

SVJETIONIK

Periodični magazin Zajednice Mondo Nuovo

* Projekt : Znanjem protiv predrasuda

* 20 godina centra Sv. Ante

Padovanskog u Nuniću



SVJETIONIK
Hrvatsko izdanje magazina
"IL FARO"
La luce di un Mondo Nuovo"
Dvomjesečno izdanje
Zajednica Mondo Nuovo
god. III , br. 16

UREDNIŠTVO: Zajednica Mondo Nuovo
Nunić bb; 22305 Kistanje
tel: 022 785 8580
e-mail: zajednica.nunic@gmail.com
Web: www.cmn.hr

Naklada: 1000 kom.
Tisak: ALFA -2 d.o.o.



Izdavač
Zajednica Mondo Nuovo

Glavni urednik
Alessandro Diottasi

Uredništvo
Ivana Buterin Gluić
Jurica Gluić

Grafička priprema
Jurica Gluić
Zajednica Mondo Nuovo

U OVOM BROJU

- 3 UVODNIK
* Alessandro Diottasi, osnivač zajednice Mondo Nuovo
Prevenirati znači educirati: sloboda i odgovornost
- 4 DRUŠTVO I ZAJEDNICA
Projekt: Znanjem protiv predrasuda
* Ivana Buterin Gluić, voditeljica terapijske zajednice
- 6 DRUŠTVO I ZAJEDNICA
Trnovit put do sreće, slobode i zadovoljstva
* Marko Buljan
- 8 DRUŠTVO I ZAJEDNICA
20 Godina centra Sv. Ante Padovanski u Nuniću
* Ivana Buterin Gluić, voditeljica terapijske zajednice
- 10 ŽIVOT I ZAJEDNICA
Kako sam naučio što je krivo, a što ispravno
* Jurica Kolega
- 12 ŽIVOT U ZAJEDNICI
Dnevničari
* Isječci iz svakodnevnoga života u zajednici
- 13 ŽIVOT I ZAJEDNICA
Priča sa sretnim završetkom
* Saša P.
- 14 ŽIVOT I ZAJEDNICA
iskustvo jedne supruge
* Ivana D.



Prevenirati znači educirati: sloboda i odgovornost

Alessandro Diottasi
*Osnivač Zajednice Mondo Nuovo

Pogledajmo u kojem smjeru ide svijet: sve više materijalizma, sve manje vrijednosti. Jasno je da ako novac ima prednost nad temeljnim vrijednostima osobe, ta osoba "luta" i u ozbiljnoj je opasnosti da izgubi samu sebe. Potraga za legalizacijom sredstava ovisnosti je jedna od težih posljedica koje mladi, ali ne samo oni već i njihove obitelji, mogu doživjeti. Droga, alkohol, tablete jasno pokazuju krizu koju proživljava moderno društvo, gdje su najugroženiji mladi, prave žrtve egoizma koji je na vrhuncu moći i ekspresije. No, je li prava odgovornost vezana samo za financije? Ne. Odgovornost uravnoteženog (ne)odgoja jednog sina ili kćeri ovisi prvenstveno o onome tko ima odgojni zadatak koji često ne obavlja ili ako ga i obavlja ne čini to kako treba i ovajzadatak uključuje sve, od države do temeljne jezgre društva a to je obitelj. Znam da ovdje započinje velika diskusija za sve nas i zasigurno to nije jednostavno objasniti u četiri riječi, osobito zato što sam i sam obiteljski čovjek i poznajem poteškoće koje svaka obitelj proživljava, čak i u odgojnim procesima. Ne bih želio preuzeti ulogu obiteljskog odgajatelja, osobito zato što, zahvaljujući Bogu, ne susreću se sve obitelji s različitim problemima ovisnosti. No, suočeni sa 40-godišnjim iskustvom, zajedno s mladim ljudima koji su izgubili svoj put u svijetu ovisnosti i izvan stvarnosti, nešto smo naučili. Nakon smrti mog rođaka, koji je umro od predoziranja u 21. godini, jedna malena skupina od četiri mladića, prijatelji mog rođaka, poznavajući moju strast prema socijalnim problemima, došli su do mene i rekli mi: "Dragi Sandro, poznavajući te, ti si jedina osoba u našem gradu koja nam može pomoći kako bismo izašli iz tunela droge, jer ako ne, umrijeti ćemo." Što sam trebao učiniti suočen s ovim zahtjevom? Ne brinuti previše o tome i misliti samo na svoju djecu? Zašto, nisu li i oni djeca, iako od drugih majki? Odgovorio sam im: "Ja sam tu ako ste i vi tu." Razgovarao sam o tome sa svojom suprugom koja mi je rekla: "Ti si lud. Kako ćemo ih uzdržavati, tko će ti dati novac za to?" Odgovorio sam joj: "Gdje se živi u dvoje može se živjeti i u četvero." Tako je počela priča o zajednici Mondo Nuovo. Bez novaca, jeli smo kruh i svinjsku mast četiri mjeseca, u jednoj potpuno uništenoj kući, bez vrata, prozora tijekom najhladnije zime stoljeća. Minus 8 izvan kuće, i minus 12 unutar kuće, bez izvora topline osim svjeća koje su nas osvijetljavale i oko kojih su se otvarala srca četvorice mladića iznoseći sve svoje probleme, traume i iskustva.

Tu je počeo jedan put koji se i danas nastavlja unatoč farmakoterapiji kojoj su dečki često izloženi u zdravstvenim ustanovama. Također se mora reći da je ogroman trud koji trebamo uložiti u edukativne i preventivne aktivnosti. Samo prošle godine smo proveli informativne i preventivne aktivnosti na oko 60 000 učenika u školama u Italiji. Brojne su obitelji koje podupiremo, osim obitelji naših korisnika, kako bismo im osvijestili koncept da je najbolja prevencija učenje i obrazovanje njihove djece kroz dijeljenje, odgovornost, odnos i prisutnost roditelja.

S vremenom je ova Zajednica unaprijedila vlastite sposobnosti, i u edukativnom smislu, postavljajući pravila (nema droge, nema alkohola, prepotentnosti ili nasilja u bilo kojem obliku), uz malo dobara (10 cigareta dnevno, 3 kave tjedno) i institucionaliziranje životnih načela (naše vrijednosti) koji su temelj našeg zajedničkog života. Osim dijaloga, koristimo i rad kao sredstvo resocijalizacije i edukacije, i rezultati su danas vidljivi. S proširenjem naše intervencije (6 akreditiranih rezidencijalnih centara i 3 prihvatna centra) stvorili smo optimalniju organizaciju: 6 psihoterapeuta, 2 psihologa, 2 socijalna radnika, 4 administrativna djelatnika, računovodstvo, psihijatar, 20 operatera... koji vode sve aktivnosti resocijalizacije i edukacije u centrima. Ljubav, davati sebe onima kojima je najpotrebnije, glavni je alat za povratak naših korisnika u život. Kada voliš život, uzajamno poštovanje, vjera (za onoga tko želi), čak i rad postaje alat koji pomiruje zajednički život i jača osobnost. Sve to potiče procese resocijalizacije i socijalnog uključivanja. Obrazovne i kulturne aktivnosti, kino, kazalište, sport ... sve su to stvari važne za naše korisnike. Više no jednom imali smo nogometne utakmice i u Hrvatskoj, imajući u vidu da s našim timovima sudjelujemo sljedećih 30 godina na amaterskim turnirima Talijanskog sportskog centra. Tu je stručno ospozobljavanje koje je bitno za nas, jer kada naši dečki izađu iz Zajednice, ne bi se trebali osjećati odbačenima, već naprotiv, biti pozitivan primjer društву, njihovim suprugama i djeci. Tečajevi kuharstva, slastičarstva, soboslikarstva, proizvodnje tjestenine, litografija, grafika i tisak, poljoprivreda, hortikultura, naši staklenici, morski ribolov, uzgoj krava, ovaca, svinja, kokoši su prave prilike ne samo za živjeti i biti dobro u zajedništvu, već i priprema i stručno usavršavanje koje će im biti neophodno za obnovu njihove budućnosti. Ovo je Mondo Nuovo, jedna jednostavna i predivna stvarnost, podržana od strane volontera i svih onih koji čvrsto vjeruju da se mogu izvući iz droge i da je moguće vratiti se boljem životu. Ljubav čini čak i ova čuda.

NAPRIJED DEČKI, NAPRIJED MONDO NUOVO

Sandro





SVJETIONIK

Društvo i Zajednica

Projekt : Znanjem protiv predrasuda

Ivana Buterin Gluić,
voditeljica terapijske zajednice

Zahvaljujući dugogodišnjem radu s ovisnicima o drogi, alkoholu i kocki i provodeći programe rehabilitacije i resocijalizacije uvidjeli smo da imaju nedostatak znanja i vještina koje traži današnje tržište rada te da pojedini nemaju završenu srednju školu ili imaju završenu srednju školu za zvanje koje nije traženo na tržištu rada. Iz navedenih razloga terapijska zajednica Mondo Nuovo već je nekoliko godina provodila projekt Znanjem protiv predrasuda gdje smo korisnike osposobljavali za tržište rada i gdje smo provodili osposobljavanja za pojedina zvanja (pčelar, kuhar, računalni operater, zavarivač REL postupkom, tečajevi stranih jezika). Na osnovu iskustva uvidjeli smo da je s resocijalizacijom iznimno bitno započeti u zadnjoj godini programa rehabilitacije u terapijskoj zajednici gdje korisnike osim što ih postupno pripremamo za izlazak iz terapijske zajednice i osnažujemo za život izvan terapijske zajednice bitno je da ih pripremimo i za tržište rada te zbog toga provodimo radionice, osposobljavanja i uključivanje u nacionalni Projekt resocijalizacije te im omogućavamo traženje zaposlenja dok su još uvijek u terapijskoj zajednici. U 2016/2017 godini također smo provodili projekt Znanjem protiv predrasuda koji je bio financiran od strane Ministarstva za demografiju, obitelj, mlade i socijalnu politiku gdje smo provodili radionice i osposobljavanja za računalnog operatera, kuvara i zavarivača REL postupkom. Početkom 2018.godine dva rehabilitirana ovisnika koji su bili korisnici projekta završili su program rehabilitacije u terapijskoj zajednici i zahvaljujući završenim osposobljavanjima jedan korisnik se je zaposlio kao pomoćni kuhar, a drugi korisnik kao zavarivač REL postupkom. Opći cilj projekta: Povećanje socijalne uključivosti rehabilitiranih ovisnika nakon izlaska iz terapijske zajednice kroz osnaživanje, podršku i potporu u reintegraciji u društvenu zajednicu te kroz osposobljavanje za tržište rada.

Posebni ciljevi:

- osnaživanje i stjecanje samopouzdanja rehabilitiranih ovisnika koji se nalaze u fazi resocijalizacije
- osposobljavanje rehabilitiranih ovisnika za tržište rada kroz održavanje edukativnih radionica i provođenjem osposobljavanja za pojedina zvanja u suradnji s partnerom Pučkim otvorenim učilištem Knin
- informiranje rehabilitiranih ovisnika o mogućnostima školovanja, prekvalifikacije i zapošljavanja preko nacionalnog Projekta resocijalizacije i Nacionalnog plana za poticanje zapošljavanja te uključivanje rehabilitiranih ovisnika u navedeni Projekt
- provođenje usluga savjetovanja i psihosocijalne podrške rehabilitiranim ovisnicima koji su završili program rehabilitacije u terapijskoj zajednici ili ga nisu završili, ali održavaju apstinenciju
- prevencija recidiva i održavanje apstinencije rehabilitiranih ovisnika
- uspostavljanje kvalitetnijih odnosa između obitelji i rehabilitiranih ovisnika
- uključivanje rehabilitiranih ovisnika u društvene aktivnosti putem kojih mogu strukturirano organizirati svoje slobodno vrijeme nakon izlaska iz terapijske zajednice i ostvariti nove socijalne kontakte (volontiranje, izleti, odlasci na bazen i teretanu, odlasci u kino)
- jačanje suradnje i umrežavanje svih dionika koji su uključeni u resocijalizaciju rehabilitiranih ovisnika o drogi, alkoholu i kocki.

Aktivnosti koje se provode u sklopu projekta su slijedeće:
upoznavanje rehabilitiranih ovisnika s aktivnostima projekta i priprema provedbe projekta, organiziranje i provedba radionica za traženje posla (pisanje životopisa, zamolbe za posao, predstavljanje poslodavcu, pretraživanje interneta, kreiranje mail adresa i slanja mail-ova),





...terapijska zajednica Mondo Nuovo već nekoliko godina provodi projekt Znanjem protiv predrasuda gdje smo korisnike osposobljavali za tržište rada i gdje smo provodili osposobljavanja za pojedina zvanja (pčelar, kuhar, računalni operater, zavarivač REL postupkom, tečajevi stranih jezika)...

osposobljavanje rehabilitiranih ovisnika za pojedina zvanja (kuhar, soboslikar), informiranje i provedba radionica o nacionalnom Projektu resocijalizacije i mjerama iz Nacionalnog plana zapošljavanja (mjere za poticanje zapošljavanja i samozapošljavanja i izradi poslovnog plana samozapošljavanja), uključivanje rehabilitiranih ovisnika u nacionalni Projekt resocijalizacije, radionice socijalnih i komunikacijskih vještina, postupni odlasci kući rehabilitiranih ovisnika koji su zadnjoj fazi programa rehabilitacije u terapijskoj zajednici, pomoći u traženju posla rehabilitiranim ovisnicima koji su u zadnjoj fazi programa rehabilitacije u terapijskoj zajednici (omogućavanje pretraživanja interneta, slanje mail-ova sa životopisom i zamolbom za posao, komuniciranje s potencijalnim poslodavcima preko telefona i mobitela), savjetovanje i psihosocijalna podrška rehabilitiranih ovisnika koji su završili program rehabilitacije u terapijskoj zajednici ili ga nisu završili, ali održavaju apstinenciju, savjetovanje i psihosocijalna podrška obitelji (roditelji, supruge, barača, sestre) rehabilitiranih ovisnika, uključivanje rehabilitiranih ovisnika u volonterske aktivnosti, uključivanje rehabilitiranih ovisnika u kulturne i sportske aktivnosti, uređivanje i tisk časopisa Svjetionik, informiranje i uključivanje rehabilitiranih ovisnika u programe udruga koje provode programe resocijalizacije (udruga Porat Zadar, Udruga Vida Rijeka, Liga za prevenciju ovisnosti Split, Udruga za kreativni socijalni rad Zagreb), priprema i tisk promocijskih materijala (kem. olovke i notesi), upoznavanje lokalne zajednice s projektom Znanjem protiv predrasuda povodom Mjeseca borbe protiv ovisnosti i Međunarodnog dana ovisnosti i podjela promocijskih materijala, upravljanje projektom i evaluacija projekta.

Očekivani rezultati su slijedeći:

- unaprijeđena znanja i vještine rehabilitiranih ovisnika za traženje i prijavljivanje na posao,
- rehabilitirani ovisnici su informirani i upoznati s mjerama za poticanje zapošljavanja i samozapošljavanja i mogućnostima prekvalifikacije i doškolovanja u okviru nacionalnog Projekta resocijalizacije;
- tri rehabilitirana ovisnika su uključena u nacionalni Projekt resocijalizacije;

-petorica rehabilitiranih ovisnika su završila osposobljavanje za posao kuhara;
 -petorica rehabilitiranih ovisnika su završila osposobljavanje za soboslikara;
 -održano je 10 radionica socijalnih i komunikacijskih vještina i rehabilitirani ovisnici su usvojili socijalne i komunikacijske vještine;
 -uspješna resocijalizacija rehabilitiranih ovisnika koji će u ovoj godini završiti program rehabilitacije u terapijskoj zajednici
 -održana je apstinencija većine rehabilitiranih ovisnika koji su već završili program rehabilitacije ili ga nisu završili, ali već duže vrijeme održavaju apstinenciju;
 -uspostavljeni su novi kvalitetniji odnosi između obitelji i rehabilitiranih ovisnika;
 -reabilitirani ovisnici su uključeni u volonterske, kulturne i sportske aktivnosti;
 -tiskan je jedan broj časopisa Svjetionik u nakladi od 1 000 komada;
 -tiskano je 200 komada kem. olovki i 70 komada notesa;
 -lokalna zajednica je upoznata s provedbom projekta Znanjem protiv predrasuda.



Projekt "Znanjem protiv predrasuda" je u 2018/19 godini financiran od strane Ureda za suzbijanje zloupotrebe droga koji je od 01.01.2019. postao sastavni dio Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo.



SVJETIONIK

Društvo i Zajednica

Trnovit put do sreće, slobode i zadovoljstva

Marko Buljan



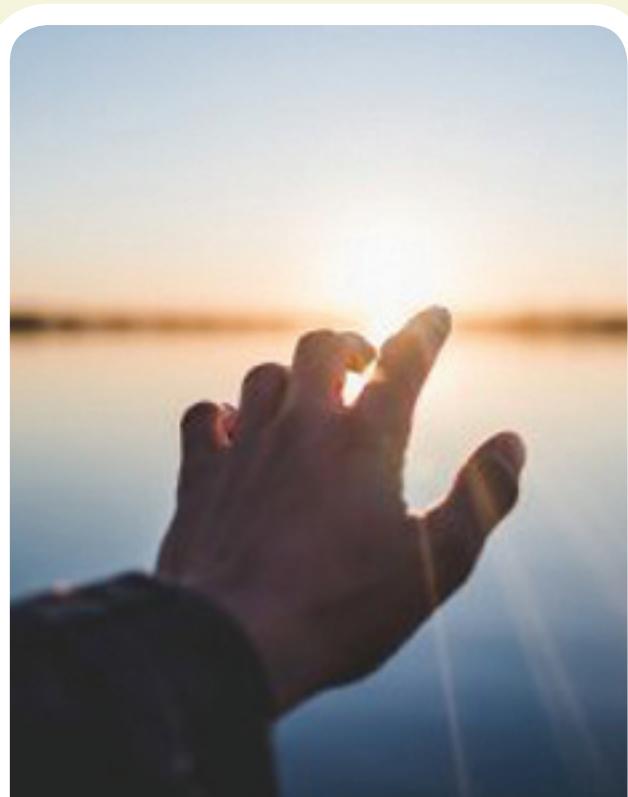
Na početku ovog članka pozdravljam sve čitatelje našeg "Svjjetionika". Zovem se Marko, imam 39 godina i dolazim iz Zagreba. Ispričati će vam svoju životnu priču o vremenu prije i nakon boravka u Zajednici. U Zajednici sam proveo 3 godine i mogu reći da mi je to lijepo i pozitivno iskustvo u životu gdje sam naučio voljeti i poštovati sebe i druge. Boravak u Zajednici je najljepši period u mom životu jer znam tko sam bio i što sam bio i to neću nikad zaboraviti. Koliko sam samo nanio zla sebi i svojim roditeljima koji su mi pružali ljubav i pažnju. Nikad se nisam pitao kako su se osjećali roditelji i rodbina kada su me gledali bespomoćnog i pokušavali pomoći ili naći rješenje da me bar malo urazume i usmjere na pravi put. To je jako teško, jer sam mislio da sve znam, a da su oni u krivu. Kako su godine prolazile sve sam više tonuo i propadao. Bilo je predoziranja, krađa, manipuliranja, laganja... Sve više sam padao dok nisam dotaknuo dno gdje više nije bilo izlaza. Nalazio sam se pred ponorom i mogu reći da sam se doslovno uništio. To što živi jedan ovisnik i što prolaze njegovi bližnji je agonija, bol i patnja i ne bi nikome poželio da to prolazi. Najžalosnije je da si nikad nisam iskreno postavio pitanje da li želim živjeti jedan normalan život, kako naučiti voljeti i ljubiti svoje bližnje, ponovo se smijati i živiti život punim plućima.

Da me nije stisnulo sa svih strana: smrt moga oca, propadanje vlastite obitelji, otkaz, dugovi i nagovor rodbine i prijatelja možda se nebi nikada odlučio na Zajednicu. Sama riječ Zajednica za mene je bila stran pojam. Nisam znao nista o njoj i programu te kako ona fukcionira, u biti kako pomažeš dečkima koji su živjeli ovisnički život. Neću nikad zaboraviti datum 11.11.2014. kada sam ušao u zajednicu Mondo Nuovo. Bio sam pun strahova, nesigurnosti, depresivan... Zapravo nisam znao komunicirati ili sastaviti jednu normalnu rečenicu. Trebalо mi je samo da počnem pričati skoro 12 mj. bio sam jako zatvorena i povučena osoba u sebe. Mi smo kao mala djeca koja tek uče hodati, pričati, smijati i voljeti sve ispočetka. To sam sve postigao uz pomoć dečaka i operatora koji su uz mene bili kad mi je bilo teško, kada sam plakao...Nije sramota zaplakati i pustiti koju suzu, nego je bolno i teško ne izraziti svoje osjećaje. Evo sad kad i pišem svoju priču prolaze me trnci i prisjećam se lijepih trenutaka u Zajednici. Ona mi je pružila slobodu i naučila da ponovo hodam uzdignute glave, da bez ikakvog srama i straha mogu reći tko sam i što sam bio. I sad nakon što sam proveo 3 godine u Zajednici mogu reći da mi je je bilo na neki način teško izaći iz Zajednice jer sam se tamo osjećao prihvaćen. Kad kazem teško, osjećao sam se slobodno i kao da mi je to druga obitelj koja me je digla na noge i izvela na pravi put. Nemogu niti rječima opisati taj osjećaj. Kada sam izašao iz Zajednice osjećao sam se pomalo izgubljen, bilo me strah, što je normalno jer sam cijeli život proveo u tami i okovima svojih strahova da se suočim sa stvarnim problemima. Sad kada sam napokon čist, zapravo sloboden, trebam staviti u praksi sve što me je Zajednica naučila. Nakon izlaska iz Zajednice potreban je trud, strpljenje i razumijevanje za druge jer jako je teško odmah steći povjerenje svojih bližnjih. Kad bi rekao da ima samo dobrih dana bilo bi previše jednostavno i zvučalo bi previše sigurno. Normalno da imam teških perioda, ali sam naučio to prihvatiti i s time se nositi.



...Ja se dobro osjećam kada pomažem drugima. Ostao sam u kontaktu sa Zajednicom i dolazim nekoliko puta godišnje kada dobijem slobodne dane ili godišnji odmor, jer se tamo dobro osjećam i pronalazim duševni mir. Odmorim se i napunim baterije za svakodnevni život. Za život vani potrebna je velika snaga i volja, a to sam dobio kroz život u Zajednici...

Kad mi dođe taj trenutak, popričam sa nekim u koga imam povjerenja. Danas imati nekog sa kim možeš iskreno razgovarati i podijeliti sve što te muči kako je teško, jer je mali broj ljudi koji te razumiju i shvaćaju. Ne kažem da ih nema, ali ih je jako malo. Što se tiče posla, mogu reći da sam ga našao uz pomoć Zajednice, jer se u zadnjoj fazi programa dečke priprema za izlazak pa sam posao našao odmah nakon izlaska iz Zajednice. Na poslu sam se snašao dosta dobro. Pomalo sam bio izgubljen i to je normalno za početak. Treba proći neko vrijeme da se prilagodiš u vanjskom svijetu. Kako su dani prolazili tu sam se sve bolje i bolje snalazio upoznavajući prijatelje sa kojim radim. Trebalo je biti samo strpljiv jer ništa ne ide preko noći. Za dobre rezultate potreban je trud, upornost, volja i strpljenje i zato vjerujem u jednu frazu koliko se to god čini smjesno, a to je da se dobro s dobrim vraća.



Zato vjerujem u dobro i vjerujem da je život trnovit put po kojem sam trebao proći da bi došao do sreće, slobode, zadovoljstva i ispunjenja. Zapravo to možemo gledati ovako; život je planina, a mi smo penjači po toj planini gdje ima uspona i padova. Svakim padom samo se digneš jači, ne okrećući glavu iza sebe, nego nastaviš se penjati prema vrhu gdje te u konačnici čeka sloboda. Zato sve što me je naucila Zajednica trudim se prenijeti i pokazati drugim dečkima koji imaju problem ovisnosti. Tako kroz grupe i kolokvije u bolnici Vrapče pripremam dečke za ulazak u Zajednicu, trudeći se pokazati na svom primjeru da je moguće pobijediti ovisnost. Pokušavam da im otvorim oči, da se isplati živjeti, i da život nije život kada su robovi ovisnosti. Tu se znam susresti sa dečkima i curama kod kojih nailazim na otpor, gdje znaju osuđivati zajednicu, a osuđuju jer se nemaju hrabrosti suočiti sa samim sobom i problemima, nego im je lakše tražiti krivca u drugome. Ali ne gubim nadu ni vjeru u njih jer znam da se može biti dobro. Zajednica mi je dala tu dozu vjere i nade što u nju vjerujem i vjerovati će uvijek trudeći se još više pokazati na svom primjeru. Ne tražim ništa zauzvrat, samo želim da i oni budu dobro i da krenu hodati ispravnom stranom ceste ili se penjati po planini života. Ja se dobro osjećam kada pomažem drugima. Ostao sam u kontaktu sa Zajednicom i dolazim nekoliko puta godišnje kada dobijem slobodne dane ili godišnji odmor, jer se tamo dobro osjećam i pronalazim duševni mir. Odmorim se i napunim baterije za svakodnevni život. Za život vani potrebna je velika snaga i volja, a to sam dobio kroz život u Zajednici. Najbitnije od svega je da ostanemo u kontaktu sa Zajednicom jer mi činimo lanac dobrote i kroz svoja svjedočanstva pokazuјemo drugima da se mogu skinuti okovi sa sebe i krenuti stazom koja nas vodi prema slobodi.



SVJETIONIK

Društvo i Zajednica

20 godina centra Sv. Ante Padovanski u Nuniću

Ivana Buterin Gluić
voditeljica terapijske zajednice



Dana 13.lipnja 2019. terapijska zajednica Mondo Nuovo je proslavila 20.godišnjicu otvorenja centra sv.Ante u Nuniću u kojem se provodi program rehabilitacije od ovisnosti o drogi, alkoholu i kocki. Na proslavi je bio predsjednik i osnivač zajednice Mondo Nuovo gosp. Alessandro Diottasi. Terapijska zajednica Mondo Nuovo je osnovana prije 40.godina u Italiji i gosp. Alessandro Diottasi je svoj život posvetio osobama s problemom ovisnosti o drogi, alkoholu i kocki.

Centar u Nuniću je osnovan na poticaj jedne majke Hrvatice, naše Mare koja je živjela u Italiji i imala je sina ovisnika koji je bio uključen u program rehabilitacije u Italiji i koja je gosp. Diottasi-a upoznala sa činjenicom da i Hrvatska nakon Domovinskog rata ima veliki problem ovisnosti i da naši mladi i njihovi roditelji trebaju

pomoć. Tako je centar u Nuniću otvoren 1999.godine u suradnji sa Caritasom Zadar kada je Zadarska Nadbiskupija dala na korištenje staru župnu kuću u kojoj je svećenik zadnji put živio 60-tih godina prošlog stoljeća. Za vrijeme Domovinskog rata Nunić je bio okupiran i kako u staroj župnoj kući nitko nije živio od 60-tih godina prošlog stoljeća, područje današnjeg centra je bilo zapušteno i obrasio dračom te puno kamena i zmija bez vode i struje. Gosp. Diottasi je došao u Nunić sa četiri mladića iz Italije koji su malo po malo počeli uređivati centar tj.prvo okoliš i obnavljati staru župnu kuću. Malo pomalo obnovila se stara župna kuća, uredio se okoliš i kroz nekoliko godina počela se graditi i druga kuća kao objekt za stanovanje. S vremenom naši korisnici su izgradili i objekte za potrebe provođenja radne terapije, a to su radionica gipsa i suvenira, stolarija, radionica za pčelarstvo, pekara, ured i objekti za životinje. Sve objekte su izradili naši korisnici i uvijek je bilo to gradimo za sebe, ali i za korisnike koji će doći iza nas. U sklopu radne terapije provode se slijedeće aktivnosti: izrada suvenira od gipsa i drveta (uskoro se počinju raditi i suveniri od gline), izrada suvenira pomoću dekupaž tehnike, pčelarstvo, vrtlarstvo, uzgoj domaćih životinja (svinje, kokoši, zečevi), izdajemo i tiskamo časopis Svjetionik, održavamo kulturno-povijesne spomenike Općine Benkovac i sl. U sklopu programa rehabilitacije osim radne terapije provodi se i psihoterapija koja uključuje individualne razgovore sa psihologom te grupne sastanke i razgovore sa članovima obitelji korisnika. U sklopu organizacije slobodnog vremena preko ljeta jednom tjedno korisnici idu na more, jednom mjesečno ide se u kino, a prigodno se organiziraju izleti u prirodu ili posjete kulturno-povijesnim objektima. Stručni tim terapijske zajednice čine psiholog, voditeljica zajednice i tri asistenta u terapijskoj zajednici.

Nakon tri mjeseca boravka u terapijskoj zajednici, članovi obitelji naših korisnika mogu jednom mjesečno doći u posjete, a korisnici koji imaju djecu čuju se telefonski s njima svakih petnaest dana jer jako bitno da djeca ne izgube kontakt sa svojim očevima. Nakon godinu dana boravka u terapijskoj zajednici korisnici idu na provjere kući koje traju po sedam dana i na taj način se procjenjuju napredak korisnika u terapijskoj zajednici.



...U razdoblju od 20 godina u programu rehabilitacije od ovisnosti o drogi, alkoholu i kocki bilo je uključeno više od 300 korisnika i mnogi od njih su danas dobro na način da ne konzumiraju sredstva ovisnosti, da su zaposleni i imaju svoje obitelji te su postali društveno korisni članovi svoje zajednice...

U sklopu resocijalizacije ovisno o odobrenim projektima od Ministarstva i Ureda za korisnike smo organizirali osposobljavanja za pojedina zanimanja kao što su kuhar, zavarivač REL postupkom, pčelar, soboslikar te tečajevi stranih jezika i rada na računalu. U zadnjoj fazi boravka u terapijskoj zajednici korisnici postupno idu češće kući i tada korisnici traže posao, pomažemo im u pisanju životopisa i zamolbi za posao, kreiramo mail adresu, pretražujemo internet, šaljemo mail-ove te imaju pristup telefonu za kontaktiranje potencijalnih poslodavaca i sl.

U razdoblju od 20 godina u programu rehabilitacije od ovisnosti o drogi, alkoholu i kocki bilo je uključeno više od 300 korisnika i mnogi od njih su danas dobro na način da ne konzumiraju sredstva ovisnosti, da su zaposleni i imaju svoje obitelji te su postali društveno korisni članovi svoje zajednice.

Na proslavi sv.Ante i 20.godišnjici otvorenja našeg centra u Nuniću bili su prisutni brojni gosti sa kojima terapijska zajednica Mondo Nuovo surađuje dugi niz godina, a za nas uvijek posebni gosti su naši bivši korisnici i članovi njihovih obitelji. Ove godine smo proslavu započeli sa sv.misom koju uvijek slavimo zajedno sa župljanimi župe Nunić i župe Kistanje i koja se svake godine održava povodom blagdana sv.Ante Padovanskog. Nakon sv.mise naši korisnici su odigrali humanitarnu utakmicu „Sportom protiv droge“ koji su odigrali protiv predstavnika grada Zadra na čelu s bivšim gradonačelnikom gosp. Božidarom Kalmetom i pročelnikom odjela za zdravstvo i socijalnu skrb grada Zadra gosp. Mariom Pešutom. Nakon utakmice je bio ručak, a nakon ručka bilo je druženje i video prezentacija rada zajednice u 20.godina s video isjećcima naših bivših korisnika koji su iskazali svoje emocije u svezi svog boravka u zajednici Mondo Nuovo. Video prezentacija je izmamila puno pozitivnih emocija i lijepih sjećanja, a prije svega ponosa što su mnogi naši bivši korisnici uspješno rješili svoj problem ovisnosti i oni su poticaj i motiv da i dalje nastavimo sa svojom misijom u terapijskoj zajednici Mondo Nuovo. Nakon 20.godina

iskustva u radu s ovisnicima o drogi, alkoholu i kocki možemo reći da se iz problema ovisnosti može izaći, ali se ne može izaći preko noći i potrebno je puno rada na sebi, puno strpljenja, iskrenosti, povjerenja i suradnje između korisnika, članova obitelji i terapijske zajednice.

Ovom prilikom zahvaljujemo našem predsjedniku Alessandru i njegovo obitelji i našim suradnicima iz Italije što su otvorili naš centar u Nuniću. Zahvaljujemo svim našim bivšim i sadašnjim korisnicima i njihovim obiteljima jer iz problema ovisnosti može se izaći samo zajedničkim radom i suradnjom te svim institucijama, suradnicima, donatorima i prijateljima koji podupiru rad naše zajednice. I što na kraju reći... sv.Ante štiti nas i zagovara kod Gospodina i u slijedećih 20 godina! Forza Mondo Nuovo!





Kako sam naučio što je krivo, a što ispravno

Jurica Kolega



Pozdrav čitateljima Svjetionika!
Moje ime je Jurica, dolazim s otoka Ugljana, te sam proveo 4 godine u zajednici Mondo Nuovo, koja me je digla iz ponora i dan danas mi pomaže da živim normalnim i čistim životom. Dakle, došao sam u zajednicu sa 33 godine, skroz izgubljen jer bio sam svjestan da sam ovisan o svemu, "samo daj bilo šta". Nisam znao kako to riješiti, što napraviti da izadem iz tog stanja, pa sam naravno tonuo sve dublje i lagano dizao ruke od sebe. Svi mi, pa tako i ja u određenim trenucima prepoznamo situaciju u kojoj se nalazimo ma koliko zamagljeni bili, ali onda je potrebno reći sam sebi dosta je bilo. Svjesni da moramo prekinuti jedan dio životnih navika koje smo stekli da bi bili dobri sa sobom, a i sa bližnjima. Teško se odvojiti od nečeg što ti je davalо užitak, neku vrstu zadovoljstva pa čak i hrabrost za stvari

koje normalan nisi sposoban učiniti. I tako ide sve dok ne uočiš drugu stranu medalje koja donosi samoću, lijenosť, nebrigu za ikoga, ravnodušnost, krađe i još puno stvari koje postaju pomalo dio tvog života. Sa raznih strana pomoć stiže ako se ne oglušiš o nju. Meni je stigla od pojedinih osoba koje čak i nisam nešto naročito poznavao, a najviše od moje obitelji koja je bila tu i u tuzi me gledala kako se uništavam. Gledao sam majku kako me praznim i suznim očima posmatra, gledam sestre koje se trude oko mene i žeze mi dobro, gledam sebe, 33 godine, zatvoren, sam, bez posla, cure, normalnog života ni na vidiku, a ja se i dalje nedam "krstiti"... Ipak, njihova je ljubav stigla do mene. Odlučio sam se ući u Zajednicu sa nadom "daj Bože" da mi uspiju pomoći, tj. da uspiju pronaći rješenje za moje stanje. To pitanje me je jako puno držalo u Zajednici. Da li će oni uspijeti naći rješenje mojoj problematici?

Prvo što sam uočio u Zajednici bila je živost tih dečkiju, bili su puni života, aktivni, komunikativni... tako da su mi odmah svojim primjerom pokazali da i ja mogu biti takav, jer sam upravo takav i želio biti... Malo pomalo počeo sam otkrivati sebe. Od svog glasa kojeg sam počeo primjećivati nakon dva mjeseca pa još puno stvari koje su nadolazile... Na početku se čini da dosta vremena gubimo uzalud, dosta propitkivanja sebe što ja ovdje radim, što me ovaj sad "pila"... i mnoga druga pitanja. Ustvari je to uvod ili priprema sebe za nove i ispravne stvari koje ti Zajednica nudi.

Sve dok se ne prepustiš i ne povjeruješ Zajednici tj. dečkima koji čine Zajednicu, lupaćeš u zid jer opet radiš istu stvar kao i vani. Misao, "ja znam najbolje što ćeš ti meni palamuditi, tko si ti" vraća te na isti nivo razmišljanja koji te je i doveo do Zajednice.

Znam da je meni sad lako pričati o tome, ali sad vidim te stvari. Nakon nekog perioda kroz moj život vani, kada mi je sve "leglo", vidim da sve što sam postigao u Zajednici kroz mjesecce i mjesecce boravka tamo, mrvicu po mrvicu rada na svojim strahovima uspješno sam došao do preokreta u svom razmišljanju i pogledu na život.





...Imam vjeru što je nešto predivno, a koju sam upoznao u Zajednici. Neznam koliko vjerujete u Boga i njegovu riječ. Nisam ni ja na početku nešto puno vjerovao, ali što sam više brinuo o drugome vjera je sve više rasla. Sve ono što bi čitali u Evanđelju, ja bi nalazio u sebi i to mi je danas jako bitno jer po tome se ravnam. Znam kad radim krivo, a kad ispravno. Savjest je naše oruđe za biti ispunjen, ali mora biti zdrava i čista...

Premalo je samo razmišljati o svojim problemima.

Potrebno je i suočavati se sa raznim situacijama, pobjeđivati strahove, ne prepustati se negativnim mislima, lijenosti,...ima toga puno, ali praksom koju steknete u Zajednici i samopouzdanjem koje steknete i za koje se izmučite iz dana u dan puno će vam pomoći da živite normalno i ispravno. Pogotovo vrijedi za one koji imaju obitelj i djecu, da ih naučite pravim životnim vrijednostima. Za mene je to pravi životni cilj. Onog trenutka kad se odlučimo živjeti ispravno moramo se i truditi biti takvi i zato nam je potreban "voditelj". U Zajednici se čita svaki dan Evanđelje i dečki ga objašnjavaju svojim rijećima i svojim življenjem tih riječi te se tako ispravljaju i trude biti bolji. Meni je to jako puno pomoglo, a i dan danas mi pomaže jer vani nema Sandra, Ivane, Jure, Spliće, Gabrića, Antonije... da vam pomognu u situacijama koje ti život nosi. Naravno da su oni dostupni u bilo koje doba da ih zovneš, ali je bitno da se mi nosimo sa situacijom, da znamo reagirati kad treba reagirati, da prepoznamo kad smo se počeli zatvarati u sebe, jer ih nećete zvati svakih pet min...

Četiri godine sam proveo u Zajednici. Bilo je i dosadnih i teških dana do konkretnih i sretnih dana. Sve je donosilo svoje vrijeme, jer kad svladaš ili prihvatiš jednu stvar na sebi onda si je svjestan i lakše se nosiš sa njom. Nakon toga dolazi drugi problem ili poteškoća, i tako iz mjeseca u mjesec mijenjaš sliku sebe, a i svog bližnjega, te postaješ realniji što je u stvari život. To ja zovem "KLIK". Nemojte misliti da sam ja sad sveti Kega i da ne dolazim u iskušenja, da iz dana u dan ne prolazim i sretne i teške trenutke, da ne padnem i ne dignem se...Sve to i sad prolazim, ali imam Zajednicu koja je uvijek tu uz mene i u meni. Imam dobre ljude u Zajednici koji me razumiju i njihovi savjeti me usmjeravaju. Imam vjeru što je nešto predivno, a koju sam upoznao u Zajednici. Neznam koliko vjerujete u Boga i njegovu riječ. Nisam ni ja na početku nešto puno vjerovao, ali što sam više brinuo o drugome vjera je sve više rasla. Sve ono što bi čitali u Evanđelju, ja bi nalazio u sebi i to mi je danas jako bitno jer po tome se ravnam. Znam kad radim krivo, a kad ispravno.



Savjest je naše oruđe za biti ispunjen, ali mora biti zdrava i čista.

Evo, sad sam trenutno u Zagrebu. Pomažemo kome god je potreban savjet kojim koracicama mogu ići kad im dijete upadne u ovisnost. Vjerujte mi, roditelji su toliko izgubljeni i nemoćni jer neznavu kako pomoći svom djetetu. Kakve smo mi budale bili...

Svako malo odlazimo u Vrapče popričati s dečkima koji žele ući u Zajednicu. To je moje prvo iskustvo s Vrapčem i mogu vam kazati kad vidim mlade dečke tamo koji su kao zombiji, toliko praznih pogleda, šetaju dva metra lijevo dva desno, srce me zaboli. Pa zar sam ja uistinu takav bio? Kada vidim njih, odmah se sjetim sebe...

Nedaj Bože više nikad!

Od srca vam želim da budete dobro. Jaki kad je najteže, strpljivi kad vam se žuri, hrabri kad je potrebno, komunikativni kad vam se neda pričati, iskreni, veseli i živi...

Un abbraccio forte... Kega



SVJETIONIK

Život u Zajednici

Dnevnići...

Isječci iz svakodnevnoga života Zajednice. Na stranicama dnevnika koje dečki pišu svakoga dana iznose svoje osjećaje, strahove, probleme, želje i sve one stvari koje svakodnevno žive i proživljavaju.



Danas sam bio u Sinju s Vladom i dobro sam se osjećao i zadovoljan sam kako je prošao dan. Očekujem tjedan pun unutranje sreće i zadovoljstva i razumijevanja za druge. Truditi će se imati više razumijevanja za druge.

Zvone, 07.04.2019.

Napokon Uskrs bez droge i bilo je lipo, odlična fešta, sve je proteklo dobro, puno ljudi dobrih i vedrih tako da sam zadovoljan s ovim tjednom u Italiji. Truditi će se biti ono što jesam!

Krešo, 21.04.2019.

Danas sam razgovarao s Ivanom o situaciji u centru. Razgovarao sam i s Goranom koji mi je rekao da moramo prebroditi određene stvari i ostati mirni kada se dogode različite diskusije. Vučko je odlučio ostati u Zagrebu i žao mije zbog njega jer nije ništa napravio i na žalost to će ga sve dočekati vani.

Demjan, 02.04.2019.





Priča sa sretnim završetkom

Saša P.

Zovem se Saša P., imam 38 godina i nalazim se u terapijskoj zajednici Mondo Nuovo tri godine. Kako sam na samom kraju svog programa ispričati će vam svoju životnu priču.

Kao dijete bio sam jako nemiran toliko da su me htjeli preseliti u drugu školu jer više nisu znali što učiniti i kako se ponašati prema meni. Kada sam imao 8-9 godina moji roditelji su se rastali, ali ja nisam bio tužan zbog toga jer sam tada znao da će moći krasti na dvije strane. Kada sam imao nepunih 11 godina provalio sam u kiosk gdje je dečko koji je bio sa mnom to rekao mami i ona me je bez razmišljanja odvela na policiju misleći da će me to prestrašiti, ali nije baš uspjela jer su me iz policije brzo poslali kući. Već sa 12 godina sam počeo pušiti marihuanu, a brzo nakon toga sam počeo koristiti i sintetičke droge. Kako mi je mama u to vrijeme ostala trudna, nije ništa primjećivala, a ja sam to vješto iskorištavao, u smislu da sam joj uvijek govorio da je bolje da se posvećuje sestrici i to je trajalo do moje 17-te godine kada sam završio srednju školu. Kada sam završio srednju školu, roditelji su mi poklonili stan u nadi da će se osamostaliti i da će postati odgovoran, ali tu je počela moja ovisnost o teškim drogama. Kako sam počeo sam živjeti nisam imao nikakvog nadzora roditelja tako da sam kući počeo dovoditi sve te stare ovisnike i to mi je jako imponiralo jer sam mogao svojim vršnjacima sređivati što su htjeli od droga. To je trajalo par godina dok me tata nije odveo u Zagreb zbog problema s policijom i da se maknem od društva iz Rovinja. Nije ni slutio da sam u Zagrebu bio kao kući jer sam i tamo poznavao dosta ljudi od kojih sam mogao kupiti drogu. Bilo mi je dobro u Zagrebu jer tata nije ništa shvaćao sve dok pomajka nije našla šprice i heroin i tada su mi roditelji dali ultimatum da moram ići u komunu. Pristao sam i išao sam čak na sastanke u Split, ali na kraju kada sam trebao ići u zajednicu San Patrignano nisu me primili jer su vidjeli da nisam motiviran i tako sam odustao od komune. Onda sam se vratio u Rovinj gdje sam se zaposlio u jednom kampu gdje sam radio tri sezone dok nisam napravio neku glupost i dobio otkaz. U tom razdoblju sam našao curu koja je također bila ovisnica i moji roditelji je nisu mogli prihvati pa smo se preselili u Pulu.

Kada su četvorica mojih prijatelja sa kojima sam odrastao umrla od predoziranja nešto se prelomilo u meni i skupio sam hrabrost i tražio sam od moje psihologice pomoći za odlazak u komunu. Ona mi je preporučila zajednicu Mondo Nuovo. Prije ulaska u zajednicu bio sam nekoliko mjeseci na bolničkom liječenju u bolnici Vrapče i onda sam ušao u komunu.

Kada sam došao u zajednicu nije mi bilo sve-jedno zbog ambijenta i zbog iluzije da meni u biti komuna ne treba. Kako je vrijeme prolazilo prvih godinu dana sam se samo privikavao i nešto raduckao, ali kako je vrijeme dalje išlo davali su mi sve više odgovornosti samo da se malo trgnem. Međutim, non stop sam pružao neki otpor dok nakon godinu i pol dana nisao otišao u našu kuću u Italiji i

tu mogu reći da sam se probudio jer sam video da taj moj inat ne vodi ničemu i da samo sebi radim loše tako da sam se primio posla i počeo slušati što mi govore. Nakon 5 mjeseci vratio sam se u Nunić i tu sam počeo primjenjivati ono što su mi dotad govorili, ukazivali

i učili i počeo sam raditi na odgovornosti koja će mi biti najpotrebnija kada izadem vani. Evo, sad sam već na kraju programa gdje sam postao prvi odgovorni u centru i sad se traži i očekuje da prenesem i naučim sve te vrijednosti na nove dečke kao što su mene učili i mogu reći da me to ispunjava i kada izadem iz zajednice morati će te vrijednosti primjenjivati vani ako hoću biti dobro. A ja nakon toliko godina želim biti stvarno dobro i vjerujem da će u tome uspjeti.





Iskustvo jedne supruge

Ivana D.



Ivana je supruga Danijela D. koji je završio program rehabilitacije u našoj terapijskoj zajednici. Ivana je Danijela upoznala nakon njegovog izlaska iz terapijske zajednice i trebalo joj je vremena da shvati kako komunicirati s osobom koja je imala problem ovisnosti. Zahvaljujući otvorenoj komunikaciji između Danijela i Ivane, oni su uspjeli prebroditi sve poteškoće u komunikaciji i razumijevanju jedno drugoga. Ivana smatra da je potrebna pomoć i članovima obitelji rehabilitiranih ovisnika kako bi im se najbolje moglo pomoći u njihovoj resocijalizaciji nakon izlaska iz terapijske zajednice. Ivana je iz svog iskustva napisala nekoliko savjeta kako bi se trebalo ponašati s rehabilitiranim ovisnicima nakon izlaska iz terapijske zajednice:

1. Razumijevanje

Prije svega potrebno je razumjeti da svi imamo svoje načine nošenja s problemima. Netko će se zatvoriti u četiri zida i mozgati dok ne nađe rješenje problema, netko će opušteno ići kroz život vjerujući da će se riješiti samo od sebe, netko će se povjeriti prijateljima u nadi da će mu ponuditi rješenje, netko će se okupirati druženjem i izlascima, netko će posegnuti za slatkim, cigaretom...a netko za nečim puno jačim. Kada shvatimo da nismo svi isti i da svatko ima svoju priču koja je utjecala na način života koji je doveo do trenutne situacije moramo se pomiriti sa činjenicom da nikada 100% nećemo shvatiti niti razumjeti. Iako to ne znači da se ne trebamo i dalje truditi i što više shvatiti.

Treba razumjeti da proces koji su prošli nije lak niti jednostavan i ne staje kada se okreće nova stranica već se nastavlja s novim lekcijama i iskustvima. Svladavajući ih jednu po jednu svaka slijedeća postaje lakša, i da, s vremenom će biti lakše, ići će brže i bolje, ali to ne znači da ne postoji što je nekada bilo i dalje je tu u sjeni, u kutu i prati, nekada jače, nekada manje vidljivo i to nije ništa loše. Negiranjem postojećeg dajemo snagu da nas kontrolira, a ako prihvativamo da postoji i sami postavimo sto nam znači mi preuzimamo kontrolu i stvari u svoje ruke. Ako se to uzme kao medalja koju smo osvojili nakon teške utrke može nam biti podsjetnik naše snage, izdržljivosti i što sve s ustrajnošću možemo postići.

2. Informiranje

Svatko voli da je netko zainteresiran za nas. Ispitajte prošlost, zašto i kako su se neke stvari dogodile i postavljajte pitanja s razumijevanjem bez predrasuda. Ne sudite dok ne čujete cijelu priču i imajte strpljenja jer neće sve odmah izaći na vidjelo. Malim koracima slažite priču kao puzzle, ali probajte čitati i između redova. Vi, kao treća strana vidjeti će te bolju sliku i pozadinske stvari iz koje će vam pomoći kako da se postavite u situacijama na koje će te nailaziti. Dajte i sebi vremena za posložiti većinu stvari i nemojte odmah reagirati već pričekajte da prođe dan, dva pa pitajte zašto je nešto bilo, zašto su tako reagirali, što su mislili da će biti ili da je bilo...Ako postavite pitanje opušteno sa željom da razumijete nećete samo vi dobiti odgovor već će sami čuti na glas kako u tom trenutku razmišljaju i trezveno shvatiti da možda nije tako.



...pomoć je potrebna i članovima obitelji rehabilitiranih ovisnika kako bi im se najbolje moglo pomoći u njihovoj resocijalizaciji nakon izlaska iz terapijske zajednice. Ivana je iz svog iskustva napisala nekoliko savjeta kako bi se trebalo ponašati s rehabilitiranim ovisnicima nakon izlaska iz terapijske zajednice...

Možda dobijete burnu reakciju zbog pitanja, ali dajte glasno i jasno da znate da ste stvarno zanimali i da ne sudite. Promjena neće doći preko noći i gradivo će te morati ponoviti dosta puta. Oboružajte se živcima, strpljenjem i smirenim glasom. Ne kažem da će biti lako, ali sigurno će se isplatiti. Dajte do znanja da ste stvarno zainteresirani, da ne pitate da bi sudili i da neće biti ružnih pogleda niti kritiziranja. S vremenom će te otkriti da ispod puno debelih slojeva vanjštine leži jedna sasvim druga osoba, skrivena, koja se štiti sa svim tim slojevima i zidovima koje je izgradila da ne bi bila osuđivana i povrijedjena. Možda vas iznenadi ta osoba koju će te tek početi upoznavati koliko je drugačija, ali nemojte očekivati da od tada ta osoba bude otvorena vanjskom svijetu, a dosadašnja da nestane. Znate da je svijet okrutan i vi imate svoje zidove i maske da bi se zaštitili. Čuvajte tu novootkrivenu osobu ispočetka u privatnosti, ne gurajte ju van dok ne bude spremna i ne očekujte da će se zamijeniti jer neće nikada, jer su to dvije polovice jedne osobe. Prihvate obje strane kovanice i jedino što možete očekivati da se na kraju usklade te dvije polovice i izlaze po potrebi, ovisno o situaciji.



3. Slušati

Bilo da je priča o nečemu iz prošlosti koja vam se ne čini zanimljiva ili da nije bitna ili možda nešto što je bilo tokom dana, a vama nije jasno što ih toliko smeta oko te banalne stvari, umjesto da skrenet s teme ili još gore prekinete, nemojte. Slušajte i samo slušajte. Znam da će te ponekad i vi biti umorni i slabo skoncentrirani, ali onda radije recite da vam treba malo da se odmorite i da kada budete bolje da će te saslušati, jer bi više voljeli čuti kada se možete posvetiti u potpunosti. Time dajete do znanja da vam je bitno to što ih muči i da ne želite samo klimati glavom. Prekidanjem i omalovažavanjem veličine stvari samo stvarate prepreku i zatvarate sadašnju i buduću komunikaciju. Stoga, sjednite, skuhajte si kavu i samo slušajte. Time si stvarate put k lakšoj komunikaciji i većoj otvorenosti u budućnost i gdje nećete trebati postavljati 101 pitanje da bi došli do odgovora već će se s vremenom opustiti i imati povjerenja da se sami otvore u svezi nečega što ih muči znajući da će kod vas naći shvaćanje i razumijevanje. Nakon nekog vremena će od vas početi tražiti smjernice za rješavanje problema i to će vam biti najbolji znak da imaju povjerenje u vas i da osjećaju da ih stvarno poznajete i da im možete pomoći da shvate sami sebe.

4. Komunikacija

Svakodnevni razgovor koristimo da saznamo dosad neizrečene stvari. Postavljamo pitanja da sami shvate odgovore i da vide jesu li odgovori na mjestu te ih usmjeravamo kako da drugi put drugačije reagiraju i bolje se osjećaju. Komunikacijom, verbalnom, pogledom i gestama stvaramo odnos povjerenja i preispitujemo njih i sebe kako ići dalje.

Svi ovi koraci međusobno su povezani i ne mogu jedni bez drugih, međutim, prije nego što krenemo s njima trebamo biti da svjesni da je potrebno puno volje i ljubavi da bi ih primijenili u praksi.

Zajednica Mondo Nuovo
Nunić bb, 22305 Kistanje
Tel: 022 - 785 8580
Mob: 098 - 610 609 ; 099 - 599 7638
Web : www.cmn.hr
e-mail: zajednica.nunic@gmail.hr

SAVJETOVALIŠTA:

ZADAR: Josipa Jovića 1, Tel/Fax: 023 - 311 623
098 - 610 609 ; 099 - 599 7638

RIJEKA: Kresnikova 15, Tel: 098 - 610 609

ZAGREB: Maksimirска 12, župa Sv.Jeronima
Tel: 098 - 967 2229

BENKOVAC: Petra Zoranića 5A
(prostorije Crvenog križa)
Tel: 098 - 610 609 ; 099 599 7638