

Narcotics מכורים  
Anonymous אנונימיים



**סיכום מפגש שליחים ושרות מחוזי  
לשנת 2022**

"ככל שהקשרים שקושרים אותנו יחד יהיו חזקים יותר מאלה שמנסים להפריד בינינו, הכל יהיה בסדר"

כבכל שנה נערך מפגש שליחים מחוזי  
השנה נערך מש"מ נווה אילן ירושלים  
למפגש הגיעו 129 שליחים וכ-20 אנשי שירות.  
את המפגש פתחנו בסדנה אנונימיות ברשתות המדיה לאחריה, ועדת מב"ס מציגה את החזון החדש  
שנבנה השנה ואת הפרויקטים לשנים הבאות.  
השליחים המחוזיים העבירו תכנים אודות הוועדה העולמית, פעולותיה בעבר הנושאים שיעלו לדין השנה  
בוועידה.

כמו כן ערכנו סדנאות בנושאים:  
און ליין ברשתות המדיה  
סדנת שליחים  
סדנת אהבה קבלה ושייכות  
סדנת אנונימיות  
סדנת שליחים  
התנהגות טורפנית  
סדנת מב"ס

את סיכומי סדנאות אלה תוכלו לראות בעלון זה.

בשירות אוהב,  
ועדת מש"מ 2022

## סדנת אונליין

1. כיצד והאם קבוצות וירטואליות/אונליין, מלבד הפגישה אותה הם עורכים, משתתפות במבנה השרות של אנ-איי ישראל?
  - באמצעות הקמת מצפון שיש בו את כל בעלי התפקידים שיש בקבוצות פרונטאליות.
  - לקבוצה יש שליח, גזבר, טכנאי מומחה, מתרגם במידת הצורך, פורמט הנחיה, מסורת 7 ותמיכה בוועדות היא באמצעות שליח.
  - ישנה העברת מסרים, קריאה מהספרות, עקרונות ומסורות.
  - להשתמש בוועדת תיאום ופיתוח שתשלח נציגים לעשות שרות בקבוצות אונליין.
  - להכניס לפורמט את הבקשה לעשות שרות.
  - השליחים של הקבוצות מביאים את המסר הרוחני של הקבוצה וגם תמיכה פיזית וכספית.
2. האם יש לכם רעיונות כיצד ניתן בצורה מוצלחת יותר לחבר את קבוצות האונליין למבנה השירות של אנ-איי ישראל?
  - למנות ועדת אונליין ארצית שתיתן מענה לקבוצות האונליין הרשמיות, לתת עזרה בהדרכת מנחים וטכנאים, הפעלת אפליקציית תשלומים וכד'. הועדה תעביר את היתרה ממסורת 7 לאנ-איי הארצי כמקובל.
  - ליצור מחוז אונליין ושיהיה שליח מטעם המחוז שיעביר את הקול שלהם.
  - לפתח שירותים בצורה וירטואלית שיכולים לעזור למכורים בארץ ובעולם.
  - לבקש בכל תחילת פגישה לבוא לעשות שירות ולפרסם תפקידים שמתפנים.
  - לשלוח את ועדת תיאום ופיתוח לדבר איתם.
  - להיכנס לשרות בקבוצה ולשנות מבפנים.
  - לערוך פגישה של שליחים.
  - לחלק את הזום לפי אזורים.
  - אלון מיוחד לקבוצות הזום.
  - להקים מבנה שירות עולמי באונליין.
  - אנ-איי יכיר בקבוצות אונליין כקבוצה עצמית.
  - כל קבוצת אונליין צריכה להיות מעודכנת באתר אנ-איי, אחרת הקבוצה מנותקת.
  - כל הקבוצות צריכות להיות פתוחות ונגישות לכולם.
  - לערוך מסיבות, אירועים, כנסים ומרטון דוברים בזום ולעדכן באתר אנ-איי.
  - לחלק את שעות הפגישות בסנכרון בין הקבוצות, כך ניתן לכסות יותר שעות ביום.
  - פגישות משולבות של זום ופרונטליות, לרבות ועדות ופגישות מצפון.

## סדנת שליחים - אנונימיות

1. שרות – איך אני יכול להבדיל בין הרצון שלי לקדם את טובת החברותא ובין הרצון לקדם את החברותא כפי שאני חושב לנכון?

- אם אני נכנס לסערה, לא מסוגל לשחרר, לוקח אישית וכועס אז אני פועל מתוך עצמי.
- לשים לב שגם אם מגיעים עם כוונות טובות, יתכן שעדיין זה מגיע ממקום אישי של מה אני חושב שצריך לעשות.
- לשים לב לא להתעקש יותר מדי להיות פתוחים להצעות של אחרים.
- צריך לשאול בכנות את עצמנו, מה הכוונה האמיתית שלי? האם אני פועל מתוך אגו?
- מסורת 1 – טובתנו המשותפת תלויה באחדותנו.
- לשאול האם דחיפת הרעיון שלי (גם אם הוא ממש טוב), יוצרת פילוג – התשובה לשאלה עוזרת לראות את ההבדל.
- גם כשמתקבלת החלטה שנוגדת את הרצון שלי, צריך לקבל את הצעת הכלל.
- לשמוע, להקשיב ולתמוך בדברים הפוכים ומנוגדים לדעותיי האישיות.
- כשיש התנגשות בין אינטרסים שלי לבין רצונות בשירות, זו נורה אדומה לבלבול בין רצון עצמי לרצון אלוהים.
- לזכור שהחלמה אישית שלי תלויה באחדות שלנו.
- לבקש את הנחייתו של אלוהים.
- סבב תפקידים והרגשה במצפון לכל החברים, כך שגם חברים חדשים יוכלו להתבטא.

2. עצמי – כיצד קבוצת הבית שלי מיישמת עקרון האנונימיות בתוכנית, בשירות, בקבוצה ומחזקת את עצמה? (ויתור על רצון עצמי, יצירת מצפון, שמיעת קולות נוספים, ויתור על צדקנות לטובת האחר...).

- שומעים את הקולות הרבים, נותנים לכל אחד מקום להביע את דעתו.
- לזכור שהקבוצה היא לא רק שלנו כאינדיבידואלים, יש רוח אלוהים אהב. אנ- איי היא תוכנית של אלוהים ואנחנו מקדמים את אלוהים יחד.
- לשים דגש על תהליך ולא על תוצאה. הדיונים יכולים להיות בהמשכים על מנת לתת לאנשים להביע את דעתם.
- ליצור פורמט לישיבות מצפון.
- דגש על תהליך מאפשר ביטוח של קולות נוספים.

- להימנע מהיבטים מקצועיים – כמצפון אנחנו שווים, אין אחד שיודע יותר טוב בגלל זמן ניקיון/ידיעת הספרות בע"פ וכו'.
- לדבר בשפה שוויונית ולא מקצועית.
- להכניס תזכורות פרקטיות שאנו משרתים (קריאת עקרונות שרות, הזמנת חברים חדשים למצפון, חלופת תפקידים במצפון).
- החבר החדש הוא החבר החשוב ביותר – לצאת מהמבין והיודע, ממרום שנות הניקיון שלי ולהיפתח בפני החבר החדש.
- כמצפון לתת לחברים חדשים להרגיש שייכים.
- להוסיף לפורמט הקבוצה – אם יש חבר שנפגע ממשוהו בקבוצה הוא יכול לפנות למצפון ולדבר על מה שהוא מרגיש.
- להזכיר את מסורת 12.
- לשאול חברים חדשים בקבוצת המצפון מה הם חושבים.
- 3. אלוהים – כיצד בקבוצת הבית שלי מעודדים קולות שונים על מנת ליצור קול חזק משותף? (דיונים, החלטות בהסכמה כללית, שמיעת כל הקולות של החברים החדשים ועוד).
  
- לשים דגש על יישום מסורות ועקרונות שירות.
- לשמור על עקרונות רוחניים של פתיחות וקבלה.
- לעודד להביע דעות שונות ודרך הצבעה להגיע להחלטה סופית.
- לשמור על המסורת הראשונה ולשמור על אחדותנו.
- לדעת לוותר ולקבל דעות אחרות.
- לשמוע את הקול הבודד ואפשר לו להסביר את עצמו על מנת לאפשר לו להרגיש שייך.
  
- 4. חברה – איך אני מזדהה עם חברים שלכאורה באים מרקע שונה משלי?
  - להימנע משיפוט ומשימת תוויות לאנשים אחרים.
  - לחפש נקודות משותפות.
  - להגיע לפתרונות ולא להיתקע בבעיה.
  - לזכור שהבעיה שלנו משותפת ורק אחדותנו היא ערבות להחלמה אישית.
  - גם כשלא מרגישים הזדהות, להקשיב בשקט.
  - להזדהות עם המסר ולא המוסר.
  - הקשבה מהלב ולא מהראש.

## סדנת שליחים

5. כיצד אנו כקבוצה מיישמים את נשיאת הבשורה של אנ-איי?

- נותנים מספרי טלפון לחברים חדשים.
- מציעים לחבר החדש להצטרף למצפון גם כדי להשתייך וגם כדי להכיר את אנ-איי.
- לאפשר לחבר החדש לשתף ולשחרר.
- ליצור תפקיד במצפון לקבלת החבר החדש.
- להקפיד על אווירה של החלמה על מנת שהחבר החדש יחזור (בלי שיפוטיות, בלי ביקורת, שקט במהלך השיתופים, במה לכולם לדבר, הקשבה).
- העברת הבשורה והמסר שלהפסיק להשתמש זה אפשרי.
- כשמגיע חבר חדש לקבוצה שהמצפון יציע נושא בשביל החבר החדש.
- להראות ולהרגיש את הכנות והנכונות של החברים, הצהרת ימים תורמת.
- חברים ותיקים, הדוגמא האישית היא הכי חשובה, איך שנדבר ונתנהג אחד לשני.
- התנהגות של דוגמא אישית גם מחוץ לקבוצות.
- לכתוב פורמט לחבר החדש.
- עלונים בחינם.
- פגישת מצפון פעם בחודש.
- הנחיית הקבוצה רק ע"י חבר מצפון שנקי חצי שנה.
- כל חברי המצפון לא מתעסקים בטלפון בזמן הקבוצה.
- ענווה – לזכור מאיפה באנו ולתת מהניסיון האישי.
- לא לצייר עולם ורוד בניקיון.
- לנסוע לקבוצות שונות, גם פתוחות.

6. כיצד אנו כקבוצה יכולים לשמור על בשורה בהירה וברורה של אנ-איי? (שימוש בספרות, בדוברים של אנ-איי עוד).

- יש קטעי קריאה ולא רק דוברים ושיתופים, מחבר אותנו כמצפון ולמה אנחנו כאן.
- חופש מהתמכרות פעילה, דרך חיים חדשה ואנונימיות שומרים על הבשורה בהירה וברורה.
- קריאת פרק מספר הקבוצה בפגישות מצפון.
- לשמר על תוכנית פשוטה – צעדים, שירות, קבוצות, להמשיך לבוא.
- חשוב להביא דוברים שעושים דרך, מדברים ועושים תוכנית בחייהם.
- קווי מנחה לדוברים.
- לעודד את הפעילות של מל"צ בתור שליח הקבוצה.
- להציג את הספרים כמו שהם, להציג את הכלים של התוכנית.
- המלצות לחבר החדש – עקרונות לפני אישיות.
- להשתמש במה שמציעה המדליה – צעדים, שרות, קבוצות, חברותא, אלוהים ועצמי.
- המסגרת שומרת על הפשטות.

- פגישות פתוחות.
  - סדנאות, מל"צ מב"ס.
  - לשתף בכנות ואסירות תודה, לפני השיתוף לחשוב אם זה תורם לקבוצה.
  - לא להזכיר סוגי סמים.
  - להעביר את מה שקיבלנו בנדיבות ולהמשיך להעביר את הבשורה בחינם.
7. איך אנחנו יכולים לשמור על העקרונות הרוחניים מבלי לפגוע בחברים שאינם מכורים לסמים?
- להדגיש ולהבהיר את העקרונות הרוחניים בפורמט הקבוצה, תוך כדי נקיטת חמלה וענווה, מבלי לפגוע או להתייחס ספציפית לחבר/ה שלא מכורים לסמים.
  - להדגיש בפורמט שמי שאין לו בעיית סמים, מתבקש לעזוב אותנו ולבוא לפגישה פתוחה.
  - אחד מחברי המצפון יסביר לו בעדינות ובענווה שזאת קבוצה למכורים בלבד.
  - להתייחס אליו כאחד האדם ולאחר הקבוצה להסביר לו ולתת לו אלון "האם אני מכור?"
  - לבקש להימנע מ"סיפורי מלחמה" מכל סוגי ההתמכרויות.
  - אין לנו דרך לדעת אם אדם מכור לסמים או לא.
8. מה אנו כקבוצה יכולים לעשות כאשר מי שלא מכור לסמים רוצה להצטרף למצפון הקבוצה?
- לתת לו את ספרון הקבוצה בו מפורט שמי שלא מכור לסמים אינו יכול לקחת חלק בשרות.
  - באהבה והקשבה להסביר שלא ניתן להצטרף למצפון מאחר שהוא אינו מכור לסמים.
  - להעלות לדיון במצפון הקבוצה.

## סדנת אנונימיות

9. איך כלי התקשורת יכולים לעזור למכור שעדיין סובל ולמכור שכבר נמצא בחדרים?

- דרך המדיה המכור מגלה שאנ-איי קיימת.
- כלי התקשורת עוזרים למכור להגיע לאנ-איי.
- פרסום ממומן ומתורגם.
- קמפיינים ייעודיים.
- קו מידע למכור.
- אפשר באמצעות המדיה לעדכן על קבוצות כאמצעי התקשורת.
- להגיע לכל בית בישראל כדי שאנשים ידעו שיש דרך להחלים.
- אחדות בכך שמכורים מרגישים שהם לא לבד ועזרה מיידית למכור במצב סיכון.
- לעודד לשמוע מסרים.

10. איך ניתן להיעזר ברשתות החברתיות לשיפור השרות?

- העברת הפרק רק להיום וקבוצת שיתופים.
- העברת מסרים, קבוצות מסרים, ספרות שלא בהישג יד, שליחת קישורים לקבוצות בזום.
- דרך הזום יותר קל לשתף על דברים שמרגישים לא נעים לשתף בקבוצת הבית.
- דרך הזום אפשר לא לפתוח מצלמה ולהישאר אנונימי.
- דרך הזום ניתן להיכנס לקבוצות בכל העולם.
- הזום מאפשר לאנשים שלא יכולים להגיע פיזית לקבוצה להיות בתוכנית.
- השימוש בזום עוזר לשמור על החלמה, בעיקר בתקופת הסגרים.
- ווטסאפ עוזר להעביר מידע בין הקבוצות והמצפונים.
- ווטסאפ ופייסבוק עוזרים לאחד בין המכורים.
- קבלת תמיכה רגשית מיידית וזמינה.
- מל"צ ושלטי חוצות.
- קבוצות פייסבוק ווטסאפ עוזרות לשתף ולשאת את הבשורה.
- ליצור דף פייסבוק עם מסר ושאלה ומנהל הדף מעלה את השאלה באנונימיות.
- באתר אפשר לגייס אנשי שרות, קל להגיע לאנשים ולגייס אנשים.
- הפצת הבשורה (כנסים ואירועים).
- גיוס כספים לצורך המשך הפעילות.
- אפשרות להכיר חברים חדשים מהתוכנית.
- האתר של אנ-איי מכיל המון מידע על הקבוצות בארץ ובעולם ויש קישור לויז שמכוון לכל קבוצה.
- אפליקציה שמתווכת שרות הסעות לקבוצות למכור החדש.
- עמוד אינסטגרם עם מידע ללא תמונות.
- לעדכן את הקישורים לקבוצות און-ליין באתר.



- לבקש מכל עירייה לפרסם באתר שלה "אם יש לך בעיית סמים יש לנו פתרון" ולפרסם את המספר של הקו החם.

11. מה אנו יכולים לעשות בעמדת שרות או מצפון וגם באופן אישי כדי לשמור על האנונימיות של החברים דרך המדיה?

- כוועדה אזורית להודיע בפגישות על חשיבות האנונימיות והשליחים יעבירו לקבוצות.
- כל ההודעות שישלחו בקבוצה יעברו דרך מנהל הקבוצה (האדמין).
- לבקש שלא יצלמו במסיבות אנ-איי.
- לבקש לא להעביר/לפרסם צילומים ומסרים מוקלטים ברשתות החברתיות אלא רק באתרים המותאמים לכך.
- לא להזכיר שמות משפחה.
- לשמור על אנונימיות ולתת דוגמא אישית.
- להעלות את נושא האנונימיות בקבוצות, מעבר למה שמועלה בסיום הקבוצה, להסביר מה זה אנונימיות.
- לא לאפשר מצלמות בחדרים ובכנסים ואם מקליטים לשאול אם אפשר.
- לעלות את נושא האנונימיות במצפון הקבוצה, להכניס כפורמט אנונימיות ברשתות החברתיות.
- להכין שלט מפורט ומודגש בנושא אנונימיות בכל קבוצת אנ-איי.
- להזמין דוברים שידברו על מסורת 12.
- כל פרסום ברשתות החברתיות ייבדק ע"י מל"צ בכדי לא לפגוע באנונימיות וכן .
- להזכיר על אנונימיות דרך המדיה.
- לפרסם אלונים בחדרים.
- בוועדות אפליקציה של העברת שאלונים אנונימיים, למטרת שיפור השרות של האפליקציה.
- מייל מסווה באופן גורף.
- לבקש מהמנהלים בקבוצות הפייסבוק שישמרו על אנונימיות.
- לדאוג שאנשים לא מכורים יגיעו רק לקבוצות פתוחות.
- אחריות אישית לדברים שמשתפים ומתייגים במדיה.
- כשמוסיפים איש קשר לא להוסיף לשמו אנ-איי.
- להקים אזור אונליין שיפטר בעיות ייחודיות שקשורות לאונליין.
- לא לפרסם בקבוצות ציבוריות תמונות שיש בהן רקע או סמלים שקשורים לתוכנית אנ-איי.

## סדנת תחלואה כפולה

12. כיצד אנו יכולים ליישם את עקרונות האהבה, הקבלה והשייכות כשאנו פוגשים חברים שמתמודדים עם נושאים שונים מאלו שאנו חווים בחיינו?

- לחבק ולאהוב אותם ולקבל אותם כפי שהם, עם תקווה, דרך, אהבה, הכוונה.
- לשים את עצמנו בנעליהם ולעשות הפוך על הפוך.
- לא לשפוט, להתייחס באהבה וקבלה.
- לזכור מאיפה באנו, גם אנחנו היינו שונים.
- לזכור שכפי שקיבלו אותנו מבלי להכיר את עברנו, כך נקבל את האחר.
- לזכור שאנחנו לא מושלמים ולא שולטים, להתעניין בהם ברמה האישית.
- לזכור שאנחנו לא אלוהים ולא יכולים להחליט בשם אף אחד אם הוא נקי או לא.
- להשאיר את השליטה לכח העליון.
- לדבר החלמה – אנשים, מקומות ודברים ולא פילוסופיה ואלוהים.
- להיות ברגישות וחמלה.
- ליצור שיח מכבד.
- להיצמד לעקרונות ומסורות לפני אישיות, כל מכור המחפש החלמה יש לו מקום באנ-איי.
- לאפשר להם להרגיש שווים לנו מבלי להתייחס למחלה שלהם.
- להגיד להם להמשיך לבוא כי הם הגיעו למקום הנכון.
- להקשיב להם ולכבד אותם.
- לתת להם את מספרי טלפון.
- להתרכז בפתרון ולא בשאלות מיותרות.
- להזכיר שתחלואה כפולה, אוטומטית נותנת הרגשה של נפרדות.
- לא לקבוע מה נכון ומה לא מבחינת טיפול תרופתי.
- לא לתייג חבר ולא להתייחס אליו שונה.
- להתייחס רק להתמכרות של החבר ולא למחלות/בעיות אחרות.

13. מה הקבוצה שלנו יכולה לעשות כדי ליצור אחדות ולהבטיח שכל החברים (בייחוד אלה שניצבים בפניהם יותר אתגרים), ירגישו רצויים, שייכים ואהובים?

- להציע להם להיות חלק מהקבוצה ולקחת שרות.
- לקבל אותם לקבוצות צעדים.
- פורמט בקבוצה, ליצור מסר ולדייק.
- להוסיף נושא לשיתוף בקבוצות אנ-איי.
- להוסיף לפורמט דגש לגבי שוויון החלמה בין אדם מתמודד ולא מתמודד.
- פתיחת סדנאות וקבוצות עם דגש והנגשה לתחלואה כפולה (כמו שיש קבוצות נשים וקבוצות לקהילה הגאה).
- להעביר את התוכנית נטו כתוכנית רוחנית, מבלי להזכיר סוגי מכורים וכד'.

- הקדמת סדנאות בנושא של בעיות בריאות בהחלמה ועל ההתייחסות שלנו כחברים לנושא בפגישות.
- מצפון הקבוצה יכול להחליט וליצור תפקיד שמקבל את החבר החדש לקבוצה.
- לתאם רגישות וקבלה כלפי השונה והאחר.
- לגשת לחבר חדש, אם הוא נראה קצת שונה, ביישן, חרדתי לחבק וכו'.
- לא להשתמש במונחים רפואיים כגון "תחלואה כפולה", כולנו מכורים עם בעיה משותפת ותרונ משותף.
- להתמקד במה ששותף לנו ולא בשוני בינינו.

#### איך מתבטאות הכלה, כנות ואמפתיה?

- " לא אכפת לנו מה עשית בעבר, מי היו הסוחרים שלך, אם אתה עשיר או עני, אלא איך אנחנו יכולים לעזור בקשר לבעייתך".
- שוויון מתוך עקרון האנונימיות.
- מסורת 10 "עניינים חיצוניים" מה שבין איש לרופא שלו, זה עניין אישי, **עקרונות לפני אישיות.**
- צריך להתרכז בכל הדברים שיש לנו במשותף. לתת לחבר להרגיש שייך ולא לבד.