TERJEMAHAN DARI RECOVERY NATION

(HEADER)

Jika Anda baru mengenal pelatihan ini, klik “Orientasi Pelatihan” untuk memulai. Jika bukan, maka bisa berlanjut ke Pelajaran 1. Perlu diingat bahwa di sini adalah murni pelatihan mandiri, untuk dukungan lain seperti dukungan sukarela dan forum diskusi tersedia di (FORUM). Untuk pembinaan Professional langsung dapat ditemukan di tautan ini.

0.1

Orientasi Pelatihan (DISARANKAN UNTUK DIBACA)

**Kata Pengantar**

Pendekatan Terstruktur dan mandiri

Pelatihan di web ini adalah pelatihan mandiri, di mana intervensi dilakukan oleh diri sendiri, setiap bab memerlukan waktu setidaknya 15-120 menit dengan beberapa pengecualian. Beberapa di antara-Nya, seperti pelajaran mengenai pembentukan visi hidup, tidak ada batas waktu untuk itu. Kualitas dari usaha yang Anda lakukan yang penting, apakah Anda perlu waktu satu jam atau 1 bulan untuk mencapai-Nya.

Sebenarnya tidaklah perlu untuk Anda setiap hari mempelajari bab baru, Anda bebas untuk belajar dengan kecepatan yang paling sesuai dengan Anda, tergantung dari sumber daya dan energi Anda setiap harinya. Akan tetapi kecepatan apa pun yang akan Anda gunakan, perlu diingat bahwa fondasi untuk perubahan permanen bisa dicapai dalam kurun waktu kira-kira tiga bulan tidak bisa kurang dari itu. Dengan kata lain Anda harus lebih banyak menginvestasikan waktu tiga bulan dengan berusaha dan sadar untuk mewujudkan perubahan permanen dalam hidup. Kalaupun diperlukan waktu 3 tahun atau satu dekade untuk memenuhi “Investasi 3 bulan” ini bisa saja, akan tetapi perlu kemauan untuk menerima konsekuensi dari 3 tahun atau 3 dekade kecanduan Anda yang masih ada di dalam diri.

Topik Pembelajaran

Klik pada topik pembelajaran yang diinginkan untuk membuka pelajaran, perlu diingat bahwa pelajaran dari bab pertama sampai akhir setengah bagian dari pelatihan ini hanyalah sisi “intelektual” dari pelatihan ini, sisi intelektual ini perlu di beri asupan dengan implementasi secara langsung untuk bisa berhasil, ibarat kata membaca kitab suci akan membuat kita spiritual. Mengerti apa yang kita baca serta mengetahui konteks untuk kehidupan kita lalu mengaplikasikan-Nya kepada kehidupan sehari-hari, maka di situ perubahan sebenarnya akan muncul.

Respons pembelajaran

Setiap akhir dari setiap pembelajaran, latihan dapat ditemukan untuk menambah bahan implementasi langsung, semua ini bisa di lihat di sebuah utas forum, mentoring langsung.

Apa yang diharapkan?

Transisi

Transisi- hal ini terjadi di setiap kejadian besar di kehidupan kita. Kematian, pernikahan, perceraian, kelulusan, dipecat, dipromosikan... hidup memang penuh dengan transisi. Beberapa terjadi pada kejadian positive dan beberapa akan menghancurkan kita. Tapi setiap kali mengalami kejadian tersebut biasanya kita akan merasakan rasa tidak aman, rasa sakit, dan gelisah. Ataupun kita bisa menghadapinya dengan perasaan positif dan membangun seperti tantangan untuk diri sendiri dan kesempatan untuk tumbuh, akan tetapi tidak semua orang terlihat siap untuk menghadapi krisis ini. Sudah menjadi tugas Anda untuk mengetahui bahwa pada akhirnya hanya akan ada dua transisi utama yang dilalui di pelatihan ini, yang pertama akan dirasakan ketika kita memulai aksi dalam pemulihan ini dan yang lainnya akan muncul ketika pemulihan ini akan berdampak baik kepada kesehatan Anda, untuk detail akan di elaborasi nanti.

Pemulihan itu sendiri adalah transisi, ini adalah proses perubahan dan seperti transisi kesehatan lainnya, agar bisa efektif harus ada: akhir, kekosongan dan pada akhirnya permulaan yang baru. Tidak memiliki kesiapan untuk transisi menuju **sehat** biasanya menjadi salah satu faktor kegagalan seseorang untuk pulih. Mereka melihat transisi pertama (dari kecanduan lalu ke pemulihan aktif) sebagai “pemulihan”, padahal tidak, itu hanya salah satu tahap dari beberapa tahap transisi yang sehat. Bagi beberapa orang “mengatur rasa kecanduan atau tingkah laku kompulsif” adalah gol bagi mereka, mereka tidak sadar bahwa sebearnay masih ada tahap selanjutnya yaitu : melanjutkan dari “pemulihan” ke “kesehatan”.

Jika Anda sekarang berpikiran bahwa belajar bagaimana cara mengontrol perilaku kompulsif/candu adalah “pemulihan” perlu kami tegaskan bahwa itu tidak benar. Itu hanyalah tahap awal dari kecanduan ke pemulihan.