

Prevenција: Prevenција ovisnosti s antropološko-duhovnog aspekta

Provoditelj: Centar za hagioterapiju Slavonski Brod

Godina provedbe: 2016

Kratki opis programa

Opis i cilj projekta je suzbijanje i sprječavanje pojava ovisnosti, ponašajnih ovisnosti i rizičnog ponašanja kod opće populacije djece i mladih te opće populacije građana, kao i razvoj temeljnih i autentičnih motivacija slobode, odnosno razvoj vrijednosti, vrlina i etičkih principa. Osnovne aktivnosti su: 1. Tribine i stručna predavanja, 2. Individualni rad, 3. Rad terapijske skupine, 4. Rad na dežurnom telefonu, 5. Radionica za mlade. Ciljne skupine: djeca opće populacija, mladi opća populacija, obitelji, roditelji, ostali.

Mjesto provedbe projekta je područje Grada Slavenskog Broda, Požege i Nove Gradiške. Nositelji programskih aktivnosti su članovi CHT SB i vanjski stručni suradnici.

Sažetak programa

Antropološko-duhovni aspekt je neizostavan u pristupu cjelovitosti čovjeka.

Antropologija kao znanost o čovjeku istražuje upravo tko je čovjek, a humanističke znanosti nam otkrivaju da je čovjek-čovjek upravo po duhovnoj duši, odnosno duši koja je produhovljena.

Duhovna duša je organizam po kojem se čovjek razlikuje od svega drugoga što postoji te oblikuje i razrađuje antropološku dimenziju čovjeka (usp. prof.dr.sc. T. Ivančić).

Naš uvaženi stručnjak na području filozofsko-teološke antropologije, prof. dr. sc. Tomislav Ivančić istražujući čovjekovu duhovnu dušu i njezin organizam otkrio je da su upravo rane, bolesti i traume duhovne duše uzroci najtežih oštećenosti na duhovnoj, a stoga i psihofizičkoj razini čovjeka te je razvio hrvatski model antropološko-duhovne pomoći nazvan hagioterapija te je pokrenuo osnivanje Centara za hagioterapiju.

Aktivnosti u 2016.:

1. Tribine i stručna predavanja- Putem tribina i stručnih predavanja posreduje se inicijativnost osobama da spoznavaju i svoju antropološko-duhovnu dimenziju i načine prevencije ovisnosti i neprihvatljivog ponašanja podižu svijest da se radi o promjeni loših navika, koje su kao rane i uvrede zarobile osobu i zato treba određeno vrijeme da joj se pomogne. Za društveni život potrebno je usvojiti pozitivne stavove, radinost, istinu, dobrohotnost, kulturu. Temeljno pravilo je da se negativnosti i pogrešnog djelovanja čovjek ne može osloboditi novim pogrešnim djelovanjem. To znači da je prvi i temeljni korak u prevenciji ovisnosti s antropološko-duhovnog aspekta i neprihvatljivog ponašanja-zaokret prema dobru. Treba pomoći čovjeku da uvidi da je odluka za dobro, a to znači za dobru misao, riječi i djelo, sabranost, razvoj kreativnosti, svijest i samosvijest, transcendenciju, smisao, odgovornost, povjerenje, praštanje i kajanje, savjesnost, odlučnost, obrat, samopouzdanje, moralno-etičku zakonitost riješiti sve njegove probleme i patnje. Čovjekova sloboda vezana je uz slobodnu volju, a filozofska znanost nam otkriva da biti slobodan znači moći iiniti dobro. Kad se dogodi taj obrat od pogrešnog djelovanja na dobro, tada čitav čovjekov život dobiva smisao i čovjek ide u ispravnom smjeru.

U izgrađivanju slobode osobe treba educirati da je karakter mjesto i snaga moralnih vrijednosti. Te snage su vrline i kreposti, a da bismo postali gospodari nad nagonima i strastima potrebno je osobama pokazati dobru, istinu i ljubav kao projekt koje one antropološkom dimenzijom prihvaćaju i koje ih izvlače iz vezanosti i ropstva loših i negativnih navika. Treba osobe usmjeriti prema izlazu, pokazati im snage i mogućnosti antropološko-duhovne dimenzije, da vide

ljepotu slobode, kreativnosti, radosti i ostvarenja svojega života jer samo trajno i vječno dobro, a to su vrednote, može biti ideal koji osobu privlači i tako ostvaruje svoj projekt. Takva spoznaja trebala bi pomoći osobama da dobiju motivaciju da se ispravno koriste svojim organizmom. Iskustva rada s mladima potvrđuju da se motivacija može najbolje aktivirati ako mladi imaju uzore. Uzori su osobe koje imaju u sebi slobodu i iskustvo ulaska u slobodu od ovisnosti i neprihvatljivog ponašanja općenito. To je ujedno i put ljubavi, jedinstvo dviju osoba u povjerenju i sućuti. Uzori su posrednici slobode, a ne njihovo verbaliziranje i poučavanje. Budući da nam filozofija otkriva da je sloboda antropološko-duhovna stvarnost, taj antropološko-duhovni aspekt prevencije ovisnosti i neprihvatljivog ponašanja obuhvaća krajnji uzrok istih te pokazuje na njihovu izlasku iz istih. Vanjski stručni suradnici (lijekovi i psiholozi) ističu kako u današnjem svijetu postoji širok spektar ovisnosti, ponašajnih ovisnosti i neprihvatljivog ponašanja, a svima im je zajednički gubitak slobode i upisane negativne i loše navike (epigenetika). Ovisnik duboko u svom biću težne za slobodom, ali doživljava da mu je ovisništvo o lošim navikama utisnuto u dušu i tijelo te da njegovo cijelo biće reagira ovisno. U radu s mladima, osobito ovisnima u bilo kojoj štetnoj navici, vidljivo je kako spoznaje o lošim navikama dovode do odluke da se promijene, ali samo na psihofizičkoj razini „ne mogu“ se mijenjati. Tek uključivanjem i antropološko-duhovne dimenzije te poštujući i njezine zakone osoba spoznaje sebe, smisao svoje egzistencije, postavlja si cilj i hrabro mu korača ususret. Otvjekovo tijelo i psiha ograničeni su, no budući da je antropološko-duhovna dimenzija sloboda od prostora i vremena i da po njoj otvjek nadilazi, transcendentira samog sebe i svoje ograničene potrebe, „premještajući se“ sa psihosomatskog na svoju duhovnu dimenziju, otvjek može realizirati svoje zdravlje. Otvjek je specifično otvjek upravo po antropološko-duhovnoj dimenziji i po njoj se bitno razlikuje od svih ostalih živih stvorenja. Otav otvjek prožet je antropološko-duhovnom dimenzijom jer ona oživljava i otvini kako psihi tako i tijelo specifično otvjekovim tijelom. Pitanja duha su u središtu svih znanstvenih istraživanja te se s tim pitanjima susreću kako medicina tako i psihologija. Otvjek je bitan u bitku, ali sa sposobnošću da se bezgranično razvija. Izgrađivanje karaktera događa se razvojem vrlina koje vježbanjem upisujemo u naš genom (epigenetika) i tako postajemo gospodari nad nagonima i strastima. Osobama je naglašeno kako otvjek nije stvar, mehanizam, nije sasvim uvjetovan niti determiniran, bilo tako da pred određenim situacijama popušta ili im se hrabro odupire. Otvjek sam sebe određuje jer ljudsko biće ima slobodu, a sloboda je istodobno i odgovornost. U današnjem tempu života mladi ljudi često imaju osjećaj da nikome nisu bitni, međutim otvjek je osoba i samim time što žive je odraz ljubavi i dobrote kao temelja egzistencije. Ta nas istina uvodi u dostojanstvo koje nam nitko ne može oduzeti. Kod ovisnosti s antropološko-duhovnog aspekta radi se o povrijeđenom dostojanstvu, besmislu, krivicama i ne razvoju kreativnosti. Bješki psihijatar V. Frankl iz svog praktičnog iskustva u radu s pacijentima govori da otvjek može ostvariti životni smisao u kreativnom radu, ljubavi, pa čak i u patnji jer mnogi ljudi svjedoče da su najdublje razmišljali dok su patili te da su tako došli do istinskih vrijednosti. Po tome možemo zaključiti da ljudski život ima uvijek smisla i u svim okolnostima samo treba znati što je taj smisao.

2. Individualni rad koji se temelji na:

Objašnjenju što je duhovno-antropološka dimenzija otvjeka, koje su joj zakonitosti, što o njoj kažu razne znanosti, koje su joj snage, kako imati povjerenja u izlaz iz problema, kako se „okrenuti“ od negativnosti i pogrešnog djelovanja prema pozitivnom i dobrom. Objasni kako se odlučiti za dobro, ljubav, istinu i bitku, kako se osloboditi krivnje praštanjem, traženjem oprostila ili dobrim djelima. Potrebno je uvijek nešto pohvaliti na osobi, zatim ohrabriti ju, protumačiti joj da su ju ljudi zanemarili ili kritizirali ili joj nanosili nepravdu te je stoga njena duhovno-antropološka dimenzija oslabljena, nemoćna i ovisna. Osobu treba uvesti u istinu, sabranost, jedinstvo, cjelovitost, osloboditi ju razdijeljenosti u njoj prihvaćanjem istine i dobrote koja je razlivena u postojanju, u svemu oko nas. Vrlo je bitno pojasniti osobi da pogrešno djelovanje pokušava izokrenuti transcendentale, moral i zakone prirode, osobito zakone duhovno-antropološke dimenzije. Vrlo je bitno u individualnom radu protumačiti osobi znanstvene argumente (Amen, Lipton, Frankl, Jores, Bauer, Collins, Chauchard...).

3. Rad terapijske skupine

Svim osobama se posređuje verbalno, a to znači i metodom usmenog izlaganja. Osobe zajednički slušaju pouku, razgovaraju, odlučuju se za izlaz iz svojih problema. Također, rade i uz pomoć pripremljenih materijala (metoda rada na tekstu), o čemu iznose svoje stavove te postavljaju konkretna pitanja na koja im se pružaju znanstveno argumentirani odgovori. Osobe su potaknute izgovarati o vlastitome napretku iz susreta u susret te međusobno

razmjenjivati proživljena iskustva i napredak. Bitno je naglasiti da se terapije trebaju argumentirati kroz primjere, slike, doživljaje dobroga, dobre emocije, toplinu koja ne prelazi granice fine, u slike koje zaštićuju.

4. Pružanje savjetovanja putem dežurnoga telefon

Takvim radom omogućuje se svim osobama pomoć razgovorom. Mnogobrojnim je osobama u teškim, kriznim situacijama pružena podrška u nadvladavanju trenutne poteškoće i problema s kojima su suočene.

5. Radionica za mlade

Rad u radionici najbolje se može opisati kao poticanje kreativnosti i divergentne misaone produkcije kroz izgrađivanje i jačanje slobodne volje pojedinca. Mladim osobama se posređuju vrijednosti timskog rada i vršnjačke pomoći.

Takvim radom uložava se razvoj osjećaja vlastite vrijednosti i odgovornosti kod svakoga člana radionice. Susreti se odvijaju jedanput tjedno dva sata, a okuplja se dvadesetak mladih osoba.

Na susretima je mladima približena antropološko-duhovna dimenzija uvijek te su obrađivane teme smisla i svrhovitosti života, povjerenja, vlastite originalnosti i dostojanstva, slobode za koju znanost kaže da je bit duha.

Razjasnila im se i slobodna volja kao mjesto uvijekovih odluka, mjesto u kojem se susreću njegovi odabiri, u kojem svaki uvijek odlučuje hoće li biti slobodan ili ovisan. Pojasnio im se i karakter kao mjesto snaga moralnih vrednota, odnosno vrlina i kreposti kroz vježbanje u raznim moralnim sposobnostima kao što su strpljivost, odvažnost, vjernost, dobrota, poniznost, poštenje, marljivost, nesebičnost, jakost...

Potaknulo ih se i na odricanje koje oslobađa slobodu od ovisnosti i vezanosti uz loše i negativne navike, kroz disciplinu u radu, učenju i raspolaganju vlastitim sposobnostima.

1. Županije provedbe

Brodsko-posavska, Požeško-slavonska

2. Datum početka i završetka programa

Datum početka: 1.1.2016.

Datum završetka: 31.12.2016.

3. Ostvaruje li program formalno partnerstvo u zajednici

ne

4. Ako da, s kim (suradnik u provedbi)

/

5. Dosadašnja iskustva udruge/institucije u provođenju istog ili sličnih programa

Mjesto provedbe programa: Brodsko-posavska županija, Požeško-slavonska županija, Osječko-baranjska županija; Zagrebačka; Slavonski Brod, Osijek, Našice, Lipik, Pakrac, Požega, Nova Gradiška; Zagreb

Godina u kojoj se program provodio: 2010., 2011., 2012., 2013., 2014., 2015., 2016.

Broj obuhvaćenih korisnika: Više od 16 000

6. Je li program originalno autorsko djelo nositelja ili je preuzet za korištenje uz dozvole autora

Izvor programa: Originalni program

Originalni naziv programa na jeziku s kojeg je preuzet: /

7. Razina preventivnih intervencija

Univerzalna

8. Okruženje na koje je program primarno usmjeren

Zajednica

9. Rizici i zaštitni imbenici na koje program cilja

Rizici i imbenici: Na temelju uravnoteženog i multidisciplinarnog pristupa prevenciji ovisnosti istraživači su istaknuli potrebu da politika vezana uz ovisnost i ovisni ponašanja u RH integrira različite pristupe i povezuje ih u jedinstven nacionalni sustav za borbu protiv ovisnosti. Dr. Artur Jores, medicinski antropolog, govori da je temeljni pristup uvijek antropološko-duhovni pristup koji je specifično ljudski. Prof. dr. Tomislav Ivančić u svom cjeloživotnom istraživanju, također ističe da je potrebno uvijek razumjeti od njegova temelja, kako bi se razvila snaga antropološke dimenzije uvijek i pružila vrsta nada cijelom društvu. Također, preventivno djelovanje treba se temeljiti na rezultatima neuroznanstvenih istraživanja, bioloških otkrića, genetskih dostignuća na spoznajama neposredne suradnje prirodnih i humanističkih znanstvenih područja, duhovne i psihosomatske uvijekove strukture, na otkrićima cjelovitosti uvijek u njegovom središtu stoji antropološki uvijekov organizam. Uvijek je osoba koja posjeduje sve organizme- kako psihosomatske tako i antropološko-teološke i njima se slobodno služi (usp. prof. dr. sc. T. Ivančić). Antropološko-duhovni naivčanin želi pružiti novu snažnu pomoć pri multidisciplinarnom pristupu prevenciji ovisnosti. Uvijek se da je, pored postojećih psihosocijalnih metoda, potrebno sagledati probleme te tražiti rješenja i s antropološkog aspekta. Takav pristup zahtijeva, osim osnovne informiranosti o antropološko-duhovnoj dimenziji uvijek, dodatno proučavanje i provođenje teoretskih principa antropoloških zakonitosti, mehanizama svojstvenih svakom uvijeku bez obzira na dob i svjetonazor.

Rizici i imbenici: Individualne osobine, obiteljski rizici i imbenici, rizici i imbenici u zajednici

Zaštitni imbenici: Individualna, obiteljska i vršnjačka razina

10. Procjena potreba

Naivčanin provedbe: Prema podacima provedenog istraživanja i zaključaka Zavoda za javno zdravstvo Brodsko-posavske županije (BPŽ); Službe za zaštitu mentalnog zdravlja, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti, tiskano u lipnju 2015.g. Tisak- Best Tiskara, Slavonski Brod, pod nazivom „Rizici ponašanja mladih u Brodsko-posavskoj županiji“ provoditelji istraživanja zaključuju da je utvrđeno konzumiranje sredstava ovisnosti kod srednjoškolaca što nas upućuje da i nadalje treba ulagati napore u preventivne programe, ali na raniju životnu dob. Ispitivanja koja su provedena ukazuju na značajne činjenice u svezi navika i ponašanja srednjoškolaca Brodsko-posavske županije i daje smjernice svima koji rade s djecom i mladima u BPŽ, ali ujedno i nama kao organizaciji civilnog društva. Kako sami navode- provoditelji istraživanja su tijekom obrade uočili određene nedostatke ankete poput nedovoljno dobro definiranih pitanja ili nemogućnosti usporedbe s međunarodnim istraživanjima. Epidemiološka situacija i problematika s kojom se bave se promijenila od kada je anketa osmišljena i prvi put provedena, tako da nema pitanja o klaenju/kockanju (dovoljno) ili o internetu (uopće). Ovakva opažanja usmjeravaju njihova buduća ispitivanja, navode provoditelji. Rezultati ispitivanja učenika prvih razreda srednjih škola su u određenoj mjeri usporediva sa rezultatima istraživanja ESPAD i HBSC (za petnaestogodišnjake).

Dobrom suradnjom s regionalnim ustanovama Centar za hagioterapiju Slavonski Brod kao organizacija civilnog društva utvrđuje potrebe za istraživanjem osim konzumiranja sredstava ovisnosti, i ponašajnih ovisnosti (klaenje/kockanje, računalne igrice i Facebook) te prakticiranja drugih rizicinih ponašanja. Istraživanje koje je CHT SB proveo 2012./2013. g. na području Brodsko-posavske, Požeško-slavonske i Osječko-baranjske županije s mladim osobama u dobi od 13 do 19 g. (uzorak 974 učenika i učenica), objavljeno je u priručniku Silvine Vrdoljak: „Prevencija ovisnosti i hagioterapija u radu s djecom i mladima“, Teovizija d.o.o.; 2013. g., znanstvena lektura prof.dr.sc. T. Ivančić. Uočeno je da 14, 8% osoba navodi da nije slobodno od računalnih igrica, 38% nije slobodno od Facebooka, a 7, 10% osoba se uostalo kladi/kocka. Na području BPŽ istraživanja Zavoda za javno zdravstvo Brodsko-posavske županije (BPŽ); Službe za zaštitu mentalnog zdravlja, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti su pokazala da je do 60% mladih zadovoljno svojim životom, što je ispod prosjeka na razini RH (87%- 90%). Ti nas podatci upućuju na trenutne egzistencijalne uvjete na području Slavonije koji su u trendu iseljavanja članova obitelji. Tako je jedna ravnateljica srednje škole izjavila da se često puta nema kome obratiti vezano uz učenike neopravdane izostanke s nastave i vezano uz argumentiranu sumnju u njihove neprimjerene oblike ponašanja, jer su roditelji odsutni (rad u inozemstvu) i često razdvojeni zbog rješavanja osnovnih egzistencijalnih pitanja. Također, uočeno je da mladi naše županije najviše komuniciraju s prijateljima, manje s roditeljima, a drastični pokazatelj da svega 3% komunicira s ocima zbog njihove prezaposlenosti i odsutnosti (inozemni rad). Istraživanja koje je proveo CHT SB (prethodno navedeno koje

istraživanje) pokazuju da je najčešći razlog pojave rizičnog ponašanja kod djece i mladih dosada, besmisao (50,6%), zatim nevezanost uz rad (19,6%), narušeni vršnjački odnosi (14,1%) i obiteljski odnosi (10,3%). Iz toga se može uočiti da otkriti smisao znači i imati cilj postojanja, otkrivati i razvijati svoje talente i kreativnosti, spoznaje i sposobnosti.

Uvijek dolazi do svrhovitosti i smisla kada otkrije zašto je ovdje na zemlji, jer kad otkrije svoj „zašto“ tada ima snage sve izdržati. (dr. V. Frankl). Istraživanje HZJZ BPŽ je pokazalo da je u našoj Županiji znatno veći problem konzumacija i iskustva s pušenjem cigareta i alkoholom, nego drogama. Na području lokalne zajednice objedinjene su preventivne strategije, koje imaju za glavni cilj suzbijati i spriječiti pojavu svih oblika ovisnosti među djecom i mladima te rizično ponašanje djece i mladih vezano uz eksperimentiranje sa sredstvima ovisnosti, što uključuje prevenciju ovisnosti o drogama, alkoholu, pušenje, internetu, kladu i drugim vrstama ponašajnih ovisnosti. U te preventivne strategije, aktivno je uključena, od samog svojega osnutka i Udruga CHT SB. Programske aktivnosti koje se temelje na preventivnim strategijama pretežno obuhvaćaju niz različitih aktivnosti s kojima se djeluje na psihosomatski aspekt osoba, odnosno djeluje se na otklanjanju simptoma. Međutim, antropološko-duhovni aspekt otkriva krajnji uzrok nastanka ovisnosti i takav pristup pruža novu snažnu pomoć u novostima i otkrićima koja su nam donijela razna znanstvena istraživanja i vrhunsko otkriće ovjekove antropološke dimenzije, njezine strukture i efikasnosti, kako u preventivnom djelovanju tako i u napredovanju u dobro. Antropološko-duhovni aspekt se temelji na spoznajama neposredne suradnje prirodnih i humanističkih znanstvenih područja, duhovne i psihosomatske ovjekove strukture, na otkrićima cjelovitosti ovjeka u čijem središtu stoji antropološki ovjekov organizam. Odgoj i obrazovanje stoga treba temeljito zahvatiti osobnost mladih osoba i pružiti im moralno-etičku vrstou. Savjest, um, sloboda, svijest, karakter, povjerenje trebaju biti okosnica osobnog dostojanstva mladih osoba i osoba uključeni u njihov razvoj (usp. prof. dr. sc. T. Ivančić). Dugogodišnjim radom Centra za hagioterapiju u Slavanskom Brodu te suradnjom s regionalnim ustanovama, osobe su informirane o djelovanju Centra i njegovim aktivnostima gdje bitan segment zauzima rad na prevenciji ovisnosti opće populacije, djece i mladih. Održavaju i tribine u suradnji s regionalnim ustanovama, djeca i mladi su se sve više počeli odazivati i tražiti individualno savjetovanje. Rezultati rada s mladim osobama i općom populacijom s problemom ovisnosti od 2004. pokazuju koliko je antropološko-duhovni aspekt bitan i neizostavan kod prevencije ovisnosti pri čemu je važno njegovati multidisciplinarni pristup te razvijati različite oblike suradnje sa stručnjacima i stručnim institucijama i drugim organizacijama civilnog društva te tako kreirati programe na svim razinama prevencije.

- Očekivani rezultati:
1. Potaknute na inicijativnost i poučene osobe o antropološko-duhovnoj razini ovjeka, njezinoj zakonitosti i o smislu ovjekove egzistencije
 2. Usvojene socijalne vještine, zdravi stilovi života i pozitivne vrijednosti
 3. Podizanje svijesti o vlastitoj vrijednosti i dostojanstvu osobe, otkrivanje osobnih talenata te usvojene etičko-moralne vrednote
 4. Motiviranost osoba da nadržu tjelesnu snagu, mlohavost volje i bezvoljnost djelovanja kroz razvoj kreativnosti
 5. Rehabilitacija bazičnog povjerenja kao utemeljenja ovjekove egzistencije
 6. Zdrava interpersonalnost
 7. Dostupnost projektnih aktivnosti svim strukturama društva jer antropološko – duhovnu dimenziju vlastita je svakom ovjeku bez obzira na svjetonazor

11. Trajanje programa

Trajanje jednog ciklusa programa u tjednima: 48

12. Ciljevi programa

Opći: Opći cilj projekta je suzbijanje i sprječavanje pojava ovisnosti, ponašajnih ovisnosti i rizičnog ponašanja kod opće populacije djece i mladih te opće populacije građana, kao i razvoj temeljnih i autentičnih motivacija slobode, odnosno razvoj vrednota, vrlina i etičkih principa.

Specifični: 1. Poticanje na inicijativnost i pouka pojedinca o antropološkoj dimenziji ovjeka i njezinoj zakonitosti (da je ovjek osoba i to je njegovo vrhunsko dostojanstvo!), a time i posredovanje smisla egzistencije i objašnjenje da u temeljima antropološke dimenzije svake osobe postoji sposobnost i snaga za moralan i estetički život;

2. Osigurati jednakomjernu dostupnost preventivnih intervencija djeci i mladima kroz individualne i grupne aktivnosti

za djecu i mlade kojima je cilj usvajanje socijalnih vještina, zdravih stilova života i pozitivnih vrijednosti.

3. Posredovanje antropološke istine da ima nešto u uvijekov životu što ostaje zauvijek i kad uvijek ništa nema i s druge strane da uvijek sve gubi ako sve ima, a samo to nema- to su moralne vrednote.;

4. Posredovanje motivacije. Motivi su razlozi koje spoznaja predlaže slobodi da bi ju aktivirala u određenom smjeru. Odlučuje je kako se motive uvijek prezentira. Potrebno ih je prezentirati tako da privlače i bude uvijekov duh s dubokim argumentima, s uvjerenjem koje osvaja uvijek i diže ga iznad malih horizonata užitaka. Motivacija treba biti vrhunska, potpomognuta svim spoznajnim uvijekovim sposobnostima, kako psihofizičkim tako i duhovnim. Njezino pak prikazivanje što uvjerljivije, znanstveno argumentirano, kako bi osvojilo slobodu uvijek.

5. Kroz bezuvjetno prihvaćanje osoba postiže se rehabilitacija bazičnog povjerenja kao utemeljenja uvijekove egzistencije- pomoć i podrška osobi u njenom nastojanju da razvije sve svoje ljudske potencijale te da uspješno prevlada krize kroz razvoj i poštivanje zakonitosti svoje antropološke dimenzije.

6. Osloboćanje od krivnje poticanjem na praštanje i traženje oprostite dobra djela ime se osoba okreće od pogrešnoga djelovanja ka dobru, a time i upućuje na timski rad i razvoj interpersonalnosti, kreativnosti i talenata.

7. Provođenje teoretskih principa antropoloških zakonitosti, mehanizama dostupni su svakom uvijek bez obzira na dob, spol i svjetonazor i samim time je povećana dostupnost projekta svim strukturama društva.

13. Ciljana skupina

Opća populacija, Osnovna škola, Srednja škola, Odrasli, Obitelj / roditelji, branitelji

14. Korisnici programa

Opis korisnika: Korisnici na tribinama na razinama gradova Slavonskoga Broda, Požege i Nove Gradiške su sve zainteresirane osobe, s posebnim naglaskom na djecu/ opća populacija, mlade/ opća populacija, obitelji, roditelji, ostali.

U individualnom radu mogu dobiti pomoć i detaljnije informacije kako pomoći sebi i drugima svi zainteresirani građani s naglaskom na djecu i mlade u dobi od 7 do 30 godina.

Korisnici u terapijskoj skupini su svi zainteresirani građani s naglaskom na djecu i mlade osobe.

Korisnici savjetovanja putem dežurnoga telefona su svi zainteresirani građani s naglaskom na djecu i mlade osobe.

Korisnici radionice su mlade osobe.

Korisnici aktivnosti CHTSB su i muške i ženske osobe; zaposlene i ne zaposlene.

Nakon održanih tribina velik broj mladih osoba zatražio je individualno savjetovanje i samovoljno izrazio želju za uključenjem u programske aktivnosti CHTSB-a.

Opis ciljane populacije:

Kad kažemo „mladi“, mislimo na onaj sloj društva koji je izišao iz djetinjstva, a koji još nije ušao u sloj društva odgovornih, zaposlenih, oženjenih. To su ljudi koji sazrijevaju - adolescenti i oni koji su već afektivno, spolno, psihički i fizički zreli, no još trebaju određeno razdoblje za svoju potpunu samostalnost. To su ljudi između 15. i 30. godine. Mladost je vrijeme kada se budi vrsta želja za originalnošću, protkana novim idejama i oduševljenjima. To je vrijeme puno promjena, napetosti, sukoba, borbe za vlastiti prostor, ali i vrijeme velikih dostignuća, jakih emocija, snažnih težnji za novim i ispunjenijim životom. Adolescencija je vrijeme tjelesnog, emocionalnog, socijalnog i duhovnog sazrijevanja mlade osobe i svatko se na svoj način odvaja od roditelja. Adolescenti su osobe u fazi razvitka prema odgovornoj osobnosti. Oni prelaze iz djetinje dobi u dob odrasle osobe. To je prijelaz od zbrinutosti do zbrinjavanja, od pasivnog u aktivno oblikovanje života. U doba adolescencije mladi uvijek se ne zadovoljava tumačenjem svijeta, nego ga želi i iskusiti. U adolescenciji mladi preispituju svoj identitet. Kroz pitanja „Tko sam ja?“ i „Što želim biti?“ otkrivaju sebe, preispituju roditeljske stavove i vrijednosti, istražuju nove mogućnosti i interese te stvaraju vlastiti sustav vrijednosti, novu sliku o sebi. Razmišljanje o budućnosti postaje njihova nova odgovornost, a najčešća pitanja koja postavljaju jesu: „Može li uvijek uopće biti sretan? Kako graditi zdravu budućnost? Kako otkriti svoj životni poziv i zvanje? Ako je ljubav smisao, zašto je tako teško doći do tog iskustva?“ Mladi su vrlo kritični prema svemu što nije dio njihova naivna razmišljanja i života i zato se suprotstavljaju autoritetima, prije svega roditeljima i nastavnicima, a u korijenu toga je nesklad između njihova shvaćanja slobode i određenih pravila koja moraju prihvatiti.

Stanja antropološke patnje kod mladih

U adolescenciji mladi znaju biti grubo i agresivni; to su samo fenomeni, simptomi unutarnjeg nepovjerenja, što znači i da je riječ o patnji duhovne naravi koja je vidljiva u njihovoj psihi i fizičkom životu. Naime, mlada osoba stječe svijest o samoj sebi i htjela bi sama upravljati svojim životom, ali u isto vrijeme doživljava da je ovisna o roditeljima i njihovu novcu, o njihovoj kući. Nije ni pred zakonom punoljetna i tu nastaje nesklad, agresivnost, muka ili grubost prema autoritetima, a u biti osjeća strah i strepnju pred odgovornošću u životu, dodir s novom sredinom i stalnim otkivanjima starijih da postanu zreli. Adolescenti su naglašeno ranjivi i zato reagiraju eksplozivno. U tom razdoblju na površinu izlaze i duhovne ranjenosti djetinjstva, odnosno doživljaj da nisu bili voljeni. Taj doživljaj manjka ljubavi može se razviti i u brižnim roditeljskim prilikama ili se ne pojaviti iako postoje propusti u roditeljskoj ljubavi. I u jednom i u drugom slučaju mladi imaju simptom ugroženosti, povrijeđena dostojanstva. Baza nepatnje, odnosno nedostatak ljubavi, manjak nježnosti roditelja i okoline, grubost, svađa u djetetovu okruženju, bolesti, nesretni slučajevi, manjak sigurnosti i zaštite, manjak nekoga u kome bismo našli sigurnost i povjerenje, sve to u mladoj osobi producira griznju savjesti, agresivnost, ovisnost, depresiju, suicidalne sklonosti. Gomila se manjak povjerenja u ljude, život i njih same. Tako bazično duhovno zdravlje postaje okrnjeno, traumatizirano, manjkavo i nedostatno. Pretjerana briga za tjelesni izgled i osobni ugled otkriva nam patnju u području interpersonalnosti. U skupini vršnjaka mlada osoba traži svoje mjesto i teži priznavanju svoje vrijednosti prije svega dokazivanjem. Tjelesni izgled i sposobnosti koje imaju daju im osjećaj osobnog ugleda u skupini koja je iznimno važna kao instrument socijalizacije mlade osobe. Neprimjerena skupina može dovesti do zanemarivanja obveza, može utrti put u različite oblike ovisnosti ili pojačati pojavu maloljetničke delinkvencije kao krajnjeg oblika poremećaja ponašanja. U medicinskom časopisu Liječničke novine (br. 95. str. 65.) nailazimo na zabrinjavajući podatak da je veliki broj suicida u mladoj populaciji. Prof. dr. sc. Vera Folnegovi Šmalc kaže: „Mislim da je to rezultat opadanja vrijednosti življenja i tradicionalnog odgoja, važnije je imati nego biti, te raspada obitelji kao vrste protektivne duhovne i / ili moralne institucije, pa ljudi ne uživaju u nekim vrijednim i kvalitetnim odnosima i postaju vrlo vulnerabilni.“

Roditelji, članovi obitelji, stručni djelatnici i svi koji čine okruženje mlade osobe bi trebali postati svjesni svoje vrijednosti i smisla svoga života kao originalnoga i vrijednoga bita jer se antropološka dimenzija posreduje iz vlastitoga iskustva. Mnogi roditelji, odgojno-obrazovni djelatnici žale se na umor, zamor i nemogućnost da izdrže sav "teret" obveza i otkivanja. Da bi se mogla dogoditi promjena odraslih nužno je imati vrijeme za pripremu, odnosno usredotočenost nad onim bitnim. Vlastitim mijenjanjem odrasle osobe najprije i najviše pomažu sebi, odnosno postiže se dvostruko djelovanje za sebe i drugoga.

Broj korisnika na godišnjoj bazi: više od 2000

15. Metode korištene u programu

Savjetovanje, Predavanje, Tribina, Radionica, Rad dežurnoga telefona, inicijativnost

16. Program je evaluiran

da

17. Vrsta provedene evaluacije

Da - Evaluacija procesa i uinka

18. Metoda evaluacije

Upitnik i analiza dokumentacije

19. Evaluatori

Unutarnji i vanjski

20. Najvažniji rezultati evaluacije

Rezultati procesne evaluacije:

Održano je 13 tribina na razinama gradova Slavonskoga Broda, Požege i Nove Gradiške na temu prevencije ovisnosti s antropološko-duhovnog aspekta. Broj obuhvaćenih korisnika je 1700.

Rad terapijske skupine odvijao se svakog četvrtka u trajanju od 90 minuta. Održano je 44 susreta, na susretima je

sudjelovalo do 50 osoba.

Individualni rad s odvijao se svaki dan prema unaprijed dogovorenim terminima. Broj obuhvaćenih korisnika je 199, a sa svakime se održalo 5- 10 susreta.

Oko 50 osoba je zatražilo podršku na dežurnom telefonu. Održano je 48 dežurstava.

Održano je 8 radionica za mlade. Sudjelovalo je do 30 mladih osoba.

Najvažniji rezultati evaluacije u inka:

1. U siječnju 2016. provedena je evaluacija u inka u radu hagioterapijske skupine. Evaluacija je provedena pomoću upitnika.

Rezultati:

Na pitanje otvorenog tipa - Na ovom susretu dotaknulo me, posebno me potaknulo na osobni razvoj..., osobe su navele sljedeće:

1., „Na inka koji je pojašnjeno kako se izdići i iznad problema, kako nadići sam sebe i ne dopustiti da porušiš ono dobro u sebi što si gradio ulaskom s nekim u svađu ili sukob.“

2., „Dotaknulo me da budem bolja osoba, da nastojim biti bolja osoba. Imam za vas najveću pohvalu- Silva & Snježana.“

3., „Spoznaj da je danas da treba krenuti u pospremanje svoga života, da nisam savršen, ali da sam njegova slika, da je uvijek uz mene, da me voli i kada pogriješim. Od kada sam zauzeo vrste životne stavove i živim po njima, osjećam da me okolina više cijeni, a ja se osjećam baš onako kako i želim živjeti.“

4., „Spoznaj otvaranja moga srca, a kroz njega prolazi sva dobrota i zlo. Sabiranje i razmatranje bitne pravi put do dobrote i slobode.“

5., „Samokontrola, kontrola živaca“

6., „Spoznaj da uvijek koji se našao u ovisnosti, u zlu je onesposobljen. On ne bi htio biti zao i on bi htio biti dobar, ali ne može jer je patnik. Moramo ih ljubiti, ponovno zavoljeti dok ne osjetimo da smo se otvorili samo za njega i da ga više ne možemo osuđivati. Pružiti mu beskrajnu ljubav dok ju on ne doživi, a kada po ne na nju odgovarati, po ete lagano ozdravljati.“

7., „Shvaćanje slobode koja nam je dana i mogućnost izbora između dobra i zla. Shvatio sam težinu praiskonskog pada ljudi i osobno želim promijeniti svoje preostalo vrijeme života.“

8., „Želja da budem bolja osoba i spoznaj da je to moguće. Dobila sam ohrabrenje da učinim taj napor.“

9., „Spoznaj da sloboda vodi do izbora- ali izbora dobra. Doživljaj da nisam sama i da sam voljena u svim mojim putovima, vodi iz patnje i na pravi put- put opraštanja i dobra. Osobe koje su mene povrijedile su se našle na mom putu kako bih se uzdignula, oprostila im i klonula se zlog (osvete, ogovaranja) jer ne želim da me to razori.“

10., „Na ovom susretu je bilo korisno uti o me uljudskim odnosima. To je povuklo niz odgovora na moje dugogodišnje boli izazvane od druge strane za koju sad znam da li su mi prijatelji ili ne.“

11., „Daljnji i ustrajni rad na sebi- antropološko- duhovni razvoj, dobrota, odnosno Apsolutni Bitak- polazište svega.“

12., „Upoznati svoje emocije i granice, shvatiti što mogu i što ne mogu- biti ponizna. Mogu slobodu birati- to je moja veličina.“

13., „To me prožme u duhovno srce moje, kako to naša asistentica gđa. Silva Vrdoljak lijepo i jasno objasni da svaki put sa susreta odem sretna i ispunjena.“

14., „Odgovornost koju nosim jer sam primila život. Cjelovitost svog života i života svojih bližnjih. U inku upoznati svoju savjest. Polako u inku od nje da me vodi kroz život, da donosim odluke, da koristim i biram i preuzimam cijenu odluke boreći se za istinu.“

15., „Potaknulo me to što mi je to potreba i dolazak ovdje me ispunjava.“

16., „Savjest“

17., „Prepoznala sam u sebi da sam svjesna svojih ograničenja (psihofizičkih)“

18., „Hrabrost i poticaj na razvoj“.

19., „Ono što smo već puno puta čuli, ali uvijek to volim iznova uti- da nam Apsolutni Bitak kao ljubav uvijek prašta, da se uvijek možemo vratiti na pravi put, da nas ljubav oblikuje i potvrđuje pripadnosti Apsolutnom Bitku.“

20., „Veličina uvijek je sloboda u kojoj može birati. Savjest i život su izvan mene i ja moram ići po život.“

21. „Spoznala sam tko sam to ja; dobila sam konkretne odgovore i promijenila na in razmišljanja o sebi, naučila sam više cijeniti sebe, postala sam svjesna da sam ja važna kao stvorenje, da sam posebna jer sam original. Naravno, još puno moram raditi na sebi.“

22. „Apsolutna Ljubav je ona koja je uvijek uz mene, a ljudi su ograničeni.“

23. „Iskustva voditeljice koje nam je prenosila, a koja su se odnosila na probleme zbog kojih smo tu. Također, preporuke znanstvene literature i razmatranja.“

24. „Moje srce- napor“

25. „Podi i pogled prema gore, gledati u dobro, spoznaja da sam netko, odnosno svijest o tome da si vrijedan“

26. „Svakodnevno normalno življenje uz stalno opredjeljivanje na ono da inim drugima što bih voljela sebi. Stalno preispitivanje.“

27. „Transcedencija“

28. „Spoznaja da je istina transcedental koji vodi u postojanje, život. Što god da radiš i kakve god probleme imaš ti znaš da je to pravi put istine i života. Osjećaš mir, sabranost, strpljivost, snagu i sve će biti dobro!“

29. „Spoznala sam da je svaki uvijek duhovan jer je ljudska duša oduhovljena.“

30. „Otkrivanje novog na ina života i saznanje koliko volimo sebe i svoju obitelj što do sada nisam znala. Sada gledam sve drugačije i ima i cijenim život i sve što on sačinjava.“

31. „Pomoglo mi je razlikovati antropološko- duhovni aspekt uvijek od psihičkog aspekta. Rečenica- rad i kreativnost izgrađuju“

2. Evaluacija uinku u radu terapijske skupine, provedena je i u travnju 2016. Evaluacija je provedena pomoću upitnika, iz kojih je razvidno da je rad hagioterapijske skupine pozitivno djelovao na korisnike, njihovo zdravlje i kvalitetu njihova života.

Rezultati:

Na pitanje- Da li ste kroz ovo vrijeme dolazaka i sudjelovanja na terapijskoj grupi spoznali snagu svoje duhovno- antropološke dimenzije?

Osobe su navodile sljedeće:

„Spoznala sam da sam i antropološko- duhovna osoba i da sam se pronašla kroz hagioterapiju!“

„Shvatila sam iznimnu važnost antropološko- duhovne dimenzije i njezinog jedinstva s tijelom i psihom. Nemoguće je živjeti život u punini ukoliko je ona zanemarena.“

„Samo sam uvijek sa svim slabostima!“

„Doista mi puno znači i mislim da sam na pravom putu. Ima puno posla.“

„Mislim da još puno trebam samostaliti, razmišljati, spoznavati da proširim spoznaju.“

„Spoznala sam da se snagom duha uvijek može lakše nositi sa svakodnevnim problemima“

„Na putu sam potpuno spoznaje, ali još nisam potpuno spoznala“

„Djelomično sam spoznala o savjesti, srcu, intelektu.“

„Shvatila sam što je antropološko- duhovna dimenzija“

„Sve u potpunosti razumijem na sudjelovanju terapijske grupe o antropološko- duhovnoj dimenziji“

„Shvaćam i razumijem, puno mi znači jer me mijenja, ali osjećam da mi je to nedovoljno i da mogu još jače i bolje spoznati tu stvarnost“

„Svjesna sam svoje antropološko- duhovne dimenzije“

„To je dimenzija koja određuje nas kao osobe (duhovne osobe), našu osobnost. Djelomično spoznaja- o njoj mi predstoji spoznavati i saznavati cijeli moj život- bit će zanimljivo...“

„Spoznala sam da je moja osobnost ranjiva i da zato teško prihvaćam bližnje.“

„Otkrila sam novu vrijednost s kojom mogu kroz život ići“

„Spoznala svoj karakter“

„Duhovno- antropološku dimenziju sam djelomično spoznala“

„Djelomično jer se ponekad nikako ili teško mogu sabrati“

„Duhovno- antropološka dimenzija je ono što mi je nedostajalo do sada u životu.“

Antropologija je znanost o ovjeku, a ovjek je ovjek po duhovnoj duši. Duhovna duša je organizam po kojemu se ovjek razlikuje od svega drugog što postoji, odnosno duhovna duša nosi organizam koji oblikuje i ra a antropološko-duhovnu dimenziju ovjeka. Ona je središte ovjeka, njegova bit i odgovorna za sve što se u ovjeku doga a i što se odvija u prirodi. Po ne li ovjek snažno znanstveno istraživati duhovne zakonitosti u sebi i prirodi bit e to najve a „revolucija“ u povijesti ovje anstva. Negativne navike ko e ovjeka kako na duhovnoj tako na moralnoj i na tjelesnoj razini. One su teške ovisnosti koje ovjeka i životno ubijaju. Ovisnici su teški patnici i bolesnici. injenica je da se navika kao mehanizam ne može izbrisati. Zato je važno stvarati nove pozitivne navike, nove mehanizme suprotne negativnima, kako bi one vodile ovjekov život snažnije od ovisnosti.(usp. Tomislav Ivan i) Razvidno je iz odgovora korisnika da su spoznali bitnost antropološko- duhovne dimenzije, koju kada ovjek razvija smanjuje se konzumiranje sredstava ovisnosti i prakticiranja drugih rizi nih ponašanja.

Na pitanje: „Koji ste spoznaju sa ovih susreta primijenili u svome životu?“ osobe su navele sljede e:

„Jako puno toga, sabranost, svijest, ljubav, dobrota... Radim na razvoju osobnosti, vrlinama, savjesti, karakteru, dostojanstvu...“

Praštanje sebi i drugima olakšava život. Izlazak iz površinskog na ina života i ulazak u dubine.“

„Samokontrola i poniznost spram ljudi“

„Biti ponizan, razumjeti druge, biti strpljiv“

„Bolje se osje am“

„Moj odnos s drugim ljudima i gledanje na druge ljude je postao bolji“

„Trudim se i pokušavam izna i izlaz“

„U im voljeti sebe i bližnje“. Trudim se da praštam. Nau ila sam da se klonim bezpotrebnih rasprava i vo enja brige o drugim ljudima.“

„Razlikovati bitno od nebitnoga, biti dobar prema drugima i praštati im, mijenjati sebe, voljeti sebe.“

„Ozdravljenje emocionalnih rana“

„Praštanje i prihva anje osoba, ljubav na prvom mjestu u življenju, spoznaja puta od razuma do srca, savjest kao izvor života“

„Upravo o svome srcu, da prihvatim istinu koja je u njemu bez obzira kakvo je.“

„Pokušala primijeniti praštanje pojedinim osobama oko sebe i samoj sebi.“

„Primijenila sam šutnju u trenutku raspravljanja o nekom problemu kada me osoba ponizila i povrijedila. Ona se iznenadila mojoj reakciji- šutnji“

„Obrat prema dobru od zla; pogotovo kada upadnem u negativne misli tad si posvješ ujem da ulaskom u dobrotu izlazim iz negativnog“

„Pokušavam primijeniti više spoznaja: poniznost, misli da mi ne budu negativne“

„Rad na razvoju i rastu; okretanje prema dobru, druga iji pogled na sebe i one koji me okružuju“

„Po eo sam raditi na sebi“

„Po ela sam raditi na sebi“

„Razabiranje negativnih misli; povjerenje (beskrajno) koje imamo u sebi kad razumijem da nisam sama; povjerovala i ustrajala; transcedencija“

„Ne suditi druge“

„Najviše me se dojmilo o opraštanju, uvidio sam da mi je svaki dolazak na hagioterapiju dalo novo iskustvo“

„Spoznala sam da se moj život mijenja i povjerenje ja a. Lakše mogu oprostiti, tražim u svakoj osobi nešto dobro ma kakav bio.“

„Istinitost povjerenja, spoznaja da se mogu osloniti na dobrotu, krepost povjerenja i ostavljanje prošlosti i mogu nost stvaranja novog života“

„Razvoj osobnosti, analiza mojih vrlina“

Iz odgovora korisnika je vidljivo da novim istinitim znanstvenim spoznajama, motivirani su na osobni razvoj i promjenu. Epigenetika otkriva da su zle navike najve i neprijatelj ovjeka. Svaka navika je upisana u naše tijelo i ona je neka vrsta naše druge naravi. One stvore odre eno mišljenje, pokrete, želje, doživljaje, užitke koje ovjeka prije e da bude inicijativan i kreativan. Navike su pozitivne ili negativne. Pozitivne su dragocjene jer ovjeka ine sposobnim da bude vrhunski.

Na pitanje- Da li ste kroz ovo vrijeme dolazaka na ovu terapijsku skupinu doživjeli svoj osobni razvoj, iskustvo nutarnje slobode i iskustvo ljubavi prema sebi i prema drugima?, većina osoba je navela svoj odgovor:

„Doživjela sam i pronašla sebe napokon, spoznala sam bezuvjetnu ljubav, izliječila sam ovisnosti“

„Budući da sam dugi niz godina upoznata s hagioterapijom promijenio se život moj život, a kroz mene i život drugih.“

„Ljubav prema sebi, razumijevanje spram ranjenosti drugih ljudi; umjerenost; reakcije na povrede prema sebi“

„Doživjela sam osobni razvoj koji traje, duhovni razvoj i kako se polako mijenjam“

„Doživjela sam razvoj jednim dijelom, ali bih ponekada opet bila slaba prema sebi“

„Osobno se trudim da se razvijam u dobro i ljubav mi je bitna, ustvari u životu se primjenjivati što znači i ljubiti“

„Ovi susreti mi najviše pomažu u osobnom razvoju. Počela sam biti gospodar svoga vremena i tijela. Lakše opraštam drugima jer sam pouzdana zašto mi se događaju uvrede i povrede od drugih ljudi“

„Doživjela sam iskustvo ljubavi prema sebi i drugima“

„Produbila sam spoznaju u sebi“

„Iskustvo nutarnje slobode od straha, iskustvo ljubavi prema sebi da znam tko sam, prihvatila sam da se prihvatim takva kakva sam; na osobni razvoj da se svakodnevno sabirem, živim“

„Djelomično“

„Doživjela sam svoj osobni razvoj i preokret; iskustvo nutarnje slobode i ljubavi prema sebi- jer zavoljela sam sebe. I druge gledam drugačije i lakše podnosim čak i žalim ih kad vidim kako se ponašaju prema meni i drugima“

„Moj osobni razvoj ide u smjeru oslobođenja od mnogih zarobljenosti, u životu se opraštati i ne osuđivati, prepoznajem loše stvari u sebi, opominjem se i kajem ... Što se tiče drugih pokušavam razmišljati da kroz njih i neke njihove negativnosti i loše osobine ustvari razmišljam kakva sam to ja, koje su to moje vrline, a koje mane, gdje sam ja negativna prema drugome“

„Polako se događa osobni razvoj“

„Pridonijelo je mom osobnom rastu, oslobođenje od tereta koji su me opterećivali i nošenje sa onima koji me još uvijek opterećuju“

„Doživio sam mnogo toga“

„Doživjela sam osobni razvoj i puno se bolje osjećam i puno lakše mogu oprostiti“

„Slobodu u izražaju sebe i zauzimanja stava sebe i prema drugomu; veselim se susretu s drugim osobama i primijetim njihovu spontanost i patnju; obogatim svoju osobu svaki puta kad se vratim s terapijskog susreta“

„Dobivanje unutarnje slobode“

„Nutarnja sloboda i smisao“

„Nastojim što više ulaziti u sebe, želim rasti u ljubavi i dobroti- ponekad to mogu, a ponekad ne.“

„Istinitost povjerenja, spoznaja da se mogu osloniti na dobrotu, krepost povjerenja i ostavljanje prošlosti i mogućnost stvaranja novog života“

„Djelomično“

Navedeni odgovori su pokazatelji da su osobe doživjele iskustvo nutarnje slobode i osobnog razvoja te su stvorile nove pozitivne navike, nove mehanizme suprotne negativnima. Najvažnije je, pak, stalno unaprjeđivati pozitivne navike, a osobito one direktno suprotstavljene određenju ovisnosti, jer je inače stalna prijetnja pad natrag u ovisnost. Bitno je da vrline suprotstavljene ovisnosti budu argumentirane, poželjne, da nose duhovne užitke i trajne ljepote, uspješnost i radost života. Bitno svojekova života je rast, stalna promjena, napredovanje sve do smrti.

3. Evaluacija uinku u radu terapijske skupine, provedena je i u kolovozu 2016. Evaluacija je provedena pomoću upitnika.

Rezultati ispitivanja

Na pitanje: Primjenjujete li antropološko-duhovne zakonitosti (sposobnost za pozitivnu misao, riječ, djelo, sposobnost razvoja kreativnosti; svijest i samosvijest; transcencija kao sposobnost nadilaženja malih uskih horizonata i interesa; sabranost, kreativnost, rad, smisao kao vizija, praštanje i priznavanje krivnje...) u svom životu?

Osobe su navodile sljedeće:

1. „Primjenjujem opraštanje osobama koje me povrijede, pokajanje tj. priznavanje krivnje osobama koje ja povrijedim, sabranost. Pokušavam primijeniti sposobnost za kreativnost.“

2. „Primjenjujem sabranost koja mi pomaže da upoznajem sebe, svoju istinu, gdje sam. Praštanje i priznavanje koje mi pomaže da u em u slobodu.“
3. „Primjenjujem u svojoj svakodnevici u odnosu sa svojim mužem, svojom djecom i sa svojim bližnjima. Puno lakše praštam svima koji su me povrijedili i odmah ih lakše prihva am onakve kakvi jesu. Postala sam svjesna svojih pogrešaka i shvatila da puno toga ima veze sa mnom, a ne nekim drugim.“
4. „Primjenjujem antropološko- duhovne zakonitosti, npr. sada imam sposobnost za pozitivno mišljenje op enito. Mogu se sabrati kada me muž ili djeca naljute i radne kolege. Stalno sam zaposlena tako da nemam vremena za lijenost. Cijenim više život. Mnogima sam oprostila koji su me povrijedili, naravno da im ne odobravam praštanjem njihove uvrede. Uvidjela sam i priznala samoj sebi svoje pogreške svoje nedostatke, svoje grijehe, svoju zlo u. Iznenadim se kako lijepo razgovaram s osobom koja ne dozvoljava ono što sam istražila da nije u pravu.“
5. „Da, primjenjujem, nekih zakonitosti sam svjesna, a nekih i ne, ali vidim da se pozitivno odražava na moje bližnje. Najviše se trudim promijeniti svoje misli, a potom više pazim na izgovorene rije i. Trudim se više slušati druge, ne brzam s ishitrenim komentarima kao nekada. Trudim se, u im, na dobrom sam putu, ali sam svjesna da je još dug i težak put preda mnom.“
6. „Da (po ela sam primjenjivati otkako idem na hagioterapiju, ustvari trudim se). Teško je to, mukotrpan i dug proces. „ ovje e, upoznaj sebe.“ Nekada bih preko tog prešla i mislila- ma tko to bolje poznaje mene od mene same, ali to nije tako. Slušaju i predavanja na terapiji shvatila sam da ja sebe uop e ne poznajem. Trudim se pron a i sebe, pogledati u svoje srce, svijest. Vjerujem da mogu postati bolja osoba zbog sebe i svojih bližnjih.“
7. „Antropološko- duhovne zakonitosti primjenjujem svakodnevno u svome životu u kontekstu da sam istovremeno svoj hagiopacijent i hagioasistent. Ulaskom u antropološko- duhovnu slobodu, dobrote, sposobnosti pozitivnih misli, rije i, djela i sposobnosti kreativnosti u smislu kvalitete života osobe kao vrhunskog bi a. Samosvijest u smislu prepoznavanja sebe i okoline oko sebe uz transcendenciju kao sposobnost nadilaženja uskih horizonata i interesa, koja me dovodi do sabranosti, strpljivosti u iš ekivanju pozitivnih ishoda, u jednu snagu dobrote, istine i ljubavi. Praštanje mi je antibiotik koji uzimam za druge i sebe. Priznavanje krivnje je snaga da mogu i ho u uvijek ispo etka tražiti dobrotu u sebi i drugima.“
8. „Sretna sam što sam krenula na hagioterapiju. Mislim da je to ve pomak u mome životu i da to nije slu ajno. Nakon jako dugo vremena sam se susrela sa sobom i s Bitkom. Prou avam literaturu vezanu uz to. Pou ena hagioterapijom sve neugodne situacije pokušavam riješiti druga ije, nego što sam do sada.“
9. „Prije nego sam krenula na hagioterapijski rad u skupini nastojala sam da kroz svoj život razmišljam na pozitivan na in o doga ajima koji su me pratili, u e i od svojih roditelja, odlaskom u crkvu pa i sama sam shva ala da se sve doga a s odre enim razlogom za nas i naše dobro. Me utim, dolaskom na hagioterapijske skupove shvatila sam da je to moje razmišljanje manjkavo i nedovoljno. Slušaju i predavanja po ela sam mijenjati sebe u odnosu na ponašanje prema drugim ljudima oko sebe, druga ije gledati na rije i koje mi budu upu ene pa i moje rije i koje ja upu ujem drugima. Nisam svaku rije prihva ala kao kritiku ve kao pozitivan savjet. Po ela sam praštati ljudima oko sebe kada bih u sabranosti sjedila i razmišljala o danu koji je prošao i doga ajima koji su se doga ali toga dana. To me inilo opuštenijom, osje ala sam se lakše. Puno toga, priznajem, trebam nau iti i primjenjivati ili bolje re eno promijeniti u svome životu i mislim da sam na dobrom putu.“
10. „Po ela sam živjeti hagioterapiju u svome životu. Zahvaljuju i hagioterapiji spoznala sam sebe i smisao svog života. Praštaju i i kajanjem spoznala sam sebe i smisao svoga postojanja. Danas puno lakše prihva am sebe i svoje bližnje onakve kakvi jesu. Shvatila sam da samo putem ljubavi možemo do i do samih sebe i do svojih bližnjih. U teškim trenutcima znam da nisam sama i nosim nadu u sebi. Slobodna sam osoba.“
11. „Moj život ima promjena otkako polazim sate hagioterapije. Puno je toga bilo prisutno i prije u mojem životu, ali nisam ispravno svrstavala mnoge ove pojmove. Najve i uspjeh koji sam mogla do sada posti i je taj da sam ja antropološko- duhovno bi e i da moj duh ima prekrasne sposobnosti. Najpotrebnije mi je bilo praštanje i kajanje i spoznaja Bitka. Taj osje aj da nisam sama i da ne moram sve sama daje mi posebnu puninu u nadilaženju poteško a koje su uvijek prisutne. Sada na njih gledam druga ije nego prije, jer u sabranosti sve izgleda puno jasnije.“
12. „Na pitanje koje ste postavili odgovorila bih da ne živim u potpunosti kako bih trebala, ali u svakom slu aju želim živjeti i primjenjivati antropološko- duhovne zakonitosti. Vježbam i pokušavam promijeniti svoje stare navike. Kad se na em u nekoj negativnoj situaciji koja me uznemiri pokušavam izi i iz nje i u i u dobrotu, istinu i ljepotu. Svijest i samosvijest? Sve ostale nabrojene zakonitosti pokušavam primjenjivati.“

13. „Osobno sam presretna što sam tu. Ne znam što bih bez hagioterapije. Vjerujem u dobro. Nemam više loše misli, znam svoj put.“
14. „Djelomi no, pozitivne misli u odnosu na po etak dolaženja sada prevladavaju tako i rije i pokrenula se kreativnost i to u djelo. Teško je gubiti sabranost. Još uvijek se ini da trebam opraštati nekim osobama za njihova djela. Veliki pomak je u injen, ali treba još djela, djela ...“
15. „Pokušavam raditi na sebi svaki dan. Dan zapo injem i završavam u tišini. Sabranost mi omogu uje da živim duhovnu razinu, okre em se postupno od pogriješnog djelovanja prema dobrome. Imam smisao u Bitku koji mi omogu uje da se osje am sigurno i zašti eno. Cilj mi je initi dobro i biti dar drugima. Moj život ima smisao i cilj. Sretna sam napokon.“
16. „One zakonitosti koje sam posjedovala, a sada ih još više primjenjujem su odluka za dobro, za pozitivnu misao, rije , kao i zajedništvo s drugima te injenje dobrih djela.“
17. „Život mi se potpuno promijenio. To se nije dogodilo odmah nego postupno. Postala sam pozitivna i realna osoba. Kada padnem dam si vremena i promišljanja o problemu. I krenem ispo etka. Nadam se boljemu svaki dan.“
18. „Praštanje je bila prva zakonitost koju sam poha aju i hagioterapiju primijenila u svom životu (tako sam spasila svoj brak, sklad obitelji jer sam zbog svojih patnji inila nesretnima i sebe i bližnje). To što mi je bilo nezamislivo, najteže, najviše mi je pomoglo. Povezano s tim nestajale su i nesmotrene rije i i kritike koje su me udaljavale od mojih bližnjih. Oja ala je moja savjest i pomogla mi da se oduprem zamkama dvoli nosti u koje sam prije esto upadala. Još uvijek se borim s rastresenoš u, ali sve eš e uspješno se sabirem i trudim se slijediti pravi put. Shvatila sam da je jedini put živjeti u istini, priznati krivnju i pokušavam to prenijeti na obitelj (sinove) i sve ide na bolje!“
19. „Nešto više od dvije godine dolazim na susrete etvrtkom, a na individualne sam išla oko 6 mjeseci. Naravno da mi je to puno pomoglo u mom životu. Pomoglo mi je da jasnije sagledam važno od manje važnoga, da prosijavam kroz sito. Duboko sam osvijestila tko sam i ija sam. Svaki dan nastojim biti sabrana i tako se nosim sa svojim tugama. U odnosu s drugim ljudima uglavnom se držim po strani jer mi je okolina dosta negativna, uvijek su rasprave. Nau ila sam priznavati svoje krivice, raditi na tome i biti bolja osoba. Napokon sam shvatila i prihvatila da ne mogu mijenjati druge. Koliko god bio u krivu, mogu mu pružiti nesebi nu ljubav koja e pobijediti. Vrlo sam sretna kada ubirem plodove, a isto tako i kada je teško jer znam da ima izlaza.“
20. „U današnjem životu teško je biti ovjek, jer sve ti se suprotstavlja. Samo ovjek mora ostati sabran i znati prihvatiti sve što ti se name e i biti uvjeren da je Dobro ja e od svega. Jednostavno moraš ljubiti svakoga ovjeka i onda kada ti nije prijatelj. Hrane i srce duhovnim štivom, postajem bolji ovjek. To je smisao života.“
21. „Teško mi je to napisati rije ima, ali moje srce osje a da je mekše, da može oprostiti, da može pozitivno djelovati, djelom pomo i ljudima negativnih misli, ali još uvijek to srce nije u cjelosti duhovno, treba ga svaki dan nadopunjavati. Još uvijek je moje srce izranjeno, ispa eno, ali toliko u njemu ima volje, želje, kreativnosti, vizije ...“
22. „Primjenjujem ih svakodnevno. Ujutro, prije posla, imam pol sata meditaciju iz neke knjige prof. Ivan i a. Tijekom dana trudim se sabirati na važne istine i ne dozvoliti si rastresenost. Prije spavanja, tako er, imam posebnu meditaciju gdje razmatram ono što mi se toga dana dogodilo, opraštam u duhu onima koji su me povrijedili i molim za oprostjenje one koje sam ja povrijedila. Jedino tako osje am da ozdravljam, da imam više pozitivnih nego negativnih misli, da mogu govoriti dobro, initi dobro i biti kreativna. Ponekad je lakše, ponekad teže, ali ustrajno se držim te sheme. Zahvalna sam što mi je te spoznaje posredovao netko tko iza sebe ima dugogodišnje iskustvo i rezultate te imam potpuno povjerenje u voditeljicu CHT- a.“
23. „ uvši za i spoznaju i mehanizme i zakonitosti ljudskog duha oduševilo se cijelo moje bi e. Ima nade, mišljah. Zna i mogu biti zdrava, cjelovita i reagirati „normalno“. Od spoznaje krenuh u praksu i vježbu svaki dan. Ide teško, stare navike se ne daju tako lako iskorijeniti. Potrebna mi je vrsta, vojni ka disciplina. Katkad u danu jedva da se sjetim osvijestiti si temeljnih istina da je zlo manjak dobra; da negativne misli razaraju moj mozak, da crpe moju snagu, da nepraštanjem zadržavam tempiranu bombu u sebi- ali katkad kad vrsto, odmah po bu enju novog dana odlu im vrsto, opredijelim se za dobro i uhvatim se Dobrote dan je uz sve svoje poteško e prepun nade da e biti dobro, vidim sve svjetlije. Tad se opet i opet iznova podsjetim, vidim važnost vježbanja jer to ne e do i samo od sebe, na meni je. Želim da te zakonitosti u u u moj mozak, moje živce, da upišem jedan novi program. Nadomak sam otkri a kako živjeti puninu života. Zaista treba poput lijekova redovito kroz dan uzimati terapiju.“
24. „Uspore uju i se sa svojom okolinom i sje aju i se svog razmišljanja, promatranja bližnjih i susjeda, ne mogu ne primijetiti svoje znatne pomake od misli, rije i, djela, ponašanja, sabranosti, mo i opraštanja i op eg gledanja na život,

u pozitivnijem smislu, no još uvijek se uhvatim u potrebi u enja i ve e pažnje na propuste i to e tako biti dok postojim. Uglavnom, za svoj vlastiti mir potrebno je stalno imati na umu svoju slabost i nesavršenost i uvijek pokušavati nau ene tehnike primjenjivati te svojim pozitivnim primjerom podizati op e ozra je u društvu.“

25. „Svakodnevno se trudim što više primjenjivati ove zakonitosti. Vrlo esto razmišljam o tome kako sam postupila u nekoj situaciji i kako mogu poboljšati svoj odnos prema životu i osobama oko mene. Zahvaljuju i dolascima na terapijsku skupinu osje am svoj rast.“

26. Antropološko- duhovne zakonitosti su prisutne u mom svakodnevnom životu od kada sam ozdravila od strahova i pani nih poreme aja, nadalje sam nastavila i vratila svog muža nazad u naš brak, pobijedila procesom praštanja dugogodišnji mobbing u firmi, procesom praštanja privukla neposredno osobe koje su mi bile daleko i gdje je prevladavalo neprijateljstvo nestalo je. Bez sabiranja dan nije isti kao s primjenom duhovnih lijekova. Hagioterapija treba u i na sva vrata svih institucija kako bi bila što manje liste pacijenata, a ponajprije u školstvo kako bismo imali mlade generacije na kojima Hrvatska ostaje.“

Treba stalno ostavljati iza sebe ono što znaš i imaš i hodati naprijed uzimaju i nova bogatstva znanja, kulture i života. To je ujedno i na in da se ne stane na navikama i nau enom, nego uzima sve ve a snaga protiv ovisnosti i zla. Ne nau i li se svaki dan nešto novo, ne u ini li se novi korak, tada te vrijeme pregazi. Ono ide naprijed, a ti ostaješ u prošlosti. Upravo to najviše pridonosi predavanju konzumiranja sredstava ovisnosti. Protiv ovisnosti je efikasan lijek otkriti ovjeku njegove talente, osobito pomaže i podizanje dostojanstva osobe. Dostojanstvo je ovjekova osobnost, zato svaka pohvala, makar i najmanja, lije i i uzdiže ranjeno i bolesno osobno dostojanstvo, te ovjeka osloba a od najtežih negativnih vezanosti. Smisao života i osobno dostojanstvo su najefikasniji lijekovi za otklanjanje uzroka najtežih vrsta ovisnosti.

Iz odgovora korisnika je uo lljivo da primjenjivanjem pozitivnih misli, rije i, djela, praštanjem, sabiranjem, discipliniranim životom, itanjem i razmatranjem uvijek novih znanstvenih spoznaja, razvojem kreativnosti, razvojem svijesti i samosvijesti doga a se da osobe nisu stale na svojim lošim navikama i ovisnostima o njima, ve da su snažno osnažile razvoj svoje osobnosti i tako pozitivno utjecale i na svoju okolinu.

Listopad 2016., upitnik je ispunilo 26 osoba.

Rezultati:

Na pitanje- Koliko su Vaši dolasci na hagioterapijsku skupinu poboljšali kvalitetu Vašeg života?

Osobe su navele sljede e:

1. „U mom životu se promijenilo mnogo toga- vidjela sam smisao života, zašto bih trebala živjeti, vidjela sam toliko dobrote u ljudima koji me okružuju i pojavila se ežnja za dobrotom i životnom radoš u. Svjetlo je ušlo u moj život. Zapo injem svoj dan sabiranjem i vrsto vjerujem da e sve biti dobro. Vjerujem i da dobro uvijek pobje uje i da je pravi smisao života prihvatiti sebe sa svim onim što jesi i raditi na onom na emu treba.“
2. „Dosta. Kroz svaku temu mi se posvijesti da je dobro živjeti u dobroti i istini jer smo tada sa svojim bitkom. Puno mi pomaže na po etku i na kraju susreta ulaženje u sabranost. esto puta dobijem odgovor na pitanje koje me mu i. I kod ku e se pokušavam sabrati, ali uz pomo g e. Silve puno mi je lakše.“
3. „Moj život se promijenio u potpunosti od trenutka kada sam upoznala hagioterapiju. Nije jednostavno- potrebno je puno odricanja i rada na sebi kao i na svijesti da je život borba. Kad to uspijete prihvatiti, ništa više ne doživljavate tragi no i sve ima smisla. Volim etvrtke i Silvu koja je posebna i jedinstvena i zahvaljujem što Silva postoji jer mi je promijenila život na bolje. Hvala.“
4. „Dolasci na hagioterapijsku skupinu su mi unijeli više mira i radosti u život, kada mi je posredovan smisao života. Dalo mi je snagu za borbu protiv straha kao manjka povjerenja i tako je moja vjera ušla u povjerenje. Shvatila sam da mozak pamti i da je teško osloboditi se nekih navika.“
5. „Dolazak na hagioterapijske skupine ispunile su moje poglede i na in mog dosadašnjeg života. U mnogim predavanjima nalazim što u svom životu i ponašanjem prema sebi i okolini moram promijeniti. Za sada to pokušavam, krenem pa padnem, pa se dižem, ali ne u odustati jer osje am da ni to pomaže. Još mi treba dosta rada na sebi.“
6. „Izuzetno vrijedna terapija koju nemate priliku nigdje uti, niti vas ho e svatko nau iti, doprinijela mi je da promislim o samoj sebi, svijetu i osobama oko sebe.

Antropološko- duhovne procese koje sam primjenjivala pomoglo mi je u kvaliteti života te sam uvidjela da nemam

- razloga bojati se straha, bolesti, gubitka. Urbani na in života zatupio mi je ulo i sposobnosti da mogu sve nadi i i pobijediti sve okove moga bi a. Dižu i pogled svakodnevno prepoznajem da mogu birati stvari koje su dobre ako razumijem kamo gledam i u koga mi je pogled usmjeren. Zauzimaju i stav prema dobroti, istini i ljepoti. Osnažena i sigurna kroz osje aje, psihu, misli i djelima imam volju za život jer na taj na in znam i vjerujem ija sam, kuda i kamo idem te koliki je moj doprinos i odgovornost truditi se biti bolja osoba.“
7. „Moji dolasci na hagioterapijsku skupinu su mi poboljšali kvalitetu života jako puno. Iako esto puta kada trebam krenuti bude mi se teško pokrenuti i po i ili se netko baš tada pojavi kao iznenadni gost. Nau ila sam- jednostavno sve ostavljam i krenem iako ranije to nisam tako radila. Znam što mi je najbitnije za mene i tako se nastojim ponašati, tj. kada se odlu im za hagioterapijski susret odlu im se za sebe. I naravno, pobijedim i svoju lijenost i tjeskobu i sve što bi me zaustavljalo da krenem jer znam da gotovo uvijek poslije hagioterapijskog susreta budem radosna i pjevušim voze i se prema svome domu.“
8. „Intelektualno i spoznajno su znatno proširili moje vidike i u tom smislu poboljšali kvalitetu života, ali prakti na provedba mi teško ide. Oduševi me sve što ujem; znanje i iskustvo i sama bih htjela iskusiti isto, ali mi ne uspijeva do i do rezultata i uspeti se na antropološko- duhovnu razinu. Navike i mehanizmi upisani u moje bi e se teško iskorjenjuju.“
9. „Ne mogu ni opisati koliko je hagioterapija poboljšala kvalitetu moga života. Neke loše navike sam izbacila, polako ali sigurno postajem ovjek koji mijenja pogled na ljude i pojave oko sebe u smislu poboljšavanja. Hagioterapija me natapa dobrim.“
10. „Slušaju i Ivan i eve emisije prije par godina javila mi se želja sudjelovati na ovakvim sastancima i iskreno sam zahvalna što sam ovdje i što su svi ovi ljudi ovdje u želji da budu bolji i da poboljšaju sebe i osje am se jako opušteno i prihva eno.“
11. „U nekim aspektima života je poboljšan je primjenjujem neke stvari koje sam uo u skupini.“
12. „Dolasci na hagioterapiju su probudili u meni vjeru u dobro, oslobodili me straha za budu nost i pomogli mi opraštati ljudima koji su me povrijedili.“
13. „ Puno jer su mi pomogli da po nem upoznavati sebe kao osobu.“
14. „ Proširena spoznaja za antropološko- duhovni život.
15. „Nakon suprugove smrti i oca bila sam u teškom psihi kom stanju. Imam troje djece koja su isto teško podnijela o evu smrt. Prvo sam na terapiji shvatila da nisam ja dala život svom mužu tako da ga nisam ni mogla otrgnuti od smrti. To je bio po etak moga rasta.“
16. „Iako sam tek drugi put na hagioterapijskom susretu, osjetim veliki zaokret u dosadašnjem životu. Nove spoznaje koje otvaraju nove svjetove. Nova prilika. Smisao. Zahvalnost za ovu znanost. Radost. Život.“
17. „Po ela sam shva ati zašto sam u odre enim situacijama reagirala na odre ene na ine, shvatila sam koje su mi slabosti a koje sposobnosti i darove imam te koliko moje rije i i djela utje u na žvite osoba koje susre em i s kojima živim. U skladu s tim po ela sam sebe popravljati, mijenjati sebe i to se jako odrazilo na moj odnos s obitelji, prijateljima, kolegama na poslu, ali i na fizi ko zdravlje.“
18. „Dolasci na hagioterapijsku skupinu su promijenili moj život jer sam po ela razmišljati pozitivno, biti manje zabrinuta i tjeskobna. Probala sam prakti no provesti što sam ula i shvatila da je djelotvorno.“
19. „Po ela sam više razmišljati o duhovnosti, nastojim se svaki dan sabrati 15- ak minuta, i mislim da sam na dobrom putu. Znam da trebam biti uporna u antropološko- duhovnim vježbama i neodustati iz dana u dan.“
20. „Dobila sam nove spoznaje i zahvalnosti o na inu života.“
21. „Potaknuta sam biti ustrajna u dobru kroz dobre misli, rije i i djela i biti slobodna od razli itih ovisnosti.“
22. „Dolasci na hght skupinu su u velikoj mjeri utjecali pozitivno na kvalitetu moga života. Podizanjem razine svoje svijesti, uvidio sam važnost rada na sebi i osobnog razvoja kao cijelo životnog procesa.“
23. „Uvelike su poboljšali.“
24. „Nove spoznaje su mi otvorile sliku za mene samoga.“
25. „Po eo sam više voljeti sebe, a time i poštivati druge.“
26. „Raš istio sam neke stvari sa samim sobom, postao odgovorniji.“

Na pitanje: Primjene kojih antropološko- duhovnih zakonitosti (sposobnost za pozitivnu misao, rije , djelo, sposobnost razvoja kreativnosti; svijest i samosvijest; transcendencija kao sposobnost nadilaženja malih uskih horizonata i

interesa, sabranost, kreativnost, rad, smisao kao vizija, praštanje i priznavanje krivnje ...) su Vam najviše pomogle u životu, osobe su navele sljedeće:

1. „Antropološko- duhovna razina uvijek je najvažnija. Uvijek je sposoban govoriti, misliti, svjestan je i slobodan. Moramo se svaki dan okretati dobru, vrsto i svjesno stajati na tlu. Kad se po ne gledati zdravim o ima vidi se sve lijepim i vidi se životni smisao.“

2. „Sposobnost za pozitivnu misao, rije, djelo. Posvešivanje da svaki put kada uđemo u negativno razmišljanje se udaljimo od Bitka. Misliti, govoriti iiniti dobro, to nas drži na antropološko- duhovnoj razini koja nas vodi u postojanje koje je sama ljubav, a bez ljubavi i istine je teško živjeti. Opraštanje nas uvodi u slobodu- kada priznaješ i zapažas svoje krivnje, lakše ti je oprostiti drugome kada te povrijedi. Uim biti sabran.“

3. „Otkako sam upoznala metodu hagioterapije pokušavam preusmjeriti misli, rije i djela u pozitivnom smjeru. Pri tom mi pomaže svjesnost i želja da budem pozitivna osoba. Postala sam kreativna na mnogim životnim područjima od kuhanja do poslovnih obveza. Prije sam bila dosadna i monotona. Sabranost mi je jako važna, posebno jutarnja tišina. Bez nje moj život više ne bi imao smisla. Nisam više površna i brzopleta, nego mirna i savjesna. Krivnja- kajanje i praštanje su postali moji temeljni životni principi. Bez njih bi moja nutrina bila mračna, teška i opterećujuća, a sada je radosna i zahvalna što postoji Bitak.,,“

4. „Odluivati se misliti i govoriti dobro, a posebno toiniti. Praštati sebi i drugima i izdizati se iznad malih uskih horizonata i živjeti život.“

5. „Na osnovi pohađanja hagioterapijske skupine najviše mi je pomogla sabranost i rad na praštanju i priznavanju krivnje. I ostale antropološko- duhovne zakonitosti. pokušavam uvoditi u svoj svakodnevni život, ali još uvijek su to po etci.“

6. „Praktično sve ove nabrojene zakonitosti nisam ni bila svjesna da su to „lijekovi“ za zdrav i kvalitetan život. Prvo ih nisam uočavala, a kasnije kad mi je protumačeno i kad sam ih počela primjenjivati i brinuti o njima, postalo mi je jasno da je to kolijevka svakog ljudskog života. Naizgled u teoriji izgleda lako i svima jasno o čemu je riječ, ali kad postupno počnete živjeti po antropološko- duhovnim zakonitostima osjećate nemjerljivo obogaćeno cijelo svoje biće. Nitko vam ne može oduzeti niti umanjiti zadovoljstvo kad uspijete pobijediti svoju srdžbu, ego, priznate krivnju, kada uspijete oprostiti, pohvaliti, podijeliti lijepu riječ, sačuvati se od „palog“ uvijek kojeg ste razotkrili u sebi. Na taj način počnete razumjeti samog sebe i sve oko sebe jer vam smisao i trud koji dajete nisu uzaludni i jeftini, nego počnete cijeniti život u novim obogaćenim vrijednostima.“

7. „Meni su osobno najviše pomogle: 1. Sabranost- svakodnevno; 2. Pozitivne misli, rije i djelo (vježbanje); 3. Praštanje (4 koraka); 4. Odlučnost- tj. obrat- sama sebi kažem- Bašješ biti drugačija nego do sada, založitješ se tamo gdje moraš izabrati svoje vrijeme ili nešto drugo, ustatiješ iz postelje kad si nemoćna i slaba; bašješ šutjeti kada bi se trebala možda obraniti; bašješ ne drugoga osuđivati; bašješ uzvraćati ljutnjom kada te netko naljuti; bašješ u svakome uvijek tražiti nešto dobro- kontra od onoga što sam do sada činila, ali sve za dobro sebi i ljudima oko sebe.“

8. „Trenutno mi najviše pomaže praštanje i priznavanje krivnje. Toliko toga negativnog i neoproštenog razara moje biće. Analiziranje uvreda i opetovano prepričavanje gura me sve dublje u ljutnju, ogorčenost, ali i grižnju savjesti. Kad mi je pravilno objašnjeno što zapravo znači antropološko- duhovna zakonitost- opraštanje, pokušavam ju prakticirati svakodnevno. To je jedini način da izdržim i preživim svoju svakodnevnicu, naročito posao.“

9. „Nastajanje pozitivnog razmišljanja govore i inine i dobro, nastoje i praštati. Zapravo, sve što sam ovdje čula mi je pomoglo i pomaže mi i dalje.“

10. „Rad, praštanje i priznavanje krivnje, samosvijest, kreativnost, želja da budem bolja, shvaćanje vlastitih pogrešaka i kajanje zbog istih.“

11. „Pomoglo mi je praštanje i priznavanje krivnje, sposobnost za pozitivnu misao.“

12. „Najviše mi je pomoglo opraštanje i pokajanje (priznavanje krivnje), jer mi donosi mir. Sabranost i pozitivne misli me oslobađaju strahova za budućnost.“

13. „Sabranost, rad, praštanje i priznavanje krivnje, smisao kao vizija.“

14. Vraćena mi je kreativnost, samopouzdanje, interes za rad, vjera u dobro i potreba za praštanjem.“

15. „Prvenstveno okretanje pozitivnim mislima, djelima i ljudima. Praštanje i priznavanje krivnje teško mi idu, ali se trudim razmišljati o tome. Sve promjene su teško primjenjive u životu.“

16. „Sve nabrojane zakonitosti su mi pomogle u određenim fazama života, ovisno o prilici. Svijest i samosvijest, ali i praštanje učinili su možda najveće korake u mijenjanju mog bića.“

17. „U životu su mi najviše pomogle sposobnost za pozitivnu misao, rije , djelo, pozitivan stav na sve što mi se doga a, pozitivan pogled na druge osobe, transcendencija kao sposobnost nadilaženja malih uskih horizonata i interesa, sabranost, praštanje i priznavanje krivnje, pogled na svijet kroz antropološko- duhovnu dimenziju.“

18. „Najviše su mi pomogle vježbe sabranosti, praštanja, priznavanja krivice.“

19. „Sabranost, praštanje i priznavanje slabosti, molba za oprost što sam druge uvrijedio.“

20. „Sposobnost za pozitivne misao, rije , djelo, transcendencija kao nadilaženje malih horizonata, praštanje i priznavanje krivnje.“

21. „Ključne antropološko-duhovne zakonitosti koje nastojim primjenjivati svakodnevno su: sabranost, pozitivna misao, rije i djelo, praštanje, priznavanje krivnje i kajanje, razvoj kreativnosti.“

22. „Sabranost, povjerenje, praštanje.“

23. „Poštivanje

moralno-eti ke zakonitosti života, praštanje, povjerenje.“

24. „Svijest i samosvijest, sposobnost za dobru misao, rije , djelo i kreativnost“

25. „Praštanje i kajanje samome sebi i drugima.“

26. „Zavolio sam svoje zvanje, postao odgovoran u radu, sloboda kao odgovornost za initi dobro.“

Prikazom usustavljenih navoda korisnika o antropološko-duhovnim zakonitostima koje su im pomogle u životu može se uo iti da sve osobe navode više antropološko-duhovnih zakonitosti koje su im pomogle u životu. Uo ava se tako da su 23 od 26 osoba (88,5%) navele praštanje i kajanje uz još jednu ili više antropološko-duhovnih zakonitosti koje primjenjuju; 14 osoba od 26 (53,8%) navodi sposobnost za pozitivnu misao, rije , djelo; 12 od 26 osoba (46,2%) navode sabranost; 9 osoba od 26 (34,6%) navodi razvoj kreativnosti; 7 od 26 osoba (26,9%) navodi svijest i samosvijest; 5 osoba od 26 (19,2%) navodi transcendenciju; 4 od 26 osoba (15,4%) navode smisao; 3 osobe od 26 (11,5%) navode slobodu/ odgovornost; 2 od 26 osoba (7,7%) navode povjerenje; 1 osoba od 26 (3,8%) navodi savjesnost; 1 od 26 osoba (3,8%) navodi odlu nost; 1 osoba od 26 (3,8%) navodi obrat; 1 od 26 osoba (3,8%) navodi samopouzdanje; 1 osoba od 26 (3,8%) navodi moralno-eti ku zakonitost.

Napomena: Sve popisne liste i imena osoba su dokumentirani u arhivi CHT SB. Izvještaji o rezultatima individualnog rada (evaluacija u inka) su visoko eti ki zašti eni i pohranjeni u arhivi CHT SB.

21. Program je promoviran u okviru medijske kampanje na nacionalnoj i/ili lokanoj razini

Promoviran: da

Sadržaj i tijek kampanje: O projektnim aktivnostima javnost je obaviještena putem medija (medijsko oglašavanje na Radio Slavoniji, Radio B92, Posavskoj Hrvatskoj, gradskim portalima).

22. Ukupni prora un programa za jednu godinu provo enja (HRK)

90. 161, 74

23. Izvori financiranja

Vlastita sredstva (HRK): 33. 262 , 60

Gradsko financiranje (HRK): 5. 000, 00

Županijsko financiranje (HRK): 4. 000, 00

Nacionalno financiranje (HRK): 0

Drugi izvori (HRK): 47. 899, 99