

Temat Themelore, Seanca 3

ELEMENTËT THELBËSORË TË KËSHILLIMIT

(PJESA E PARË)

Qëllimet e këtij sesi:

1. Identifiko, shpjego dhe ilustrto pesë elementet thelbësore për një këshillim biblik efektiv.
2. Ofro sugjerime mbi zhvillimin e aftësive për çdo element.

Elementet kyçe:

I. HARTO HISTORIKUN

A. Krijoni një inventar me të dhënat personale (IDhP) (në anglisht PDI – Personal Data Inventory) dhe Fletën e Problemeve

B. Bëni disa kërkime të **Përgjithshme** dhe **Specifike**

1. Disa shembuj të kërkimeve të përgjithshme janë jeta shpirtërore, marrëdhëniet në familje, financat etj.
1. Disa shembuj të kërkimeve specifike janë: disiplina shpirtërore, marrëdhëniet burrë/grua, çështjet financiare etj.

C. Identifiko komunikimin **Verbal** dhe **Jo-verbal**

1. Çfarë është thënë, ose informacioni thelbësor.
2. Si është thënë, ose informacioni rrethues.

D. Duhet të **dëgjojmë** me kujdes para se të ofrojmë këshillim (Fj. e urta 18:13, 15, 17)

1. Gjatë dëgjimit kushtojini kujdes:

- a. **Hedhjes së fajit**
- b. Fjalëve të tilla si **nuk mundem**, e pamundur, shumë më tepër
- c. Konsiderimit të mëkatit si sëmundje
- d. Përmendjes së ndjenjave më shumë se sa të fakteve

II. DALLO OSE ZBULO PROBLEMIN.

- A. Identifiko **Prezantimin** e Problemit- “Çfarë të ka sjellë këtu?”
 - 1. Niveli subjektiv (ndjenjat/efektet).
 - a. “Ndihem fajtor,” “Jam e dëshpëruar,” “Nuk mund të shkoj mirë me gruan time”
- B. Vlerësimi i Problemit- “Çfarë po mendoje?”
 - 1. **Niveli i të menduarit**
 - a. Shumë i rëndësishëm për të ndryshuar sjelljen. Shënim: jo ndjenjat.
- C. Problemi i **Sjelljes**—“Çfarë ndodhi?,” “Çfarë po bëje?”
 - 1. Shiko sjelljen ose shkaqet e problemit
 - 2. Trego vëmendje ndaj veprimeve që sjellin ndjenja negative.
- D. **Kushtet e problemit** - Sa kohë ka kjo që vazhdon?”
 - 1. Fokusi ynë është mbi modelet e sjelljes ose zakonet.
 - 2. Veprimet e shkuara të përsëritura shumë shpesh shndërrohen në zakone duke

ndikuar në

sjelljen e tanishme. Shikojmë se çfarë i motivon ata që këshillojmë.

- “Shpesh dal nga situatat e vështira duke gënjyer.”