

بعضی وقت ها از این که به شما بگویم چه قدر تمت تاثیر بیماری اعتیاد قرار گرفته بودم، برلیم واقعا سفت است: به همین دلیل این جزوه را به شما تقدیم می کنم و امیدوارم درک کنید که چرا من به شرکت در جلسات ناراتین نیاز دارم. بیشتر اوقات می ترسیدم بگویم چه قدر از مشروب خواری و مشاجره های شما اذیت می شدم. همیشه به اتفاقاتی که در خانه اتفاق می افتاد فکر می کردم. این درگیری ها روی روش درس خواندن و روابطم با دوستانم نیز تاثیر گذاشته بود. فحالت می کشیدم از این که دوستانم را به خانه بیاورم. حتی گاهی فودم هم نمی خواستم به خانه برگردم. احساس می کردم تقصیر من بود که ما این همه مشکل داشتیم. اما در ناراتین یادگرفتم که اعتیاد یک بیماری خانوادگی است. همچنین ناراتین به من کمک کرد تا بفهمم: آن چه که از آن بیزارم شفص معتاد نیست بلکه اعتیاد است.

مشاورت بعضی از دوستان ناراتینی:

جنی: پدرم! برای شمامی نویسم، چون این آسان ترین راهی است که می توانم به شما بگویم ناراتین برای من چه معنایی دارد. در آغاز احساس می کردم در این دنیا من تنها هستم که چنین مشکلاتی دارد. پس شروع کردم به شنیدن حرف های ناراتینی ها، به طوری که انگار آنها حرف های مرا می گویند. اکنون هم به دنبال جلسات می گردم، نه فقط برای این که در آن جا دوستانم را ببینم بلکه به جلسه می روم تا زندگی ام بهتر شود. پدر جانم، خاطر این که به من اجازه دادید با جلسات آشنا شوم والان هم اجازه می دهید به جلسه بروم از شما متشکرم. مس می کنم رابطه ما نیز مستحکم تر شده است.

اندرو: مادر! وقتی پدر تازه ترک کرده بود تو بیش از حد درگیر او شده بودی انگار به من اهمیت نمی دادی. جرو بمت های شما باعث می شد تا احساس تنهایی کنم. از بس مشاجره های شما را متوقف می کردم تا به من توجه کنید فسته شدم. وقتی عصبانی می شدی، با من بدافلاقی می کردی و تشر می زدی، احساس سردرگمی می کردم. اکنون ناراتین این شانس را به من می دهد که مساساتم را بیان کنم و مس کنم از طرف دوستان ناراتینم پذیرفته شده ام. مادر! املامی فهمم شما هم درست مثل من تمت تاثیر اعتیاد پدر قرار گرفته بودی.

مری سو: اگرچه ناراتین همه ی مشکلات زندگی مرا حل نکرد اما به من کمک کرد زندگی ام را از زاویه ی تازه ای ببینم. من دوستان زیادی در جلسات پیدا کرده ام اما فقط به خاطر تفریح و معاشرت به جلسات نمی روم، من آنها می روم تا برای سفتی های زندگی که ناشی از بیماری اعتیاد است، کمک بگیرم. قبل از آمدن به ناراتین استنباطی نداشتیم. وقتی سرم داد می زدند، من هم فریاد می زدم به طرف اتاقم می دویدم و در را محکم به هم می کوبیدم. ناراتین به من نشان داد که می توانم آرام باشم و بدون هیچ واکنشی از چنین موقعیت هایی فاصله بگیرم.

لوری: ناراتین به من آرامش را هدیه داد. قبل از آن که به جلسه بروم، نمی توانستم فشم و کینه ام را نسبت به دیگران، مخصوصاً خانواده ی خودم، کنترل کنم. اما اکنون یاد گرفته ام به خاطر چیزهای کوچکی مثل جوانی، فنده و خانواده ای که از من مراقبت می کند، سپاس گزار باشم.

مارک: من عضوی از نارانان شدم تا ارتباطم با والدینم بهتر شود. از این که میدیدم آنها در برنامه های جداگانه ای رشد میکنند که دعوایشان پایان می گیرد، مسود می شد. من هنوز بد افلاق بودم و می خواستم من هم فوشمال باشم. از والدینم تشکر می کنم که مرا به ناراتین هدایت کردند.

پدرم، مادرم

معتادان از نظر ذهنی، معنوی و جسمی از بیماری اعتیاد آسیب می بینند، فوب، مدس بزیند دیگر از چه چیزهایی آسیب می بینند؟ می دانید چه قدر والدین به سن یا بلوغ فرزندانشان بی توجه می شوند من همیشه عادت داشتم احساساتم را پنهان کنم، در حالی که پنهانی می گریستم. تظاهر می کردم نارامت نیستم. ناراتین به من عشق و امید داد و احساس این که دیگر تنها نیستم.

می دانید که ناراتین...

* برای بچه هایی شبیه من است که تمت تاثیر مصرف مواد مخدر دیگران قرار گرفته اند.

* مکان امنی برای من است که بتوانم مشارکت کنم.

* به من کمک می کند تا بیماری خانواده ام را بشناسم.

* جایی است که یاد میگیرم احساس فوبی نسبت به خودم داشته باشم.

*به من شهامتی می دهد تاباعشق (ها) کنم.

*انجمن گمنام است. مادرباره آن چه که می شنویم یا کسانی را که در جلسه میبینیم، صحبت نمی کنیم، فوق العاده است.

امیدوارم این توضیحات تصویر روشنی از اهمیت تاراتین در زندگی ام را نشان دهد. در واقع فقط می خواهم به شما بگویم به ناراتین نیاز دارم.

آن چه که راهنمای ناراتینی مادرباره ی ناراتین می گوید:

به عنوان یک راهنمای ناراتینی می گویم که این جا جای خیلی خوبی برای فرزندان شماست. من این جا هستم تا جلسات (راهنمایی) کنم و جای امنی را برای ناراتینی فراهم کنم که بتوانند به راحتی صحبت کنند. یک راهنما نقش معلم را ایفا نمی کند، در واقع به جای تدریس فقط مشارکت می کنیم. من نقش والدین را ندارم و هرگز نمی توانم جای شما (والدین) را بگیرم. ما یاد می گیریم به بچه ها مانند بزرگسالان احترام بگذاریم و آن هایادمی گیرنده ما اعتماد کنند، زیرا ما افتخار می کنیم که ممرم را از آنان هستیم.

سعی کنید به خاطر داشته باشید که ناراتین:

*یک برنامه درمانی نیست.

*برنامه ای برای نوجوانانی که با مشروب خواری یا مواد مخدر مشکل دارند نیست.

*جایی برای شکایت از والدین یا هرکس دیگر نیست.

*جایی برای تربیت کردن یا نگهداری فرزندان تن نیست.

*مهمی برای خدمتکاری کودکان (مهدکودک) نمی باشد.

*پاتوق تفریح نیست.

*ابزاری برای تنبیه نیست بلکه ابزار بهبودی است.

امیدوارم توانسته باشم بگویم که بچه های شما چه ارزشی برای من دارند. فکر میکنم اگر هر هفته با آن ها باشید متوجه می شوید هر بار به تمام بچه هایی که کمک شده اند ولذت هایی که در فرایند راهنمایی داشته ام فکر می کنم متوجه می شوم که چقدر اعتقاد به ناراتین بیشتر شده است. اگر هنوز در نیاز عزیزتان به ناراتین شک دارید به خاطر داشته باشید: "شما مجبور نیستید بنوشید و از بیماری اعتیاد رنج ببرید.