

اعتیاد در خانواده

ترک اعتیاد ، نویدی دوباره
برای شروعی شیرین است.



به این دوره خوش آمدید

خدا را شاکر هستیم برای اینکه شما تصمیم گرفتید در این خدمت عظیم همکاری نمایید . دعاپیمان این است که در مسیر استفاده از این دروس ، ابتدا خود شما برکت بیابید و سپس با قوتی تازه و مسحی مضاعف دیگران را نیز در این مسیر هدایت نمایید. ایمان داریم که خداوند از طریق این دروس و از طریق خدمت شما ، تاثیر عمیقی در زندگی بانوانی که در جلسات شرکت می نمایند خواهد گذاشت .

نکاتی که در برگزاری این جلسه به شما کمک خواهند کرد

- به عنوان برگزار کننده و راهنمای جلسه ، در نظر داشته باشید که هدف از این درس فقط کسب دانش و تعلیم نمی باشد ، بلکه هدف اصلی ، ایجاد فضایی امن و صمیمی برای بانوان عزیز و فرصت برای بیان احساسات ، چالش ها و شهادت ها و تشویق بانوان برای صحبت کردن در مورد مشکلاتی که با آن دست و پنجه نرم میکنند و در نهایت به کار بردن تعالیم در زندگی ، ثمر دهی و جاری شدن شفا می باشد. بنابراین در زمان های لازم به عزیزان فرصت صحبت کردن دهید.

- مراقب باشید در طول جلسه فرد ، قومیت ، بینش ، نظر خاص و یا شخصی که با مشکل اعتیاد دست و پنجه نرم می کند ، مورد قضاوت و یا تعجب یا طرد شدگی از طرف شما و یا بقیه شرکت کنندگان قرار نگیرد . ما هم مثل عیسی باید دردمندان و گناهکاران را دوست بداریم و مورد حمایت قرار دهیم و بدانیم هدف ما از برگزاری این جلسات احیای بانوان است.

- ما باید تمام تلاش خود را کنیم که به بانوان عزیزی که در این جلسات شرکت می کنند، در طول جلسه احساس صمیمیت و راحتی را منتقل کنیم پس در این راستا شما برگزارکننده های عزیز را تشویق می کنیم به هیچ عنوان بازی ها را فراموش نکنید چرا که تمامی بازی ها در ایجاد این صمیمیت به شما کمک می کند.

شما را تشویق می کنیم که جلسه را با سرود های پرستشی شاد شروع کنید برای این جلسه دو سرود پرستشی را پیشنهاد میکنیم که از طریق لینک زیر قابل دسترس خواهد بود :

[پیروزی هست آزادی هست](#)
[شادی کنید ای فرزندان](#)

خوش آمدگویی : ۲۰ دقیقه

• برگزاری جلسات حضوری :

با لبخند و به گرمی از بانوان استقبال نمایید و اگر شخص جدیدی به عنوان مهمان و یا نوایمان به جمع شما اضافه شده ، حتما خوش آمدگویی خاصی برایش در نظر بگیرید . به طور مثال هنگامیکه خودش را معرفی می کند همه بانوان با جملات کوتاه به این عزیز خوش آمد بگویند و شما به عنوان برگزارکننده ، کارت های خوش آمدگویی را از قبل تهیه نمایید که بر روی آنها آیات تشویقی نوشته شده و به افرادی که برای اولین بار وارد جلسه می شوند هدیه دهید . پیشنهاد ما در برگزاری جلسات حضوری این است که در بدو ورود از بانوان با چای یا نوشیدنی پذیرایی کنید .

• برگزاری جلسات آنلاین :

به گرمی و با صدایی مملو از شادی از بانوان عزیز استقبال نمایید و اعلام کنید که اگر شخص جدیدی به عنوان مهمان و یا نوایمان به جمع شما اضافه شده ، حتما میکروفون خود را باز نماید و خودش را معرفی کند و بعد همه حاضرین به گرمی با جملات کوتاه به این عزیز خوش آمد بگویند . (میتوانید به منظور برقراری جو صمیمی از بانوان بخواهید چای یا آبمیوه مورد علاقه خود را به همراه بیسکویت یا کیک از قبل آماده کنند و در طول جلسه میل کنند.)

بازی

این بازی برای هر دو گروه حضوری و آنلاین با دوربین باز و بسته قابل اجرا می باشد . در این بازی سه نفر داوطلب می شوند شما یک عکس را با عزیزان به اشتراک می گذارید و آن ها باید کلمه یا عبارت کاملا بی ربط را از روی عکس حدس بزنند . به عنوان نمونه شما میتوانید عکس های زیر را با عزیزان به اشتراک بگذارید:

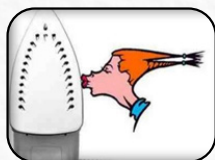
پاسخ ها



سیاتیک



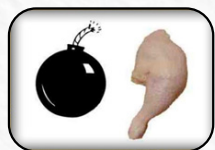
رنگین کمان



اتوبوس



زخم زبان



بمباران



سیرابی

یادآوری هفته گذشته و یا شهادت: ۱۰ دقیقه

از بانوان عزیزی که در دوره قبل (مدیریت احساسات و هیجانات) شرکت کرده اند بخواهید که تاثیرگذارترین برکتی را که از آن تعالیم به یاد دارند و یا شهادت خاصی را در این راستا دارند درجملات کوتاه با جمع درمیان بگذارند .
اگر یک یا چند آیه کلیدی از سری آیات دوره قبل را به خاطر سپرده اند آن را بیان کنند.
می توانید برای تشویق این عزیزان جایزه مختصری در نظر بگیرید .

بازکردن موضوع درس : ۷ دقیقه

تحقیقات نشان داده که اگر یک دیگ آب جوش داشته باشیم و یک قورباغه را یک مرتبه در دیگ در حال جوشیدن پرتاب کنیم قورباغه سریع بیرون می پرد . ولی اگر یک دیگ آب سرد داشته باشیم و قورباغه را داخلش بیندازیم و زیر دیگ را روشن کنیم این قورباغه با خوشحالی شنا می کند ، لذت می برد ، آواز می خواند . غافل از اینکه زیر دیگ روشن است آب کم کم گرم می شود و قورباغه خودش را شل و ول می کند و قبل از اینکه متوجه شود پخته می شود و در نهایت می میرد . در مورد اعتیاد نیز به همین صورت است .
شنیده اید که می گویند: اعتیاد یک بلای خانمان سوز است؟
اعتیاد یکی از اسارت ها و مشکلاتی است که خیلی مودیان وارد زندگی میشود و چون در بیشتر اوقات با لذت همراه است ، شخص خودش را در بند آن مشکل نمی بیند و او کم کم شخصیت ، اعتبار ، پول ، سلامتی ، اعتماد ، وقار ، خانواده و در آخر جان خودش را در این دیگ آب جوش از دست می دهد.
شاید سال هاست از کنار مشکل اعتیاد در خانواده (همسر، فرزند ، خواهر ، برادر و یا پدر خود) سرسری گذشتید .

- چگونه می توان با چنین چالشی در زندگی رو به رو شد ؟
- علت شروع اعتیاد چه چیزهایی میتواند باشد ؟
- در خانواده چه مشکلاتی را ایجاد می کند ؟
- آیا امید و راه حلی وجود دارد ؟

بدانید که این موضوع جدی است و امروز، روز رو به رو شدن با آن و یافتن راهی برای رها شدن است.

عزیزان را تشویق کنید که همراه با شما به نکات مهم ویدئو توجه و آن ها را یادداشت کنند .

پخش ویدئو تعلیم: ۱۲ دقیقه

عزیزان را دعوت کنید تا این ویدیو را با دقت تماشا و نت برداری کنند.

اعتیاد در ازدواج

کارگروهی: ۱۵ دقیقه

از عزیزان بخواهید در گروه های کوچک با توجه به نکات ذکر شده در ویدئو و یا تجربیات شخصی به این دو سوال پاسخ داده و در مورد آن گفتگو کنند .

۱. چه دلایلی وجود دارد که شخص به سمت اعتیاد رو می آورد ؟
(سوسه شدن برای استفاده مکرر از مواد مخدر و تجربه لذت زودگذر و آنی - فشار و تاثیرپذیری از افراد نامناسب که با آنها معاشرت می کند ، حس پذیرفته شدن ، کنجکاوی ، بالا بردن اعتماد به نفس ، رشد و نمو در خانواده هایی که در اعتیاد به سر می برند ، مشکلات خانوادگی در ازدواج ، مشکلات و نگرانی های مالی، مرگ عزیزان ، راهی برای مقابله با استرس ، خستگی ، فشار تحصیلی و فرار از زندگی روزمره و ...)

۲. اعتیاد چه مشکلاتی را در خانواده به وجود می آورد ؟
(مشکلات رفتاری از قبیل : دروغ ، کنترل ، شکل های مختلف دزدی از پول و زمان هایی که خانواده باید به هم اختصاص می دادند ، خیانت ، تند مزاجی و پرخاش ، بی منطقی ، زود رنجی و ...
مشکلات اجتماعی مانند : از دست دادن فرصت های شغلی ، از بین بردن پس انداز های خانواده برای خرید مواد مخدر ، از دست دادن اعتبار در میان دوستان و خانواده و...
بیماری های جسمانی و روحی و...)

جمع بندی ۱۵ دقیقه

فرض کنید که در فضای جنگ هستید که بیرون از خانه پر از تیراندازی و شلیک گلوله میباشد و شما تصمیم دارید که از خانه بیرون بروید . مطمئنا شما قصد ندارید که تیرهای زیادی به شما برخورد کند تا در نهایت جانتان را از دست دهید اما تنها هدفتان این است که امروز به بیرون از خانه رفته و فقط یک تیر بخورید . اما از کجا می دانید که این تیر به سر ، قلب ، یا سیستم عصبی شما برخورد نمی کند ؟
اعتیاد هم بی شباهت به این داستان نیست ، پس تفریحی معتاد بودن هم به همین صورت جدی و پر خطر می باشد .

ممکن است یکی از اعضای خانواده و یا نزدیکانتان در این فضای جنگ و سوسه برای بودن در این وضعیت به سر می برند و با مشکلات رفتاری، اجتماعی، خانوادگی، مالی و ... دست و پنجه نرم می کنند و احساس ناتوانی، خستگی، ناامیدی، ضعف و یوچی آن ها را رها نمی کند. شاید بارها و بارها برای ترک اعتیاد این عزیزان قدم برداشته آید اما هر بار با شکست و ضعف مواجه شده آید.

خبر خوش این است که با وجود تمام این رنج ها، شفا نیز وجود دارد و خداوند قادر است تمام بخش های زندگی عزیزانتان را احیا و ترمیم نماید. " تو که مرا از تنگیها و بلاهای بسیار گذراندی، دیگر بار، جانم را احیا خواهی کرد؛ آری، دیگر بار مرا از اعماق زمین بر خواهی آورد. " (مزمور ۷۱: ۲۰)

برای کمک به جاری شدن این شفا نیاز است که ما قدم های زیر را برداریم:

- قبل از هر چیزی به خداوند توکل کنید و از او بخواهید به شما شهادت ببخشد تا این تصمیم دشوار را بپذیرید که به شخص معتاد کمک کنید. ممکن است در این مسیر با مخالفت هایی روبه رو شوید و یا حتی کمک شما را نپذیرند. اما بدانید وقتی اراده خود را به خداوند تسلیم میکنید او شما را قوت می بخشد و در این راه یاریتان می نماید. " حتی اگر از تاریکترین وادی نیز بگذرم، از بدی نخواهم ترسید، زیرا تو با منی؛ عصا و چوبدستی تو قوت قلبم میبخشد. " (مزمور ۲۳: ۴)

- پیشنهاد ما این است که شما نیز از دیگر اعضای خانواده، دوستان و یا مراکز ترک اعتیاد برای به انجام رساندن این هدف کمک بگیرید، البته این به شرایط شما و موقعیت شخص معتاد که می خواهید به او کمک کنید بستگی دارد.

- با محبت و نرمی با او صحبت کنید و بخواهید نگاهی صادقانه به زندگی خود بیندازد و بپذیرد که در بند است و برای رهایی از معضل اعتیاد به قوت و قدرت خداوند و حمایت شما نیاز دارد و کمک کنید که با خود واقعی خود رو به رو شود و از خداوند بخواهد تا خطاها، گناهان و معایبش را بر او آشکار کند. " خدایا مرا بیازما و دلم را بشناس؛ مرا امتحان کن و دغدغه هایم را بدان. بین که آیا در من راه اندوهبار هست، و به راه جاودانی هدایت فرما. " (مزمور ۱۳۹: ۲۳، ۲۴)

" اگر بگویم ببری از گناهیم، خود را فریب داده ایم و راستی در ما نیست. ولی اگر به گناهان خود اعتراف کنیم، او که امین و عادل است، گناهان ما را می آمرزد و از هر نادرستی پاکمان می سازد. (اول یوحنا ۱: ۸، ۹)



• می توانید برای اینکه شخص معتاد دچار حس تقصیر، محکومیت، تاسف خوردن و ناامیدی نشود از آیات کتاب مقدس ویا شهادت های افرادی که با کمک خدا موفق

به ترک اعتیاد شده اند کمک بگیرید تا فرد بتواند به نیکویی خدا، امید و احیای او بیاندیشد و بداند که خداوند او را با تمام گناهان و

ضعف هایش می پذیرد و کمک کنید که او هویت خودش را در خداوند بیابد.

" در پایان، ای برادران، هرآنچه راست است، هرآنچه والا است، هرآنچه درست است،

هرآنچه پاک است، هرآنچه دوست داشتنی و هرآنچه ستودنی است، بدان ببینید.

اگر چیزی عالی است و شایان ستایش، در آن تأمل کنید. (فیلیپیان ۴ : ۸)

• اگر فرد معتاد با مسیح آشناست می توانید او را به مشارکت با سایر ایمانداران

دعوت کنید اما اگر شخص هنوز به مسیح ایمان نیاورده، فرصتی است که او را

با محبت خداوند و جماعت ایمانداران آشنا کنید تا از این طریق کمک کنید دایره

دوستان و مکان های تفریحی و سیستم زندگی آن ها تغییر کند. برای این منظور می

توانید از خادمین، خواهران و یا برادران ایمانی خود مشورت بگیرید.

" و دیگر هم مشکل این عصر مشوید، بلکه با نو شدن ذهن خود دگرگون شوید. آنگاه قادر

به تشخیص اراده خدا خواهید بود؛ اراده نیکو، پسندیده و کامل او. (رومیان ۱۲ : ۲)

• شما به عنوان کمک کننده از این شخص بخواهید از کسانی که به آنها آسیب زده به

طور خاص خانواده خود طلب بخشش کند و در پی جبران خسارت باشد.

" و آنچه را به گرو ستانده، بازگرداند، و آنچه را دزدیده، باز پس دهد، و در فرایض حیات

سلوک کرده، مرتکب گناه نشود، او به یقین خواهد زیست و نخواهد مرد. هیچ یک از

گناهایی که مرتکب شده است، بر ضد او به یاد آورده نخواهد شد. زیرا که انصاف و

عدالت را به جا آورده و به یقین خواهد زیست. (حزقیال ۳۳ : ۱۵ ، ۱۶)

" پس اگر هنگام تقدیم هدیهات بر مذبح، به یاد آوردی که برادرت از تو چیزی به دل

دارد، هدیهات را بر مذبح واگذار و نخست برو و با برادر خود آشتی کن و سپس بیا و

هدیهات را تقدیم نما. " (مَتی ۵ : ۲۳-۲۴)

پرستش ۱۵ دقیقه

با لمسش آزادم

ابا من از آن تو هستم





معرفی منابع مفید برای مطالعه بیشتر:

در این قسمت حتما عزیزان را تشویق کنید که منابع بیشتر را تهیه و مطالعه کنند. اگر کتابهای لیست شده در کلیسای شما موجود نمی باشند حتماً به مسئول کتابخانه سفارش دهید. پیشنهاد میشود که مقالات پیشنهادی را چاپ کنید و در اتمام جلسه در اختیار بانوان عزیز قرار دهید.

از اعتیاد تا شفا

گفتگویی در مورد اعتیاد


فعالیت در طول هفته

ترک اعتیاد، نویدی دوباره برای شروعی شیرین است. ممکن است مشکل اعتیاد در خانواده ما وجود نداشته باشد اما همان طور که دل عیسی پر از شفقت و مهربانی نسبت به مردم بود و برای آزادی و شفای آنها قدم بر می داشت ما نیز خواننده شدیم تا با همان دل به هم نوعان خود کمک کنیم. برای این منظور می توانیم در طول هفته فعالیت های زیر را انجام دهیم:

- مطمئناً برای حل این مشکل قبل از هر چیز، نیاز داریم که خداوند ما را در این مسیر هدایت و تقویت نماید پس شما را تشویق می کنیم برای پیروزی، همواره دعا کنید و بدانید که خدا شما را از این مسیر عبور می دهد و محافظت می فرماید. بیدار باشید و دعا کنید تا در آزمایش نیفتید. روح مشتاق است، اما جسم ناتوان. " (متی ۲۶: ۴۱) "
- اگر خانواده شخص معتاد هستید (مادر، همسر، خواهر، فرزند، پدر) باز هم می توانید عملاً به عزیزان خود کمک کنید و آنها را حمایت نمایید تا از این بند آزاد شده، شادی و آرامش را در زندگی خود تجربه کنید. یادتان نرود که سازش کردن با اعتیاد، اوضاع را بدتر می کند. برای حل این مشکل، می توانید از اشخاصی کمک بگیرید که برای شما و عزیزتان قابل اعتماد و احترام هستند. در بعضی موارد لازم است که راهکارهای عملی را از قبل پیش بینی کنید. به طور مثال: اگر قرار است برای درمان این مشکل از موسسات ترک اعتیاد کمک بگیرید، حتی وسیله رفت و آمد را آماده کنید.

- اگر در خانواده نزدیک شما چنین فردی وجود ندارد اما میدانید در اقوام و دوستانتان شخصی درگیر اعتیاد است، سعی کنید محبت خدا را با آنها به اشتراک بگذارید و تلاش کنید





در طول این هفته با این خانواده رابطه صمیمی تری ایجاد نمایید ، تا بتوانید از این مطالب جهت کمک و حمایت این عزیزان استفاده کنید . لطفا در برقراری این رابطه خلاق باشید.
به طور مثال : با حاضر کردن عصرانه ای ساده (ساندویچ پنیر و ...) آنها را به پارک یا منزل خود دعوت کنید.

آیه کلیدی

بانوان را تشویق کنید که در طول هفته سعی کنند آیه زیر را به خاطر بسپارند

" تو که مرا از تنگیها و بلاهای بسیار گذراندی، دیگر بار،
جانم را احیا خواهی کرد؛ آری، دیگر بار مرا از اعماق زمین
بر خواهی آورد. "
(مزمور ۷۱ : ۲۰)