

Vodič za proučavanje

10

Gnev i lična prava

Obuzdavanje gneva kroz podčinjavanje i
prepuštanje naših očekivanja Bogu




GLNH
Grupne Lekcije
za Nove Hrišćane

Gnev i lična prava

**Obuzdavanje gneva kroz podčinjavanje i prepuštanje
naših očekivanja Bogu**

Devid Beti

Vodič za proučavanje

5. Izdanje



Gnev i lična prava

Obuzdavanje gneva kroz podčinjavanje i prepuštanje naših očekivanja Bogu

Vodič za proučavanje

5. Izdanje

Devid Beti

U ovom priručniku su korišteni Biblijski stihovi iz navedenih prevod Biblije:

Stihovi označeni sa NLT su iz Holy Bible, New Living Translation, copyright 1996, 2004. Korišteni su uz dozvolu of Tyndale House Publishers, Inc., Wheaton, Illinois 60189. Sva prava su zadržana.

Copyright © 2022, Teen Challenge USA.

Ovaj priručnik je izdat na engleskom jeziku i izvorno nazvan, *Anger & Personal Rights, 5th edition.*

Ovi materijali mogu biti umnoženi i distribuirani za upotrebu u Tin Čelindžu, sličnim programima, lokalnim crkvama, školama i drugim edukacionim ustanovama. Ovi materijali mogu biti preuzeti sa interneta na web sajtu: www.iTeenChallenge.org Institucije i pojedinci koji žele da koriste ove materijale, trebaju imati dozvolu od Global Tin Čelindž - a.

Ovaj priručnik je deo materijala za kurs *Grupne Lekcije za Nove Hrišćane* osmišljenih i kreiranih za crkve, škole, zatvorske službe, Tin Čelindž programe, i slične službe koje edukuju nove hrišćane. Priručnik za učitelje, Priručnik za studente, Vodič za proučavanje, Ispitni test, i Sertifikat o završenom kursu su dostupni u ovom materijalu. Za više onformacija o ovim lekcijama kontaktirajte:

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

Izazov Mladima Srbija/Teen Challenge Serbia
Bulevar Evrope 30
21000, Novi Sad
Republika Srbija
Email: teen.challenge.serbia@gmail.com



Datum poslednje revizije: 08-2022

Ime _____

Gnev i lična prava

Čas _____

Projekat 1

Datum _____

Identifikovanje mog gneva

Deo 1

Svrha ovog projekta je da vas navede da pogledate šta se dešava kada se naljutite. Ovaj projekat će vam pomoći da se pripremite za našu diskusiju na našem sledećem času. Razmislite o proteklih nekoliko dana i razmislite o poslednja 2 puta kada ste se naljutili (osećali uznemireni, iritirani, napeto). Odgovorite na sledeća pitanja za svaki primer.

Primer 1

1. Datum _____ Vreme _____ Mesto _____

2. Osoba (e) uključene u događaj _____

3. Šta su on ili ona učinili da te razgneve?

4. Kako si izrazio/la (pokazao/la) svoj gnev? (Koje reči i dela si manifestovao/la?)

5. Šta te je tu učinilo gnevnim?

Primer 2

1. Datum _____ Vreme _____ Mesto _____

2. Osoba(e) uključene u događaj _____

3. Šta su on ili ona učinili da te razgneve?

4. Kako si izrazio/la (pokazao/la) svoj gnev? (Koje reči i dela si manifestovao/la?)

Gnev i lična prava Projekat 1, stranica 2

5. Šta te je tu učinilo gnevnim?

Deo 2

Različiti ljudi pokazuju svoj bes na različite načine. I svaki pojedinac može izraziti svoj bes na različite načine. Pogledajte sledeću listu i ocenite koliko često koristite ovaj način ispoljavanja besa. Na skali od „0” do „10” gde „0” znači da nikada ne koristite tu metodu do „10” što znači da često koristite tu metodu. Možete imati više od jedne metode sa istim rezultatom.

Ako postoje drugi načini da pokažete svoj bes, dodajte ih u prazne redove na dnu i dajte im ocenu.

1. Gnevne reči0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
2. Gnevan pogled0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
3. Hajde da se bijemo!0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
4. Vrisak0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
5. Osveta0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
6. Ćutanje0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
7. Zadržavanje u sebi0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
8. Okretanje besa ka sebi0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
9. Humor—sarkazam0 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

Ime _____

Čas _____

Datum _____

Gnev i lična prava

Projekat 2

Moja lična prava

1. Pročitajte ovaj stih i vodite beleške o njemu. Jakovljeva 1:19-21.
Koliko se savet ovog stiha razlikuje od toga kako ste koristili svoj gnev u prošlosti?
Koji deo ovog stiha bi bilo najteže sprovesti u delo u svom životu?

2. Napravite listu ličnih prava kojih se možete setiti. Ovde su neke od opštih oblasti u vezi ličnih prava . (Pogledajte stranice 15-18 u Priručniku za studente za opšte informacije i primere.)

- | | | |
|---------------------|----------------|---------------------|
| 1. ja, moja ličnost | 5. posedovanje | 9. zdravlje |
| 2. zabavljanje | 6. prijatelji | 10. reputacija |
| 3. oblačenje | 7. muzika | 11. raspored, vreme |
| 4. novac | 8. budućnost | |

Sledeći način da utvrdiš svoja lična prava je da pogledaš oblasti gde osećaš gnev.
Obično su povezane sa ličnim pravima.

Izaberi najmanje 5 grupa.

Napiši po 3 lična prava za svaku grupu. (nastavi rad na stranici 2)

Ime _____

Čas _____

Datum _____

Gnev i lična prava

Projekat 3

Moja lična obaveza u vezi sa pravima

Ovo se može koristiti kao vaša lična posvećenost Bogu, dajući Mu svoja lična prava. Ovo je tvoj izbor. Vaš učitelj neće zahtevati da to uradite. To je u potpunosti na vama i Bogu.

1. Ja _____ predajem svoja lična prava Bogu.
2. Izabirem da to učinim kao izraz ljubavi prema Bogu i čežnje da mu predam na upravljanje svaku oblast svog života.
3. Odlučujem da u potpunosti verujem Isusu, verujući da će me On poučiti kako da odgovorim na svakodnevne životne izazove.
4. U budućnosti, koristiću svoj “alarm prava” da me podseti da svoja preostala prava predam Bogu.
5. U buduće ću koristiti svoj gnev na Bogougodan način.

Potpis

Datum

Na poledini ovog projekta napišite molitvu Bogu o svojoj odluci da mu date svoja lična prava. Razgovarajte o strahovima ili izazovima sa kojima se suočavate u ovoj odluci. Recite Mu o promenama za koje se nadate da ćete videti u svom životu.

Ime _____

Gnev i lična prava

Čas _____

Projekat 4

Datum _____

Moje prvo iskušenje (test) nakon predaje prava Bogu

A. Pročitaj ove stihove i napravi zabeleške. 1 Korinćanima 13:4-8, Psalmi 37:7-9

B. Kada osoba preda svoja lična prava Bogu, može biti sigurna da će je Bog testirati (1) da li je iskrena i, (2) da li je predala sva prava Bogu. Satana isto može da ti pristupi i da te kuša da budeš gnevan/na prema drugima. On će pokušati da dokaže da ne možeš živeti tako da predaš svoja prava Bogu.

Razmisli o tome šta se dogodilo od trenutka kada si predao/la lična prava Bogu.
Napiši ptimer kada je neko ugorzio tvoj bivše lično pravo.

1. Koje je to bilo lično pravo?

2. Kakva je bila tvoja reakcija? Da li se javio osećaj gneva?
Da li si dopustio/la sebi gnevnu reakciju ?

Ime _____

Čas _____

Datum _____

Gnev i lična prava

Projekat 5

Gnev u Bibliji

Svrha ovog projekta je da vidimo šta Bog kaže o gnevu. Pročitajte svako pitanje, potražite i pročitajte svaki navedeni stih, a zatim zapišite svoj odgovor. Ne kopiraj stihove; stavite svoje odgovore svojim rečima.

1. Kada je osoba gnevna, šta može da se lako dogodi? Pročitaj Efescima 4:26-27.

2. Pročitaj Jakov 1:20. Po tvom mišljenju, zašto gnev ne čini pravednost pred Bogom?

3. Šta nam Bog kaže da učinimo sa gnevom u Efescima 4:31 I Kološanima 3:8?

4. Koji gresi su navedeni uz gnev u Efescima 4:31 I Kološanima 3:8-9?

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

Gnev i lična prava
Projekat 5, stranica 2

5. Kako Poslovice 12:16 opisuju osobu sa naglim temperamentom?

6. Kako gnev može uticati na osobu? Pročitaj Poslovice 14:29.

7. Kako se može pomoći osobi da stiša svoj gnev? Pročitaj Poslovice 15:1.

8. Šta upozoravaju Poslovice 19:19 u vezi gnevni osoba?

9. Kako mogu “stišati” gnevnu osobu? Pročitaj Poslovice 21:14.

Ime _____

Čas _____

Datum _____

Gnev i lična prava

Projekat 6

Isus i Njegov gnev

U trećem poglavlju Priručnika za studente govori se o tome kako je Isus izrazio svoj gnev. Odaberite dva od spisa u nastavku i istražite kako je Isus upotrebio svoj gnev. Pre nego što počnete da radite na ovom projektu, pogledajte da li vaš nastavnik želi da dodeli koje će priče koristiti za ovaj projekat.

1. Marko 3:1-6 (Isus isceljuje čoveka osušene ruke)
2. Marko 10:10-16 (Isus blagosilja malu decu—bio je gnevan na učenike koji su sprečavali decu da dođu Njemu.)
3. Jovan 11 (celo poglavlje, ali posebno st. 33 and 38) (Isus je bio gnevan zbog Lazarove smrti)
4. Matej 21:12-17 ili Jovan 2:12-22 (Isus “čisti” Hram)

Primer 1: Korišteni stih _____

1. Šta je Isusa razgnevalo u datoj situaciji?

2. Kako je Isus iskazao gnev?

3. Šta je Isus učinio sa gnevom?

4. Kako su drugi reagovali na Isusov gnev?
(Ovo ponekad nije jano izloženo u odeljku Biblije.)

Gnev i lična prava Projekat 6, stranica 2

5. Koje lekcije iz Isusovog života pomežeš primeniti kada si gnevan/na?

Primer 2: Korišteni stih _____

1. Šta je isusa razgnevalo u datoj situaciji?

2. Kako je Isus iskazao gnev?

3. Šta je Isus učinio sa gnevom?

4. Kako su drugi reagovali na Isusov gnev?
(Ovo ponekad nije jano izloženo u odeljku Biblije.)

5. Koje lekcije iz Isusovog života pomežeš primeniti kada si gnevan/na?

Ime _____

Gnev i lična prava

Čas _____

Projekat 7

Datum _____

Gnevne osobe iz Biblije

Instrukcije:

U trećem poglavlju Priručnika za učenike govori se o tome kako su različiti ljudi u Bibliji izražavali svoj gnev. Izaberite jednu priču u nastavku i istražite kako je ova osoba iskoristila svoj bes. Pre nego što počnete da radite na ovom projektu, pogledajte da li vaš nastavnik želi da dodeli koje će priče koristiti za ovaj projekat.

1. Kain: 1. Mojsijeva 4:3-15
2. Josif: 1. Mojsijeva 37:12-36 i 1. Mojsijeva 50:15-21
(U ovoj priči ne vidimo da je Josif bio gnevan na braću.
Kako je on reagovao umesto gneva?)
3. Mojsije: 4. Mojsijeva 20:1-13
4. David: 1. Samuilova 25
5. Jona: Jona poglavlje 3 & 4

Neće sve ove priče imati konkretan odgovor na sva pitanja u biblijskim stihovima.

Osoba i korišteni stihovi _____

1. Šta je izazvalo osobu da bude gnevna u datoj situaciji?
[Po pitanju Josifa šta bi moglo da ga učini gnevnim?]

2. Koje lično pravo je bilo ugroženo? Od strane koga?
[Po pitanju Josifa koje lično pravo bi bilo ugroženo i izazvalo gnev?]
(Možeš da upotrebiš svoje lično mišljenje.)

Gnev i lična prava

Projekat 7, stranica 2

3. Šta je ta osoba učinila sa svojim gnevom?
[Ako gledamo Josifov primer, kako je on reagovao umesto gneva?]

4. Kako druge osobe reaguju na gnev?
Kako Bog reaguje na svoj gnev?
[Gledajući Josifov primer kako su braća reagovala?]
(U nekim Biblijskim primerima to nije najasnije pokazano.)

5. Koju lekciju možeš naučiti o tome kako da upravljaš gnevom u svom životu?

Ime _____

Čas _____

Datum _____

Gnev i lična prava

Projekat 8

Razvijanje novih obrazaca reakcija na gnev

U poglavlju 4 vašeg Priručnika za studente, tačka 5, (stranice 43-46) raspravljali smo o važnosti razvoja novih obrazaca reagovanja tamo gde smo u prošlosti koristili gnev. Jedan pristup koji možete koristiti je da napravite listu ličnih prava koja su vam bila najvažnija, a zatim postavite ciljeve kako ćete reagovati sledeći put kada neko prekrši to vaše staro pravilo. Možda ćete želeći da pogledate listu ličnih prava na Projektu 2.

Izaberite 4 lična prava i napišite najmanje jedan cilj za svako o tome kako možete da odgovorite na nov način tamo gde biste u prošlosti koristili svoj gnev.

1. Moje staro lično pravo.

Moj cilj u vezi nove reakcije na gnev

2. Moje staro lično pravo.

Moj cilj u vezi nove reakcije na gnev

Gnev i lična prava
Projekat 8, stranica 2

3. Moje staro lično pravo.

Moje cilje u vezi nove reakcije na gnev

4. Moje staro lično pravo.

Moje cilje u vezi nove reakcije na gnev

Ime _____

Čas _____

Datum _____

Gnev i lična prava

Projekat 9

Razvijanje pozitivnih unutrašnjih kvaliteta

1. Razmisli o nekom ličnom pravu koje je neko ugrozio u poslednje vreme.

A. Šta su ti on/ona uradili?

B. Koje su lično pravo on/ona ugrozili?

C. Kakva je bila tvoja reakcija?

2. Pogledaj na listu pozitivnih unutrašnjih kvaliteta u Kološanima 3:12-15.
Navedi makar jedan pozitivan unutrašnji kvalitet kada je ovo tvoje pravo ugorženo.
Izaberi onaj za koji smatraš da je najkorisniji.

Isto možeš izabrati i sa spiska **Karakternih osobina** iz priručnika za *Lične Lekcije za Nove Hrišćane*.

Gnev i lična prava
Projekat 9, stranica 2

3. Objasni kako možeš pokazati (izraziti, koristiti) tu pozitivnu unutrašnju karakternu osobinu kao odgovor njemu ili njoj. Budi specifičan/na!

4. Navedi tri stvari koje ti mogu pomoći da još više razviješ tu pozitivnu unutrašnju karakternu osobinu. Budi specifičan/na!

1. _____

2. _____

3. _____

Ime _____

Čas _____

Datum _____

Gnev i Lična prava

Projekat 10

Moje lične odgovornosti

1. Pročitaj stih i unesi svoje zabeleške. Efežanima 4:26-32

2. Napravi listu svojih odgovornosti. Ne brkaj ovo sa ličnim pravima. Možda ćeš želeti da napraviš posebnu listu sa svojim odgovornostima. Evo nekih oblasti iz života koje možeš koristiti.

Izaberi najmanje 4 grupe i izdvoj 2 odgovornosti za svaku. Pogledaj stranice 47-48 u Priručniku za studente za više informacija.

Moje odgovornosti prema:

- | | |
|-------------------|-----------------------|
| 1. Bogu | 4. Mojim prijateljima |
| 2. mojoj porodici | 5. Mom poslu |
| 3. mojim liderima | 6. Mojoj državi |

Nastavi listu na stranici 2.

Gnev i lična prava
Projekat 10, stranica 2

2. *Nastavak*

3. Izaberi najmanje 3 odgovornosti i napiši kako možeš da postaviš cilj tako da je demonstriraš I ispoljavaš u svom životu

1. Moja odgovornost: _____

Moj cilj _____

2. Moja odgovornost: _____

Moj cilj _____

3. Moja odgovornost: _____

Moj cilj _____

Spisak zadataka

Naziv kursa _____ Gnev i lična prava _____

Kvizovi	Stihovi za pamćenje	Datum
1	_____	_____
2	_____	_____
3	_____	_____

Projekti	Urađen do datuma
1	_____
2	_____
3	_____
4	_____
5	_____
6	_____
7	_____
8	_____
9	_____
10	_____

Test Datum _____

