

# Ուսուցչի ձեռնարկ

10

## Բարկություն և անձնական իրավունքներ Չսպել բարկությունը՝ ակնկալիքներն և ստծուն հանձնելով



Խմբային ուսուցումներ նորադարձ քրիստոնյաների համար



---

---

# Բարկություն և անձնական իրավունքներ

Չսպել բարկությունը՝ ակնկալիքներն Աստծուն հանձնելով:

Յեղիսակ՝ Դեյվիդ Բեթթի

Ուսուցչի ձեռնարկ

5-րդ խմբագրում



# Բարկություն և անձնական իրավունքներ

Չսպել բարկությունը՝ ակնկալիքներն Աստծուն հանձնելով:

Ուսուցչի ձեռնարկ  
5-րդ խմբագրում  
Յեղիսակ՝ Դեյվիդ Բեթթի

Եթե այլ կերպ նշված չէ, աստվածաշնչյան բոլոր մեջբերումներն արված են Trinitarian Bible Society (Tyndale House, Dorset Road, London, SW19 3NN, England)-ի կողմից կատարված ժամանակակից թարգմանությունից:

Բոլոր իրավունքները, ներառյալ ներկայացնելու կամ որևէ ձևով՝ ամբողջական կամ մասնակի, վերատպելու, պաշտպանված է Համաշխարհային հեղինակային իրավունքի կոնվենցիայով և մյուս կոնվենցիաներով, պայմանագրերով ու հոչակագրերով:

Այս դասընթացը սկզբում լույս է տեսել անգլերեն, Anger and Personal Rights, 5th edition վերնագրով:

Այս նյութը կարող է վերատպվել և բաժանվել, որպեսզի օգտագործվի Թին Չեյենջի, նմանատիպ ծրագրերի, տեղական եկեղեցիների, դպրոցների, այլ կազմակերպությունների և անհատների համար: Այս նյութերը նաև կարող են ներբեռնվել հետևյալ կայքից [www.iTeenChallenge.org](http://www.iTeenChallenge.org): Նրանք, ովքեր կցանկանան վաճառել այս նյութերը, պետք է գրավոր թույլտվություն ստանան Գլոբալ Թին Չեյենջից:

Այս դասընթացը *Խմբային Ուսուցումներ Նորադարձ Քրիստոնյաների Համար* դասընթացի մի մասն է, որը մշակվել է, որպեսզի օգտագործվի եկեղեցիներում, բանտային ծառայություններում, Թին Չեյենջում և նմանատիպ ծառայություններում, որտեղ աշխատում են նորադարձ քրիստոնյաների հետ: Դասընթացի մեջ մտնում են՝ Ուսուցչի ձեռնարկը, Ուսանողի ձեռնարկը, Ուսուցման ուղեցույցը, Ստուգարքը և Վկայականը: Դրանց մասին առավել տեղեկություններ ստանալու համար դիմել:

Global Teen Challenge  
PO Box 511  
Columbus, GA, 31902 USA  
Email: [gtc@globaltc.org](mailto:gtc@globaltc.org)  
Web: [www.globaltc.org](http://www.globaltc.org)  
[www.iTeenChallenge.org](http://www.iTeenChallenge.org)



Վերջին անգամ վերանայվել է. 08-2018

## Բարկություն և անձնական իրավունքներ

Սովորել սեփական զգացմունքներն արտահայտել առողջ, աստվածաշնչյան ձևով՝ նորադարձ քրիստոնյաների համար լուրջ մարտահրավեր է: Մասնավորապես բարկության զգացմունքը քրիստոնյաներին պայքարի առիթ է տալիս, երբ նրանք փորձում են գործնականորեն ապրել ըստ Հիսուսի ուսմունքի: Այս դասընթացը ծրագրված է մասնակիցներին հնարավորություն տալու համար, որ տեսնեն, թե ինչպես է բարկությունն ազդում նրանց ներկա ապրելակերպի վրա, և նոր ձևեր բացահայտեն, թե ինչպես խելացիորեն տիրապետեն այդ ուժեղ զգացմունքին:

# 1

**Գլուխ 1. Ինչպե՞ս եմ ես օգտագործել բարկությունն իմ կյանքում:**

Մենք ուսումնասիրելու ենք, թե ինչն է քեզ բարկացնում, և ինչպես ես դու արձագանքում քո բարկության պահին: Մենք կփորձենք բացահայտել, թե ինչն է այդքան ուժ տալիս բարկությանը քո կյանքում:

# 2

**Գլուխ 2. Ինչպե՞ս կարող եմ կոտրել բարկության կործանիչ ուժն իմ կյանքում:**

Դասընթացի այս հատվածում մենք հետազոտելու ենք, թե ինչպես են անձնական իրավունքներդ ազդում քո բարկության վրա: Մենք քննարկելու ենք, թե ինչպես կարող ես դու քո անձնական իրավունքները տալ Աստծուն, և թե ինչ է տեղի ունենում այն բանից հետո, երբ անձնական իրավունքներդ տալիս ես Աստծուն:

# 3

**Գլուխ 3. Ի՞նչ է ասում Աստված բարկության մասին:**

Մենք կպատասխանենք հետևյալ հարցին. բարկությունը մե՞զ է: Մենք կուսումնասիրենք աստվածաշնչյան մի քանի մարդկանց և կտեսնենք, թե ինչպես էին նրանք վերաբերվում բարկությանն իրենց կյանքում: Մենք նաև կտեսնենք, թե ինչն է բարկացնում Աստծուն:

# 4

**Գլուխ 4. Ինչպե՞ս կարող եմ իմ բարկությունն օգտագործել Աստծուն հաճելի ձևով:**

Այս գլխի նպատակն է՝ գտնել գործնական ձևեր բարկության հետ գործ ունենալու համար: Հատուկ շեշտադրում է արվում նոր ձևեր զարգացնելու վրա՝ արձագանքելու համար այն իրավիճակներին, որոնք քեզ բարկացնում են: Մենք նաև կանդրադառնանք, այն հարցին, թե ներքին դրական որակներն ու Աստվածաշնչի վրա հիմնված սահմանները ինչպես կարող են քեզ օգնել՝ քո բարկությունն Աստծուն հաճելի ձևով օգտագործելու համար:

## Ինչ է ներառված Ուսուցչի ձեռնարկում

Ուսուցչի ձեռնարկն ունի չորս բաժին: Յուրաքանչյուր բաժին առանձնացված է հիմնական վերնագրով:

1. Դասի ծրագրեր ուսուցչի համար,
2. Ուսանողի ձեռնարկ,
3. Ուսուցման ուղեցույց,
4. Ուսանողի ստուգարք, պատասխաններ և դասընթացի վկայական:

Բացատրությունը, թե ինչպես օգտագործել յուրաքանչյուր բաժինը, տրվում է անմիջապես տվյալ էջը ներկայացնելուց հետո:

# Նախարան

Այս դասընթացը մեկն է այն դասընթացներից, որոնք նախատեսված են նորադարձ քրիստոնյաների համար: Մենք հավատում ենք, որ այսօր մեծ կարիք կա օգնելու նորադարձ քրիստոնյաներին Քրիստոսի ուսմունքը գործնականորեն կիրառելու իրենց կյանքում: Դասընթացները կարող են օգտակար լինել նաև եկեղեցու երիտասարդների և մեծահասակների ծառայության մեջ, ովքեր ուզում են քրիստոնեությունն իրենց ամենօրյա կյանքի առավել գործնական մասը դարձնել:

Այս դասընթացի և ամբողջ *Խմբային ուսուցումներ նոր քրիստոնյաների համար*-ի հիմնական նպատակն է՝ նորադարձ քրիստոնյաներին ներկայացնել նշանակալի, կյանքին վերաբերող հարցեր: Մենք չենք փորձում ներկայացնել այդ թեմաների սպառիչ ուսումնասիրությունները:

Թին Չելենջի՝ ԱՄՆ-ի ուսումնական ծրագրի կոմիտեն ծրագրավորում է շարունակել վերանայել այս դասերը: Մենք պատրաստ ենք ընդունել այս նյութերի զարգացման վերաբերյալ ձեր ունեցած ցանկացած քննադատություն կամ միտք:

## Ինչպես օգտագործել Ուսուցչի ձեռնարկը

### 1. Դասերի ծրագրեր ուսուցչի համար

Այս բաժնի առաջին էջն ընդհանուր պատկերացում է տալիս ողջ դասընթացի վերաբերյալ:

Հաջորդ էջը *Դասարանական Հանձնարարության Ցուցակ* -ի մի օրինակ է: Այն ցույց է տալիս, թե երբ պետք է Ուսուցման ուղեցույցի յուրաքանչյուր նախագիծ լրացվի և երբ յուրաքանչյուր հարցաշար և ստուգարք տրվի: Ուսուցման ուղեցույցներն արդեն ունեն այս ձևի չլրացված բանկները հետևի կազմի ներսի կողմում:

Հաջորդը կլինի դասերի ծրագրերը յուրաքանչյուր դասի համար: Այս բոլոր դասերի ծրագրերն ունեն Աստվածաշնչյան Բանալի ճշմարտություն և Բանալի համար: Դրանք կարող են տրվել դասի սկզբում: Դրանք նաև օգնում են քննարկումը պահել հիմնական թեմայի վրա ողջ դասի ընթացքում:

Ներքևում կան Աստվածաշնչյան Բանալի ճշմարտության և Բանալի համարի մի քանի մեկնաբանություններ՝ թե ինչպես սովորեցնել դասը: Շատ դեպքերում հղումներ են արվում Ուսանողի ձեռնարկին կամ Ուսուցման ուղեցույցի նախագծերին:

Յուրաքանչյուր դաս ամփոփվում է «անձնական կիրառություն» քայլով: Սրա կարևորությունը չի կարող գերազանահատվել: Նորադարձ քրիստոնյաները կարիք ունեն հստակ առաջնորդություն ստանալու, թե ինչպես այս Աստվածաշնչյան ուսուցումները կիրառեն իրենց ամենօրյա կյանքում: Համոզված եղեք, որ բավականաչափ ժամանակ եք տալիս ձեր ուսանողներին, որպեսզի սկսեն այս անձնական կիրառման ընթացքը:

Յուրաքանչյուր դասի ծրագրի վերջում ուսանողի համար կա հանձնարարությունների ցուցակ:

Այս դասընթացներից շատերը նախատեսված են հինգ դասերի համար՝ յուրաքանչյուրը մեկ ժամ տևողությամբ: Այս բոլոր 14 դասընթացները կարելի է ավարտել



3-4 ամիսների ընթացքում, եթե դուք շաբաթական հինգ օր դասեր ունենաք: Եթե դուք ունենաք շաբաթական մեկ ժամ, ապա մեկ դասընթացը կարող եք ավարտել մեկ ամսում, իսկ ամբողջ շաբաթը՝ մոտ մեկ տարում: Այս դասերից շատերը հեշտությամբ կարելի է անցկացնել ավելի երկար ժամանակահատվածում կամ վերածել ավելի շատ դասերի:

## 2. Ուսանողի ձեռնարկ

Ուսանողի ձեռնարկը կարող է ծառայել երկու նպատակների: Դուք կարող եք հանձնարարել ուսանողներին՝ կարդալ համապատասխան էջերը՝ տրված դասին նախապատրաստվելու համար: Կամ էլ կարող եք հանձնարարել նրանց՝ այն կարդալ դասը անցկացնելուց հետո՝ վերանայելու և ամրացնելու այն, ինչ ուսուցանվեց դասարանում:

Մենք քաջալերում ենք, որ դուք ուսանողներին հանձնարարեք նշումներ անել դասարանում, չնայած այն բանին, որ նրանց տալիս եք Ուսանողի ձեռնարկը: Նրանց անձնական նշումները և դասարանական քննարկումները կօգնեն պարզաբանել Ուսանողի ձեռնարկի որոշ թեմաներ:

## 3. Ուսուցման ուղեցույց

Ուսուցման ուղեցույցի նախագծերը նախատեսված են ուսանողներին դասասենյակից դուրս աշխատանքով ապահովելու համար: Որոշ նախագծեր կօգնեն ուսանողներին նախապատրաստվել հաջորդ քննարկմանը:

Նախագծերից շատերը նախատեսված են օգնելու ուսանողներին՝ ավելի խորը նայել դասարանում քննարկված որոշ թեմաներ: Այս հանձնարարությունների հիմնական նպատակն է՝ օգնել ուսանողներին բացահայտել, թե ինչպես աստվածաշնչյան ճշմարտությունները կիրառեն իրենց ամենօրյա կյանքում:

## 4. Ուսանողի ստուգարք և Ստուգարքի պատասխաններ

Ստուգարքները նախատեսված են պարզ կերպով գնահատելու յուրաքանչյուր ուսանողի առաջընթացը՝ դասընթացի ընթացքում անցած աստվածաշնչյան ճշմարտությունները հասկանալու հարցում: Ստուգարքի պատասխանները գտնվում են այս Ուսուցման ձեռնարկի՝ ուսանողի ստուգարքի նմուշի վերջին էջից անմիջապես հետո:

## 5. Դասընթացի վկայական

Դասընթացի վկայականը որպես գնահատանք պետք է տրվի նրանց, ովքեր կավարտեն դասընթացի համար պահանջվելիք ամբողջ աշխատանքը և բարեհաջող կհանձնեն ստուգարքը: Դասընթացի վկայականը գտնվում է Ուսուցչի ձեռնարկի վերջին էջում: Ավարտական վկայական կարող է տրվել նաև այն ուսանողներին, ովքեր կավարտեն *Խմբային ուսուցումներ նորադարձ քրիստոնյաների համար*-ի բոլոր 14 դասընթացների շաբաթը: Նմուշը ներառված է «Ուսուցիչներին ներկայացնել խմբային ուսուցումներ նորադարձ քրիստոնյաների համար» գրքում:

## Դասընթացների ակունքները

Սոդոմոնն ասաց, որ արևի տակ նոր բան չկա: Նույնը կարելի է ասել նաև այս դասերի մասին: Այս մտքերից շատերը նոր չեն: Մենք ուզում ենք արտահայտել մեր հատուկ գնահատականը *Կյանքի հիմքային սկզբունքների ինստիտուտին* այն ազդեցության համար, որ նրանք ունեցել են այս նյութերը մշակող մարդկանց վրա: Այս դասերից շատերը կրում են *Կյանքի հիմքային սկզբունքների ինստիտուտի* հետքերը:

Ես նաև ուզում եմ արտահայտել իմ խորին երախտագիտությունն այն բազմաթիվ ուսուցիչներին ու հազարավոր նորադարձ քրիստոնյաներին, ովքեր օգտագործել են այս նյութերը վերջին մի քանի տարիների ընթացքում: Նրանց տված գաղափարները մեծ դեր են խաղացել այս դասընթացների մշակման մեջ:

Ես նաև շատ երախտապարտ եմ Դոն Վիլկերսոնին, որն ինձ հնարավորություն տվեց աշխատել Բրուկլինում (Նյու Յորք) 1971-1975թթ.-ին: Այդ տարիներին էր, որ *Խմբային ուսուցումներ նորադարձ քրիստոնյաների համար*-ի մշակումն առաջին անգամ սկսվեց:

*Խմբային ուսուցումներ նորադարձ քրիստոնյաների համար* դասընթացների հինգերորդ խմբագրումը մշակվել է Թին Չելենջի՝ ԱՄՆ-ի Ուսումնական ծրագրի կոմիտեի օգնությամբ: Հատուկ շնորհակալություն բոլոր նրանց, ովքեր աջակցել են այդ վերանայման գործընթացին:

## Այս նյութերը վերատպելու վերաբերյալ մոտեցումը

Ուսուցչի ձեռնարկը, ինչպես նաև ուսանողական մյուս բոլոր նյութերը, որոնք վերաբերում են *Խմբային ուսուցումներ նորադարձ քրիստոնյաների համար* դասընթացներին, պաշտպանված են հեղինակային իրավունքով: Այս նյութերը կարող են վերատպվել և բաժանվել օգտագործելու նպատակով Թին Չելենջում, նմանատիպ ծրագրերում, տեղական եկեղեցիներում, դպրոցներում և այլ կազմակերպություններում, ինչպես նաև անհատների համար: Այս նյութերը նաև կարող են ներբեռնվել համացանցում հետևյալ կայքից՝ [www.iTeenChallenge.org](http://www.iTeenChallenge.org): Սակայն այս նյութերը չեն կարող վաճառվել, այլ միայն՝ անվճար բաժանվել: Նրանք, ովքեր ուզում են տպագրել և վաճառել դրանք, պետք է գրավոր թույլտվություն ձեռք բերեն Գլոբալ Թին Չելենջից:



## Խորհուրդ է տրվում ուսուցման հետևյալ հերթականությունը

Այս դասընթացը *Խմբային ուսուցումներ նորադարձ քրիստոնյաների համար* շարքի 14 ուսուցումներից մեկն է: Բոլոր 14 դասընթացները այստեղ ներկայացված են ուսուցման խորհուրդ տրված հերթականությամբ: Հերթականության ցանկը մշակվել է դասընթացների շարունակական ուսուցման համար: Ավելի լավ կլինի այն ձևել 14 ճաղեր ունեցող անիվի նման: Այս դասընթացները կառուցված չեն մեկը մյուսի վրա: Ամեն մեկն առանձին է: Այնպես որ, ուսանողները կարող են միանալ դասերին ցանկացած կետում և շատ հեշտությամբ հարմարվել:

1. Ինչպե՞ս կարող եմ վստահ լինել, որ ես ճշմարիտ քրիստոնյա եմ
2. Թոուցիկ հայացք Աստվածաշնչին
3. Վերաբերմունքներ
4. Փորձություններ
5. Հաջողակ քրիստոնեական կենսակերպ (ներառում է դասեր Սուրբ Հոգու ծառայության վերաբերյալ)
6. Աճել ձախողումների միջոցով
7. Քրիստոնեական պրակտիկա (շփում Տեղական եկեղեցու հետ)
8. Հնազանդություն Աստծուն
9. Հնազանդություն մարդուն
10. Բարկություն և անձնական իրավունքներ
11. Ինչպես ուսումնասիրել Աստվածաշունչը
12. Սեր և ինքնաընդունելություն
13. Անձնական փոխհարաբերություններ մարդկանց հետ
14. Հոգևոր զորություն և գերբնականը

Այս դասընթացների ուսուցման նպատակով լրացուցիչ տեղեկությունների համար տե՛ս «Ուսուցիչներին ներկայացնել խմբային ուսուցումներ նորադարձ քրիստոնյաների համար» գիրքը:



## Դասի ծրագրեր ուսուցիչների համար

Տե՛ս սույն Ուսուցչի ձեռնարկի 4-րդ էջը՝ այս դասերի ծրագրերի օգտագործման վերաբերյալ ավելի շատ տեղեկություններ ստանալու համար:

## Դասընթացի ընդհանուր նկարագրություն

1. Այս դասընթացը, հավանական է, շատ հակասական, սակայն շատ հետաքրքիր առարկա լինի քո ուսանողների մեծ մասի համար: Կան 9 դասի ծրագրեր, և 10-րդը ստուգարքի համար է:
2. «*Բարկություն և անձնական իրավունքներ*» դասընթացը նախկին ուսանողների կողմից նշվել է որպես ամենաազդեցիկը՝ «*Խմբային ուսուցումներ նորադարձ քրիստոնյաների համար*» շարքի բոլոր 14 դասընթացների մեջ: Այս դասընթացին մոտեցի՛ր ակնկալիքով, որ այն կյանքը փոխող գործիք կլինի նաև քո ուսանողներից շատերի համար:
3. Առաջին դասաժամից մեկ կամ երկու օր առաջ, ներկայացրո՛ւ այս դասընթացը քո ուսանողներին և տո՛ւր առաջին հանձնարարությունները: Ուսուցման ուղեցույցի առաջին նախագիծը պետք է լրացված լինի նախքան առաջին դասաժամը: Բաժանի՛ր Ուսանողի ձեռնարկը և հանձնարարի՛ր կարդալ առաջին գլուխը, որը քննարկվելու է առաջին դասաժամին:
4. Ուսուցչի ձեռնարկի հաջորդ էջում կա *Դասարանական հանձնարարության ցուցակ*-ի մի օրինակ, թե երբ պետք է յուրաքանչյուր հանձնարարություն կատարվի: Թող նրանք լրացնեն համապատասխան ամսաթվերը՝ օգտագործելով իրենց Ուսուցման ուղեցույցի վերջում գտնվող *Դասարանական հանձնարարության ցուցակ*-ի դատարկ օրինակը:
5. Ուսուցման ուղեցույցի 3-րդ և 4-րդ նախագծերը հատուկ պարզաբանման կարիք ունեն՝ կապված դրանց պարունակության հետ: Դրանք ուսանողներին իրենց անձնական իրավունքներն Աստծուն ինքնուրույն հանձնելու կոչ են անում: Սա այն չէ, որ մենք կարող ենք պահանջել ուսանողներից, որ անեն. նույնը կլինեք, եթե մենք նրանց ճշմարիտ քրիստոնյաներ դառնալու նախագիծ հանձնարարեինք: Այս ուսուցումները սեփական կյանքում ինքնուրույն կիրառելու որոշում կայացնելն այն պահը չէ, որ ուսուցիչը պետք է անի նրանց փոխարեն, այլ յուրաքանչյուր ուսանող ինքը պետք է անի:  
3-րդ և 4-րդ նախագծերը 2-րդ դասի գնահատումն են: Նախագիծ 3-րդը կարող է օգտագործվել այս դասաժամին, իսկ Նախագիծ 4-րդն այլընտրանքային է: Ուսուցչի դասի ծրագիրն այս նախագծերի վերաբերյալ լրացուցիչ առաջարկություններ է անում:
6. Այս դասընթացի շրջանակներում թեմաների քննարկման ժամանակ քեզ համար լավ կլինի քննարկումների համար սահմաններ դնել այն առումով, որ դուք գործ եք ունենալու միայն իրական դեպքերի հետ, ոչ թե մտացածին: Այս դասընթացին կլինեն բազմաթիվ «Իսկ եթե...» հարցեր լինել, որոնք քո ուսանողները կբարձրացնեն: Սա կարող է քեզ տանել ենթադրությունների ուղիով: Սահմանափակի՛ր ձեր քննարկումները միայն իրական դեպքեր քննարկելու շրջանակներում և կտեսնես, որ շատ ավելի հեշտ է լինում մնալ և ուղղությունը պահել յուրաքանչյուր դասի նպատակի վրա:

7. Քո ուսանողներից մի քանիսը, հնարավոր է, այլ իրավիճակներ ապրած լինեն իրենց կյանքում, որոնք պատճառ են դարձել բարկության լուրջ խնդիր ունենալուն, օրինակ՝ երեխա ժամանակ սեռական բռնության ենթարկվելը, մարդկանց կողմից դավաճանության պատճառով խորը վիրավորանք զգալը, կամ այլ լուրջ խնդիր: Կարևոր է օգնել նրանց, որպեսզի տեսնեն, որ այս դասընթացն ակնթարթորեն չի լուծի նրանց անցյալի բոլոր ողբերգությունները: Հնարավոր է՝ քո ուսանողներից մի մասը կարիք ունենա ինքնուրույն գնահատելու այդ իրավիճակները քո կամ խորհրդատուի օգնությամբ:
8. Որոշ ուսանողներ ավելի շատ օգնության կարիք կունենան, երբ արձագանքելու նոր ձևեր մշակեն այն իրավիճակների համար, որտեղ նրանք սովորաբար բարկությունն են օգտագործել: Այս առումով դու կարող ես նրանց օգնել իրենց՝ *«Անձնական ուսուցումներ նորադարձ քրիստոնյաների համար»* դասերի համատեքստում:

## Դասարանական Հանձնարարության Ցուցակ

Դասընթացի անվանումը \_\_\_\_\_ Բարկություն և անձնական իրավունքներ

Հարցաշար	Անգիր համարներ	Ամսաթիվ
1	Եփեսացիներին 4:26-27	օր 3.
2	Հակոբոս 1:19-20	օր 4.
3	Առակաց 15:1	օր 7.

Նախագծեր	Ամիս, ամսաթիվ
1	օր 1. Հասկանալ սեփական բարկությունը
2	օր 2. Իմ անձնական իրավունքները
3	օր 3. Իմ անձնական իրավունքների հանձնումը
4	Այլընտրանքային (դաս 2-րդի գնահատում) Իմ առաջին քննությունն առանց իմ անձնական իրավունքների
5	օր 4. Բարկությունն Աստվածաշնչում
6	օր 4. Հիսուսը և Իր բարկությունը
7	օր 5. Բարկացած մարդիկ Աստվածաշնչում
8	օր 6. կամ 7. Չարգացնել արձագանքելու նոր ձևեր
9	օր 8. կամ 9. Չարգացնել ներքին դրական որակներ
10	օր 9. Իմ անձնական պատասխանատվությունները

Ստուգարք Ամսաթիվ \_\_\_\_\_ օր 10.

**Դաս 1.****Ինչպե՞ս եմ օգտագործել բարկությունն իմ կյանքում:****1****1. Աստվածաշնչյան Բանալի ճշմարտություն:**

Ես պետք է ուշադիր զննեմ, թե ինչպես է բարկությունն ազդել իմ կյանքի վրա:

**2. Բանալի համար.**

Եփեսացիներին 4:26-27.

«Դողդողացե՛ք և մեղք մի՛ գործեք: Արևը ձեր բարկության վրա մայր չմտնի, և Սատանային տեղ մի՛ տվեք»:

**3. Հղում ուսանողական նյութերին:**

Ուսանողի ձեռնարկի 1-ին գլուխը համընթաց է այս դասի հետ: Ուսուցման ուղեցույցի նախագիծ 1-ինը՝ *«Հասկանալ սեփական բարկությունը»*, նույնպես կօգտագործվի այստեղ:

**4. Ուսուցչի նախապատրաստությունն այս դասի համար:**

Երբ դու պատրաստվես ուսուցանել այս դասը, պետք է ուշադրություն դարձնես ստորև նշված երեք հիմնական կետերի վրա, որպեսզի դասի ընթացքում անպայման անդրադառնաս դրանց.

1. Այն տարբեր ձևերը, որով մարդիկ արտահայտում են իրենց բարկությունը:
2. Բարկությունն իշխող է և փորձում է ղեկավարել քո կյանքը (#10., այս դասի ծրագրի 16-րդ էջում):
3. Դու պետք է պատասխանատվություն ստանձնես քո բարկության համար (#12., այս դասի ծրագրի 17-րդ էջում):

Վերջին երկու կետերը պետք է լինեն այն երկու խոշոր բաժինները, որոնք յուրաքանչյուր դասի ամփոփման մեջ մաս կկազմեն: Դու կարող ես պլակատներ սարքել այս երկու պնդումների համար և մինչև դասընթացի ավարտը դրանք փակցնել քո դասասենյակի պատին:



1

**5. Դասի ջերմացում (3-5 րոպե):**

**Ա. Բարկության վերաբերյալ մի պատմություն:**

Այսօրվա դասը սկսի՝ ր բարկության վերաբերյալ մի պատմությամբ: Կիսվի՝ ր մի պատմությամբ քո անձնական կամ քո ընտանեկան կյանքից: Դու կարող ես նաև կիսվել վերջերս լուրերով լսած այնպիսի օրինակով, որը պատկերավոր ձևով ցույց է տալիս բարկությունը և դրա վնասակար հետևանքները: Օգտագործի՝ ր այդ պատմությունը որպես մի ձև՝ քո ուսանողներին մատնանշելու համար այսօրվա Աստվածաշնչյան բանալի ճշմարտությունը:

**Բ. Տեսահոլովակ՝ «Անհավատալի Հալկը» ֆիլմից:**

Մի հատված՝ ցույց տուր «Անհավատալի Հալկը» ֆիլմից, որում ներկայացվում է, թե ինչ է տեղի ունենում, երբ մարդը բարկանում է: Սա գուցե ամենահոգևոր օրինակը չէ, սակայն, իրո՞ք, ցույց է տալիս այն միտքը, որ բարկությունը մեզ հաճախ փոխում և ուրիշ մարդ է դարձնում, երբ մենք նրան թույլ ենք տալիս իշխել մեզ վրա:

**6. Ներկայացրո՛ւ բարկության վերաբերյալ այս դասընթացը (2-3 րոպե):**

Առաջին դասաժամը սկսելիս քաջալերի՝ ր քո ուսանողներին, որ այս դասընթացը կարող է շրջադարձային կետ դառնալ իրենց կյանքում: Ասա՛ նրանց, որ նախկին ուսանողների կեսից ավելին այս դասընթացն անվանել է ամենաազդեցիկը՝ *Խմբային ուսուցումներ նորադարձ քրիստոնյաների համար* շարքի բոլոր 14 դասընթացների մեջ:

Այն շատ դժվարամարս դասընթաց կլինի ուսանողներից որոշ մասի համար: Եթե նրանք դասընթացի ժամանակ ուշադիր լսեն Աստծուն, նոր իմաստություն կստանան, թե ինչպես հաղթահարեն բարկության կործանիչ ազդեցությունն իրենց կյանքում:

Առաջին դասաժամին մենք կանդրադառնանք այն հարցին, թե ինչպես ենք օգտագործել բարկությունը մեր կյանքում:

**7. Անցկացրո՛ւ Ա. կետը. «Ինչպիսի՞ն է բարկությունն իմ կյանքում» (10-15 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 4-9-րդ էջեր:**

Ուսանողի ձեռնարկը թվարկում է ինը տարբեր ձևեր, որոնցով մարդիկ արտահայտում են իրենց բարկությունը. այս ցուցակը կարող էր ավելի երկար լինել: Ուսանողի ձեռնարկում նշված ցուցակով սկսելու փոխարեն օգտագործե՛ք հետևյալ գործողությունը դասաժամի այս հատվածը սկսելու համար:

Խնդրի՛ր քո ուսանողներին, որ ասեն, թե ինչ ձևերով են մարդիկ արտահայտում իրենց բարկությունը, և գրի՛ր նրանց պատասխանները

գրատախտակի կամ մեծ ստվարաթղթի վրա: Դու կարող ես ներգրավել ուսանողներից մեկին, որպեսզի օգնի քեզ՝ գրել իրենց պատասխանները գրատախտակի կամ ստվարաթղթի վրա:

Քեզ համար կարևոր կլինի այդ կետերից յուրաքանչյուրի համար մի պատկերավոր օրինակ ներկայացնել: Խնդրի՛ր ուսանողներին, որ դրանցից յուրաքանչյուրի համար մեկական օրինակ բերեն: Մա իրականացնելու ձևերից մեկը կարող է լինել Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 1-ինի՝ «Հասկանալ սեփական բարկությունը» բաժնից իրենց օրինակներով կիսվելը: Այս նախագծի առաջին մասում նրանցից պահանջվում էր գրել երկու օրինակներ, որտեղ նրանք բարկացել էին:

Դու կարող ես քննարկել, թե ինչպիսին կարող են լինել արձագանքելու այդ տարբեր ձևերն օգտագործելու հետևանքները: Մատնանշի՛ր այսօրվա Բանալի համարը և այն, թե ինչպես է մեզնից շատերի համար մեր բարկությունը դարձել սատանային տեղ տալու առիթ, որպեսզի նա փորձի մեզ՝ բարկությամբ արձագանքելիս գնալ մեղքի ուղիով:

Երբ դուք աշխատում եք մարդկանց՝ իրենց բարկությունն արտահայտելու տարբեր ձևերի քննարկումների վրա, քաջալերի՛ր քո ուսանողներին գտնելու համար, թե դրանցից ո՞ր ձևերն են իրենք հաճախ օգտագործում:

## 8. **Օգտագործի՛ր Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 1-ինը՝ «Հասկանալ սեփական բարկությունը»:**

Այս նախագծի երկրորդ մասում կա ինը ձևերի ցուցակ, թե ինչպես են մարդիկ բարկությամբ արձագանքում: Քո ուսանողները սա արդեն պետք է որ լրացրած լինեն: Եթե նրանք դա դեռ չեն արել, հենց հիմա լրացնելու համար ժամանակ տուր նրանց՝ տալով ընդամենը 90 վայրկյան:

Խնդրի՛ր քո ուսանողներին կիսվելու համար, թե ինչ են անձամբ հայտնաբերել Նախագիծ 1-ինի այս մասի վերաբերյալ: Այս աշխատանքը կատարելու մեկ այլ տարբերակ կարող է լինել ինը ձևերը ստվարաթղթի վրա գրելը: Իսկ հետո պետք է խնդրել, որ ուսանողներից յուրաքանչյուրը քեզ ասի այն ձևի թվանիշը, որին նա ամենաբարձր միավորն է տվել: Եթե նրանք նույն քանակի միավորներ տվել են մեկից ավելի ձևերի, ուրեմն թող գնահատեն բոլոր ձևերը:

Քո ստվարաթղթի վրայի այս ինը ձևերի դիմաց նշի՛ր յուրաքանչյուր ուսանողի պատասխանը: Երբ բոլորը կիսվեն իրենց պատասխաններով, մատնանշի՛ր արձագանքների բազմազանությունը, որ արտացոլում են այդ ինը ձևերը:

1

9. Անցկացրո՛ւ Բ. կետը. «Ի՞նչն է այդքան ուժ տալիս բարկությանն իմ կյանքում» (5-10 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 9-11-րդ էջեր:

Բարկությունը շատ ուժեղ զգացմունք է, այնքան ուժեղ, որ կարող է ղեկավարել մարդու արձագանքը տվյալ իրավիճակում:

Քննարկի՛ր Ուսանողի ձեռնարկում թվարկված հետևյալ երեք զգացումները, որոնք լիցքավորում են բարկությունը.

**Վախ**

**Վիրավորվածություն**

**Հիասթափություն, հուսահատություն**

Սրանցից ամեն մեկը քննարկելիս օրինակնե՛ր բեր քո կյանքից, կամ էլ թող ուսանողները ներկայացնեն իրական օրինակներ նշված զգացումների վերաբերյալ:

Առաջինը՝ վախը, միգուցե ամենադժվարը լինի նրանց կողմից ընկալելու համար: Հատկապես տղամարդիկ են օգտագործում բարկությունը՝ որպես արձագանք, երբ վախ են զգում: Քո ուսանողներին խնդրի՛ր տալ օրինակներ, որոնք համընկնում են բարկությունը լիցքավորող վերոնշյալ երեք ասպարեզներին:

10. Անցկացրո՛ւ Բ-4. կետը. «Բարկությունն իշխո՞ղ է քո կյանքում» (3-5 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 11-րդ:

Այն միտքը, որ բարկությունն ուզում է իշխել նրանց կյանքում, սույն դասընթացի շատ կարևոր մաս է: Երբ մենք բարկանում ենք, հաճախ ասում կամ անում ենք բաներ, որ մեզ զցում են փորձանքների մեջ: Այս բաժնում մի՛ փորձիր մտնել քննարկումների դաշտ՝ թե ինչպես կարելի է ուղղել խնդիրը: Այս պահին մեր ուզածն ընդամենն այն է, որ նրանք հասկանան, որ բարկությունը նրանց կյանքում նման է իշխող ուժի:

Դասի մնացած մասում մենք կօգտագործենք այս գաղափարը, երբ խոսելու լինենք այն քայլերի մասին, որոնք նրանք կարող են անել իրենց բարկության խնդրի վերաբերյալ:

11. Ներկայացրո՛ւ Գ. կետը. «Ինչպե՞ս է կարողացել բարկությունն այդքան տեղ գրավել իմ կյանքում», և անցկացրո՛ւ Գ-1. կետը. «Դու սովորել ես քո բարկությունն օգտագործել» (2-3 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 12-րդ:

Կարևոր է օգնելը քո ուսանողներին, որպեսզի հասկանան, թե ինչո՞ւ են նրանք իրենց բարկությունն արտահայտում այն ձևով, ինչպես դա անում են ներկա պահին: Մատնանշի՛ր, որ նրանք սովորել են բարկանալով արձագանքել: Նրանք սովորել են այն ձևերը, որոնցով արտահայտում են

իրենց բարկությունը: Այն, ինչ նրանք սովորել են, կարող են նաև «հետ սովորել»: Այսինքն՝ կարող են նոր ձևեր սովորել իրենց բարկությունն արտահայտելու համար:

**12. Անցկացրո՛ւ Գ-2. կետը. «Դու պետք է պատասխանատվություն ստանձնես քո բարկության համար» (3-4 բուպե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 13-րդ:**

Հիմնական անհրաժեշտություններից մեկը, որը մենք ուզում ենք դասի այս հատվածում ընդգծել, այն է, որ մեզնից ամեն մեկը պետք է պատասխանատվություն ստանձնի իր բարկության զգացմունքի համար: Մեզ համար շատ հեշտ է ասել ու հավատալ. «Դու ինձ բարկացնում ես»: Մակայն իրականությունն այն է, որ մեզնից ամեն մեկն ինքն է որոշում՝ ինչպես օգտագործել իր բարկությունը: Մա իմ զգացմունքն է, ես չեմ կարող քեզ մեղադրել ինձ «բարկացնելու» համար: Հնարավոր է՝ դու շատ վատ և վիրավորական բան ես ասել ինձ, որն ինձ առիթ է տալիս բարկությամբ արձագանքելու, սակայն, միևնույն է, դա՝ բարկանալու հարցը, իմ որոշումն է:

Մա կարող է նաև լավ պահ լինել խոսելու այն մասին, թե ինչ է իրականում նշանակում, երբ մենք ասում ենք. «Դու բարկացնում ես ինձ»: Դրանով ես իրականում ասում եմ. «Դու կառավարում ես ինձ: Դու ես իմ ղեկավարը»: Եթե ինչ-որ մարդիկ կարող են սեղմել քո համապատասխան կոճակը, որին դու բարկությամբ կարձագանքես, ուրեմն նրանք ղեկավարում են քո կյանքը: Դու սա՞ ես իրականում ուզում: Դու ուզո՞ւմ ես, որ այդ մարդիկ ղեկավարեն քո կյանքը:

Եվ միակ պատճառը, թե ինչո՞ւ են նրանք վերահսկում քո կյանքը, այն է, որ դու ես նրանց տվել այդ վերահսկողությունը: Երբ թույլ ես տալիս, որ ինչ-որ մեկը քեզ բարկացնի, դու իրականում նրան ես հանձնում քո զգացմունքների կառավարումը: Փոխանակ ինքդ որոշես, թե երբ և ինչպես օգտագործես քո զգացմունքները, դու ուրիշներին ես տվել այդ իշխանությունը: Դու սա՞ ես իրականում ուզում անել քո կյանքի հետ: Դու ուզո՞ւմ ես, որ այն անձնավորությունը, ով քեզ այդքան բարկացնում է, իշխի քո կյանքում: Եթե շատ պարզ ասենք, դու ուզո՞ւմ ես լինել ինչ-որ մեկի ստրուկը:

Հիմնական գործողություններից մեկը, որ այս պահին պետք է քննարկվի, այն է, որ նրանք պետք է պատասխանատվություն ստանձնեն բարկությամբ արձագանքելու համար: Դու կարող ես մի պլակատ պատրաստել և փակցնել պատին՝ վրան գրված. «Ես պետք է պատասխանատվություն ստանձնեմ իմ բարկության համար»: Մա ամենակարևորներից մեկն է, որ նրանք պետք է սովորեն այսօրվա դասաժամին:

1

13. Անցկացրո՛ւ Գ-3. կետը. «Բարկությունը կարող է կախվածություն դառնալ» (2-4 բույլե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 13-րդ:

Այս կետը քննարկելիս խնդրի՛ր քո դասարանի ուսանողներին՝ կիսվել որևէ անձնական փորձառությամբ, կամ որ այլ օրինակներ բերեն, որոնք ցույց են տալիս բարկության՝ կախվածություն առաջացնող ուժը: Կլինեն նաև մարդիկ, որոնք բարկության մասին կխոսեն, որ իբրև այն այնքան դուրս է վերահսկողությունից, որ չեն կարողանում կանգնեցնել:

Իրականությունն այն է, որ մեր բարկությունը մեզ կարող է հասցնել մի տեղ, երբ թվում է, թե նա է մեզ կառավարում, փոխանակ մենք կառավարենք նրան:

14. Անձնական կիրառություն (5-8 բույլե):

Ա. Այս դասի անձնական կիրառության մասին խոսելիս դու կարող ես նրանց տանել աստվածաշնչյան բանալի ճշմարտությանը. «Ես պետք է ուշադիր զննեմ, թե ինչպես է բարկությունն ազդել իմ կյանքի վրա»: Տեսնո՞ւմ են արդյոք այն վնասը, որ բարկությունը հասցրել է նրանց կյանքին և մարդկանց հետ նրանց փոխհարաբերություններին:

Տարբերակներից մեկն է՝ նրանց գրել տալ, թե ինչպես է բարկությունը կործանիչ ուժ դարձել իրենց կյանքում: Ի՞նչ վնաս է հասցրել բարկությունը նրանց և նրանց սիրելիների կյանքին: Դրանից հետո դու կարող ես աղոթքով ավարտել՝ խնդրելով Աստծուն, որպեսզի օգնի նրանց՝ բարկությունն օգտագործելու իրենց ձևը փոխելն սկսելու գործում:

Բ. Խնդրի՛ր քո ուսանողներին՝ խորհել Ուսանողի ձեռնարկի 11-րդ էջի հետևյալ հարցի շուրջ. **Բարկությունն իշխո՞ղ է քո կյանքում:** Թող նրանք խորհեն, թե ինչ է տեղի ունենում իրենց ներսում, երբ բարկանում են: Քաջալերի՛ր նրանց, որ գրեն իրենց բացահայտումները այդ հարցի վերաբերյալ:

Գ. Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին, որպեսզի սկսեն օրագիր պահել՝ գրանցելու համար այս շաբաթ տեղի ունեցող տարբեր իրավիճակները, երբ նրանք բարկանան: Այս օրինակները կօգտագործվեն մնացած դասաժամերի ընթացքում, երբ մենք բարկությունը կառավարելու նոր ձևեր փնտրելիս կլինենք: Թող նրանք գտնեն, թե ինչն էր գրգռել նրանց բարկությունն այդ իրավիճակներից յուրաքանչյուրում:

**15. Հանձնարարություններ:**

- Ա. Եթե դեռ չես արել, բաժանի՛ր Ուսանողի ձեռնարկներն այս դասաժամի համար: Թող քո ուսանողները կարդան Ուսանողի ձեռնարկի 2-րդ գլուխը՝ հաջորդ դասաժամին պատրաստվելու համար: Քաջալերի՛ր նրանց, որ նորից կարդան 1-ին գլուխը՝ այսօրվա դասաժամին անցած հարցերը վերանայելու համար:
- Բ. Գնահատակա՛ն դիր Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 1-ինի համար. «Հասկանալ սեփական բարկությունը»:
- Գ. Նաև քաջալերի՛ր նրանց, որպեսզի անդրադառնան Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 2-րդին՝ «Իմ անձնական իրավունքները», և սկսեն աշխատել դրա վրա՝ Ուսանողի ձեռնարկի 2-րդ գլուխը կարդալուց հետո: Բացատրի՛ր, որ մենք այս նախագծի վրա աշխատելու ենք հաջորդ դասաժամին:

**16. Դասի գնահատում:**

Խնդրում եմ, գրի՛ր մտքեր այս դասի բարելավման համար:  
Ո՞ր հատվածներն էին լավագույնս աշխատում:  
Ո՞ր մասերն էին ուսանողների համար դժվարհասկանալի:  
Ի՞նչն ամենաօգտակարը թվաց քո ուսանողներին:

## Դաս 2.

Ինչպե՞ս կարող եմ կոտրել բարկության կործանիչ ուժն իմ կյանքում:

**2**

### 1. Աստվածաշնչյան քանալի ճշմարտություն:

Որպես քրիստոնյա՝ ես պետք է իմ անձնական իրավունքները տամ Աստծուն:

### 2. Բանալի համար.

Բ Կորնթացիներին 9:7.

«Ամեն մեկը, ինչպես սրտով հոժար է, թող այնպես տա, ոչ թե խնայողաբար կամ հարկադրաբար, քանի որ Աստված սիրում է ուրախ տվողին»:

### 3. Հղում ուսանողական նյութերին:

Ուսանողի ձեռնարկի 2-րդ գլուխը համընթաց է այս դասի հետ: Մենք կօգտագործենք Ուսուցման ուղեցույցի հետևյալ երեք նախագծերն այսօրվա դասաժամին:

Նախագիծ 2. «Իմ անձնական իրավունքները»:

Նախագիծ 3. «Իմ անձնական իրավունքների հանձնումը»:

Նախագիծ 4. «Իմ առաջին քննությունն առանց իմ անձնական իրավունքների»:

### 4. Ուսուցչի ծրագիր այս դասաժամի համար:

Սա կարող է ամենադժվարամարս դասաժամը լինել այս ամբողջ դասընթացի մեջ: Դու պետք է հատուկ ուշադրություն դարձնես՝ քո ժամանակն այս դասաժամին այնպես կազմակերպելու համար, որ համապատասխան ժամանակ հատկացնես ամենակարևոր թեմային՝ քո անձնական իրավունքներն Աստծուն տալուն:

Ա. և Բ. կետերն արա՛գ անցիր, իսկ հետո դասաժամի մեծ մասը հատկացրո՛ւ Գ. կետին. «Ինչքանո՞վ եմ իմ անձնական իրավունքները կապված իմ բարկության հետ»: Շատ կարևոր է, որ այս դասաժամին դու անցնես Գ. կետի 1-3-րդ ենթակետերով, որպեսզի կարողանաս այսօրվա Անձնական կիրառությունը կենտրոնացնել նրանց՝ իրենց անձնական իրավունքները Աստծուն տալու որոշման վրա:





Մի պլակատ պատրաստիր Ուսանողի ձեռնարկի 19-րդ էջում գտնվող՝ «Անձնական իրավունքի» սահմանումով. **«Անձնական իրավունքը կանոն է, որը ես ստեղծել եմ ինձ համար և ակնկալում եմ, որ մարդիկ ենթարկվեն դրան»:**

**5. Դասի ջերմացման գործողություն (2-3 րոպե):**

Ընտրի՛ր հետևյալ առաջարկներից որևէ մեկն այսօրվա դասաժամը սկսելու համար: Կամ էլ սկսի՛ր դասի ջերմացման գործողությունը՝ հղում անելով այսօրվա դասի վերնագրին, կամ այն օգտագործի՛ր որպես դասի ջերմացման գործողությունից դուրս մի միջոց՝ տեղափոխվելու համար դասի հաջորդ մաս:

- Ա. Պատկերավոր ձևով բարկության կործանիչ ուժը ցույց տալու նպատակով օգտագործի՛ր վերջին լուրերից մի պատմություն, որտեղ բարկությունը բերել է նրան, որ ինչ-որ մեկը վնասվել կամ սպանվել է:
- Բ. Դու կարող ես մի ուսանողի խնդրել՝ պատմել իր անցյալից մի օրինակ, թե ինչպես է բարկությունը կործանում բերել իր կյանքում:
- Գ. Դու կարող ես կիսվել նախկին ուսանողներից մեկի կամ քո կյանքից մի պատմությամբ, որտեղ երևում է բարկության ավերիչ լինելը:

**6. Անցած դասաժամի արագ վերանայում (1-3 րոպե):**

Արագ վերանայե՛ք 1-ին գլխի երեք հիմնական կետերը.

- Գոյություն ունեն բարկությունն արտահայտելու տարբեր ձևեր:
- Բարկությունը նման է իշխող մեկին, որ փորձում է կառավարել քո կյանքը:
- Ես պետք է պատասխանատվություն ստանձնեմ իմ բարկության համար:

Այս երեք կետերը տանում են ճիշտ այն թեմային, որը մենք կանցնենք այսօր, այն է՝ բարկության կործանիչ ուժը մեր կյանքում:

**7. Ներկայացրո՛ւ այսօրվա դասաժամը (1-3 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 15-րդ:**

Ուսանողի ձեռնարկի 2-րդ գլխի վերնագիրն ամփոփ ներկայացնում է այսօրվա դասաժամի գլխավոր թեման. **«Ինչպե՞ս կարող եմ կոտրել բարկության կործանիչ ուժն իմ կյանքում»:** Մատնանշի՛ր, որ մենք չենք խոսում միայն անսանձ բարկության մասին, որը մարդուն հասցնում է մարդասպանության: Առանցքայինն այստեղ **«բարկության կործանիչ ուժի»**

վրա կենտրոնանալն է և օգնելը յուրաքանչյուր ուսանողի, որպեսզի հստակ տեսնի, թե ինչպիսին է այն իր կյանքում:

2

Դասը հիմնված է այն ենթադրության վրա, որ քո ուսանողներն իրոք ուզում են փոխել բարկության հանդեպ իրենց վերաբերմունքը: Այսօր մենք կխոսենք գործնական քայլերի մասին, որ նրանք կարող են անել՝ իրենց կյանքում բարկությանը վերաբերվելու հարցում փոփոխություններ բերելու նպատակով:

Այսօրվա մեր մարտահրավերն է՝ սովորել կանգնեցնել բարկության կործանիչ ուժը մեր կյանքում և սկսել առաջ շարժվել՝ այն օգտագործելով Աստծուն հաճելի ձևով:

**8. Համառոտ ներկայացրո՛ւ Ա. կետը. «Կախարդական փայտիկի» լուծումներ չկան» (1-2 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 15-16-րդ էջեր:**

Շատ արագ անցիր այս կետը: Եթե քո ուսանողներն իրոք ուզում են պատասխանել այն հարցին, որը 2-րդ գլխի վերնագիրն է, նրանք պետք է հասկանան, որ սա գործընթաց է, ոչ թե մեկ անգամվա դեպք: Դա մի հրաշագործ պահ չէ, երբ նրանց բարկությունն ակնթարթորեն անհետ կկորչի:

Պարզաբանի՛ր, որ քո ուսանողները չպետք է խնդրեն Աստծուն՝ վերացնել իրենց բարկությունը: Նա մեզ այս զգացմունքով է ստեղծել: Այս կետն այն մասին է, որ կախարդական փայտիկի լուծումներ գոյություն չունեն, հիմնականում խնդիրն իրականության հետ առերեսումն է, և դժվար է լինելու սույն դասն իրականացնել իրենց կյանքում:

**9. Համառոտ ներկայացրո՛ւ Բ. կետը. «Սկսի՛ր վերջից» (2-4 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 16-19-րդ էջեր:**

Այս կետի ողջ նպատակը նրանց օգնելն է, որ տեսնեն ամբողջական պատկերը: Մենք ուզում ենք, որ նրանք տեսնեն, թե որքան արժեքավոր է անձնական ժամանակ (դասից դուրս) հատկացնելը՝ խորհելու համար, թե ինչ տեղ է զբաղեցրել բարկությունն իրենց կյանքում, և ինչ են իրենք ուզում փոխել: «Վերջից սկսել» ասելով մենք պարզապես ուզում ենք ընդգծել, որ դա օգնելու է նրանց, որ հստակ նպատակակետ ունենան իրենց քայլերում:

Երկու հարցադրում կարող է նրանց օգնել՝ կողմնորոշվելու համար նպատակակետի հարցում.

1. Ո՞ր ես ուզում հասնել դու:
2. Ո՞ր է Աստված ուզում, որ դու հասնես:

Ուսանողի ձեռնարկից վերցրած այս հարցերը (16-17-րդ էջեր) համառոտ ամփոփում են տալիս նրանց մտորումների վերաբերյալ: Մատնանշի՛ր,

որ 2-րդ հարցին պատասխանելու համար նրանք ստիպված կլինեն ժամանակ հատկացնել Աստվածաշնչի ուսումնասիրությանը, քանի որ այնտեղ կգտնեն, թե ինչպես է Աստված ուզում, որ նրանք օգտագործեն իրենց բարկությունը, օգտագործեն այնպես, որ հաճելի լինի Աստծուն:

**Հարց 3-րդին՝ «Որտե՞ղ ես դու այսօր»,** պարտադիր չէ, որ դասարանում հենց հիմա ժամանակ հատկացնես, որ նրանք պատասխանեն: Ընդամենը նրանց ասա՝, որ վերադառնան այս հարցերին ողջ դասընթացն անցնելու ժամանակամիջոցում: Իմանալը, թե որտեղ են նրանք այսօր, կօգնի նրանց, որ սկսեն առաջընթացի քայլեր անել ճիշտ ուղղությամբ:

**10. Անցկացրո՛ւ Բ-4. կետը. «Քայլ առաջին. դու դարձե՞լ ես ճշմարիտ քրիստոնյա» (2-3 բույս), Ուսանողի ձեռնարկ, 18-19-րդ էջեր:**

Սա քո ուսանողներին մտորելու համար կարևոր հարց է, սակայն դու պետք է ի վիճակի լինես դրանց համեմատաբար համառոտ անդրադառնալ՝ հաշվի առնելով քո ուսանողների համապատասխան պատրաստվածությունը: Եթե դու գիտես, որ ունես ուսանողներ, ովքեր Քրիստոսին հետևելու որոշում չեն կայացրել, ապա պետք է բացատրես, որ բարկության վերաբերյալ քո սովորեցրածը նրանց համար կարող է շատ դժվար լինել, որպեսզի իրենց կյանքում կիրառեն:

Մենք, իրականում, ուզում ենք ասել, որ Հիսուսի հետ անձնական փոխհարաբերություն ունենալը կենսական նշանակություն ունեցող քայլ է՝ բարկության կործանիչ ուժն իրենց կյանքում հաղթահարելու համար: Նա է մեզ տալիս զորություն պետք եղած փոփոխություններն անելու համար: Մենք չենք ուզում որևէ մեկին ստիպել՝ քրիստոնյա դառնալ, սակայն, եթե դու գիտես, որ սա քո որոշ ուսանողների համար լուրջ խնդիր է, ապա կարող ես հիմա հատուկ ժամանակ տրամադրել՝ դրա մասին խոսելու:

**11. Զգուշացում ուսուցչին՝ անձնական իրավունքների մասին Գ. կետն անցկացնելու վերաբերյալ: Սկիզբն Ուսանողի ձեռնարկի 19-րդ էջում է:**

Այսօրվա դասի մնացած հատվածն ուսուցանելիս պետք է համոզված լինես, որ անցնում ես բոլոր առանցքային կետերը, որոնք վերաբերում են անձնական իրավունքներին, որպեսզի նրանք ամբողջական պատկեր ստանան այս դասաժամի ընթացքում: Այնպե՛ս արա, որ նրանք չտարվեն՝ չափից շատ ժամանակ օգտագործելով մի կետի համար, և չկարողանան պատշաճ ժամանակ հատկացնել՝ այսօր անցնելու բոլոր առանցքային կետերը՝ Գ-1.-ից մինչև Գ-4.-ը:

Բայց և այնպես, հաջորդ դասաժամին մենք ավելի մանրամասն կդիտարկենք, թե ինչպես է իրենց անձնական իրավունքներն Աստծուն տալն ազդում նրանց կյանքի վրա, և կանդրադառնանք Ուսանողի ձեռնարկի 2-րդ գլխի երկրորդ մասին: Այսօրվա դասաժամին մեր գլխավոր նպատակն է՝

համոզվել, որ նրանք հասկանում են, թե ինչ են անձնական իրավունքները, ինչ կապ ունեն դրանք իրենց բարկության հետ, և ինչպես կարող են իրենց անձնական իրավունքները հանձնել Աստծուն:

2

**12. Ներկայացրո՛ւ Գ. կետը. «Ինչքանով են իմ անձնական իրավունքները կապված իմ բարկության հետ» (2-4 բույս), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 19-րդ:**

Անձնական իրավունքներին վերաբերող այս թեման և դրա կապը բարկության հետ բարկությունը կառավարելու վերաբերյալ սովորական ուսուցում չէ: Բայց և այնպես, ես հավատում եմ, որ սա հզոր մի ուսուցում է, որը կարող է ուսանողին հասցնել այն բանին, որ գտնի բարկության առաջնային պատճառը:

Ուսանողի ձեռնարկի 19-րդ էջում գտնվող մի պարբերություն ամփոփ կերպով ներկայացնում է այս ուսուցումը: Դու կարող ես սկսել մոլախոտի օրինակով: Մոլախոտը նկարի՛ր գրատախտակի կամ մեծ սովորաթղթի վրա: Մատնանշի՛ր, որ բույսի՝ հողից վերև գտնվող հատվածը ներկայացնում է մեր բարկությունը: Ներքևում գտնվող արմատները ներկայացնում են այն, ինչը սնում է մեր բարկությունը: Ինչպես տեսնում եք՝ հիմնական արմատն ուժեղ է և խորն է գնում:

Եթե պարզապես պոկեք մոլախոտի տերևները, որ վերևում են գտնվում, դուք այն չեք ոչնչացնի: Կրկին նոր տերևներ կաճեն: Եթե ուզում եք ոչնչացնել այն, դուք պետք է ոչնչացնեք դրա արմատները:

Մակերեսից վերև գտնվող տերևները ներկայացնում են մեր բարկությունը, իսկ հողի տակ գտնվող հիմնական արմատը ներկայացնում է մեր անձնական իրավունքները: Ահա թե ինչից է սնվում մեր բարկությունը, և ինչն է այդքան շատ ուժ տալիս դրան:

Հղո՛ւմ արա դասի այն կետին, որն ասում էր՝ «Բարկությունն իշխող է քո կյանքում»: Ճիշտ՝ ինչպես մոլախոտն է շրջապատում քո պարտեզի բույսերին, այնպես էլ բարկությունն է տիրում և շրջապատում, որպեսզի դու ուրիշ ոչ մի ձևով չկարողանաս արձագանքել քեզ հանդիպող իրավիճակներին:



Ասա՛ք ռուսանոդներին, որ մենք նորից կվերադառնանք այս նկարագրումանը այսօրվա դասաժամի ընթացքում:

**13. Անցկացրո՛ւ Գ-1. Կետը՝ «Ի՞նչ են անձնական իրավունքները», և Գ-2. Կետը՝ «Ինչպե՞ս են իմ անձնական իրավունքները սնում իմ բարկությունը» (5-7 բույլ), Ուսանողի ձեռնարկ, 19-22-րդ էջեր:**

**2**

Մատնանշի՛ր, որ «Անձնական իրավունքները» կանոններ են, որոնք մենք ենք ստեղծել մեր կյանքի համար, և ակնկալում ենք, որ մյուսները կենթարկվեն մեր կանոններին:

Մեզնից ոչ բոլորն են նստել, գրի առել այդ կանոնները և դրանք տվել մեր ընտանիքին կամ ընկերներին ու ասել. «Դուք պարտավոր եք ենթարկվել իմ այս կանոններին»: Սակայն, երբ ինչ-որ մեկը խախտում է այդ կանոններից մեկը, մենք բարկանում ենք և ասում. «Դու իրավունք չունես ինձ հետ այդպես վերաբերվելու»: Եվ դրա հետ կապված՝ հաճախ մեր բարկությունը ժայթքում է:

Դու կարող ես ժամանակ հատկացնել, որպեսզի քո ռուսանոդները հայտնաբերեն, թե որոնք են իրենց անձնական կանոնները՝ «անձնական իրավունքները», որոնց առումով նրանք ակնկալում են, որ մյուսները ենթարկվեն: Ասա՛ նրանց, որ անձնական իրավունքները գտնելու ամենահեշտ ձևերից մեկը դիտարկելն է, թե ինչն է նրանց բարկացնում: Մա մասամբ քննարկված է Ուսանողի ձեռնարկի 21-22 էջերում գետեղված Գ-2. կետում. «Ինչպե՞ս են իմ անձնական իրավունքները սնում իմ բարկությունը», նշված երկու թեմաները միասին՝ քննարկիր այստեղ:

Նշի՛ր, որ ինչքան ամուր ենք կառչում մեր կանոններին, այնքան ավելի կատաղի է լինում մեր բարկությունը, երբ կանոնները խախտվում են: Կամ քո որոշ ռուսանոդների խնդրի՛ր, որ կիսվեն իրենց օրինակներով, կամ էլ դու օրինակներ՝ բեր քո սեփական կյանքից:

Թող քո ռուսանոդները բացեն Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 2-րդը՝ «Իմ անձնական իրավունքները», երբ դուք սկսեք այս քննարկումը: Եթե նրանք դեռ չեն սկսել այս նախագիծը, դու կարող ես հիմա դասարանում բացատրել, թե ինչպես պետք է դա անել: Վերանայե՛ք Ուսանողի ձեռնարկի 19-20-րդ էջում գտնվող՝ անձնական իրավունքների մի քանի օրինակներ: Ընտրի՛ր առաջին անձնական իրավունքը, երբ մարդիկ անհարգալից են վերաբերվում քո հանդեպ, կամ մեկ ուրիշը, որը լավագույնս է համընկնում քո դասարանի հետ:

Համոզվի՛ր, որ քո ռուսանոդները հասկանում են, որ այս «անձնական իրավունքները» կարող են լինել նրանց կյանքի ցանկացած ասպարեզում: Քո որոշ ռուսանոդներ, հնարավոր է, բարկանում են անգամ Աստծո վրա, որ Նա չի անում այն, ինչ, նրանց կարծիքով, պետք է աներ: Մենք, իրականում, ուզում ենք ասել, որ մի շարք կանոններ ունենք նույնիսկ Աստծո համար:

Պատկերացրե՛ք միայն: Տիեզերքի Արարիչը պարտավոր է ենթարկվել Նրա համար ստեղծած իմ կանոններին:

2

Դու կարող ես իրերի վրա բարկանալ ճիշտ նույնքան հեշտ, որքան՝ մարդկանց, օրինակ՝ քո համակարգչի, ավտոմեքենայի կամ քեզ պատկանող որևէ այլ իրի, երբ այն չի գործում քո ուզած ձևով:

Հիմնական զգուշացումն այն է, որ չափից ավելի շատ ժամանակ չծախսես այստեղ: Համոզվի՛ր, որ բավականաչափ ժամանակ ունես այս՝ ուսուցչի ծրագրի մյուս երկու կետերն անցնելու համար:

Թող նրանք ընթացքի մեջ լինեն, որպեսզի հասկանան անձնական իրավունքների գաղափարը, իսկ հետո, երբ դու անցնելու լինես դասաժամի և ընդհանուր դասընթացի մնացած մասը, կարող ես շարունակել ավելի շատ անձնական իրավունքներ մատնանշել, և թե ինչպես են դրանք սնում նրանց բարկությունը:

#### 14. Անցկացրո՛ւ 17-րդ էջի շրջանակը. «Ինչո՞ւ ես պետք է իմ անձնական իրավունքները տամ Աստծուն» (2-3 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 21-րդ:

Համառոտ ներկայացրո՛ւ Ուսանողի ձեռնարկի 21-րդ էջում գտնվող՝ շրջանակի մեջ գրված տեղեկությունը, որն ասում է, թե ինչու մենք պետք է մեր անձնական իրավունքները տանք Աստծուն: Դու կարող ես այս կետը ներկայացնել՝ ասելով, որ մեր քննարկման հաջորդ կետը կլինի՝ «**Ինչպե՞ս** կարող եմ իմ անձնական իրավունքները տալ Աստծուն»:

Նշի՛ր, որ ուսանողների մեջ կարող են լինել մարդիկ, ովքեր պատրաստ չեն իրենց անձնական իրավունքները տալ Աստծուն, այնպես որ եկե՛ք արագ նայենք, թե **ինչու** է մեր անձնական իրավունքներն Աստծուն տալը լավ գաղափար:

Եթե քո ուսանողներն այստեղ շատ հարցեր չունեն, ուրեմն արա՛գ անցիր այս կետը: Եթե քո որոշ ուսանողներ, իրոք, դեմ կանգնեն մեր անձնական իրավունքներն Աստծուն տալու ընդհանուր գաղափարին, թո՛ւյլ տուր նրանց՝ կիսվել իրենց անհանգստություններով, սակայն թույլ մի՛ տուր, որ դասի այս հատվածը չափից ավելի շատ ժամանակ խլի:

Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին՝ ուշադիր լինել այսօրվա ուսուցմանը, սակայն նաև հիշեցրո՛ւ, որ մենք պետք է անցնենք ամբողջ թեման, որ նրանք տեսնեն, թե ինչպես են բոլոր հատվածները համընկնում միմյանց հետ, որպեսզի սա գործի նրանց կյանքում:

Դու կարող ես նաև վերանայել այս թեման հաջորդ դասաժամին՝ որպես ամփոփման մի մաս:

**15. Անցկացրո՛ւ Գ-3. կետը. «Ինչպե՞ս կարող եմ իմ անձնական իրավունքները տալ Աստծուն» (10-15 թույլ), Ուսանողի ձեռնարկ, 22-25-րդ էջեր:**

Գ-3. կետն անցնելիս համոզվի՛ր, որ այն դրական ուղղությամբ ես տանում: Լավագույն տարբերակներից մեկը դա անելու համար քո կյանքը որպես օրինակ բերելն է, թե ինչպես ես քո անձնական իրավունքները տվել Աստծուն, և թե ինչպես է այդ քայլը դրական փոփոխություններ բերել քո կյանքում:

Դու իրենց անձնական իրավունքներն Աստծուն տալու այս քայլերը գրի՛ր պլակատի վրա: Այնուհետև փակցրո՛ւ այն դասասենյակի պատին՝ օգտագործելու համար որպես հղման կետ դասընթացի մնացած մասում:

**Ա. ենթակետ. «Թվարկի՛ր այն իրավիճակները, որոնք քեզ բարկացնում են, լարվածություն են առաջացնում, նյարդայնացնում են, վրդովեցնում կամ անհանգստացնում են»:** Նրանք արդեն Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 1-ինում սկսել են ցուցակագրել այն դեպքերը, որոնք բարկացնում են իրենց: Բայց և այնպես, քաջալերի՛ր նրանց, որ շարունակեն գրի առնել իրենց բարկացնող այն ամենը, ինչը մնացել է նրանց հիշողության մեջ:

**Բ. ենթակետ. «Գրի՛ առ քո բոլոր անձնական իրավունքները»:** Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 2-րդի՝ «Իմ անձնական իրավունքները» բաժինը կապ ունի այս քայլի հետ: Թող նրանք այս նախագիծը ձեռքի տակ պահեն և ավելի շատ անձնական իրավունքներ ավելացնեն իրենց ցուցակում դասաժամի և հետագա օրերի ընթացքում:

**Գ. ենթակետ. «Աղոթի՛ր և տո՛ւր Աստծուն քո անձնական իրավունքները»:** Այս կետը քննարկելիս համոզվի՛ր, որ նրանք հասկանում են քո բացատրությունն առ այն, թե ինչպես կարող են դա անել: Մի՛ փորձիր այնպես անել, որ նրանցից յուրաքանչյուրը հենց հիմա դասարանում աղոթի ու իր անձնական իրավունքները տա Աստծուն: Նրանք կարիք ունեն անձամբ մտածելու և աղոթելու սրա վերաբերյալ: Քաջալերի՛ր նրանց, որ օգտագործեն Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 3-րդը՝ «Իմ անձնական իրավունքների հանձնումը» որպես միջոց՝ որոշում կայացնելու համար, թե ինչպես նրանք կարձագանքեն դասի այս մասին: Նրանք կարող են հետևել դրան անգամ դասից հետո:

**Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 3-րդի առաջին էջն այլընտրանքային է:** Մի՛ պահանջիր, որ քո ուսանողները լրացնեն առաջին էջը՝ այս դասից լավ գնահատական ստանալու համար: Կան ուսանողներ, ովքեր պատրաստ չեն իրենց անձնական իրավունքները տալ Աստծուն: Նրանց կարող ես հանձնարարել Աստծուն ուղղված մի աղոթք գրել առ այն, թե ինչպիսի հարցեր ու անհանգստություններ ունեն, որոնք իրենց հետ են պահում անձնական իրավունքներն Աստծուն տալուց: Մա հնարավոր է անել Նախագիծ 3-րդի 2-րդ էջում:



## 2

**Դ. ենթակետ. «Որոշում կայացրու՝ շնորհակալություն հայտնելու Աստծուն, ինչ էլ որ պատահի»:** Քննարկման այս հատվածը մեզ տանում է այն թեմային, ինչը մենք պետք է անցնենք հաջորդ դասաժամին: Քաջալերի՛ր նրանց, որ կիրառեն այդ քայլը՝ շնորհակալություն հայտնել Աստծուն, ինչ էլ որ պատահի: Նրանք դա կարող են անել օրվա մեջ՝ ավելի ուշ, նույնիսկ եթե բարկացած լինեն տվյալ իրավիճակում: Մենք խոսում ենք այս գործընթացի քայլերը հասկանալու մասին, այն է՝ սովորել նոր ձևով արձագանքել նույնատիպ իրավիճակներին:

Կարևոր մի բան, որ դու պետք է անես, համոզվելն է, որ քո ուսանողները ճիշտ են ըմբռնել, թե ինչ են անձնական իրավունքները, ինչպես են դրանք կապված իրենց բարկության հետ: Պատրաստ եղիր այս թեման անցնելիս լրացուցիչ ժամանակ հատկացնել այնքան, ինչքան որ կպահանջվի համոզվելու համար, որ քո ուսանողները հասկանում են այն: Ամբողջ դասընթացի ժամանակ այս թեման անցնելիս հետ հղո՛ւմ արա անձնական իրավունքների գործնական օրինակներին և այն բանին, թե ինչ կապ ունեն դրանք քննարկվող նոր նյութի հետ:

**16. Համառոտ ներկայացրու՛ւ, թե ինչ էք անցնելու հաջորդ դասաժամին (1-3 րոպե):**

Երբ դու պատրաստվես անցնել այսօրվա դասաժամի անձնական կիրառությանը, մատնանշի՛ր, որ մենք կշարունակենք անձնական իրավունքների վերաբերյալ մեր քննարկումները հաջորդ դասաժամին: Քաջալերի՛ր նրանց, որ տան ցանկացած հարց, ինչ նրանք ունեն այս թեմայի վերաբերյալ:

Հաջորդ դասաժամին մենք կքննարկենք հաջորդ քայլերը, որոնք մարդը պետք է կատարի իր անձնական իրավունքներն Աստծուն տալուց հետո:

**17. Անձնական կիրառություն (5-8 րոպե):**

Այսօրվա անձնական կիրառության հետ կապված հատուկ հանգամանքների պատճառով դու կարող ես տալ հաջորդ դասաժամի հանձնարարությունները՝ նախքան այս դասի անձնական կիրառությանն անդրադառնալը:

Քո անձնական իրավունքներն Աստծուն տալն իրականում անձնական կիրառություն է, որին մենք ուզում ենք, որ մեր ուսանողները հետևեն այսօրվա դասաժամի վերջում: Քաջալերի՛ր նրանց, որ խորությամբ մտածեն, թե ինչ են պատրաստվում անել իրենց անձնական իրավունքներն Աստծուն տալու առումով: Վերադարձրո՛ւ նրանց Ուսանողի ձեռնարկի 2-րդ գլխի թեմային. «Ինչպե՞ս կարող եմ կոտրել բարկության կործանիչ ուժն իմ կյանքում»:

Եթե նրանք ուզում են պատասխանել այդ հարցին, ապա իրենց անձնական իրավունքներն Աստծուն հանձնելն առանցքային նշանակություն ունի փոփոխության այս գործընթացի մեջ: Քաջալերի՛ր նրանց, որ օգտագործեն Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 3-րդը՝ «Իմ անձնական իրավունքների հանձնումը» որպես միջոց՝ այս որոշման վրա մտորելու և շարունակելու համար՝ հետևել դրան:

Վերադարձի՛ր մոլախոտի նկարագարումանը՝ ուշադրությունը կենտրոնացնելով բույսի երկար արմատներին, և մատնանշել արմա՛տը ոչնչացնելու կարիքը, եթե նրանք ուզում են հաղթահարել իրենց բարկության խնդիրը. արմատը ներկայացնում է նրանց անձնական իրավունքները:

Կարող ես նրանց մի քանի բույսեր տալ՝ դասի վերջում Աստծո հետ լուռ աղոթելու և խոսելու համար այն բաների մասին, ինչ անցել են այսօրվա դասաժամին: Մեկ այլ տարբերակ է՝ դասաժամի վերջում քո ուսանողներին աղոթքի սենյակ տանել և թույլ տալ, որ այս հարցի վերաբերյալ որոշ ժամանակ անցկացնեն Աստծուն ուղղված անձնական աղոթքի մեջ:

**18. Հանձնարարություններ:**

- Ա. Բացատրի՛ր, որ Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 2-րդը՝ «Իմ անձնական իրավունքները», պետք է լրացված լինի մինչև հաջորդ դասաժամը:
- Բ. Խորհուրդ է տրվում Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 3-րդը՝ «Իմ անձնական իրավունքների հանձնումը», օգտագործել այսօրվա դասաժամի՝ Անձնական կիրառության մեջ: Դու կարող ես հանձնարարել ուսանողներին, որ իրենց աղոթքը գրեն այդ նախագծի 2-րդ էջում: **Բայց և այնպես, Նախագիծ 3-րդի 1-ին էջն այլընտրանքային է:** Նրանք, ովքեր որոշել են իրենց անձնական իրավունքները չտալ Աստծուն, կարող են այս աղոթքի մեջ ներառել իրենց հարցերն ու անհանգստությունները, որոնք դեռևս պատասխան չեն գտել:
- Գ. Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 4-րդը՝ «Իմ առաջին քննությունն առանց իմ անձնական իրավունքների», **այլընտրանքային նախագիծ է:** Եթե քո որոշ ուսանողներ որոշել են չտալ իրենց անձնական իրավունքներն Աստծուն, ապա նրանք չեն կարող բացարձակ անկեղծությամբ անել այս նախագիծը: Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին, որ կատարեն այս նախագծի հանձնարարականը, սակայն մի՛ շտապիր պահանջել:
- Դ. Թող քո ուսանողները կարդան Ուսանողի ձեռնարկի 2-րդ գլուխը հաջորդ դասաժամին նախապատրաստվելու համար: Բացատրի՛ր, որ այսօրվա դասին լինելու է անցած թեմաների ամփոփում: Գլուխ երկրորդի 2-րդ մասը կլինի մեր առաջնային կիզակետում՝ հաջորդ դասաժամի համար:

Անձնական իրավունքների վերաբերյալ 2-րդ գլխի նյութը շատ կարևոր է այսօրվա ուսուցման համար, այնպես որ քաջալերի՛ր նրանց՝ ուշադիր կարդալ այն և հաջորդ դասաժամին բերել ցանկացած հարց այս թեմայի հետ կապված:

**2****19. Դասի գնահատում:**

Խնդրում եմ, գրի՛ր մտքեր այս դասի բարելավման համար:

Ո՞ր հատվածներն էին լավագույնս աշխատում:

Ո՞ր մասերն էին ուսանողների համար դժվարհասկանալի:

Ի՞նչն ամենաօգտակարը թվաց քո ուսանողներին:

## Դաս 3.

### Ավելի մոտ հայացք՝ իմ անձնական իրավունքներն Աստծուն տալու թեմային:

#### 1. Աստվածաշնչյան քանայի ճշմարտություն:

Իմ անձնական իրավունքներն Աստծուն տալն ինձ ի վիճակի կդարձնի՝ կոտրել բարկության կործանիչ ուժն իմ կյանքում:

#### 2. Բանայի համար.

Ղուկաս 9:23-24.

«Եվ նրանց բոլորին ասում էր. «Եթե մեկը կամենում է Իմ հետևից գալ, թող իր անձն ուրանա և ամեն օր իր խաչը վերցնի ու Ինձ հետևի: Որովհետև ով որ կամենա իր անձը փրկել, կկորցնի այն, և ով որ իր անձը կորցնի Ինձ համար, կփրկի այն»:

#### 3. Հղում ուսանողական նյութերին:

Ուսանողի ձեռնարկի 2-րդ գլուխը համահունչ է այս դասի հետ, հատկապես՝ 26-36-րդ էջերը (սկսած 4-րդ կետից. «Ի՞նչ կլինի, եթե ես իմ անձնական իրավունքները տամ Աստծուն»): Մենք կօգտագործենք Ուսուցման ուղեցույցի հետևյալ երեք նախագծերն այսօրվա դասաժամի համար.

Նախագիծ 2. «Իմ անձնական իրավունքները»:

Նախագիծ 3. «Իմ անձնական իրավունքների հանձնումը»:

Նախագիծ 4. «Իմ առաջին քննությունն առանց իմ անձնական իրավունքների»:

#### 4. Դասի ջերմացման գործողություն (2-3 րոպե):

Քո ցանկությամբ մեկ կամ երկու ուսանող թող կիսվեն անձնական իրավունքի մի օրինակով, որը նրանք տեսնում են իրենց կյանքում: Մա կարող է լինել այն օրինակը, որը նրանք բացահայտել էին, երբ դիտարկում էին, թե ինչն է իրենց բարկացնում:

Եթե քո ուսանողները օրինակներ չբերեն, դու մեկ կամ երկուսը պատրաստի ունեցի՝ քո սեփական կյանքից, կամ նախկին ուսանողներից, ովքեր ժամանակին անցել են այս դասը:

## 5. Վերանայի՛ր 1-ին և 2-րդ դասերի հիմնական կետերը (3-10 րոպե):

Շատ արագ անցիր **1-ին դասի** հետևյալ երեք կետերը.

- Գոյություն ունեն բարկությունն արտահայտելու տարբեր ձևեր:
- Բարկությունը նման է իշխող մեկի, ով փորձում է կառավարել քո կյանքը:
- Ես պետք է պատասխանատվություն ստանձնեմ իմ բարկության համար:

**2-րդ դասին** մենք անցանք «Ինչպե՞ս կարող եմ կոտրել բարկության կործանիչ ուժն իմ կյանքում»:

Կրկին անդրադարձե՛ք «Անձնական իրավունքի» սահմանումով պլակատին և կարդացե՛ք այն: Երկար արմատներով մոլախոտի նկարագրումն օգտագործելիս ընդգծե՛ք, որ մեր անձնական իրավունքներն են սնում մեր բարկությունը:

Նշի՛ր, որ բարկության կործանիչ ուժը մեր կյանքում կոտրելու համար ամենաուղիղ ճանապարհը մեր անձնական իրավունքներն Աստծուն տալն է: Նորի՛ց անցիր մեր անձնական իրավունքներն Աստծուն տալու չորս քայլերով՝ սկսելով Ուսանողի ձեռնարկի 23-րդ էջից: Դու կարող ես պլակատ պատրաստել այս չորս կետերի վերաբերյալ և փակցնել այն դասասենյակում, որպեսզի կարիքի դեպքում հղում անես դրան դասընթացի մնացած ժամանակահատվածում:

Ա. Թվարկի՛ր այն իրավիճակները, որոնք քեզ բարկացնում են, լարվածություն են առաջացնում, նյարդայնացնում են, վրդովեցնում կամ անհանգստացնում են:

Բ. Գրի՛ առ քո բոլոր անձնական իրավունքները:

Գ. Աղոթի՛ր և տո՛ւր Աստծուն քո անձնական իրավունքները:

Դ. Որոշո՛ւմ կայացրու՝ շնորհակալություն հայտնելու Աստծուն, ինչ էլ որ պատահի:

Քո ուսանողներին բացատրի՛ր, որ մենք այսօրվա դասը կառուցելու ենք այս հիմքի վրա և նայելու ենք, թե ինչ է տեղի ունենում մարդու կյանքում, երբ նա իր անձնական իրավունքները տալիս է Աստծուն:

Օգտագործի՛ր Աստվածաշնչյան բանալի ճշմարտությունն ու Բանալի համարը՝ այսօրվա դասաժամի հիմքը ապահովելու համար:

6. Անցկացրո՛ւ շրջանակի մեջ գրվածը. «Ի՞նչ է լինում, երբ ես իմ անձնական իրավունքները չեմ տալիս Աստծուն» (2-5 բույե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 26-րդ:

Զգո՛ւյ՛ջ եղիր այս կետը ներկայացնելիս, որպեսզի չափից ավելի խիստ չլինես քո դասարանի այն ուսանողների հանդեպ, ովքեր դեռ պայքարներ ունեն իրենց անձնական իրավունքներն Աստծուն տալու գաղափարի շուրջ:

Քո կողմից այս նյութը քննարկելիս ուսանողներին մի՛ խնդրիր, որ իրենց պատկերացնեն այդ իրավիճակում, եթե դեռևս չեն ուզում իրենց անձնական իրավունքները տալ Աստծուն: Պարզապես ներկայացրո՛ւ այս կետերը և օգնի՛ր նրանց՝ տեսնելու համար այն հետևանքները, որոնք կառաջանան ցանկացած մեկի կյանքում, ով իր անձնական իրավունքները չի տալիս Աստծուն:

7. Ներկայացրո՛ւ Գ-4. կետը. «Ի՞նչ կլինի, եթե ես իմ անձնական իրավունքները տամ Աստծուն»: Անցկացրո՛ւ Գ-4-Ա. ենթակետը. «Ես կսպանվեմ» (2-5 բույե), Ուսանողի ձեռնարկ, 26-27-րդ էջեր:

Այս ենթակետի վերնագիրը, ակնհայտ է, բառացի տեղի չի ունենում, երբ մարդն իր անձնական իրավունքները տալիս է Աստծուն: Բայց և այնպես, մենք հայտնաբերել ենք վախերից մեկը, որը մարդիկ ունենում են, երբ խորհում են իրենց անձնական իրավունքները հանձնելու մասին: Օրինա՛կ բեր քո սեփական կյանքը՝ բացատրելու համար, որ սա անհիմն վախ է, և որ Աստված պատրաստ է օգնել նրանց, երբ նրանք իրենց անձնական իրավունքները տան Նրան:

Ժամանա՛կ հատկացրու՝ կարդալու և քննարկելու համար երեք համարներ, որոնք թվարկված են Ուսանողի ձեռնարկի այս հատվածում:

**Բ Օրինաց 31:8.**

«Եվ քո առջից գնացողը նույն Ինքը՝ Տերն է, Նա քեզ հետ է լինելու, Նա քեզ չի թողնի և քեզ չի լքի, մի՛ վախենա, մի՛ զարհուրիր»:

**Մատթեոս 28:20.**

«Եվ ահա ես ձեզ հետ եմ ամեն օր, մինչև աշխարհի վերջը: Ամեն»:

**Սաղմոս 31:14-15.**

«Բայց ես Քեզ վստահեցի, ո՛վ Տեր, ես ասացի. «Դո՛ւ ես իմ Աստվածը»: Իմ ժամանակները Քո ձեռքին են. փրկի՛ր ինձ իմ թշնամիների ձեռքից ու ինձ հալածողներից»:

Ժամանա՛կ հատկացրու՝ մատնանշելու, որ սատանան ուզում է, որ նրանք ընդունեն այս վախը՝ կապված իրենց անձնական իրավունքներն Աստծուն տալու հետ: Նրանք պետք է կանգնեն Աստծո ճշմարտության վրա, ոչ թե սատանայի ստերի:

8. Անցկացրո՛ւ Գ-4-Բ. ենթակետը. «Դու դեռևս կշարունակես բարկանալ» (2-4 բույե), Ուսանողի ձեռնարկ, 27-28-րդ էջեր:

Օգնի՛ր քո ուսանողներին հասկանալ, որ իրենց անձնական իրավունքներն Աստծուն տալը գործընթաց է: Ասա՛ նրանց, որ անմտություն է Աստծուն խոստանալ, որ այլևս չեն բարկանալու: Աստված չի ակնկալում, որ մենք կդադարենք բարկանալ: Նա ակնկալում է, որ մենք կդադարենք բարկությունը կործանիչ ձևով օգտագործել մեր կյանքում:

Բարկությունը մեր անցյալի մեծ մասն է կազմել, այնքան, որ որոշակի ժամանակ կպահանջվի սովորելու համար, թե ինչպես փոխել մեր արձագանքելու ձևն այն իրավիճակների հանդեպ, որոնք մեզ հեշտությամբ բարկության մեջ են գցում: Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին, որպեսզի շարունակեն իրենց անձնական իրավունքները բերել Աստծո մոտ և հանձնել Նրան, երբ զգան, որ բարկանում են, քանի որ ինչ-որ մեկը խախտել է նրանց անձնական իրավունքներից մեկը:

9. Անցկացրո՛ւ Գ-4-Գ. ենթակետը. «Իմացի՛ր, որ Աստված ստուգելու է քեզ» (2-4 բույե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 28-րդ:

Ինչո՞ւ պետք է Աստված ստուգի ինձ: Նա ուզում է տեսնել, թե արդյոք մենք անկե՞ղծ ենք փոխվելու հարցում, թե՞ ընդամենը բառեր ենք ասում: Աստված պատրաստ է օգնել մեզ՝ հաղթահարելու մեր բարկության խնդիրը, սակայն Նա կարիք ունի տեսնելու, թե արդյո՞ք դու պատրաստ ես քո անձնական իրավունքները տալ Նրան: Աստված թույլ կտա, որ մարդիկ ոտնահարեն քո անձնական իրավունքները, որպեսզի օգնի՛ ապրել առանց այդ իրավունքների:

10. Անցկացրո՛ւ Գ-4-Դ. ենթակետը. «Դու պետք է նոր ձևեր գարգացնես՝ արձագանքելու համար այն իրավիճակներին, որոնք ժամանակին քեզ հեշտությամբ բարկացնում էին» (2-4 բույե), Ուսանողի ձեռնարկ, 28-29-րդ էջեր:

Այս կետը հեշտությամբ կարող էր ինքնին մի ամբողջ դասընթաց լինել: Այն, ինչ մենք ուզում ենք այսօր անել՝ փոխվելու կարիքը մատնանշելն է, այլ ոչ թե որ բոլոր փոփոխությունները հենց այսօր կատարվեն:

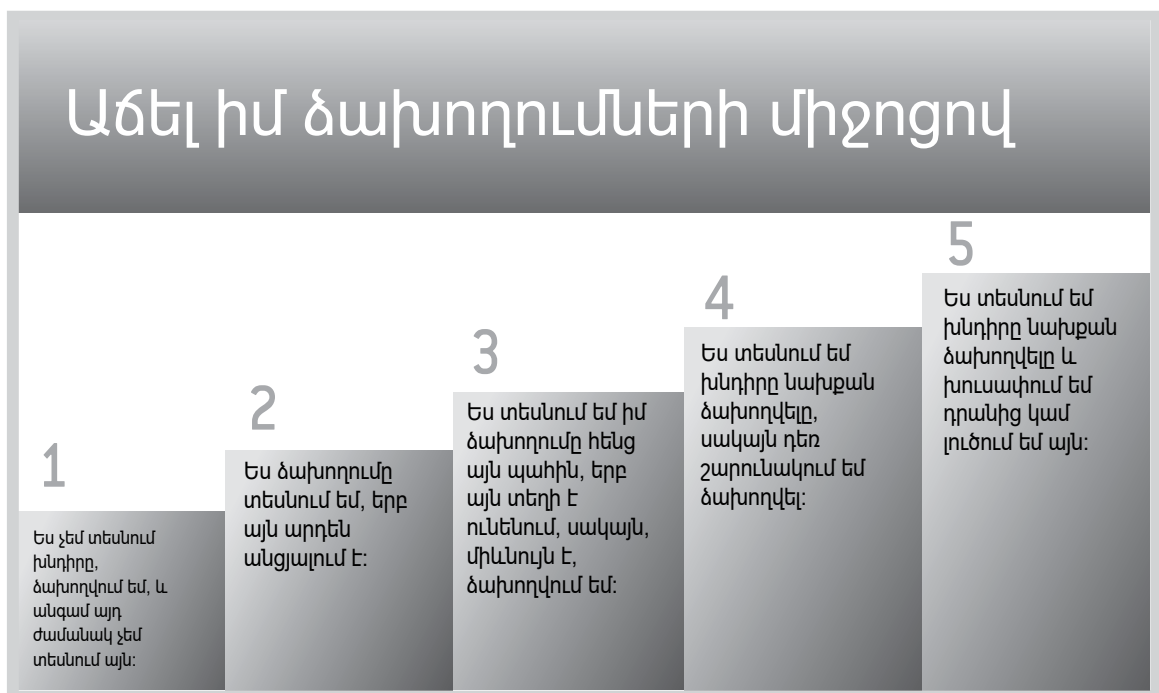
Ասա՛ քո ուսանողներին, որ մենք հաջորդ դասաժամի մեծ մասը կանցկացնենք այս թեմայի շուրջ խոսելով՝ Ուսանողի ձեռնարկի ն՝ 3-րդ, ն՝ 4-րդ գլուխներում:



11. Անցկացրո՛ւ Գ-4-Ե. ենթակետը. «Փոփոխությունների այս գործընթացն իրականացրո՛ւ աստիճանաբար՝ քայլ առ քայլ» (2-4 բույե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 29-րդ:

Օգտագործի՛ր Ուսանողի ձեռնարկի 29-րդ էջերում բերված աղյուսակը՝ օգնելու նրանց հասկանալ, որ փոփոխության այս գործընթացում կարող են լինել բազմաթիվ ձախողումներ, երբ նրանք առաջ են գնում՝ աճելու և հաղթելու իրենց կյանքի այս ասպարեզում: Օգնի՛ր նրանց՝ տեսնել առաջընթացի փոքրիկ քայլերը՝ կապված իրենց կյանքի այս ասպարեզում աճելու հետ: Քաջալերի՛ր նրանց, որ հայացքները հառած պահեն Հիսուսի վրա, որպեսզի նրանց տա գործություն՝ օգնելու փոփոխության այս գործընթացում:

3



Ասա՛րք ուսանողներին, որ մենք սրա մասին ավելի մանրամասն կանցնենք այս դասընթացի հետագա դասաժամերին: Այս պահին մենք չենք փորձում ամենայն մանրամասնությամբ նկարագրել այն քայլերը, որոնք նրանք փոփոխության այս գործընթացում կարիք կունենան անելու: Մենք ընդամենը ուզում ենք փոխանցել այն փաստը, որ սա գործընթաց է և, հնարավոր է, նրանք չկարողանան չբարկանալ որոշակի հանգամանքներում, որոնք կյանքում միշտ գրգռել են նրանց բարկությունը:

Քեզ համար լավ կլինի՝ բերել կոնկրետ օրինակներ քո կյանքից, երբ քեզինք որոշակի ժամանակ է պահանջվել փոխվելու և բարկության կործանիչ ուժը հաղթահարելու համար:

**12. Անցկացրո՛ւ Գ-5. ենթակետը. «Ուր՞նք են իմ անձնական իրավունքներն Աստծուն տալու օգուտները» (2-8 բաբեր), Ուսանողի ձեռնարկ, 30-32-րդ էջեր:**

Կախված այն բանից, թե ինչքան ժամանակ է մնացել դասի համար, դու գուցե կարողանաս միայն համառոտ անցնել այս թեման: Քո ուսանողները հեշտությամբ կարող են թեման ինքնուրույն կարդալ, իսկ այստեղ ձեռք բերել միայն հիմնական ճշմարտություններ: Անհրաժեշտ է, որ կողմնորոշվես, թե որքան ժամանակ ես ուզում ծախսել այս դասի հաջորդ մասի համար՝ Դ. կետ. «Իմ անձնական իրավունքներից բացի ուրիշ ի՞նչն է սնում բարկության խնդիրն իմ կյանքում»:

**Գ-5-ա. ենթակետ. «Դու կարող ես խաղաղություն ունենալ»:**

Խաղաղությունը մի բան է, որն առաջարկում է իրական և անմիջապես կատարվող փոփոխություն նրանց համար, ովքեր իրենց անձնական իրավունքները տալիս են Աստծուն: Խոսի՛ր այն մասին, թե ինչպես բարկության փոխարեն խաղաղություն զգացիր, երբ քո անձնական իրավունքները տվեցիր Աստծուն:

**Գ-5-բ. ենթակետ. «Դու կարող ես կենտրոնանալ նորովի արձագանքելու ձևերի վրա, որոնք կփառավորեն Աստծուն»:**

Ուսանողներին բացատրի՛ր, որ մենք սա ավելի մանրամասն կանցնենք այս դասընթացի 4-րդ գլխում:

**Գ-5-գ. ենթակետ. «Աստված կօգնի քեզ»:**

Մա մի մեծ ճշմարտություն է նրանց համար, ովքեր հենց նոր են սկսում իրենց անձնական իրավունքները տալ Աստծուն: Նրանց կարող է թվալ, որ իրենց բարկությունը չափից ավելի ուժեղ է, և իրենք չեն կարող այն կառավարել: Քո ուսանողների համար պարզաբանի՛ր, որ Աստված միշտ պատրաստ է մեզ օգնել, երբ մենք ուզում ենք մեր կյանքում Նրան փառավորող փոփոխություններ կատարել:

Օգտագործի՛ր Հովսեփի օրինակը Հին Կտակարանից (Ուսանողի ձեռնարկ, 31-32-րդ էջեր)՝ ցույց տալու համար, թե ինչպես Աստված օգնեց Հովսեփին՝ չնայած այն բանին, որ նրա եղբայրներն այդքան ատելությամբ վարվեցին նրա հետ: Մատնանշի՛ր, թե ինչպես Հովսեփը որոշեց տվյալ իրավիճակին նայել ավելի շուտ Աստծո տեսակետից, քան բարկանալ և փորձել վրեժ լուծել իր եղբայրներից:

**Գ-5-դ. ենթակետ. «Դու կարող ես լավ օրինակ հանդիսանալ մյուսների համար»:**

Այս օգուտը կգա ժամանակի ընթացքում, երբ նրանք սովորեն տիրապետել իրենց անձնական իրավունքներն Աստծուն տալու գործընթացին և սովորեն իրենց բարկությունն օգտագործել Աստծուն պատիվ բերող ձևով:

**13. Ներկայացրո՛ւ Դ. կետը. «Իմ անձնական իրավունքներից բացի ուրիշ ի՞նչն է սնում բարկության խնդիրն իմ կյանքում» (1-3 բույլ), Ուսանողի ձեռնարկ, 33-36-րդ էջեր:**

Դու կարող ես վերադառնալ երկար արմատներով մոլախոտի նկարագրողմանը և մի քանի արմատներ էլ ավելացնել նկարին: Մատնանշի՛ր, որ մարդկանց մեծ մասի համար իրենց անձնական իրավունքներն իրենց բարկությունը սնելու հիմնական աղբյուրն են: Բայց և այնպես, կան նաև այլ բաներ, որոնք նույնպես կարող են վառելիք ավելացնել մեր բարկության վրա և մեզ տանել կործանման ուղիով:

Դասի այս հատվածում քննարկվող թեմաներից ամեն մեկը հեշտությամբ կարող էր ընդարձակվել և դառնալ շատ ավելի մեծ ուսուցման թեմա: Բայց և այնպես, այսօրվա այս դասաժամին մենք հիմնականում ուզում ենք քո ուսանողներին ընդհանրական պատկեր տալ, թե ուրիշ ինչը կարող է սնել նրանց բարկությունը:

Այս հինգ ենթակետերից ամեն մեկը ժամանակ և ուշադրություն է պահանջում, սակայն դու հարկադրված կլինես կողմնորոշվելու, թե որքան ժամանակ է մնացել այսօրվա դասաժամից՝ այս հարցերին հատկացնելու համար: Եթե դու շատ ժամանակ չունես այս կետը քո դասաժամի ընթացքում անցնելու, պարզապես քաջալերի՛ր քո ուսանողներին, որպեսզի կրկին կարդան այն և դասից հետո մոտենան քեզ, եթե հարցեր ունենան:

Համոզվի՛ր, որ դասի վերջում կարող ես պատշաճ ժամանակ հատկացնել անձնական կիրառությանը:

**14. Անցկացրո՛ւ Դ-1. կետը. «Չլուծված վիրավորանքներ անցյալից» (3-8 բույլ), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 33-րդ:**

Օգտագործելով երկար արմատներով մոլախոտի նկարագրողումը՝ դրա արմատներից մեկը պիտակավորի՛ր «Չլուծված վիրավորանքներ» արտահայտությամբ: Մատնանշի՛ր, որ մենք բոլորս էլ վիրավորվել ենք մարդկանցից, մեզնից ոմանք ընտանիքի անդամների կողմից ենթարկվել են բռնության կամ դավաճանության:

Ընդգծի՛ր, որ անցյալի այս չլուծված վիրավորվածությունները կարող են դառնալ բարկության պոռթկման պատճառներ, երբ մենք հայտնվում ենք մի իրավիճակում, որը մեզ հիշեցնում է անցյալի մեր վիրավորանքները:

Քանի դեռ անցյալի վիրավորվածությունները մնում են չլուծված, դրանք շարունակաբար վառելիք կմատակարարեն մեր բարկության համար: Մա նաև մի պատճառ է, թե ինչու քո անձնական իրավունքները պարզապես Աստծուն տալը, հնարավոր է, որ չլուծի քո բարկության խնդիրը, քանի որ քո բարկությունը նաև լիցքավորվում է անցյալի այդ չլուծված վիրավորվածություններից:

15. Անցկացրո՛ւ Դ-2. կետը. «Աններողամտություն և դատնություն» (3-8 բույսեր), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 34-րդ:

Երկար արմատներով մուլախոտի նկարագրողումն օգտագործելիս դրա արմատներից մեկը պիտակավորի՝ ը «Աններողամտություն և դատնություն» արտահայտությամբ:

3

Մատթեոս 6:14-15.

«Քանի որ, եթե դուք ներք մարդկանց իրենց հանցանքները, ձեր Երկնավոր Հայրն էլ ձեզ պիտի ների: Իսկ եթե դուք չներք մարդկանց իրենց հանցանքները, ձեր Հայրն էլ ձեզ չի ների ձեր հանցանքները»:

Եբր. 12:15.

«Զգուշացե՛ք, չլինի թե մեկը հետ մնա Աստծո շնորհից. չլինի որ մի դատնության արմատ բուսնելով ձեզ նեղի, և դրանով շատերը պղծվեն»:

Աններողամտությունն ու դատնությունը կդառնան քաղցկեղի նման և կկործանեն քեզ, եթե դու թույլ տաս, որ մնան քո կյանքում:

16. Անցկացրո՛ւ Դ-3. կետը. «Քո բարկությունը կոնֆլիկտային իրավիճակներում» (3-8 բույսեր), Ուսանողի ձեռնարկ, 34-35-րդ էջեր:

Երկար արմատներով մուլախոտի նկարագրողումն օգտագործելիս դրա արմատներից մեկը պիտակավորի՝ ը «Կոնֆլիկտ» արտահայտությամբ: Այս թեման ինքնին կարող էր մի ամբողջ դասընթաց լինել: Այս դասաժամին մեր հիմնական նպատակը մատնանշելն է, որ կոնֆլիկտային իրավիճակների հանդեպ նրանց վերաբերմունքը կարող է խթան հանդիսանալ նրանց բարկության համար: Եթե կոնֆլիկտային իրավիճակներում նրանց նորմալ արձագանքը միշտ բարկությունն է եղել, հնարավոր է, որ շատ դժվար լինի արձագանքելու այդ հին ձևը կոտրելը:

17. Անցկացրո՛ւ Դ-4. կետը. «Ընտանեկան ավանդույթներ. «Հնամաշ իրերի փոխանցում հաջորդ սերնդին» (2-4 բույսեր), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 35-րդ:

Երկար արմատներով մուլախոտի նկարագրողումն օգտագործելիս դրա արմատներից մեկը պիտակավորի՝ ը «Ընտանեկան ավանդույթներ» արտահայտությամբ: Մատնանշի՛ր, որ քո դասարանի ուսանողներից շատերը, հնարավոր է, մեծապես ազդվել են իրենց ընտանեկան ավանդույթներից բարկության օգտագործման առումով: Այս ազդեցությունը կարող է այնքան ուժեղ լինել, որ մարդը մտածի. «Մեր ընտանիքը պարզապես այդպիսին է՝ չկարողանալով գիտակցել, որ դրանք ձեռք բերովի արձագանքներ են, ոչ թե ժառանգական»:

Նրանք կարող են որոշել, որ իրենց բարկությունն օգտագործելու փոխարեն նոր ձևով արձագանքեն՝ թույլ տալով Աստծուն, որ օգնի իրենց:

**18. Անցկացրո՛ւ՝ Դ-5. կետը. «Քո վերաբերմունքները և սովորությունները» (3-5 բույե), Ուսանողի ձեռնարկ, 35-36-րդ էջեր:**

Երկար արմատներով մոլախոտի նկարագրողումն օգտագործելիս դրա արմատներից մեկը պիտակավորի՛ր «**Վերաբերմունքներ**» արտահայտությամբ:

Ուսանողի ձեռնարկում նաև հանդիպում ենք մի կնոջ խոսքի, ով ասում էր. «Եթե ոչնչացնեք իմ բարկությունը, կոչնչացնեք իմ ինքնությունը»: Շատ մարդիկ գտնվում են իրենց բարկության իշխանության տակ, սակայն ներքուստ մտածում են, որ իրենց կյանքում բարկությունը լավ բան է, քանի որ այն օգտագործում են մարդկանց ղեկավարելու համար:

Կարևորն այստեղ այն է, որ քո ուսանողները տեսնեն իրենց որոշ վերաբերմունքներն ու սովորությունները փոխելու անհրաժեշտությունը, երբ հարցը վերաբերում է բարկությանը:

**19. Անձնական կիրառություն (3-5 բույե):**

Լավ կլինի՝ անդրադարձ կատարել նախկին դասաժամի անձնական կիրառությանը և քաջալերել ուսանողներին, որ իրենց անձնական իրավունքները տան Աստծուն, եթե դեռ չեն արել:

Նրանց, ովքեր իրենց անձնական իրավունքները տվել են Աստծուն, քաջալերի՛ր, որ վերանայեն դրանք Աստծուն տալու օգուտները և փորձեն տեսնել այդ օգուտներն իրենց կյանքում: Նաև նրանց հորդորի՛ր լրացնել Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ չորրորդը. «**Իմ առաջին քննությունն առանց իմ անձնական իրավունքների**»: Նշի՛ր, որ սա այլընտրանքային նախագիծ է:

Նրանք, ովքեր իրենց անձնական իրավունքները չեն տվել Աստծուն, թող վերանայեն դրանք Աստծուն չտալու հետևանքները՝ ինչպես թվարկված է Ուսանողի ձեռնարկի 26-րդ էջի աղյուսակում:

**20. Հանձնարարություններ:**

- Ա. Դասաժամի վերջում հարցաշա՛ր տուր Եփեսացիների 4:26-27-ի վերաբերյալ:
- Բ. Եթե դեռ չես արել, դասաժամի վերջում գնահատակա՛ն դիր Նախագիծ 2-րդի՝ «Իմ անձնական իրավունքները» բաժնի համար:
- Գ. Գնահատակա՛ն դիր Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 3-րդի՝ «Իմ անձնական իրավունքների հանձնումը» բաժնի համար:
- Դ. Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին, որ լրացնեն Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ չորրորդը. «Իմ առաջին քննությունն առանց իմ անձնական իրավունքների»: Նշի՛ր, որ այս նախագիծն այլընտրանքային է:

- Ե. Թող ուսանողները կարդան Ուսանողի ձեռնարկի 3-րդ գլուխը՝ հաջորդ դասին նախապատրաստվելու համար:
- Զ. Թող քո ուսանողները լրացնեն Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 5-րդը. «Բարկությունն Աստվածաշնչում», և Նախագիծ 6-րդը. «Հիսուսը և Իր բարկությունը»՝ նախքան հաջորդ դասը:

**3****21. Դասի գնահատում:**

Խնդրում եմ, գրի՛ր մտքեր այս դասի բարելավման համար:  
Ո՞ր հատվածներն էին լավագույնս աշխատում:  
Ո՞ր մասերն էին ուսանողների համար դժվարհասկանալի:  
Ի՞նչն ամենաօգտակարը թվաց քո ուսանողներին:

## Դաս 4.

### Ի՞նչ է ասում Աստված բարկության մասին:

#### 1. Աստվածաշնչյան բանալի ճշմարտություն:

Աստվածաշունչը մեզ հետ խոսում է բարկության մասին, և թե ինչպես մենք կարող ենք այն մեր կյանքում օգտագործել դրական կերպով:

#### 2. Բանալի համար.

Փիլիպպեցիներին 2:5.

«Նույն միտքը թող լինի ձեր մեջ, ինչ Հիսուս Քրիստոսի մեջ էր»:

#### 3. Հղում ուսանողական նյութերին:

Ուսանողի ձեռնարկի 3-րդ գլուխը համընթաց է այս դասի հետ: Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 5-րդը՝ «Բարկությունն Աստվածաշնչում», և Նախագիծ 6-րդը՝ «Հիսուսը և Իր բարկությունը», նույնպես կօգտագործվեն այս դասի հետ:

#### 4. Դասի ջերմացման գործողություն (2-3 րոպե):

Դու կարող ես դասաժամը սկսել քո ուսանողներին խնդրելով, որ նկարագրեն իրենց պատկերացումներն Աստծո վերաբերյալ և մարդկանց հանդեպ Նրա բարկության վերաբերյալ: Սա կարող է լինել պատմություն այն մասին, թե ինչպես էր ինչ-որ մեկը երեխա ժամանակ վախենում Աստծուց: Որոշ մարդիկ մտածում են, որ ամեն անգամ, երբ անձրևի ժամանակ որոտ է լինում, դրանով Աստված Իր բարկությունն է ցույց տալիս:

#### 5. Արագ վերանայի՝ ր 1-3-րդ դասերը (2-3 րոպե):

Արագ վերանայե՛ք 1-ին գլխի երեք հիմնական կետերը.

- Գոյություն ունեն բարկություն արտահայտելու տարբեր ձևեր:
- Բարկությունը նման է իշխող մեկին, ով փորձում է կառավարել քո կյանքը:
- Ես պետք է պատասխանատվություն ստանձնեմ իմ բարկության համար

**2-րդ և 3-րդ դասերի** ժամանակ մենք անցանք՝ «Ինչպե՞ս կարող եմ կոտրել բարկության կործանիչ ուժն իմ կյանքում»:

Ուսանողների ուշադրությունը հրավիրիր «Անձնական իրավունք»-ի սահմանումով պլակատի վրա, և այն նորից կարդացեք: Երկար արմատներով մոլախոտի նկարագրողումն օգտագործելով՝ մատնանշի՛ր, որ մեր անձնական իրավունքներն են սնում մեր բարկությունը:

Եվ կարևորը, որ մենք պետք է անենք, մեր անձնական իրավունքներն Աստծուն տալն է:

#### 6. Նշում ուսուցչի համար այսօրվա դասի վերաբերյալ:

4

Ուսանողի ձեռնարկի 3-րդ գլուխը կլինի սույն Ուսուցչի ձեռնարկի 4-րդ և 5-րդ դասերի ուշադրության կենտրոնը: 4-րդ դասին մենք կանցնենք 3-րդ գլխի այն հատվածը, որտեղ խոսվում է Հիսուսի ու Նրա բարկության մասին: 5-րդ դասը կկենտրոնանա այն հանգամանքին, թե ինչպես էին աստվածաշնչյան որոշ մարդիկ օգտագործում իրենց բարկությունը:

#### 7. Ներկայացրո՛ւ այսօրվա դասը (2-4 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 37-րդ:

Նախկին երկու դասաժամերին մենք քննեցինք, թե ինչպես կարող ենք կոտրել բարկության կործանիչ ուժը մեր կյանքում, և թե ինչպես են մեր անձնական իրավունքները սնում մեր բարկությունը: Այսօրվա և հաջորդ դասաժամերին, երբ քննարկեք բարկության վերաբերյալ աստվածաշնչյան պատմությունները, դու պետք է վերջիններիս հետ միահյուսես նախորդ դասաժամերին անցած հիմնական կետերը, որոնք վերաբերում են բարկությանն ու անձնական իրավունքներին:

Այսօրվա դասին մեր նպատակն է, ինչպես Աստվածաշնչյան բանալի ճշմարտությունն է հուշում, ուշադրություն դարձնել, թե ինչ է ասում Աստված բարկության մասին: Բարկության վերաբերյալ Աստծո ճշմարտությունն ամենահուսալի ուսուցումն է, որը դու կարող ես գտնել բարկության հետ կապված ուսումնասիրություններում:

Ընդգծի՛ր, որ բարկություն, զայրույթ, կատաղություն, ցասում բառերն Աստվածաշնչում օգտագործված են ավելի քան 600 անգամ՝ սկսած Ծննդոցից և վերջացրած Հայտնությունով: Այսօր մենք նպատակ չունենք նայել Աստվածաշնչում նշված այդ բոլոր 600 դեպքերը, կանդրադառնանք դրանցից մի մասին, հատկապես նրանց, որոնք մեզ խորաթափանցություն են տալիս բարկության վերաբերյալ, տալիս են ուղի, թե ինչպես կարող ենք մեր բարկությունն Աստծուն հաճելի ձևով օգտագործել:



**8. Անցկացրո՛ւ Ա-1. կետը. «Աստված քեզ ստեղծել է բարկություն զգալու ունակությամբ» (2-4 բույսեր), Ուսանողի ձեռնարկ, 37-38-րդ էջեր:**

Քո ուսանողները հենց սկզբից պետք է տեսնեն, որ Աստված մեզ ստեղծել է բարկության զգացում ունենալու ունակությամբ: Համառոտ քննարկի՛ր, թե ինչ է ասում Աստված մեզ ստեղծելու մասին Օճնդոց 1:27 և 31 համարներում: Աստծուն դուր եկավ այն, ինչ Նա ստեղծեց:

Այնպե՛ս արա, որ քո ուսանողները հասկանան, որ սատանան չէ մեզ բարկություն տվել: Քանի որ Աստված է մեզ բարկության զգացումով օժտել, ուրեմն Նա ձև ունի այդ զգացումն օգտագործել այնպես, որ լինի ոչ թե կործանիչ, այլ դրական գործություն մեր կյանքում:

Բայց և այնպես, սատանան կօգտագործի դժվարություններն ու կոնֆլիկտները՝ մեզ մի իրավիճակի մեջ դնելու համար, որ մենք հեշտությամբ մեր բարկությունն օգտագործենք այնպես, որ այն մեզ տանի մեղքի: Համոզվի՛ր, որ քո ուսանողները հասկանում են, որ ամեն անգամ, երբ մենք առիթ ենք ունենում բարկանալու, միշտ չէ, որ մեղք ենք գործում: Սատանան կփորձի մեր բարկությունն օգտագործել մեզ մեղքի մեջ զցելու համար՝ օգտագործելով մեր բարկությունը որպես զենք, որպեսզի ավերածություն բերի մեր և մեզ շրջապատողների կյանքում:

**9. Անցկացրո՛ւ Ա-2. կետը. «Աստվածաշունչը քեզ ասում է, թե ինչպես բարկանաս՝ առանց մեղք գործելու» (2-4 բույսեր), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 38-րդ:**

Այս հատվածում օգտագործված համարը՝ Եփեսացիներին 4:26-27-ը, քեզ չի արգելում բարկանալ: Այն զգուշացնում է՝ բարկանալիս մեղք չգործել: Մա մի մարտահրավեր է, որին մենք կանդրադառնանք այս ամբողջ դասընթացի ժամանակ:

**10. Անցկացրո՛ւ Ա-3. կետը. «Հիսուսը և բարկությունը» (10-20 բույսեր), Ուսանողի ձեռնարկ, 38-39-րդ էջեր, և Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 6-րդ. «Հիսուսը և Իր բարկությունը»:**

Հիսուսի կյանքից մի քանի պատմություններ կան, որոնք կարող են օգտագործվել՝ ցույց տալու համար, թե ինչպես Հիսուսն օգտագործեց Իր բարկությունը: Տարբերակներից մեկը, որը պահանջում է գործողությունները նախապես ծրագրել, ուսանողներին հանձնարարելն է՝ դասարանի համար տեղեկություններ նախապատրաստել, թե ինչպես Հիսուսը տարբեր իրավիճակներում բարկությամբ արձագանքեց: Մա կարելի է անել՝ ուսանողներին հանձնարարելով օգտագործել որոշակի պատմություն Հիսուսի կյանքից՝ Ուսանողի ձեռնարկ, Նախագիծ 6-րդի հիման վրա:

## 4

Կամ էլ դու կարող ես Նախագիծ 6-րդը դարձնել դասարանում կատարելու նախագիծ: Դու կարող ես ուսանողներին բաժանել փոքր խմբերի և նրանց հանձնարարել պատասխանել այդ նախագծի հարցերին՝ հիմնված Հիսուսի կյանքի որոշակի դեպքերի վրա: Նրանց 4-6 բույս տալուց հետո թող այդ խմբերից ամեն մեկն ամբողջ դասարանին ներկայացնի իր հայտնաբերածները, թե ինչպես Հիսուսն օգտագործեց Իր բարկությունը տվյալ իրավիճակում:

Հետազոտության ենթակա հարցեր առ այն, թե ինչպես Հիսուսն օգտագործեց Իր բարկությունը: Ոչ բոլոր հարցերն են հստակ պատասխաններ ստացել յուրաքանչյուր պատմության մեջ, այնպես որ նրանք, հնարավոր է, կարիք ունենան իրենց մտքերն օգտագործելու:

1. Ի՞նչը բարկացրեց Հիսուսին այս իրավիճակում:
2. Ինչպե՞ս Հիսուսը ցույց տվեց, որ բարկացած է:
3. Ի՞նչ արեց Հիսուսն Իր բարկության հետ:
4. Ինչպե՞ս մյուս մարդիկ արձագանքեցին Նրա բարկությանը:
5. Ի՞նչ դաս կարող ես սովորել Հիսուսից այն առումով, թե ինչպես օգտագործես բարկությունը քո կյանքում:

*Հարցերն Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 6-րդից են:*

Ահա մի քանի աստվածաշնչյան պատմություններ, որոնք դու կարող ես օգտագործել դասի այս հատվածում: Կամ էլ օգտագործի՛ր ուրիշ օրինակներ, որոնք քո կարծիքով ավելի պիտանի կլինեն այստեղ: Ներքևում նշվածները թվարկված են Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 6-րդում:

1. Մարկոս 3:1-6 (Հիսուսը բժշկում է չորացած ձեռքով մարդուն):
2. Մարկոս 10:10-16 (Հիսուսն օրհնեց փոքրիկ երեխաներին: Նա բարկացավ, որ փորձում էին երեխաներին հեռու պահել Իրենից):
3. Հովհաննես 11 (ամբողջ գլուխը, հատկապես տե՛ս հհ. 33-րդը և 38-րդը), (Հիսուսը բարկացավ Ղազարոսի մահվան ժամանակ):
4. Մատթեոս 21:12-17 կամ Հովհաննես 2:12-22 (Հիսուսը մաքրագործում է տաճարը):

Ուսանողի ձեռնարկի 38-39-րդ էջում նշված պատմությունը՝ Մարկոս 3:1-6, պատմում է մի դեպքի մասին, երբ կրոնական առաջնորդների պատասխանը բարկացրեց Հիսուսին:

Ահա օրինակը, թե ինչպես պետք է դա անել՝ հիմնված Մարկոս 3:1-6-ի վրա:

**1. Ի՞նչը բարկացրեց Հիսուսին այս իրավիճակում:**

Եթե նրանց ամբողջ ասածը սա էր՝ «նրանք լուռ մնացին», ապա նորի՛ց հարցրու. «Ինչո՞ւ էր Հիսուսը բարկացել այս մարդկանց վրա»: Ի՞նչ էր կատարվում նրանց ներսում, որ բարկացրեց Հիսուսին:

**2. Ինչպե՞ս Հիսուսը ցույց տվեց, որ բարկացած է:**

- Նա բարկացած հայացք ընդունեց: Հարցրո՛ւ քո ուսանողներին, թե արդյո՞ք նրանք գիտեն՝ ինչ է իրենից ներկայացնում բարկացած հայացքը:
- Ընդգծի՛ր, որ Հիսուսը մեղք չգործեց, երբ բարկացավ: Նա չսկսեց հայհոյել այդ մարդկանց կարծրասիրտ լինելու համար: Հիսուսն անկառավարելի վիճակում չէր, Նա վերահսկում էր Իր բարկությունը:

**3. Ի՞նչ արեց Հիսուսն Իր բարկության հետ:**

Նա բժշկեց չորացած ձեռքով մարդուն: Հիսուսն Իր բարկությունն օգտագործեց դրական, այլ ոչ թե ավերիչ կերպով:

**4. Ինչպե՞ս մյուս մարդիկ արձագանքեցին Նրա բարկությանը:**

- Կրոնական առաջնորդները դուրս եկան ծառայությունից և խորհուրդ արեցին սպանել Հիսուսին:
- Աշակերտները Հիսուսի հետ մնացին ողջ ծառայության ընթացքում:
- Մարդկանց մեծ մասը մնաց ծառայության վայրում՝ լսելու համար, թե ինչ ունեք Հիսուսն իրենց ասելու:

**5. Ի՞նչ դաս կարող ես սովորել Հիսուսից այն առումով, թե ինչպես օգտագործես բարկությունը քո կյանքում:**

- Անձնական պատասխան:

Քո ուսանողներին բացատրի՛ր, որ Հիսուսը չբարկացավ, քանի որ մարդիկ ոտնահարում էին Իր անձնական իրավունքները: Ընդհակառակը, այս պատմությունները ցույց են տալիս, թե ինչպես կարող է մարդն իր բարկությունն օգտագործել այնպես, որ լինի ոչ թե կործանարար, այլ օգնի՝ իրականացնել Աստծո ցանկությունը տվյալ իրավիճակի համար:

Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին՝ անդրադառնալ մյուս դեպքերին, երբ Հիսուսն Իր բարկությունն այնպես օգտագործեց, որ մեղքի մեջ չընկավ: Դասի այս հատվածն ամփոփելիս մատնանշի՛ր, որ Հիսուսը թույլ չէր տալիս, որ Իր բարկությունը տիրի Իր վրա և տանի կործանման ուղիով:



11. **Քննարկի՛ր ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 5-րդը. «Բարկությունն Աստվածաշնչում» (3-7 բույս):**

Նայած թե ինչքան է մնացել այս դասաժամից, ըստ դրա դու կարող ես ժամանակ հատկացնել՝ քննարկելու համար այն համարները, որոնք նշված են Ուսանողի ձեռնարկ, Նախագիծ 5-րդում. «Բարկությունն Աստվածաշնչում»: Եթե դու ժամանակ չունես այդ բոլոր հարցերը քննարկելու համար, ընտրի՛ր այն հարցերը, որոնց դու դեռ չես անդրադարձել այսօրվա դասի ընթացքում:

## 4

12. **Այլընտրանքային գործողություն, եթե դու ժամանակ ունես (0-10 բույս):**

Եթե դեռ ժամանակ ունես, քո ուսանողների համար մեկ այլ օգտակար գործողությունն Աստվածաշնչի ուրիշ համարներին անդրադառնալն է, որոնք խոսում են բարկության մասին: Դրանցից մի քանիսը մենք կանցնենք հաջորդ դասաժամին, իսկ համարները, որոնք մեզ օգնում են հասկանալ Աստծո տեսակետը բարկության վերաբերյալ, շատ ավելին են:

Տարբերակներից մեկը բարկության վերաբերյալ Առակացում եղած համարներին անդրադառնալն է: Սրանք հեշտությամբ կարելի է գտնել համաբարբառի օգնությամբ կամ այցելելով որևէ կայք, օրինակ՝ [www.Biblegateway.com](http://www.Biblegateway.com), որն ունի աստվածաշնչյան բառեր որոնելու հնարավորություն: Բառեր որոնելու էջում կա նաև հնարավորություն՝ որոնումն իրականացնել աստվածաշնչյան մի քանի թարգմանություններում միաժամանակ: Սա հեշտ տարբերակ է արագ տեղեկություն ստանալու համար:

Մեկ այլ տարբերակ կարող է լինել դասարանը փոքր խմբերի բաժանելը և մի քանի համարներ նրանց հանձնարարելը, որպեսզի նրանք ներկայացնեն ընդհանուր խմբին, թե որոնք են առանցքային ճշմարտություններն իրենց հանձնարարված համարներում:

13. **Անցկացրո՛ւ Գ. կետը. «Ի՞նչն է բարկացնում Աստծուն» (3-5 բույս), Ուսանողի ձեռնարկ, 45-46-րդ էջեր:**

Այս հատվածը սկսի՛ր՝ քննարկելով **Հովնան 4:2-ը**.

**«Որովհետև գիտեի, որ Դու ողորմած, զթած, երկայնամիտ ու բազմողորմ Աստված ես և կողջաս չարիքի համար»:**

Այնպե՛ս արա, որ նրանք տեսնեն Աստծո սիրտը, և որ Նա բարկության խնդիր չունի:

Այնուհետև օգտագործի՛ր Եբրայեցիներին 3:10-ը՝ մատնանշելու համար, որ Աստված բարկանում է մեզ վրա, երբ մենք հեռանում ենք Նրա սիրո օգնությունից:

**Ձգուշացման մի խոսք դասի այս հատվածի վերաբերյալ:** Աստվածաշնչում շատ կան համարներ, որոնք խոսում են Աստծո բարկության մասին: Որոշ ուսանողներ, հնարավոր է, ցանկանան խճճված հարցեր տալ Աստծո և Նրա բարկության վերաբերյալ: Մի՛ վախեցիր նայել այդ համարները, սակայն, միննույն ժամանակ, մի՛ վախեցիր բացատրել, որ մենք նրա համար չենք այստեղ, որ պատասխանենք բոլոր հարցերին: Քաջալերի՛ր նրանց, որ դրանք քննարկեն դասից հետո, որպեսզի շփոթության մեջ չզգենք նորեկ ուսանողներին:

**14. Անձնական կիրառություն (5 րոպե):**



Անդրադարձի՛ր այսօրվա Աստվածաշնչյան բանալի ճշմարտությանն ու Աստվածաշնչյան բանալի համարին՝ քաջալերելու համար քո ուսանողներին, որպեսզի անկեղծ հայացք զգեն իրենց սեփական կյանքի վրա՝ հասկանալու համար, թե ինչպես են իրենք օգտագործում բարկությունը:

Քաջալերի՛ր նրանց՝ Աստվածաշունչը, հատկապես Հիսուսի կյանքը ուսումնասիրելու համար, որպեսզի տեսնեն, թե ինչ է այն մեզ սովորեցնում բարկությունն Աստծուն հաճելի ձևով օգտագործելու վերաբերյալ:

Այսօրվա դասաժամի Անձնական կիրառության համար ասա՛ նրանց, որ անկեղծ լինեն իրենք իրենց հետ այն առումով, թե ինչ տեղ է զբաղեցնում բարկությունն իրենց կյանքում: Խնդրի՛ր, որ Հիսուսի կյանքից սովորած մի դաս ընտրեն, որը կարող են կիրառել իրենց կյանքում այս շաբաթ:

**15. Հանձնարարություններ:**

- Ա. Դասաժամի վերջում տո՛ւր հարցաշար Հակոբոս 1:19-20-ի վերաբերյալ:
- Բ. Գնահատակա՛ն դիր Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 5-րդի՝ «Բարկությունն Աստվածաշնչում» բաժնի համար:
- Գ. Գնահատակա՛ն դիր Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 6-րդի՝ «Հիսուսը և Իր բարկությունը» բաժնի համար:
- Դ. Թող ուսանողները կարդան Ուսանողի ձեռնարկի 3-րդ գլուխը հաջորդ դասաժամին նախապատրաստվելու համար, որտեղ մենք կդիտարկենք, թե ինչպես էին աստվածաշնչյան մյուս մարդիկ օգտագործում իրենց բարկությունը:

**16. Դասի գնահատում:**

Խնդրում եմ, գրի՛ր մտքեր այս դասի բարելավման համար:  
 Ո՞ր հատվածներն էին լավագույնս աշխատում:  
 Ո՞ր մասերն էին ուսանողների համար դժվարհասկանալի:  
 Ի՞նչն ամենաօգտակարը թվաց քո ուսանողներին:

## Դաս 5.

# Ինչպե՞ս էին մարդիկ Աստվածաշնչում օգտագործում իրենց բարկությունը:

### 1. Աստվածաշնչյան քանալի ճշմարտություն:

Աստվածաշունչը լի է դրական և բացասական օրինակներով այն մասին, թե ինչպես կարող ենք օգտագործել մեր բարկությունը:

### 2. Բանալի համար.

Ա Կորնթացիներին 10:11.

«Եվ այս ամենը նրանց պատահեց որպես օրինակ. և որպես խրատ գրի են առնված մեզ համար, որոնց վրա աշխարհի վերջը հասավ»:

### 3. Հղում ուսանողական նյութերին:

Ուսանողի ձեռնարկի 3-րդ գլուխը համընթաց է այս դասի հետ: Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 7-րդի՝ «Բարկացած մարդիկ Աստվածաշնչում» բաժինը նույնպես կարող է օգտագործվել այս դասի ժամանակ:

### 4. Դասի ջերմացում (2-3 րոպե):

Դու կարող ես օրվա լուրերից մի պատմություն ընտրել, որը համընկնում է այն ձևերից մեկի հետ, որով աստվածաշնչյան մարդիկ օգտագործել էին իրենց բարկությունը: Մատնանշի՛ր, որ մարդիկ այնքան էլ չեն փոխվել վերջին մի քանի հազար տարվա ընթացքում, եթե հարցը վերաբերում է բարկությանը: Ինչպես հիմա, այնպես էլ հազարավոր տարիներ առաջ, այն կործանիչ ձևերով է օգտագործվում:

### 5. Արագ վերանայի՛ր 1-ին և 2-րդ գլուխները (2-3 րոպե):

Արագ վերանայե՛ք 1-ին գլխի հետևյալ երեք հիմնական կետերը.

- Գոյություն ունեն բարկություն արտահայտելու տարբեր ձևեր:
- Բարկությունը նման է իշխող մեկին, ով փորձում է կառավարել քո կյանքը:
- Ես պետք է պատասխանատվություն ստանձնեմ իմ բարկության համար:

**2-րդ գլխում** մենք անցանք՝ «Ինչպե՞ս կարող եմ կոտրել բարկության կործանիչ ուժն իմ կյանքում»:

- Նայե՛ք «Անձնական իրավունքի» սահմանումով պլակատը և նորից կարդացե՛ք այն: Երկար արմատներով մոլախոտի նկարագարդումն օգտագործելիս ընդգծե՛ք, որ մեր անձնական իրավունքներն են սնում մեր բարկությունը:
- Եվ կարևորն այստեղ այն է, որ մեր անձնական իրավունքները տանք Աստծուն:

**6. Ներկայացրո՛ւ այսօրվա դասը (2-4 րոպե):**

Նախորդ դասաժամին մենք անդրադարձանք այն հարցին, թե ինչպես էր Հիսուսն օգտագործում Իր բարկությունը: Այսօրվա դասաժամին բարկության վերաբերյալ աստվածաշնչյան պատմություններն ուսումնասիրելիս դու պետք է միահյուսես բարկությանը վերաբերող հիմնական կետերը և անձնական իրավունքները, որոնք մենք անցանք 2-րդ և 3-րդ դասերի ժամանակ:



**7. Ներկայացրո՛ւ Բ. կետը. «Ինչպե՞ս էին աստվածաշնչյան մարդիկ օգտագործում բարկությունը» (2-3 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 39-րդ:**

Բացատրի՛ր, որ այսօրվա դասաժամի մեծ մասը մենք անցկացնելու ենք՝ ուսումնասիրելով աստվածաշնչյան մարդկանց կյանքը՝ տեսնելու համար, թե ինչպես էին նրանք օգտագործում իրենց բարկությունը՝ թե՛ դրական, թե՛ մեղքի տանող ձևերով: Քաջալերի՛ր նրանց, որ զուգահեռաբար՝ աստվածաշնչյան տարբեր մարդկանց կյանքն ուսումնասիրելիս, անդրադառնան իրենց իսկ կյանքին: Աստվածաշնչյան մարդկանց կյանքը բարկությունն օգտագործելու թե՛ դրական, թե՛ բացասական օրինակ է ծառայում:

**Հուշում ուսուցչին:**

Դու կարող ես ուսանողներին հնարավորություն տալ, որ այսօրվա դասաժամին աստվածաշնչյան պատմությունները ներկայացնելիս գլխավոր դերն իրենք խաղան: Ահա քննարկման համար երկու տարբերակներ.

**Տարբերակ առաջին.** Աստվածաշնչյան այս տարբեր հերոսների կերպարները նախապես հանձնարարի՛ր քո դասարանի տարբեր ուսանողների: Այս հանձնարարությունը տալու համար դու կարող ես օգտագործել Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 7-րդը՝ «Բարկացած մարդիկ Աստվածաշնչում»: Այնուհետև թող ուսանողներից յուրաքանչյուրը համառոտ ներկայացնի դասարանին այս հերոսներից որևէ մեկին՝ օգտագործելով

Նախագիծ 7-րդի հարցերը և բացատրելով, թե բարկության վերաբերյալ ինչ դասեր կարող ենք քաղել աստվածաշնչյան ներկայացված հերոսի կյանքից:

**Տարբերակ երկրորդ.** Դասարանը բաժանի՝ ը փոքր խմբերի և յուրաքանչյուր խմբին հանձնարարի՝ ը մեկական աստվածաշնչյան հերոսի կյանք: Նրանք կարող են ի մի բերել իրենց պատասխանները՝ օգտագործելով Նախագիծ 7-րդի հարցերը, իսկ հետո այն ներկայացնել դասարանին: Մեկ այլ տարբերակ կարող է լինել այս աստվածաշնչյան պատմությունները բեմականացնելը:

Աստվածաշնչյան այս հերոսներից յուրաքանչյուրի կյանքն ուսումնասիրելիս ձեր ուշադրությունը կենտրոնացրե՛ք երկու հիմնական հանձնարարականների վրա.

5

1. Ասա՛ք ուսանողներին, որ այս պատմությունների մեջ գտնեն անձնական իրավունքները:
2. Հետազոտե՛ք, թե ինչպես աստվածաշնչյան անձնավորությունն արձագանքեց այն իրավիճակին, որը նրան բարկացրել էր, և կողմնորոշվե՛ք, թե արդյո՞ք սա մի ձև է, որով Աստված կուզենար, որ նրանք արձագանքեին: Թե՞ մի օրինակ է, թե ինչպես Աստված չէր ուզենա, որ մենք մեր բարկությունն օգտագործեինք:

Ուսանողի ձեռնարկի 3-րդ գլուխը, իրականում, կամուրջ է 2-րդ և 4-րդ գլուխների միջև: Անձնական իրավունքների թեման և բարկությունն օգտագործելու կործանիչ ձևը միահյուսի՛ր աստվածաշնչյան յուրաքանչյուր պատմության հետ, որը դուք քննարկում եք: Նաև մատնանշի՛ր, որ մենք ուզում ենք բարկության հետ կապված արձագանքելու նոր ձևեր սովորել, որոնք վերաբերում են այն հարցերին, որոնք մենք կանցնենք 6-9-րդ դասերին:

Դու պետք է կողմնորոշվես, թե աստվածաշնչյան որ հերոսի մասին եք այսօրվա դասաժամին անցնելու: Դուք կարող եք անցնել նաև ուրիշ հերոսների մասին, որոնք այստեղ նշված չէ:

## 8. Անցկացրո՛ւ Բ-1. կետը. «Կայենք» (5-10 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 39-40-րդ էջեր:

Կայենի կյանքն ուսումնասիրելիս, թե ինչպես նա օգտագործեց իր բարկությունը, ընդգծի՛ր, որ սա աստվածաշնչյան առաջին պատմություններից մեկն է: Այնպես որ, հենց ամենասկզբից, երբ մարդիկ սկսեցին ապրել երկրի վրա, բարկությունն արդեն խնդիր էր:

Ուսանողի ձեռնարկի 40-րդ էջում կան մի քանի կետեր, թե ինչպես Աստված խոսեց Կայենի հետ, ինչպես նաև առկա է Կայենի պատասխանը: Դու կարող ես նայել ներքևում նշված ցուցակով՝ նշելու համար, թե ինչպես



կարող է անսանձ բարկությունը վնաս հասցնել մեր և մեր շրջապատի մարդկանց կյանքին:

**Աստված մի քանի շատ հստակ բաներ է ասում Կայենին:**

1. Նա փորձում է Կայենին բերել ինքնաքննության. «Ինչո՞ւ ես բարկացել»:
2. Աստված Կայենին ասում է, որ նա կընդունվի, եթե բարին անի:
3. Այնուհետև, Աստված նախազգուշացնում է նրան, որ եթե նա մերժի բարին անել, ապա վատ բաներ կլինեն:
4. Մեղքը դրան մոտ պառկած է և փափագում է իշխել քեզ վրա:
5. Աստված Կայենին ասում է, որ նա պետք է իրեն ենթարկի դրան և իշխի դրա վրա:

*Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 40-րդ*



Կայենի պատմությունն ուսումնասիրելիս բացատրի՛ր, թե ինչպես է Աստված պարզաբանում, որ եթե Կայենը չվերահսկի իր բարկությունը, դրանով իսկ դուռ կբացի սատանայի համար, որը նրան կտանի մեղքի ուղիով: Այս պատմությունը պարզ ցույց է տալիս, որ Աստված վստահ է, որ մենք կարող ենք վերահսկել մեր բարկությունը: Աստված Կայենին ասում է, որ նա պետք է տիրի իր բարկության վրա, այլապես նեղությունները նրան են սպասում:

Խնդրի՛ր քո ուսանողներին՝ գտնել Կայենի բարկության հետևանքները. նա սպանում է իր եղբորը: Մատնանշի՛ր չվերահսկվող բարկության հետևանքները, որոնք կարող են շարունակվել մի ամբողջ կյանք: Հղո՛ւմ արա 1-ին դասի այն կետին, ըստ որի բարկությունն իշխող է և ուզում է տիրապետել քո կյանքում: Հենց սա էլ տեղի ունեցավ Կայենի հետ:

Գտե՛ք այն անձնական իրավունքները, որոնց Կայենը կառչած էր, և որոնք նրան տարան կործանիչ ուղիով:

**9. Անցկացրո՛ւ Բ-2. կետը. «Հովսեփը» (5-10 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 41-րդ:**

Եթե կան այս պատմությունը դասարանին ներկայացնելու համար մեկ կամ ավելի ուսանողներ, դու կարող ես նրանց տալ Ուսուցչի ձեռնարկի այս հատվածի պատճենը, որպեսզի նախապատրաստվելիս օգտագործեն:

Հովսեփի կյանքն ուսումնասիրելիս հաշվի՛ առեք, որ սա Աստվածաշնչի մեծագույն պատմություններից մեկն է, որտեղ մի անձնավորություն

հանդիպեց հսկայական խնդիրների, բայց և այնպես թույլ չտվեց իր բարկությանը՝ կործանիչ ուժ դառնալ իր կյանքում: Հովսեփը հստակ օրինակ է հանդիսանում, թե ինչպես կարելի է ապրել Աստծո հետ հաղորդակցության մեջ և թույլ չտալ, որ բարկությունն իշխի կյանքում՝ չնայած այն վատ բաներին, որոնք տեղի են ունենում մեր շուրջը:

Մանրամասնությունների համար տե՛ս Ուսանողի ձեռնարկը:

Համառոտ ներկայացրո՛ւ այս դեպքի նախապատմությունը, իսկ հետո թող քո ուսանողները կարդան այս պատմությունը Ծննդոց 37-ից՝ սկսած 14-20-րդ համարներից: Օգտագործի՛ր այս պատմությունը՝ ցույց տալու համար, որ Հովսեփն ապրում էր ահավոր ընտանիքում: Նրա հայրը երկու կին ուներ, որոնցից միայն մեկին էր սիրում: Հովսեփն ընտանիքում 11-րդ երեխան էր, սակայն՝ հոր սիրելին էր:

Հարցրո՛ւ քո դասարանին՝ ինչպե՞ս էին ծրագրել նրա եղբայրները վարվել իրենց բարկության հետ: Նրանք պատրաստվում էին սպանել Հովսեփին:

Բայց ի՞նչ արեցին դրա փոխարեն: Նրանք ծախեցին նրան՝ որպես ստրուկի: Ծննդոց 37:26:

Հիմա ասա՛ դասարանին, որ այս պատմությանը նայեն Հովսեփի տեսանկյունից: Հարցրո՛ւ քո դասարանին, թե ինչ կզգային նրանք, եթե լինեին Հովսեփի փոխարեն:

Նրանց պատասխանները լսելուց հետո համառոտ ներկայացրո՛ւ պատմության մնացած մասը. Հովսեփը ծախվեց որպես ստրուկ: Այնուհետև Պետափրեսի կինը նրան զրպարտեց բռնաբարության մեջ, և նա երկար տարիներ անցկացրեց բանտում:

Հարցրո՛ւ քո դասարանին, թե ինչ կզգային իրենք, եթե Հովսեփի փոխարեն լինեին բանտում:

Հետո նշի՛ր, որ մի քանի տարի անց Հովսեփն ընտրվեց փարավոնից հետո երկրորդ մարդը Եգիպտոսում, իսկ որոշ ժամանակ հետո նրա եղբայրները եկան հացահատիկ գնելու:

Հարցրո՛ւ քո դասարանին, թե նրանք ինչպես կարձագանքեին, եթե լինեին Հովսեփի փոխարեն:

Հետո արագ անցի՛ր Ծննդոց 50-րդ գլխի պատմությանը. երբ նրանց հայրը մահացավ, եղբայրները եկան Հովսեփի մոտ ու ցույց տվեցին իրենց տագնապը, որ Հովսեփը հիմա, միգրցե, ցանկանա վրեժ լուծել շատ տարիներ առաջ իրենց կատարած չարության համար:

Թող քո ուսանողներից մեկը կարդա Ծննդոց 50:19-21 հատվածը՝ Ուսանողի ձեռնարկի 41-րդ էջից:

Այնուհետև քննարկե՛ք, թե ինչպես Հովսեփը բարկության փոխարեն այլ կերպ վարվեց իր եղբայրների հանդեպ: Քննարկե՛ք, թե ինչ էր մտածում Հովսեփն իր անցյալի մասին:

Այս պատմությունը հզոր օրինակ է բարկությունը կործանիչ ձևով չօգտագործելու համար: Դրա փոխարեն Հովսեփը ներեց իր եղբայրներին և բարությանը վերաբերվեց նրանց հանդեպ: Հստակեցրո՛ւ, որ մենք հենց սա ենք անցնելու մեր հաջորդ դասաժամին: Ուրիշ ինչպե՞ս կարող ենք արձագանքել տվյալ իրավիճակին, որը հեշտությամբ բարկացնում է մեզ:

**10. Անցկացրո՛ւ Բ-3. կետը. «Մովսեսը»  
(5-10 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 42-43-րդ էջեր:**

Մովսեսի, ինչպես նաև հաջորդ երկու հերոսների կյանքն ուսումնասիրելիս նշի՛ր, որ թեև Աստված էր ընտրել Մովսեսին, և նա մեծ առաջնորդ էր, սակայն վերջինս բարկության հետ կապված խնդիր ուներ: Երբեմն թվում էր, թե նրա բարկությունը համընկնում է Աստծո բարկության հետ: Սակայն Թվոց 20-րդ գլխում մենք կարդում ենք, որ Մովսեսը թույլ է տալիս, որ իր բարկությունը ղեկավարի իրեն և տանի Աստծուն չհնազանդվելու մեղքի:

Ընդգծի՛ր բարկության այս մեկ անգամվա պոռթկումի հետևանքները. Աստված նրան թույլ չտվեց մտնել այն նոր երկիրը, որը խոստացել էր նրանց: Պարզ ասա՛, որ Աստված մեղքը չի անտեսում:

**11. Անցկացրո՛ւ Բ-4. կետը. «Դավիթը»  
(5-10 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 43-44-րդ էջեր:**

Օգտագործի՛ր Ա. Թագավորաց 25-րդ գլխում գտնվող պատմությունը՝ ցույց տալու համար, թե ինչպես Դավիթը թույլ տվեց, որ վիրավորանքն իրեն բարկացնի այն աստիճան, որ ծրագրեց սպանել իրեն վիրավորողին՝ Նաբալին, ինչպես նաև՝ նրա բոլոր աշխատողներին: Շեշտի՛ր, որ վրեժխնդրությունը մեզ կարող է զցել լուրջ փորձանքների մեջ: Դրա համար Աստված մեզ ասում է, որ վրեժ չլուծենք, այլ դա թողնենք Նրան:

Ո՞ր անձնական իրավունքն էր Դավիթն այդքան ամուր պահում, որ առիթ տվեց նրա բարկությանն այդքան բորբոքվելու:



**12. Անցկացրո՛ւ Բ-5. կետը. «Հովհանր»  
(5-10 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 44-45-րդ էջեր:**

Այս պատմությունը քննարկելիս նշի՛ր, որ չնայած այն բանին, որ Աստված հզոր ձևով գործածեց Հովնանին, այնուամենայնիվ նա դեռևս բարկության հետ կապված խնդիր ուներ: Օգտագործի՛ր այս պատմությունը՝ մատնանշելու համար մեր ունեցած մարտահրավերը, այն է՝ սովորել մեր բարկությունն օգտագործել Աստծուն հաճելի ձևով:

**13. Անձնական իրավունքներ (5 րոպե):**

Անդրադարձի՛ր այսօրվա՝ Աստվածաշնչյան բանալի ճշմարտությանն ու Բանալի համարին՝ քաջալերելու համար քո ուսանողներին, որպեսզի ուշադիր և անկեղծ հայացք գցեն իրենց կյանքին և այն հարցին, թե ինչպես են օգտագործում բարկությունը:

Քաջալերի՛ր նրանց, որ ուսումնասիրեն Աստվածաշունչը, որպեսզի տեսնեն, թե ինչ է այն սովորեցնում մեզ՝ մեր բարկությունն Աստծուն հաճելի ձևով օգտագործելու վերաբերյալ:

Այսպիսով, այսօրվա Անձնական կիրառության համար ասա՛ նրանց, որ անկեղծ լինեն իրենք իրենց հետ՝ տեսնելու համար, թե ինչ տեղ է զբաղեցնում բարկությունն իրենց կյանքում: Նաև հանձնարարի՛ր նրանց, որ ընտրեն մի դաս, որը նրանք սովորել են աստվածաշնչյան այս հերոսների կյանքից, և որ այդ դասը կարող են այս շաբաթ կիրառել իրենց կյանքում:

**14. Հանձնարարություններ:**

- Ա. Թող ուսանողները կարդան Ուսանողի ձեռնարկի 4-րդ գլուխը՝ հաջորդ դասաժամին նախապատրաստվելու համար:
- Բ. Գնահատակա՛ն դիր Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 7-րդի՝ «Բարկացած մարդիկ Աստվածաշնչում» բաժնի համար:
- Գ. Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 8-րդի՝ «Զարգացնել արձագանքելու նոր ձևեր» բաժինը վերաբերում է այն նյութերին, որոնք անցնելու ենք հաջորդ դասաժամին: Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին՝ առաջ գնալ և աշխատել այս նախագծի վրա՝ Ուսանողի ձեռնարկի 4-րդ գլուխը կարդալուց հետո:

**15. Դասի գնահատում:**

Խնդրում եմ, գրի՛ր մտքեր այս դասի բարելավման համար:  
Ո՞ր հատվածներն էին լավագույնս աշխատում:  
Ո՞ր մասերն էին ուսանողների համար դժվարհասկանալի:  
Ի՞նչն ամենաօգտակարը թվաց քո ուսանողներին:

## Դաս 6.

### Նոր աճի առաջին քայլերը:

#### 1. Աստվածաշնչյան բանալի ճշմարտություն:

Ես կարիք ունեմ արձագանքելու նոր ձևեր սովորելու, որոնք կարող եմ կիրառել այն իրավիճակներում, որտեղ իմ նախկին անձնական իրավունքները ոտնահարվում են:

#### 2. Բանալի համար.

Հակոբոս 1:19.

«Ուստի, իմ սիրելի՛ եղբայրներ, ամեն մեկը թող լսելու մեջ արագաշարժ, իսկ խոսելու կամ բարկանալու մեջ ծանրաշարժ լինի»:

#### 3. Հղում ուսանողական նյութերին:

Ուսանողի ձեռնարկի 4-րդ գլուխը համընթաց է այս դասի հետ: Ուսուցման ուղեցույցի 4-րդ և 8-րդ նախագծերը նույնպես կարող են օգտագործվել այս դասի մեջ:

Նախագիծ 4. «Իմ առաջին քննությունն առանց իմ անձնական իրավունքների»:

Նախագիծ 8. «Ձարգացնել արձագանքելու նոր ձևեր»:

#### 4. Դասի ջերմացման գործողություն (5-10 րոպե):

Դասաժամը սկսի՛ր՝ վերանայելով անձնական իրավունքների հետ կապված հիմնական կետերը, որոնք մենք անցանք նախորդ դասաժամերին:

1. Բարկությունն իշխող է և ուզում է տիրել քո ողջ կյանքի վրա:
2. Ես պետք է պատասխանատվություն ստանձնեմ իմ բարկության համար:
3. Դու կարող ես օգտագործել մոլախոտի նկարագրողումը՝ ցույց տալու համար, որ հիմնական արմատը ներկայացնում է անձնական իրավունքները, և թե ինչ կարևոր դեր են կատարում անձնական իրավունքները՝ բարկությունը սնելու առումով:
4. Խնդրի՛ր քո ուսանողներին օրինակներ բերել, թե, իրենց կարծիքով, ինչպես են անձնական իրավունքները սնել բարկությունն իրենց կյանքում:

5. Ամփոփի՛ր այս վերանայումը՝ անդրադարձ անելով Ուսանողի ձեռնարկի 2-րդ գլխին. «Ինչպե՞ս կարող եմ կոտրել բարկության կործանիչ ուժն իմ կյանքում»: Մատնանշի՛ր, որ հիմնական բառերը՝ կործանիչ ուժ, խոսում են այն վնասի մասին, որ բարկությունը նախկինում հասցրել է և դեռ կարող է ապագայում հասցնել, եթե մենք թույլ տանք:
6. Բացատրի՛ր, որ այսօր մենք մեր քննարկումը սկսելու ենք այն բանից, թե ինչպես կարող ենք մեր բարկությունն օգտագործել Աստծուն հաճելի ձևով: Մենք այսօրվա և հաջորդ երեք դասաժամերը կանցկացնենք՝ քննարկելով Ուսանողի ձեռնարկի 4-րդ գլխում արծարծված հարցերը:

### 5. Ներկայացրո՛ւ այսօրվա դասը (2-3 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 47-րդ:

Մարտահրավերներից մեկը, որին քո ուսանողներն այսօր հանդիպում են, այն թեմայի ուսումնասիրումն է, թե ինչպես իրենց բարկությունն օգտագործեն Աստծուն հաճելի ձևով: Սա հնարավոր չէ սովորեցնել մեկ օրում կամ մեկ շաբաթում, բայց հուսով ենք, որ կկարողանանք պատկերացում տալ նրանց առջև եղած հնարավորությունների վերաբերյալ, եթե նրանք շարունակեն իրենց ուշադրությունը պահել իրենց կյանքի այս ասպարեզում Հիսուսին ծառայելու վրա:

6

Զգուշացրո՛ւ քո ուսանողներին, որ այս դասը նրանց չի քաջալերում, որ բարկանան: Հակառակը ճիշտ կլինի նրանց հանդիպած դեպքերի մեծ մասի դեպքում: Թմրամոլության և սխալ սնվելու խնդիրների արծարծումը կարող է համապատասխանել այս դասի հետ: Երբ որ դու ինչ-որ մեկին սովորեցնես, թե ինչպես հետևի Հիսուսին, այդ դեպքում միայն կարող ես կոչ անել՝ ամբողջությամբ հրաժարվել նորից թմրանյութ օգտագործելուց:

Բայց և այնպես, եթե նրանց կյանքի վրա իշխող խնդիրը կապված է անկանոն սնվելու հետ՝ քչակերություն, շատակերություն և այլն, ապա լուծումը սնվելը դադարեցնելը չէ, այլ սովորելը, թե ինչպես սնվել, որը պատիվ կրերեր Աստծուն: Այսպիսով, «պատասխանատու կերպով օգտագործելը» այն ուղին է, որով մարդը պետք է քայլի սննդի հարցի առումով:

Երբ հարցը վերաբերում է բարկությանը, Աստծո ցանկությունը մեզ համար այս զգացումից լիովին ազատվելը չէ, ընդհակառակը, «պատասխանատու կիրառումն» է ուղին, որը մենք պետք է բռնենք: Սովորել մեր բարկությունն օգտագործել Աստծուն հաճելի ձևով՝ քո ուսանողների մեծ մասի համար մեծ մարտահրավեր կլինի, հավանաբար՝ ուսուցչի համար նույնպես:

6. **Անցկացրո՛ւ Ա. կետը. «Խնդիրների լուծման համար նախապատրաստվի՛ր քո անձնական իրավունքներն Աստծուն տալու այս նոր որոշմամբ» (5-10 բուպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 48-50-րդ էջեր:**

Ներքևի շրջանակում ներկայացված հինգ տարբեր կետերը քննարկելիս աշխատի՛ր, ինչքան հնարավոր է, համառոտ կատարել դա: Այս բոլոր հարցերն էլ կարող են մեծ խնդիրներ դառնալ քո ուսանողների համար: Մեր նպատակն է՝ այդ կետերին անդրադառնալով նրանց զգուշացնել, թե ինչ կարող է լինել առջևում:

1. **Հաղթի՛ր վախի ճակատամարտը:**
2. **Մի՛ դատապարտիր ինքդ քեզ ամեն անգամ, երբ ձախողվում ես:**
3. **Դու դեռևս կշարունակես բարկություն զգալ:**
4. **Դու կտեսնես բարկության խնդիր ունեցող այլ մարդկանց:**
5. **Չափից ավելի մի՛ «հոգևորացրու» քո բարկությունը:**

*Ուսանողի ձեռնարկ, 48-50-րդ էջեր*



Դու, հնարավոր է, գայթակղություն ունենաս՝ չափից ավելի շատ ժամանակ անցկացնել այս մասում, սակայն այն, ինչ հաջորդում է դասի մնացած մասում, ավելի կարևոր է:

7. **Ներկայացրո՛ւ Բ. կետը. «Նոր աճի առաջին քայլերը» (1-2 բուպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 51-62-րդ էջեր:**

Դասի այս հատվածը սկսելիս նշի՛ր, որ այս ինը քայլերից յուրաքանչյուրն էլ կարող է կարևոր լինել սովորելիս, թե ինչպես պատասխանատու ձևով օգտագործեն բարկությունն իրենց կյանքում:

Տեղեկացրո՛ւ, որ այսօր մենք գործ կունենանք միայն 1-5-րդ քայլերի հետ: 6-9-րդ քայլերը մենք կանցնենք հաջորդ դասաժամին: Ընդգծի՛ր, որ կարևոր է, որ քո ուսանողները ծանոթանան բոլոր ինը քայլերի հետ և սկսեն դրանք կիրառել, ինչքան հնարավոր է, շուտ:

8. **Անցկացրո՛ւ Բ-1. կետը. «Միտքդ լցրո՛ւ բարկության վերաբերյալ Աստծո ճշմարտությամբ» (3-5 բուպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 51-52-րդ էջեր:**

Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին, որ սկսեն Աստվածաշնչի մանրամասն քննարկում այն առումով, թե ինչ է Աստված ասում բարկության վերաբերյալ: Ինչքան շատ իրենց մտքերը լցնեն բարկության վերաբերյալ Աստծո ճշմարտությամբ, այնքան ավելի լավ հանդերձավորված ու պատրաստ կլինեն՝ գործ ունենալու համար այն դժվարությունների հետ, որոնք կհանդիպեն առաջիկայում:

Ուսանողի ձեռնարկի 51-52-րդ էջերում թվարկվածներն ընդամենը մի քանիսն են այն համարներից, որոնք խոսում են բարկության մասին: Քաջալերի՛ր նրանց՝ անգիր անել այն համարները, որոնք ամենաշատն են խոսում նրանց կյանքի համար:

Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին՝ փնտրել հատուկ ձևեր, որոնցով նրանք կարող են գործադրել այդ համարներն իրենց կյանքում:

Քաջալերի՛ր նրանց, որ փորձեն գտնել բարկության վերաբերյալ սխալ հավատալիքները, որոնցով նրանք ապրել են, և Աստվածաշունչն օգտագործեն որպես բարկության վերաբերյալ ճշմարտության նոր աղբյուր, և թե ինչպես է Աստված ուզում, որ նրանք դա արտահայտեն իրենց կյանքում:

**9. Անցկացրո՛ւ Բ-2. կետը. «Ամենօրյա որոշում՝ ցած դնել քո անձնական իրավունքները» (3-5 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 52-53-րդ էջեր:**

**6**

Այս կետը կարելի է համեմատաբար արագ անցնել: Նրանց համար այստեղ կարևոր է հասկանալը, որ իրենց անձնական իրավունքներն Աստծուն հանձնելը գործընթաց է, ոչ թե մեկ անգամվա իրադարձություն: Նրանք կարող են նաև բացահայտել, որ դեռևս շարունակում են բարկանալ:

Բանալին այս հարցում չհուսահատվելն է և շարունակելը՝ վերադառնալ Աստծո մոտ և այդ իրավունքները տալ Նրան, այնուհետև՝ աշխատելը Ուսանողի ձեռնարկի՝ այս գլխում նշված մյուս քայլերի վրա:

**10. Անցկացրո՛ւ Բ-3. կետը. «Որոշի՛ր՝ այլևս թույլ չտալ, որ բարկությունը դեկավարի քեզ» (1-3 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 53-54-րդ էջեր:**

Այս կետը նույնպես կարելի է համեմատաբար արագ անցնել: Այն պարզապես որոշում կայացնելու կոչ է, որպեսզի թույլ չտան բարկությանը՝ դեկավարել իրենց: Սա իրականում նշանակում է, որ նրանք անձնական պատասխանատվություն են ստանձնում իրենց բարկության համար և որևէ մեկին չեն մեղադրում իրենց բարկացնելու մեջ:

**11. Անցկացրո՛ւ Բ-4. կետը. «Նպատակ դիր՝ ծանրաշարժ լինել բարկանալու հարցում» (5-10 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 54-57-րդ էջեր:**

Այս և հաջորդ կետին պետք է համեմատաբար ավելի շատ ժամանակ հատկացնել, քան դասի այս հատվածի մյուս կետերին: Այս քննարկումը կատարի՛ր Հակոբոս 1:19-20 համարների հիման վրա և բաժանի՛ր այն երեք մասերի այնպես, ինչպես ենթադրվում է այս հատվածում:

**Ա. ենթակետը՝ «Ամեն մեկը պետք է արագաշարժ լինի լսելու մեջ»,** անցնելիս անպայման քննարկի՛ր, թե ինչպես կարող են դա կիրառել իրենց կյանքում: Ուսանողի ձեռնարկը հստակեցնում է, որ սա պարզապես չի ենթադրում այն,



որ պետք է ուշադիր լսել քեզ բարկացնող մարդուն: Նրանք իրականում պետք է արագաշարժ լինեն՝ Աստծուն այդ իրավիճակներում լսելու հարցում:

Ինչպե՞ս լսել Աստծուն: Ձևերից մեկը այս թեմայի վերաբերյալ նրանց անգիր արած աստվածաշնչյան համարների միջոցով է: Հստակեցրո՛ւ, որ նրանք լրացուցիչ մտքեր կստանան, թե ինչպես իրականում անել այն, ինչ այս համարն է ասում, երբ մենք խոսենք հաջորդ քայլի՝ Քայլ 5-ի մասին՝ սկսած Ուսանողի ձեռնարկի 58-րդ էջից:

**12. Անցկացրո՛ւ Բ-5. կետը. «Նոր ունակություննե՛ր զարգացրու՝ արձագանքելու համար այն իրավիճակներին, որոնց դու նախկինում բարկությամբ էիր արձագանքում» (15-25 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 58-59-րդ էջեր:**

Սա նշված ինը կետերից ամենակարևորն է՝ սովորել իրենց բարկությունն օգտագործել Աստծուն հաճելի ձևով:

Դասի այս հատվածի վրա պետք է կենտրոնացվի դասաժամի մեծ մասը: Մենք նաև հաջորդ դասաժամի բավականին մեծ հատված կնվիրենք 5-րդ քայլը ավելի մանրամասն ուսումնասիրելուն:



**1. Արձագանքելու նոր ձևեր ոչ միայն բարկության հարցում, այլ նաև ողջ կյանքի համար:**

Այս կետի քննարկումը սկսելիս հստակեցրո՛ւ, որ հաջողության հասնելու լավագույն ճանապարհն այն է, որ արձագանքելու այս նոր ձևերին ավելի մեծ իմաստ տանք, քան ընդամենը բարկությանը փոխարինելն է: Եթե նրանք նպատակ դնեն, որ արձագանքելու այս նոր ձևերն օգտագործեն միայն այն ժամանակ, երբ բարկանալու փորձության մեջ են, ապա դա չափից ավելի փոքր նպատակ կլինի և, հավանական է, ավելի շատ կտանի ձախողման, քան հաջողության:

Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին, որ նպատակ դնեն՝ օգտագործել արձագանքելու այս նոր ձևերն ամբողջ օրը՝ անկախ այն բանից՝ նրանք այդ պահին բարկանալու փորձության մեջ են, թե՞ ոչ: Օրինակ, նպատակ դիր մարդկանց հանդեպ համբերատար լինել ամբողջ օրը և ցանկացած իրավիճակում: Երբ նրանք աշխատեն արձագանքելու այս նոր ձևերը զարգացնելու ուղղությամբ, ապա կարող են դրանք օգտագործել ցանկացած ժամանակ, ոչ թե միայն՝ երբ բարկանալու փորձության մեջ լինեն:

**2. Նրանք կարիք ունեն արձագանքելու բազմաթիվ ձևերի, ոչ թե ընդամենը մեկ կամ երկու:**

Մենք չենք խոսում արձագանքման ընդամենը մեկ կամ երկու ձևեր զարգացնելու մասին: Այս գործընթացը կարող է ներառել բազում տարբեր ռազմավարություններ՝ կախված այն իրավիճակներից, որտեղ նրանք բարկանալու փորձության մեջ են լինում: Այն, ինչ ամենաօգտակարն է մի

ուսանողի համար, կարող է շատ քիչ օգուտ տալ մեկ ուրիշին՝ կախված այն հանգամանքից, թե ինչն է նրանց դրդում բարկանալու:

### **3. «Իշխող» բարկությունը թալանում է քեզ, որպեսզի չտեսնես կյանքի իրավիճակներին արձագանքելու այլ ձևեր:**

Նշի՛ր, որ բարկությունն իշխող է մեր կյանքում և տիրում է մեր առօրյայում հանդիպող իրավիճակներին այլ ձևերով արձագանքելու հնարավորությանը: Երբ նրանք իրենց անձնական իրավունքները տան Աստծուն և որոշում կայացնեն այլ կերպ արձագանքել, Աստված կօգնի նրանց, որ արձագանքելու նոր ձևեր տեսնեն:

Ձեռքի տակ ունենալով գրատախտակ կամ մեծ ստվարաթուղթ՝ մի կողմում գրի՛ր «բարկություն», իսկ մյուս կողմում՝ «արձագանքելու նոր ձևեր»: Այնուհետև առանձնացրո՛ւ մի կոնկրետ իրավիճակ, որտեղ նրանք անցյալում բարկություն էին օգտագործում: Բուռն քննարկո՛ւմ սկսիր, որպեսզի գտնես տարբեր ձևեր, որոնցով նրանք կարող են առանց բարկություն դրսևորելու արձագանքել:

Երբ նրանք արձագանքելու նոր ձևերի ցուցակ կազմեն, օգտագործի՛ր հաջորդ կետը, որպեսզի օգնես նրանց՝ գնահատելու համար այդ տարբեր տեսակի արձագանքները:

### **4. Արձագանքելու հինգ տարբեր տեսակներ:**

Ուսանողի ձեռնարկի 58-րդ էջում թվարկված են արձագանքելու հինգ տարբեր դասակարգումներ: Դրանք արձագանքելու մեթոդներ չեն, այս դասակարգումներից ամեն մեկը կարող է ներառել արձագանքելու տարբեր ձևեր:

#### **Դու պետք է ամբողջովին նոր կենսակերպ զարգացնես, երբ հարցը վերաբերում է բարկությանը քո կյանքում**

1. Նոր մտավոր արձագանքներ:
2. Նոր զգացմունքային արձագանքներ:
3. Նոր վարքագծի արձագանքներ:
4. Նոր խոսակցական արձագանքներ:
5. Նոր տեսակետներ. ոչ թե՛ «Ես քեզ կսպանեն» բարկացած վիճակի տեսակետը, այլ ուրիշ տեսակետ:

*Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 58-րդ*

Հիմա քո ուսանողներին կրկի՛ն տար նոր արձագանքների ցուցակին, որը դուք գրեցիք գրատախտակին ձեր կողմից հենց նոր քննարկված օրինակի հետ միասին: Անցի՛ր նրանց պատասխաններով և թո՛ւյլ տուր նրանց գտնել, թե արձագանքելու որ տեսակն է բխում շրջանակում նշված հինգ տեսակներից: Դա մտավո՞ր արձագանք է, զգացմունքայի՞ն, վարքի՞, թե՞ խոսակցական:

Նրանց պատասխանները համապատասխանաբար միացնելուց հետո, տե՛ս, թե արդյոք նրանք չե՞ն նշել մտքեր, որոնք համընկնում են արձագանքելու հինգ տեսակներից մեկի կամ ավելիի հետ: Եթե նրանք ոչ մի «Նոր մտավոր արձագանքներ» չեն նշել, բուռն քննարկո՛ւմ անցկացրու, թե ինչ կարող էր նշվել տվյալ տեղում՝ որպես նոր արձագանք:

Ուսանողի ձեռնարկի 58-59-րդ էջերում արծարծված թեմայի համար դու կարող ես ժամանակ հատկացնել և անցնել մի քանի նոր արձագանքներով, որոնք կարող են օգտագործվել բարկության արձագանքելու փոխարեն: Դու կարող ես վերադառնալ վերը նշված ցուցակին և որոշել, թե ինչ «նոր մտքերի» կարիք կա արձագանքելու նոր ձևը գործնականում իրականացնելու համար:

Օրինակ, առաջինը՝ **համբերություն բարկության փոխարեն**: Ի՞նչ է պահանջվում համբերությամբ արձագանքելու համար: Ի՞նչ մտքեր են ուղեկցում համբերությանը: Ի՞նչ զգացմունքներ են ուղեկցում համբերությանը: Իսկ ի՞նչ գործողություններ: Ի՞նչ բառեր:

### **5. Տքնաջան աշխատանք է պահանջվում արձագանքելու նոր ձևեր զարգացնելու համար:**

Օգնի՛ր քո ուսանողներին հասկանալ, որ արձագանքելու նոր ձևերը հմտություններ են, որոնք պետք է սովորել: Սա նշանակում է, որ շատ գործնական աշխատանք ու ժրաջանություն է պետք տրամադրել դրանց, նույնիսկ եթե սկզբում նրանց մոտ լավ չստացվի:

Նշի՛ր, որ նրանց՝ Ուսանողի ձեռնարկում գտնվող ցուցակն արձագանքելու նոր ձևերի միայն մի քանի օրինակներ է ներառում: Մենք շատ այլ օրինակներ կարող ենք ավելացնել դրանց:

Այս ամբողջ կետը համընթաց է Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 8-րդի՝ «*Զարգացնել արձագանքելու նոր ձևեր*» բաժնի հետ: Եթե քո ուսանողներն արդեն ավարտել են այս նախագիծը, դու կարող ես նրանցից երկու կամ երեք հոգու խնդրել՝ դասարանի հետ կիսվել իրենց օրինակներով:

Վերցրո՛ւ մի իրավիճակ, որտեղ քո ուսանողները գտնում են, որ հեշտությամբ կարելի է ընկնել բարկության մեջ, իսկ այնուհետև բուռն քննարկո՛ւմ անցկացրու տարբեր ձևերի շուրջ, որոնցով նրանք կարող են արձագանքել բարկություն օգտագործելու փոխարեն: Երբ նրանք նոր մտքեր արտահայտեն, ասա՛ նրանց, որ կողմնորոշվեն, թե արդյո՞ք դա նոր միտք է, նոր զգացմունքային արձագանք է, նոր գործողություն է կամ նոր բառ է:

Դրա համար նրանք կարող են անդրադառնալ Ուսանողի ձեռնարկի 58-րդ էջում զետեղված՝ 5-րդ կետի ցուցակին:

- Ի՞նչ մտքեր կարող էին նրանց օգնել նոր ձևով արձագանքելու համար:
- Ի՞նչ զգացմունքներ նրանք կարող էին տվյալ իրավիճակում օգտագործել բարկության փոխարեն:
- Ի՞նչ այլ գործողություններ կարող էին նրանք կատարել:
- Ուրիշ ինչպիսի՞ն կարող էր լինել նրանց խոսելաձևը:

Ընդգծի՛ր, որ այս բոլորն իրենց կյանքում անձնապես կիրառելը ժամանակ է տրֆաջան աշխատանք կպահանջի: Բայց Աստված կօգնի նրանց:

### **6. Կյանքի բոլոր իրավիճակներին նայի՛ր որպես Աստծո ծրագրի մի մաս քո օրվա համար:**

**6**

Ե՞րբ ես դու բարկանում: Երբ օրվա մեջ հանդիպում ես դժվարությունների և այնքա՞ն էլ ուրախ չես դեպքերի զարգացումով: Կա՞մ, դու ուրախ չես, թե ինչ ասաց քեզ մի անձնավորություն: Սթրեսն ու նեղսրտությունը հեշտությամբ կարող են տանել բարկության:

Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին՝ ցանկացած իրավիճակի նայել որպես Աստծո ծրագրի մի մաս իրենց օրվա համար: Դա չի նշանակում, որ Աստված գովում է այն ամենը, ինչ տվյալ անձնավորությունն ասում կամ անում է քեզ: Ի՛նչ-խոսք, Աստված տեղյակ է, թե ինչ է տեղի ունենում, և Նա պատրաստ է քեզ օգնել՝ Աստծուն պատիվ բերող ձևով արձագանքելու համար, ոչ թե ընթանալ բարկությունդ մեղսալից ձևով օգտագործելու ուղիով:

**Սաղմոս 37:23.**

**«Բարի մարդու քայլերը սահմանվում են Տիրոջ կողմից, ու Նա հավանում է Նրա ճանապարհները»:**

Այս համարը քո ուսանողների համար հզոր խոստում է պարունակում: Աստված կօգնի և կառաջնորդի նրանց օրվա ընթացքում հանդիպած ցանկացած իրավիճակում: Բարկանալու փոխարեն նայե՛ք այս իրավիճակներին՝ որպես մի հնարավորության, որտեղ Աստված ուզում է օգնել նրանց՝ նոր ձևով արձագանքելու համար:

Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին՝ յուրաքանչյուր օր դիմավորել հետևյալ մտքով. «Այսօր ինձ հանդիպած ցանկացած իրավիճակ կլինի մի հնարավորություն Աստծո համար՝ օգտագործել ինձ ինչ-որ մեկին օրհնություն լինելու նպատակով»:

Սա մի բան է, որը նրանք կարող են անել ամեն օր իրենց հանդիպող ցանկացած իրավիճակում, ոչ թե միայն այն դեպքերում, երբ բարկանալու փորձության մեջ են:

**13. Դասի ամփոփում (2-3 բույե):**

Այսօրվա դասը եզրափակելիս քաջալերի՛ր նրանց, որ այս գործընթացը սկսեն քայլ առ քայլ: Քաջալերի՛ր, որպեսզի շարունակեն իրենց անձնական իրավունքները հանձնել Աստծուն: Քաջալերի՛ր, որպեսզի շատ աշխատեն իրավիճակներին արձագանքելու նոր ձևեր զարգացնելու ուղղությամբ՝ Բարկություն օգտագործելու փոխարեն:

Ասա՛ նրանց, որ մեր հաջորդ դասաժամին մենք կանդրադառնանք 5-րդ քայլի վերաբերյալ ևս մի քանի օրինակների:

**14. Անձնական կիրառություն (5 բույե):**

Ա. Առաջարկի՛ր քո ուսանողներին, որ ընտրեն մի իրավիճակ, որտեղ նրանք, մեծ հավանականությամբ, կհանդիպեն մի խնդրի, որին հեշտ կլինի հակազդել Բարկությամբ: Թող նրանք տվյալ իրավիճակին նոր ձևով արձագանքելու նպատակ դնեն: Դու կարող ես սա կապել Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 8-րդի՝ «Զարգացնել արձագանքելու նոր ձևեր» բաժնի հետ:

Բ. Այնուհետև ուսանողներին բաժանի՛ր զույգերի, որպեսզի նրանք աղոթեն մեկը մյուսի համար՝ խնդրելով Աստծուն, որ օգնի նրանց՝ օգտագործել արձագանքելու այս նոր ձևերը, երբ Բարկությամբ հակազդելու փորձության մեջ լինեն:

**15. Հանձնարարություններ:**

Ա. Հայտնի՛ր ուսանողներին, թե երբ ես ուզում, որ նրանք ավարտեն Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 8-րդը. «Զարգացնել արձագանքելու նոր ձևեր»: Դու կարող ես նրանց հանձնարարել, որ արձագանքելու նոր ձևերի վերաբերյալ մեկ այլ օրինակ ևս բերեն՝ օգտագործելով Նախագիծ 8-րդի նույն հարցերը, և իրենց պատասխանները գրեն դատարկ թղթի վրա:

Բ. Թող քո ուսանողները կարդան Ուսուցման ուղեցույցի 4-րդ գլուխը, հատկապես՝ 51-62-րդ էջերը, որոնք խոսում են նոր աճի ինը քայլերի մասին:

**16. Դասի գնահատում:**

Խնդրում եմ, գրի՛ր մտքեր այս դասի բարելավման համար:  
 Ո՞ր հատվածներն էին լավագույնս աշխատում:  
 Ո՞ր մասերն էին ուսանողների համար դժվարահասկանալի:  
 Ի՞նչն ամենաօգտակարը թվաց քո ուսանողներին:



## Դաս 7.

Արձագանքելու նոր ձևեր այն իրավիճակների համար, որտեղ նախկինում դու բարկությունն էիր օգտագործում:

### 1. Աստվածաշնչյան բանալի ճշմարտություն:

Ես կարիք ունեմ արձագանքելու նոր ձևեր սովորել, որոնք ես կարող եմ օգտագործել այն իրավիճակներում, որոնցում իմ նախկին անձնական իրավունքները ոտնահարվում էին:

### 2. Բանալի համար.

Կողոսացիներին 3:8 և 10.

«Բայց հիմա դու՛ք էլ դեն նետեցեք այդ ամենը՝ բարկություն, ցասում, չարություն, հայիոյություն, կեղտոտ խոսակցություններ ձեր բերանից, և հազե՛ք նոր մարդուն, որ նորոգված է գիտությամբ՝ ըստ իր Արարչի պատկերի»:

### 3. Հղում ուսանողական նյութերին:

Ուսանողի ձեռնարկի 4-րդ գլուխը համընթաց է այս դասի հետ: Ուսուցման ուղեցույց, Նախագծեր 5-րդը և 8-րդը նույնպես կարող են օգտագործվել այս դասի ժամանակ:

Նախագիծ 5. «Բարկությունն Աստվածաշնչում»:

Նախագիծ 8. «Զարգացնել արձագանքելու նոր ձևեր»:

### 4. Դասի ջերմացման գործողություն (5-10 րոպե):

Դու կարող ես դասարանից մի կամավոր ուսանողի խնդրել՝ կիսվել իր կյանքի օրինակով, որտեղ անցած դասաժամից սկսած՝ բարկության փոխարեն նոր ձևով արձագանքելու հնարավորություն է ունեցել: Պատրա՛ստ եղիր օրինակ բերելու քո անձնական կյանքից, կամ նախկին ուսանողներից մեկի կյանքից, եթե այս դասին կամավորներ չլինեն:

**5. Արագ վերանայի՛ր անցած դասաժամը (2-4 րոպե):**

Մի քանի րոպե՛ հատկացրու՝ վերանայելու համար անձնական իրավունքների հետ կապված այն մի քանի կարևոր կետերը, որոնք մենք անցանք նախորդ դասաժամին: Արագ վերանայի՛ր 5-րդ կետը՝ «Նոր աճի հինգ քայլերը», որը մենք անցել էինք Ուսանողի ձեռնարկի 51-59-րդ էջերում: Դու կարող ես մի պլակատ կազմել և փակցնել դասասենյակի պատին, որտեղ թվարկված կլինեն բոլոր ինը կետերը:

<p><b>Նոր աճի առաջին քայլերը</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Միտքդ լցրո՛ւ բարկության վերաբերյալ Աստծո ճշմարտությամբ:</li> <li>2. Ամենօրյա որոշում՝ ցած դնել քո անձնական իրավունքները:</li> <li>3. Որոշի՛ր՝ այլևս թույլ չտալ, որ բարկությունը ղեկավարի քեզ:</li> <li>4. Նպատա՛կ դիր՝ ծանրաշարժ լինել բարկանալու հարցում:</li> <li>5. Նոր ունակություննե՛ր զարգացրու՝ արձագանքելու համար այն իրավիճակներին, որտեղ դու նախկինում բարկությամբ էիր արձագանքում:</li> </ol> <p style="text-align: right; margin-top: 10px;"><i>Ուսանողի ձեռնարկ, 51-59-րդ էջեր</i></p>
--



Երբ հասնեք 5-րդ քայլին, ասա՛՛ նրանց, որ մենք այսօրվա դասաժամի մեծ մասն անցկացնելու ենք այս կետը վերանայելով:

**6. Դասի վերանայում ուսուցչի համար:**

Հիշեցրո՛ւ նրանց, թե ինչ ենք մենք անցել անցյալ դասաժամին: Երբ հարցը վերաբերում է բարկությանը, ապա Աստծո կամքն այն չէ, որ մենք լիովին ազատվենք այդ զգացումից, այլ «պատասխանատու ձևով օգտագործելն» է այն ուղին, որը մենք պետք է բռնենք: Սովորելը՝ մեր բարկությունն օգտագործել Աստծուն հաճելի ձևով, կարող է մեծ մարտահրավեր լինել քո ուսանողների մեծ մասի համար:

Դու պետք է կողմնորոշվես, թե որքան ժամանակ ես ուզում հատկացնել 6-9 քայլերի համար: Տարբերակներից մեկն է՝ դրանք անցնել սկզբում, իսկ հետո վերադառնալ՝ դասաժամի մնացած ժամանակն անցկացնելով 5-րդ քայլի վրա:

**7. Անցկացրո՛ւ Բ-6. կետը. «Կոնֆլիկտին արձագանքելու նոր ձևե՛ր զարգացրու» (2-4 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 59-րդ:**

Կոնֆլիկտներին արձագանքելու հարցը կարևոր է, այնուամենայնիվ, այն որպես առանձին դասընթաց քննարկելու կարիք ունի: Մենք հարցն այստեղ ներառել ենք որպես առանձին կետ, քանի որ այն շատ մեծ ասպարեզ է ընդգրկում բազմաթիվ նորադարձ քրիստոնյաների կյանքում:

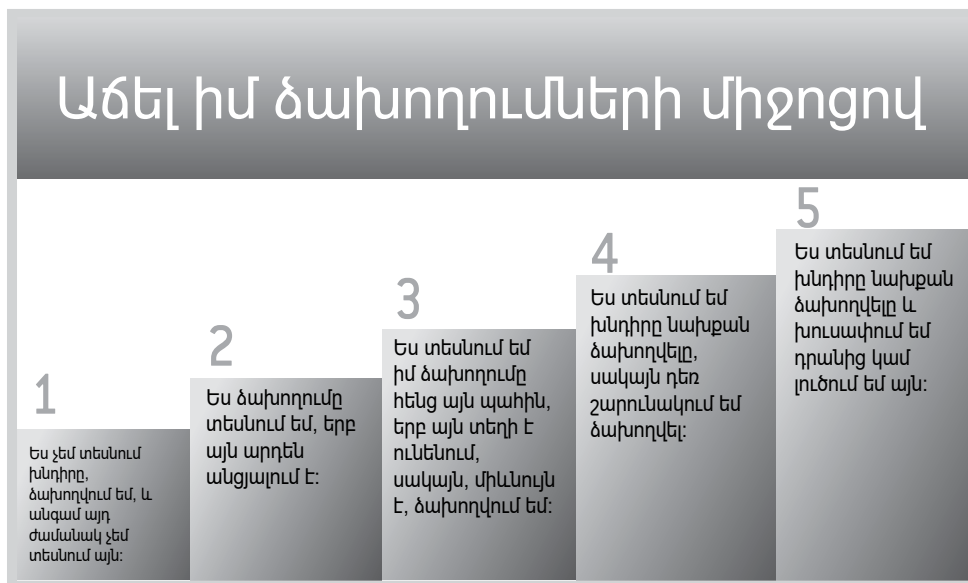
Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին, որ լուրջ ուշադրություն դարձնեն, թե ինչպես են արձագանքում, երբ կոնֆլիկտային իրավիճակում են լինում: Նաև քաջալերի՛ր, որ այդ նույն իրավիճակում լինելու դեպքում սկսեն գնահատել, թե որքան դժվար է կառավարել իրենց խոսակցությունն ու մտքերը:

Դու կարող ես բուռն քննարկման առարկա դարձնել մի քանի նոր ձևեր, որոնց միջոցով նրանք կարող են արձագանքել կոնֆլիկտային իրավիճակներում իրենց բարկությունը՝ նախկինի պես օգտագործելու փոխարեն: Քաջալերի՛ր նրանց, որ գտնեն աստվածաշնչյան համարներ, որոնք կօգնեն՝ զարգացնել նոր ձևեր կոնֆլիկտային իրավիճակներին արձագանքելու համար:

**7**

**8. Անցկացրո՛ւ Բ-7. կետը. «Տոնի՛ր քո փոքրիկ հաղթանակները» (2-4 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 60-րդ:**

Դու կարող ես այս կետը բավականին արագ անցնել, թեպետ այն դեռևս մնում է որպես շատ կարևոր դաս: Նրանք չեն կարող կյանքի իրավիճակներին արձագանքելու նոր ձևերին մեկ օրում տիրապետել: Դա մի գործընթաց է լինելու՝ ումանց համար դանդաղ ու ցավոտ: Դու կարող ես հղում անել 29-րդ էջի (Ուսանողի ձեռնարկ) աղյուսակին, որում ներկայացվում են խնդրի հաղթահարման ընթացքում առաջընթացի փոքրիկ քայլերը:



Նշի՛ր, որ սաստանան իր ուժերի ներածին չափով ամեն բան կանի, որպեսզի հիասթափեցնի նրանց այս փոփոխությունների գործընթացում:



Նա նրանց կծանրաբեռնի ամոթով և մեղադրանքով ամեն անգամ, երբ նրանք ձախողվեն ու բարկանան:

Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին, որ աշխատեն փոքր, բայց առաջընթաց քայլերի վրա, և տոնեն ցանկացած հաղթանակ՝ որպես մի քայլ՝ սարի պես այս խնդրի՝ կործանիչ բարկության հաղթահարման գործում:

**9. Անցկացրո՛ւ Բ-8. կետը. «Բարկությունն օգտագործի՛ր որպես «զարթուցիչ» (3-5 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 60-րդ:**

Դու կարող ես իսկական՝ լարովի զարթուցիչ բերել դասարան, այնպես որ վրան զանգ ունենա: Միացրո՛ւ զանգը, իսկ հետո բացատրի՛ր նրանց, թե ինչպես կարող են սկսել օգտագործել բարկությունը՝ որպես իրենց «զարթուցիչ», որն արթնացնում է և ուշադրության հրավիրում, թե ինչ է կատարվում նրանց կյանքում այդ պահին: Անհրաժեշտ է, որ նրանք շուտափույթ սկսեն օգտագործել արձագանքելու նոր ձևերը՝ բարկությամբ արձագանքելու իրենց հին ձևերի մեջ ընկնելու փոխարեն:

Սա շատ պարզ գաղափար է և կարող է հզոր ազդեցություն ունենալ նրանց կյանքի վրա: Եթե նրանք ամեն օր իրենք իրենց հիշեցնեն՝ «Ես բարկությունը որպես իմ զարթուցիչ օգտագործելու կարիք ունեմ», սա կարող է նրանց օգնել, որպեսզի սկսեն նոր ձևերով արձագանքել տվյալ իրավիճակներին՝ փոխանակ թույլ տալու, որ բարկությունը նրանց տանի կործանիչ ուղիով:

Դու կարող ես մի պարզ ներկայացում կազմակերպել երկու ուսանողների մասնակցությամբ, որտեղ նրանցից մեկը սկսում է բարկանալ, որից հետո զարթուցիչը գրնգում է, և այդ ուսանողը դադարում է բարկության ուղիով ցած իջնել՝ դիմացինին արձագանքելիս:

Իսկական զարթուցիչի օգնությամբ դու կարող ես փոխել քո վարքը, այն է՝ արթնանալ, վեր կենալ և հագնվել, կամ էլ հակառակը՝ անտեսել և շարունակել քնել: Նույնը կարող է լինել նաև բարկության դեպքում, երբ այն օգտագործես որպես զարթուցիչ և փոխես քո մտքերն ու վարքը, կամ էլ, անտեսելով այդ հնարավորությունը, թույլ տաս, որ բարկությունն ուղղություն տա քո կյանքին:

**10. Անցկացրո՛ւ Բ-9. կետը. «Քո կյանքն ապրելու համար նոր կանոններ սահմանիր» (3-5 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 60-62-րդ էջեր:**

Այս կետը կապված է անձնական իրավունքների թեմայի հետ, որտեղ մենք ինքներս էինք կանոններ ստեղծում մեր կյանքի և մեզ շրջապատողների համար և ակնկալում էինք, որ նրանք ենթարկվեն դրանց: Երբ մարդն իր անձնական իրավունքները տալիս է Աստծուն, առօրյա կյանքի համար նոր



կանոններ ունենալու կարիք է առաջանում: Մենք պետք է դիմենք Աստծուն և Նրա կանոնները կիրառենք մեր ամենօրյա կյանքում:

Ուսանողի ձեռնարկը բազմաթիվ համարներ է տալիս, որոնք կարող են մեզ առաջնորդել ամենօրյա կյանքում այս նոր կանոնների կիրառմանը. դրանք Աստծո կանոններն են:

Այս ինը քայլերը, որոնք սովորեցնում են, թե ինչպես մեր բարկությունն Աստծուն հաճելի ձևով օգտագործենք, ամփոփելիս հստակեցրո՛ւ, որ այդ քայլերից մի մասը մեզնից շատ ժամանակ կպահանջի՝ նախքան դրանցում մնայուն հաջողության հասնելը:

**11. Կրկին անցի՛ր Բ-5. կետին. «Նոր ունակություննե՛ր զարգացրո՛ւ՝ արձագանքելու համար այն իրավիճակներին, որոնց դու նախկինում բարկությամբ էիր արձագանքում»**

**(15-25 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 58-59-րդ էջեր:**

Դասի մնացած ժամանակը հատկացրո՛ւ Բ-5. կետը վերանայելուն, որը նույնն է, ինչ Քայլ 5-ը. «Նոր ունակություննե՛ր զարգացրո՛ւ՝ արձագանքելու համար այն իրավիճակներին, որոնց դու նախկինում բարկությամբ էիր արձագանքում»: Դիտարկե՛ք մի քանի հատուկ իրավիճակների օրինակներ, որտեղ նրանք անցյալում բարկություն էին օգտագործում:

Ուսանողներին հնարավորություն տուր՝ առանձնացնելու համար մի հատուկ իրավիճակ, որը նրանք կցանկանային քննարկել: Գրատախտակի վրա նորից նկարի՛ր մեծ արմատով մոլախոտ, որպեսզի ցույց տաս, թե ինչն է պատճառ հանդիսանում բարկության համար, իսկ գրատախտակի մյուս կողմում գրի՛ր արձագանքելու նոր ձևերը՝ բարկություն օգտագործելու փոխարեն:

Նաև հղո՛ւմ արա արձագանքների հինգ տարբեր տեսակների ցուցակին, որը դու փակցրել էիր պատին: Որոշե՛ք, թե ինչ նոր մտքեր, զգացմունքներ կամ այլ ինչ կարող են օգտագործվել այս նոր արձագանքների մեջ:

**Դու պետք է ամբողջովին նոր կենսակերպ զարգացնես, երբ հարցը վերաբերում է բարկությանը քո կյանքում:**

1. Նոր մտավոր արձագանքներ:
2. Նոր զգացմունքային արձագանքներ:
3. Նոր վարքագծի արձագանքներ:
4. Նոր խոսակցական արձագանքներ:
5. Նոր տեսակետներ. ոչ թե՛ «Ես քեզ կսպանեմ» բարկացած վիճակի տեսակետը, այլ ուրիշ տեսակետ:

*Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 58-րդ*

Եթե ժամանակը բավականացնում է, անցի՛ր տարբեր օրինակներով և քննարկի՛ր նրանց հետ այն նոր ձևերը, որոնցով կարող են արձագանքել տվյալ իրավիճակներին: Հիշեցրո՛ւ, որ շատ աշխատանք կպահանջվի, որպեսզի նրանք արձագանքելու նոր ձևեր զարգացնեն և դրանք դարձնեն իրենց կենսակերպի անբաժան մասը:

Օգնի՛ր քո ուսանողներին հասկանալու համար, որ այս նոր արձագանքի ձևերն ունակություններ են, որոնք սովորելու անհրաժեշտությունը կա: Դա նշանակում է, որ շատ գործնական աշխատանք և ժրաջանություն կպահանջվի դրա համար, անգամ եթե սկզբում նրանց մոտ լավ չստացվի:

Դու կարող ես առիթ տալ ուսանողներին, որպեսզի կիսվեն իրենց օրինակներով Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 8-րդի՝ «*Չարգացնել արձագանքելու նոր ձևեր*» բաժնից:

**Կյանքի բոլոր իրավիճակներին նայի՛ր որպես Աստծո ծրագրի մի մաս քո օրվա համար:**

Մենք այս միտքը ներկայացրինք անցած դասաժամին, սակայն այն նորի՛ց արծարծիր այսօր և խոսի՛ր այն մասին, թե որքան կարևոր է իրավիճակներին նշված կերպով մոտենալը: Սա նոր մտածելակերպ է, որը պետք է զարգացնեն իրենց մտքում: Եթե նրանք գրկաբաց ընդունեն այս ճշմարտությունը և հավատան դրան իրենց ողջ կյանքի համար, դա կօգնի նրանց՝ կոտրել հին մտածելակերպի ուժը, որը նրանք ունեին իրենց անձնական իրավունքների և բարկությամբ արձագանքելու պարագայում:

Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին, որ ցանկացած իրավիճակի մոտենան որպես Աստծո ծրագրի մի մաս ամեն օրվա համար: Դա չի նշանակում, որ Աստված հավանություն է տալիս այն ամենին, ինչ մարդիկ ասում և անում են քեզ: Սակայն Աստված տեղյակ է, թե ինչ է տեղի ունենում, և պատրաստ է օգնել, որպեսզի դու պատասխանես Աստծուն պատիվ բերող ձևով, ոչ թե գնաս քո բարկությունը մեղսալից ձևով օգտագործելու ուղիով:

**Սաղմոս 37:23.**

**«Բարի մարդու քայլերը սահմանվում են Տիրոջ կողմից, ու Նա հավանում է նրա ճանապարհները»:**

Այս համարը քո ուսանողների համար հզոր խոստում է պարունակում: Աստված կօգնի և կառաջնորդի նրանց օրվա ընթացքում հանդիպած ցանկացած իրավիճակում: Բարկանալու փոխարեն նայե՛ք այս իրավիճակներին՝ որպես հնարավորության, որտեղ Աստված ուզում է օգնել նրանց՝ նոր ձևով արձագանքելու հարցում:

Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին, որպեսզի օրը դիմավորեն հետևյալ համոզմունքով. «Ցանկացած իրավիճակ, որ այսօր ինձ հանդիպում է, Աստծո

համար ինձ օգտագործելու հնարավորություն կլինի՝ ինչ-որ մեկին օրհնություն լինելու նպատակով:

Այս ձևով նրանք կարող են վերաբերվել օրվա ընթացքում իրենց հանդիպած ցանկացած իրավիճակի հետ, այլ ոչ թե միայն այն իրավիճակների, որոնք նրանց բարկության մեջ են գցում:

## 12. Անձնական կիրառություն (5 րոպե):

Ա. Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին, որպեսզի ընտրեն մի իրավիճակ, որտեղ նրանք, ենթադրաբար, կհանդիպեն մի խնդրի, որին հեշտ կլինի հակազդել բարկությամբ: Թող նրանք նպատակ դնեն՝ տվյալ իրավիճակին նոր ձևով արձագանքելու համար: Դու կարող ես սա կապել Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 8-րդի՝ «Զարգացնել արձագանքելու նոր ձևեր» բաժնի հետ:

## 13. Հանձնարարություններ:

Ա. Դասի վերջում հարցաշա՛ր տուր Առակաց 15:1-ի վերաբերյալ:

Բ. Գնահատակա՛ն դիր Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 8-րդի՝ «Զարգացնել արձագանքելու նոր ձևեր» բաժնի համար:

Գ. Թող նրանք կարդան Ուսանողի ձեռնարկի 4-րդ գլուխը, հատկապես՝ 62-65 էջերը հաջորդ դասաժամին նախապատրաստվելու համար:

## 14. Դասի գնահատում:

Խնդրում եմ, գրի՛ր մտքեր այս դասի բարելավման համար:

Ո՞ր հատվածներն էին լավագույնս աշխատում:

Ո՞ր մասերն էին ուսանողների համար դժվարհասկանալի:

Ի՞նչն ամենաօգտակարը թվաց քո ուսանողներին:

## Դաս 8.

### Աճելու երեք խոշոր ասպարեզներ՝ կապված բարկության հետ:

#### 1. Աստվածաշնչյան Բանալի ճշմարտություն:

Ես կարիք ունեմ զարգացնելու ներքին դրական որակներ, որպեսզի օգտագործեմ, երբ արձագանքեմ այն իրավիճակներին, որոնցում իմ նախկին անձնական իրավունքները ոտնահարվում են:

#### 2. Բանալի համար.

Եփեսացիներին 4:31-32.

«Թող ձեր միջից վերացվի ամեն դառնություն, բարկություն, զայրույթ, աղաղակ և հայհոյություն՝ իրենց չար հետևանքներով հանդերձ: Միմյանց հանդեպ քա՛ղցր եղեք, զթած, իրար ներելով, ինչպես որ Աստված Քրիստոսով ներեց ձեզ»:

#### 3. Հղում ուսանողական նյութերին:

Ուսանողի ձեռնարկի 4-րդ գլուխը համընթաց է այս դասի հետ, հատկապես՝ 62-65 էջերը: Ուսուցման ուղեցույցի 8-րդ, 9-րդ և 10-րդ նախագծերը նույնպես կարող են օգտագործվել այս դասին:

Նախագիծ 8. «Զարգացնել արձագանքելու նոր ձևեր»:

Նախագիծ 9. «Զարգացնել ներքին դրական որակներ»:

Նախագիծ 10. «Իմ անձնական պատասխանատվությունները»:

#### 4. Դասի ջերմացման գործողություն (5-10 րոպե):

Այսօրվա դասաժամը սկսի՛ր՝ խնդրելով քո ուսանողներին կիսվել որևէ օրինակով, թե ինչպես են նրանք արձագանքել մի իրավիճակի՝ բարկության փոխարեն օգտագործելով արձագանքելու նոր ձև:

Եթե ուսանողներից ոչ ոք չցանկանա կամավոր կիսվել, պատրա՛ստ եղիր ինքդ նոր արձագանքի կիրառման մի օրինակ բերել քո կամ նախկին ուսանողներից մեկի կյանքից:

#### 5. Դասի վերանայում ուսուցչի համար:

Օգտագործի՛ր Դասի ջերմացման գործողությունը՝ որպես ներածություն այն հիմնական թեմայի համար, որը մենք ուզում ենք քննարկել այսօրվա

դասաժամին: Մենք կդիտարկենք երեք խոշոր ասպարեզներ, որոնք բոլորն էլ վերաբերում են մեր ապրելակերպին: Նկատի կունենանք հատկապես նրանց ապրելակերպը, ովքեր իրենց անձնական իրավունքները տվել են Աստծուն:

1. Ջարգացնել բնավորության դրական գծեր քո կյանքի ընթացքում:
2. Սովորել զանազանել անձնական իրավունքների և անձնական պատասխանատվությունների միջև եղած տարբերությունը:
3. Ջարգացնել սահմաններ քո կյանքում:

Քո ուսանողներին բացատրի՛ր, որ այս երեք խոշոր ասպարեզներն ամբողջությամբ կապված են այն գործողությունների հետ, որոնց մասին մենք խոսում էինք անցած երկու դասաժամերի ընթացքում: Կապված են հատկապես նոր ռազմավարություններ զարգացնելու հարցում՝ արձագանքելու համար այն իրավիճակներին, որոնցում նրանք հեշտությամբ էին ընկնում բարկության մեջ: Այնուամենայնիվ, սրանք աճի երեք ասպարեզների երկար շղթաներ են, որոնք կարող են մեծ ազդեցություն ունենալ այն բանի վրա, թե ինչպես են մարդիկ արտահայտում իրենց բարկությունը:

Դու պետք է կողմնորոշվես, թե որքան ժամանակ ես հատկացնելու այս երեք խոշոր թեմաներից յուրաքանչյուրին: Մի տարբերակ էլ՝ քո ժամանակը հավասարապես բաշխելն է երեքի միջև, որը կարող է լինել տասնհինգ րոպե ամեն մեկի համար:

Վերջինը՝ «Ջարգացնել սահմաններ քո կյանքում», կարող էր ինքնին մի ողջ դասընթաց լինել: Այնպես որ, մենք ընդամենը համառոտ ներկայացնում ենք այս երեք հարցերը:

## 6. Անցկացրո՛ւ Գ. կետը. «Բնավորության դրական գծե՛ր զարգացրու քո կյանքում» (10-15 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 62-63-րդ էջեր:

Բնավորության դրական գծերը մեկ օրում հնարավոր չէ զարգացնել: Դա սովորելու գործընթաց է, թե ինչպես աճեցնես դրական որակները քո կյանքում: Այն գործնական աշխատանք է և շատ անձնական կիրառություն է պահանջում:

Ուսանողի ձեռնարկի 62-63-րդ էջերում կարող ես տեսնել աստվածաշնչյան համարներ, որոնք ներկայացնում են բնավորության մի քանի տարբեր գծեր, որոնք ուսանողները կարող են զարգացնել:

**Ա Կորնթացիներին 13:4-8**

**Բ Պետրոս 1:5-7**

Շատ կան նաև ուրիշ համարներ, որոնք նույնպես կարող են օգտագործվել բնավորության դրական գծեր հայտնաբերելու համար:

Դուք կարող եք նաև հղում անել *Անձնական դասընթացներ նորադարձ քրիստոնյաների համար* դասընթացի՝ *Բնավորության գծերի դաս* բաժնին՝ որպես մեկ այլ՝ բնավորության գծերի վերաբերյալ աղբյուրի, որոնք կարող են զարգացնել իրենց կյանքում: Այնտեղ թվարկված են 49 դրական որակներ, որոնք կարելի է զարգացնել:

Ամենակարևորը, որ դու պետք է պարզաբանես քո ուսանողների համար, այն է, որ այդ բոլոր որակները կարող են օգտագործվել բարկության փոխարեն: Մենք ավելի վաղ՝ 6-րդ դասին, ասացինք, որ չենք աշխատում ամբողջությամբ դադարեցնել բարկությունը: Դրա փոխարեն մենք ուզում ենք սովորել մեր բարկությունն օգտագործել Աստծուն պատիվ բերող ձևով, քանի որ մեզնից շատերի համար նախկին ձևերը, որոնցով մենք օգտագործել ենք մեր բարկությունը, կործանարար են եղել և պատիվ չեն բերել Աստծուն:

Այստեղ դու կարող ես նորից հղում անել առաջին դասաժամին ներկայացված՝ երկար արմատներով մոլախոտի նկարագրումները: Երբ քո ուսանողները խորհում են, թե ինչպես են օգտագործել բարկությունն իրենց կյանքում, հաճախ բարկությունից բացի այլընտրանք չեն տեսնում: Դա շատ նման է պարտեզի, որն ամբողջությամբ ծածկված է մոլախոտերով: Դու միայն մոլախոտեր ես տեսնում, այդ պատճառով ոչ մի օգտակար բույս պտուղ չի տալիս:

Սակայն եթե ազատվես այդ մոլախոտերի բազմությունից, մյուս բույսերը տեղ կունենան աճելու, ուժեղ ու առողջ դառնալու համար: Սա շատ նման է բարկության և բնավորության դրական որակներին: Եթե նրանք դադարեն օգտագործել իրենց բարկությունը, իրենց կյանքում տեղ կունենան բնավորության դրական գծեր աճեցնելու համար: Ինչքան շատ են բնավորության դրական գծերն աճում, այնքան մարդիկ ուժեղ են դառնում և ի վիճակի են լինում բարկության փոխարեն արձագանքել դրանցով:

Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին, որ տեսնեն, թե ինչքան կարևոր են դրական որակները, որոնք լցնելու են մեր կյանքի բաց տեղերը, երբ մեր անձնական իրավունքները տանք Աստծուն: Բնավորության այս գծերը հրաշալի ձևով փոխարինում են բարկությամբ արձագանքելուն, մի բան, որը նրանք, սովորաբար, օգտագործում էին անցյալում:

Բնավորության այս գծերի զարգացումն իրականում Նոր աճի ինը քայլերից 5-րդի արտահայտությունն է, որ մենք քննարկեցինք նախկին երկու դասաժամերին: Հինգերորդ քայլը՝ «Նոր ունակությունն է՝ զարգացրու՝ արձագանքելու համար այն իրավիճակներին, որտեղ դու նախկինում բարկությամբ էիր արձագանքում», կարող է լինել պարզապես մի գործողություն, կամ կարող է դառնալ մնայուն փոփոխություն քո կյանքում: Այդ դասերին մենք նաև խոսեցինք քո ողջ կյանքի համար արձագանքելու նոր



ձևեր զարգացնելու կարևորության մասին, այլ ոչ թե ընդամենը՝ որպես բարկության փոխարինողի:

Քո ուսանողների համար հստակեցրո՛ւ, որ բարկության կործանիչ ուժը հաղթահարելու լավագույն ճանապարհը արձագանքելու այս նոր ձևերն ավելի հաճախ օգտագործելն է ոչ միայն բարկության փոխարեն, այլ ավելի լայն շրջանակում: Եթե նրանք ընդամենը նպատակ դնեն, որ այս նոր արձագանքելու ձևերն օգտագործեն միայն այն ժամանակ, երբ բարկանալու փորձության մեջ են, ապա սա չափից ավելի փոքր նպատակ կլինի, որը, ավելի հավանական է, կտանի ձախողման, քան թե՛ հաջողության:

Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին, որ նպատակ դնեն բնավորության դրական որակները զարգացնելու և դրանք որպես արձագանքելու նոր ձևեր ընդհանրապես, միշտ օգտագործելու համար՝ անկախ այն բանից, բարկանալու փորձության մե՞ջ են, թե՞ ոչ: Օրինակ, իրենց առաջ նպատակ դնեն՝ համբերատար լինել ամբողջ օրը, բոլոր իրավիճակներում: Եթե նրանք աշխատեն բնավորության այս գծերի զարգացման վրա, ապա կարող են օգտագործել դրանք ցանկացած ժամանակ, ոչ թե միայն, երբ բարկանալու փորձության մեջ են:

- 8**
7. **Ներկայացրո՛ւ Դ. կետը. «Մովորի՛ր տեսնել անձնական պատասխանատվությունների և անձնական իրավունքների միջև եղած տարբերությունը» (2-3 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 63-64-րդ էջեր:**

Դասի այս հատվածը քո ուսանողների հասկանալու համար մի կարևոր հարց է բարձրացնում. անձնական իրավունքների և անձնական պատասխանատվությունների միջև եղած տարբերությունը: Քո ուսանողները, հնարավոր է, այնքան վարժ չլինեն, որ կարողանան զանազանել իրավունքի և պատասխանատվության միջև եղած տարբերությունը:

8. **Անցկացրո՛ւ Դ-1. կետը. «Ի՞նչ է անձնական պատասխանատվությունը» (5-7 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, 63-64-րդ էջեր:**

Անձնական պատասխանատվությունները կանոններ են, որոնք տրված են մեզ, որպեսզի հետևենք դրանց: Համոզվի՛ր, որ քո ուսանողները հասկանում են անձնական իրավունքների և անձնական պատասխանատվությունների միջև եղած տարբերությունը: Բե՛ր մի քանի օրինակներ:

Ուսանողի ձեռնարկում կան երեք օրինակներ այն մարդկանց մասին, ովքեր Աստծուն տալով իրենց անձնական պատասխանատվությունները, կարծում էին, որ Նրան տվել են իրենց անձնական իրավունքները: Անդրադարձի՛ր դրանցից ամեն մեկին և քննարկի՛ր, թե ի՛նչ տարբերություն կա անձնական իրավունքների և անձնական պատասխանատվությունների միջև:



Դու կարող ես նրանց ասել, որ ուշադրություն դարձնեն Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 10-րդին՝ «Իմ անձնական պատասխանատվությունները», և լրացնեն այն, եթե մինչև այդ դեռ չեն լրացրել:

Դու նաև կարող ես խոսել մի խնդրի մասին, որ որոշ մարդիկ ունեն. իրենց վրա վերցնել պատասխանատվություններ, որոնք նրանց տրված չեն: Տվյալ անձնավորությունը գուցե իրոք ուզում է ունենալ այդ պատասխանատվությունը, սակայն եթե նա դա վերցնի առանց իր առաջնորդի հանձնարարության, սխալ կանի և շատ խնդիրներ կստեղծի:

Եթե նույնիսկ ինչ-որ մեկը, ով կրում է այդ պատասխանատվությունը, վատ է անում իր գործը, միևնույն է, սխալ է՝ առանց առաջնորդի հանձնարարության ստանձնել ուրիշի պատասխանատվությունը:

**9. Անցկացրո՛ւ Դ-2. կետը. «Ես իրավունք ունե՞մ պաշտպանելու ինքս ինձ և մյուսներին վտանգից ու բռնությունից» (5-10 րոպե), Ուսուցչի ձեռնարկ, էջ 64-րդ:**

Շատ կարևոր է, որ քո ուսանողների հետ անդրադառնաս այս կետին: Մենք խոսեցինք մեր անձնական իրավունքներն Աստծուն տալու մասին, այդ առումով որոշ մարդիկ կարող են եզրակացնել, որ իրենք «իրավունք» չունեն պաշտպանելու իրենք իրենց, նույնիսկ եթե բռնանում ենք նրանց վրա: Համոզվի՛ր, որ քո ուսանողները հասկանում են, որ եթե մի կին իր անձնական իրավունքները տալիս է Աստծուն, չի նշանակում, որ ինչ-որ մեկն իրավունք ունի բռնաբարելու նրան:

Մենք պատասխանատվություն ունենք, ոչ թե իրավունք՝ պաշտպանելու ինքներս մեզ և մյուսներին: Մա Աստծուց տրված պատասխանատվություն է:

Այսպիսով, եթե ինչ-որ մեկին բռնության են ենթարկում, ապա նա կարիք ունի ճիշտ օգնություն ստանալու և կողմնորոշվելու, թե որն է լինելու հաջորդ քայլն իրեն և մյուսներին բռնացողից պաշտպանելու համար:

Ցավալի է, սակայն շատ քրիստոնյաներ սխալ են հասկանում այս հարցը և ասում են մարդկանց, որ նրանք պետք է մնան այդ բռնության իրավիճակում: «Ուղղակի վստահի՛ր Աստծուն», - ասում են նրանք: Բայց սա ճիշտ չէ: Այսպիսի իրավիճակներում շատ կարևոր է ճիշտ խորհուրդ ստանալը:

**10. Անցկացրո՛ւ Ե. կետը. «Սահմաննե՛ր զարգացրու»  
(12-15 րոպե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 65-րդ:**

Մեր բարկությունն Աստծուն հաճելի ձևով օգտագործել սովորելու ընթացքն իր մեջ ներառում է մեր կյանքում սահմաններ զարգացնելը: Մա այն գործընթացի մի մասն է, որում մենք սովորում ենք կառավարել մեր բարկությունը. մենք սահմաններ ենք դնում դրա վրա և թույլ չենք տալիս, որ այն կառավարի մեզ:

Համոզվի՛ր, որ քո ուսանողները հասկանում են անձնական իրավունքների և անձնական պատասխանատվությունների միջև եղած տարբերությունը: Անձնական իրավունքը մի կանոն է, որը ես ինքս եմ ստեղծել և ակնկալում եմ, որ **մյուսները** կենթարկվեն դրան: Սահմանը մի կանոն է, որը ես ստեղծել եմ **ինքս ինձ** համար, որպեսզի կարողանամ ապրել Աստծո ուզած ձևով:

Սահմաններն ավելի մեծ դեր ունեն մեր կյանքում, քան՝ ընդամենը որպես բարկությունը սանձող միջոց: Սահմաններն ընդգրկում են պատասխանատվություններն ու կանոնները, որոնք Աստված տվել է մեզ:

Այս սահմանները պետք է հիմնված լինեն Աստծո Խոսքի վրա: Դրա մի օրինակ է Առակաց 22:24-25-ը, որը մեզ սովորեցնում է ընկերություն չանել բարկացկոտ և դյուրագրգիռ մարդկանց հետ:

**8**

Դու կարող ես նրանց առիթ տալ՝ գտնել սահմանների վերաբերյալ աստվածաշնչյան այլ համարներ, որոնք կօգնեն նրանց՝ սովորել, թե ինչպես իրենց բարկությունն օգտագործեն Աստծուն հաճելի ձևով:

**Հակոբոս 1:19-20**

**Եփեսացիներին 4:26-27**

Թող քո ուսանողները քննարկեն, թե ինչպես կարող են այս սահմանները նրանց օգնել իրենց կյանքում:

Քաջալերի՛ր նրանց, որ կարդան Dr. Henry Cloud-ի և John Townsend-ի «Boundaries: When to Say Yes, How to Say No to Take Control of Your Life» գիրքը: Բացատրի՛ր, որ այս թեման ինքնին կարող էր մի ամբողջ դասընթաց լինել:

**11. Անձական կիրառություն (5 թույլ):**

Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին, որ ընտրեն երեք խոշոր թեմաներից մեկը, որ մենք քննարկեցինք այսօրվա դասաժամին, և որ նպատակ դնեն, թե ինչպես սկսեն քայլեր անել այն իրենց կյանքում կիրառելու համար այն իրավիճակներում, որոնցում նրանք նախկինում, հավանաբար, բարկությամբ կհակադդեին: Թող նրանք նպատակ դնեն՝ նոր ձևով արձագանքել տվյալ իրավիճակին:

1. Ջարգացնել բնավորության դրական գծեր քո կյանքում:
2. Սովորել զանազանել անձնական իրավունքների և անձնական պատասխանատվությունների միջև եղած տարբերությունը:
3. Ջարգացնել սահմաններ քո կյանքում:

Հիշեցրո՛ւ նրանց, որ այս երեք ասպարեզներից յուրաքանչյուրն ավելին է պահանջում, քան պարզապես մեկ նպատակ դնելը, որ կարողանան կիրառել դրանք իրենց կյանքում: Նրանք որոշակի ժամանակ պետք է աշխատեն դրանք զարգացնելու վրա: Սրանք աճի ավելի երկարատև ասպարեզներ են, սակայն դրանցից յուրաքանչյուրը սկսվում է փոքր քայլերից. քայլեր, որոնք նրանք կարող են սկսել կատարել այսօր:

**12. Հանձնարարություններ:**

- Ա. Թող քո ուսանողները լրացնեն Ուսուցման ուղեցույց, Նախագիծ 9-րդը՝ «Ջարգացնել ներքին դրական որակներ», և Նախագիծ 10-րդը՝ «Իմ անձնական պատասխանատվությունները», և պատրաստ լինեն դրանք հանձնել հաջորդ դասաժամին:
- Բ. Թող քո ուսանողները կարդան Ուսանողի ձեռնարկի 4-րդ գլուխը, հատկապես՝ 66-70-րդ էջերը՝ հաջորդ դասաժամին նախապատրաստվելու համար:

**13. Դասի գնահատում:**

Խնդրում եմ, գրի՛ր մտքեր այս դասի բարելավման համար:  
 Ո՞ր հատվածներն էին լավագույնս աշխատում:  
 Ո՞ր մասերն էին ուսանողների համար դժվարհասկանալի:  
 Ի՞նչն ամենաօգտակարը թվաց քո ուսանողներին:

## Դաս 9.

### Ինչպե՞ս կարող եմ իմ բարկությունն օգտագործել Աստծուն հաճելի ձևով:

#### 1. Աստվածաշնչյան քանայի ճշմարտություն:

Ես պետք է ուշադիր լինեմ՝ իմ բարկությունն արտահայտել միայն Աստծուն հաճելի ձևով:

#### 2. Բանայի համար.

Կողոսացիներին 3:17.

«Եվ ինչ որ անեք, թե՛ խոսքով և թե՛ գործով, բոլորը Տեր Հիսուսի անունով արեք՝ գոհություն տալով Աստծուն և Հորը՝ Նրա միջոցով»:

#### 3. Հղում ուսանողական նյութերին:

Ուսանողի ձեռնարկի 4-րդ գլուխը համընթաց է այս դասի հետ, հատկապես՝ 66-70-րդ էջերում բերված նյութը: Ուսուցման ուղեցույցի 8-րդ, 9-րդ և 10-րդ նախագծերը նույնպես կարող են օգտագործվել այս դասի հետ:

Նախագիծ 8. «Զարգացնել արձագանքելու նոր ձևեր»:

Նախագիծ 9. «Զարգացնել ներքին դրական որակներ»:

Նախագիծ 10. «Իմ անձնական պատասխանատվությունները»:

9

#### 4. Դասի ջերմացման գործողություն (5-10 րոպե):

Այսօրվա դասը սկսի՝ ր մի պատմությամբ, որը կնկարագրի, թե ինչպես կարելի է բարկությունն օգտագործել ճիշտ ձևով: Սա կարող է լինել օրինակ քո կյանքից կամ ինչ-որ մեկի, ում քո ուսանողները ճանաչում են: Համոզվի՛ր, որ տվյալ օրինակը համապատասխանում է Աստծո չափանիշին՝ բարկությունը ճիշտ ձևով օգտագործելու առումով:

Այնուհետև հայտնի՛ր, որ այսօր կքննարկեք մի քանի հատուկ ձևեր, թե ինչպես նրանք օգտագործեն իրենց բարկությունը և, միաժամանակ, Աստծուն հաճելի լինեն:

**5. Համառոտ վերանայում (4-7 թույլ):**

Քանի որ սա սույն դասընթացի վերջին դասաժամն է, մի քանի թույլ՝ հասկացրու՝ վերանայելու համար անձնական իրավունքների վերաբերյալ այն առանցքային թեմաները, որոնք մենք անցանք այս դասերին: Դրանք են.

1. Բարկություն արտահայտելու տարբեր ձևեր կան:
2. Բարկությունն իշխող է և փորձում է ղեկավարել քո կյանքը:
3. Ես պետք է պատասխանատվություն ստանձնեմ իմ բարկության համար:
4. Ինչպես կարող եմ կոտրել բարկության կործանիչ ուժն իմ կյանքում: Հղո՛ւմ արա «Անձնական իրավունք»-ի սահմանումով պլակատին և նորի՛ց կարդա այդ սահմանումը:
5. Օգտագործելով երկար արմատներով մուլախոտի նկարագրողումը՝ նշի՛ր, որ մեր անձնական իրավունքներն են սնում մեր բարկությունը:
6. Կարևորը, որը մենք կարող ենք անել, մեր անձնական իրավունքներն Աստծուն տալն է:
7. Մենք անցանք աճի ինը քայլերը, որոնք վերաբերում են բարկությունը դրական ձևով օգտագործել սովորելուն:
8. Մենք պետք է բնավորության դրական գծեր զարգացնենք մեր կյանքում:
9. Մենք պետք է հասկանանք անձնական իրավունքների և անձնական պատասխանատվությունների միջև եղած տարբերությունը:
10. Մենք պետք է սահմաններ զարգացնենք մեր կյանքում:

**6. Ներկայացրո՛ւ Զ. կետը. «Քո բարկությունն օգտագործի՛ր Աստծուն հաճելի ձևով» (2-3 թույլ), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 66-րդ:**

Այսօրվա մեր դասի հիմնական թեման մի փոքր վախ կառաջացնի, քանի որ մենք խոսելու ենք մեր բարկությունն օգտագործելու մասին: Այս դասընթացի մեծ մասում մենք մեր ուսանողներին քաջալերում էինք նոր ձևեր գտնել՝ դժվարին իրավիճակներին արձագանքելու համար, որտեղ նախկինում նրանք բարկությունն էին օգտագործում:

Եվ դա շարունակում է մնալ որպես ճշմարտություն: Այն իրավիճակներում, որտեղ մենք բարկանալու փորձության մեջ ենք հայտնվում, մեծ մասամբ այնպես չենք արձագանքում, ինչպես Հիսուսը կաներ:



Այսօրվա դասին մենք խոսելու ենք այն մասին, թե ինչպես կարող ենք օգտագործել մեր բարկությունը՝ հազվադեպ:

Դասի այս հատվածում տրված վեց կետերը շատ կենսական ու կարևոր են սովորելու առումով՝ թե ինչպես մեր բարկությունն օգտագործենք Աստծուն հաճելի ձևով: Քննարկե՛ք բոլոր քայլերը, կամ ընտրե՛ք այն կետերը, որոնց համար, ըստ քեզ, քո ուսանողներն ամենալավ ձևով են պատրաստված, որպեսզի կարողանան օգտագործել իրենց կյանքում այս պահից սկսած:

**7. Անցկացրո՛ւ Զ-1. կետը. «Սովորի՛ր արձագանքել բարկությամբ՝ բարկությամբ հակազդելու փոխարեն» (5-8 բույե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 66-րդ:**

Այս առաջին միտքը՝ «Սովորի՛ր արձագանքել բարկությամբ՝ բարկությամբ հակազդելու փոխարեն», շատ կարևոր է մեր կյանքում փոփոխություն կատարելու առումով: Այն կոչ է անում յուրաքանչյուր անձնավորության՝ որոշել, թե ինչպես է արձագանքելու, այլ ոչ թե ընդամենը բարկությամբ հակազդելու:

Մա, իրականում, համահունչ է Հակոբոս 1:19-20-ի հետ, որտեղ ասվում է՝ ծանրաշարժ լինել բարկանալու հարցում: Երբ դուք անդրադառնում եք այն իրավիճակներին, որտեղ Հիսուսն արտահայտել էր Իր բարկությունը, պարզ է դառնում, որ Նա մտադրված էր օգտագործում Իր բարկությունը սովորական իրավիճակներում: Նա չէր կորցրել վերահսկողությունը, քանի որ վատ օր էր ունեցել: Նա բարկությամբ արձագանքում էր, ոչ թե ընդամենը հակազդում:

Քո ուսանողների հետ քննարկի՛ր հոգևոր վերաբերմունք և մտածելակերպ զարգացնելու կարևորությունը, որը համապատասխանում է այս կետին:

Նաև քննարկի՛ր, թե որ իրավիճակներում պատշաճ կլինի բարկություն օգտագործելը:

**8. Անցկացրո՛ւ Զ-2. կետը. «Երբ բարկանում ես, ոխակալ մի՛ եղիր» (5-8 բույե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 67-րդ:**

Մի կողմից՝ այս կետը վերաբերում է այն իրականությանը, որ մենք ապագայում կբարկանանք, և դրանք կարող են լինել ժամանակներ, երբ մենք չունենանք Աստծո օրհնությունը: Մենք չենք կարողանա կատարյալ լինել Աստծո առաջ: Սակայն փոխանակ ինքդ քեզ վրա ամոթանքներ դիզելու, կամ քո բարկությունը «չափազանց հոգևորացնելու», ավելի ճիշտ կլինի՝ անկեղծ լինես և նայես դրան այնպես, ինչպես Աստված է նայում:

Կարևորն այստեղ այն է, որ թույլ չտաս քո բարկությանը՝ քեզ կրկին տանել դառնության ուղիով, և որ ոխ չպահես մարդկանց հանդեպ: Հղո՛ւմ արա Հովսեփի օրինակին Հին Կտակարանում, որտեղ նա թույլ չտվեց, որ իր եղբայրների չար արարքներն իրեն թալանեն իր կյանքի համար որոշված՝ Աստծո լավագույնից:

Աստվածաշնչյան մեկ այլ օրինակելի հատված է Եփեսացիներին 4:26-27-ը: Այստեղ գործնականում կիրառելու կարևոր կետերից մեկը Հովսեփի նման ներել սովորելն է:

**9. Անցկացրո՛ւ Զ-3. կետը. «Քո բարկությունն ուղղի՛ր դրական մի գործողության» (5-8 բույե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 67-րդ:**

Սա մի հրաշալի հնարավորություն է ստեղծում Հիսուսի կյանքից օրինակներ բերելու համար: Թեև Նա բարկացած էր, սակայն թույլ չտվեց, որ Իր բարկությունն Իրեն տանի կործանման ուղիով: Բուռն քննարկի՛ր քո ուսանողների հետ, թե ինչպես կարելի է սեփական բարկությունն ուղղել դրական մի բանի:

Տե՛ս Ուսանողի ձեռնարկի այս հատվածի տեղեկությունը Դավթի վերաբերյալ Հին Կտակարանից, և թե ինչպես էր նա իր բարկությունն ուղղում Աստծո հետ աղոթքի մեջ ժամանակ տրամադրելուն:

Այստեղ մեկ այլ կետ քո բարկությունը նոր մտածելակերպին համապատասխան ուղղորդելն է: Դավիթն այսպես վարվեց Մեմեի հետ կապված դեպքում, երբ թույլ չտվեց, որ իր գեներալը գնա և սպանի նրան: Նա պատասխանեց. «Աստված է նրան ասել, որ այդպես վարվի»: Դավիթը գնաց դրական ուղիով, ոչ թե մեղսալից ու կործանիչ ճանապարհով:

**10. Անցկացրո՛ւ Զ-4. կետը. «Աստծուն բե՛ր քո սթրեսային վիճակների մեջ» (5-8 բույե), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 68-րդ:**

Զ-3. կետի համար վերևում նշված օրինակները համահունչ են նաև այստեղ: Մի՛ կենտրոնացիր քո կյանքի միայն սթրեսային իրավիճակների վրա: Օգտագործի՛ր դրանք որպես հնարավորություն՝ Աստծուն բերելու տվյալ իրավիճակի մեջ: Խնդրի՛ր Նրա օգնությունը, իմաստությունն ու գործությունը:

Եթե դու զգում ես, որ դիմացինի հանդեպ լավագույն բանը, որ Աստված է ուզում, բարկանալն է, ուրեմն այդպե՛ս վարվիր:

Սուրբ Գրքից համարնե՛ր բեր քո կյանքի մեջ, անգի՛ր արա դրանք և քեզ համար բարձրաձայն կրկնի՛ր, երբ դժվարին իրադրությունների մեջ հայտնվես:



**11. Անցկացրո՛ւ Զ-5. կետը. «Դարձի՛ր խաղաղարար նրանց համար, ովքեր բարկացած են» (5-8 բույսեր), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 68-րդ:**

Երբ մենք սովորենք մեր բարկությունն Աստծուն հաճելի ձևով օգտագործել, հնարավոր է, որ այն ընդհանրապես շատ չօգտագործենք: Եվ մենք, վերջնական արդյունքում, այն չենք օգտագործի այն իրավիճակներում, որտեղ մյուսները խիստ բարկանում են: Այն դեպքերում, երբ մենք արդեն ի վիճակի լինենք վերահսկել մեր բարկությունը, Աստված կկարողանա մեզ օգտագործել որպես խաղաղարարներ:

Երբ դու գործում ես որպես խաղաղարար, սովորաբար գործ ես ունենում բարկացած ու վիրավորված մարդկանց հետ: Նրանք, հնարավոր է, պատրաստ են իրենց բարկությունը քեզ վրա պարպելու: Մակայն եթե դու կարողանում ես դա ընդունել առանց նույն ձևով նրանց պատասխանելու, ապա Աստված կկամենա քեզ օգտագործել որպես խաղաղարար:

Living Free-ն մի ամբողջ դասընթաց է, որը նվիրված է խաղաղարար լինելուն: Դու այն կարող ես ձեռք բերել հետևյալ կայքում. [www.livingfree.org](http://www.livingfree.org):

**12. Անցկացրո՛ւ Զ-6. կետը. «Աստված, հնարավոր է, քո անձնական իրավունքներից որոշ մասը վերադարձնի քեզ. սակայն դրանք հիմա կլինեն առավելություններ, այլ ոչ՝ անձնական իրավունքներ» (5-8 բույսեր), Ուսանողի ձեռնարկ, 69-70-րդ էջեր:**

6-րդ կետը՝ *«Աստված, հնարավոր է, քո անձնական իրավունքներից որոշ մասը վերադարձնի քեզ. սակայն դրանք հիմա կլինեն առավելություններ, այլ ոչ՝ անձնական իրավունքներ»*, շատ հզոր մի ճշմարտություն է փոխանցում: Մի քանի օրինակներ բեր, թե ինչպես կարող է Աստված վերադարձնել քո ուսանողների անձնական իրավունքները, որոնց հիմա նրանք պետք է այլ կերպ նայեն: Մենք այլևս չենք կարող պահանջել մարդկանցից՝ ենթարկվել այդ կանոններին, քանի որ նայում ենք դրանց որպես առավելությունների:

Օրինակ, ես չեմ կարող պահանջել, որ դիմացինս հարգի ինձ:

Սակայն երբ Աստված այն վերադարձնում է որպես առավելություն այն ժամանակով, երբ ինչ-որ մեկը հարգանք է ցույց տալիս իմ հանդեպ, ես շնորհակալ եմ լինում հարգված լինելու առավելության համար: Ես ամբողջովին նոր մտածելակերպով եմ օժտվում այս իրավիճակների հանդեպ:

Երբ Աստված ինչ-որ բան է վերադարձնում, այն ամբողջովին գտնվում է Նրա վերահսկողության ներքո: Նա կարող է ինձ հարգված լինելու առավելություն տալ միայն մեկ անգամ, կամ էլ դա կարող է շարունակվել օրեր շարունակ: Սակայն ես երբեք չեմ կարող որևէ առավելություն պահանջել, ես միայն կարող եմ երախտագիտությամբ ընդունել այն: Այսինքն՝ երախտագիտությունն այն հիմնական դրական հատկությունն է, որը համընթաց է այս առավելությունների հետ:



Ուսանողի ձեռնարկը պարունակում է լրացուցիչ տեղեկություն այս կետի վերաբերյալ, որն օգտակար կլինի քննարկման համար:

**13. Դասընթացի ամփոփումը (2-3 թույլ), Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 70-րդ:**

Ողջ դասընթացն ամփոփելիս քաջալերի՛ր նրանց՝ քայլ առ քայլ սկսել այս գործընթացը: Քաջալերի՛ր նրանց, որ շարունակեն իրենց անձնական իրավունքները հանձնել Աստծուն: Քաջալերի՛ր նրանց, որ շատ աշխատեն՝ կյանքի իրավիճակներին արձագանքելու նոր ձևեր գարգացնելու համար՝ բարկությունն օգտագործելու փոխարեն:

Դասն ավարտի՛ր Պողոսի խոսքով Փիլիպպեցիներին 3:13-14-ից (Ուսանողի ձեռնարկ, էջ 70-րդ), ըստ որի՝ նա ձգտում է ավարտել այն ընթացքը, որի համար Աստված կանչել է իրեն:

**Փիլիպպեցիներին 3:13-14.**

**«Եղբայրներ՛ր, ես չեմ համարում, թե արդեն հասել եմ, բայց այս մի բանն անում եմ, որ հետևում մնացածները մոռացած՝ առջևում եղածներին եմ ձգտում: Դեպի նպատակակետն եմ վազում՝ Հիսուս Քրիստոսով Աստծո բարձր կոչման մրցանակի համար»:**

Պարզաբանի՛ր, որ այս դասընթացը կարող է շրջադարձային լինել նրանց համար, եթե գրկաբաց ընդունեն այս ճշմարտությունները և սկսեն գործի դնել դրանք իրենց կյանքում: Շատերը, ովքեր իրենցից առաջ մասնակցել են այս դասընթացին, վկայել են այս մասին:

**14. Անձնական կիրառություն (5 թույլ):**

Ա. Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին՝ մեր քննարկած վեց թեմաներից մեկն ընտրելու համար: Թող նրանք նպատակ դնեն՝ ցանկացած իրավիճակի արձագանքել նոր ձևով՝ կիրառելով վերը նշված ճշմարտությունը:

Բ. Քաջալերի՛ր քո ուսանողներին, որ շարունակեն բարկությունն օգտագործել որպես զարթուցիչ իրենց ամենօրյա գործունեության մեջ, որպեսզի հետևողական լինեն՝ արդյո՞ք դեռ շարունակում են պինդ պահել իրենց անձնական իրավունքներից որևէ մեկը, որը պետք է հանձնելին Աստծուն:

**23. Հանձնարարություններ:**

Գնահատակա՛ն դիր Ուսուցման ուղեցույցի 9-րդ և 10-րդ նախագծերի համար:



**24. Դասի գնահատում:**

Խնդրում եմ, գրի՛ր մտքեր այս դասի բարելավման համար:

Ո՞ր հատվածներն էին լավագույնս աշխատում:

Ո՞ր մասերն էին ուսանողների համար դժվարհասկանալի:

Ի՞նչն ամենաօգտակարը թվաց քո ուսանողներին:

## Դաս 10. Ստուգարք

### 1. Ներկայացրո՛ւ հաջորդ դասընթացը, որն ուսուցանելու ես:

Ներկայացրե՛ք հաջորդ դասընթացը:

- Ա. Բաժանե՛ք Ուսուցման ուղեցույցը, կամ այլ նախագծեր, որոնք պետք է լրացվեն՝ նախքան դուք դրանք կուսուցանեք հաջորդ դասընթացի առաջին դասին:
- Բ. Թող ուսանողները բացեն իրենց նոր Ուսուցման ուղեցույցի վերջին էջը: Նրանք այնտեղ կգտնեն *Դասարանական Հանձնարարության Ցուցակի* չլրացված բլանկի մի օրինակ: Ասացե՛ք նրանց յուրաքանչյուր հարցաշարի, նախագծի և ստուգարքի ժամկետները:
- Գ. Բաժանե՛ք նոր Ուսանողի ձեռնարկը և ասացե՛ք նրանց, թե որ էջն էք ուզում, որ նրանք կարդան՝ նախքան հաջորդ դասը սկսվելը:

### 2. Ստուգա՛րք ընդունիր այս դասընթացի վերաբերյալ:

### 3. Վերադարձրո՛ւ քո գնահատած բոլոր հարցաշարերն ու նախագծերը, եթե դեռ չես արել:



## Ուսանողի ձեռնարկ

Ուսանողի ձեռնարկը ներառված չէ այս փաստաթղթում, սակայն հասանելի է որպես առանձին փաստաթուղթ:

Ստուգի՛ր, թե «Ինչպե՛ս օգտագործել այս Ուսուցչի ձեռնարկը» բաժնի 5-րդ էջը՝ լրացուցիչ տեղեկությունների համար, և թե ինչպե՛ս օգտագործել Ուսանողի ձեռնարկը:

## Ուսուցման ուղեցույց

Ուսուցման ուղեցույցը ներառված չէ այս փաստաթղթի մեջ, սակայն հասանելի է որպես առանձին փաստաթուղթ:

Ստուգի՛ր, թե «Ինչպե՛ս օգտագործել այս Ուսուցչի ձեռնարկը» բաժնի 5-րդ էջը՝ լրացուցիչ տեղեկությունների համար, և թե ինչպե՛ս օգտագործել Ուսուցման ուղեցույցը:

## Ստուգարք և Վկայական

Ստուգի՛ր, թե «Ինչպե՛ս օգտագործել այս Ուսուցչի ձեռնարկը» բաժնի 5-6-րդ էջը՝  
լրացուցիչ տեղեկությունների համար, և թե ինչպես օգտագործել Ստուգարքն ու  
Վկայականը:





Անուն \_\_\_\_\_ Բարկություն և անձնական իրավունքներ

Ամսաթիվ \_\_\_\_\_ Ստուգարք, 5-րդ խմբագրում

Դասարան \_\_\_\_\_ դասարան

Ճիշտ-սխալ հարցեր (յուրաքանչյուրը 2 միավոր)

Ցուցումներ. Դի՛ր X, եթե պատասխանը ճիշտ է:

Դի՛ր O, եթե պատասխանը սխալ է:

1. \_\_\_\_\_ Եթե դու քո անձնական իրավունքները տալիս ես Աստծուն, դրանք այլևս Նրան են պատկանում: Դրանք հիմա Աստծո անձնական իրավունքներն են:
2. \_\_\_\_\_ Եթե մի անձնավորություն իր անձնական իրավունքները տալիս է Աստծուն, պետք է որոշում կայացնի՝ Աստծուն շնորհակալություն հայտնելու՝ ինչ էլ որ պատահի դրանից հետո:
3. \_\_\_\_\_ Եթե մի անձնավորություն իր անձնական իրավունքները չի տալիս Աստծուն, և ինչ-որ մեկը ոտնահարում է (խախտում է) այդ իրավունքներից մեկը, ապա նա, որպես կանոն, բարկանում է:
4. \_\_\_\_\_ Երբ Հիսուսը բարկացավ, մեղք գործեց և ստիպված էր Աստծուց ներում խնդրել:
5. \_\_\_\_\_ Աստված չի ուզում, որ դու Իրեն տաս քո անձնական իրավունքները:
6. \_\_\_\_\_ Եթե մի անձնավորություն իր անձնական իրավունքները տալիս է Աստծուն, Աստված երբեք չի փորձի նրան՝ տեսնելու, թե արդյո՞ք նա անկեղծ է:
7. \_\_\_\_\_ Շատ քրիստոնյաներ, երբ բարկանում են մեկ այլ անձնավորության վրա, մտածում են իրենց սերն Աստծո հանդեպ ցույց տալ:
8. \_\_\_\_\_ Դժվար է մեղք գործել, երբ բարկացած ես:
9. \_\_\_\_\_ Քրիստոնյաների մեծ մասն այլևս մեղք չի գործում այն բանից հետո, երբ անձնական իրավունքները տալիս է Աստծուն:
10. \_\_\_\_\_ Աստված շատ կանոններ ունի Աստվածաշնչում, որոնք քեզ ասում են, թե ինչպես արձագանքես դեպքերին այն բանից հետո, երբ Նրան տաս քո անձնական իրավունքները:
11. \_\_\_\_\_ Անցյալի չլուծված վիրավորանքները կարող են սնել քո բարկությունը:
12. \_\_\_\_\_ Երբ ինչ-որ մեկը ոտնահարում է քո անձնական իրավունքներից որևէ մեկը, որ տվել ես Աստծուն, դու պետք է միշտ նրան ասես, որ նա սխալ է այդ հարցում:

**Բազմակի ընտրությամբ հարցեր** (յուրաքանչյուրը 2 միավոր):

**Ցուցումներ.** Ընտրի՛ր լավագույն պատասխանը և պատասխանի տառը գրի՛ր հարցին նախորդող դատարկ գծիկի վրա:

1. \_\_\_\_\_ Երբ մարդն իր անձնական իրավունքները տալիս է Աստծուն, նա պետք է.
  - Ա. Միշտ բարկանա:
  - Բ. Բարկանա միայն Աստծո վրա:
  - Գ. Շնորհակալություն հայտնի Աստծուն՝ ինչ էլ որ դրանից հետո պատահի:
  
2. \_\_\_\_\_ Աստվածաշնչի մեծագույն օրենքն ասում է.
  - Ա. Սիրի՛ր դրացուդ:
  - Բ. Սիրի՛ր Աստծուն:
  - Գ. Սիրի՛ր ընկերներիդ:
  
3. \_\_\_\_\_ Երբ դու քո անձնական իրավունքները տալիս ես Աստծուն, պետք է.
  - Ա. Սովորես ներքին որակներ զարգացնել՝ այդ իրավունքներով փոխարինելու համար:
  - Բ. Սկզբում աղոթես և ամբողջ օրը ծոմ պահես, իսկ հետո ասես քո հովվին այդ մասին:
  - Գ. Խնդրես Աստծուն, որ վերադարձնի դրանք՝ որպես առավելություններ:
  
4. \_\_\_\_\_ Դու քո անձնական իրավունքները տալիս ես Աստծուն.
  - Ա. Քրիստոնյա դառնալով:
  - Բ. Աստծուն ասելով, որ ուզում ես, որ Նա դառնա քո անձնական իրավունքների սեփականատերը:
  - Գ. Աղոթելով և հանդիպելով մի քրիստոնյա իրավաբանի հետ:
  
5. \_\_\_\_\_ Քո անձնական պատասխանատվությունները.
  - Ա. Նույնն են՝ ինչ քո անձնական իրավունքները:
  - Բ. Դրանք գործողություններ են, որոնք դու իրավունք ունես անելու:
  - Գ. Դրանք գործողություններ են, որոնք մեզ տրված են, որ կատարենք:
  
6. \_\_\_\_\_ Երբ դու քո անձնական իրավունքները տալիս ես Աստծուն, Նա, հնարավոր է, դրանցից որոշ մասը վերադարձնի քեզ: Դրանք հիմա կոչվում են.
  - Ա. Անձնական իրավունքներ:
  - Բ. Անձնական պատասխանատվություններ:
  - Գ. Առավելություններ:

Կարճ շարադրանքով հարցեր:

1. Ի՞նչ է անձնական իրավունքը: Բացատրի՛ր, թե ինչ են նշանակում «անձնական իրավունք» բառերը (5 միավոր):

---

---

---

---

---

2. Ինչո՞ւ է կարևոր քո անձնական իրավունքներն Աստծուն տալը (5 միավոր):

---

---

---

---

---

3. Բացատրի՛ր, թե ինչպես կարող է մարդն իր անձնական իրավունքները տալ Աստծուն (8 միավոր, յուրաքանչյուրը 2 միավոր):

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

4. Ա. Քո անձնական իրավունքներից ո՞րն է ոտնահարվել վերջին մի քանի շաբաթվա ընթացքում (4 միավոր):

---

---

---

Բ. Ո՞ր ներքին դրական որակներն են քեզ ամենաշատն օգնում՝ Աստծո ուզած ձևով արձագանքելու համար, երբ տվյալ անձնական իրավունքը խախտվում է (չորս միավոր):

---

---



**Բարկություն և անձնական իրավունքներ**  
**Ստուգարք 5.**  
**Պատասխաններ**

Էջ 1.

**Ճիշտ-սխալ հարցեր**

(յուրաքանչյուրը 2 միավոր)

1. X Ճիշտ

2. X Ճիշտ

3. X Ճիշտ

4. 0 Սխալ

5. 0 Սխալ

6. 0 Սխալ

7. 0 Սխալ

8. 0 Սխալ

9. 0 Սխալ

10. X Ճիշտ

11. X Ճիշտ

12. 0 Սխալ

Էջ 2.

**Բազմակի ընտրությամբ հարցեր**

(յուրաքանչյուրը 2 միավոր)

1. Գ

2. Բ

3. Ա

4. Բ

5. Գ

6. Գ

**Բարկություն և անձնական իրավունքներ**  
**Ստուգարք 5.**  
**Պատասխաններ**

**Էջ 3.**

**Համառոտ շարադրանքով հարցեր**

1. 5 միավոր  
Առաջարկվող պատասխաններ.
  1. Մի կանոն, որ ես եմ ստեղծել և ակնկալում եմ, որ մարդիկ ենթարկվեն դրան:
  2. Մարդուն պատկանող մի բան:
  3. Մի բան, որը մարդը հավակնում է, որ իրենը լինի:
  4. Մի բան, որը դու իրավունք ունես անելու:
  
2. 5 միավոր  
Առաջարկվող պատասխաններ.
  1. Քանի որ Աստված սիրում է ինձ:
  2. Յույց տալ Աստծուն, որ սիրում են Իրեն:
  3. Անձնական իրավունքները կապ ունեն սեփականատիրության հետ: Եթե ես ճշմարիտ քրիստոնյա եմ, ուրեմն Աստված պետք է լինի իմ իրավունքների սեփականատերը:
  4. Աստված է վերջնական հեղինակությունը:
  5. Որպեսզի չբարկանամ մարդկանց վրա ու չանհանգստանամ:
  
3. 8 միավոր, յուրաքանչյուր մասը 2 միավոր  
Առաջարկվող պատասխաններ.
  1. Յուցակազմի՝ թե ինչն է քեզ բարկացնում:
  2. Յուցակազմի՝ թե քո բոլոր անձնական իրավունքները:
  3. Աղոթի՝ թե և քո անձնական իրավունքները հանձնի՝ թե Աստծուն:
  4. Շնորհակալություն հայտնելու որոշո՞ւմ կայացրու՝ ինչ էլ որ լինի:
  
4. Ա. 4 միավոր Անձնական պատասխան  
Բ. 4 միավոր Անձնական պատասխան

**Էջ 4.**

4. Գ. 9 միավոր, յուր. մասը 3 միավոր Բոլորը անձնական պատասխաններ
  
5. 8 միավոր Անձնական պատասխան
  
6. Անգիր համարներ  
21 միավոր, յուրաքանչյուր համարը 7 միավոր  
Եփեսացիներին 4:26-27  
Հակոբոս 1:19-20  
Առակաց 15:1

## Շնորհավորում ենք

\_\_\_\_\_

-ին, առ այն, որ նա ավարտել է

### Բարկություն և անձնական իրավունքներ

դասընթացի ուսումնական պահանջները:

Մենք գնահատում ենք Ձեր մասնակցությունը այս դասընթացին և հուսով ենք, որ Դուք հաջողությամբ կշարունակեք Ձեր կյանքում կիրառել այն աստվածաշնչյան ուսուցումները, որոնք դուք սովորել եք այս դասընթացի ընթացքում:

Ուսուցիչ \_\_\_\_\_

Ամիս, ամսաթիվ \_\_\_\_\_

## Շնորհավորում ենք

\_\_\_\_\_

-ին, առ այն, որ նա ավարտել է

### Բարկություն և անձնական իրավունքներ

դասընթացի ուսումնական պահանջները:

Մենք գնահատում ենք Ձեր մասնակցությունը այս դասընթացին և հուսով ենք, որ Դուք հաջողությամբ կշարունակեք Ձեր կյանքում կիրառել այն աստվածաշնչյան ուսուցումները, որոնք դուք սովորել եք այս դասընթացի ընթացքում:

Ուսուցիչ \_\_\_\_\_

Ամիս, ամսաթիվ \_\_\_\_\_