۴ ثانیه سکوت کنید.» و حاضرین ۱۴ ثانیه سکوت کردند. او ادامه داد: ما مسافرانی هستیم که از تاریکی به روشنایی و از ترس به شجاعت و از کفر به ایمان حرکت می‌کنیم.»

سرود

تشکیل حلقه انسانی و خواندن سرود، در آخر جلسه یکی از نمادهایی است که حس تعلق و هویت را در اعضای گروه بوجود می‌آورد و باعث انسجام گروه می‌شود. محتوای سرود نیز به گونه‌ای است که، به سفر آنها به سمت رهایی از اعتیاد، جنبه تقدس و حماسی می‌دهد و به آنها کمک می‌کند که بر ترسهای خود غلبه کنند.

نقاشی‌ها و نوشته‌ها بر دیوار

بر دیوار سالن محل برگزاری جلسه‌ها در شعبه سه‌رودی کنگره ۶۰، حالت‌های روحی و روانی مسافر در مسیر سفر خود به سمت رهایی (۱۴ وادی) نقاشی شده است. ۱۴ وادی^۱ کنگره ۶۰ از ۱۲ قدم NA الهام گرفته شده و تکنیک‌هایی برای تغییر سبک زندگی مسافران است.

۱. ر.ک. دژاکام، حسین، (۱۳۹۵)، چهارده مقاله: صورت مسئله اعتیاد و درمان آن، انتشارات کنگره ۶۰.

مقایسه نمادها و هنجارهای کنگره ۶۰ و NA

نتایج تحقیق نشان می‌دهد که نمادها و هنجارهای کنگره ۶۰ با شبکه سلسله‌مراتبی آن همخوانی دارند. در کنگره ۶۰ نقش‌ها پسوند «بان» دارند. پسوند «بان» ریشه پهلوی دارد و به معنای نگهبانی و حفاظت است، به عبارتی عده‌ای نیاز به مراقبت و یا محافظت عده‌ای دیگر دارند. نگهبان در شبکه سلسله‌مراتبی کنگره ۶۰ بالاترین جایگاه و موقعیت را دارد و به‌عنوان ریشه کنگره ۶۰ و کسی که خیرخواه دیگران است، معرفی می‌شود. بر اساس حرمت‌های کنگره ۶۰، مسافران نباید به یکدیگر شماره تلفن بدهند و درانتخاب راهنما آزاد نیستند. درجلسه‌های آموزشی، کتابهای موسس کنگره ۶۰، وجهان بینی خاصی تدریس می‌شود، و از تکنیک‌های تشویق و تنبیه برای یادگیری استفاده می‌شود.

درانجمن معتادان گمنام از واژه خدمتگزار برای نقش‌ها استفاده می‌شود. معتادان گمنام درانتخاب راهنما و جهان بینی، و دادن شماره تلفن به یکدیگر آزاد هستند. نشریه‌ها براساس نوشته و تجارب معتادان گمنام درجهان تهیه می‌شوند. این الگوی رفتاری با شبکه دایره‌ای جلسه‌های NA همخوانی دارد.

۲. کارکردهای شبکه روابط اجتماعی کنگره ۶۰ و NA

در این سطح از تحلیل ویژگی‌های درمانی جلسه‌های همدردی و آموزشی مشارکتی کنگره ۶۰ و NA ارزیابی شدند.

حمایت‌های اطلاعاتی و شناختی

معتاد کسی است که مهارت مواجهه و رویارویی با واقعیت‌های زندگی را نداشته یا به دنبال لذت‌بردن از هیجان‌های غیرمتعارف بوده است و هنجارهای بازدارندگی در او ضعیف است. بعضی از آن‌ها هم به دلیل والدین معتاد الگوی رفتاری به جز اعتیاد را بلد نیستند و نمی‌دانند مواد چه تاثیرهایی بر جسم، روح و روان آن‌ها دارد. وسوسه مصرف مواد همیشه با آن‌ها است. به همین دلیل لازم است که مهارت‌های زندگی، مقابله با خشم و وسوسه را یاد بگیرند. از اثرات مخرب مواد اعتیادآور و مسئولیت‌هایشان در برابر خود و خانواده آگاه شوند، و باورهای نادرستی که باعث اعتیاد می‌شوند را بشناسند. نتایج کیفی تحقیق نشان می‌دهد انجمن معتادان گمنام، و کنگره ۶۰ با انتشار

جزوه، قراردادن مطالب آموزشی بر سایت، برگزاری جلسه‌های آموزشی مشارکتی، آگاهی معنادان در حال بهبودی و خانواده آنها را ارتقاء می‌دهند.

حمایتهای اطلاعاتی و شناختی کنگره ۶۰ و NA منطبق با اهداف رویکردهای درمانی شناختی ارائه می‌شوند. رویکردهای درمانی شناختی با تغییر افکار و ارتقای آگاهی و تغییر باورهای بنیادین به درمان مراجعان می‌پردازند (تویت، یانگ، ۱۳۹۴: ۱۴۶).

نتایج میدانی تحقیق نشان می‌دهد که مدرسان و مربیان گروه‌های آموزشی مشارکتی کنگره ۶۰ از معنادان بهبود یافته هستند. در جلسه‌های عمومی کنگره ۶۰ موضوع سخنرانی از قبل مشخص می‌شود و اعضای گروه موظف هستند که سی‌دی‌های آن را تهیه کنند و با آمادگی در جلسه شرکت کنند. سخنران جلسه که یکی از مسافران بهبود یافته است درباره آن موضوع صحبت می‌کند و سپس به مسافران برای مشارکت و اظهار نظر درباره موضوع وقت داده می‌شود.

در یکی از جلسه‌های عمومی کنگره ۶۰، فاطمه در خصوص موضوع جلسه صحبت کرد، او گفت: «صورت جلسه آداب معاشرت، ادب و بی‌ادبی و تعادل است. آداب معاشرت چیست؟ آداب یا روش آداب کنگره چیست؟ حرمت و قوانین است...».

بعد از توضیحات فاطمه، مسافران داوطلب دست بلند می‌کردند و هر کدام تجربه و نظر خود را درباره آداب معاشرت می‌گفتند...

سپیده، یک مسافر ۳۵ ساله بسیار مرتب، گفت:

«من ۱۵ سال تو اعتیاد بودم. من با مصرف‌کننده‌ها معاشرت می‌کردم ما هم خانواده داریم ولی متأسفانه از خانواده فاصله می‌گیریم. آداب معاشرت و ادبیات من مخصوص آن جمع بود. وقتی وارد کنگره شدم حتی نشستن روی صندلی را بلد نبودم و خانواده من را بی‌ادب می‌دانستند من ابتدا طرز رفتار و نشستن آنها را می‌دیدم و یاد می‌گرفتم. خیلی رفتارم عوض شد و توانستم با کسانی معاشرت کنم که مرتبه بالای اجتماعی دارند و خدا را شکر می‌کنم.»

بر اساس مشاهدات محقق، اعضای گروه به رفتارهای غیرکلامی همدیگر توجه دارند و از نوع پوشش، آرایش مو و نحوه صحبت کردن هم تاثیر می‌گیرند.

حمایتهای اجتماعی (مقایسه اجتماعی صعودی و نزولی)

معتادان در حال بهبودی با شرکت در جلسه‌های همدردی، آموزشی مشارکتی بر احساسات شکست، تنها بودن و ناامیدی خود چیره می‌شوند. در ابتدا آنها احساس می‌کنند، فقط خودشان چنین

مشکلاتی دارند. اما وقتی خود را بادیگران مقایسه می‌کنند، متوجه می‌شوند که مشکلاتشان عمومیت دارد.

مقایسه اجتماعی سعودی: امید

مقایسه اجتماعی سعودی راه و رسم کنار آمدن با شرایط و امیدوارتر شدن را به ما می‌آموزد. نتایج مصاحبه عمیق با معتادان بهبود یافته نشان می‌دهد که بسیاری از معتادان به دلیل تجربه ترک‌های ناموفق امید خود را به ترک اعتیاد و بازگشت به اجتماع از دست می‌دهند و به دنبال راهی هستند که بتوانند راحت‌تر مواد مصرفی خود را تهیه کنند تا زمان مرگشان برسد. شرکت در گروه‌های معتادان گمنام و دیدن معتادان بهبود یافته که موفق به ترک شده‌اند به آن‌ها امید می‌دهد.

در جلسه عمومی کنگره ۶۰، گیتی دبیر جلسه می‌گوید:

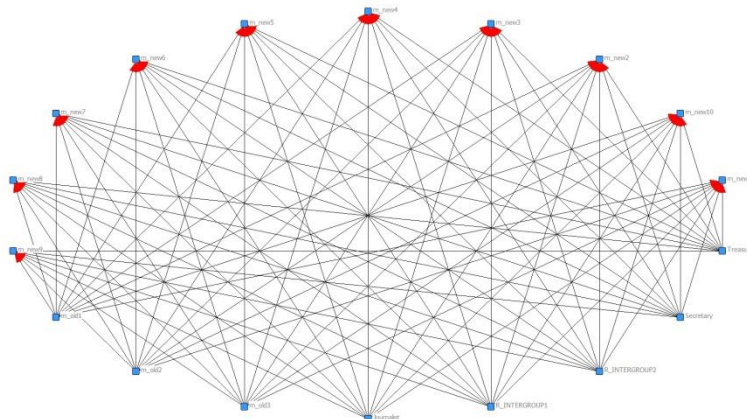
«من گیتی هستم یک مسافر، جلسه قبل، تولد هفت سالگی زری را تبریک گفتیم او ... ترک اعتیاد کرد و به استقلال مالی رسید. در قسمت مرزبانی خدمت می‌کند، امیدواریم که به ارزشهای خود ادامه دهد». در جلسه عمومی NA، یک معتاد در حال بهبودی می‌گوید: «سلام من اعظم هستم یک معتاد و خدا را شکر می‌کنم که توانستم خدمت کنم، من ۴ روز دارم که به ۱۱ سالگی ام^۱ برسم من الان رهجو دارم قدمها و سنتها را رعایت می‌کنم من از خدا سپاسگزارم». ظفر در رابطه با شرکت در جلسه می‌گوید: «وقتی اولین بار به جلسات NA رفتم و افرادی مثل خودم و بدتر از خودم را دیدم که ترک کرده‌اند، فهمیدم ترک امکان‌پذیر است. حرف‌هایی که در آنجا می‌شنیدم همان حرف‌هایی بود که روان‌شناس قبلاً به من گفته بود ولی نمی‌فهمیدم». ظفر گفت: «هر معتادی که به ترک فکر می‌کند. باید امید به ترک داشته باشد و بتواند با روش درمانی خود ارتباط برقرار کند».

صادق می‌گوید: «به شرطی می‌توانیم پاک بمانیم... که در گروه باشیم فکر کنید که من در یک راه تاریک دارم راه می‌روم و می‌ترسم، وقتی می‌بینم یکی در کنارم است جرات پیدا می‌کنم. وقتی می‌بینم چند نفر هستند، جراتم بیشتر می‌شود».

پرویز می‌گوید: «فرد در حال بهبودی... یک چیز را باید همیشه بکار ببرد و آن ارتباط با دیگران است. ارتباط با دیگران (معتادان بهبود یافته) باید یک فرایند همیشگی در زندگی‌اش باشد که به او کمک می‌کند، تا از انواع وابستگی‌های ناسالم رها شود».

^۱ آنها سال تولد خود را سالی می‌دانند که از اعتیاد رهایی پیدا کرده‌اند.

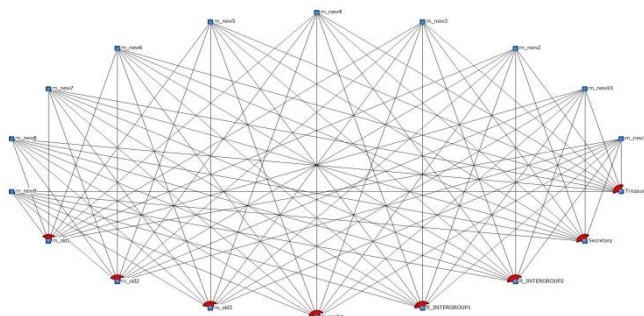
گراف ۸ انتقال حس امید در شبکه را نشان می دهد.



گراف ۸. انتقال حس امید از اعضای قدیم (گره های پایین) به اعضای جدید (گره های بالا)

مقایسه اجتماعی نزولی: عزت نفس

معتادان بهبود یافته NA و کنگره ۶۰ با مقایسه نزولی خود با اعضای جدید که معتادان در حال بهبودی هستند، عزت نفس شان بیشتر می شود، و برای پاک ماندن عزم شان راسخ تر می شود. در یکی از جلسات، افسانه به مسافران کنگره ۶۰ گفت: «وقتی به موقع به جلسه بیاییم، سفر اولی ها^۱ را می بینیم که آمده اند آشفته با جوراب لنگه به لنگه، ما یاد خودمان می افتیم و یاد می گیریم که خیلی تغییر کرده ایم». (گراف ۹)



گراف ۹. انتقال حس عزت نفس از اعضای جدید (گره های بالا) به اعضای قدیم (گره های پایین)

^۱ کسانی که به تازگی به کنگره ۶۰ پیوسته اند.

حمایت‌های احساسی و گشودگی

معتادان در حال بهبودی با شرکت در جلسه‌های همدردی NA و کنگره ۶۰ به گشودگی در برابر خود، دیگری و جهان می‌رسند.

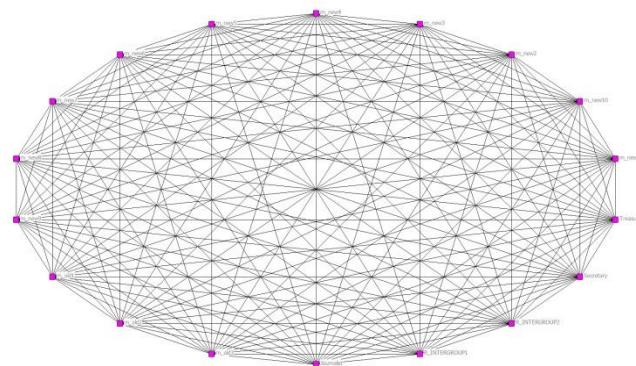
گشودگی در برابر خود

رابطه معتاد با خودش در طول سالهای اعتیاد قطع شده‌است و برای درمان و بازگشت به اجتماع باید ارتباط او با خودش مجدداً برقرار شود. او در جلسه‌های همدردی درباره احساسات، مشکلات، آرزوها و رویاهایش با معتادان در حال بهبودی صحبت می‌کند. صحبت در جلسه‌های NA و یا کنگره ۶۰ این فرصت را به او می‌دهد که رابطه‌اش با خودش مجدداً برقرار شود.

عظیم، یکی از معتادان بهبود یافته، می‌گوید: «وقتی به جلسه‌های NA آمدم حالم خوب می‌شد چون اونجا هم وقتی خودم را معرفی می‌کردم و می‌گفتم من یک معتادم برایم دست می‌زدند. بدون قضاوت تایید می‌شدم».

گشودگی در برابر خود در جلسه‌های همدردی معتادان گمنام NA

در گروه‌های معتادان گمنام NA، معتادان در حال بهبودی درباره احساساتشان با همدیگر صحبت می‌کنند و به گشودگی در برابر خود می‌رسند. شبکه روابط اجتماعی در این گروه‌ها به شکل دایره‌ای هم پیوند است. شبکه دایره‌ای نشان دهنده این است که پیوندها در کل شبکه یکسان توزیع شده‌است. اعضای قدیمی انجمن با اعضای جدید همه با هم در سطحی افقی در ارتباط هستند، و احساس همدردی و آرامش را به یکدیگر منتقل می‌کنند (گراف ۱۰).



گراف ۱۰. شبکه روابط در جلسه‌های همدردی NA

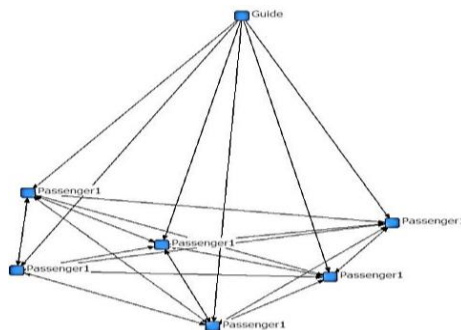
در جلسه نارنان، مادر جوان ۴۰ ساله ای بعد از معرفی خود، گفت: «من حالم خیلی بد است من خیلی بیمارم را سرزنش کردم» او در حالی که گریه می کرد، ادامه داد: «ولی امروز با خودم روبرو شدم که چرا من با دیگران و غریبه‌ها اینقدر خوبم و منطقی حرف می‌زنم ولی با نزدیکانم نمی‌توانم. به هر حال او عزیز من است و نتیجه تربیت من است و باید کنار بیایم...».

در جلسه سیمانان، مادری از ساعات تلخ و دردناکی که دیشب با همسرش سپری کرده بود، صحبت کرد. او گفت:

«همسرم به پسر من گفته بود که اگر ساعت از ۱۲ شب بگذرد، دیگر حق ندارد، خانه بیاید و در خانه بر روی او بسته است» او ادامه داد: «همسرم وقتی به پارک کنار منزلمان رفته بود دیده که پسرمان زیر پتو در کنار معتادان دیگر خوابیده است». او به گریه افتاد.

گشودگی در برابر خود در جلسه‌های همدردی کنگره ۶۰

در جلسه همدردی (لژیون) مسافران با بیان احساسات و مشکلاتشان، به گشودگی در برابر خود و دیگری می‌رسند. شکل شبکه روابط در لژیون‌ها هر می شکل هستند (گراف ۱۱). در این نوع شبکه، نقش راهنما محوری است، و به همین دلیل راهنما احساس رضایت و عزت نفس بیشتری را از جلسه‌ها کسب می‌کند. بر اساس مشاهدات محقق، این نوع شبکه کارآمدی جلسه‌های همدردی NA را برای معتادان در حال بهبودی ندارند. کنگره ۶۰ تاکید بیش از حدی بر آموزش، یادگیری و دیکته کردن جهان بینی خاصی را دارد. روش یادگیری در کنگره ۶۰ به شکل پیاده کردن مطالب سی‌دی‌های آموزشی بر کاغذ است. نتایج مشاهده مستقیم جلسه لژیون نشان می‌دهد که برخی از مسافران نتوانسته‌اند، با این جهان بینی که تحت عناوین صور ذهنی و ظاهری و یا نفس اماره عنوان می‌شوند، ارتباط برقرار کنند.



گراف ۱۱. شبکه روابط در گروه همدردی (لژیون) کنگره ۶۰

گشودگی در برابر دیگری

شرکت در جلسه‌های همدردی و آموزشی مشارکتی باعث می‌شود، که معتاد در حال بهبودی از خسارت‌هایی که به خود و دیگران وارد کرده است، آگاه شود، علاوه بر آن معتاد در حال بهبودی با ایفای نقش و قبول مسئولیت در انجمن معتادان گمنام و یا کنگره ۶۰ رابطه‌اش با دیگری مجدداً برقرار می‌شود. در روش درمانی کنگره ۶۰، یک عضو از خانواده و یا آشنایان بعنوان «همسفر» فرد معتاد را در مسیر بهبودی همراهی می‌کند، این روش باعث می‌شود که جهان بین‌الذهانی مشترکی بین فرد معتاد و خانواده‌اش (دیگری) دوباره شکل بگیرد.

در جلسه عمومی NA در خیابان جشنواره زن جوانی گفت: «من چیزی برای از دست دادن ندارم. به خاطر مصرف همه چیزم را از دست دادم. از خانواده خودم که در موقع مصرف به آنها خسارت زدم معذرت می‌خواهم».

گشودگی در برابر عین‌های جهان

در طی سال‌ها اعتیاد، ارتباط معتاد با جهان پیرامونش قطع شده و احساسات، غرائز و امیال او تحت تاثیر مصرف مواد قرار گرفته‌است. لذت مصرف مواد جای تمامی لذت‌ها و حتی احساس‌های دیگر را برای او گرفته‌است. در جلسه گروهی کلینیک ثامن یکی از معتادان در حال بهبودی درباره لذت مصرف مواد گفت: «هر چیزی ما را وسوسه می‌کند، مصرف کنیم. مثلاً در عروسی می‌گوییم چقدر خوب است که مواد بکشیم و بعد به مراسم عروسی برویم». در کنگره ۶۰ هر مسافر یک رشته ورزشی یا هنری را انتخاب می‌کند و آنرا انجام می‌دهد، مسافران در هنگام معرفی خود در جلسه‌های عمومی کنگره ۶۰ رشته ورزشی خود را نیز اعلام می‌کردند و در هر جلسه زمان و مکان برنامه ورزش صبحگاهی جلسه بعد اعلام می‌شد. بدین طریق آنها در مسیر بهبودی، با لذت‌های دیگر زندگی آشنا می‌شوند و به گشودگی در برابر «عین‌های جهان» (لویناس، ۱۳۹۳: ۵۵) می‌رسند.

گروه درمانی در کمپها و کلینیک‌های تخصصی ترک اعتیاد

نتایج مشاهدات محقق و مصاحبه با مسئولان کمپ‌های وردیج، چیتگر و ندای آرامش ورامین نشان می‌دهد، فعالین حوزه درمان، در سیاستگذاری برای کمپ‌ها، گروه درمانی را با سازوکارهای درمانی شبکه‌های روابط اجتماعی در NA و کنگره ۶۰ یکی دانسته‌اند.

دوره اقامت در کمپ، باعث می‌شود، معتادان کمی از زندگی روزمره خود که «مصرف برای زنده ماندن و زنده ماندن برای مصرف» است، فاصله بگیرند و از خسارتهایی که به خود و خانواده زده‌اند، آگاه شوند.

در جلسه عمومی NA زنی که تجربه کارتون‌خوابی داشت، گفت: «۲۱ سال معتاد بودم، هروئین و شیشه می‌کشیدم و روزی ۳ گرم هروئین مصرف می‌کردم. کارتون‌خواب شدم. توسط یک نفر از دوستانم به کمپ بهشت کوچک بومهن رفتم». او ادامه داد: «مادر بودن را از یاد برده بودم و با شرکت در کلاسهای کمپ به وظایفم درقبال فرزندانم پی بردم و بعد از ترخیص با شرکت در جلسه‌های NA توانستم پاک بمانم».

همچنین نتایج مشاهده‌مستقیم در کلینیک ثامن نشان داد که معتادان با حضور روانشناس در جلسه‌های همدردی درباره مشکلات خود صحبت می‌کردند و بعد از طی شدن دوره درمان جلسه‌های همدردی آنها هم تمام می‌شد.

نتایج تحقیق نشان می‌دهد که معتادانی که دوره درمان آنها در کمپها تمام می‌شود برای پاک ماندن، لازم است که با معتادان بهبود یافته در ارتباط باشند.

صادق که ۲۸ سال سابقه اعتیاد داشته و مدیر کمپ ندای آرامش ورامین است، می‌گوید: «فردی که از کمپ می‌رود باید در گروه باشد. بین دوستان بهبودی یافته باشد. معتاد تنها، محکوم به فنا است».

شبکه روابط اجتماعی جایگزین برای معتادان بهبود یافته و در حال بهبودی

شبکه‌های روابط اجتماعی در کنگره ۶۰ و NA برای معتادان در حال بهبودی که از خانواده و جامعه طرد شده‌اند، به عنوان یک شبکه جایگزین عمل می‌کنند.

ظفر، از مسئولان دفتر مرکزی NA، ۳۸ سال دارد. او در دوران دبیرستان یک دانش‌آموز نخبه بود. اعتیاد او از دبیرستان شروع می‌شود. به دلیل اعتیاد از دانشگاه علم و صنعت اخراج می‌شود و سپس از خانواده هم طرد می‌شود. او بعد از چندبار ترک اعتیاد ناموفق، از بهبودی ناامید می‌شود.

«هر شب در خیابانها گریه می‌کردم ولی فکر کردن به حال و روزم باعث می‌شد که بیشتر به سمت مصرف مواد بروم».

ظفر به صورت اتفاقی از طریق یک راننده تاکسی با NA آشنا می‌شود و کم‌کم با ناباوری ایمان می‌آورد که می‌تواند ترک کند. بعد از ترک اعتیاد، کاردانی قبول می‌شود مدرکش را می‌گیرد، بعد لیسانس و کارشناسی ارشدش را می‌گیرد. ظفر هم اکنون در NA داوطلبانه خدمت می‌کند.

نتایج مصاحبه با مشارکت کنندگان حاکی از آن است که بعد از اعتیاد، فرد معتاد با خانواده و آشنایانش (شبکه روابط اجتماعی‌اش)، جهان بین‌الذهانی مشترکی ندارد، حتی گاهی خانواده مانعی در راه بهبودی او هستند. پرویز، دیپلمه با ۲۱ سال سابقه اعتیاد و ۱۲ سال پاک‌ی، هروئین، حشیش، شیر و گل مصرف کرده است. پرویز درباره موانع بهبودی یک معتاد می‌گوید:

«مهمترین مانع بهبودی بچه‌ها، خانواده و عدم همکاری خانواده است. خانواده فرزند معتاد خود را می‌آورد و با فخر می‌گوید که پول سه ماه برای درمان را می‌دهد. خانواده می‌خواهد از شر او راحت شود».

محرم که حدود ۱۵ سال معتاد بوده و هروئین مصرف کرده است، می‌گوید: «خانواده‌ها با کنترل بیش از حد، پیش‌بینی آینده، مقایسه با دیگران، تحقیر، به رخ کشیدن گذشته و تنبیه علت ادامه اعتیاد هستند». او ادامه می‌دهد: «خانواده‌ها در مقابل مشاوره گارد می‌گیرند و می‌گویند ما که مشکل نداریم معتاد که نیستیم او است که مشکل دارد».

عظیم می‌گوید: «وقتی خانه می‌رفتم شماتت سرزنش و سرکوب بود که حالم را بد می‌کرد. بدترین چیز شماتت، سرزنش، سرکوب احساسات و تنبیه از هر نوعی است». او در ادامه می‌گوید:

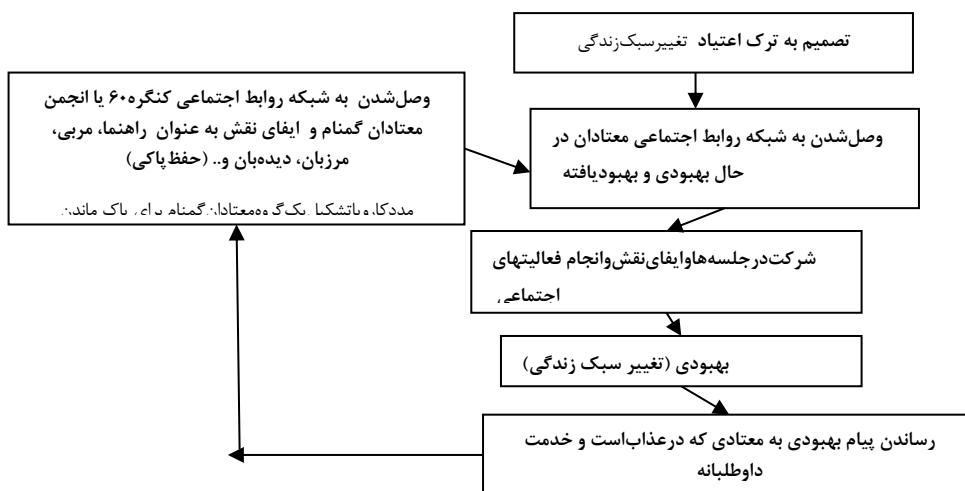
«خانواده اگر نداند با معتاد چگونه برخورد کند، بودنش بدتر از نبودنش است».

این افراد معتاد در جریان ترک اعتیاد و بهبودی به عضویت NA و کنگره ۶۰ درآمدند. آنها در شبکه روابط اجتماعی NA و یا کنگره ۶۰، آموزش می‌بینند، درهمایشها شرکت می‌کنند، در رشته ورزشی مسابقه می‌دهند، آزمون می‌دهند، مدرک مربیگری، و مددکاری می‌گیرند، و به بهبودی می‌رسند. سپس با «رساندن پیام بهبودی به معتادان دیگر»، گروهی جدید از معتادان گمنام NA تشکیل می‌دهند، و یا به عنوان مربی، مددکار، راهنما، دیده‌بان، مرزبان و... در کنگره ۶۰ و یا NA داوطلبانه خدمت می‌کنند و به «پاک‌ماندن» خود کمک می‌کنند. شبکه روابط اجتماعی آنها با معتادان در حال بهبودی و بهبود یافته در NA و یا کنگره ۶۰، شبکه روابط اجتماعی جایگزین برای معتادان بهبود یافته می‌شود. قدم دوازده NA «رساندن پیام بهبودی به معتادی که هنوز در عذاب است» سازوکاری است که باعث تحکیم و چرخش کار در NA^۱ می‌شود. معتاد بهبود یافته NA در قدم دوازدهم از خود می‌پرسد، «من چه کار خدماتی جهت رساندن پیام می‌توانم انجام دهم؟» او هر نوع مسئولیت خدماتی به هر شکلی باشد را برای کمک به بهبودی معتاد دیگر می‌پذیرد. «رساندن پیام بهبودی به معتادان دیگر» و خدمت داوطلبانه در انجمن، سازوکارهایی

۱. راهنمای کارکرد قدم، ص: ۲۰۰.

هستند که شبکه روابط اجتماعی NA و کنگره ۶۰ را روز بروز گسترده‌تر و منابع در دسترس را برای اعضای آن بیشتر کرده‌است.

همچنین کنگره ۶۰ و NA با انتخاب اسم، نمادها و آرم، تعریف اهداف، نقشها، هنجارها، وسنتها، خود را از گروه‌های اجتماعی دیگر متمایز کرده‌اند، و حس تعلق به یک گروه اجتماعی را به اعضای خود انتقال داده‌اند.



شکل ۱. «کمک به بهبودی معتاد دیگر» و «حفظ پاکی» کنگره ۶۰ و NA

بحث و نتیجه‌گیری

انجمن معتادان گمنام در «ترک اعتیاد» و در «پاک ماندن» بسیاری از معتادان کارتون خواب نقش موثری داشته است. بر این اساس جلسه‌های همدردی و ۱۲ قدم معتادان گمنام، با نام گروه درمانی در پروتکل‌های درمانی بسیاری از مراکز درمانی اعتیاد، گنجانده شده‌اند. ارزیابی سازوکارهای درمانی NA و کنگره ۶۰ نشان داد که این دو انجمن به عنوان یک شبکه روابط اجتماعی، ویژگیهای متمایزی از جلسه‌های همدردی و ۱۲ قدم دارند، و به عنوان یک «شبکه روابط اجتماعی جایگزین» در «پاک ماندن» معتادان در حال بهبودی نقش موثری دارند و نیاز آنها را به حس تعلق به یک گروه اجتماعی برطرف می‌کنند.

نتایج تحلیل شبکه نشان داد که شبکه کنگره ۶۰ سلسله‌مراتبی است و شاخص‌های درجه مرکزیت، تراکم، وسط‌بودگی و ضریب‌خوشه‌ای شبکه روابط کنگره ۶۰ بزرگتر از شبکه روابط NA هستند، که به معنای وجود کنشگران محوری و میانجی (نگهبان، دیده‌بان‌ها و نمایندگان) در کنگره ۶۰ است. همین نتایج نشان داد، نقش‌ها در کنگره ۶۰ با رنگ شال‌ها از یکدیگر متمایز می‌شوند، که مقایسه اجتماعی صعودی و نزولی رابه همراه دارند، که از تکنیک‌های رویکرد رفتار درمانی هستند. همچنین این نتایج نشان داد که معتادان در حال بهبودی با ایفای نقش ورعایت هنجارها مسئولیت‌پذیر و مجدداً جامعه‌پذیر می‌شوند و با انجام مراسم‌جمعی مانند سرود خواندن، وسکوت‌کردن بر ترس‌ها و اضطراب‌های خود غلبه می‌کنند. نتایج تحلیل شبکه نشان داد که شرکت در جلسه‌های همدردی، امید و عزت‌نفس معتادان در حال بهبودی را افزایش می‌دهد. همچنین آنها با بیان احساسات خود در جلسه‌های همدردی، به گشودگی در برابر خود و دیگری می‌رسند، که از تکنیک‌های رویکرد درمانی وجودی هستند. توزیع پیوندها در شبکه NA یکنواخت و روابط اجتماعی افقی است. نتایج تحقیق نشان داد که شبکه‌دایره‌ای جلسه‌های همدردی NA برای گشودگی در برابر خود مناسبتر هستند. معتادان در حال بهبودی با شرکت در جلسه‌های آموزشی مشارکتی کنگره ۶۰ و یا NA از حمایت‌های اطلاعاتی-شناختی که از تکنیک‌های رویکرد درمانی شناختی هستند، برخوردار می‌شوند. در جمع‌بندی می‌توان گفت سازوکارهای درمانی شبکه روابط اجتماعی با رویکردهای درمانی شناختی، رفتاری، وجودی و گروه درمانی همپوشانی دارد، ولی به هیچ کدام از آنها قابل تقلیل نمی‌باشد.

منابع

- باستانی، سوسن و رئیسی، مهین (۱۳۹۰). «روش تحلیل شبکه: استفاده از رویکرد شبکه‌های کل در مطالعه اجتماعات متن باز». *مطالعات اجتماعی ایران*، دوره ۵، شماره ۲: ۳۱-۵۷.
- تویت، ریزو و یانگ، استین (۱۳۹۴). *طرحواره‌های شناختی و باورهای بنیادین در مشکلات روانشناختی*. ترجمه رضا مولودی و سیما احمدی. تهران: ارجمند.
- جی، ریموند و برگر، میلتن (۱۳۹۵). *اصول و روش‌های تغییر و اصلاح رفتار*. ترجمه شهناز محمدی و کبری جمشیدی. تهران: نشرارساباران.
- چلیبی، مسعود (۱۳۷۳). «تحلیل شبکه در جامعه شناسی». *فصلنامه علوم اجتماعی*، دوره ۳، شماره ۵۹: ۹-۴۸.
- کوپر، میک (۱۳۹۳). *درمان‌های وجودی*. ترجمه سیدمحمد کلاتر گوشه. تهران: آوای نور.
- فورسایت، دانلسون، آر (۱۳۹۵). *پویایی گروه*. ترجمه مهرداد فیروزبخت و منصور قنادان. تهران: موسسه خدمات فرهنگی رسا.
- لویناس، امانوئل (۱۳۹۳). *از وجود به موجود*. ترجمه مسعود علیا. تهران: نشر قفنوس.
- شیخ انصاری، مهین (۱۳۹۸). *نظریه شبکه روابط اجتماعی در اعتیاد: معتاد از منظر لویناس*. تهران: جامعه‌شناسان.