

Spis treści

Wstęp	7
Dział 1. Problemy dotyczące jednostki	
Rozdział 1: Zaburzony obraz własnej osoby	11
Rozdział 2: Wrogość w stosunku do siebie samego	17
Rozdział 3: Nieprawdziwa ocena tego, kim jestem	23
Rozdział 4: Świadomość samego siebie	31
Rozdział 5: W niewoli negatywnych emocji	37
Rozdział 6: Pod panowaniem stresu	45
Rozdział 7: Problem wyczerpania	53
Rozdział 8: Homoseksualizm – „Kim jestem?”	61
Dział 2. Problemy w relacjach z innymi	
Rozdział 9: W konflikcie z innymi	69
Rozdział 10: Poradnictwo przedmałżeńskie	75
Rozdział 11: Poradnictwo dla osób samotnych	81
Rozdział 12: Małżeństwo w kryzysie	87
Rozdział 13: Niewierzący współmałżonek	95
Rozdział 14: Rozwód	99
Rozdział 15: Problemy seksualne w małżeństwie	105
Rozdział 16: Molestowanie seksualne, gwałt	111
Rozdział 17: Przemoc w rodzinie	123
Rozdział 18: Agresja wśród dzieci	135
Rozdział 19: Dziecko nadpobudliwe psychoruchowo w rodzinie	141
Rozdział 20: Dziecko niepełnosprawne w rodzinie	149
Rozdział 21: Konflikt z nastolatkiem	155
Rozdział 22: Kryzys nastolatka	165
Rozdział 23: Młodzież z rodzin patologicznych	169

Dział 3. Sytuacje kryzysowe i zaburzenia psychiczne

Rozdział 24: Cierpienie	181
Rozdział 25: Choroba	189
Rozdział 26: Neurotyzm	195
Rozdział 27: Psychopatia	203
Rozdział 28: Zaburzenia lękowe	207
Rozdział 29: Nerwice – nadmiar lęku	219
Rozdział 30: Schizofrenia	225
Rozdział 31: Depresja – gniew skierowany do środka	229
Rozdział 32: Myśli samobójcze	239
Rozdział 33: W obliczu śmierci i umierania	241
Rozdział 34: Żałoba	245
Rozdział 35: Wyrażanie uzdrawiającego żalu po stracie	249
Rozdział 36: Problemy starości	253

Dział 4. Uzależnienia

Wstęp: Od więzi pierwotnych do więzi zastępczych	259
Rozdział 37: Pornografia	263
Rozdział 38: Zespół uzależnienia internetowego	269
Rozdział 39: Anoreksja, bulimia i inne zaburzenia odżywiania na podłożu psychicznym	277
Rozdział 40: Alkoholizm	287
Rozdział 41: Współuzależnienie	293
Rozdział 42: Dziecko w rodzinie alkoholowej	301
Rozdział 43: Dorosłe dzieci alkoholików	307
Rozdział 44: Narkomania	311
Wykaz skrótów ksiąg biblijnych	320
Bibliografia dotycząca problemów poradnictwa dostępna w języku polskim	321
Bibliografia w języku angielskim	326

Wstęp

Człowiek, który staje w obliczu problemów lub znajduje się w trudnym położeniu, szuka pomocy. Brzemie, które niesie, jest dla niego zbyt ciężkie i konieczna jest pomoc z zewnątrz. W większości przypadków Stwórca chce posłużyć się innym człowiekiem w procesie rozwiązywania problemów i uwalniania z więzów. Zwraca się do tych, którzy stoją obok. Tylko Jezus może dać nowe życie i odpuścić grzechy. Tylko On może przywrócić więź człowieka z Ojcem, Świętym Bogiem. Jednak tak jak po wskrzeszeniu Łazarza Jezus zwrócił się do ludzi stojących wokół niego i powiedział: *Rozwiążcie go i pozwólcie mu odejść* (J 11:44), tak i dzisiaj zwraca się do członków Ciała, Kościoła, by pomogli tym, którzy mają problemy.

Jezus przywrócił Łazarza do życia. Był on jednak nadal związany opaskami i prześcieradłami, które nie pozwalały mu żyć życiem w obfitości i duchowej pełni. Na polecenie Jezusa opaski te mieli zdjąć stojący obok Łazarza przyjaciele.

Jak zatem i my dzisiaj mamy pomagać w rozwiązywaniu problemów i uwalnianiu więzów, które paraliżują cały rozwój? W jaki sposób powinniśmy towarzyszyć człowiekowi w trudnym położeniu?

Pomoc według Bożych oczekiwań polega na tym, aby osoba szukająca pomocy mogła zobaczyć siebie i swoją sytuację w świetle biblijnej prawdy o Bogu i prawdy o sobie. Zatem każdy proces praktycznej pomocy musi rozpocząć się od nawiązania więzi z tą osobą; potem polega na odkrywaniu prawdy o Bogu i Bożej prawdy o problemie czy sytuacji.

Job przestrzega przed zakrywaniem prawdy poprzez wypowiedanie niewłaściwych słów:

Któż jest w stanie zaciemnić Twój zamysł nierozsądną mową? (Job 42:3).

Job doszedł do poznania prawdy o Bogu i to uwolniło go do wyznania:

Wiem, że Ty [Boże] możesz wszystko i że żaden Twój zamysł nie jest dla Ciebie niewykonalny (Job 42:2).

Doradcy, którzy chcieli pomóc Jobowi, usłyszeli słowa:

Mój gniew zapłonął przeciwko tobie i przeciwko dwom twoim przyjaciołom, ponieważ nie mówiliście o Mnie prawdy, jak mój sługa Job (Job 42:7b).

Jezus Chrystus oferuje pomoc o wiele szerszą: nie tylko wprowadza w prawdę, ale także obdarza łaską. On jest dla nas najdoskonalszym wzorem doradcy. Jest tym, który daje prawdziwą wolność

od zła, przebacza grzech i obdarowuje życiem w obfitości. On sam przywraca do nowego życia i angażuje członków swojego Ciała – Kościoła – w praktyczne działanie i udzielanie pomocy.

Jezus poprzez śmierć i zmartwychwstanie wszystko zabezpieczył i wykonał. Bóg Ojciec darował nam Ducha Świętego, który jest pocieszycielem, nauczycielem, pomocą – zarówno dla doradcy, jak i dla osoby zwracającej się o pomoc oraz szukającej dróg wyjścia i zastosowania.

Jako doradcy nie jesteśmy w stanie zmienić życia osoby, która boryka się z problemem. Również i ten podręcznik nie oferuje gotowej recepty na ból i nie podaje uproszczonych rozwiązań dla opisanych trudnych sytuacji życiowych. Na trudne pytania nie ma prostych odpowiedzi, które mogłyby zadziałać jak pigułka.

Podręcznik ten wskazuje jedynie, w jaki sposób jako doradcy możemy nieść drugiej osobie skuteczną pomoc w spojrzeniu na jej sytuację czy problem z Bożej perspektywy. Jest pomocą biblijnej konfrontacji z danym problemem. Biblijna konfrontacja nie jest nigdy atakowaniem, osądzaniem czy też potępieniem człowieka za to, co zdarzyło się w jego życiu. Cel doradcy to zatem wspólne z osobą poszukiwanie dróg wyjścia i rozwiązania. Ku temu potrzebne jest umiejętne, aktywne słuchanie, zadawanie właściwych pytań oraz wyrażanie empatii w celu zrozumienia człowieka i jego problemu.

Oddana do rąk doradców część 4 podręcznika jest integralną częścią pięcioczęściowego programu „Jak skutecznie pomagać innym?”.

Części 1 i 2 omawiają ogólne zasady poradnictwa chrześcijańskiego jako służby oraz umiejętności praktyczne doradcy. Praktyczne kroki, cały proces pomocy, jak i zasady pojedynczego spotkania z osobą szukającą rozwiązania problemu opisane zostały w **części 2**. **Część 3** wprowadza biblijną wiedzę o spojrzeniu Boga na człowieka, **część 5** zawiera ćwiczenia pomocne w szkoleniu warsztatu umiejętności chrześcijańskiego doradcy.

Zalecam korzystanie ze wszystkich części tego cyklu w celu lepszego zrozumienia zagadnień i kompleksowego doskonalenia własnych umiejętności w służbie niesienia pomocy innym.

Dlatego przed przystąpieniem do studiowania i zastosowania treści części 4 sugeruję bardzo dokładne zapoznanie się z treścią poprzednich części podręcznika „Jak skutecznie pomagać innym?”, a w szczególności z częścią 3.

Jednak w procesie stawania się skutecznym doradcą nawet najlepsze umiejętności nie zastąpią znaczenia naszego indywidualnego poznawania tego, kim jest Bóg, i Jego mocy uwalniającej od więzów grzechu ani też doświadczania mocy modlitwy wstawienniczej.

Alina Wieja



Dział 1

Problemy dotyczące jednostki

Problemy dotyczące jednostki mogą być rozwiązywane tylko w oparciu o jasno określoną koncepcję człowieka i konkretny system wartości wynikający z przekonań religijnych oraz wyznawanego światopoglądu. Podstawą wszelkich propozycji zrozumienia problemu i praktycznej pomocy zawartych w niniejszym opracowaniu jest Pismo Święte jako bezwzględny autorytet, źródło prawdy absolutnej i wartości określających zasady życia, etyki i moralności.