العلاقات العامة لزمالة المدمنين المجهولين مصر

الامتنـــاع بالعقـــاقير البديلـــة للمخـــدرات و استبدال المخدر

نوفمبر ٢٠٢٤

كُتِبَت هذه النشرة بالتفهم الكامل للطبيعة الفردية لرحلة التعافي وإيماناً منا بأن لكل مدمن الحق في فرصة جديدة للحياة خالية من المخدرات، وأن الطريق إلى التعافي ليس دائماً واحداً، وأن الدعم والاحترام المتبادل هو ما يقودنا نحو التعافي.

تمهيد.. دارت في الفترة الأخيرة مناقشات وأسئلة كثيرة بخصوص برامج علاج الادمان باستخدام الميثادون والمواد أو العقاقير البديلة للمخدرات. ومحور هذه المناقشات والأسئلة حول أين تقف زمالة المدمنين المجهولين من هذا؟ كيف نتعامل مع الوافدين الجدد الذين يخضعون لمثل هذه الطريقة لعلاج مشكلة الادمان؟ هل يُسمح لهم بدخول أو حضورالاجتماعات؟ هل يُسمح لهم بالمشاركة في الاجتماع؟ هل نُتيح لهم الفرصة لأداء الخدمة في الزمالة؟ وماذا عن التوجيه؟. فتم اعداد هذه النشرة آملين أن تكون مصدراً لمساعدة أعضائنا في تعاملهم مع الوافدون الجدد الذين يستخدمون الميثادون والعقاقير البديلة للمخدرات وتقديم إرشادات بسيطة تم تجميعها من مصادر وخبرات مشتركة لزمالة المدمنين المجهولين.

ملحوظة.. إن تناولنا فيما يلي لموضوع استخدام الميثادون والعقاقير البديلة كطريقة للامتناع عن المخدرات، وليس استخدام هذه العقاقير كمسكن للألم للأغراض الطبية والعلاجية لأمراض غير مرض الادمان. ونشجع أولئك الذين لديهم مخاوف بشأن استخدام هذه العقاقير للتعامل مع الألم وعلاج أمراض معينة، الرجوع إلى كتيب زمالة المدمنين المجهولين، "في أوقات المرض".

برنامج زمالة المدمنين المجهولين.. برنامج للامتناع التام عن كافة أنواع المخدرات. والمقصود بكلمة مخدرات " أي مادة تُغيّر المزاج أو تؤثرعلى العقل " مُتضمنة تلك المواد والعقاقيرالمُستخدمة في معالجات استبدال المخدرات. وكما ورد في كتاب النص الأساسي " إن الامتناع التام هو أساس حياتنا الجديدة ". ورسالتنا هي " أن المدمن أيّ مدمن يمكنه التوقف عن تعاطي المخدرات ويفقد الرغبة في التعاطي ويجد طريقة جديدة للحياة ". وهدفنا الأساسي لا يمكن أن يكون سوى حمل هذه الرسالة إلى كل مدمن دون استثناء، هذا كل ما يمكن أن نقدمه للعالم.

برامج العلاج بالعقاقير البديلة للمخدرات واستبدال المخدر.. من المهم أن نتذكر هنا أننا في " المدمنين المجهولين " اخترنا عدم الانحياز إلى أي من مشكلات المجتمع ولا نُبدي آراءنا في القضايا الخارجية، ونتجنب أن ننغمس في أي جدل قد يُبعدنا عن هدفنا الأساسي. وعلى هذا زمالة المدمنين المجهولين ليس لها أي رأي حول الأساليب المُستخدمة في المُنشآت العلاجية، ومن المهم عدم الحُكم عندما يتم طرح موضوع إستخدام الميثادون أو أى عقاقير بديلة. فنحن لسنا في موقع حُكم أو تَحَكم، ولسنا أطباء أو متخصصين لنفعل ذلك. نحن مدمنون متعافون.

تعريف مفهوم الإمتناع داخل زمالة المدمنين المجهولين.. نحاول هنا توضيح الفرق بين الأدوية المستخدمة كطرق لعلاج الادمان باستخدام بدائل المخدرات، والأدوية الأخرى الموصوفة طبياً للعلاج من مرض آخر، ولأن هذه الأدوية يستخدمها البعض خصيصاً كعلاج للادمان. وبرنامجنا يُحتم علينا الامتناع التام للتعافي من الادمان النشط وعدم استبدال مخدر بآخر. هذا هو برنامجنا؛ وهذا هو ما نقدمه لكل مدمن. ونؤكد، ليس لدينا أي رأي حول العلاج بالبدائل أو أي برنامج آخر يهدف إلى علاج الادمان. فهدفنا الوحيد من مناقشة استبدال المخدرات واستخدامها من قِبَل أعضائنا هو لتحديد شكل ومفهوم الامتناع داخل زمالة المدمنين المجهولين.

ماذا يجب علينا فعله كمجموعات؟ إن فهمنا والتزامنا لمبادئنا وتقاليدنا يُفيد في رفع وعي أعضاء المجموعة في المناقشات المتعلقة باستبدال المخدر. إننا دائماً نبحث عن طرق لتقديم المساعدة بدلاً من الحكم على الآخرين، لأن مهمتنا هي تحفيز الرغبة في الإمتناع وليس كبتها. إن أي مدمن يأتي إلى الاجتماعات حتى وإن كان مازال يتعاطى فهو بذلك يُظهر مستوى من الاستعداد والرغبة لا يمكن التقليل منه. الرغبة هي التي تؤسس العضوية؛ لا شيء آخر يَهُم. وبينما نحافظ على التأكيد على أهمية الامتناع التام عن التعاطي، فإن المدمنين الذين مازالوا يتعاطون مُرحب بهم في اجتماعاتنا ونقوم بتشجيعهم على مواصلة العودة لحضور الاجتماعات وقراءة أدبيات المدمنين المجهولين.

نحن نُرحب بأي فرد في اجتماعات زمالة المدمنين المجهولين، حتى لو بدا عدم معرفته بما إذا كانت لديه الرغبة في التوقف عن تعاطي المخدرات أم لا. ويجب أن تحافظ المجموعة دائماً على غرضها الأساسي وهو حمل رسالة زمالة المدمنين المجهولين الخاصة بالتعافي إلى المدمنين. وبالرغم من أن برنامج زمالة المدمنين المجهولين هو برنامج للامتناع التام، ففي اجتماعاتنا لا نشترط ضرورة امتناع أي شخص من أجل أن يتمكن من حضور اجتماعات زمالة المدمنين المجهولين، يجب أن نكون على دراية بهذا دائماً.

المشاركة داخل الاجتماع.. نحن دائماً نُشجع الأعضاء الذين يَتَّبِعون برامج العلاج بالبدائل الدوائية مثل الميثادون على حضور اجتماعات زمالة المدمنين المجهولين. ولكن.. "هل لدى زمالة المدمنين المجهولين الحق في تقييد مشاركة الأعضاء في الاجتماعات؟" نعتقد أن الاجابة هي نعم. في حين تختار بعض المجموعات السماح لهؤلاء الأعضاء بالمشاركة، فالشائع ما تقوم به المجموعات بتشجيع أي مدمن تحت تأثيرالمخدرات أوهؤلاء الخاضعين لبرامج العلاج بالبدائل الدوائية على الاستماع فقط للمشاركات أثناء الاجتماع والتحدث مع الأعضاء قبل أو بعد الاجتماع. ولا يُقصد من هذا عزلهم أو إحراجهم، بل يُقصد به فقط الحفاظ على أجواء التعافي في إجتماعاتنا. وأحياناً، تَضع بعض المجموعات في صيغ الاجتماعات الخاصة بها ألا يتحدث الذين تعاطوا المخدرات اليوم، فالغرض من هذا أيضاً أن تحافظ المجموعة على الرسالة التي تُقدم داخل اجتماعاتها في سياق "الخبرة والقوة والأمل" وبالتالي تبقى الرسالة واضحة للعضو الجديد ولكل عضو يحضر الاجتماع.

إن تقليدنا الخامس يحدد هدف مجموعاتنا؛ وهو حمل رسالة مفادها أن أي مدمن يمكنه التوقف عن التعاطي وإيجاد أسلوب جديد للحياة. نحن نحمل هذه الرسالة في اجتماعاتنا لكي نتعافى، حيث يمكن لأولئك الذين لديهم خبرة في التعافي من مرض الادمان عن طريق برنامج المدمنين المجهولين مشاركة هذه الخبرة، وبالتالي يتمكن أولئك الذين يحتاجون إلى سماع طريقتنا في التعافي من الاستماع إليها. فعندما يحاول شخص ما تحت تأثير المخدرات التحدث عن التعافي في اجتماعات زمالة المدمنين المجهولين، فإن خبراتنا تُشيرعلى إنها حتماً ستكون رسالة مُشوشة وغير واضحة خاصة للأعضاء الجدد أو لأي عضو داخل الاجتماع. ولهذه الأسباب تعتقد العديد من المجموعات أنه من غير المناسب لهؤلاء الأعضاء المشاركة في اجتماعات المدمنين المجهولين.

الخدمة و إدارة اجتماعات التعافي في المدمنين المجهولين.. يمكننا الزعم بأن استقلالية المجموعة، كما هي موضحة في التقليد الرابع، تسمح للمجموعة بتحديد من يمكنه المشاركة في اجتماعاتها. ومع ذلك، وفي حين أن هذا صحيح، فإننا نعتقد أن استقلالية المجموعة لا تُبرر السماح لشخص يتعاطى بقيادة الاجتماع أو أن يكون متحدثاً، أو أن يقوم بمهام الخدمة. استقلالية المجموعة تظل قائمة فقط حتى تؤثر على المجموعات الأخرى أو زمالة المدمنين المجهولين ككل. ونحن نعتقد أن هذا يؤثر على المجموعات الأخرى وعلى زمالة المدمنين المجهولين ككل عندما نسمح للأعضاء الغير ممتنعين بأن يكونوا متحدثين أو يقوموا بتَرَأُس إدارة اجتماعاً أو يكونوا خدماً مؤتمناً في زمالة المدمنين المجهولين. لقد طورت العديد من المجموعات خطوطاً إرشادية لضمان الحفاظ على أجواء التعافي في اجتماعاتها كالإلتزام بمتطلبات مدة الامتناع من قِبَل زمالتنا للاماكن الخدمية، والبحث عن مديرين للاجتماعات أو قادة أو متحدثين يساهمون في تحقيق هدفنا الأساسي المتمثل في حمل الرسالة إلى المدمن الذي لا يزال يعاني.

يجب أن تضع زمالتنا في عين الاعتبار نوع الرسالة التي نحملها إذا كان المدمن الذي ما زال يتعاطى المخدرات يقود اجتماعاً، أو يصبح خادماً مؤتمناً. ونحن نعتقد أنه في ظل هذه الظروف لن نحمل رسالة التعافي الخاصة بزمالة المدمنين المجهولين. إن التساهل في هذا الأمر لا يتوافق معنا. ونحن نعتقد أن موقفنا بشأن هذه القضية يعزز تعافينا، ويحمي اجتماعاتنا، ويدعم المدمنين في سعيهم إلى الامتناع التام عن تعاطي المخدرات.

خدمات العلاقات العامة والخدمات التي تُتيح التعامل مع الجمهور من غير المدمنين أو الأعضاء المحتملين.. عندما نتحدث عن مثل هذه الخدمات، قد نختار تقييد مشاركة الأعضاء الذين يتناولون أدوية استبدال المخدرات. نفعل ذلك لأننا لا نريد أن يتم تمثيل برنامج زمالة المدمنين المجهولين بشكل غير صحيح، فنحن برنامج يقوم على الامتناع التام.

التوجيه أو الاشراف ومساعدة الأشخاص الذين يخضعون لعلاج الادمان ببرامج استبدال المخدرات.. نحن نعلم جيداً أن التوجيه علاقة شخصية وخاصة تحمل معان مختلفة لأشخاص مختلفين، فالمُوجِه عضو في زمالة المدمنين المجهولين يعيش برنامجنا للتعافي ومستعد لاقامة علاقة شخصية متميزة وداعمة ويشارك المُوَجِهون بخبراتهم وقوتهم وآمالهم مع مُوَجَهِيهم. وعلى هذا تستند طريقة عمل زمالة المدمنين المجهولين بالقول أن مدمن يساعد مدمن آخر. ولأن هذه العلاقة خاصة جداً وهي الأساس لتطبيق الخطوات، كانت المواقف متباينة فيما يخص التعامل مع الأشخاص الذين يخضعون لعلاج الادمان ببرامج استبدال المخدرات. فالكثير رآى استخدام مثل هذه العقاقير هو إستخدام للمخدرات لكن بشكل مختلف، ويرون أنه من الصعب أن تنجح الخطوات دون التوقف التام عن كل أنواع المخدرات. بينما ذهب البعض إلى محاولة مساعدة هؤلاء الأشخاص قدر المستطاع حتى يستطيعوا التوقف التام عن استخدام هذه العقاقير وذلك من خلال تشجيعهم على مواصلة العودة لحضور الاجتماعات وقراءة أدبيات المدمنين المجهولين حتى يتمكنوا من التعافي ويجدوا ما وجده من سبقهم من تغيير وتحرر بفضل تطبيق البرنامج وطريقة عمل الخطوات. وهناك من وجد أن مشاركة عضو والتحدث المستمر مع شخص يبدو عليه أنه يستخدم مواد مخدرة أو بديلة للمخدرات ليس بالأمر المريح، بل وصفه البعض بالأمر المزعج. وأتفق الجميع على نقطة واحدة لا خلاف فيها وهي أن برنامج زمالة المدمنين المجهولين هو برنامج للإمتناع التام عن كل أنواع المخدرات وإنه علينا التوقف التام عن كل أنواع المخدرات لكي نتعافي بهذه الطريقة.

نحن نرغب في أن نكون مُرحبين بالجميع، لذا نتعامل مع هذه المواقف بحساسية من خلال التحدث على إنفراد مع هؤلاء الذين يخضعون لبرامج العلاج بالبدائل الدوائية ومشاركة تجربتنا في الحياة الخالية من المخدرات. يمكننا أن نوضح أن بعض الأعضاء قد خففوا استخدامهم للمخدرات تدريجياً حتى وصلوا إلى الامتناع التام باستخدام أساليب الاستبدال. وعلى الرغم من أن استبدال المخدرات قد يبدو للبعض مساعداً، إلا أن تجربتنا في التعافي مع زمالة المدمنين المجهولين تُبَيّن أننا قادرون على العيش بدون أي مخدرات، ودون الحاجة إلى استبدال مخدر بآخر.

وأخيراً.. هذه النشرة ليست مرجعاً نهائياً حول كيفية التعامل مع الذين يعتمدون على العقاقير البديلة للمخدرات كمحاولة للتوقف عن تعاطي المخدرات. فنحن نعرف أنه حتى مع التزامنا بما سبق تناوله هنا من خبرات مشتركة، فسيكون هناك شيء ناقص!! وهو أنت في نهاية المطاف، العضو الفرد، الذي سيبعث الحياة في جهود زمالة المدمنين المجهولين. إن خبراتك الخاصة هي أفضل مثال على فاعليّة زمالة المدمنين المجهولين، مما يجعلك أكثر الموارد قيمة لزمالتنا، فالجهود التي يقوم بها كل عضو مهمة جداً لنجاح زمالتنا في أنحاء العالم.

.....

تم تجميع محتويات هذه النشرة من الخبرات المُجمعة للأعضاء بالإضافة إلى مقتبسات من مصادر كتيبات ونشرات خدمية. فلا يصلح التعامل معها على إنها مادة أدبية موثقة تصلح للاستخدام كموضوع للمشاركة في اجتماعات التعافي الخاصة بزمالة المدمنين المجهولين.

المصادر: دليل العلاقات العامة، نشرة أمناء مجلس الخدمات العالمية #٣ و #٢٩، تقاليد زمالة المدمنين المجهولين.

العلاقات العامة لزمالة المدمنين المجهولين، مصر
نوفمبر ٢٠٢٤