

สมาคมผู้ติดยาเสพติดนิรนาม (Narcotics Anonymous: NA)

กลุ่มงานการพยาบาลผู้ป่วยนอก กลุ่มภารกิจด้านการพยาบาล

โรงพยาบาลธัญญารักษ์ปัตตานี

สมาคมผู้ติดยาเสพติดนิรนาม (Narcotics Anonymous) ก่อตั้งขึ้น เมื่อเดือน กรกฎาคม ปีค.ศ. ๑๙๕๓ โดยพัฒนามาจาก กลุ่มผู้ติดแอลกอฮอล์ (Alcoholics Anonymous) และมีการประชุมกันเป็นประจำเริ่มต้นที่ ลอสแอนเจลิส รัฐแคลิฟอร์เนีย หลังจากนั้นแพร่หลายอย่างรวดเร็วในประเทศสหรัฐอเมริกา และอีกหลายประเทศทั่วโลก

สมาคมเอ็นเอ คือสมาคมที่ไม่หวังผลกำไรของคนทุกเพศทุกวัยซึ่งมีปัญหาจากการใช้ยาเสพติด ที่กำลังฟื้นฟูสภาพมาพบกันเป็นประจำเพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกันให้เลิกยาเสพติด สิ่งเดียวที่จำเป็นในการเป็นสมาชิกเอ็นเอคือความต้องการที่จะหยุดใช้ยาเสพติด ขอให้คุณเปิดใจให้กว้างและให้เวลากับตนเอง วิธีการของเอ็นเอเป็นวิธีการที่ชัดเจนนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ ทุกคนสามารถเป็นสมาชิกเอ็นเอได้โดยไม่มีเงื่อนไขใดๆ ไม่มีค่าสมัครหรือค่าธรรมเนียม ไม่มีใบสัญญาที่ต้องลงนาม ไม่จำกัดอายุ เพศ ศาสนา เชื้อชาติ สิ่งสำคัญที่คุณต้องมีเมื่อเข้ามาอยู่ในกลุ่มเอ็นเอคือ ความซื่อสัตย์ การเปิดใจให้กว้าง และความยินยอมพร้อมใจ ถ้าคุณมีทั้ง ๓ อย่างนี้ แสดงว่าคุณ กำลังเดินไปในทางที่ถูกต้อง (สมาคมผู้ติดยาเสพติดนิรนาม)

กระบวนการต่อไปนี้คือสิ่งที่ทำให้สามารถฟื้นฟูสภาพจากการติดยาเสพติดได้

๑. เรายอมรับว่า เราไม่มีกำลังพอที่จะต่อสู้กับการติดยาเสพติดของเราและเราไม่สามารถควบคุม การดำเนินชีวิตของเราได้
๒. เราเชื่อว่ามิบางสิ่งที่มีพลังมากกว่าตัวเราซึ่งสามารถช่วยให้เรากลับเป็นปกติได้
๓. เราได้ทำการตัดสินใจที่จะมอบความตั้งใจและการดำเนินชีวิตของเรา ให้อยู่ภายใต้การดูแลจากสิ่งที่เราศรัทธาซึ่งแล้วแต่เราจะเข้าใจว่าสิ่งนั้นคืออะไร
๔. เราได้ทำการพิจารณาเรื่องราวของตัวเราเองอย่างละเอียดถี่ถ้วนและไม่ท้อถอย
๕. เรายอมรับความจริงในความผิดของเราอย่างละเอียด ต่อสิ่งที่เราเชื่อมั่น ศรัทธา ตัวเราเอง และคนอื่นอีกคนหนึ่ง
๖. เราพร้อมอย่างเต็มที่เพื่อให้สิ่งที่เราศรัทธาช่วยขจัดนิสัยที่ไม่น่าพึงพอใจต่าง ๆ ของเรา
๗. เรายินยอมร้องขอให้สิ่งที่เราเชื่อมั่นศรัทธาขจัดนิสัยที่ไม่น่าพึงพอใจต่าง ๆ ของเรา
๘. เราได้ทำรายชื่อบุคคลทุกคนที่เราเคยทำร้าย และยินดีที่จะทำบางอย่างชดใช้ ให้แก่เขา
๙. เราได้ขจัดใช้ให้บุคคลเหล่านั้นโดยตรงเมื่อเรามีโอกาส ยกเว้นถ้าการกระทำนั้นจะเป็นการทำลาย พวกเขาหรือบุคคลอื่น
๑๐. เรายังคงพิจารณาเรื่องราวของตัวเราเองต่อไปอย่างต่อเนื่องและเมื่อใดที่พบว่าเราผิด เราจะยอมรับ

สิ่งนั้นโดยทันที

๑๑.เราทำให้สงบและทำการภาวนาเพื่อค้นหาความสัมพันธ์ทางจิตใจกับสิ่งที่เราศรัทธา ซึ่งแล้วแต่เราจะเข้าใจว่าสิ่งนั้นคืออะไรเพื่อให้เรารู้ว่าเจตนาของสิ่งที่เราศรัทธาต่อตัวเรานั้นเป็นอย่างไร และทำให้เรามีพลังพอที่จะกระทำให้สิ่งนั้นให้ได้

๑๒.เมื่อเราได้เกิดการตื่นตัวทางจิตใจจากกระบวนการขั้นตอนเหล่านี้แล้วเราพยายามถ่ายทอดสารนี้ให้กับผู้ติดยาเสพติดคนอื่น ๆ และนำหลักการนี้ไปปฏิบัติในกิจวัตรทุกอย่างของเรา

สาระสำคัญในหลัก ๑๒ ขั้นตอน

ในขั้นต้นเป็นการยอมรับตนเองว่ามีปัญหาติดยาเสพติด และไม่สามารถแก้ปัญหาตนเองได้ ผู้เสพติดต้องหันกลับมาเคารพศรัทธาพลังอำนาจที่อยู่เหนือตนในการกลับฟื้นคืนสภาพ พลังอำนาจที่อยู่เหนือตน คือพระเจ้าในความเชื่อ ความศรัทธาของแต่ละคน ซึ่งอาจแตกต่างกัน หรืออาจจะเป็นอย่างอื่นก็ได้ การหมั่นทบทวนถึงการกระทำที่ผ่านมาของตัวเอง การยอมรับสิ่งผิดพลาดในอดีต การยอมรับผิดกับบุคคลที่เป็นที่เคารพรัก และการขอขมาโดยตรงต่อบุคคลที่ตนเองเคยล่วงเกินไว้ ความสม่ำเสมอในการทบทวนตนเองยอมรับผิดอย่างจริงใจเมื่อพบว่าผิด

โรงพยาบาลธัญญารักษ์ปัตตานี ได้นำหลักการของสมาคม NA มาพัฒนาให้เป็นกิจกรรมทางเลือกให้ผู้ป่วยในการดูแลตนเองเพื่อไม่ให้กลับไปเสพซ้ำ ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๕๖ – ปัจจุบัน โดยมีการประชุมกลุ่ม NA ของโรงพยาบาลธัญญารักษ์ปัตตานี ดังนี้

๑.การเตรียมตัวเป็นสมาชิก NA (กลุ่มการเรียนรู้เข้าสู่ NA) วันอังคาร 10.30-11.30 น.

๒.การประชุมภายในโรงพยาบาล วันอังคารเวลา 13.30-14.30 น.

๓.การประชุมนอกหน่วยงาน วันอังคาร วันพฤหัสบดีและวันอาทิตย์ เวลา 19.00-20.30 น. ณ ที่ประชุมกลุ่ม NA ถ.เจริญประดิษฐ์ ต.รูสะมิแล อ.เมือง จ.ปัตตานี

ช่องทางการติดต่อ

Line: Pattani

Facebook:NA ปัตตานี