

Skupinka KROKY ke svobodě – skupinka emoční obnovy
Cíl komplexní uzdravení a osvobození od citových problémů, destruktivního chování,
negativních situací a charakterových vad
Doprovodný materiál - studie v průvodci OBNOVA MYSLI

„Svobodná mysl“ je soběstačný program podporující poslání CASD. Naším cílem je poskytovat vzdělávání, poradenství a terapeutickou podporu pro zotavení v oblasti závislého chování a emoční pohody člověka s využitím biblického přístupu.

V současné době máme tým profesionálních dobrovolníků, kteří jsou členy CASD a touží se podílet na službě v této oblasti.

K programům přistupujeme nejen z terapeutické, ale také misijní perspektivy. Cílem je, aby lidé poznali jedinou zdravou závislost a to na svém Tvůrci a přijali Ježíše do svého života jako Spasitele, Uzdravovatele a osobního Vysvoboditele svého života.

Nabízíme tyto aktivity:

1. Individuální terapeutické poradenství.
2. Individuální rodinné poradenství.
3. Vzdělávací semináře.
4. Víkendové semináře.
5. Školení: „Instruktor obnovy“.
6. Zaučení: Jak ve vašem sboru vytvořit prostor pro obnovu.

Úvod:

Jako věřící nepotřebujeme vyhledávat mnoho statistik, abychom vnímali úpadek dnešní společnosti. Víme, že dnešní lidé jsou plní citových zranění, duchovní prázdnoty, destruktivních návyků a charakterových vad.

Zamyslete se nad tím, kolik lidí žije ve vašem okolí, kteří se nezajímají o Bibli, protože **si myslí, že na jejich potřeby a problémy (prázdnoty, citová zranění, destruktivní nebo návykové chování a charakterové vady) neexistuje žádná odpověď.** Zamyslete se na chvíli nad počtem členů církve, kteří se každé sobotní ráno účastní bohoslužeb, ale během týdne jejich srdce trpí bolestí, nemocí a nesvobodou. Utápějí se v depresích, úzkosti, závislostech, hněvu, hořkosti, cizoložství, rozvodu, rodinných problémech, nízkém sebevědomí nebo myšlenkách na sebevraždu. Protože nejsme Bůh, neznáme přesný počet takových členů v těchto podmínkách, ale jako křesťané víme, že se nacházíme v době, kdy se naplňuje Ježíšovo prorocké slovo: "a protože se rozmnoží špatnost, láska mnohých vychladne." (Matouš 24,12)

PROSTOR NEBO SKUPINA PRO OBNOVU

Jako forma služby ve vašem místním sboru či okrsku

Dostáváte do rukou návrh evangelizačního programu, který by účinněji a konkrétněji oslovil ty, kteří mají takovéto problémy, a umožní sborům pořádat každý týden aktivity věnované emocionálnímu a duchovnímu zotavení členů církve a vašemu sousedství. Církev se tak stává relevantní na komunitní a sociální úrovni pro vládní, vzdělávací a institucionální orgány.

Cíl: V rámci projektu se sbor zaměřuje na podporu uzdravujících aktivit, které pomáhají jejímu rozvoji: Vytvořit prostor, kde se propagují biblicky založené nástroje emoční a duchovní podpory pro lidi, kteří mají citová zranění, duchovní prázdnotu, destruktivní návyky a charakterové vady.

Skupinka emoční obnovy není „profesionální“ skupinovou terapií, protože ji nevede odborný pracovník – psycholog nebo psychiatr. Místo toho ji tvoří přímo lidé s těmito problémy, kteří se vzájemně podporují. Skupinu vede jeden nebo více moderátorů, kteří také poskytují, ale i přijímají podporu od ostatních účastníků, protože ve skupince emoční obnovy „všichni potřebujeme pomoc“.

Místo konání: Ve vhodných prostorách sboru nebo v centru vlivu, vzdělávací instituci, sanatoriu, klinice nebo nemocnici. Skupinku emoční obnovy je možné založit také v pronajaté místnosti nebo v místnosti zapůjčené od státního orgánu (obecní sál v sousedství, sál veřejné školy apod.). Někteří kazatelé se společně se svým okrskem rozhodli zahájit tuto aktivitu, ale v malých skupinkách doma. To je také velmi vhodné. Je to také vynikající biblický nástroj pro misii v oblasti duševního zdraví.

Den konání: Jednou týdně – nejlépe pátek, sobota nebo neděle (tyto dny jsou v komunitách nejdostupnější).

Čas: nejlépe večer, 18.00 - 19.00 hod (čas dostupný pro většinu lidí v komunitě).

Doba trvání: 2 hodinové setkání jednou až 2x týdně

Je tento projekt určen pouze pro osoby se závislostním chováním? NE. Mnoho lidí, když uslyší pojem skupinka obnovy, si bohužel myslí, že jde o nějaké místo pouze pro alkoholiky nebo drogově závislé. Materiály, které používáme při práci ve skupinkách emoční obnovy, jsou zaměřeny na oblast duševního, emocionálního a duchovního zdraví, a to biblickým způsobem. Ta zahrnuje mnoho negativních zkušeností a problémů, se kterými se lidé potýkají.

Kdo se může zúčastnit? Lidé, kteří mohou, ale nemusí být členy církve, a kteří mají některý z následujících problémů:

Negativní situace: opuštění - odmítnutí - zrada - rozvod - fyzické zneužívání - psychické zneužívání - sexuální zneužívání - slovní zneužívání - nehoda - nemoc - ponížení - výsměch - ztráta blízké osoby - jiné ...

Destruktivní návyky: užívání drog - užívání tabáku - užívání alkoholu - nutkavé užívání léků - závislost na práci - závislost na jídle - závislost na osobě (spoluzávislost, toxický vztah) - závislost na nakupování - sexuální závislost - napadání lidí (slovní nebo fyzické) - sebepoškozování - konzumace nezdravých potravin nebo nápojů - užívání kofeinu - jiné.

Základní negativní emoce: deprese - úzkost - nízké sebevědomí - hněv - nenávist - zášť - pomsta - nejistota - osamělost - úzkost - frustrace - selhání – jiné

Charakterové vady: Pomluvy – chamtivost – žárlivost – povýšenost – povýšenost – lenost – ctižádostivost – lhaní – nepoctivost – závist – požitkářství – netrpělivost – přecitlivělost – nevěra – nezralost – manipulace – viktimizace – narcismus – popírání – pýcha – zahálka – minimalizace – arogance – nestálost – majetnictví – posedlost – egocentrismus – duševní strnulost – marnivost – jiné.

Kdo se nemůže zúčastnit? Osoby, jejichž úsudek a duševní zdraví jsou vážně silně ovlivněny akutním psychiatrickým onemocněním. Lidé, kteří nejsou duševně a duchovně v pořádku, kteří potřebují odbornou péči a pomoc a klinickou internaci.

Je skupinka emoční obnovy událostí, aktivitou, nebo životním stylem?

Často se dopouštíme omylu, když se domníváme, že vytvoření skupinky obnovy ve sboru nebo v komunitním centru je součástí evangelizační akce nebo programu, který bude trvat určitou dobu a skončí, až budou někteří z lidí, kteří se skupinky zúčastnili, pokřtěni. Myslím, že je to součástí ducha Laodiceje – pomíjivé programy s metodami, které tlačí lidi k unáhleným rozhodnutím. Tím neříkám, že jim budeme bránit, pokud se některý z účastníků skupinky bude chtít nechat pokřtít.

Spasení je „individuální záležitost“, která zahrnuje rozhodnutí přijmout Ježíše jako osobního spasitele mého života a spasení z mých hříchů. Je však zajímavé, že v samotné Bibli se několikrát říká, že zůstat ve spojení s Bohem zahrnuje nejen individuální zkušenost (modlitbu, čtení Bible, svědectví a odvrácení se v Boží síle od hříchu), ale také jsem vyzván, abych pochopil, že duchovní sílu získávám, když jsem společnou zkušeností spojen i s ostatními křesťany.

Účastnit se pravidelných týdenních setkání skupiny pro duchovní a emocionální podporu je „životní styl na celý život“. Když ji přestaneme navštěvovat nebo se přestaneme setkávat s jinými hříšníky, kteří potřebují Boží milost tak jako my, ztrácíme duchovní vitalitu a pokoru.

Tato skupinka je způsobem života a Božím pověřením pro náš duchovní, mentální a emocionální růst jako lidských bytostí, Božích dětí. Na skupince se nestáváme závislími. V jistém smyslu se ve skupině na sobě stáváme "zdravě závislími", což je součástí Božího plánu pro lidskou bytost.

Protože každý křesťan chápe, že účast ve shromáždění a společné duchovní prožívání je pro nás Bohem danou nutností, nikdo neříká: "Jak dlouho ještě musím chodit na bohoslužby? Nestačí to už?"

Někteří z nás ale potřebují také jiný druh užšího kontaktu ve skupině s lidmi, kteří pokorně uznávají, že mají a řeší stejné problémy a trápení jako my a že také bojují s hříchem jako my. Tam chápeme, že se scházíme pro vzájemnou podporu a abychom se společně nechali vést Bohem.

Příznakem hříchu je také popírání, kterým se oklamáváme tak, že si namlouváme, že to zvládneme sami, že nepotřebujeme pomoc a že to máme pod kontrolou. Věřím, že když jsme přišli „do skupiny“, bylo to proto, že jsme si z Boží milosti pokorně uvědomili svou potřebu a že to sami nezvládneme. Duch svatý to však nedělá jen prostřednictvím Bible, ale zvláštním způsobem působí i ve skupinkách emoční obnovy – dává nám poznat naše chyby a vede nás k řešením, která sami nedokážeme najít. Ve skupině máme více příležitostí rozpoznat to, co jsme sami ve svém životě nebyli schopni vidět.

Nezanedbávejte společná shromáždění, jak to někteří mají ve zvyku, ale napomínejte se tím více, čím více vidíte, že se blíží den Kristův. Židům 10:25

Z něho roste celé tělo, pevně spojené klouby navzájem se podpírajícími, a buduje se v lásce podle toho, jak je každé části dáno. Efezským 4,16

I řekl Hospodin Bůh: "Není dobré, aby člověk byl sám. Učiním mu pomoc jemu rovnou." Genesis 2:18

Jako Železo se ostří železem a jeden ostří tvář druhého. Přísloví 27:17

Ti, kteří radostně přijali jeho slovo, byli pokřtěni a toho dne bylo přidáno asi tři tisíce duší. Vytrvale zůstávali v učení apoštolů a ve společenství, v lámání chleba a modlitbách. Každé duše se zmocňoval strach; skrze apoštoly se v Jeruzalémě dalo mnoho divů a znamení a na všech byl veliký strach. Všichni věřící byli pospolu a měli všechno společné. Prodávali svá zboží a majetky a dělili je mezi všechny, jak kdo potřeboval. Denně zůstávali jednomyslně v chrámě, po domech lámali chléb a přijímali pokrm s veselím a prostotou srdce. Chválili Boha a byli oblíbeni u všeho lidu. A Pán k jejich společenství denně přidával ty, kteří byli zachráněni. Židům 2,41-47

Osobní zkušenost zakladatele projektu „Svobodná mysl“ se skupinkami obnovy:

Jmenuji se Juan Pablo Malanga, jsem Božím dítětem, které z Jeho milosti prožívá obnovu, a jsem členem Církve adventistů sedmého dne. Aktuálně jsem také absolventem teologického studia, lektorem v oblasti emočního zdraví. Profesí jsem terapeut v oblasti závislostního chování a působím v několika centrech pro odvykání závislých.

Jsem ředitelem a zakladatelem projektu LIBRE MENTE („Svobodná mysl“), který pomáhá lidem v oblasti emočního zdraví a osvobození od závislostí. V současné době pracuji jako odborník v oblasti uzdravení ze závislostí. Vedu také semináře, školení, konference a projekty zaměřené na emoční obnovu a závislosti s čistě biblickým přístupem.

Další činností, které se v současné době věnuji, je školení a příprava sborů, aby se staly prostorem a skupinkami emoční obnovy. V tomto dokumentu bych chtěl objasnit, proč jsem pro tento druh evangelizačního přístupu nadšený.

Už od svých dvanácti let jsem se cítil osamělý, opuštěný a bezcenný. Jako teenager jsem se cítil nejistý a plný úzkosti. Útočiště jsem hledal v závislosti na technologiích. Během mého dospívání se rodiče rozvedli, čímž v mém životě vznikla obrovská prázdnota. Když mi bylo 18 let, byl jsem zoufalý. Prožíval jsem depresi a zároveň úzkosti, přemýšlel jsem o tom, že si vezmu život, a potýkal jsem se se závislostí na drogách, alkoholismem a kouřením.

Když mi bylo devatenáct let, přemohly mě bolesti a prázdnota a dostal jsem se až na samé dno svého života. Díky tomu jsem si uvědomil svůj stav a byl schopen vidět Boha, který se mě snaží uzdravit a osvobodit. Rozhodl jsem se začít svou cestu obnovy tím, že jsem v hloubi svého srdce dovolil Ježíši, aby se stal mým osobním Spasitelem.

Můj nejlepší přítel od mládí jménem Emanuel, který v současné době pracuje jako pastor v adventistickém centru zdravého životního stylu v Argentině a vede tam skupinové terapie pro závislé, mě v roce 2008 začal zvát, abych tam přijal pomoc pro své emocionální a závislostní problémy. V té době církev v mém sousedství provozovala programy vlivu, které se snažily reagovat na potřeby komunity pomocí Kristovy metody a které církev přibližovaly k problémům lidí. V době, kdy jsem začal hledat Boží pomoc pro své uzdravení, existovaly v několika církvích v Buenos Aires skupinky obnovy, které založili Dr. Claudia Anfossi, Gabriel De Marco a Marcelo Vaca s podporou pastora Nestora Bruna. Pochopil jsem, že existují lidé, kteří dokážou pochopit, co se mi děje. Mohl jsem se ztotožnit s jejich zkušenostmi. Mezi doprovázením mého nejlepšího přítele, který byl již nějakou dobu v obnově, podporou bratří z mého sousedství, programy vlivu místní církve a lidmi ze skupinek obnovy se můj život začal obracet o 180 stupňů. Bůh používal všechny nástroje, aby uzdravil a osvobodil mé srdce.

Po několika letech obnovy a misijních a profesních zkušenostech jsme začali vést dvě skupinky obnovy ve dvou centrech vlivu, která působila v severní oblasti Buenos Aires. Musím se zmínit o podpoře, náklonnosti a důvěře, kterou v té době měl pro tuto práci pastor Marcos Zalgado, administrátor a globální ředitel misie v severním Buenos Aires, a o tom, jak nám otevřel dveře. V té době, v roce 2018, jsem od Boha dostal silné volání vytvořit program, který se věnuje všem těmto otázkám. A tak se zrodil projekt „Svobodná mysl“ pro emoční obnovu a obnovu ze závislostí se zaměřením na vzdělávání, poradenství a konzultace. V roce 2019 jsme měli první školení, kterého se zúčastnilo 36 účastníků z celého Buenos Aires, kteří byli vyškoleni jako instruktoři obnovy.

„Svobodná mysl“ má v současné době i virtuální skupinky obnovy a také stovky členů církví, kteří zakládají skupinky emoční obnovy ve svých místních církvích.

Nezáleží na tom, jakého jste věku, profese, národnosti, náboženství nebo pohlaví. Bůh vás najde a přijme takové, jací jste. Miluje vás však natolik, že vás chce vést ke změně života, která promění celou vaši bytost (mysl, tělo i ducha). Touží vás uzdravit zevnitř, jako to udělal se mnou. A dát vám tak službu se svědectvím, které podpoří ostatní, kteří potřebují Boha, jenž obnovuje, uzdravuje a osvobozuje.

Historie skupinek obnovy:

Raní křesťané: Jedním z hlavních nástrojů, díky nimž bylo křesťanství ve svých počátcích úspěšné, bylo to, že se scházeli většinou doma v malých skupinkách. Vzájemně sdíleli své těžkosti, podporovali se a rostli v jednotě.

Středověk: Od roku 300 n. l. začala velká část křesťanství začleňovat do svého náboženského fungování i nebiblické praktiky. Zejména shromažďování lidí ve velkých chrámech nebo katedrálách, jak to dělali pohané. Ve středověku (v době tmářství) pak římskokatolická církev taková shromáždění ve velkých katedrálách a chrámech oficiálně zavedla. Společnost se vzdálila duchu jednoty, empatie, společenství a vzájemné lásky. Křesťané byli římskými katolíky pronásledováni. Tito křesťané se scházeli v malých skupinkách ve svých domovech, aby sdíleli svá trápení, potřeby a vzájemně se podporovali.

Metodisté: V polovině 17. století založil John Wesley metodistickou církev. Vyznačovala se návratem k zásadě křesťanského růstu v malých skupinách. Přestože se všichni v neděli scházeli v kostele, jejich síla spočívala v malých skupinkách ve všední dny.

Pravidla Společností metodistických skupin vypracovaná 25. prosince 1738:

Účelem společných setkání je poslouchat Boží příkaz: „Vyznávejte si navzájem své viny a modlete se jeden za druhého, abyste byli uzdraveni.“ (J 5,16) K tomu jsou stanovena následující pravidla:

1. Scházet se alespoň jednou týdně.
2. Docházet přesně v určený čas, s výjimkou mimořádného důvodu.
3. Začít (přítomní) přesně na čas zpěvem nebo modlitbou.
4. Mluvit každý popořádku, svobodně a zřetelně o skutečném stavu své duše, o chybách, kterých jsme se dopustili v myšlenkách, slovech nebo skutcích, a o pokušeních, která jsme zažili od našeho posledního setkání.
5. Každé setkání zakončit modlitbou podle potřeb každého z přítomných.
6. Požádat jednoho z nás, aby promluvil o své vlastní duchovní situaci, a poté vyzvat ostatní, aby spořádaně položili hluboké otázky týkající se jejich stavu, jejich hříchů a pokušení.

Oxfordské skupiny: V roce 1920 založil v USA luteránský pastor Frank Buchman Oxfordské skupiny. Jedná se o křesťanskou metodiku setkávání v domácnostech za účelem sdílení zkušeností, situací a vzájemné podpory mezi lidmi, kteří chtějí kráčet vítězným křesťanským životem. Řídili se čtyřmi standardy, které nazývali „Čtyři absolutní zásady“ a které zněly: Upřímnost, Čistota, Nesobeckost a Láska. Na jedno z těchto setkání přišli ti, kteří později založili slavné skupinky Anonymních alkoholiků.

Skupiny 12 kroků: V roce 1935 založili Bill Wilson a Dr. Robert Smith 12krokové skupinky Anonymních alkoholiků. Dvanáct kroků je řada konceptů, které se snaží vést lidi směrem k obnově. I když ve 12 krocích najdeme výrazy jako „vyšší moc“ nebo „Bůh, jak ho chápeme“, nepropagují Bibli ani Ježíše Krista. Nechávací na vás, abyste se rozhodli, kterému Bohu nebo vyšší moci chcete věřit. Koncepty 12 kroků byly převzaty z biblických konceptů oxfordských skupin, protože Bill Wilson a Dr. Robert Smith získali své první zkušenosti s obnovou v křesťanských Oxfordských skupinách. Časem se však tento program věnoval vytváření pouze podpůrných skupin pro alkoholiky, a to s méně křesťanským zaměřením. V průběhu let se z Anonymních alkoholiků vynořily další skupinové přístupy 12 kroků pro drogově závislé, spoluzávislé, kompulzivní šperkaře, sexuálně závislé a další závislosti.

Křesťanské skupiny 12 kroků: Od 80. let 20. století začaly křesťanské církve vnímat význam toho, aby ve svých sborech měly skupinky obnovy s modelem 12 kroků, ale s použitím biblickějšího a na Krista zaměřeného přístupu. To dalo vzniknout mnoha biblickým křesťanským 12krokovým programům. Dnes jsou nejpopulárnější „Celebrate Recovery“ a „Life Recovery“. Zajímavé je, že tyto křesťanské 12krokové skupiny otevřely dveře nejen lidem se závislostmi, ale také lidem s traumaty, citovými zraněními, duchovní prázdnotou, negativními situacemi a nejrůznějšími citovými, duševními nebo duchovními problémy. Ukázalo se, že proces 12 kroků by byl užitečný nejen v případě závislostí, ale také v případě jiných duchovních a psychických problémů.

V Církvi adventistů: V polovině 80. let 20. století Hal Gates, právník a alkoholik, uslyšel Boží volání, vrátil se do Církve adventistů sedmého dne, ve které prožil své mládí, a začal sloužit jako pastor. Začal zakládat „Skupinky regenerace“ pro lidi se závislostmi a duševními problémy.

V roce 2011 správní rada Adventist Recovery Ministries (Adventistické služby obnovy) oficiálně odhlasovala rozpuštění původní organizace a restrukturalizaci služby pod Severoamerické divize Generální konference. Tím oficiálně zůstala adventistická celosvětová služba obnovy jako pomocná ruka v naší církvi pro tyto typy situací a problémů.

V uplynulém desetiletí se Oddělení zdravotní služby Generální konference adventistů sedmého dne zaměřilo na prolomení mlčení o těchto otázkách v církvi po celém světě. Za tímto účelem podpořilo průkopnickou službu známou jako Regenerace, kterou původně založil Hal Gates, a adventistickou službu obnovy v Severoamerické divizi.

Adventist Recovery Ministries je oficiální celosvětová služba naší církve zaměřená na podporu pro každého, kdo trpí závislostí nebo má emoční či duševní problémy, a také pro každého, kdo má v rodině člena nebo blízkého člověka, který má s těmito problémy každodenní problémy. Jejím úkolem je podporovat zakládání 12krokových podpůrných skupin s biblickým přístupem, které jsou otevřené jakýmkoli emočním, duševním nebo behaviorálním problémům. Pracuje se v ní s manuály a podpůrnými materiály pro tyto skupiny.

Adventistická služba obnovy pevně věří, že naše sbory musí být „centrem zdraví, uzdravení a naděje, kde se sdílí integrita a slouží všem“ v komunitě. Naše sbory mohou být jen tak zdravé, jak zdraví jsou jejich členové. Pokud trpí jeden z nás, jsme zranění všichni (1. Korintským 12,26). Proto Adventist Recovery Ministries Global plánuje vzdělávat vedoucí církve, členy a komunitu v oblasti emočního uzdravení, zdravých vztahů, procesu odpuštění a také strategií pro obnovu, jako jsou skupinky emoční obnovy a 12kroková Cesta k celistvosti (Journey to Wholeness).

Dnes: Adventisty v současnosti charakterizují „malé skupinky“, protože mnoho našich průkopníků mělo silné vazby s metodismem. Snažíme se pokračovat v tomto mocném odkazu účinnosti a růstu, který mají skupiny vzájemné podpory, tím, že se vkládáme Bohu do Jeho lásky, moci a vůle jako středisko zdraví a obnovy. V projektu LIBRE MENTE se snažíme vytvářet skupinky emoční obnovy otevřené nejen pro závislosti, ale pro všechny emocionální, duševní a duchovní problémy, které lidé mohou mít. Chceme být pomocnou a podpůrnou rukou celosvětové adventistické službě obnovy (Adventist Recovery Ministries Global). Věříme a chápeme, že skupinka emoční obnovy není událostí nebo aktivitou, ale trvalým „životním stylem“, který člověk „potřebuje“ pro svůj duchovní růst a sílu, a ve kterém se považujeme nejen za duchovní, ale také za „společenské“ bytosti, které byly povolány k tomu, aby s Boží pomocí rostly individuálně i ve skupině.

Ellen Whiteová a práce ve skupinkách:

Vytváření malých skupinek jako základ křesťanského úsilí mi představil Ten, který se nemůže mýlit. Pokud je v církvi mnoho členů, organizujte se do malých skupinek, které budou pracovat nejen pro členy církve, ale i pro nevěřící. Pokud jsou někde jen dva nebo tři, kteří znají pravdu, zorganizujte se do misijní skupiny. Udržujte těsné pouto svazku, uzavírejte své řady z lásky a jednoty, povzbuzujte se navzájem k pokroku a každý získávejte odvahu, sílu a pomoc od ostatních (Testimony Treasures, sv. 3, str. 84).

Boží požehnání přijde na členy Církve, když se budou podílet na díle a denně se scházet v malých skupinkách, aby se modlili za jeho úspěch. Tímto způsobem věřící získají milost pro sebe a Boží dílo bude postupovat kupředu. Evangelism str. 111.

Vydejte se v malých skupinkách pracovníků jako Pánovi misionáři a dělejte to, co Kristus přikázal prvním učedníkům. Jděte po dvou na různá místa v našich městech a předávejte Pánovo varovné poselství. The Upward Look, str. 91.

To je naše práce. Malé skupinky by měly vycházet a konat práci, kterou Kristus zadal svým učedníkům. Counsels on Health. 501.

V těchto malých skupinkách je Ježíš přítomen, v srdci se prohlubuje láska k duším a Duch rozprostírá své mocné síly, aby se lidské síly mohly uplatnit při záchraně ztracených. Review and Herald, 30. června 1896.

Večer, v poledne nebo brzy ráno se scházejte v malých skupinkách a studujte Bibli. Mějte čas na modlitbu za Ducha svatého, aby vás posiloval, osvětloval a posvěcoval... Boží andělé jsou přítomni na vašich setkáních... Každý ať vypráví své vlastní zkušenosti jednoduchými slovy. Svědectví pro církve sv. 7, 7T 195

Chci povzbudit ty, kteří se scházejí v malých skupinkách, aby uctívali Boha. Bratři a sestry, nenechte se odradit tím, že je vás málo. Strom, který stojí osamoceně na planině, rozprostírá své kořeny hlouběji do země, rozprostírá své větve do všech stran, sílí a rozvíjí se souměrně, protože sám bojuje s bouří a raduje se ze slunečního svitu. Tak se křesťan, když není podporován pozemskou závislostí, může naučit důvěřovat Bohu a může získat sílu a odvahu v každém konfliktu. Znamení doby, 12. ledna 1882.

Bylo mi ukázáno, že o naše táborová shromáždění bude stále větší zájem a že budou úspěšnější. Viděla jsem, že jak se blížíme ke konci, bude se na těchto shromážděních méně kázat a více studovat Bible. Po celém poli budou malé skupinky s Biblí v ruce a různí lidé povedou studium Písma ve volném a konverzačním tónu. Gospel Workers, GW 407

Přemýšlejte o tom, jak byste mohli nejlépe pomoci těm, kteří o duchovní věci nemají zájem. Navštívíte-li své přátele a sousedy, dokažte, že máte zájem o jejich duchovní i časné blaho. Vyprávějte jim o Kristu, Spasiteli, který odpouští hříchy. Pozvěte své sousedy k vám, čtěte s nimi ze vzácné Bible a z knih, které vysvětlují její pravdy. Pozvěte je, aby se s vámi připojili k písním a modlitbám. V takových obyčejných setkáních bude přítomen sám Kristus, jak slíbil, a jeho milost se dotkne srdcí. Ve stopách velkého Lékaře. str. 101-102 (MH 152)

Tím, že se budete chovat společensky a přiblížíte se k lidem, budete schopni přitáhnout proud jejich myšlenek snadněji než nejspokojnějším proslovem. Představení Krista v rodině, u krbu nebo při malých setkáních v soukromých domech často získá pro Ježíše více duší než kázání kázaná pod širým nebem rozvášněným davům, nebo dokonce v sálech či kaplích. GW 193.

Pokud je to možné, po každé důležité přednášce by mělo následovat studium Bible. Zde je možné uvést přednesené body do praxe, klást otázky a vštěpovat správné myšlenky. Více času by se mělo věnovat trpělivému vzdělávání lidí a dávat jim příležitost se vyjádřit. Lidé potřebují poučení, řádek za řádkem, pokyn za pokynem.“ Svědectví, sv. 6, 6T 68, 69 (1900).

Jedině Kristova metoda bude úspěšná při oslovování lidí. Spasitel jednal s lidmi jako ten, kdo jim chce prokázat dobro. Projevoval jim soucit, sloužil jejich potřebám a získával si jejich důvěru. Pak jim řekl: "Následujte mě!" Ve stopách velkého Lékaře, str. 95 (MH 143)

Rozdíl mezi skupinovou terapií a skupinkou emoční obnovy:

Skupinová terapie je program, v němž certifikovaný „zdravotník“ vede skupinu lidí, kteří mají společný problém, ale používá profesionální terapeutické nástroje. V takové skupině je odborník oprávněn poskytovat konkrétní poradenství veřejně před ostatními účastníky.

Ve skupince emoční obnovy není žádný profesionální vedoucí skupiny. Jsou zde koordinátoři, kteří skupinu vedou, ale neposkytují účastníkům terapeutické poradenství. Tito koordinátoři také rostou a uzdravují se společně s účastníky. Každý sdílí, komentuje a vyjadřuje svůj názor na základě vlastní zkušenosti. Žádný účastník není vybízen k tomu, aby se vyjadřoval nebo sdílel. Pouze je mu poděkováno pokaždé, když z vlastní zkušenosti komentuje, sdílí a vyjadřuje názor. Příklad: „Děkuji ti Roberto za sdílení“ nebo „Děkuji ti Marie za tvůj osobní komentář“.

Ve skupince emoční obnovy se budujeme osobně a zároveň jako skupina. Osobně proto, že potřebujeme činit osobní rozhodnutí, abychom mohli růst, uzdravovat se a řešit problémy, které nás do skupiny přivedly. Ale skupinově proto, že zkušenosti, sdílení a komentáře účastníků jsou mi oporou a doprovodem v mém osobním procesu.

Je nezbytné mít ve skupince obnovy certifikovaného zdravotníka?

NE. Protože se nejedná o KLINICKÝ TERAPETICKÝ program, ale o „svépomocnou skupinu vzájemné podpory“. Tím, kdo by tam měli být, jsou „koordinátoři“, což jsou lidé vyškolení k vedení, koordinaci a podpoře skupinky obnovy. Zároveň se však tito koordinátoři účastní aktivit s vědomím, že i oni mají situace a potřeby, které potřebují řešit. Koordinátoři se nevnímají na „vyšší“ úrovni než ostatní účastníci. Cítí spíše potřebu také se sdílet se skupinou a přijímat od ní. Pokud tam je koordinátor, který nesdílí své osobní zkušenosti, je to proto, že neplní roli „zúčastněného koordinátora“. To skupině nepomůže pochopit dynamiku a sílu skupinky emoční obnovy, která spočívá ve sdílení osobních zkušeností ve vztahu k tématům z manuálu nebo podpůrného materiálu. Pokud je ve skupině přítomen profesionální zdravotník, měl by si být vědom toho, že se jí neúčastní jako terapeutický profesionál, ale jako „jeden ze skupiny“, ať už je koordinátorem nebo účastníkem.

Pokud se pastor nebo kazatel chce účastnit setkání skupiny, je vítán. Jeho podpora a účast může být velkým požehnáním, ale účastní se jako kterýkoli člen skupiny, nikoli jako pastor. To platí pro všechny „profesionály“: pastory, misionáře, lékaře, psychology nebo psychiatry. Všechny tituly ponecháváme stranou. Neoslovujeme se ani „bratře“ nebo „sestro“, protože pro „ne-bratry“ to nebudou známé pojmy a mohou vytvářet překážku v komunikaci.

Ke spolupráci na konkrétním semináři nebo přednášce můžeme přizvat odborníka z oblasti zdravotnictví. Ale všichni členové skupiny „jsou lidé, kteří usilují o obnovu“, a to včetně koordinátorů.

JAK ZAČÍT?

Promluvte si o tomto projektu s kazatelem vašeho okrsku a s některými členy vašeho okrsku nebo sboru a prodiskutujte ho.

Proveďte aktivitu na celou sobotu na úrovni vašeho sboru nebo okrsku. V tuto sobotu proneste kázání a proveďte osvětový seminář o důležitosti emočního zdraví a výhodách fungující skupinky emoční obnovy.

Absolvujte ve svém místním sboru nebo okrsku prezenční školení o tom, jak vytvořit a začít skupinku emoční obnovy. Ze strany LIBRE MENTE jsme se ho zavázali poskytnout – můžete nás kontaktovat na našem čísle WhatsApp (viz níže).

Přečtěte si tento dokument důkladně a v modlitbě.

Povzbudte některého člena sboru, aby se stal součástí tohoto misijního snu.

Je důležité, aby projekt prošel schválením výboru sboru. Můžete předložit tento dokument, kde máte vše rozepsáno.

Pokud bude projekt schválen, měli byste jej během měsíce nebo dvou začít organizovat, propagovat a informovat o něm:

1. Využijte prostor pro oznámení v sobotu ve sboru.
2. Rozesílejte elektronické inzeráty na sociální sítě a kontakty v aplikaci WhatsApp.
3. V sobotu dopoledne opět uspořádejte kázání nebo odpoledne workshop, kde hodláte projekt dále představit.
4. Pokud chcete najednou pozvat lidi z komunity, kteří nejsou členy církve, začněte provádět průzkum/ankety a distribuovat v komunitě letáky s pozvánkami.
5. Chcete-li začít získávat zájemce z komunity, kteří nejsou členy církve, můžete začít pořádat sérii přednášek o duševním a emocionálním zdraví pro komunitu, a to jednou týdně v kuse po dobu jednoho nebo dvou měsíců předem. Lidé, kteří na tyto rozhovory přijdou, budou pozváni a vyzváni, aby se přihlásili do skupinky emoční obnovy, která začne v příštích několika týdnech nebo dnech.
6. Určete si s týmem jeden den v týdnu, kdy se budete scházet k modlitbám a pokračovat v organizování aktivit.

7. V některých případech může být nutné založit malou pilotní skupinku pouze se členy sboru jen na 1-2 měsíce, aby koordinátoři získali zkušenosti. Poté začněte zvát zájemce z komunity.
8. Je důležité, aby se v prvních šesti měsících činnosti skupinky emoční obnovy mohlo kromě pozvaných z komunity zapojit co nejvíce členů církve. Je třeba vytvořit prostor pro členy církve, aby mohli začít hledat uzdravení a podporu pro své osobní problémy a situace.

Důležité je začít první 4 měsíce tím, že budete dělat skupinu se členy místního sboru. To pomůže umožnit ozdravný proces u místních členů, získat důvěru a zkušenosti v této práci.

Po prvních 4 měsících můžeme do skupiny začít zvát i neadventisty a zapojit je do procesu **uzdravení a svobody**.

V některých případech mohou být blízcí přátelé, neadventisté pozváni během prvních 4 měsíců procesu, pokud s tím místní tým souhlasí.

Co se stane, když sbor nechce tento projekt přijmout?

Je možné, že váš sbor a výbor sboru nebudou ochotni nebo připraveni tento projekt schválit. V takovém případě se s vámi podělíme o 4 různé typy:

1. Nějakou dobu vyčkejte na modlitbách, zda bude schválen později.
2. Vyhledejte jiný místní sbor, který by se do tohoto projektu chtěl zapojit.
3. Vytvořte ve svém domově malou skupinku emoční obnovy jako pomoc pro komunitu, a to po dohodě s kazatelem vašeho okrsku.
4. Založte skupinku emoční obnovy ve sborovém domě, ovšem se souhlasem vašeho kazatele.

Pamatujte, aby ve vás nezakořenila hořkost, pokud místní církev není v danou chvíli ochotna projekt podpořit a schválit. Nemluvte špatně, nekritizujte, nerozčilujte se. Ne vždy se věci daří tak, jak bychom chtěli.

Strategie pozvání:

1. Průzkumy v komunitě.
2. Pozvání prostřednictvím tištěných letáků.
3. Propagační plakát, baner, či panel, který bude umístěn u vchodu do sboru.
4. Digitální pozvánka. Všichni členové se zavazují sdílet pozvánku na svých sociálních sítích a WhatsAppu.
5. Ústní pozvání (členové sboru zvou své přátele, kolegy, sousedy, příbuzné atd.).
6. Pořádání workshopů, přednášek nebo seminářů pro komunitu za účelem propagace programů.
7. Při jakékoli činnosti: rozhovorech nebo seminářích, evangelizačních kampaních nebo aktivitách se sociálním dopadem v komunitě budeme zvát lidi do skupinky emoční obnovy. Řekneme lidem, že skupinka emoční obnovy je program, kde se naučí nástroje, najdou podporu a získají emoční úlevu od svých problémů.

Propagační plakát:

Je velmi užitečné zhotovit transparent a umístit jej na nějaké místo v přední části sboru, kde budou uvedeny potřebné informace o skupince emoční obnovy.

Sugestivní fráze a slova, která lze umístit na plakát na místním sboru nebo centru vlivu:

1. Zcela zdarma
2. Skupinka emoční obnovy: pro lidi s negativními zkušenostmi, citovými zraněními, duchovní prázdnotou, špatnými návyky a charakterovými vadami.
3. Deprese, úzkost, zneužívání, nízké sebevědomí, rodinné problémy, závislosti, spoluzávislost, zneužívání, ztráta blízké osoby, rozvod, negativní zkušenosti, traumata z minulosti.
4. Místo, kde lze nalézt nástroje k dosažení emoční pohody.

5. Adresa místa a kontaktní číslo WhatsApp.
6. Logo skupinky emoční obnovy, pokud jej máte.



Skupinka emoční obnovy

Setkání, kde najdete nástroje pro Vaši duševní pohodu

Deprese, úzkosti, zneužití, nízká sebehodnota, rodinné problémy, závislosti, týrání, smutek ze ztráty blízkého, spoluzávislosti, rozvod, negativní situace, zranění z minulosti...

Bezplatná setkání 1x týdně, Krnov, Kontakt: 732 267 771, info@zdraviarodina.cz

Pokud se skupinka koná v prostorách zapůjčených státem, od města nebo instituce, nemusí být nutné investovat do velkého transparentu, resp. pravděpodobně nebude vydáno povolení vyvěšení takového transparentu. takovém případě lze vyrobit malý transparent se stojanem, který lze trvale umístit někam poblíž místa konání.



k
v

Registrace:

1. Začněte propagovat číslo WhatsApp, na které se mohou lidé přihlásit.
2. Zájemcům, kteří přistupují na oficiální WhatsApp skupiny, se nasdílí program v PDF, kde jsou všechny informace o tom, co je to skupinka emoční obnovy.

3. Po první návštěvě skupiny by měl zájemce dostat list s pravidly skupiny, aby si je mohl přečíst, podepsat a dát tak najevo svůj závazek (můžete nás požádat o list s pravidly k podpisu).
4. Pokud je osoba nezletilá, měli by v ideálním případě její rodiče nebo opatrovníci vědět, o čem program je. Proto je žádáme, aby si také přečetli program ve formátu PDF a přečetli si list s pravidly, který nezletilá osoba podepíše. Doporučujeme přijímat pouze nezletilé osoby od 16 nebo 17 let.
5. Založíme skupinu na WhatsAppu, kde budeme mít kontakty na osoby přihlášené do skupinky emoční obnovy.

Skupina v aplikaci WhatsApp:

1. Bude sloužit k zasílání informací účastníkům skupiny s novinkami pro setkání další týden nebo s materiály z minula
2. Během týdne budou zasílány obrázky se slovy povzbuzení a naděje.
3. Skupina se bude používat pro upomínky nebo oznámení.
4. Skupina WhatsApp bude uvedena do režimu, aby mohli psát pouze lidé z vedení.

Členové týmu:

1. Místní koordinátor
2. Asistenti
3. Kazatel
4. Spolupracovníci (věřící psycholog, lidé, kteří nemají hlas ani právo rozhodovat, ale čas od času spolupracují na tématech nebo aktivitách).

Poznámka: Pokud nikdo z týmu není členem výboru sboru, je důležité z něho do týmu někoho přibrat. Zejména pokud skupina působí v sále adventistického sboru.

PRŮBĚH SKUPINKY EMOČNÍ OBNOVY

Celková doba trvání skupinky nesmí přesáhnout 2 hodiny.

- a. Přivítání
- b. Píseň o vítězství nad závislostmi nebo krátká dynamická aktivita na prolomení ledů: – vytvoří se 2-3 skupinky – zadá se brainstorming – co nám brání k vítězství, co nás nejvíce trápí, co očekáváme od skupinky – 1 mluvčí to pak shrne
- c. Úvodní modlitba (v našem ateistickém prostředí Juan Pablo nedoporučuje – raději se za skupinku modlit před začátkem jen s organizačním týmem)
- d. Přečtete seznam pravidel pro účastníky skupiny. Toto je „povinná četba“.
- e. Zmiňte se o tom, „proč jsme tady“. To je další „povinná četba“, která by měla být zmíněna na každém setkání po přečtení pravidel skupiny. "Jsme tady, protože si chceme připomenout, že jsme sami bezmocní, abychom překonali problémy, které máme ve svém životě, a právě proto jsme v této skupině. Přijímáme, že ve vlastních silách nemáme kontrolu nad svými negativními situacemi, citovými zraněními, duchovní prázdnotou, špatnými návyky a charakterovými vadami. Jsme zde, protože věříme, že s Boží pomocí můžeme společně jako skupina postupovat vpřed, růst a učit se žít den po dni v obnově."
- f. Pokud do skupiny přijde nový návštěvník, požádáme ho, aby se představil jménem, uvedl, odkud je, a pokud možno stručně popsal, proč je ve skupině.
- g. Zdravotní okénko / svědectví o zotavení / Krátce se podělte o průběh týdne

- h. Vstupní úvaha na začátek. Jedná se o krátkou úvodní úvahu se zaměřením na obnovu a duševní zdraví, která by měla souviset s tím, co budete ten den sdílet ve skupině. Informace pro toto krátké úvodní zamyšlení můžete čerpat ze stejné příručky, materiálu nebo knihy, kterou používáte jako koordinátor skupiny. V některých případech, ale ne vždy, lze na tomto místě přehrát krátkou videoreflexi, která souvisí s tématem, o němž se bude ten den ve skupině diskutovat.
- i. Ústřední téma – Studium Manuálu obnovy. Zde se skupina podělí o to, co se studovalo v průvodci nebo v orientačním materiálu pro skupinu. Je důležité, aby lidé mohli mluvit a vyjadřovat se. Za tímto účelem by měl moderátor skupiny klást lidem otázky a přimět je mluvit. NEJEDNÁ se o přednášku, kde moderátoři skupiny pouze mluví nebo sdílejí teoretické znalosti. Pokud si nejste jisti, jak vést skupinku emoční obnovy, doporučuji, abyste k tomu absolvovali krátké školení.
- j. Zopakujte si studijní aktivitu, která proběhla minulý týden.
- k. Zodpovězení otázek a odpovědi ke studijní příručce.
- l. Zmínka o studijní aktivitě pro daný týden. Rozdejte příručku, materiál nebo **dokument, který budete muset během týdne prostudovat a vypracovat**, abyste se o něj mohli podělit na příštím setkání. Zde „motivujete“ k provádění otázek nebo aktivit v průvodci či materiálu tím, že „zdůrazníte“, že **pro naši obnovu je důležité, abychom si „udělali čas na své uzdravení“**.
- m. Modlitební chvilka. Čas na závěrečnou modlitbu. Modlíme se pouze **za osobní prosby, které souvisejí s tím, na čem pracujeme v rámci osobního zotavení**. Zde se nemodlíme za rodinné příslušníky nebo jiné záležitosti, ale pouze za osobní zotavení účastníků. Je důležité, aby jeden z týmu mohl zakončit skupinu modlitbou. Pokud je na setkání hodně NEADVENTISTŮ, pomodlete se **modlitbu za klid: „Bože, dej mi klid, abych přijal věci, které nemohu změnit, odvalu, abych změnil věci, které změnit mohu, a moudrost, abych poznal rozdíl mezi nimi, amen“**.
- n. Zakončete skupinovým potleskem.
- o. Občerstvení a rozloučení. Pohoštění může být i na začátku, aby se nejedlo v noci. Vytvoří se milá atmosféra povídání a spřátelení. „Krátký čas“ pro společenství. V této části se příliš nezdržujte. Nechceme, aby lidé zůstali jen u jídla a pití. Chceme, aby odcházeli s pojmy, které ve skupině sdílíme. Ale také nechceme, aby to byl prostor chladné formálnosti.

Tipy ke studiu a diskusi ve skupině:

- Nezapomeňte na každém setkání skupiny zmínit pravidla a otázku „Proč jsme tady?“
- Neopomeňte ještě před přečtením pravidel a otázky „Proč jsme tady“ vyzvat nové návštěvníky, aby se představili.
- Vždy, když se někdo chystá sdílet, začne slovy: **„Ahoj skupinko, jmenuji se N..... a jsem tu, protože se potýkám s (uveďte situace nebo problémy, kvůli kterým je ve skupince)**. Příklad- depresí, závislostí na technologiích a narcismem. Okamžitě, jakmile osoba dořekne tuto větu, **celá skupina najednou odpoví: Ahoj Johne! V tomto okamžiku může John začít komentovat a sdílet své osobní zkušenosti v souvislosti s tématem**, průvodcem nebo podpurným materiálem daného dne. Při dalších příležitostech, o které se chce Juan ten den podělit, nemusí začínat vyslovením svého úvodního představení.
- Když účastník ukončí sdílení, komentování nebo vyjádření svého osobního zážitku v souvislosti s tématem, průvodcem nebo materiálem dne, „celá skupina spolu s moderátory“ mu nahlas poděkuje. Příklad: „Děkuji ti Johne za sdílení“.
- Nabádejte lidi, aby nemluvíli o ostatních. Ať se soustředí na to, aby body v průvodci nebo materiálu vztahovali ke své osobní zkušenosti.

- **Organizační tým ani účastníci skupiny neprovádějí žádné poradenství ohledně komentáře nebo sdílení osoby ve skupině. Nesnažíme se nikoho napravovat.**
- Necháváme koncepty v průvodci nebo osobní komentáře jednotlivých osob ve skupině, aby pomohly ostatním. Nesnažíme se nikomu radit ani ho napravovat.
- Když se někdo ze skupiny chce vyjádřit k nějakému konceptu v příručce, učiní tak na základě svých vlastních zkušeností. Nesnaží se radit ohledně komentáře nebo sdílení někoho jiného.
- **Když účastník začne mluvit nebo vyjadřovat své nejhlubší myšlenky či pocity, nepřerušujeme ho, nedotýkáme se ho ani ho neobjímáme. Můžeme mu pouze podat kapesník nebo sklenici vody.**
- Skupina sedí v kruhu na židlích, aby na sebe všichni viděli.
- Pokud se chystáte sdílet krátkou reflexi nebo workshop před studiem příručky nebo materiálu a budete používat obrazový projektor nebo televizi s velkou obrazovkou, **usadte lidi do půlkruhu před obrazovku.**
- Organizační tým skupiny by měl lidi přimět, aby mluvili. Za tímto účelem **pokládejte otázky typu: Co si myslíte, Jak to vidíte, Proč si to myslíte, Co si myslíte o tomto bodě, Jak se s tím ztotožňujete atd.**
- **Pokud chce někdo z organizačního týmu (moderátorů) vyjádřit svůj názor nebo se podělit, nepoužívejte případ účastníka skupiny. Udělejte to na základě své osobní zkušenosti. Nemluvte o někom jiném.**
- Organizační tým (moderátoři) NEuděluje rady k připomínkám nebo sdílení účastníků. Pouze společně s celou skupinou poděkují vždy, když někdo dokončí sdílení nebo komentář. Jedním ze způsobů, jak se pokusit něco sdělit konkrétnímu účastníkovi, aniž by se použilo individuální poradenství, je, že se **moderátor podělí o osobní zkušenost v souvislosti s něčím, co chce účastníkovi sdělit. Může se také podělit o odstavec nebo koncept z průvodce nebo materiálu, který může pomoci v situaci nebo sdílení účastníka.**
- Dejte účastníkům pocítit, že jsme si všichni rovni. Nevytvářejte prostředí, ve kterém vás (moderátora/y) účastníci vnímají jako „vševědoucí osobu“. To by mohlo způsobit, že účastníci nebudou chtít příliš sdílet své hlubší problémy a atmosféra se změní v „povrchní skupinu“.
- Nezapomeňte sledovat hlavní téma průvodce nebo materiálu ve vztahu k tomu, co by měl každý účastník sdílet ze své osobní zkušenosti. Neodbíhejte od tématu.
- Nedovolte, aby jeden účastník zabíral veškerý čas skupiny tím, že bude komentovat sám. Zapojte do diskuse všechny. Hlídejte čas sdílení každého účastníka, ale buďte zdvořilí a taktně přerušte ty, kteří se příliš zdržují u sebe.
- Organizační tým (moderátoři) skupinky NEDĚLÁ kázání ani osobní promluvu na dané téma během "skupinky". Je lepší, když přečtete klíčové pojmy z průvodce nebo podpůrného materiálu a motivujete účastníky ke sdílení otázkami. Vy jako moderátor se také hlubokým způsobem podělte, čímž dáte účastníkům příklad a motivujete je k tomu, aby tak činili také.
- Povzbudte účastníky, aby doma plnili zadané aktivity. Nevytvářejte myšlenku, že studium tématu během týdne a provádění otázek nebo aktivit není důležité.
- Pokud chystáte společné občerstvení, nedovolte, aby zabralo veškerý čas na konci. **Pomozte lidem, aby nezapomněli na informace, které ve skupině získali.**
- Koordinátoři by měli být pozorní k postojům, myšlenkám a slovům účastníků. To pomáhá sledovat, jak účastníci postupují ve své osobní obnově.
- **Nedovolte, aby se ve skupině objevovaly urážky, neúcta, sprostá slova nebo jakýkoli druh agrese.**
- **Nedovolte účast lidem, kteří jsou psychiatricky nemocní nebo pod vlivem návykových látek nebo škodlivého chování (alkohol, drogy, nutkavé užívání léků apod.).**
- Zdůrazněte, že během skupiny a v zařízení/prostoru, kde se skupina koná, není dovoleno kouřit.

Pravidla pro účastníky skupiny (přečtou se pro připomenutí celé skupině na začátku každého týdenního setkání):

- Je to bezplatná aktivita, které se účastním dobrovolně.
- Tento prostor není přednáškou ani seminářem. Je to skupinka emoční obnovy, kam přicházím, abych získal informace a nástroje pro svou emoční a duchovní pohodu a abych se dobrovolně, upřímně a otevřeně podělil o to, co si myslím nebo co se ve mně odehrává.
- Skupina je „NEprofesionálním“ prostorem podpory a obnovy. Vedou ji vyškolení koordinátoři.
- V této skupině neprovádíme terapeutické poradenství.
- Ve skupině nevyjadřuji své názory ani nehovořím o situacích a problémech ostatních účastníků.
- Sdílím nebo komentuji pouze své osobní zkušenosti nebo materiály v příručce, které se týkají toho, co chci ve svém životě napravit.
- Nesnažím se nikoho napravovat, pouze nechávám informace v průvodci nebo materiálu spolu se sdílením ostatních členů skupiny, aby mi pomohly ke změně myšlenek a rozhodnutí v mé osobní obnově.
- Respektuji komentář nebo myšlenku jiného účastníka, i když s ní nesouhlasím.
- V žádném případě neútočím, neurážím, neznevažuji nikoho ve skupině.
- Po vstupu do skupiny se zavazuji, že budu plnit aktivity a otázky v průvodci nebo materiálu a budu je plnit osobně doma v průběhu týdne.
- Do skupiny nesmím vstupovat pod vlivem návykových látek nebo škodlivého chování, které mění můj úsudek (alkohol, drogy, nutkavé nadměrné užívání léků apod.).
- Během skupiny nesmím kouřit cigarety.
- Během skupiny nesmím konzumovat jídlo. Na konci skupiny je přestávka na občerstvení.
- Skupinu musím navštěvovat s dodržováním základních pravidel osobní hygieny. Musím být přiměřeně čistý/á na těle i v oblečení a vyvarovat se přenášení silných pachů, které by ovlivňovaly ostatní účastníky skupiny.
- V případě nedodržení některého z pravidel mohu být ze skupiny vyloučen, pokud to tým uzná za vhodné. Toto rozhodnutí budu respektovat, i když s ním nemusím souhlasit.

Měsíční setkání týmu:

Setkáváme se, abychom plánovali, hodnotili, zaškolovali, modlili se a sjednocovali se.

- a. Plánování: Plánujeme budoucí aktivity, které se budou rozvíjet v jednotlivých programech.
- b. Hodnocení: Hodnotíme organizaci, pořádek a rozvržení týmu. Snažíme se identifikovat chyby, kterých se dopouštíme, abychom je zlepšili. Zmiňujeme pozitivní body, abychom je posílili.
- c. Školení: teoreticky i prakticky posilujeme učednictví v souvislosti s prováděnými činnostmi.
- d. Modlitba: modlíme se za účastníky a jejich problémy, za tým, za budoucí výzvy a za duchovní sílu.
- e. Sjednocení: věnujeme krátký čas občerstvení, při kterém se společně najíme a vytvoříme si společenství.

Poznámka: Je důležité neodvádět diskusi na týmové schůzce na méně důležité věci nebo věci, které nesouvisejí s body, o nichž se má na týmové schůzce jednat. Důležité je uspořádat si body před schůzkou, abyste neimprovizovali a neztráceli čas.

Kampaně:

1. Každý trimestr nebo semestr pořádáme týdenní konference, při nichž usilujeme o to, aby lidé, kteří s námi každý týden přicházejí do skupinky, mohli učinit přesnější rozhodnutí s Bohem ve svém životě.
2. S Boží pomocí usilujeme o to, aby lidé, kteří chtějí být pokřtěni, mohli o křest požádat. Tito lidé nejen navštěvovali skupinku, ale také pokročili se studiem přítomné pravdy.
3. Téma konferencí jsou vždy zaměřena na zotavení, uzdravení a osvobození od citových problémů, destruktivního chování, negativních situací a charakterových vad.
4. Tyto kampaně mohou sloužit také k přivedení nových lidí do skupiny. Jedná se o lidi, kteří díky této sérii konferencí přišli do sboru poprvé.

5. Přednášky může vést koordinátor skupiny, pastor sboru nebo zvláštní hostující řečník, který se zabývá léčením závislostí, emočním zdravím, závislostmi nebo podobnými tématy.
6. Při pozvání řečníka, který není z našeho programu, musíme **ověřit, zda zvládá biblické principy**, kterými se zabýváme v našem programu. Mnohokrát se v tomto typu služby představují **falešné koncepty světské psychologie, které nemají oporu v Bibli**. Proto můžeme řečníkovi navrhnout témata přednášek nebo ho požádat, aby nám předem zaslal osnovu svých témat. Nechceme, aby naši posluchači byli předpojatí nebo zmatení.

Materiály a pracovní pomůcky?

Především máme k dispozici průvodce biblickým studiem OBNOVA MYSLI, kde je 20 studií, které můžeme zpracovávat ve skupinách po dobu 20 týdnů.

Každé biblické studium o obnově obsahuje psychospirituální terapeutické informace pro práci ve skupině a aktivity, které můžete dělat doma.

Pokud začínáte poprvé, doporučujeme vám použít knihu SÍLA NADĚJE z nakladatelství ADVENT od Dr. Juliana Melgosa, která probírá důležité principy duševního zdraví způsobem přijatelným i pro ateisty. Brzy výjde i průvodce biblickým studiem OBNOVA MYSLI, která obsahuje 21 lekcí a je určena pro první 4 měsíce, pokud budete studovat jednu lekci týdně.

Pokud si však přejete, můžete si na e-mailu info@zdraviarodina.cz požádat o další materiály zaměřené na biblické emoční zdraví nebo si je objednat na webu. Např:

1. Průvodce biblickým studiem OBNOVA MYSLI.
2. Kniha, která obsahuje zásady emočního zdraví, ale není v rozporu s našimi biblickými křesťanskými zásadami.
3. Jakýkoli manuál 12 kroků obnovy, ale s otevřeným přístupem nejen k závislostem, ale zaměřený i na jiné emoční problémy.
4. Průvodce 12 kroky Cesta k celistvosti od Adventistické služby obnovy „Journey to Wholeness“ (Cesta k vyrovnanosti).
5. Skrytá polovina evangelia: Jak jeho utrpení může uzdravit to tvé, Paul Coneff.
6. La nueva co dependencia (Nová spoluzávislost), Melody Beattieová.
7. Průvodce 12 kroky pro spoluzávislé, Melody Beattie.
8. Dvanáct kroků : Duchovní školka. Křesťanský pohled na 12 kroků.
9. Doporučujeme také materiály „Celebrate Recovery“ pastora Johna Bakera; knihu „Osm uzdravujících rozhodnutí“ nebo 4 biblické studijní příručky od Celebrate Recovery.

Jistě se najdou další dokumenty, příručky nebo knihy, o které jsme se zde nepodělili, ale které také budou velkým požehnáním. Zvláště výborným zdrojem by byla kniha CESTA KE KRISTU, pokud by se vytiskla i s komentářem Adventist recovery ministry pro ZÁVISLÉ.

Zajistěte si tyto pomůcky

NEZBYTNÉ:

1. Čistý, pohodlný a přiměřený prostor.
2. Jednorázové kelímky na pitnou vodu. Nebo hrníčky a bylinný čaj
3. Džbán nebo dávkovač s vodou.
4. Prázdné listy papíru a pera na poznámky nebo praktické činnosti.
5. Židle
6. Průvodce aktivitami (zde můžete použít otázky k aktivitám na konci každé studie v průvodci OBNOVA MYSLI).
7. Průvodce aktivitami pro prolomení ledu skupinové dynamiky.

8. Průvodce tématy ke sdílení na každém setkání (zde můžete použít průvodce biblickým studiem OBNOVA MYSLI).

NAVÍC:

9. Židle a stoly na občerstvení či psaní
10. Flipchart nebo tabule na psaní, křídly či fixy na tabuli
11. Projektor a počítač
12. Zdravé občerstvení.

Zásady pro pracovní tým:

1. Oblečení a hygiena odpovídající biblickým křesťanským zásadám.
2. Tým má mít tričko nebo polokošili stejné barvy. Používejme logo skupiny obnovy – vyšité, nebo formou placky či vizitky.
3. Vždy si přineste zápisník a pero, abyste si mohli zapsat důležité body toho, co se ve skupině probíralo a dělalo. Také si zaznamenejte jakoukoli relevantní charakteristiku nebo myšlenku účastníka skupiny.
4. Osobní problémy nechte mimo skupinu a předejte je Bohu v modlitbě.
5. Vždy se snažte být na místě 15 minut před začátkem programu.
6. Když účastníci každý týden přijdou na skupinu, měli by najít vše připravené a v pořádku (ozvučení, čistotu, židle, materiály, personál atd.).
7. Pořádejte každé dva týdny nebo jednou měsíčně hodnotící schůzky místní skupiny.

Finanční prostředky skupiny:

Ideální by bylo, pokud by výbor schválil finanční fond na výdaje skupiny pro obnovu.

Skupina také může být soběstačná díky dobrovolným darům členů sboru, účastníků skupiny nebo cizích osob.

V některých případech se objevily skupiny, které vložily malou schránku s nápisem „dobrovolné dary“, do níž účastníci skupiny dobrovolně vkládají obálku s penězi. S tím je třeba zacházet uvažlivě.

V jiných případech si sbor nebo celý místní okrsek vyhradil měsíční nebo čtvrtletní sobotu a požádal o zvláštní dobrovolnou sbírku v sobotu dopoledne na podporu skupiny pro zotavení.

Je důležité, aby každý výdaj, dar nebo finanční pohyb v rámci skupiny byl nahlášen pokladníkovi místního sboru.

Jak si jistě všimnete, s provozováním skupinky emoční obnovy v místním sboru stejně nejsou spojeny velké výdaje.

Jaký je rozdíl mezi specifickou skupinou a obecně otevřenou skupinou?

Specifické skupiny jsou ty, které se zabývají určitým problémem a umožňují účast pouze lidem, kteří mají daný problém. Například skupina pouze pro drogově závislé nebo pouze pro alkoholiky nebo skupina pro spoluzávislé nebo skupina pro lidi s depresí nebo skupina pro manželské páry atd.

V několika případech měla LIBRE MENTE specifické virtuální podpůrné skupiny, například podpůrnou skupinu pouze pro sexuálně závislé nebo podpůrnou skupinu pouze pro rodinné příslušníky závislých. Nejsme proti těmto skupinám, ale věříme, že obecně otevřené skupiny dávají otevřené dveře mnoha problémům, při nichž můžeme doprovázet a poskytovat podporu, a tím přivádět další lidi k Ježíšovým nohám.

Proto podporujeme vytváření obecně otevřených skupin pro všechny lidi, kteří mají emocionální problémy, problémy s chováním nebo negativními postoji. Neuzavíráme však možnost dělat to specifickým způsobem práce s lidmi se stejným problémem.

Modelové příklady, jak nastavit formu skupiny, jak pracovat s lidmi.
Všechny formy mohou mít své výhody i nevýhody.

Úzce propojená skupina:

Lidé se mohou otevřeně svěřovat, ale povede je vedoucí skupiny, o kterém se předpokládá, že má zkušenosti a výcvik v oblasti obnovy a osvobození mysli. V tomto případě je vedoucí ve stejném kole skupiny a sdílí jako další účastník. Tento model je dynamičtější a otevřenější. Promyslete dobře, jak umístit projektor a počítač, abyste mohli prezentovat obrázky nebo videa k tématům.



Řízená skupina:

Lidé mohou sdílet otevřeně, ale budou vedeni vedoucím skupiny, u kterého se předpokládá, že má zkušenosti a výcvik v oblasti zotavení mysli. Tento model je dynamičtější a otevřenější. Zde je třeba vědět, jak umístit projektor a počítač, abyste mohli prezentovat obrázky nebo videa k tématům.

Jedná se o model pro uzavřenější kultury nebo sociální sektory, kde by lidem nebylo příjemné sedět v kruhu. Jeden koordinátor stojí a druhý se vmísí do skupiny a podporuje účast lidí. Zde je třeba se vyvarovat toho, aby koordinátor, který má stát, nepřednášel. Koordinátoři by neměli ze skupiny dělat workshop nebo přednášku, kam lidé přicházejí jen poslouchat. **(v originálu to je jiný model; v tom, co už bylo přeložené, to zní stejně jako ten předchozí)**



Řízená skupina **se stoly**:

Lidé sedí pohodlně u stolů, kde si mohou dělat poznámky. V tomto modelu lze během programu podávat občerstvení. Je vhodný pro menší místnosti. Řečník stojí před sedícími lidmi. Jediným problémem je, že to může omezit některé dynamické skupinové aktivity.

Velká místnost se židlemi:

Tento typ programu je ve stylu **klasické bohoslužby**. Jeho výhodou je, že židle lze při dynamických aktivitách přesouvat. Je o něco méně participativní, ale můžeme v určitém okamžiku sezení rozdělit lidi do dvou skupin (ženy/muži), aby se navzájem podělili. Zde je zapotřebí tým vedoucích.

Instruktor obnovy:

Osoba, která je vyškolená k provádění individuálních nebo skupinových NETERAPEUTICKÝCH výchovných a preventivních aktivit, které fungují jako podpora a doprovázení lidí prožívajících negativní situace, citová zranění, špatné návyky a charakterové vady.

Instruktor obnovy prošel školením „neformálního vzdělávání“. To znamená, že získal osvědčení, které dokládá pedagogické znalosti, ale nekvalifikuje ho pro terapeutickou nebo klinickou práci.

V LIBRE MENTE máme školení s názvem „Instruktor obnovy“, kde během celého víkendu teoreticko-praktickým způsobem vyškolíme řadu lidí, kteří začnou ze svého sboru misijně působit ve své komunitě jako instruktoři obnovy.

Na konci školení vám předáme příručku Instruktora obnovy od LIBRE MENTE a certifikát o absolvování. Tento certifikát slouží pouze k tomu, aby církev na celém světě mohla mít potvrzení, že příslušná osoba je připravena vykonávat odpovídající činnosti jako Instruktor obnovy. Ale jak jsme již řekli, nemá potvrzení k výkonu terapeutických nebo klinických činností.

Pokud byste chtěli toto školení absolvovat ve svém místním sboru, okrsku nebo sdružení, obraťte se na náš kontakt přes WhatsApp.

Veškerá práce vykonávaná Instruktorem obnovy je dobrovolná, NEPLACENÁ a NENÍ na plný úvazek.

Jaké činnosti bude moci vykonávat Instruktor obnovy?

- Vzdělávací přednášky pro veřejnost.
- Podpora aktivit a programů v některém adventistickém centru vlivu.
- Doprovázet a podporovat lidi v procesu obnovy NETERAPEUTICKÝM způsobem pomocí biblických nástrojů.
- Osobní NETERAPEUTICKÉ podpůrné návštěvy (při tomto typu návštěv budete používat biblické principy jako nástroj duchovní podpory a poradenství).
- Vyučovat podle průvodce biblickým studiem OBNOVA MYSLI
- Vytvářet, vést a řídit malé skupinky emoční obnovy v domácnostech.
- Vytvářet, vést, usměrňovat, podporovat a být součástí týmu podpůrných a zotavovacích skupin v místním kostele nebo komunitním/sousedském sále.

Charakteristika Instruktora obnovy v osobním životě:

- Ví, že na prvním místě je jeho společenství a osobní vztah s Ježíšem.
- Pokora a vyvážený postoj k vlastní hodnotě. Nedomnívá se, že je něco víc nebo míň než ostatní. Chápe, že před Bohem má velkou hodnotu jako jeho syn.
- Své osobní problémy nechává doma.
- Používá skupinu jako nástroj podpory a obnovy.
- Snaží se napravit své vlastní problémy.
- Požádá o odbornou pomoc, když ji potřebuje.
- Požádá o pomoc, když nemůže.
- Vyrovnaný ve svém myšlení.
- Vyrovnaný ve vztahu ke skupinovým aktivitám, rodinnému a pracovnímu životu.
- Vyhýbá se úzkoprsým postojům.
- Umí říci NE, když je to třeba.

Charakteristika Instruktora obnovy v týmové práci:

- Podporuje v týmu ducha modlitby a zbožnosti.
- Je asertivní v komunikaci s lidmi v týmu nebo skupině.
- Chová se k ostatním s respektem.
- Nekritizuje negativním způsobem; používá konstruktivní kritiku.
- Je otevřený názorům a myšlenkám druhých.
- Je ochoten pracovat v týmu a ve skupině.
- Používá biblický postup při řešení negativních situací s někým v týmu.
- Pracuje spořádaně a organizovaně.
- Přijímá odpovědnost a plní svěřené úkoly.
- Nesnaží se ovládat ostatní v týmu.
- Respektuje čas lidí, kteří se účastní aktivit.

Kdy může být instruktor vyloučen z týmu?

- Porušení pravidel pro účastníky skupinky obnovy několikrát po sobě.
- Nezdravé a nevhodné zapletení s účastníkem skupiny (randění, sexuální vztahy nebo líbání). Nezáleží na tom, zda je instruktor svobodný. Instruktor se nesmí nevhodným způsobem zaplést s účastníkem skupiny.

- Pokud má instruktor manžela/manželku a nevhodně se zaplete (randění, sexuální vztahy, líbání atd.) s jiným instruktorem v týmu, který není jeho manželem/manželkou. Jeden instruktor s jiným mohou správným a zdravým způsobem navázat vztah, pokud jsou oba adventisté a ani jeden z nich není ženatý či vdaná.
- Opakované obtěžování účastníka skupiny nebo týmu.
- Pokus o zneužití.
- Spáchání drobného přestupku proti účastníkovi nebo členovi týmu a neochota se omluvit.
- Disciplinární řízení církvi za jiné negativní situace, ke kterým došlo mimo program skupinky obnovy.

Rozhodnutí o odvolání instruktora z týmu musí být potvrzeno ostatními instruktory v týmu a výborem sboru. Případ musí být projednán výborem.

Jakou úroveň diskrétnosti je ve skupině třeba zachovat?

- Věci sdílené ve skupině zůstávají ve skupině.
- Instruktoři by měli být členy daného sboru nebo okrsku. Musí však mít plnou důvěru a jistotu, že se mohou ve skupině sdílet a vyjadřovat. Proto je důležité, aby věci, které se ve skupině sdílejí nebo vyjadřují, zůstaly pouze ve skupině.
- Situace nebo problémy, které sdílejí účastníci nebo instruktoři skupiny, kteří jsou členy církve, by měly být respektovány. Pamatujte, že to, co je sdíleno ve skupině, zůstává ve skupině. V mnoha případech se účastníci nebo instruktoři, kteří jsou členy církve, bojí nebo stydí sdílet otevřeně, aby „nebyli odhaleni výborem“, nebo proto, že si všimli, že místní sbor má tendenci k častému pomlouvání. Musíme každého účastníka ujistit, že „co se sdílí ve skupině, zůstane ve skupině“.
- Když se někdo ve skupině svěří s touhou vzít si život, je čas porušit důvěrnost. Měl by být informován blízký rodinný příslušník nebo známý této osoby. Osobě by mělo být také doporučeno, aby vyhledala odbornou pomoc. Nikdy to jako instruktor skupiny neutajujte, můžete se dostat do právních problémů, pokud blízcí rodinní příslušníci zjistí, že jste věděli, že si účastník přeje vzít si život, a neoznámili jste to.

Co dělat, když se člověk chce začít účastnit skupiny a několik setkání už proběhlo?

Je velmi pravděpodobné, že se najdou lidé, kteří se budou chtít zapojit i po zahájení skupiny. Zde je několik tipů, které lze vzít v úvahu:

- Vedoucí mohou těmto zájemcům umožnit účast, počínaje tématem v průvodci, ke kterému skupina již došla. Za tímto účelem je vhodné zaslat videa nebo nějaké materiály, které novému účastníkovi pomohou se přizpůsobit úrovni, na které se skupina nachází.
- Pokud má skupina již 10 účastníků plus instruktory, budou se muset vedoucí skupiny rozhodnout:
 1. Rozdělit skupinu na 2 menší skupiny. Zůstanou tak dvě skupiny po 6 nebo 7 lidech. K tomu potřebujete dvě oddělené místnosti.
 2. Nedovolit vstoupit žádnému dalšímu účastníkovi. Dělá se to v uzavřených skupinách, do kterých se účastníci přihlašují předem. Jakmile nastane datum zahájení skupiny, nikomu není dovoleno se ke skupině připojit, dokud skupina nedokončí svůj cíl: dokončit průvodce nebo materiál nebo splnit určitý cíl či úkol skupiny. V takovém případě bude dotyčné osobě sděleno, že bude muset počkat na nové datum zahájení.

Jak postupovat, pokud se účastníci, kteří začali, již neúčastňují a začnou se přidávat noví?

- Zahajte skupinu i témata průvodce nebo podpůrného materiálu od začátku.
- Mějte dva typy skupin. Jednu pro těch několik účastníků, kteří se účastnili od začátku, a druhou pro nové účastníky. Zde můžete mít obě skupiny ve stejný den a čas, ale v různých místnostech. Můžete také začít dvakrát týdně pro dvě různé skupiny, ale bude to znamenat větší časovou náročnost.

- Na některých místech se osvědčilo mít jeden den v týdnu společnou volně přístupnou přednášku o duševním/emočním zdraví bez závazků, pravidel a studijních příruček. To by sloužilo jako filtr, který by ukázal, kdo z lidí, kteří se každý týden účastní přednášek, by byl odhodlán začít trvale a s nasazením navštěvovat skupinku emoční obnovy. Lidé, kteří se zúčastní přednášek dvakrát nebo třikrát, mohou být pozváni k účasti na této skupince. Tento typ strategie si vyžádá více času týdenní podpory, protože zahrnuje otevření místa konání dvakrát týdně. Jednou na přednášky a jednou pro skupinku.

Jak spravovat počet účastníků skupinky?

- Ideálně by skupinka měla mít 2 instruktory obnovy a maximálně 12 účastníků.
- Když počet účastníků dosáhne 12 nebo více, měla by být rozdělena na dvě samostatné skupiny, které budou fungovat v různých místnostech nebo v různých dnech.
- Rozhodnutí mít více než jednu skupinku by měl učinit organizační tým.

Co se stane, pokud má skupina k dispozici pouze jednoho instruktora?

- Pokud instruktor provádí tuto činnost poprvé, je ideální začít s malou skupinkou emoční obnovy u něho doma nebo doma u někoho z církve. Aby získal zkušenosti alespoň během jednoho semestru. Dělat něco jednoduššího instruktora nezahltí tak, aby to vedlo k neúspěchu a frustraci.
- Pokud má instruktor roční zkušenost s podporou nebo vedením skupiny s týmem dalších instruktorů a nakonec zůstane na aktivitu sám, opuštěný ostatními instruktory: V takovém případě může pokračovat se skupinkou emoční obnovy, která nemá více než 4 nebo 6 účastníků. Zde by bylo ideální přizvat někoho z výboru nebo staršího sboru, aby instruktora podpořil alespoň svou přítomností, protože není dobré být na takovou aktivitu zcela sám.
- V některých případech může být lepší v projektu skupinky v daném prostoru nepokračovat, dokud opět nebudete mít vedle sebe další instruktory. Mezitím můžete provádět návštěvy, doprovázení, vést biblické hodiny nebo osvětové besedy. Vždy by se tak mělo dít s podporou kazatele a některého člena sboru nebo jeho výboru, protože tyto aktivity vyžadují podporu a doprovod. Nedoporučujeme, aby instruktor dělal tyto věci sám.

Kdo rozhoduje o ukončení programu emoční obnovy vedeného vaším sborem?

Toto rozhodnutí může učinit samotný tým facilitátorů.

V některých případech může takové rozhodnutí učinit rada místního sboru nezávisle na týmu, ale s přihlédnutím k názoru týmu skupiny.

Z jakých důvodů mohou tým nebo výbor rozhodnout o ukončení tohoto programu?

- Nedostatek finančních prostředků.
- Nedostatečná účast.
- Vnitřní spory v organizačním týmu, které nebyly řešeny správným způsobem, což vytvářelo špatné svědectví pro účastníky, pro místní církev nebo pro komunitu.
- Společné porušení některého pravidla z příručky Církve adventistů sedmého dne organizačním týmem.
- Nedosažení dohody s organizačním týmem o dnech a časech konání aktivity. Zejména při používání sálu ve dnech a časech, kdy jej výbor zvažuje používat pro jinou aktivitu.
- Tým facilitátorů nepodává místnímu sboru zprávy o aktivitách, pokrocích a dosažených cílech.
- Vztah mezi investicemi a výsledky není úměrný.
- Jistě mohou existovat i další příčiny, které zde neuvádíme.

Poznámka: Přestože organizační tým rozhoduje a hlasuje sám, je důležité si uvědomit, že pokud se skupinka koná v sále Církve adventistů sedmého dne, musí být k některým rozhodnutím přizván výbor sboru.

V jakém vztahu jsou výbor sboru a organizační tým, který vede skupinu?

- Jsou určitá skupinová rozhodnutí, která by se měla přijímat pouze v rámci týmu.
- Tým by měl měsíčně nebo čtvrtletně podávat představenstvu zprávy o dosažených cílech, výsledcích a rozhodnutích. A také když potřebuje radu, finanční podporu apod.
- Je důležité, aby někdo z týmu byl členem výboru. To velmi usnadní komunikaci.

Co dělat, když dokončíme skupinový proces s určitým materiálem nebo průvodcem?

Pokud použijete průvodce biblickým studiem OBNOVA MYSLI, vystačí vám na přibližně 4 měsíce skupinky, protože ve skupině se pracuje na 21 lekcích, vždy na jedné týdně.

Zde je nejdůležitější vytvořit čtvrtletní, pololetní nebo roční plán skupiny. To vám pomůže zjistit, jak si rozdělit příručku, materiál nebo dokument, abyste jej dokončili v určeném čase.

Příklad: Pokud má být použita kniha s 12 kapitolami, může tým navrhnout, aby skupina trvala 24 týdnů s tím, že každý týden dokončí polovinu kapitoly. 24 týdnů je přibližně 6 měsíců. Poté přejdou k jinému průvodci, materiálu nebo knize.

Je důležité znovu zdůraznit, že použitá příručka, materiál nebo kniha pro nápravné skupiny by měla obsahovat otázky a aktivity k řešení. Nechceme, aby se jednalo pouze o teorii. V případě, že dokument, materiál nebo průvodce, který chcete zvolit, otázky nebo aktivity neobsahuje, je ideální, když si tým vytvoří otázky a aktivity, které bude řešit doma a sdílet se skupinou.

Co dělat, když je účastník emocionálně přetížen nebo se jeho stav zhorší?

Někdy se situace člověku emocionálně vymkne z rukou. V takovém případě je důležité doporučit osobě, aby vyhledala odbornou pomoc a zároveň pokračovala v docházce do skupiny. Pamatujte, že jste pouze moderátorem skupiny, nikoli odborníkem na duševní zdraví.

Pamatujte, že když se u osoby začnou projevovat sebevražedné myšlenky, musíme na to upozornit její milované, rodinné příslušníky nebo blízké osoby.

Nezapomeňte si připravit seznam odborníků na duševní zdraví s biblickým křesťanským zaměřením: psychiatr, psycholog, terapeut pro léčbu závislostí, rodinný terapeut, kouč, biblický poradce atd.

Pokud je někdo z týmu odborníkem na duševní zdraví, je třeba s nabídkou terapeutické podpory zacházet velmi opatrně. Někteří lidé to mohou považovat za „podnikání“ s jejich problémem. Z tohoto důvodu bude muset instruktor s profesí duševního zdraví od této chvíle oddělit to, co se děje ve skupině, od toho, co se děje v individuální terapii. Špatný individuální terapeutický přístup může člověka odcizit skupině, a tedy i evangelizačnímu procesu, o který nám s daným člověkem jde.

Ze své osobní zkušenosti nerad přebírám případy lidí, kteří napřed přišli do skupiny. Osobně je odkazuji na jiného odborníka. Dělán to proto, aby nedošlo k mylné interpretaci člověka v individuální terapii a k tomu, že do skupiny už nebude chtít chodit. Zde dávám přednost tomu, abych o člověku uvažoval jako o duši pro Krista, a ne jen jako o dalších penězích, které mohu získat za terapii. I když tento poslední odstavec, který píšu, je pouze moje osobní úvaha. Není povinné ho přijmout.

Co dělat, když někdo komunikuje s členem týmu mimo skupinu?

Pro vás ani pro vaši rodinu není zdravé, když vám někdo neustále volá nebo píše. Nedovolte, aby si účastník na vás jako na instruktorovi vytvořil nezdravou závislost.

Je důležité, abyste jako instruktor nepropadli syndromu „supermana“, kdy chcete vyřešit život a problémy všech. Zejména účastníků skupiny.

Vysvětlete účastníkům, že komunikace mezi účastníky a moderátory probíhá pouze prostřednictvím textových zpráv. Nebudou přijímat telefonní hovory ani hlasové zprávy.

Při odpovídání v chatu buďte vždy vděční a zdvořilí.

Pokud vám účastník volá nebo posílá hlasovou zprávu, neodpovídejte.

V případě hlasové zprávy odpovězte takto: „Prosím, napište mi zprávu, hlasové zprávy si nemohu poslechnout, děkuji mnohokrát, zůstávám na příjmu“. Pokud osoba nadále posílá hlasové zprávy nebo trvá na telefonátech, již neodpovídejte. Skupina pak problém vyřeší a znovu zdůrazní způsob komunikace mezi účastníky a moderátory pouze prostřednictvím textových zpráv. To je pravděpodobně příležitost nabídnout účastníkovi osobní návštěvu nebo mu doporučit odbornou podporu od někoho jiného.

Moderátorem skupiny jste pouze tehdy, když jste ve skupině. V některých případech se stalo, že účastník dospěl k nezdravému vztahu s moderátorem nebo naopak, protože moderátor neuměl nastavit hranice v týdenní komunikaci. Nebo nevěděl, jak danou situaci s účastníkem moudře vyřešit nebo předat.

Ideální je zdravým a taktním způsobem dovést účastníka k pochopení, že skupina je tím nejlepším místem, kde může sdílet všechny své nejhlubší problémy. Pokud chce dotyčný sdílet věci s moderátorem v soukromí, ale ne ve skupině, je velká pravděpodobnost, že mu něco nefunguje. V takovém případě je nejlepší to s ním řešit osobní návštěvou, ale ve dvou - dva moderátoři nebo jeden moderátor v doprovodu dalšího člena sboru nebo kazatele.

Pokud se na vás obrátí s žádostí o informace, termíny, časy nebo materiály, odpovězte konkrétně na to, co účastník žádá, a to písemně, a nepokračujte v diskusi.

Pokud jako instruktor a člen organizačního týmu skupiny máte během týdne několik osobních závazků nebo se musíte věnovat rodině, dejte účastníkovi jasně a laskavě najevo, že mu v danou chvíli nemůžete vyhovět. Vyzvěte ho, aby pokračoval v účasti na skupině, a sdělte mu, že si na konci skupiny domluvíte termín osobní návštěvy.

Pokud dotyčný potřebuje být vyslechnut, domluvte si termín osobní návštěvy. Nechodte tam sami. Jděte dva lidé z týmu nebo jeden v doprovodu pastora nebo člena sboru.

Jak provést osobní návštěvu účastníka skupiny nebo někoho z komunity?

Jedná se o jednu z nejchoulostivějších činností. Dnes žijeme ve společnosti, která kvůli tolika nejistotám a zlu ztratila důvěru v druhé. Není snadné najít lidi, kteří nám otevrou dveře svých domovů, abychom se s nimi podělili o Bibli nebo jim poskytli krátké poradenství.

Abychom tedy mohli tuto činnost provést, musíme si být jisti a doložit, že daná osoba o tuto návštěvu požádala, nebo si být již dostatečně jisti, že ji můžeme provést.

Tento typ návštěvy lze provést, když osoba už několikrát přišla do skupiny a nyní chce, abychom si s ní osobně pohovořili nebo jí poskytli nějakou radu. Jiní budou potřebovat naši podporu o něco více než na skupině jednou týdně a budou chtít, abychom se za ně modlili a trochu více jim naslouchali.

Pro tuto činnost je důležité určit lidi se specifickými předpoklady k jejímu vykonávání. Protože špatná návštěva může danému člověku zavřít dveře.

Při vedení návštěvy buďte taktní, nemluvte negativně, vyjadřujte se pozitivně nebo povzbudivě o emocionálních zdravotních problémech nebo potížích dané osoby. Buďte trpěliví a opatrní, abyste dotyčného necitlivě nevyzvali k dodržování doktrinárních zásad naší církve. Zpočátku se můžete podělit jen o několik biblických pasáží, které osobě pomohou při řešení problému, s nímž se svěřuje. Můžete se také „krátce“ podělit o biblický příběh, který se vztahuje k situaci, kterou s vámi osoba sdílí.

Ideálně NEchodte na návštěvu sami, pokud se jedná o osobu opačného pohlaví. V takovém případě jděte ve dvou.

Tento typ návštěvy používáme také u lidí, kteří do skupiny docházejí každý týden a chtějí se také dozvědět více o našem učení a víře jako Církve adventistů sedmého dne. V tomto případě se s nimi od této chvíle můžeme podělit o průvodce Ježíšovou vírou.

Jsou také lidé, kteří do skupinky nechodí a kteří o návštěvu požádali. Při návštěvě můžeme dotyčného pozvat na přednášku, seminář nebo skupinku emoční obnovy.

Jsou lidé, kteří se necítí být připraveni účastnit se skupiny, ale naše návštěvy jim prospějí. Těmto lidem můžeme nabídnout, aby se vydali na cestu obnovy podle průvodce biblickým studiem OBNOVA MYSLI.

5 aktivit Klubu emočního zdraví ve Vašem městě



**Přednášky a workshopy
o duševním
a emocionálním zdraví**

V některých případech se může ukázat, že po návštěvě bude nutné dané osobě vzhledem k závažnosti problému doporučit odborné poradenství. Pro tyto případy mějte po ruce seznam lidí, kteří pracují s biblickými principy duševního zdraví a dokážou se držet stejného způsobu myšlení, jaký předáváme ve skupině.

Na závěr:

Pokud byste chtěli, aby váš sbor nebo okrsek absolvoval víkendové školení pro zaučení "Instruktorů obnovy" nebo aktivity Klubu emoční "prostor/skupinu pro obnovu", zanecháváme vám na sebe kontakt.

Podpůrná skupina a emoční obnova



Pro více informací:

+57 304 375 375 5348 Kolumbie – Juan Pablo Malanga –
Španělsky (WhatsApp)
+ 420 732 267 771 Centrum Archa, Česky

Emoční biblické poradenství



Facebook: FGlibremente

Web: www.libremente.com.co

Odborná péče a psychoterapie



Sociální a komunitní dopadové aktivity



Kéž vám Bůh mocně žehná!

S láskou a náklonností v Kristu, Juan Pablo Malanga -
ředitel LIBRE MENTE

Kontakt: info@zdraviarodina.cz,

Tel.: 732 267 771