

Θυμός και προσωπικά Δικαιώματα

Συγκράτηση του θυμού, υποτάσσοντας τις προσδοκίες στον Θεό



Ομάδα Μελέτης για Νέους στην Πίστη Χριστιανούς

Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα

του David Batty

Οδηγός Μελέτης

Έκδοση 5



Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα

Οδηγός Μελέτης

5η έκδοση

του David Batty

Σημείωση: Τα εδάφια της Βίβλου όπου αυτά αναφέρονται, είναι από τη νεοελληνική μετάφραση της Παλαιάς και Καινής Διαθήκης, από τα πρωτότυπα κείμενα, της Ελληνικής Βιβλικής Εταιρίας. Περιστασιακά αναφέρονται και εδάφια από τη Μετάφραση του Αρχιμανδρ. Νεόφυτου Βάμβα, καθώς και από το Αρχαίο Ελληνικό Κείμενο (Καινή Διαθήκη).

Copyright © 2016, Teen Challenge USA.

Αυτό το Μάθημα εκδόθηκε αρχικά στην αγγλική γλώσσα με τίτλο: *Anger and Personal Rights*, 5th edition.

Τα Εγχειρίδια Δασκάλου και όλο το διδακτικό υλικό των μαθητών που σχετίζονται με τη Σειρά Μαθημάτων *Ομάδα Μελέτης για Νέους στην Πίστη Χριστιανούς* είναι υλικό δεσμευμένο με πνευματικά δικαιώματα (copyright). Ειδικές συμφωνίες έχουν γίνει προκειμένου για τη μετάφραση του υλικού αυτού στην ελληνική γλώσσα. Το υλικό μπορεί να αναπαραχθεί και να διανεμηθεί για χρήση από το Teen Challenge σε παρόμοια προγράμματα, τοπικές εκκλησίες, σχολεία, και άλλους οργανισμούς και ιδιώτες. Το υλικό αυτό μπορεί επίσης να ληφθεί από την ιστοσελίδα: www.iTeenChallenge.org Δεν επιτρέπεται να πωληθεί, μόνον να διατεθεί δωρεάν. Όσοι επιθυμούν να το δημοσιεύσουν και να το πουλήσουν, πρέπει να κατέχουν γραπτή άδεια από το «Global Teen Challenge».

Αυτό το μάθημα είναι μέρος της σειράς *Ομάδα Μελέτης για Νέους στην Πίστη Χριστιανούς*, μαθήματα φτιαγμένα να χρησιμοποιηθούν σε εκκλησίες, σχολεία, Διακονίες φυλακής, Προγράμματα διακονίας Πρόκληση στα Νιάτα, καθώς και σε παρόμοιες διακονίες για καινούργιους πιστούς. Σ' αυτή τη σειρά Μελέτης είναι διαθέσιμα: Εγχειρίδιο Δασκάλου, Εγχειρίδιο Μαθητών, Οδηγός Μελέτης, Διαγώνισμα Αξιολόγησης, και Βεβαίωση ολοκλήρωσης των μαθημάτων. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με αυτές τις σειρές μαθημάτων, επικοινωνήστε με:

Global Teen Challenge
PO Box 511
Columbus, GA, 31902 USA
Email: gtc@globaltc.org
Web: www.globaltc.org
www.iTeenChallenge.org



Όνομα _____ Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα
Μάθημα _____ Εργασία 1
Ημερομηνία Παράδοσης _____

Προσδιορίζοντας τον θυμό μου

Μέρος 1

Ο σκοπός αυτής της εργασίας είναι να σε κάνει να δεις τι συμβαίνει όταν θυμώνεις. Αυτή η εργασία θα σε βοηθήσει να προετοιμαστείς για τις συζητήσεις που θα γίνονται μέσα στην τάξη από την επόμενη φορά. Σκέψου πίσω στις προηγούμενες μέρες και θυμήσου τις 2 τελευταίες φορές που θύμωσες, (εκνευρίστηκες, τσιτώθηκες). Παρακαλούμε απάντησε τις ακόλουθες ερωτήσεις για κάθε παράδειγμα:

Παράδειγμα 1

1. Ημερομηνία _____ Ώρα _____ Τόπος _____
2. Άτομο(α) που εμπλέκεται(ονται) _____
3. Τι έκανε αυτός(ή) που σ' έκανε να θυμώσεις;

4. Πώς εξέφρασες (έδειξες) τον θυμό σου; Τι λέξεις και πράξεις χρησιμοποίησες;

5. Γιατί σε έκανε αυτό να θυμώσεις;

Παράδειγμα 2

1. Ημερομηνία _____ Ώρα _____ Τόπος _____
2. Άτομο(α) που εμπλέκεται(ονται) _____
3. Τι έκανε αυτός(ή) που σ' έκανε να θυμώσεις;

4. Πώς εξέφρασες (έδειξες) τον θυμό σου; Τι λέξεις και πράξεις χρησιμοποίησες;

Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα

Εργασία 1, σελίδα 2

5. Γιατί σε έκανε αυτό να θυμώσεις;

Μέρος 2

Κάποιοι άνθρωποι δείχνουν τον θυμό τους με διάφορους τρόπους. Το κάθε άτομο μπορεί να εκφράσει τον θυμό του με διάφορους τρόπους. Παρακαλούμε κοίτα την ακόλουθη λίστα και βαθμολόγησε τον εαυτό σου στο πόσο συχνά χρησιμοποιείς αυτόν τον τρόπο για να δείξεις τον θυμό σου. Σε κλίμακα από το “0” μέχρι το “10” όπου το “0” σημαίνει ότι ποτέ σου δεν χρησιμοποιείς αυτή την μέθοδο και το “10” σημαίνει ότι συχνά χρησιμοποιείς αυτή την μέθοδο. Μπορείς να έχεις πάνω από μία μέθοδο με την ίδια βαθμολογία.

Αν υπάρχουν και άλλοι τρόποι με τους οποίους δείχνεις τον θυμό σου, πρόσθεσέ τους στις κενές γραμμές και δώσε τον βαθμό σου.

1. Λόγια θυμού.....0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
2. Θυμωμένο βλέμμα0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
3. Ας τσακωθούμε.....0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
4. Κραυγή.....0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
5. Εκδίκηση.....0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
6. Σιωπή0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
7. Κράτα το μέσα σου0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
8. Στρέφοντας τον θυμό προς τον εαυτό σου.....0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
9. Χιούμορ- σαρκασμός.....0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
10. _____.....0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
11. _____.....0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
12. _____.....0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Όνομα _____ Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα
Μάθημα _____ Εργασία 2
Ημερομηνία Παράδοσης _____

Τα Προσωπικά μου Δικαιώματα

1. Διάβασε αυτό το εδάφιο και κράτα σημειώσεις Ιάκωβος 1:19-21.
Πόσο διαφορετική είναι αυτή η συμβουλή που δίνει αυτό το εδάφιο από το πώς έχεις χρησιμοποιήσει εσύ τον θυμό σου στο παρελθόν; Ποιο είναι το πιο δύσκολο μέρος αυτού του εδαφίου να το εφαρμόσεις στη ζωή σου;

2. Κάνε μια λίστα με όλα τα προσωπικά δικαιώματα που μπορείς να σκεφτείς. Εδώ σας δίνουμε μερικούς γενικούς τομείς της ζωής σου όπου εμπλέκονται τα προσωπικά δικαιώματα. Κοίτα τις σελίδες 15-19 στο Εγχειρίδιο Μαθητή για περισσότερες πληροφορίες πάνω σ' αυτό καθώς επίσης και τα παραδείγματα

- | | | |
|-----------------------|---------------------|---------------------|
| 1. ο εαυτός μου | 5. τα υπάρχοντα μου | 9. η υγεία |
| 2. να βγαίνω ραντεβού | 6. οι φίλοι | 10. η υπόληψη μου |
| 3. τα ρούχα μου | 7. η μουσική | 11. ατζέντα, χρόνος |
| 4. τα χρήματα | 8. το μέλλον | |

Ένας άλλος τρόπος για να αναγνωρίσεις τα προσωπικά δικαιώματα στη ζωή σου είναι να κοιτάξεις τα πράγματα που σου προκαλούν θυμό. Συνήθως εμπλέκεται ένα προσωπικό δικαίωμα.

Επέλεξε τουλάχιστον 5 ομάδες.

Γράψε 3 προσωπικά δικαιώματα για την κάθε ομάδα
(συνέχισε την εργασία σου στη σελίδα 2)

Όνομα _____ Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα
Μάθημα _____ Εργασία 3
Ημερομηνία Παράδοσης _____

Η Δέσμευση μου ως προς τα Προσωπικά μου Δικαιώματα

Αυτό μπορεί να χρησιμοποιηθεί σαν προσωπική υπόσχεση στον Θεό, δίνοντάς Του τα προσωπικά σου δικαιώματα. Αυτή είναι δική σου επιλογή. Ο δάσκαλος/α δεν θα σου ζητήσει να το κάνεις αυτό. Εξαρτάται εξ' ολοκλήρου από σένα και τον Θεό.

1. Εγώ _____ δίνω τα προσωπικά μου δικαιώματα στον Θεό σήμερα.
2. Επιλέγω να το κάνω αυτό σαν μια έκφραση της αγάπης μου στον Θεό και την επιθυμία μου να Του δώσω την πλήρη αρχηγία του κάθε τομέα της ζωής μου.
3. Επιλέγω να εμπιστευθώ τον Θεό, ότι Αυτός θα μου διδάξει νέους τρόπους για την αντιμετώπιση των προκλήσεων που αντιμετωπίζω κάθε μέρα.
4. Στο μέλλον θα χρησιμοποιήσω τον θυμό μου σαν «ξυπνητήρι», για να λαμβάνω ειδοποιήσεις για άλλα προσωπικά δικαιώματα που χρειάζεται να δώσω στον Θεό.
5. Θα προσπαθήσω να χειρίζομαι τον θυμό μου με τρόπους που να ευχαριστεί τον Θεό.

Υπογραφή

Ημερομηνία

Στο πίσω μέρος αυτής της εργασίας γράψε μια προσευχή στον Θεό για την απόφασή σου να Του δώσεις τα προσωπικά σου δικαιώματα. Μίλα για το φόβο και τις προκλήσεις που αντιμετωπίζεις μ' αυτή σου την απόφαση. Πες Του για τις αλλαγές που περιμένεις να δεις στη ζωή σου.

Όνομα _____ Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα
Μάθημα _____ Εργασία 4
Ημερομηνία Παράδοσης _____

Η πρώτη μου δοκιμασία χωρίς τα προσωπικά μου δικαιώματα

A. Διάβασε αυτά τα εδάφια και κράτα σημειώσεις 1 Κορινθίους 13:4-8, Ψαλμός 37:7-9

B. Όταν κάποιος δίνει τα προσωπικά του δικαιώματα στον Θεό, μπορεί να είναι σίγουρος ότι ο Θεός θα τον δοκιμάσει να δει (1ο) αν είναι ειλικρινής και (2ο) αν έχει δώσει όλα τα προσωπικά του δικαιώματα στον Θεό. Ο διάβολος επίσης θα έρθει να σε πειράξει ν' αμαρτήσεις και να θυμώσεις με τους άλλους. Θα προσπαθήσει να σε πείσει ότι δεν μπορείς να ζήσεις χωρίς τα προσωπικά σου δικαιώματα.

Σκέψου τι σου έχει συμβεί από τότε που έδωσες τα προσωπικά σου δικαιώματα στον Θεό. Γράψε ένα παράδειγμα όπου κάποιος παραβίασε ένα από τα προηγούμενα προσωπικά σου δικαιώματα.

1. Ποιο προσωπικό δικαίωμα εμπλεκόταν;

2. Πώς αντέδρασες; Αισθάνθηκες να θυμώνεις; Επέτρεψες στον εαυτό σου να θυμώσει;

Όνομα _____ Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα
Μάθημα _____ Εργασία 5
Ημερομηνία Παράδοσης _____

Ο θυμός μέσα στη Βίβλο

Ο σκοπός αυτής της εργασίας είναι να δούμε τι λέει ο Θεός για τον θυμό. Διάβασε όλες τις ερωτήσεις, κοίτα και διάβασε κάθε εδάφιο που δίνεται, και μετά γράψε την δική σου απάντηση. Μην αντιγράψεις τα εδάφια, δώσε τις απαντήσεις με δικά σου λόγια.

1. Όταν ένα άτομο θυμώνει τι είναι πολύ εύκολο να κάνει; Διάβασε Εφεσίους 4:26-27.

2. Διάβασε Ιάκωβος 1:20. Κατά τη γνώμη σου, γιατί ο θυμός κάποιου τον κρατάει από το να είναι εντάξει με τον Θεό;

3. Τι μας λέει ο Θεός να κάνουμε με τον θυμό μας στο Εφεσίους 4:31 και Κολοσσαείς 3:8;

4. Ποιες αμαρτίες είναι στη λίστα με τον θυμό; Εφεσίους 4:31 και Κολοσσαείς 3:8-9;

1. _____	5. _____
2. _____	6. _____
3. _____	7. _____
4. _____	

Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα

Εργασία 5, σελίδα 2

5. Στις Παροιμίες 12:16 πώς περιγράφεται ο ευέξαπτος άνθρωπος;

6. Πώς ένα άτομο επηρεάζεται απ' τον θυμό; Διάβασε Παροιμίες 14:29.

7. Πώς μπορεί κάποιος να βοηθήσει ένα άτομο να κατευνάσει τον θυμό του; Παροιμίες 15:1

8. Τι προειδοποίηση μας δίνεται για τους θυμωμένους ανθρώπους στις Παροιμίες 19:19;

9. Πώς μπορώ να κάνω ένα θυμωμένο άτομο να ησυχάσει; Διάβασε Παροιμίες 21:14.

Όνομα _____ Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα
Μάθημα _____ Εργασία 6
Ημερομηνία Παράδοσης _____

Ο Ιησούς και ο θυμός Του

Στο Εγχειρίδιο Μαθητή στο κεφάλαιο 3 περιγράφει πως ο Ιησούς εξέφρασε τον θυμό Του. Διάλεξε 2 από τα παρακάτω εδάφια και εξέτασε πως ο Ιησούς χρησιμοποίησε τον θυμό Του. Πριν αρχίσεις να κάνεις αυτή την εργασία, ρώτησε μήπως ο/η δάσκαλός/α σου θέλει να προσδιορίσει ποιες ιστορίες θέλει να χρησιμοποιηθούν σ' αυτή την εργασία.

1. Μάρκος 3:1-6 (ο Ιησούς θεραπεύει τον άνθρωπο με το παράλυτο χέρι)
2. Μάρκος 10:10-16 (ο Ιησούς ευλογεί τα μικρά παιδιά – θύμωσε γιατί προσπαθούσαν να κρατήσουν τα παιδιά μακριά Του)
3. Ιωάννης 11 (ολόκληρο το κεφάλαιο, αλλά κοίτα ιδιαίτερα τα εδάφια 33 και 38) (Ο Ιησούς θύμωσε με τον θάνατο του Λαζάρου)
4. Ματθαίος 21:12-17 ή Ιωάννης 2:12-22 (ο Ιησούς καθαρίζει το ναό)

Παράδειγμα 1: Εδάφιο που χρησιμοποιήθηκε _____

1. Τι έκανε τον Ιησού να θυμώσει σ' αυτήν την κατάσταση;

2. Πώς έδειξε τον θυμό Του ο Ιησούς;

3. Τι έκανε ο Ιησούς με τον θυμό Του;

4. Πώς αντέδρασαν οι άνθρωποι στον θυμό Του; (Αυτό δεν είναι ξεκάθαρο σε κάποιες Βιβλικές ιστορίες)

Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα

Εργασία 6, σελίδα 2

5. Τι μαθήματα μπορείς να μάθεις από τον Ιησού ως προς το πώς να χειρίζεσαι τον θυμό σου στη δική σου ζωή;

Παράδειγμα 2: Εδάφιο που χρησιμοποιήθηκε

1. Τι έκανε τον Ιησού να θυμώσει σ' αυτήν την κατάσταση;

2. Πώς έδειξε τον θυμό Του ο Ιησούς;

3. Τι έκανε ο Ιησούς με τον θυμό Του;

4. Πώς αντέδρασαν οι άνθρωποι στον θυμό Του; (Αυτό δεν είναι ξεκάθαρο σε κάποιες Βιβλικές ιστορίες)

5. Τι μαθήματα μπορείς να μάθεις από τον Ιησού ως προς το πώς να χειρίζεσαι τον θυμό σου στη δική σου ζωή;

Όνομα _____ Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα
Μάθημα _____ Εργασία 7
Ημερομηνία Παράδοσης _____

Θυμωμένοι άνθρωποι στη Βίβλο

Οδηγίες:

Στο κεφάλαιο 3, στο Εγχειρίδιο Μαθητή αναφέρει πως διάφοροι άνθρωποι στη Βίβλο εξέφρασαν τον θυμό τους. Διάλεξε μια από τις παρακάτω ερωτήσεις και εξέτασε το πως αυτό το άτομο χειρίστηκε τον θυμό του. Πριν αρχίσεις να κάνεις αυτή την εργασία, ρώτησε μήπως ο/η δάσκαλος/α σου θέλει να προσδιορίσει ποιες ιστορίες θέλει να χρησιμοποιηθούν σ' αυτή την εργασία.

1. Ο Κάιν: Γένεσις 4:3-15
2. Ο Ιωσήφ: Γένεσις 37:12-36 και Γένεσις 50:15-21. (Σ' αυτήν την ιστορία δεν μας λέει ότι ο Ιωσήφ θύμωσε με τα αδέλφια του. Πώς ανταποκρίθηκε αντί να θυμώσει;)
3. Ο Μουσής: Αριθμοί 20:1-13
4. Ο Δαβίδ: 1 Σαμουήλ 25
5. Ο Ιωνάς: Ιωνάς κεφάλαια 3 & 4.

Όλες αυτές οι ιστορίες δεν θα έχουν την συγκεκριμένη απάντηση για όλες τις ερωτήσεις μέσα στα εδάφια της Βίβλου.

Πρόσωπο και εδάφιο που χρησιμοποιήθηκε _____

1. Ποια ήταν η αιτία για την οποία θύμωσε το άτομο σ' αυτήν την περίπτωση; (Με τον Ιωσήφ, τι ήταν αυτό που προκάλεσε τον θυμό του;)

2. Ποιο προσωπικό δικαίωμα παραβιάστηκε; Από ποιον; (Με τον Ιωσήφ ποιο προσωπικό δικαίωμα μπορεί να χρησιμοποιήθηκε για να πυροδοτήσει τον θυμό του;) (Σαν απάντηση, δώσε τη δική σου γνώμη.)

Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα

Εργασία 7, σελίδα 2

3. Τι έκανε αυτό το άτομο με τον θυμό του;
(Ο Ιωσήφ, αντί να θυμώσει πώς ανταποκρίθηκε;)

4. Πώς αντιδράσανε οι άλλοι στον θυμό του;
Πώς αντέδρασε ο Θεός στον θυμό του;
(Με τον Ιωσήφ, πώς αντέδρασαν τα αδέλφια του απέναντι του;)
(Αυτά δεν δηλώνονται ξεκάθαρα σε κάποιες από τις ιστορίες της Βίβλου)

5. Τι μαθήματα μπορείς να μάθεις απ' αυτήν την ιστορία ως προς το πώς να χειρίζεσαι τον θυμό στη ζωή σου;

Όνομα _____ Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα
Μάθημα _____ Εργασία 8
Ημερομηνία Παράδοσης _____

Αναπτύσσοντας νέους τρόπους αντίδρασης

Στο κεφάλαιο 4 στο Εγχειρίδιο Μαθητή, Σημείο 5, (σελίδες 47-48) αναφέραμε τη σπουδαιότητα της ανάπτυξης καινούριων τρόπων αντιμετώπισης, εκεί όπου χρησιμοποιούσαμε τον θυμό στο παρελθόν. Μια προσέγγιση που μπορείς να χρησιμοποιήσεις είναι να κάνεις μια λίστα των προσωπικών δικαιωμάτων που είναι πολύ σημαντικά για σένα και μετέπειτα βάλε στόχους στο πώς θα ανταποκριθείς την επόμενη φορά που κάποιος παραβιάσει το δικό σου παλιό κανονισμό. Μπορεί να θέλεις να αναφέρεις τη λίστα των προσωπικών δικαιωμάτων από την Εργασία 2.

Επέλεξε 4 προσωπικά δικαιώματα και γράψε τουλάχιστον έναν στόχο για το κάθε ένα, στο πώς να ανταποκριθείς με ένα νέο τρόπο εκεί που στο παρελθόν θα χρησιμοποιούσες τον θυμό σου.

1. Το παλιό μου προσωπικό δικαίωμα.

Ο στόχος μου να ανταποκριθώ μ' ένα νέο τρόπο.

2. Το παλιό μου προσωπικό δικαίωμα.

Ο στόχος μου να ανταποκριθώ μ' ένα νέο τρόπο.

Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα

Εργασία 8, σελίδα 2

3. Το παλιό μου προσωπικό δικαίωμα.

Ο στόχος μου να ανταποκριθώ μ' ένα νέο τρόπο.

4. Το παλιό μου προσωπικό δικαίωμα.

Ο στόχος μου να ανταποκριθώ μ' ένα νέο τρόπο.

Όνομα _____ Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα
Μάθημα _____ Εργασία 9
Ημερομηνία Παράδοσης _____

Αναπτύσσοντας θετικές εσωτερικές ιδιότητες

1. Σκέψου ένα προσωπικό σου δικαίωμα που κάποιος παραβίασε σήμερα ή τις τελευταίες μέρες. Στη συνέχεια απάντησε αυτές τις τρεις ερωτήσεις.

A. Τι σου έκανε αυτός/ή;

B. Ποιο προσωπικό σου δικαίωμα παραβίασε αυτός/ή;

Γ. Πώς ανταποκρίθηκες;

2. Κοίτα τη λίστα με τις θετικές εσωτερικές ιδιότητες στο Κολοσσαείς 3:12-15. Γράψε μια θετική εσωτερική ιδιότητα την οποία θα μπορούσες να χρησιμοποιήσεις για να ανταποκριθείς όταν παραβιάστηκε το προσωπικό σου δικαίωμα. Διάλεξε αυτό που θα ήταν το πιο βοηθητικό.

Μπορείς επίσης να επιλέξεις μια από τις ιδιότητες του χαρακτήρα από τη λίστα του εγχειριδίου *Μάθημα Αρετών του Χαρακτήρα* από τις *Προσωπικές Μελέτες για Νέους στην Πίστη Χριστιανούς*.

Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα

Εργασία 9, σελίδα 2

3. Εξήγησε πώς θα μπορούσες να είχες δείξει (να εκφραστείς, να χρησιμοποιήσεις) αυτή τη θετική εσωτερική ιδιότητα για να ανταποκριθείς σ' αυτόν/ήν. Να είσαι συγκεκριμένος.

4. Ανάφερε τρία πράγματα που μπορείς να κάνεις για να αναπτύξεις αυτή τη θετική εσωτερική ιδιότητα στη ζωή σου. Να είσαι συγκεκριμένος.

1.

2.

3.

Όνομα _____ Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα
Μάθημα _____ Εργασία 10
Ημερομηνία Παράδοσης _____

Οι προσωπικές μου ευθύνες

1. Διάβασε αυτά τα εδάφια και κράτα σημειώσεις. Εφεσίους 4:26-32

2. Κάνε μια λίστα με τις ευθύνες σου. Μην το συγχέεις με τα προσωπικά σου δικαιώματα. Πιθανόν θα ήθελες να καταγράψεις τις ευθύνες σου σε διαφορετικές ομάδες. Σου δίνουμε μερικές ομάδες που μπορείς να χωρίσεις τις προσωπικές σου ευθύνες.

Διάλεξε τουλάχιστον 4 ομάδες και γράψε το λιγότερο 2 ευθύνες στην κάθε ομάδα. Κοίτα τις Σελίδες 51-52 στο Εγχειρίδιο Μαθητή για περισσότερες πληροφορίες.

Οι ευθύνες μου προς:

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| 1. Τον Θεό | 4. Τους φίλους μου |
| 2. Την οικογένεια μου | 5. Τη δουλειά μου |
| 3. Τους ηγέτες μου | 6. Τη χώρα μου |

Συνέχισε τη λίστα σου στη σελίδα 2.

Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα

Εργασία 10, σελίδα 2

2. *Συνεχίζεται*

3. Επιλέξτε τουλάχιστον τρεις υπευθυνότητες και γράψτε ένα στόχο για την κάθε μια για το πώς μπορείτε να τεκμηριώσετε ότι θέτετε αυτή την υπευθυνότητα σε δράση στη ζωή σας.

1. Η ευθύνη μου: _____

Οστόχος μου _____

2. Η ευθύνη μου: _____

Οστόχος μου _____

3. Η ευθύνη μου: _____

Οστόχος μου _____

Λίστα Εργασιών Τάξης

Τίτλος Μαθήματος Θυμός και Προσωπικά Δικαιώματα

Μικρά Τεστ	Εδάφια για Απομνημόνευση	Ημερομηνία
1	_____	_____
2	_____	_____
3	_____	_____

Εργασίες	Ημερομηνία Παράδοσης
1	_____
2	_____
3	_____
4	_____
5	_____
6	_____
7	_____
8	_____
9	_____
10	_____

Διαγώνισμα Ημερομηνία _____