

Dusmas un personīgās tiesības

Dusmu kontrolēšana, liekot cerību uz Dievu



Dusmas un personīgās tiesības

Dusmu kontrolēšana, liekot cerību uz Dievu

David Batty

Skolotāja rokasgrāmata

5.labojums



Dusmas un personīgās tiesības

Dusmu kontrolēšana, liekot cerību uz Dievu

Skolotāja rokasgrāmata

5.labojums

Autors David Batty

Rakstu vietas, kas tiek lietotas šajā kursā, ir no sekojošām Bībeles versijām.

Panti, kas atzīmēti ar NLT ir no Svētās Bībeles (Holy Bible), New Living tulkojums, autortiesības 1996, 2004. Lietotas ar Tyndale House Publishers atļauju, Inc., Wheaton, Illinois 60189. Visas tiesības ir aizsargātas.

Autortiesības © 2021, Teen Challenge USA.

Šis kurss oriģināli tika publicēts angļu valodā ar nosaukumu – *Anger & Personal Rights, 5th edition (Dusmas un personīgās tiesības, 5.labojums)*.

Šie materiāli var tikt pavairoti un izplatīti lietošanai organizācijā “Teen Challenge”, līdzīgās programmās, vietējās draudzēs, skolās un citās organizācijās un pie individuālām personām. Šie materiāli var tikt arī lejuplādēti no interneta mājaslapas: www.iTeenChallenge.org. Tiem, kuri vēlas publicēt un pārdot šos materiālus, jāiegūst rakstiska atļauja no Global Teen Challenge.

Šis kurss ir daļa no Grupu studijām jaunai dzīvei, kas izstrādātas lietošanai draudzēs, skolās, cietumu kalpošanās, “Teen Challenge” un līdzīgās kalpošanās, kas strādā ar jauniem kristiešiem. Šim kursam ir pieejami - Skolotāja rokasgrāmata, Studenta rokasgrāmata, Studiju ceļvedis, Pārbaudes darbs un Sertifikāts. Ja nepieciešams vairāk informācijas par šiem kursiem, sazinieties:

Global Teen Challenge

PO Box 511

Columbus, GA, 31902 USA

Email: gtc@globaltc.org

Web: www.globaltc.org and www.iTeenChallenge.org

Teen Challenge Latvija

J.Asara iela 8, Jelgava, LV-3001, Latvija

Phone : +37129726559

Web: www.teenchallenge.lv

Facebook: Teen Challenge Latvija



Pēdējais revidēšanas datums 12-2021

Dusmas un personīgās tiesības

Mācīšanās izteikt savas emocijas veselīgā, Bībeles veidā ir izaicinājums jaunažiem kristiešiem. Jo īpaši dusmu emocijas bieži kristiešiem sagādā reālas cīņas, kad viņi mēģina praktiski izdzīvot Jēzus mācības. Šis kurss ir paredzēts, lai dalībniekiem dotu iespēju apskatīt, kā dusmas šobrīd ietekmē viņu dzīvesveidu, un atklāt jaunus veidus, kā radoši rīkoties ar šo spēcīgo emociju.

1

1.nodaļa Kā es savā dzīvē esmu lietojis dusmas?

Mēs izpētām, kas liek tev dusmoties un kā tu izpaud savas dusmas. Mēs cenšamies atklāt, kas tavā dzīvē dod dusmām tik daudz spēka.

2

2.nodaļa Kā man pārtraukt dusmu iznīcinošo spēku savā dzīvē?

Šajā kursa daļā mēs izpētām, kā tavas personīgās tiesības ietekmē tavas dusmas. Mēs apspriežam, kā tu vari atdot savas personīgās tiesības Dievam un kas notiek pēc tam, kad tu atdod savas personīgās tiesības Dievam.

3

3.nodaļa Ko Dievs saka par dusmām?

Mēs atbildam uz jautājumu: vai dusmas ir grēks? Mēs studējam par vairākiem cilvēkiem Bībelē un aplūkojam, kā viņi savā dzīvē izturējās pret dusmām. Mēs arī apsveram to, kas liek Dievam dusmoties.

4

4.nodaļa Kā es varu lietot savas dusmas tādā veidā, kas patīk Dievam?

Šīs nodaļas mērķis ir atklāt praktiskus veidus, kā tikt galā ar savām dusmām. Īpašs uzsvars tiek likts uz jaunu atbilžu veidu attīstību, kā reaģēt uz situācijām, kas lika tev sadusmoties. Mēs arī aplūkojam, kā pozitīvas iekšējās īpašības un uz Bībeli balstītas robežas var palīdzēt tev lietot savas dusmas Dievam patīkamā veidā.

Kas ir iekļauts šajā Skolotāja rokasgrāmatā

Šai Skolotāja rokasgrāmatai ir četras sekcijas. Katra sekcija ir atzīmēta ar nosaukuma lapu.

1. Stundu plāni skolotājam
2. Studenta rokasgrāmata
3. Studiju ceļvedis
4. Studenta Pārbaudes darbs, Pārbaudes darba pareizās atbildes un Kurša sertifikāts

Paskaidrojums par to, kā lietot katru sekciju, ir dots tūlīt pēc ievada, nākošajā lapā.

levads

Šis ir viens no vairākiem sērijveida kursiem, kas ir izveidots jauno kristiešu apmācībai. Mēs ticam, ka mūsdienās ir ļoti nepieciešams palīdzēt jaunajiem kristiešiem savienot Kristus mācības ar savu dzīvi praktiskā veidā. Šos kursus var efektīvi izmantot arī draudzes jauniešu kalpošanā, kā arī kalpošanā pieaugušajiem, kuri vēlas kristietību padarīt par vēl vairāk praktisku savas ikdienas dzīves daļu.

Šī kursa un arī visu *Grupu studijas jaunai dzīvei* kursu galvenais mērķis ir iepazīstināt jaunus kristiešus ar nozīmīgiem ar dzīvi saistītiem jautājumiem. Mēs nemēģinām nodrošināt viņus ar izsmeļošām studijām par šīm tēmām.

“Teen Challenge” ASV Curriculum komiteja plāno turpināt pārskatīt šīs stundas. Mēs sirsnīgi aicinām dot jebkuru kritiku vai idejas, kas jums ir par to, kā uzlabot šos materiālus.

Kā lietot šo Skolotāja rokasgrāmatu

1. Stundu plāni skolotājam

Šīs sekcijas pirmajās lapās ir visa kursa pārskats.

Nākamā lapa būs kopija no *Klases uzdevumu saraksta*. Tur ir parādīts, kad ir jāpabeidz katrs Studiju ceļveža projekts un kad tiks dota katra ieskaite un pārbaudes darbs. Katra kursa sākumā katram studentam ir jāiedod piemērota informācija par šo lapu. Studiju ceļveža vāka aizmugurē jau ir pievienota tukša šīs formas kopija.

Tālāk sekos katras stundas plāns. Visos stundu plānos ir Galvenā Bībeles patiesība un Atslēgas pants. Tos var izsniegt klases sesijas sākumā. Tie palīdz veidot mērķtiecīgas diskusijas visas sesijas garumā.

Zem Galvenās Bībeles patiesības un Atslēgas panta ir vairāki komentāri par to, kā pasniegt šo stundu. Bieži vien būs atsauksmes uz Studenta rokasgrāmatu vai Studiju ceļveža projektiem.

Katra stunda ietver “personīgā pielietojuma” aktivitātes. Šo svarīgums nedrīkst būt pārspīlēts. Jauniem kristiešiem vajag skaidru vadību tajā, kā sākt likt bībeliskās mācības darbībā savā ikdienas dzīvē. Pārlicinies, ka tu dod daudz laika, lai palīdzētu saviem studentiem sākt šo personīgā pielietojuma procesu.

Katras stundas plāna beigās ir studentu uzdevumu saraksts.

Lielākā daļa no šiem kursiem oriģināli ir veidoti tā, lai tajā būtu piecas klases sesijas, katra vienas stundas garumā. Pēdējais klases periods ir domāts pārbaudes darbam. Visus 14 šīs sērijas kursus var pabeigt 3-4 mēnešu periodā, ja nodarbības ir piecas dienas nedēļā. Ja nodarbības ir tikai vienu stundu nedēļā, jūs vienu kursu varat pabeigt mēneša laikā – visas sērijas gada laikā. Daudzas no šīm stundām var viegli pagarināt vairāk par vienu stundu vai pat uz vairākām klases sesijām.

2. Studenta rokasgrāmata

Studenta rokasgrāmata var kalpot diviem mērķiem. Tu vari likt studentiem izlasīt attiecīgo lapu skaitu, lai sagatavotos uz doto stundu. Vai arī tu vari studentiem likt to izlasīt pēc stundas mācīšanas, lai pārskatītu un atkārtotu to, kas tika mācīts stundā.

Mēs iedrošinām tevi, lai liec studentiem veikt savus pierakstus klasē, neskatoties uz to, ka tu nodrošini viņus ar Studenta rokasgrāmata. Viņu peronīgās piezīmes un diskusijas klasē, palīdzēs precizēt kādus jautājumus, kas ir Studenta rokasgrāmatā.

3. Studiju ceļvedis

Projekti Studiju ceļvedī ir domāti, lai nodrošinātu studentu ar ārpusklases darbu. Daži projekti palīdzēs sagatavot studentu nākamās klases stundas diskusijām.

Daudzi no projektiem ir veidoti tā, lai palīdzētu studentiem dziļāk izpētīt klasē pārrunātos jautājumus. Daudzu šo uzdevumu galvenais mērķis ir palīdzēt studentiem atklāt veidus, kā pielietot šīs Bībeles patiesības viņu pašu ikdienas dzīvēs.

4. Studenta Pārbaudes darbs, Pārbaudes darba pareizās atbildes un Kursa sertifikāts

Pārbaudes darbi ir veidoti tā, lai nodrošinātu vienkāršu novērtēšanu par to, kādu progresu katrs students ir sasniedzis mācītā kursa Bībeles patiesību izpratnē. Ir sagatvotas arī Pareizās atbildes.

Kursa sertifikāts ir, lai dotu atzinību tiem, kuri pabeiguši visu nepieciešamo darbu priekš šī kursa un ir nokārtojuši pārbaudes darbu. Ir pieejams arī Sasniegumu sertifikāts, tiem studentiem, kuri pabeidz visus 14 kursus *Grupu studijas jaunai dzīvei* sērijā. Piemērs ir iekļauts grāmatiņā „*Skolotāju iepazīstināšana ar Grupu studijām jaunai dzīvei*”.

Šo stundu izcelsme

Salamans teica, ka zem saules nav nekā jauna. To pašu var teikt arī par šīm stundām. Daudzas no idejām nav jaunas. Mēs gribam izteikt īpašu atzinību Pamata dzīves principu institūtam (Institute in Basic Life Principles) par ietekmi, ko viņi ir atstājuši uz to cilvēku dzīvēm, kuri ir veidojuši šos materiālus. Daudzās no šīm stundām ir redzama zīme no Pamata dzīves principu institūta kalpošanas.

Tāpat es arī vēlos izteikt dziļu atzinību daudzajiem skolotājiem un tūkstošiem jauno kristiešu, kuri ir izmantojuši šos materiālus vairāku pēdējo gadu laikā. Viņu idejas ir spēlējušas galveno lomu šo kursu attīstībā. Esmu arī ļoti pateicīgs Donam Vilkinsonam, ka viņš deva man iespēju strādāt Bruklinā Ņujorkas “Teen Challenge” no 1971.-1975.gadam. Šo gadu laikā sāka attīstīties *Grupu studijas jaunai dzīvei*.

Piektais *Grupu studiju jaunai dzīvei* kursa labojums attīstījās ar “Teen Challenge” ASV Curriculum komitejas palīdzību. Īpašs paldies tiem, kuri palīdzēja tajā revidēšanas procesā.

Politika attiecībā uz šo materiālu pavairošanu

Šai Skolotāju rokasgrāmatai un visiem studentu materiāliem *Grupu studijas jaunai dzīvei*ursos ir autortiesības. Šie materiāli var tikt pavairoti un izplatīti lietošanai “Teen Challenge”, līdzīgās programmās, vietējās draudzēs, skolās un citās organizācijās un pie indivīdiem. Šos materiālus arī var lejuplādēt no interneta mājaslapas: www.iTeenChallenge.org Lai kā, šos materiālus nedrīkst pārdot, tikai atdot. Tiem, kuri vēlas publicēt un pārdot šos materiālus, nepieciešama rakstiska atļauja no Global Teen Challenge.

Dave Batty

Ieteicamā mācību secība

Šis ir viens no 14 sērijveida kursiem *Grupu studijas jaunai dzīvei*. Visi 14 kursi ir uzskaitīti šeit ieteicamajā mācīšanas secībā. Šis saraksts tika izveidots nepārtrauktai šo kursu mācīšanai. Būtu labāk, ja šos kursus iedomātos kā riteni ar 14 spieķiem. Šie kursi nav balstīti uz iepriekšējiem. Katrs kurss ir pats par sevi. Tādēļ students var vieglāk pievienoties jebkurā brīdī un diezgan viegli iederēties.

1. Kā es varu zināt, ka esmu kristietis?
2. Īss Bībeles apskats
3. Attieksmes
4. Kārdinājums
5. Panākumiem bagāta kristīgā dzīve (iekļauj studijas par Svētā Gara kalpošanu.)
6. Augot caur neveiksmēm
7. Kristīgā prakse (Vietējās draudzes attiecības)
8. Paklausība Dievam
9. Paklausība cilvēkam
10. Dusmas un personīgās tiesības
11. Kā studēt Bībeli
12. Mīlēt un pieņemt sevi
13. Personīgās attiecības ar citiem
14. Garīgais spēks un pārdabiskais

Skatieties *“Skolotāju iepazīstināšana ar Grupu studijām jaunai dzīvei”* grāmatā pievienoto informāciju par šo kursu pasniegšanu.

Stundu plāni skolotājam

Vairāk informācijas par šo stundu plānu lietošanu atradīsi šīs
Skolotāja rokasgrāmatas 4.lapaspusē.

Kursa pārskats

1. Šīs studijas var būt ļoti pretrunīgas, bet interesantas priekš taviem studentiem. Ir 9 stundu plāni un 10.stunda pārbaudes darbam.
2. Bijušie studenti *Dusmas un personīgās tiesības* ir noteikuši par vienu no ietekmīgākajiem no visiem 14 kursiem *Grupu studijas jaunai dzīvei* sērijā. Pieejiet šim kursam ar cerību, ka tas daudziem cilvēkiem mainīs arī dzīvi.
3. Dienu vai divas pirms pirmās klases sesijas, iepazīstini studentus ar šo kursu un uzdod viņiem pirmos uzdevumus. Studiju ceļveža pirmais projekts jāpabeidz pirms pirmās klases sesijas. Izdali Studenta rokasgrāmatas un aicini viņus izlasīt pirmo nodaļu, kas tiks apspriesta pirmās klases sesijas laikā.
4. Šīs Skolotāja rokasgrāmatas nākamajā lapaspusē tev ir ***Klases uzdevumu saraksta*** kopija, kurā norādīti datumi, kad katram uzdevumam jābūt paveiktam. Palūdz viņiem aizpildīt atbilstošos datumus, izmantojot ***Klases uzdevumu saraksta*** kopiju, kas atrodas viņu Studiju ceļveža aizmugurē.
5. Studiju ceļveža 3. un 4.projektam ir nepieciešams īpašs paskaidrojums. Tas nepieciešams šo 2 projektu satura dēļ – tas aicina viņus personīgi nodot Dievam savas personīgās tiesības. Tas nav kaut kas, kas mums būtu jāpieprasa studentiem – tas ir vairāk, nekā uzdot viņiem projektu, kas liek viņiem kļūt par kristiešiem. Pieņemt lēmumu viņiem personīgi pielietot šīs mācības savā dzīvē, tas nav skolotāja lēmums, bet gan katra studenta.

3. un 4.projekts seko 2.stundai. 3.projektu var izmantot klases sesijā, un 4.projekts ir izvēles projekts. Skolotāja stundu plāns sniedz papildu ieteikumus par šiem projektiem.
6. Risinot jautājumus visā šajā kursā, tev būtu labi noteikt diskusiju robežas. Jūs risināsiet tikai reālas situācijas, nevis hipotētiskas situācijas. Šajā kursā ir daudz “Ko darīt, ja ...?” jautājumi, kurus tavi studenti var uzdot. Tie var novest jūs pa spekulāciju ceļu. Ierobežo jūsu diskusijas reālos gadījumos, un jums būs daudz vieglāk noturēties pie mērķa katrā stundā.
7. Dažu tavu studentu dzīvēs var būt citas situācijas, kas ir radījušas lielas dusmu problēmas – bērnībā tikuši seksuāli izmantoti, citu nodevības dēļ dziļi ievainoti vai citas nopietnas problēmas. Ir svarīgi palīdzēt viņiem redzēt, ka šis kurss uzreiz neatrisinās visas šīs traģēdijas no viņu pagātnes. Var būt nepieciešams sekot līdzī dažiem no šiem studentiem privāti ar tavu palīdzību vai konsultanta palīdzību.
8. Dažiem studentiem būs nepieciešama lielāka palīdzība, lai apstrādātu jaunus veidus, kā reaģēt uz situācijām, kad viņi parasti lieto dusmas. Viņi to var darīt kontekstā ar savām *Personīgām studijām jaunai dzīvei* nodarbībām.

Klases uzdevumu saraksts

Kursa nosaukums _____ Dusmas un personīgās tiesības _____

Ieskaites	legaumējamie panti	Datums
1.	<u>Efeziešiem 4:26-27</u>	<u>3.diena</u>
2.	<u>Jēkaba 1:19-20</u>	<u>4.diena</u>
3.	<u>Salamana pamācības 15:1</u>	<u>7.diena</u>

Projekti **Nodošanas datums**

1. 1.diena
2. 2.diena
3. 3.diena
4. Neobligāti (seko 2.stundai)
5. 4.diena
6. 4.diena
7. 5.diena
8. 6. vai 7.diena
9. 8. vai 9.diena
10. 9.diena

Pārbaudes darbs Datums 10.diena

1

1.stunda

Kā es savā dzīvē esmu lietojis dusmas?

1. Galvenā Bībeles patiesība

Man rūpīgi jāaplūko, kā dusmas ir ietekmējušas manu dzīvi.

2. Atslēgas pants: Efeziešiem 4:26-27 (tulkojums no New Living Translation)

Un “negrēkojiet, ļaujot dusmām sevi kontrolēt”. Neļaujiet saulei norietēt, kamēr jūs joprojām esat dusmīgi,²⁷ jo dusmas dod pamatu velnam.

3. Atsauce uz studenta materiāliem

Studenta rokasgrāmatas pirmā nodaļa iet kopā ar šo stundu. Šajā nodarbībā tiks izmantots Studiju ceļveža 1.projekts “*Identificējot savas dusmas*”.

4. Skolotāja sagatavošanās šai stundai

Gatavojoties šīs stundas mācīšanai, tev ir jāpievērš uzmanība trim galvenajiem jautājumiem, lai pārliecinātos, ka esi tos šajā nodarbībā atklājis.

1. Atšķirīgi veidi, kādos cilvēki izpauž savas dusmas.
2. Dusmas grib kontrolēt tavu dzīvi (10.punkts šīs stundas plāna 14.lapas pusē)
3. Tev jāuzņemas atbildība par savām dusmām (12.punkts šīs stundas plāna 14.lapas pusē)

Pēdējiem diviem punktiem jābūt diviem galvenajiem punktiem, kuri ir daļa no katras klases sesijas pārskata. Vari izveidot plakātus ar šiem diviem teikumiem un pakārt tos pie klases sienas atlikušajam kursa laikam.

5. Iesildīšanās stundai (3-5 minūtes)

A. Stāsts par dusmām

Sāc šodienas nodarbību ar stāstu par dusmām. Dalies ar piemēru no savas dzīves, vai stāstu par iepriekšējās klases studentu vai piemēru no savas ģimenes dzīves. Tu vari arī dalīties ar piemēru no pašreizējām ziņām, kas ilustrē dusmas un to postošās sekas. Izmanto šo stāstu kā veidu, kā norādīt saviem studentiem uz šodienas galveno Bībeles patiesību.

B. Video no filmas “The Incredible Hulk”

Vari parādīt īsu klipu no filmas “The Incredible Hulk”, kurā parādīts, kas notiek, kad šis vīrietis sadusmojas. Tā, iespējams, nav garīgākā ilustrācija, taču tā ilustrē domu, ka dusmas bieži maina mūs par citu cilvēku, kad mēs ļaujam tām mūs kontrolēt.

6. Iepazīstini ar šo kursu par dusmām (2-3 minūtes)

Sākot šo pirmo klases sesiju, iedrošini savus studentus, ka šis kurss var būt būtisks pagrieziena punkts viņu dzīvē. Pastāsti viņiem, ka vairāk nekā puse studentu pagātnē šo kursu ir identificējuši kā kursu, kam bija vislielākā ietekme viņu dzīvē no visiem 14 *Grupu studijas jaunai dzīvei* kursiem.

Dažiem studentiem šis būs ļoti grūts kurss. Ja viņi šī kursa laikā uzmanīgi klausīsies Dievā, viņi iegūs jaunas atziņas par to, kā pārvarēt dusmu postošo spēku savā dzīvē.

Šajā pirmajā klases sesijā mēs aplūkosim, kā mēs savās dzīvēs iepriekš esam lietojuši dusmas.

7. Atklāj Punktu A: Kā dusmas izskatās manā dzīvē? (10-15 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 4.-8.lapaspuse

Studenta rokasgrāmatā ir uzskaitīti 9 dažādi veidi, kā cilvēki pauž savas dusmas – un saraksts varētu būt garāks. Tā vietā, lai sāktu ar šo sarakstu Studenta rokasgrāmatā, izmanto sekojošo aktivitāti, lai sāktu šo klases sesijas daļu.

Palūdz saviem studentiem noteikt dažādus veidus, kā cilvēki pauž savas dusmas, un pēc tam pieraksti viņu atbildes uz tāfeles vai uz lielas papīra lapas. Tu vari palūgt kāda studenta palīdzību, lai uzraksta viņu atbildes uz tāfeles vai papīra.

Tev būs ļoti svarīgi sniegt ilustrāciju katram no šiem punktiem. Palūdz studentiem sniegt katram punktam ilustrāciju. Viens no veidiem, kā to panākt, ir lūgt studentus dalīties piemēros no Studiju ceļveža 1.projekta "*Identificējot savas dusmas*". Šī projekta pirmajā daļā viņiem tiek lūgts uzskaitīt divas dažādas situācijas, kurās viņi bija dusmīgi.

Viena no lietām, ko tu vari darīt, ir apspriest šo dažādo atbilžu izmantošanas sekas. Norādi viņiem uz šodienas Atslēgas pantu, un kā daudziem no mums mūsu dusmas kļūva par pamatu tam, lai velns mūsu dusmīgajās atbildēs mūs kārdinātu iet grēka ceļu.

Ejot caur šim sarakstam ar dažādajiem veidiem, kā cilvēki pauž dusmas, izaicini savus studentus noteikt, kuras metodes viņi bieži lieto.

8. Lieto Studiju ceļveža 1.projektu "Identificējot savas dusmas" (4-6 minūtes)

1.projekta 2.daļā ir saraksts ar 9 dažādiem veidiem, kā cilvēki dusmās reaģē. Taviem studentiem to jau vajadzēja aizpildīt. Ja viņi to nav izdarījuši, liec viņiem tam veltīt laiku tūlīt, lai to aizpildītu, dod viņiem tikai aptuveni 90 sekundes.

Palūdz saviem studentiem dalīties ar dažiem saviem novērojumiem par šo 1.projekta daļu. Cits veids, kā to izdarīt, ir tas, ka visas 9 metodes ir uzrakstītas uz plakāta papīra loksnes, un pēc tam lūdz katru studentu pateikt tev metodes, kurām viņi deva visvairāk punktu. Ja viņiem ir vairākas metodes ar vienādu augstu vērtējumu, liec viņiem norādīt visas metodes ar to vērtējumu.

Plakāta diagrammā ar šīm 9 metodēm, atzīmē katra studenta atbildi. Pēc tam, kad visi ir dalījušies ar savām atbildēm, norādi uz šo 9 atspoguļoto atbilžu dažādību.

1

9. Atklāj Punktu B: Kas manā dzīvē dod dusmām tik daudz spēka? (5-10 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 8.-9.laspuse

Dusmas ir ļoti spēcīgas emocijas, tik spēcīgas, ka tās var kontrolēt cilvēka reakciju uz situāciju.

Apspriediet katru no trim Studenta rokasgrāmatā uzskaitītajām lietām, kas veicina dusmas.

Bailes

Sāpinājums

Neapmierinātība

Apspriežot katru no šiem, sniedz ilustrācijas no savas dzīves vai aicini studentus sniegt piemērus, kas sniedz šo punktu reālos dzīves stāstus.

Pirmais – bailes – viņiem var būt visgrūtāk uztvert. Vīrieši īpaši lieto dusmas, lai reaģētu, kad izjūt bailes. Palūdz studentiem sniegt tev piemērus, kas atbilst katrai no šīm trim jomām, kas veicina dusmas.

10. Atklāj Punktu B-4: Vai dusmas kontrolē tavu dzīvi? (3-5 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 9.laspuse

Šis jēdziens, ka dusmas kontrolē viņu dzīvi, ir ļoti svarīga šī kursa sastāvdaļa. Kad mēs esam dusmīgi, mēs bieži sakām lietas, kuras vēlāk nožēlojam, vai darām tādas lietas, kas mums rada nepatīkšanas. Šajā brīdī nemēģini iesaistīties diskusijā par to, kā novērst šo problēmu. Viss, ko mēs šajā laikā vēlamies darīt, ir panākt, lai viņi redz, ka viņu dusmas vēlas kontrolēt viņu dzīvi.

Pārējā šī kursa laikā mēs izmantosim šo jēdzienu, kad pievērsīsimies soļiem, ko viņi var veikt, lai risinātu savu dusmu problēmu.

11. Iepazīstini ar Punktu C: Kā dusmām radās šāda vieta manā dzīvē? un Atklāj Punktu C-1: Tu mācījies kā lietot savas dusmas (2-3 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 9-10.laspuse

Ir svarīgi palīdzēt saviem studentiem saprast, kā viņi sāka izteikt savas dusmas tā, kā viņi to dara šodien. Norādi, ka viņi iemācījās dusmoties – viņi ir iemācījušies metodes, kuras viņi lieto, lai izteiktu savas dusmas. Lai ko viņi būtu iemācījušies, viņi var “atmācīties”. Viņi var iemācīties jaunas metodes, kā reaģēt ar dusmām.

12. Atklāj Punktu C-2: Tev ir jāuzņemas atbildība par savām dusmām (3-4 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 10.laspuse

Viens no galvenajiem jautājumiem, ko šajā daļā vēlamies uzsvērt, ir tas, ka katram no mums ir jāuzņemas personīga atbildība par savu dusmu emocijām. Mums ir ļoti viegli pateikt un ticēt – “Tu mani sadusmoji!” Bet realitāte ir tāda, ka mēs katrs izvēlamies lietot savas dusmas. Tās ir manas emocijas – es nevaru tev pārnest, ka tu mani “sodusmo”. Tu, iespējams, esi izdarījis dažas ļoti ļaunas un sāpīgas lietas, kas man liek atbildēt ar dusmām, bet tā joprojām ir mana izvēle dusmoties.

Šis būtu arī piemērots laiks, lai runātu par to, ko tas patiesībā nozīmē, kad mēs sakām: “Tu mani sadusmoji”. Tas, ko es patiesībā saku, ir: “Tu mani kontrolē. Tu esi mans saimnieks.” Ja kāds cits var nospiegt tavu pogu, un tu atbildi ar dusmām – viņi kontrolē tavu dzīvi. Vai tiešām tas ir tas, ko tu vēlies? Vai vēlies, lai šis cilvēks kontrolē tavu dzīvi?

Un vienīgais iemesls, kāpēc viņi kontrolē tavu dzīvi, ir tas, ka tu esi viņiem devis šo kontroli. Kad tu ļauj citam cilvēkam padarīt tevi dusmīgu, tas, ko tu patiesībā dari, tu dod viņiem iespēju kontrolēt tavas emocijas. Tā vietā, lai tu izvēlētos, kad un kā atbildēsi ar savām emocijām, tu viņiem esi devis šo varu. Vai tiešām to tu vēlies darīt ar savu dzīvi? Vai vēlies, lai šis cilvēks, kas tevi sadusmo, ir tavas dzīves vadītājs? Ļoti skaidri sakot – vai tu vēlies būt viņu vergs?

Galvenais jautājums, kas jāaplūko šajā brīdī, ir tas, ka viņiem jāuzņemas atbildība par savām dusmu reakcijām. Vari izveidot plakātu, ko pielikt pie sienas, kurā teikts: “Man jāuzņemas atbildība par savām dusmām.” Tas ir viens no vissvarīgākajiem punktiem, ko viņi var ņemt no šodienas klases sesijas.

13. Atklāj Punktu C-3: Dusmas var kļūt atkarību izraisošas (2-4 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 10-11.lapaspuse

Apspriežot šo punktu, lūdz klases dalībniekus dalīties personīgajā pieredzē vai citos piemēros, kas ilustrē dusmu atkarības spēku. Ir daži, kuri runās par dusmām, kuras ir tik ļoti ārpus kontroles, ka viņi nespēj tās apturēt.

Realitāte ir tāda, ka mūsu dusmas var nokļūt vietā, kur, šķiet, ka tās mūs kontrolē, nevis kontrolējam dusmas.

14. Personīgais pielietojums (5-8 minūtes)

A. Pārejot pie šīs stundas personīgā pielietojuma daļas, tu vari viņus atgriezt pie Galvenās Bībeles patiesības: “Man rūpīgi jāaplūko, kā dusmas ir ietekmējušas manu dzīvi.” Vai viņi var redzēt kaitējumu, ko dusmas ir ienesušas viņu dzīvē un viņu attiecībās ar citiem?

Viena no iespējām ir likt viņiem pierakstīt, kā dusmām viņu dzīvēs ir bijis postošs spēks. Kādu kaitējumu dusmas ir ienesušas viņu vai viņu mīļo dzīvēs? Pēc tam tu vari noslēgt ar lūgšanu, lūdzot Dieva palīdzību, lai sāktu mainīt veidu, kādā mēs lietojam savas dusmas.

B. Aicini studentus pārdomāt jautājumu no Studenta rokasgrāmatas 9.lapaspuses – *Vai dusmas kontrolē tavu dzīvi?* Palūdz viņiem pārdomāt, kas notiek iekšā, kad viņi ir dusmīgi. Iedrošini viņus pierakstīt viņu personīgos novērojumus par to.

C. Izaicini savus studentus sākt šonedēļ veidot žurnālu par dažādām situācijām, kad viņi sadusmojas. Šie piemēri tiks izmantoti pārējās klases sesijās, kad mēs meklēsim jaunus veidus, kā tikt galā ar savām dusmām. Lai viņi mēģina noteikt, kas izraisīja viņu dusmas katrā situācijā.

1**15. Uzdevumi**

- A. Ja vēl neesi to izdarījis, izdali šī kursa Studenta rokasgrāmatas. Lai studenti, gatavojoties nākamajai klases sesijai, izlasa Studenta rokasgrāmatas 2.nodaļu. Iedrošini viņus vēlreiz izlasīt 1.nodaļu, lai pārskatītu šodienas klases sesijā apskatītos jautājumus.
- B. Novērtē Studiju ceļveža 1.projektu “*Identificējot savas dusmas.*”
- C. Aicini viņus arī apskatīt Studiju ceļveža 2.projektu “*Manas personīgās tiesības*” un sākt darbu pie tā, pēc tam, kad ir izlasījuši Studenta rokasgrāmatas 2.nodaļu. Paskaidro, ka mēs strādāsim pie šī projekta nākamajā klases sesijā.

16. Stundas novērtējums

Lūdzu, uzraksti savas idejas, kā uzlabot šo stundu.
Kuras daļas vislabāk darbojās?
Kuras daļas studentiem bija grūtāk saprast?
Kas taviem studentiem bija visnoderīgākais?

2.stunda

Kā man pārtraukt dusmu iznīcinošo spēku savā dzīvē?

2

1. Galvenā Bībeles patiesība

Kā kristietim, man jāatdod savas personīgās tiesības Dievam.

2. Atslēgas pants: 2.korintiešiem 9:7 (tulkojums no New Life Bible)

Katram cilvēkam jādod tā, kā viņš savā sirdī ir nolēmis. Viņam nevajadzētu dot, vēloties, lai viņš to varētu paturēt. Vai arī viņam nevajadzētu dot, ja viņš jūt, ka viņam ir jādod. Dievs mīl cilvēku, kurš dod tāpēc, ka viņš vēlas dot.

3. Atsauce uz studenta materiāliem

Studenta rokasgrāmatas 2.nodaļa iet kopā ar šo stundu. Šodienas klases sesijā mēs lietosim sekojošos trīs projektus no Studiju ceļveža.

2.projekts “*Manas personīgās tiesības*”

3.projekts “*Manu personīgo tiesību nodošana*”

4.projekts “*Mans pirmais pārbaudījums bez manām personīgajām tiesībām*”

4. Skolotāja sagatavošanās šai klases sesijai

Šī var būt visizaicinošākā klases sesija visā šajā kursā. Tev būs jāpievērš īpaša uzmanība laika pārvaldīšanai šajā klases sesijā, lai pārliecinātos, ka atvēli pietiekamu laiku galvenajai prioritātei – savu personīgo tiesību atdošana Dievam.

Ļoti ātri atklāj punktus A un B un pēc tam lielāko klases sesijas daļu pavadiet C punktā. “Kā manas personīgās tiesības saistās ar manām dusmām?” Pārliecinies, ka šīs klases sesijas laikā esi ticis cauri C punkta 1. – 3.apakšpunktiem, lai personīgo pielietojumu varētu koncentrēt uz viņu lēmumu atdot savas personīgās tiesības Dievam.

Izveido plakātu ar “personīgo tiesību” definīciju, kas ir Studenta rokasgrāmatas 15.lapaspusē: “**Personīgās tiesības ir noteikumi, ko es sev esmu izstrādājis un kurus es sagaidu, ka citi ievēros.**”

5. Iesildīšanās stundai aktivitāte (2-3 minūtes)

Lai atklātu šodienas klases sesiju, izvēlies kādu no sekojošajām iespējām. Vai nu sāc iesildīšanos stundai, atsaucoties uz šodienas stundas nosaukumu, vai izmanto to kā pāreju no iesildīšanās stundai uz nākamo stundas daļu.

2

- A. Izmanto pašreizējo ziņu stāstu par kādu tragēdiju, kur dusmas noveda pie tā, ka kāds tika ievainots vai nogalināts, lai ilustrētu dusmu postošo spēku.
- B. Tu vari aicināt kādu studentu pastāstīt piemēru, kā dusmas viņa dzīvē ienesa iznīcību.
- C. Tu vari dalīties stāstā par studentu no iepriekšējās klases vai savas dzīves, kur dusmas bija postošas.

6. Ātrs iepriekšējās klases sesijas pārskats (1-3 minūtes)

Sāc ar ātru 3 atslēgas punktu pārskatu no 1.nodaļas.

- Ir daudz dažādu veidu, kā atbildēt ar dusmām.
- Dusmas vēlas kontrolēt tavu dzīvi.
- Man jāuzņemas atbildība par savām dusmām.

Šie trīs punkti ved tieši uz tēmu, kuru šodien aplūkosim – dusmu postošo spēku mūsu dzīvēs.

7. Iepazīstini ar šodienas klases sesiju (1-3 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 12.lapaspuse

Studenta rokasgrāmatas 2.nodaļas nosaukums apkopo šodienas klases sesijas galveno jautājumu. **“Kā man pārtraukt dusmu iznīcinošo spēku savā dzīvē?”** Norādi, ka mēs nerunājam vienkārši par nekontrolētām dusmām, kas liek personai izdarīt slepkavību. Galvenais ir koncentrēties uz “dusmu graužošo spēku” un palīdzēt katram studentam skaidri redzēt, kā tas izskatās viņu dzīvē.

Šī stunda ir balstīta uz pieņēmumu, ka tavi studenti patiešām vēlas mainīt veidu, kā tikt galā ar dusmām. Šodien mēs runāsim par praktiskiem soļiem, ko viņi var spert, lai ieviestu pārmaiņas savās dzīvēs, lai tiktu galā ar savām dusmām.

Mūsu izaicinājums šodien ir iemācīties kā apturēt to postošo spēku mūsu dzīvē un sākt virzīties uz to, lai dusmas lietotu Dievam patīkamā veidā.

8. Īsi atklāj Punktu A. “Nav “burvju nūjiņas” risinājumu” (1-2 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 12.lapaspuse

Ļoti ātri atklāj šo punktu. Ja tavi studenti patiesi atbildēs uz jautājumu, kas ir 2.nodaļas nosaukums, viņiem jāsaprot, ka tas ir process, nevis viens notikums. Tas nav maģisks brīdis, kad viņu dusmas vienā mirklī izzudīs.

Paskaidro, ka tavi studenti nedrīkst lūgt Dievu atņemt viņu dusmas. Viņš mūs radīja ar šīm emocijām. Šis punkts – nav burvju nūjiņas risinājums – būtībā ir realitātes pārbaude, vai šo stundu viņu dzīvē būs grūti īstenot.

**9. Īsi atklāj Punktu B. “Sāc arī beigām”
(2-4 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 13.-14.lapaspuse**

Šī punkta mērķis ir palīdzēt viņiem redzēt šeit kopainu. Mēs vēlamies, lai viņi redz personīgā laika vērtību – ārpus klases – lai pārdomātu, kāda vieta dusmām ir bijusi viņu dzīvēs un ko viņi vēlas mainīt. Sākot ar beigām, mēs vienkārši sakām, ka tas palīdz viņiem domāt par skaidru mērķi.

Divi jautājumi var viņiem palīdzēt noteikt viņu mērķi:

- 1. Kur tu vēlies būt?**
- 2. Kur Dievs vēlas lai tu esi?**

Šie jautājumi no Studenta rokasgrāmatas (13.lpp.) sniedz īsu pārskatu par to atspoguļošanu. Norādi, ka, lai atbildētu uz 2.jautājumu, viņiem būs jāpavada laiks, studējot Bībeli, jo tieši tur viņi uzzinās, kā Dievs vēlas, lai viņi lieto savas dusmas tādā veidā, kas Viņam patīk.

3.jautājums “Kur tu esi šodien?” nav kaut kas, kam tev jāvelta laiks klasē tieši tagad, lai viņi varētu atbildēt. Vienkārši izaicini viņus atgriezties pie šiem jautājumiem, ejot cauri šim kursam. Zinot, kur viņi šodien atrodas, viņi varēs sākt virzīties uz priekšu pareizajā virzienā.

**10. Atklāj Punktu B-4. “Pirmais solis – vai tu esi kļuvis par kristieti?”
(2-3 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 14.lapaspuse**

Šis ir svarīgs jautājums, kas jāapsver taviem studentiem, taču tas, kuru tu, iespējams, varēsi izrunāt diezgan īsi, atkarībā no studentiem. Ja tu zini, ka tev ir studenti, kuri nav pieņēmuši lēmumu sekot Kristum, tad tev jāpaskaidro, ka to, ko tu māci par dusmām, viņiem var būt ļoti grūti īstenot dzīvē.

Tas, ko mēs patiesībā sakām, ir tas, ka personīgās attiecības ar Jēzu ir ļoti būtisks solis, lai izjauktu dusmu postošo spēku savā dzīvē. Viņš nodrošinās mums spēku veikt nepieciešamās izmaiņas. Mēs nevēlamies nevienu piespiest kļūt par kristieti, bet, ja tu zini, ka tas ir liels jautājums dažiem taviem studentiem, tev vajadzētu veltīt īpašu laiku, lai to risinātu tagad.

**11. Uzmanība skolotājam atklājot Punktu C par personīgajām tiesībām.
Sākums Studenta rokasgrāmatas 15.lapaspusē**

Šodien mācot atlikušo šīs stundas daļu, tev jāpārlicinās, ka tu aptver visus galvenos jautājumus, kas saistīti ar personīgajām tiesībām, lai viņi iegūtu visu priekšstatu šajā klases sesijā. Pārlicinies, ka neesi aizķēries, tērējot pārāk daudz laika vienam punktam, un tev nav pietiekami daudz laika, lai aptvertu visus šos galvenos punktus – šodien no C1 līdz C4.

Tomēr nākamajā klases sesijā mēs tuvāk aplūkosim, kā viņu personīgo tiesību atdošana Dievam ietekmēs viņu dzīvi, un apskatīsim Studenta rokasgrāmatas 2.nodaļas otro pusi. Šodienas klases sesijā mūsu galvenais mērķis ir pārlicināties, ka viņi saprot, kas ir personīgās tiesības, kā tās saistās ar viņu dusmām un kā viņi var atdot savas personīgās tiesības Dievam.

12. Iepazīstini ar Punktu C. “Kā manas personīgās tiesības saistās ar manām dusmām?”
(2-4 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 15.lapaspuse

Šis jautājums par personīgajām tiesībām un to saistību ar dusmām nav izplatīts veids, kā mācīt dusmu pārvaldību. Tomēr es uzskatu, ka tā ir spēcīga mācība, kas var nokļūt pie mūsu dusmu galvenā cēloņa.

Punkta C ievads vienā paragrāfā Studenta rokasgrāmatas 15.lapaspusē apkopo šo mācību. Vari sākt ar nezāles, piemēram, pienenes, ilustrāciju. Uz tāfeles vai uz liela papīra uzzīmē nezāles attēlu. Norādi, ka augs daļa, kas atrodas virs zemes, atspoguļo mūsu dusmas. Saknes zem zemes attēlo to, kas baro mūsu dusmas. Kā redzi, galvenā sakne ir spēcīga un iet dziļi.



Ar pienenes nezāli, ja tu vienkārši nogriezīsi lapas virs zemes, tu to neiznīcināsi. Tā vienkārši izaudzēs jaunas lapas. Ja tu vēlies to iznīdēt, tev ir jāznīcina saknes.

Lapas virs zemes parāda mūsu dusmas, un galvenā sakne zem zemes parāda mūsu personīgās tiesības. Tas ir tas, kas baro mūsu dusmas un dod tām tik daudz spēka.

Atgriezies pie pirmās stundas punkta, ka “Dusmas vēlas kontrolēt tavu dzīvi”. Tāpat kā nezāles izaudzē augus tavā dārzā, tāpat dusmas pārņems un izaudzēs visus citus veidus, kā reaģēt uz situācijām, ar kurām tu sastopies.

Pastāsti saviem studentiem, ka mēs atgriezīsimies pie šīs ilustrācijas visas šodienas klases sesijas laikā.

13. Atklāj Punktu C-1. “Kas ir personīgās tiesības?” un Punktu C-2. “Kā personīgās tiesības baro manas dusmas?”
(5-7 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 15.-17.lapaspuse

Norādi, ka “Personīgās tiesības” ir noteikumi, ko **mēs** esam izveidojuši savās dzīvēs, un mēs sagaidām, ka **citi cilvēki** ievēros **mūsu** noteikumus.

Lielākā daļa no mums nekad nav apsēdušies un uzrakstījuši šos noteikumus, un nav nodevuši tos ģimenei un draugiem un sacījuši: “Jums būs jāievēro šie mani noteikumi.” Bet, kad kāds pārkāpj kādu no šiem noteikumiem, mēs sadusmojamies un sakām: “Tev nav tiesību pret mani tā izturēties!” Un līdz ar to mūsu dusmas bieži izceļas.

Ko tu varētu vēlēt darīt, ir veltīt laiku, lai tavi studenti nosaka, kādus personīgos noteikumus – “personīgās tiesības” – viņi sagaida, ka citi ievēros. Pasaki viņiem, ka viens no vienkāršākajiem veidiem, kā identificēt personīgās tiesības, ir apskatīt to, kas viņus sadusmo. Tas pārklājas ar punktu C-2 “Kā personīgās tiesības baro manas dusmas?” Studenta rokasgrāmatas 17.lapaspusē, tāpēc apvieno abus jautājumus šajā diskusijā.

Norādi, ka, jo stingrāk turamies pie saviem noteikumiem, jo lielākas ir mūsu dusmas, kad tos pārkāpj. Vai nu lūdz dažus savus studentus sniegt piemērus no savas dzīves, vai arī mini piemērus no savas dzīves.

Kad sākat šo diskusiju, aicini savus studentus pievērsties Studiju ceļveža 2.projektam “*Manas personīgās tiesības*”. Ja viņi vēl nav uzsākuši šo projektu, tu tagad klasē vari viņiem paskaidrot, kā to izdarīt. Izej caur dažiem personīgo tiesību piemēriem kas sniegti Studenta rokasgrāmatā 15.lpp. Izvēlies pirmo personīgo tiesību, kas ir cilvēkam, kas tevi neciena, vai citu, kas vislabāk atbilst tavai klasei.

Pārliecinies, ka tavi studenti saprot, ka šīs “personīgās tiesības” var būt jebkurā viņu dzīves jomā. Daži no taviem studentiem var dusmoties uz Dievu, jo Viņš nedara to, kas, viņuprāt, Viņam būtu jādara. Tas, ko mēs patiesībā sakām, ir tas, ka mums ir noteikumu kopums, kas Dievam jāievēro. Iedomājies to! Visuma Radītājam jāievēro manis noteiktie noteikumi priekš Viņa!

Tu vari dusmoties uz lietām tikpat viegli kā dusmoties uz cilvēku – uz savu datoru, automašīnu vai jebkuru citu mantu, ja tā nedara to, ko tu vēlies.

Galvenā piesardzība šeit ir tā, ka tu šai daļai netērē pārāk daudz laika. Pārliecinies, ka tev ir pietiekami daudz laika, lai atspoguļotu nākamās divas punktus šajā skolotāja stundu plānā.

Lai viņi sāk izprast personīgo tiesību jēdzienu, un pēc tam, kad jūs ejat caur pārējai šodienas klases sesijai un pārējam kursam, tu vari turpināt norādīt vairāk personīgo tiesību un to, kā tās baro viņu dusmas.

14. Atklāj rāmīti 16.lapaspusē Kādēļ man vajadzētu atdot savas personīgās tiesības Dievam? (2-3 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 16.lapaspuse

Īsumā atklāj informāciju Studenta rokasgrāmatas rāmītī 16.lapaspusē, kurā runāts par to, kāpēc mums būtu jāatdod savas personīgās tiesības Dievam. Tu vari iepazīstināt ar šo punktu, sakot, ka nākamais punkts mūsu diskusijā būs šāds: “**Kā** es varu atdot savas personīgās tiesības Dievam?” Norādi, ka, iespējams, ir daži no taviem studentiem, kuri nav gatavi atdot savas personīgās tiesības Dievam, tāpēc apskatīsim ātri, **kāpēc** ir ieteicams atdot savas personīgās tiesības Dievam.

Ja taviem studentiem šeit nav daudz jautājumu, tad ļoti ātri pārej šim punktam. Ja daži no taviem studentiem patiešām pretojas visai idejai, ka viņiem ir jāatdod savas personīgās tiesības Dievam, ļauj viņiem dalīties savās bažās, taču neļauj šai stundas daļai iztērēt pārāk daudz laika.

Iedrošini savus studentus rūpīgi apsvērt šodienas mācību, bet arī atgādini viņiem, ka mums ir jāaptver viss šis jautājums, lai viņi varētu redzēt, kā visi gabali sader kopā, lai izdarītu šo darbu viņu dzīvē.

Tu vari arī atkārtoti apskatīt šo jautājumu nākamajā klases sesijā kā daļu no sava pārskata.

15. Atklāj Punktu C-3. Kā es varu atdot Dievam savas personīgās tiesības? (10-15 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 17.-19.lapaspuse

Atklājot punktu C-3, pārliecinies, ka tas notiek pozitīvi. Viens no labākajiem veidiem, kā to izdarīt, ir izmantot savu dzīvi kā piemēru un to, kā tu esi atdevis savas personīgās tiesības Dievam un kā tas tavā dzīvē ir radījis pozitīvas izmaiņas.

2

Vari uzrakstīt šos soļus, atdodot savas personīgās tiesības Dievam, uz liela plakāta. Tad pieliec to savā klasē, lai to izmantotu kā atskaites punktu pārējā kursa laikā.

Apakšpunkts a—”Uzskaiti lietas, kas liek tev dusmoties, satraukties, kļūt nomāktam, aizkaitinātam vai liek raizēties” Viņi jau ir uzsākuši to lietu uzskaitīšanas procesu, kuras viņus sadusmo Studiju ceļveža 1.projektā. Tomēr iedrošini viņus turpināt pierakstīt lietas, kas ienāk prātā, kas viņiem liek sadusmoties.

Apakšpunkts b—”Izveido sarakstu ar visām savām personīgajām tiesībām.” Studiju ceļveža 2.projekts “Manas personīgās tiesības” ir sasaistīts ar šo soli. Tu vari likt viņiem paturēt šo projektu pa rokai un pievienot vairāk personīgo tiesību savam sarakstam stundas laikā un visās turpmākajās dienās.

Apakšpunkts c—”Lūdz un atdod savas personīgās tiesības Dievam.” Apspriežot šo punktu, pārliecinies, ka viņi saprot, ka tu paskaidro to, kā viņi to var izdarīt. Nemēģini likt visiem lūgt tieši tagad klasē un atdot savas personīgās tiesības Dievam. Viņiem ir tas jādara ar personīgām domām un lūgšanu. Iedrošini viņus izmantot Studiju ceļveža 3.projektu “*Manu personīgo tiesību nodošana*” kā veidu, kā pieņemt lēmumu par to, kā viņi reaģēs uz šo stundas daļu. Viņi to var izdarīt arī pēc stundas.

Pārliecinies, ka pirmā lapa Studiju ceļveža 3.projektā nav obligāta. Lai saņemtu kādu plusu šajā klasē, neprasi, lai tavi studenti aizpilda pirmo lapu. Tiem studentiem, kuri nav gatavi atdot savas personīgās tiesības Dievam, tu vari likt viņiem uzrakstīt lūgšanu Dievam par tiem jautājumiem vai bažām, kas viņus attur no personīgo tiesību atdošanas Dievam. To var izdarīt 3.projekta 2.lapaspusē.

Apakšpunkts d—”Pieņem lēmumu pateikties Dievam par it visu, kas notiek.” Šī diskusijas daļa mūs pārceļ uz to, ko mēs aplūkosim nākamajā klases sesijā. Iedrošini viņus pielietot šo soli – pateikties Dievam par visu, kas notiek – pat ja viņi to dara daudz vēlāk dienā, pat ja viņi sadusmojas par šo situāciju. Tas viss nozīmē izprast šī procesa soļus – iemācīties jaunu veidu, kā reaģēt uz šīm situācijām.

Svarīgs jautājums, kas tev jāievēro, ir pārliecināties, ka tavi studenti skaidri saprot, kas ir personīgās tiesības un kā tās saistās ar viņu dusmām. Esi gatavs veltīt papildu laiku, lai to pārskatītu tik daudz, cik nepieciešams, lai pārliecinātos, ka tavi studenti to saprot. Apskatot pārējo materiālu visā šajā kursā, turpini atgriezties pie praktiskiem piemēriem par personīgajām tiesībām un to, kā tās ir saistītas ar jauno apspriežamo materiālu.

16. Īsi iepazīstini ar to, kas tiks atklāts nākošajā klases sesijā (1-3 minūtes)

Gatavojoties pāriet uz personīgo pielietojumu šodienas klases sesijai, norādi, ka mēs turpināsim apspriest personīgās tiesības nākamajā klases sesijā. Iedrošini viņus uzdot jautājumus, kas viņiem ir par šo tēmu.

Nākamajā klases sesijā mēs aplūkosim nākamās soļus, kas jāveic pēc tam, kad cilvēks atdod savas personīgās tiesības Dievam.

17. Personīgais pielietojums (5-8 minūtes)

Īpašo apstākļu dēļ, kas attiecas uz šodienas personīgo pielietojumu, pirms nodarbības personiskā pielietojuma daļas sākšanas, vari atklāt uzdevumus nākamajai klases sesijai.

Atdodot savas personīgās tiesības Dievam – šis patiešām ir personisks pielietojums, kam mēs vēlamies, lai mūsu studenti sekotu līdz šodienas klases sesijas beigās. Izaicini viņus rūpīgi pārdomāt, ko viņi vēlas darīt, atdodot savas personīgās tiesības Dievam. Atgriezies pie viņu Studenta rokasgrāmatas 2.nodaļas nosaukuma – **“Kā man pārtraukt dusmu iznīcinošo spēku savā dzīvē?”**

Ja uz šo jautājumu viņi vēlas atbildi, tad personīgo tiesību atdošana Dievam ir galvenā sastāvdaļa šajā pārmaiņu procesā. Iedrošini viņus izmantot Studiju ceļveža 3.projektu *“Manu personīgo tiesību nodošana”* kā līdzekli, lai pārdomātu šo lēmumu un sekotu tam.

Tu vari atgriezties pie pieneņu nezāles un tās garās saknes ilustrācijas un norādīt uz nepieciešamību iznīcināt sakni, ja viņi vēlas pārvarēt dusmu problēmu – sakne pārstāv viņu personīgās tiesības.

Studenti klases perioda beigās var pavadīt dažas minūtes klusā lūgšanā, runājot ar Dievu par to, kas tika apskatīts šodienas klases sesijā. Vēl viena iespēja ir aizvest savus studentus uz kapelu klases sesijas beigās un likt viņiem kādu laiku pavadīt personīgā lūgšanā ar Dievu par šo jautājumu.

18. Uzdevumi

- A. Paskaidro, ka Studiju ceļveža 2.projekts *“Manas personīgās tiesības,”* jāpabeidz uz nākošo klases periodu.
- B. Studiju ceļveža 3.projekts *“Manu personīgo tiesību nodošana”* ir ieteicams lietot šodienas klases sesijas Personīgajā pielietojumā. Tu vari paprasīt visiem uzrakstīt lūgšanu projekta 2.lapaspusē. **Tomēr 3.projekta 1.lapaspuse nav obligāta.** Tiem, kuri izvēlas neatdot savas personīgās tiesības Dievam, viņi šajā lūgšanā var iekļaut jautājumus un rūpes, uz kuriem joprojām nav atbildēts.
- C. Studiju ceļveža 4.projekts *“Mans pirmais pārbaudījums bez manām personīgajām tiesībām”* **nav obligāts projekts.** Ja daži no taviem studentiem ir izvēlējušies neatdot savas personīgās tiesības Dievam, tad viņi godīgi nevar izpildīt šo projektu. Iedrošini savus studentus veikt šo projektu, bet nepieprasi viņiem to darīt.
- D. Lai tavi studenti, gatavojoties nākamajai klases sesijai, izlasa Studenta rokasgrāmatas 2.nodaļu. Paskaidro, ka tas būs pārskats par šodienas klases sesijā apskatītajiem jautājumiem. Nodaļas otrajā pusē būs mūsu galvenais fokuss nākamajai klases sesijai.

2.nodaļas materiāls par personīgajām tiesībām ir ļoti kritisks tam, ko mēs mācām šajā kursā, tāpēc iedrošini viņus to uzmanīgi izlasīt un uz nākamo klases sesiju izvīzīt visus jautājumus, kas viņiem ir par šo jautājumu.

19. Stundas novērtējums

Lūdzu, uzraksti savas idejas, kā uzlabot šo stundu.

Kuras daļas vislabāk darbojās?

Kuras daļas studentiem bija grūtāk saprast?

Kas taviem studentiem bija visnoderīgākais?

2

3.stunda

Tuvāks savu personīgo tiesību atdošanas Dievam apskats

3

1. Galvenā Bībeles patiesība

Atdodot savas personīgās tiesības Dievam, tas mani novirza uz ceļa, lai spētu pārtraukt dusmu postošo spēku savā dzīvē.

2. Atslēgas pants:

Lūkas 9:23-24 (tulkojums no New Living Translation)

Tad viņš sacīja pūlim: “Ja kāds no jums vēlas būt mans sekotājs, tad tev ir jānovēršas no sava savtīgā ceļa, katru dienu paņem savu krustu un seko man.
²⁴ Ja tu mēģini turēties pie savas dzīvības, tu to pazaudēsi. Bet, ja tu atdod savu dzīvību manis dēļ, tu to izglābsi.

3. Atsauce uz studenta materiāliem

Studenta rokasgrāmatas 2.nodaļa iet kopā ar šo stundu, it īpaši 20.-28.lapaspuse. [Sākot ar 4.punktu – Kas notiks, kad es atdošu savas personīgās tiesības Dievam?]. Šodienas klases sesijā mēs izmantosim šādus trīs Studiju ceļveža projektus.

2.projekts “*Manas personīgās tiesības*”

3.projekts “*Manu personīgo tiesību nodošana*”

4.projekts “*Mans pirmais pārbaudījums bez manām personīgajām tiesībām*”

4. Iesildīšanās stundai aktivitāte (2-3 minūtes)

Viens vai divi tavi studenti var padalīties ar personīgo tiesību piemēru, ko viņi ir ievērojuši savā dzīvē. Tas varētu būt piemērs, ko viņi ir identificējuši, aplūkojot to, kas viņiem licis sadusmoties.

Ja tavi studenti nedalās ar kādu piemēru, tad sagatavo vienu vai divus piemērus no savas dzīves vai no iepriekšējiem studentiem, kuri iepriekš ir šo mācījušies.

5. 1. un 2.stundas atslēgas jautājumu pārskats (3-10 minūtes)

Ļoti ātri izej caur 3 atslēgas punktiem no **1.stundas**.

- Ir daudz dažādu veidu, kā atbildēt ar dusmām.
- Dusmas vēlas kontrolēt tavu dzīvi.
- Man jāuzņemas atbildība par savām dusmām.

2.stundā mēs atklājām “Kā man pārtraukt dusmu iznīcinošo spēku savā dzīvē?”

Jums ir plakāts ar definīciju “Personīgās tiesības” un vēlreiz izlasiet definīciju. Izmantojot nezāles ar dziļu garu sakni ilustrāciju, norādi, ka mūsu personīgās tiesības baro mūsu dusmas.

Norādi, ka vistiešākais veids, kā pārtraukt dusmu iznīcinošo spēku savā dzīvē, ir atdot savas personīgās tiesības Dievam. Atkārtojiet četrus soļus, kā atdot savas personīgās tiesības Dievam – sākot no Studenta rokasgrāmatas 18.lapasuses. Vari izveidot plakātu ar šiem 4 punktiem, ko izkārt savā klasē, lai pēc vajadzības atsauktos uz tiem visā pārējā kursa laikā.

3

- a. Uzskaiti lietas, kas liek tev dusmoties, satraukties, kļūt nomāktam, aizkaitinātam vai liek raizēties.
- b. Izveido sarakstu ar visām savām personīgajām tiesībām.
- c. Lūdz un atdod savas personīgās tiesības Dievam.
- d. Pieņem lēmumu pateikties Dievam par it visu, kas notiek.

Paskaidro saviem studentiem, ka mēs šodien balstīsimies uz šo pamatu un sāksim aplūkot, kas notiek cilvēka dzīvē, kad viņi atdod savas personīgās tiesības Dievam.

Izmanto Galveno Bībeles patiesību un Atslēgas pantu, lai nodrošinātu pamatu šodienas klases sesijai.

6. Atklāj punktu ar rāmīšiem “Kas notiks, kad es atdošu savas personīgās tiesības Dievam?” (2-5 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 20.laspuse

Esi piesardzīgs, izklāstot šo punktu, lai tu nebūtu pārāk spēcīgs pret klases studentiem, kuri, iespējams, cīnās ar visu šo ideju par savu personīgo tiesību atdošanu Dievam.

Apspriežot šo materiālu, nelūdz studentus identificēt sevi, ja viņi nevēlas atdot savas personīgās tiesības Dievam. Vienkārši izklāsti šos punktus un palīdzi viņiem saskatīt sekas, kas notiks ikviena cilvēka dzīvē, kurš neatdod savas personīgās tiesības Dievam.

7. Iepazīstini ar Punktu C-4. Kas notiks, kad es atdošu savas personīgās tiesības Dievam? Atklāj apakšpunktu C-4-a. “Mani nogalinās!” (2-4 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 20.-21.laspuse

Šī apakšpunkta nosaukums acīmredzami nav burtiski tas, kas notiek, kad cilvēks atdod savas personīgās tiesības Dievam. Tomēr mēs identificējam vienu no bailēm, kas dažiem ir, ja viņi nolemj atdot savas personīgās tiesības. Izmanto savu dzīves piemēru, lai izskaidrotu, ka tās ir nepamatotas bailes un ka Dievs ir gatavs viņiem palīdzēt, kad viņi atdod Viņam savas personīgās tiesības.

Velti laiku, lai izlasītu un pārrunātu 3 Rakstu vietas, kas uzskaitītas Studenta rokasgrāmatā šajā daļā.

5. Mozus 31:8 (tulkojums no New Living Translation)

Nebaidies un neuztraucies, jo Tas KUNGS personīgi ies tev pa priekšu. Viņš būs ar tevi; Viņš tevi nepievils un nepametīs.

Mateja 28:20 (tulkojums no New Living Translation)

Un esi pārliecināts par to: Es vienmēr esmu ar tevi, pat līdz laikmeta beigām.

Psalms 31:14-15 (tulkojums no New Living Translation)

¹⁴ **Bet es uzticos Tev, ak, KUNGS, sakot: “Tu esi mans Dievs!”**

¹⁵ **Mana nākotne ir Tavās rokās.**

Velti laiku, lai norādītu, ka sātans vēlas, lai viņus pārņem šīs bailes, atdodot savas personīgās tiesības Dievam. Viņiem jābalstās uz Dieva patiesību, nevis uz sātana meliem.

3**8. Atklāj apakšpunktu C-4-b. “Tu vēl joprojām sadusmosies” (2-4 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 21.lapaspuse**

Palīdzi saviem studentiem saprast, ka savu personīgo tiesību atdošana Dievam ir process. Saki, ka ir neprātīgi apsolt Dievam, ka viņi nekad vairs nedusmosies. Dievs negaida no mums, ka mēs vairs nedusmotos – Viņš gaida, lai mēs pārtrauktu dusmu destruktīvu izmantošanu savā dzīvē.

Dusmas ir bijusi tik liela mūsu pagātnes sastāvdaļa, ka būs vajadzīgs zināms laiks, lai iemācītos, kā mainīt veidu, kā reaģēt uz situācijām, kas mūs viegli sadusmo. Iedrošini savus studentus turpināt atgriezt savas personīgās tiesības pie Dieva un atdot tās Viņam, kad viņi saprot, ka kļūst dusmīgi, jo kāds pārkāpis kādu no viņu personīgajām tiesībām.

9. Atklāj apakšpunktu C-4-c. “Arī Dievs tevi pārbaudīs.” (2-4 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 21.lapaspuse

Kāpēc lai Dievs mūs pārbaudītu? Tāpēc, ka Viņš vēlas redzēt, vai mēs patiesi vēlamies mainīties, vai tikai sakām vārdus. Dievs ir gatavs mums palīdzēt tikt galā ar mūsu dusmu problēmu, taču Viņam ir jāredz, ka tu esi gatavs atdot Viņam savas personīgās tiesības. Dievs ļaus citiem cilvēkiem pārkāpt mūsu personīgās tiesības, lai palīdzētu mums iemācīties dzīvot bez mūsu personīgajām tiesībām.

10. Atklāj apakšpunktu C-4-d. “Tev ir jāizstrādā jauni reaģēšanas modeļi situācijām, kas tevi viegli sadusmoja.” (2-4 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 21.-22.lapaspuse

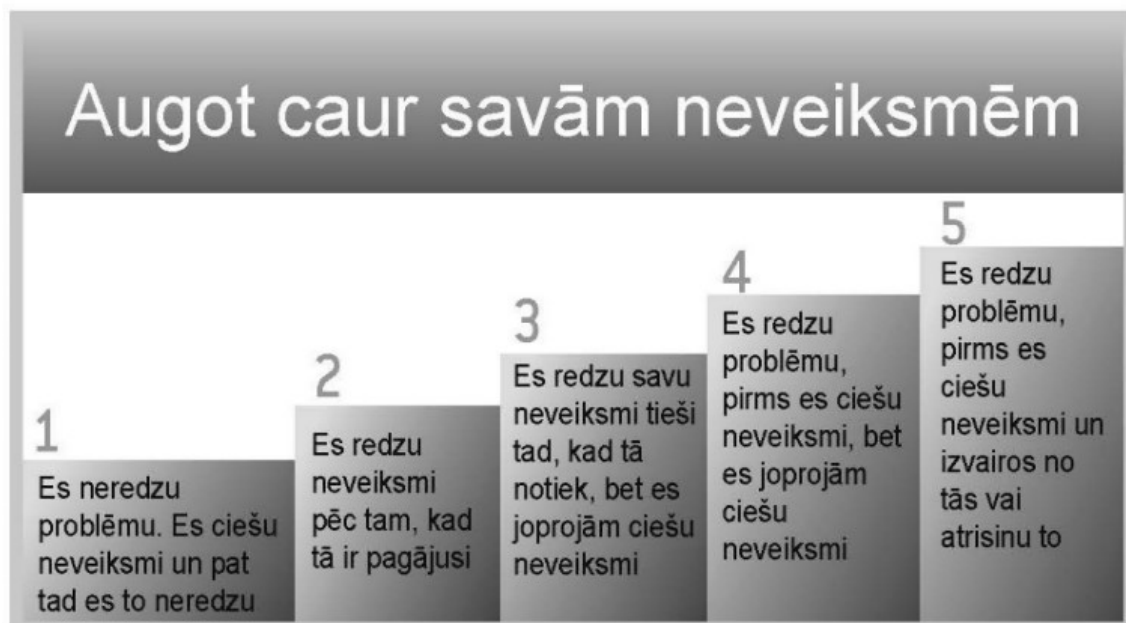
Šis punkts pats par sevi varētu viegli kļūt par veselu kursu. Viss, ko mēs šodien vēlamies darīt, ir norādīt uz izmaiņu nepieciešamību, nevis mēģināt panākt, lai viņi šodien veiktu visas izmaiņas.

Pastāsti saviem studentiem, ka mēs pavadīsim lielu daļu no nākamās klases sesijas, runājot par šo punktu – gan Studenta rokasgrāmatas 3., gan 4.nodaļā.

**11. Atklāj apakšpunktu C-4-e. “Sāc pārmaiņu procesu pa vienam solim.”
(2-4 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 22.-23.laspuse**

Izmanto Studenta rokasgrāmatas 23.lpp. sniegto tabulu, lai palīdzētu viņiem saprast, ka šis pārmaiņu process var ietvert daudz neveiksmju, virzoties uz izaugsmi un uzvaru šajā dzīves jomā. Palīdzi viņiem saskatīt nelielos progresu soļus, kas saistīti ar izaugsmi šajā viņu dzīves jomā. Iedrošini viņus turpināt meklēt Jēzū spēku, lai Viņš palīdz viņiem šajā pārmaiņu procesā.

3



Studenta rokasgrāmata, 23.laspuse

Pastāsti saviem studentiem, ka mēs šo sīkāk aplūkosim vēlākās kursa klases sesijās. Pašlaik mēs nemēģinām precīzi noteikt katru detalizēto soli, kas viņiem būs jāveic šajā pārmaiņu procesā. Mēs vēlamies paziņot tikai faktu, ka tas ir process, un viņiem var būt ļoti grūti pārtraukt dusmoties par noteiktiem jautājumiem, kas viņu dzīvē ir izraisījuši dusmas.

Būtu labi, ja tu sniegtu konkrētu piemēru no savas dzīves, kur tev pagāja zināms laiks, lai mainītos un pārvarētu dusmu postošo spēku.

**12. Atklāj Punktu C-5. Kādi ir ieguvumi, atdodot savas personīgās tiesības Dievam?
(2-8 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 23.-25.laspuse**

Atkarībā no tā, cik daudz laika jums atlicis šajā klases sesijā, jums var būt laiks šo īsi atspoguļot. Tavi studenti to var viegli izlasīt paši un iegūt šeit galvenās patiesības. Tev būs jānosaka, cik daudz laika vēlaties tērēt šīs nodarbības nākamajai daļai – Punkts D “Kas vēl bez personīgajām tiesībām veicina manu dusmu problēmu?”

Apakšpunkts C-5-a. “Tu vari būt mierā.”

Šis miera jautājums ir tas, kurš piedāvā reālas un tūlītējas pārmaiņas tam, kurš atdod savas personīgās tiesības Dievam. Runā par to, kā esi pieredzējis mieru, nevis palicis dusmīgs pēc tam, kad atdevi savas personīgās tiesības Dievam.

Apakšpunkts C-5-b, “Tu vari koncentrēties uz jaunu reakcijas modeļu izstrādi, kas godinās Dievu.”

Paskaidro studentiem, ka mēs šo daudz sīkāk aplūkosim šī kursa 4.nodaļā.

Apakšpunkts C-5-c, “Dievs tev palīdzēs.”

Tā ir lieliska patiesība tiem, kuri tikai sāk atdot savas personīgās tiesības Dievam. Viņiem var šķist, ka viņu dusmas ir pārāk spēcīgas un ka viņi tās nespēj kontrolēt. Paskaidro saviem studentiem, ka Dievs vienmēr ir gatavs mums palīdzēt, kad mēs vēlamies savā dzīvē veikt izmaiņas, kas Viņu pagodinās.

Izmanto Jāzepa piemēru no Vecās Derības (Studenta rokasgrāmatas 24.lpp.), lai parādītu, kā Dievs palīdzēja Jāzepam, kaut arī viņa brāļi izturējās pret viņu ar tādu naidu. Norādi, kā Jāzeps izvēlējās šīs situācijas saredzēt no Dieva viedokļa, nevis dusmojoties un meklējot atriebties saviem brāļiem.

Apakšpunkts C-5-d, “Tu vari kļūt par paraugu citiem.”

Šis ieguvums nāks ar laiku, kad viņi iemācīsies apgūt šo procesu, atdodot savas personīgās tiesības Dievam un lietojot savas dusmas tādā veidā, lai godinātu Dievu.

13. Iepazīstini ar Punktu D. Kas vēl bez personīgajām tiesībām veicina manu dusmu problēmu? (1-3 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 25.-28.lapaspuse

Vari atgriezties pie ilustrācijas ar pienenes nezāli ar garo sakni un pievienot ilustrācijai vēl vairākas saknes. Norādi, ka lielākajai daļai cilvēku mūsu personīgās tiesības ir galvenais mūsu dusmas barojošais avots. Tomēr ir arī citi jautājumi, kas arī var kurināt mūsu dusmas un novest mūs pa postošiem ceļiem.

Katru no jautājumiem, kas apskatīti šajā stundas daļā, varētu viegli paplašināt daudz lielākā mācību pieredzē. Tomēr šajā klases sesijā mēs šodien galvenokārt vēlamies taviem studentiem sniegt kopainu par to, kas vēl var barot viņu dusmas.

Katrs no šiem 5 jautājumiem ir pelnījis kādu laiku un apsvēršanu, taču tev būs jānosaka, cik daudz laika jums ir atlicis šodienas klases sesijā, lai to veltītu šiem jautājumiem. Ja jums nav daudz laika, lai atklātu šo punktu, vienkārši iedrošini savus studentus to vēlreiz pārlasīt un satīties pēc stundas, ja viņiem ir jautājumi.

Nodarbības beigās noteikti pārlicinies, ka atvēli pietiekami daudz laika šodienas personīgajam pielietojumam.

14. Atklāj Punktu D-1. Neatrisinātas pagātnes sāpes (3-8 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 25-26.lapaspuse

Izmantojot pieneņu nezāles ar garo sakni ilustrāciju, iezīmē vienu no pārējām saknēm “**Neatrisinātas sāpes**”. Norādi, ka mums visiem ir nodarījuši pāri citi cilvēki – daži ir pieredzējuši vardarbību un nodevību no ģimenes locekļu puses.

Norādi, ka šīs neatrisinātas pagātnes sāpes var kļūt par izraisītājiem, kas liek mūsu dusmām uzsprāgt, kad mēs piedzīvojam jebko, kas mums atgādina par šīm pagātnes sāpēm.

Kamēr šīs pagātnes sāpes paliek neatrisinātas, tās dusmām nodrošinās nebeidzamu degvielas avotu. Tas ir arī viens iemesls, kāpēc vienkārša personīgo tiesību atdošana Dievam var neatrisināt tavu dusmu problēmu – jo tavas dusmas kurina arī šīs neatrisinātās pagātnes sāpes.

**15. Atklāj Punktu D-2. Nepiedošana un rūgtums
(3-8 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 26.lapaspuse**

3

Izmantojot pieneņu nezāles ar garo sakni ilustrāciju, iezīmē vēl vienu no saknēm “Nepiedošana un rūgtums”.

Divas Rakstu vietas, kas tiek izmantotas Studenta rokasgrāmatā, parāda, cik nopietni šie jautājumi ir Dievam.

Mateja 6:14-15 (tulkojums no New Living Translation)

Ja jūs piedosiet tiem, kas pret jums grēko, jūsu debesu Tēvs jums piedos.

¹⁵ Bet, ja jūs atsakāties piedot citiem, jūsu Tēvs nepiedos jūsu grēkus.

Ebrejiem 12:15 (tulkojums no New Living Translation)

Uzmanieties, ka neviena indīga rūgtuma sakne neizaug, lai jūs uztrauktu, daudzus samaitājot.

Nepiedošana un rūgtums kļūs kā vēzis un iznīcinās tevi, ja ļausi tiem palikt savā dzīvē.

**16. Atklāj Punktu D-3. Tavas dusmas konflikta situācijās
(3-8 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 26-27.lapaspuse**

Izmantojot pieneņu nezāles ar garo sakni ilustrāciju, iezīmē vēl vienu no saknēm “Konflikts”. Šis jautājums pats par sevi varētu būt vesels kurss. Mūsu galvenais mērķis šodien šajā klases sesijā ir vienkārši norādīt saviem studentiem, ka tas, kā viņi rīkojas konflikta situācijās, var viegli izraisīt viņu dusmas. Ja viņi ir lietojuši dusmas, savā normālā reakcijā uz konfliktu, var būt ļoti grūti pārtraukt šo veco reakcijas modeli.

**17. Atklāj Punktu D-4. Ģimenes tradīcijas
(2-4 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 27.lapaspuse**

Izmantojot pieneņu nezāles ar garo sakni ilustrāciju, iezīmē vēl vienu no saknēm “Ģimenes tradīcijas”. Norādi, ka daudzi no tavas klases studentiem, iespējams, ir tikuši ļoti savas ģimenes ietekmēti tajā, kā viņi lieto savas dusmas. Šī ietekme var būt tik spēcīga, ka cilvēks pieņem: “Tāda vienkārši ir mūsu ģimene!” neapzinoties, ka tās ir iemācītas atbildes, nevis ģenētiskas (iedzimtas).

Viņi var izvēlēties jaunus atbildes veidus, nevis lietot savas dusmas, ja viņi ļaus Dievam viņiem palīdzēt.

**18. Atklāj Punktu D-5. Tavas attieksmes un ieradumi
(3-8 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 27-28.lapaspuse**

Izmantojot pieneņu nezāles ar garo sakni ilustrāciju, iezīmē vienu no pārējām saknēm "Attieksmes".

Studenta rokasgrāmatā ir arī citāts no sievietes, kura teica: "Ja jūs atņemsiet manas dusmas, jūs atņemsiet manu identitāti." Daudzus cilvēkus pārvalda viņu dusmas, taču savā prātā viņi domā, ka viņu dusmas ir laba lieta viņu dzīvē. Viņi ir lietojuši savas dusmas, lai kontrolētu citus cilvēkus.

Patiesais jautājums šeit ir tāds, ka tavi studenti saredz vajadzību izmainīt kādas no savām attieksmēm un ieradumiem, kad ir runa par dusmām.

19. Personīgais pielietojums (3-5 minūtes)

Būtu labi atsaukties uz iepriekšējās klases sesijas personīgo pielietojumu un izaicināt savus studentus atdot savas personīgās tiesības Dievam, ja viņi to vēl nav izdarījuši.

Tiem, kuri jau ir atdevuši savas personīgās tiesības Dievam, iedrošini viņus pārskatīt priekšrocības, ko dod viņu tiesību atdošana Dievam, un mēģināt saskatīt šos ieguvumus pašiem savā pieredzē. Iedrošini viņus arī aizpildīt **Studiju ceļveža 4.projektu "Mans pirmais pārbaudījums bez manām personīgajām tiesībām"**. Norādi, ka tas nav obligāts projekts.

Tiem, kuri nav atdevuši savas personīgās tiesības Dievam, palūdz viņiem pārskatīt sekas, kas rodas, ja savas tiesības neatdod Dievam, kā norādīts Studenta rokasgrāmatas 20.lapaspusē rāmīšos.

20. Uzdevumi

- A. Klases sesijas beigās iedod ieskaiti par Efeziešiem 4:26-27.
- B. Ja tu to jau neesi izdarījis, klases sesijas beigās novērtē Studiju ceļveža 2.projektu "Manas personīgās tiesības."
- C. Novērtē Studiju ceļveža 3.projektu "*Manu personīgo tiesību nodošana.*"
- D. Iedrošini savus studentus pabeigt Studiju ceļveža 4.projektu "*Mans pirmais pārbaudījums bez manām personīgajām tiesībām.*" Norādi, ka šis nav obligāts projekts.
- E. Lai studenti, gatavojoties nākamajai klases sesijai, izlasa Studenta rokasgrāmatas 3.nodaļu.
- F. Lai tavi studenti pabeidz Studiju ceļveža 5.projektu "*Dusmas Bībelē*" un 6.projektu "*Jēzus un Viņa dusmas,*" pirms nākošās klases sesijas.

21. Stundas novērtējums

Lūdzu, uzraksti savas idejas, kā uzlabot šo stundu.

Kuras daļas vislabāk darbojās?

Kuras daļas studentiem bija grūtāk saprast?

Kas taviem studentiem bija visnoderīgākais?

3

4.stunda

Ko Dievs saka par dusmām?

1. Galvenā Bībeles patiesība

Bībele mums sniedz Dieva patiesību par dusmām un to, kā mēs tās varam lietot pozitīvā veidā savā dzīvē.

2. Atslēgas pants:

Filipiešiem 2:5 (tulkojums no New Living Translation)

Jums ir jābūt tādi pašai attieksmei kāda bija Kristum Jēzum.

4

3. Atsauce uz studenta materiāliem

Studenta rokasgrāmatas 3.nodaļa iet kopā ar šo stundu. Studiju ceļveža 5.projekts “Dusmas Bībelē” un 6.projekts “Jēzus un Viņa dusmas” arī tiks lietots ar šo stundu.

4. Iesildīšanās stundai aktivitāte (2-3 minūtes)

Tu vari sākt klases sesiju, lūdzot studentus aprakstīt viņu uzskatus par Dievu un Viņa dusmām pret cilvēkiem. Tas varētu ietvert stāstu par to, kā bērnībā viņi baidījās no Dieva. Daži domāja, ka katru reizi, kad lietus, vētras laikā pērkons dārd, tas ir Dievs, kas izrāda savas dusmas.

5. Ātri pārskati 1.-3.stundu (2-3 minūtes)

Ļoti ātri izej caur 3 atslēgas punktiem no **1.stundas**.

- Ir daudz dažādu veidu, kā atbildēt ar dusmām.
- Dusmas vēlas kontrolēt tavu dzīvi.
- Man jāuzņemas atbildība par savām dusmām.

2. un 3.stundā mēs atklājam “Kā man pārtraukt dusmu iznīcinošo spēku savā dzīvē?”

No plakāta, kur ir definīcija “Personīgās tiesības” vēlreiz nolasi definīciju. Izmantojot nezāles ar dziļu garu sakni ilustrāciju, norādi, ka mūsu personīgās tiesības baro mūsu dusmas.

Un galvenais, ko mēs darām, ir atdot savas personīgās tiesības Dievam.

6. Skolotāja piezīmes attiecībā uz šodienas stundu

Studenta rokasgrāmatas 3.nodaļa būs šīs Skolotāja rokasgrāmatas 4. un 5.stundas uzmanības centrā. 4.stundā mēs aplūkosim tās 3.nodaļas daļas, kurās apskatīts, kā Jēzus lietoja Savas dusmas. 5.stundā galvenā uzmanība tiks pievērsta tam, kā citi cilvēki Bībelē lietoja savas dusmas.

7. Iepazīstini ar šodienas stundu (2-4 minūtes) Studenta rokasgrāmata 29.lapaspuse

4

Iepriekšējās divās klases sesijās mēs apskatījām, kā mēs varam pārtraukt dusmu graužošo spēku savā dzīvē. Mēs apskatījām, kā mūsu personīgās tiesības baro mūsu dusmas. Šodienas klases sesijā un nākamajā klases sesijā, apspriežot Bībeles stāstus par dusmām, tev jāietver galvenie punkti, kas saistīti ar dusmām un personīgajām tiesībām, kas tika apskatīti pēdējās klases sesijās.

Mūsu mērķis šodienas stundā, kā teikts Galvenajā Bībeles patiesībā, ir ielūkoties tajā, ko Dievs saka par dusmām. Dieva patiesība par dusmām ir visuzticamākā mācība, ko vari atrast par dusmām.

Norādi, ka vārdi dusmas, dusmīgs, niknums un sašutums Bībelē tiek minēti vairāk nekā 600 reizes, sākot ar 1.Mozus grāmatu un beidzot ar Atklāsmes grāmatu. Mūsu mērķis šodien nav apskatīt visas 600 reizes, kad tas ir minēts Bībelē, bet gan apskatīt dažus pantus, kas sniedz mums svarīgu ieskatu par dusmām un to, kā mēs varam sākt lietot savas dusmas Dievam patīkamos veidos.

8. Atklāj Punktu A-1. Dievs tevi radīja ar spēju piedzīvot dusmas (2-4 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 29.lapaspuse

Taviem studentiem jau no paša sākuma ir jāredz, ka Dievs mūs ir radījis ar spēju izjust dusmas. Īsumā pārrunājiet to, ko Dievs saka par to, kā Viņš mūs ir radījis 1.Mozus 1:27, 31. Dievam patika tas, ko Viņš radīja.

Pārliecinies, ka tavi studenti saprot, ka velns mums nedeva dusmas. Tā kā Dievs mūs ir radījis ar dusmu emocijām, tad Viņam ir veids, kā mēs varam lietot šīs emocijas tā, lai tās nebūtu postošas, bet gan būtu pozitīvs spēks mūsu dzīvē.

Tomēr velns izmantos problēmas un konfliktus, lai mūs nostādītu tādā stāvoklī, kur dusmas ir viegli lietot tādā veidā, kas noved pie grēka. Pārliecinies, ka tavi studenti saprot, ka ikreiz, kad mums rodas kārdinājums dusmoties, tas automātiski nav grēks. Tomēr velns mēģinās lietot mūsu dusmas, lai panāktu, ka mēs grēkojam – lai mēs lietotu savas dusmas kā ieroci, kas ienestu iznīcību mūsu un apkārtējo dzīvē.

9. Atklāj Punktu A-2. Bībele tev stāsta, kā dusmoties bez grēkošanas (2-4 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 30.lapaspuse

Šajā sadaļā izmantotais pants Efeziešiem 4:26-27 neaizliedz tev dusmoties. Tas brīdina tevi negrēkot, kad esi dusmīgs. Tas ir izaicinājums, uz kuru mēs skatīsimies visā šajā kursā.

10. Atklāj Punktu A-3. Jēzus un dusmas (10-20 minūtes) Studenta rokasgrāmata 30.lapaspuse un Studiju ceļveža 6.projekts “Jēzus un Viņa dusmas”

Ir vairāki dažādi stāsti no Jēzus dzīves, kurus var izmantot, lai parādītu, kā Jēzus lietoja Savas dusmas. Viena no iespējām, kas prasīs iepriekšēju plānošanu, ir uzdot studentiem sagatavoties ziņot klasei par to, kā Jēzus reaģēja dažādās situācijās, kad dusmojās. To var izdarīt, uzdodot studentiem izmantot konkrētu stāstu no Jēzus dzīves, pamatojoties uz Studiju ceļveža 6.projektu.

Vai arī jūs varat veikt 6.projektu kā klases projektu: tu vari sadalīt studentus mazās grupās un likt viņiem strādāt, atbildot uz projekta jautājumiem, pamatojoties uz katru stāstu no Jēzus dzīves. Pēc tam, kad esi viņiem devis apmēram 4-6 minūtes, tad katrai grupai jāziņo visai klasei par atklājumiem, kā Jēzus šajā situācijā lietoja Savas dusmas.

Jautājumi, lai izpētītu, kā Jēzus lietoja Savas dusmas. Ne katrs jautājums katrā stāstā tiek skaidri atbildēts, tāpēc viņiem, iespējams, būs jāieliek savas idejas.

1. **Kas šajā situācijā sadusmoja Jēzu?**
2. **Kā Jēzus parādīja, ka Viņš bija dusmīgs?**
3. **Ko Jēzus darīja ar Savām dusmām?**
4. **Kā citi reaģēja uz Viņa dusmām?**
5. **Kādu mācību tu vari mācīties no Jēzus par to, kā lietot dusmas savā dzīvē?**

Jautājumi no Studiju ceļveža 6.projekta

Šeit ir daži Bībeles stāsti, kurus tu vari izmantot šajā stundas daļā. Vai arī izmantojiet citus piemērus, kas, tavuprāt, šeit darbojas labāk. Tālāk uzskaitītās atrodas Studiju ceļveža 6.projektā.

1. Marka 3:1-6 (Jēzus dziedina vīru ar nokaltušo roku)
2. Marka 10:10-16 (Jēzus svētī mazos bērnus – Viņš bija dusmīgs par to, ka mācekļi atturēja bērnus no Viņa.)
3. Jāņa 11 (visa nodaļa, bet paskaties 33. un 38.pantu)
(Jēzus bija dusmīgs par Lācara nāvi.)
4. Mateja 21:12-17 vai Jāņa 2:12-22 (Jēzus iztīra templi)

Stāsts, kas uzrakstīts Studenta rokasgrāmatas 30.lapaspusē – Marka 3:1-6, stāsta par laiku sinagogā, kurā reliģisko vadītāju atsaucība izraisīja Jēzus dusmas.

Šeit ir paraugs, kā to varētu izdarīt – pamatojoties uz Marka 3:1-6 stāstu.

1. Kas šajā situācijā sadusmoja Jēzu?

Ja viss, ko viņi saka, ir “viņi klusēja”, tad pajautā vēlreiz – kāpēc Jēzus dusmojās uz šiem vīriešiem? Kas viņu dzīves iekšienē notika, kas sadusmoja Jēzu?

4

2. Kā Jēzus parādīja, ka Viņš bija dusmīgs?

- Viņam bija dusmīgs skatiens. Pajautājiet saviem studentiem, vai viņi zina, kas ir dusmīgs skatiens.
- Norādi, ka Jēzus, būdams dusmīgs, negrēkoja – viņš nesāka lādēt šos vīriešus par tik spītīgu sirdi. Jēzus nebija nekontrolējams – viņš kontrolēja savas dusmas.

3. Ko Jēzus darīja ar Savām dusmām?

Viņš izdziedināja vīrieti ar nokaltušo roku. Jēzus savas dusmas izmantoja pozitīvā veidā, nevis graužoša.

4. Kā citi reaģēja uz Viņa dusmām?

(Šis nav skaidri pateikts dažos Bībeles stāstos.)

- Reliģiskie vadītāji pameta dievkalpojumu un plānoja nogalināt Jēzu.
- Mācekļi visu dievkalpojumu palika kopā ar Jēzu.
- Lielākā daļa pārējo palika dievkalpojumā, lai dzirdētu, ko Jēzus viņiem saka.

5. Kādu mācību tu vari mācīties no Jēzus par to, kā lietot dusmas savā dzīvē?

- Personīgā atbilde

Paskaidro saviem studentiem, ka Jēzus nesadusmojās tādēļ, ka cilvēki pārkāpa Viņa personīgās tiesības. Tā vietā šie stāsti parāda, kā cilvēks var lietot dusmas tādā veidā, kas nav postošs, bet palīdz īstenot Dieva vēlmi šajā situācijā.

Iedrošini savus studentus paskatīties uz citām reizēm, kad Jēzus lietoja Savas dusmas tā, lai nevadītu Viņu grēkot. Apkopojot šo stundas daļu, norādi, ka Jēzus neļāva Savām dusmām valdīt pār Viņu un aizvest pa postošiem ceļiem.

11. Pārrunājiet Studiju ceļveža 5.projektu “Dusmas Bībelē” (3-7 minūtes)

Atkarībā no tā, cik daudz laika ir atlicis šodienas klases sesijā, jūs varat atvēlēt laiku, lai apspriestu dažādās Rakstu vietas Studiju ceļveža 5.projektā “Dusmas Bībelē”. Ja jums nav laika aptvert visus jautājumus, izvēlies tos, kas attiecas uz jautājumiem, kurus šodien klasē vēl neesat apsprieduši.

12. Neobligāta aktivitāte, ja jums ir laiks (0-10 minūtes)

Ja jums vēl ir laiks, vēl viena aktivitāte, kas var noderēt taviem studentiem, ir likt viņiem apskatīt dažas citas Bībeles Rakstu vietas, kas runā par dusmām. Dažas no tām tiks aplūkotas nākamajā klases sesijā, taču ir daudz citu pantu, kas mums ļauj izprast Dieva perspektīvu par dusmām.

Viena no iespējām ir aplūkot dažus Salamana pamācību pantus, kas runā par dusmām. Tos var viegli atrast, izmantojot konkordanci vai dodoties uz vietni, piemēram, www.bible.lv, kur tiešsaistē ir Bībele, kurā varat meklēt vārdus. Tas var būt vienkāršs veids, kā ātri iegūt šo informāciju.

Vēl viena iespēja būtu sadalīt savu klasi mazās grupās un iedot viņiem vairākus no šiem pantiem un likt viņiem pastāstīt grupai, kādas ir galvenās patiesības par dusmām viņiem iedotajos pantos.

13. **Atklāj Punktu C. Kas liek Dievam dusmoties?** (3-5 minūtes) **Studenta rokasgrāmata, 35.lapaspuse**

Sāc šo stundas daļu pārrunājot **Jonas 4:2 (tulkojums no New International Version)**

Es zināju, ka Tu esi žēlīgs un līdzjūtīgs Dievs, lēns, lai dusmotos un bagātīgs mīlestībā, Dievs, kurš atsakās no nelaimes sūtīšanas.

Pārliecinies, lai viņi ierauga Dieva sirdi un ka Viņam nav dusmu problēma.

Tad lieto Ebrejiem 3:10, lai uzsvērtu, ka Dievs paliek dusmīgs uz mums tad, kad mēs aizgriezāties no Viņa mīlošās palīdzības.

Viens brīdinājuma vārds šai stundas daļai. Bībelē ir daudz pantu, kas runā par Dieva dusmām. Daži studenti var uzdot dažus sarežģītus jautājumus par Dievu un Viņa dusmām. Nebaidies apskatīt šos pantus, bet tajā pašā laikā nebaidies paskaidrot, ka mēs neesam šeit, lai mēģinātu atbildēt uz visiem šiem jautājumiem. Iedrošini viņus pēc stundas to pārrunāt ar tevi, nevis potenciāli apmulsināt kādus tavus jaunākos studentus.

14. **Personīgais pielietojums (5 minūtes)**

Atgriezies pie šodienas Galvenās Bībeles patiesības un Atslēgas panta, izaicinot savus studentus rūpīgi un godīgi apskatīt savu dzīvi un to, kā viņi lieto dusmas.

Izaicini viņus izpētīt Bībeli, it īpaši Jēzus dzīvi, lai uzzinātu, ko tā mums māca par to, kā lietot dusmas tā, lai tas patiktu Dievam.

Šodienas klases sesijas Personīgajā pielietojumā, aicini viņus būt godīgiem pret sevi par to, kāda vieta dusmām ir viņu dzīvē. Palūdz viņiem izvēlēties vienu mācību, ko viņi iemācījušies no Jēzus dzīves, un ko viņi šonedēļ var izmantot savā dzīvē.

15. **Uzdevumi**

- A. Klases sesijas beigās iedod ieskaiti par Jēkaba 1:19-20.
- B. Novērtē Studiju ceļveža 5.projektu “*Dusmas Bībelē*”.
- C. Novērtē Studiju ceļveža 6.projektu “*Jēzus un Viņa dusmas.*”
- D. Lai studenti izlasa vēlreiz 3.nodaļu Studenta rokasgrāmatā, lai sagatavotos nākošajai klases sesijai, kur mēs aplūkosim to kā citi cilvēki Bībelē lietoja savas dusmas.

16. Stundas novērtējums

Lūdzu, uzraksti savas idejas, kā uzlabot šo stundu.

Kuras daļas vislabāk darbojās?

Kuras daļas studentiem bija grūtāk saprast?

Kas taviem studentiem bija visnoderīgākais?

5.stunda

Kā cilvēki Bībelē lietoja savas dusmas

1. Galvenā Bībeles patiesība

Bībele ir piepildīta ar pozitīviem un negatīviem piemēriem, kā mēs varam lietot dusmas savā dzīvē.

2. Atslēgas pants:

1.korintiešiem 10:11 (tulkojums no New Living Translation)

Šīs lietas notika ar viņiem kā piemērs mums. Tās tika pierakstītas, lai brīdinātu mūs, kas dzīvojam laikmetu beigās.

3. Atsauce uz studenta materiāliem

3.nodaļa Studenta rokasgrāmatā iet kopā ar šo stundu. Studiju ceļveža 7.projekts “*Dusmīgi cilvēki Bībelē,*” arī var tikt lietots šajā stundā.

4. Iesildīšanās stundai aktivitāte (2-3 minūtes)

Vari identificēt pašreizējās ziņas stāstu, kas atbilst vienam no veidiem, kā cilvēki Bībelē lietoja savas dusmas, un norādi, ka cilvēki daudz nav mainījušies pēdējo tūkstošu gadu laikā, kad runa ir par dusmām. Tāpat kā mūsdienās dusmas tiek lietotas destruktīvos veidos, tā tas bija arī pirms tūkstošiem gadu.

5. Ātri pārskati 1. un 2.nodaļu (2-3 minūtes)

Ļoti ātri izej caur 3 atslēgas punktiem **1.nodaļā**.

- Ir daudz dažādu veidu, kā atbildēt ar dusmām.
- Dusmas vēlas kontrolēt tavu dzīvi.
- Man jāuzņemas atbildība par savām dusmām.

2.nodaļā mēs atklājam “Kā man pārtraukt dusmu iznīcinošo spēku savā dzīvē?”

- No plakāta, kur ir definīcija “Personīgās tiesības” vēlreiz nolasi definīciju. Izmantojot nezāles ar dziļu garu sakni ilustrāciju, norādi, ka mūsu personīgās tiesības baro mūsu dusmas.
- Un galvenais, ko mēs darām, ir atdot savas personīgās tiesības Dievam.

6. Iepazīstini ar šodienas stundu (2-4 minūtes)

Iepriekšējā klases sesijā mēs apskatījām, kā Jēzus Savā dzīvē lietoja dusmas. Šodienas klases sesijā, kad apspriežat Bībeles stāstus par dusmām, tev jāiepin galvenie punkti, kas saistīti ar dusmām un personīgajām tiesībām, kas tika aplūkotas 2. un 3.stundā.

7. Iepazīstini ar Punktu B. Kā cilvēki Bībelē lietoja dusmas (2-3 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 31.lapaspuse

Paskaidro, ka mēs lielāko daļu šodienas klases sesijas pavadīsim, aplūkojot Bībeles cilvēku dzīvi, un redzēsim, kā viņi lietoja savas dusmas – gan pozitīvos veidos, gan tādos veidos, kas cilvēkiem lika grēkot. Izaicini viņus paskatīties uz viņu pašu dzīvē, aplūkojot šos dažādos Bībeles cilvēkus – kuri mums sniedz gan pozitīvus, gan negatīvus piemērus tam, kā lietot dusmas.

Piezīme skolotājam:

Tu vari vēlēt, lai studentiem ir lielākā nozīme Bībeles stāstu izklāstā šodienas klases sesijā. Šeit ir divas iespējas, kas jāapsver.

Pirmā iespēja: iepriekš piešķir katram no savas klases studentiem kādu no šiem Bībeles varoņiem. Šo uzdevumu veikšanai vari izmantot Studiju ceļveža 7.projektu “*Dusmīgi cilvēki Bībelē*”. Tad lai katrs students īsi prezentē vienu no šīm personām – izmantojot 7.projekta jautājumus un paskaidrojot, kādas mācības par dusmām mēs varam mācīties no šī Bībeles varoņa dzīves.

Otrā iespēja: sadali savu klasi mazās grupās un piešķir katrai grupai vienu no Bībeles personāžiem. Viņi var apvienot savas idejas par atbildēm uz jautājumiem 7.projektā un pēc tam ar to iepazīstināt klasi. Vēl viena iespēja ir likt viņiem izspēlēt stāstu.

Izpētot katru no šiem Bībeles varoņiem, noteikti koncentrējieties uz diviem galvenajiem jautājumiem:

1. Palūdz saviem studentiem identificēt personīgās tiesības, kas varētu būt saistītas ar šo situāciju.
2. Izpētiet, kā šie cilvēki Bībelē reaģēja uz situāciju, kas viņus sadusmoja, un nosakiet, vai tas ir veids, kā Dievs vēlējas, lai viņi lieto savas dusmas, vai arī tas ir piemērs tam, kā Dievs nevēlas, lai mēs lietojam savas dusmas.

Studenta rokasgrāmatas 3.nodaļa patiešām ir tilts starp 2. un 4.nodaļu. Iepiniet personīgo tiesību jautājumu un dusmu iznīcinošo lietošanu katrā jūsu apspriestajā Bībeles stāstā. Norādi arī to, ka mēs vēlamies apgūt jaunus veidus, kā reaģēt uz mūsu dusmām, kas saistīti ar jautājumiem, kurus mēs aplūkosim 6. – 9.stundā.

Tev būs jānosaka, kurus Bībeles varoņus jūs apskatīsiet šajā klases sesijā. Jūs varat aplūkot kādus, kas šeit nav uzskaitīti.

8. Atklāj Punktu B-1. Kains (5-10 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 31.lapaspuse

Apspriežot Kaina dzīvi un to, kā viņš lietoja savas dusmas, norādi, ka šis ir viens no pirmajiem stāstiem Bībelē. Tāpēc jau no paša sākuma, kad cilvēks sāka dzīvot uz zemes, dusmas bija problēma.

Studenta rokasgrāmatas 31.lapaspusē ir vairāki punkti par to, kā Dievs sazinājās ar Kainu un Kaina atbilde. Varat pārskatīt šo sarakstu, lai norādītu uz to, kā dusmas, kuras nekontrolē, var nodarīt kaitējumu mūsu un apkārtējo dzīvēs.

Dievs Kainam izsaka dažus ļoti skaidrus punktus.

1. Viņš mēģina likt Kainam sevi pārbaudīt, "kāpēc viņš ir tik dusmīgs?"
2. Dievs saka Kainam, ka viņš tiks pieņemts, ja rīkosies pareizi.
3. Tad Dievs viņu brīdina, ka, ja viņš atsakās rīkoties pareizi, tad lai uzmanās!
4. Grēks tup pie durvīm, alkstot tevi kontrolēt.
5. Dievs saka Kainam, ka viņam tas ir jāpakļauj un jābūt tā saimniekam.

Studenta rokasgrāmata, 31.lapaspuse

Apspriežot Kaina stāstu, paskaidro, kā Dievs skaidri norāda, ka, ja Kains nekontrolēs savas dusmas, tās atvērs durvis sētanam, lai vadītu viņu pa grēka ceļu. Šis stāsts skaidri parāda, ka Dievs tic, ka mēs varam kontrolēt savas dusmas. Dievs saka Kainam, ka viņam jāpārvar savas dusmas, vai arī priekšā ir nepatikšanas.

Palūdz saviem studentiem noteikt Kaina dusmu sekas – viņš nogalina savu brāli. Norādi uz nekontrolēto dusmu mūža garajām sekām. Atgriezies pie 1.stundas punkta, ka dusmas vēlas kontrolēt tavu dzīvi – tieši tas notika ar Kainu.

Pārliecinies, ka esat identificējuši personīgās tiesības, pie kurām Kains turējās, kas viņu aizveda pa šo postošo ceļu.

9. Atklāj Punktu B-2. Jāzepe (5-10 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 32.lapaspuse

Ja viens vai vairāki studenti klasē iepazīstina ar šo stāstu, vari viņiem iedot šīs Skolotāja rokasgrāmatas daļas informācijas kopiju, ko izmantot, lai sagatavotos.

Apspriežot Jāzepe dzīvi, tas ir viens no lielajiem Bībeles piemēriem, kur cilvēks saskārās ar milzīgām problēmām, tomēr neļāva dusmām kļūt par postošu spēku viņa dzīvē. Jāzepe sniedz skaidru piemēru tam, kā tu vari dzīvot attiecībās ar Dievu un neļaut dusmām kontrolēt savu dzīvi, kaut arī tavā dzīvē notiek sliktas lietas.

Sīkāku informāciju skaties Studenta rokasgrāmatā.

Sniedz īsu šī stāsta priekšvēsturi, pēc tam palūdz kādam no saviem studentiem izlasīt no šī stāsta 1.Mozus grāmatas 37.nodaļā, sākot ar 14.pantu līdz 20. Izmanto šo, lai parādītu, kā Jāzepe nāca no patiešām disfunkcionālas ģimenes. Viņa tētim bija 2 sievas, un viņš mīlēja tikai vienu no tām. Jāzepe bija 11.dēls, tomēr viņš bija tēta mīļākais dēls.

Pajautā savai klasei, kā brāļi plānoja rīkoties pēc savām dusmām?
Viņi gatavojās viņu nogalināt.

Bet ko viņi nolēma darīt tā vietā? 1.Mozus 37:26 – viņi pārdeva viņu kā vergu.

Tagad liec savai klasei apskatīt šo stāstu no Jāzepa perspektīvas.
Pajautā savai klasei, kā viņi justos, ja viņi būtu Jāzeps?

Pēc tam, kad viņi ir snieguši savas atbildes, īsi aizpildi pārējo stāstu – viņš tiek pārdots kā vergs. Tad Potifara sieva apsūdz viņu izvarošanā, un viņš uz daudziem gadiem nonāk cietumā.

Pajautā savai klasei, kā viņi justos, ja viņi būtu Jāzeps cietumā?

Pēc tam norādi, ka pēc dažiem gadiem Jāzeps tiek paaugstināts kā otrs, tikai aiz faraona Ēģiptē un vairākus gadus vēlāk viņa brāļi nāk nopirkt labību.

Pajautā savai klasei, kā viņi reaģētu, ja būtu Jāzeps vietā?

Pēc tam strauji virzi stāstu uz 1.Mozus 50, kad viņu tēvs ir miris, brāļi nāk pie Jāzepa, atklājot savas bailes par to, ka Jāzeps tagad atriebsies par to, kā viņi pret viņu izturējās pirms daudziem gadiem.

Palūdziet kādam no saviem studentiem izlasīt 1.Mozus 50:19-21 Studenta rokasgrāmatas 32.lapaspusē.

Tad apspriediet, kā Jāzeps izvēlējās citu atbildi nevis dusmas pret saviem brāļiem. Apspriediet, ko Jāzeps domāja par viņu pagātni.

Šis stāsts ir lieliska ilustrācija tam, kā dusmas nelietot destruktīvā veidā. Tā vietā Jāzeps piedeva saviem brāļiem un izturējās pret viņiem laipni. Paskaidro, ka tieši to mēs apspriedīsim nākamajā klases sesijā – kādos jaunos veidos mēs varam reaģēt uz situācijām, kas mūs viegli sadusmo?

10. Atklāj Punktu B-3. Mozus (5-10 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 32.-33.lapaspuse

Apspriežot Mozu un arī nākamajos divus, norādi, ka Mozu izvēlējās Dievs un viņš bija lielisks vadītājs, taču viņam joprojām bija dusmu problēma. Dažreiz šķiet, ka viņa dusmas sakrīt ar Dieva dusmām. Bet 4.Mozus 20.nodaļā mēs lasām stāstu par Mozu, kurš ļāva savām dusmām kontrolēt viņu un novest viņu pa grēka ceļu – nepaklausot Dievam.

Norādi uz šī viena dusmīgā uzliesmojuma sekām – viņam neļāva ieiet jaunajā valstī, ko Dievs viņiem bija apsolījis. Paskaidro, ka Dievs neignorē grēku.

11. Atklāj Punktu B-4. Dāvids (5-10 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 33-34.lapaspuse

Izmanto stāstu 1.Samuēla 25.nodaļā, lai parādītu, kā Dāvids ļāva apvainojumam padarīt viņu tik dusmīgu, ka viņš plānoja nogalināt gan to, kurš viņu bija apvainojis, gan visus vīriešus, kuri strādāja pie Nābala. Norādi, ka atriebība var mums sagādāt lielas nepatīkšanas, un tāpēc Dievs mums liek neatriebties, bet atstāt to Viņa ziņā.

Kādas bija personīgās tiesības, pie kurām Dāvids turējās, kas ļāva viņa dusmām kļūt tik spēcīgām?

12. Atklāj Punktu B-5. Jona (5-10 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 34.lapaspuse

Apspriežot šo stāstu, norādi, ka, kaut arī Dievs lietoja Jonu varenā veidā, Jonam joprojām bija dusmu problēma. Izmanto šo stāstu, lai norādītu uz izaicinājumu, ar kuru mēs saskaramies, lai iemācītos, kā dusmas lietot Dievam patīkamā veidā.

13. Personīgais pielietojums (5 minūtes)

Atgriezies pie šodienas Galvenās Bībeles patiesības un Atslēgas panta, izaicinot savus studentus rūpīgi un godīgi apskatīt savu dzīvi un to, kā viņi lieto dusmas.

Izaicini viņus izpētīt Bībeli, lai redzētu ko tā mums māca par to, kā lietot dusmas tā, lai tas patiktu Dievam.

Tādēļ šodienas klases sesijas Personīgajā pielietojumā, aicini viņus būt godīgiem pret sevi par to, kāda vieta dusmām ir viņu dzīvē. Palūdz viņiem izvēlēties vienu mācību, ko viņi iemācījušies no Bībeles varoņu dzīvēm, ko viņi šonedēļ var pielietot savā dzīvē.

5**14. Uzdevumi**

- A. Lai studenti izlasa Studenta rokasgrāmatas 4.nodaļu, lai sagatavotos nākošajai klases sesijai.
- B. Novērtē Studiju ceļveža 7.projektu “*Dusmīgi cilvēki Bībelē.*”
- C. Studiju ceļveža 8.projekts “*Jaunu atbildes modeļu izstrāde*” saistās ar materiālu, kas tiks aptverts mūsu nākošajā klases sesijā. Iedrošini savus studentus doties uz priekšu un sākt darbu pie šī projekta pēc tam, kad viņi izlasa 4.nodaļu Studenta rokasgrāmatā.

15. Stundas novērtējums

Lūdzu, uzraksti savas idejas, kā uzlabot šo stundu.
Kuras daļas vislabāk darbojās?
Kuras daļas studentiem bija grūtāk saprast?
Kas taviem studentiem bija visnoderīgākais?

6.stunda

Pirmie soļi uz jaunu izaugsmi

1. Galvenā Bibeles patiesība

Man jāiemācās jauni reaģēšanas veidi, kurus es varu izmantot situācijās, kad tiek pārkāptas manas bijušās personīgās tiesības.

2. Atslēgas pants:

Jēkaba 1:19 (tulkojums no New Living Translation)

Saprotiet šo, mani dārgie brāļi un māsas: jums visiem vajadzētu būt ātriem klausīties, lēniem runāt un lēniem palikt dusmīgiem.

3. Atsauce uz studenta materiāliem

Studenta rokasgrāmatas 4.nodaļa iet kopā ar šo stundu. Studiju ceļveža 4. un 8.projekts arī var tikt lietots šajā stundā.

4.projekts *Mans pirmais pārbaudījums bez manām personīgajām tiesībām*

8.projekts *Jaunu atbildes modeļu izstrāde*

4. Iesildīšanās stundai aktivitāte (5-10 minūtes)

Sāc šodienas klases sesiju, pārskatot galvenos ar personīgajām tiesībām saistītos jautājumus, kas tika apskatīti iepriekšējās klases sesijās.

1. Dusmas grib kontrolēt visu tavu dzīvi.
2. Man jāuzņemas atbildība par savām dusmām.
3. Vari izmantot pienenes ilustrāciju, lai parādītu, kā nezāles galvenā sakne prezentē personīgās tiesības un kāda atslēgas loma personīgajām tiesībām ir mūsu dusmu barošanā.
4. Paprasi saviem studentiem piemērus tam, kā viņi ir redzējuši, ka personīgās tiesības baro dusmas viņu dzīvē.
5. Apkopo šo pārskatu, atgriežoties pie Studenta rokasgrāmatas 2.nodaļas nosaukuma “Kā man pārtraukt dusmu iznīcinošo spēku savā dzīvē?” Norādi uz atslēgas vārdiem – postošs spēks – tas runā par kaitējumu, ko dusmas nodarījušas mūsu pagātnē un ko var darīt arī mūsu nākotnē, ja mēs to atļausim.
6. Paskaidro, ka šodien mēs sāksim diskusiju par to, kā mēs varam lietot dusmas Dievam patīkamā veidā. Mēs šodien un nākamās 3 klases sesijas pavadīsim pie jautājumiem, kas apskatīti Studenta rokasgrāmatas 4.nodaļā.

5. Iepazīstini ar šodienas stundu (2-3 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 36.lapaspuse

Viens no izaicinājumiem, ar kuriem šodien saskaras tavi studenti, ir tēmas izpēte par to, kā lietot dusmas Dievam patīkamā veidā. Tas netiks iemācīts vienas dienas vai nedēļas laikā, bet, cerams, ka mēs varam sniegt pārskatu par iespējām, kas viņiem ir priekšā, ja viņi turpinās koncentrēties uz kalpošanu Jēzum šajā dzīves jomā.

Brīdini savus studentus, ka šī stunda nav paredzēta iedrošināt viņus dusmoties. Tieši otrādi būs lielākajā daļā situāciju, ar ko viņi saskaras. Šajā stundā var iederēties līdzība par narkotiku lietošanu un ēšanas traucējumiem. Kad tu māci kādam sekot Jēzum, tad tu vari aicināt viņu pilnībā atteikties no narkotiku lietošanas.

Tomēr, ja viņu dzīvi kontrolējošā problēma ir ēšanas traucējumi – anoreksija, bulīmija utt., tad risinājums nav pārtraukt ēst, bet gan iemācīties ēst tā, lai godinātu Dievu. Tātad “atbildīga lietošana” ir ceļš, kas tādām cilvēkam jāiet attiecībā uz pārtiku.

Kad runa ir par dusmām, Dieva ideāls priekš mums nav pilnībā atbrīvoties no šīm emocijām – tā vietā mums ir “atbildīgi jālieto”. Mācīšanās kā lietot savas dusmas Dievam patīkamā veidā, būs liels izaicinājums lielākajai daļai tavu studentu – un, iespējams, arī skolotājam!

6. Atklāj Punktu A. Sagatavojies problēmām, kas saistītas ar šo jauno lēmumu atdot savas personīgās tiesības Dievam (5-10 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 37.-39.lapaspuse

Apspriežot 5 dažādās problēmas, kas ir izklāstītas šajā stundas sadaļā, dariet to diezgan īsi. Visi šie jautājumi var viegli kļūt par lielu problēmu taviem studentiem. Mūsu mērķis, aplūkojot tos, ir dot viņiem piesardzību attiecībā uz gaidāmo.

1. Uzvari cīņā ar bailēm.
2. Nenosodi sevi katru reizi, kad kļūdiei.
3. Tu vēl joprojām jutīsi dusmas.
4. Tu ieraudzīsi citus ar viņu dusmu problēmu.
5. “Nepārgarīgo” savas dusmas.

Studenta rokasgrāmata, 37.-39.lapaspuse

Tev var rasties kārdinājums veltīt pārāk daudz laika šai daļai, taču vēl svarīgāks ir tas, kas seko pārējā stundā.

7. Iepazīstini ar Punktu B. Pirmie soļi uz jaunu izaugsmi (1-2 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 39.-47.lapaspuse

Sākot šo stundas sadaļu, norādi, ka katrs no šiem 9 soļiem var būt svarīgs, iemācoties atbildīgi lietot dusmas savā dzīvē.

Norādi, ka šodien mēs tiksīm galā tikai ar 1.–5.solim. Mēs aplūkosim 6.-9.soli nākamajā klases sesijā. Uzsver, ka studentiem ir jāiepazīstas ar visiem 9 soļiem, un jāsāk tos pēc iespējas ātrāk pielietot.

8. Atklāj Punktu B-1. Piepildi savu prātu ar Dieva patiesību par dusmām (3-5 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 39.-40.lapaspuse

Izaicini savus studentus sākt detalizētas Bībeles studijas par to, ko Dievs saka par dusmām. Jo vairāk viņi piepildīs savu prātu ar Dieva patiesību šajā jautājumā, jo labāk viņi būs spējīgi tikt galā ar izaicinājumiem, ar kuriem viņiem nāksies saskarties nākamajās dienās.

Rakstu vietas, kas uzskaitītas Studenta rokasgrāmatas 39.-40.lapaspusē, ir tikai dažas no vietām, kas runā par dusmām. Iedrošini viņus iegaumēt tos pantus, kas visvairāk runā uz viņu dzīvi.

Iedrošini savus studentus meklēt īpašus veidus, kā viņi šos pantus var īstenot savā dzīvē.

Izaicini viņus meklēt viltus uzskatus, ar kuriem viņi ir sadzīvojuši attiecībā uz dusmām, un izmantot Bībeli kā savu jauno patiesības avotu par dusmām un to, kā Dievs vēlas, lai viņi tās izpauž savā dzīvē.

9. Atklāj Punktu B-2. Ikdienas apņemšanās nolikt savas personīgās tiesības (3-5 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 40.lapaspuse

Šo punktu var aptvert diezgan ātri. Viņiem ir svarīgi saprast, ka viņu personīgo tiesību atdošana Dievam ir process, nevis tikai vienreizējs notikums. Iespējams, ka viņi daudzkārt turpinās dusmoties.

Galvenais ir nepadoties, bet turpināt atgriezties pie Dieva un atdot šīs īpašās tiesības Viņam, un pēc tam strādāt pie pārējiem soļiem šajā Studenta rokasgrāmatas nodaļā.

10. Atklāj Punktu B-3. Izlem pārtraukt ļaut dusmām valdīt pār tevi (1-3 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 41.lapaspuse

Arī šo punktu var diezgan ātri aplūkot. Tas ir vienkārši aicinājums pieņemt lēmumu– neļaut dusmām sevi kontrolēt. Tas patiesībā nozīmē, ka viņi uzņemas personīgu atbildību par savām dusmām un nevaino nevienu citu par to, ka viņu sadusmo.

11. Atklāj Punktu B-4. Izvirzi savu mērķi būt lēnam dusmoties (5-10 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 41.-44.laspuse

Šim un nākamajam punktam klases sesijā jāpiešķir papildu laiks, salīdzinot ar pārējiem soļiem šajā stundas daļā. Izveido šo diskusiju no Rakstu vietas Jēkaba 1:19-20 un sadali trīs daļas, kā noteikts šajā Rakstu vietā.

Apskatot **a) apakšpunktu – Ikvienam vajadzētu būt ātram klausīties**, pārliecinies, ka apspriežat, kā to var pielietot viņu dzīvēs. Studenta rokasgrāmātā ir norādīts, ka tas nenozīmē tikai to, ka tev tikai uzmanīgi jāuzklausā persona, kas liek tev dusmoties. Viņiem šajās situācijās patiešām ātri jāieklausās Dievā. Kā tu klausies Dievu? Viens veids ir caur Bībeles pantiem, ko viņi ir iegaumējuši par šo jautājumu.

Pārējie divi apakšpunkti ir iekļauti Studenta rokasgrāmātā ar konkrētiem ieteikumiem par to, kā viņi var šo pantu īstenot savā dzīvē. Paskaidro, ka viņi iegūs papildu idejas par to, kā patiesībā darīt to, ko saka šis pants, kad mēs runājam par nākamo soli – 5.soli, sākot no Studenta rokasgrāmatas 44.laspuses.

12. Atklāj Punktu B-5. Attīsti jaunas prasmes, kā reaģēt uz situācijām, kur agrāk tu lietoji dusmas (15-25 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 44.-45.laspuse

Šis solis ir viens no vissvarīgākajiem no visiem šiem 9 pirmajiem soļiem, lai iemācītos lietot dusmas Dievam patīkamā veidā.

Šai stundas daļai ir jāpievērš galvenā uzmanība visā šajā klases sesijā. Mēs arī pavadīsim ievērojamu daļu no nākamās klases sesijas, detalizētāk apskatot 5.soli.

1. Jauni reakcijas modeļi visai savai dzīvei, ne tikai dusmu aizstāšana.

Sākot šī jautājuma apspriešanu, skaidri norādi, ka labākais veids, kā gūt panākumus, ir redzēt šos jaunus reakcijas modeļus vairāk nekā tikai dusmu aizstāšanu. Ja viņi vienkārši izvirza par mērķi izmantot jaunus reakcijas modeļus, kad viņiem rodas kārdinājums dusmoties, tas ir pārāk mazs mērķis un drīzāk novedīs pie neveiksmēm nekā panākumiem.

Izaicini savus studentus izvirzīt mērķi visu dienu izmantot jaunus atbildes modeļus neatkarīgi no tā, vai viņiem ir vai nav kārdinājums dusmoties. Piemēram – nospraud mērķi izrādīt pacietību pret citiem visas dienas garumā – katrā situācijā. Strādājot pie šī jaunā reakcijas modeļa attīstīšanas, viņi to var izmantot jebkurā laikā, ne tikai tad, kad rodas kārdinājums dusmoties.

2. Viņiem ir vajadzīgi daudzi jauni reakcijas modeļi, nevis tikai viens vai divi.

Tas nav tikai par vienu vai divu jaunu reaģēšanas veidu izstrādi – tas var ietvert daudzas dažādas stratēģijas atkarībā no situācijas, kad viņus kārdina dusmoties. Un kas ir visnoderīgākais vienam studentam, var būt maz noderīgs citam, atkarībā no tā, kas izraisa viņu dusmas.

3. Dusmas neļauj saskatīt citus veidus, kā reaģēt uz dzīves situācijām

Norādi, ka dusmas vēlas kontrolēt viņu dzīvi un izstumj citus veidus, kā reaģēt uz situācijām mūsu ikdienas dzīvē. Kad viņi atdod savas personīgās tiesības Dievam un pieņem lēmumu reaģēt jaunā veidā, Dievs viņiem palīdzēs saskatīt jaunus atbildes veidus.

Izmantojot tāfeli vai lielu papīru, vienā pusē vari pierakstīt “Dusmas” un otrā pusē “Jauni reaģēšanas veidi”. Pēc tam identificējiet konkrētu situāciju, kad viņi agrāk lietoja dusmas. Izprāto ar viņiem dažādos veidos, kā viņi var reaģēt, neizmantojot dusmas.

Kad esat izveidojuši šo jauno atbildes veidu sarakstu, izmanto nākamo punktu, lai palīdzētu viņiem novērtēt dažādus atbilžu veidus.

4. Pieci dažādi atbilžu veidi

Studenta rokasgrāmatas 44.lapas pusē ir uzskaitītas 5 dažādas vispārīgas atbildes kategorijas – tās nav atbildes metodes. Bet katrā no šīm kategorijām varētu būt daudz dažādu veidu, kā reaģēt.

6

Tev ir jāattīsta pilnīgi jauns dzīves veids, kad runa ir par dusmām tavā dzīvē

1. Jaunas domu atbildes
2. Jaunas emocionālās atbildes
3. Jaunas rīcības atbildes
4. Jaunas runas atbildes
5. Jauns skats – nevis dusmīgs skats “es varētu tevi nogalināt”, bet citādāks skats.

Studenta rokasgrāmata, 44.lapas puse

Tagad ar tikko apspriesto piemēru atgriez savus studentus pie jauno atbilžu saraksta, ko pierakstīji uz tāfeles. Izej caur viņu atbildēm un liec viņiem noteikt, kāds atbildes veids ir pamatā 5 iepriekš uzskaitītie veidiem. Vai tā ir domu atbilde? Emocionāla atbilde? Darbības atbilde? Runas atbilde?

Kad esi saskaņojis viņu atbildes, pārbaudiet, vai viņi nav iekļāvuši kādu, kas atbilstu vienam vai vairākiem no 5 atbilžu veidiem. Ja viņi nav iekļāvuši nevienu “Jauno domu atbildi”, tad padomājiet, ko šeit varētu iekļaut kā jaunu atbildi.

Studenta rokasgrāmatas 44.-45.lapas pusē varat veltīt laiku, lai izietu caur dažām no jaunajām atbildēm, kuras var izmantot, lai neatbildētu ar dusmām. Vari atgriezties pie iepriekš minētā saraksta un noteikt, kādas “jaunas domas” ir nepieciešamas, lai faktiski sāktu pielietot jauno atbildes veidu.

Piemēram, pirmais – **pacietība dusmu vietā**. Kas nepieciešams, lai atbildētu ar pacietību? Kādas ir domas, kas iet kopā ar pacietības izpaušanu? Kādas ir emocijas, kas iet kopā ar pacietību? Kādas ir darbības? Vārdi?

5. Lai izstrādātu jaunus reaģēšanas modeļus, nepieciešams daudz smaga darba

Palīdzi saviem studentiem saprast, ka katrs no šiem jaunajiem reakcijas modeļiem ir prasmes, kas jāapgūst. Tas nozīmē, ka tas prasīs daudz prakses un rūpības, lai to ievērotu, pat ja viņiem sākumā veicas slikti.

Norādi, ka viņu Studenta rokasgrāmatā dotajā sarakstā ir tikai daži piemēri jauniem veidiem, kā reaģēt. Mēs varētu pievienot vēl daudzus šim sarakstam.

Šis viss ir saistīts ar Studiju ceļveža 8.projektu “*Jaunu atbildes modeļu izstrāde*”. Ja tavi studenti jau ir pabeiguši šo projektu, tad lai divi vai trīs dalās ar piemēriem ar klasi.

Vari izvēlēties vienu situāciju, kad taviem studentiem ir viegli sadusmoties, un pēc tam pārdomājiet dažādos veidus, kā viņi var reaģēt, nelietojot dusmas. Kad viņi sniedz jaunas idejas, lai viņi nosaka, vai tā ir jauna doma, jauna emocionāla reakcija, jauna darbība, jauni vārdi – atgriezoties pie 5 punktu saraksta 44.lpp. Studenta rokasgrāmatā.

Kādas domas varētu palīdzēt viņiem reaģēt jaunā veidā?

Kādas emocijas viņi šeit varētu lietot dusmu vietā?

Kādas dažādas darbības viņi varētu lietot?

Kā viņu runa varētu būt atšķirīga?

Norādi, ka to visu personīgi pielietot dzīvē, būs vajadzīgs laiks un smags darbs. Bet Dievs viņiem palīdzēs.

6. Skaties uz katru dzīves situāciju kā daļu no Dieva plāna tavai dienai

Kad tu sadusmojies? Kad tu savā dienā saskaries ar sarežģītu situāciju un neesi apmierināts ar to, kā viss notiek. Vai arī tu neesi apmierināts ar to, ko cilvēks tev saka. Stress un neapmierinātība var viegli izraisīt dusmas.

Izaicini savus studentus apskatīt katru situāciju kā daļu no Dieva plāna savai dienai. Tas nenozīmē, ka Dievs apstiprina to, ko šis cilvēks tev saka vai dara. Bet Dievs zina, kas notiek, un Viņš ir gatavs tev palīdzēt reaģēt tā, lai Viņu godātu, un nevis aizvestu tevi pa tavu dusmu grēcīgo ceļu.

Psalms 37:23 (tulkojums no New Living Translation)

Kungs vada dievbijīgo soļus.

Viņš priecājas par katru viņu dzīves detaļu.

Šis pants satur spēcīgu apsolījumu taviem studentiem. Dievs viņiem palīdzēs un virzīs viņus caur katrai situācijai, ar kuru viņi šodien saskaras. Tā vietā, lai dusmotos, uztver šo situāciju kā iespēju Dievam palīdzēt viņiem reaģēt jaunā veidā.

Izaicini savus studentus sastapties ar šo dienu ar šādu paziņojumu: katra situācija, ar kuru es šodien saskaršos, būs iespēja Dievam izmantot mani kā svētību kādam.

To viņi var darīt katrā situācijā, ar kuru viņi šodien saskaras, ne tikai situācijās, kad viņiem rodas kārdinājums dusmoties.

13. Šīs stundas secinājums (2-3 minūtes)

Noslēdzot šodienas klases sesiju, izaicini viņus sākt šo procesu pa vienam solim. Izaicini viņus turpināt atdot savas personīgās tiesības Dievam. Izaicini viņus smagi strādāt, izstrādājot jaunus veidus, kā reaģēt uz situācijām, nevis dusmoties.

Pasaki viņiem, ka nākamajā klases sesijā mēs aplūkosim citus 5.soļa piemērus.

14. Personīgais pielietojums (5 minūtes)

- A. Izaicini savus studentus izvēlēties viena veida situāciju, kurā viņi, iespējams, sastopas ar problēmu, uz kuru būs viegli reaģēt ar dusmām. Liec viņiem izvirzīt mērķi reaģēt uz šo situāciju jaunā veidā. Vari to sasaistīt ar Studiju ceļveža 8.projektu "*Jaunu atbildes modeļu izstrāde*".
- B. Vari likt studentiem sadalīties pāros pēc šī un lūgt vienam par otru, lūdzot Dievu palīdzēt viņiem izmantot šos jaunus reakcijas modeļus, kad rodas kārdinājums reaģēt ar dusmām.

6**15. Uzdevumi**

- A. Paskaidro saviem studentiem, kad vēlies, lai viņi pabeidz darbu pie Studiju ceļveža 8.projekta *Jaunu atbildes modeļu izstrāde*. Viņi var izpildīt vēl vienu piemēru jaunu atbildes modeļu izstrādei, izmantojot tos pašus jautājumus 8.projektā, un rakstīt savas atbildes uz tukšas papīra lapas.
- B. Lai tavi studenti izlasa 4.nodaļu Studenta rokasgrāmatā, īpaši 39.-47.lapaspusi, kas runā par jaunas izaugsmes 9 soļiem.

16. Stundas novērtējums

Lūdzu, uzraksti savas idejas, kā uzlabot šo stundu.

Kuras daļas vislabāk darbojās?

Kuras daļas studentiem bija grūtāk saprast?

Kas taviem studentiem bija visnoderīgākais?

7.stunda

Jauni veidi, kā reaģēt uz situācijām, kurās pagātnē tika lietotas dusmas

1. Galvenā Bībeles patiesība

Man jāapgūst jauni reaģēšanas veidi, kurus es varu izmantot situācijās, kad tiek pārkāptas manas bijušās personīgās tiesības.

2. Atslēgas pants:

Kolosiešiem 3:8 un 10 (tulkojums no New Living Translation)

⁸ Bet tagad ir īstais laiks atbrīvoties no dusmām, niknuma, ļaunprātīgas izturēšanās, neslavas celšanas un netīras valodas. ¹⁰ Uzvelciet savu jauno dabu un atjaunojieties, kad iemācāties iepazīt savu Radītāju un kļūt līdzīgiem Viņam.

3. Atsauce uz studenta materiāliem

Studenta rokasgrāmatas 4.nodaļa iet kopā ar šo stundu. Studiju ceļveža 5. un 8.projekts arī var tikt izmantots šajā stundā.

5.projekts *Dusmas Bībelē*

8.projekts *Jaunu atbildes modeļu izstrāde*

4. Iesildīšanās stundai aktivitāte (5-10 minūtes)

Vari palūgt kādu brīvprātīgo no savas klases pastāstīt piemēru no savas dzīves kopš pēdējās klases sesijas, kad viņiem bija iespēja atbildēt jaunā veidā, nevis dusmojoties. Esi gatavs stāstam no savas dzīves vai kāda iepriekšējā studenta, lai izmantotu gadījumā, ja tev šodien nav neviena brīvprātīgā.

5. Ātrs iepriekšējās stundas pārskats (2-4 minūtes)

Velti dažas minūtes, lai pārskatītu galvenos ar personīgajām tiesībām saistītos jautājumus, kas tika apskatīti pēdējā klases sesijā. Ātri pārskati 5 “Pirmie soļi uz jaunu izaugsmi”, kas atklāti Studenta rokasgrāmatas 39. – 47.lapaspusē. Vari pie sienas savā klases telpā pakārt plakātu, kurā būtu uzskaitīti visi šie 9 soļi.

Pirmie soļi uz jaunu izaugsmi

1. Piepildi savu prātu ar Dieva patiesību par dusmām
2. Ikdienas apņemšanās nolikt savas personīgās tiesības
3. Izlem pārtraukt ļaut dusmām valdīt pār tevi
4. Izvirzi savu mērķi būt lēnam dusmoties
5. Attīsti jaunas prasmes, kā reaģēt uz situācijām, kur agrāk tu lietoji dusmas

Studenta rokasgrāmata, 39.-45.lapaspuse

Kad esi nonācis pie 5.soļa, pastāsti viņiem, ka mēs pavadīsim lielu daļu šodienas klases sesijas, vēlreiz to apskatot.

6. Stundas pārskats priekš skolotāja

Atgādini viņiem par to, ar ko mēs iepazīstinājām pēdējā klases sesijā. Kad runa ir par dusmām, mums Dieva ideāls nav pilnībā atbrīvoties no šīm emocijām, bet “atbildīga lietošana” ir pareizais ceļš. Mācīties kā lietot savas dusmas Dievam patīkamā veidā, lielākajai daļai tavu studentu būs liels izaicinājums.

Tev būs jānosaka, cik daudz laika vēlies pavadīt 6.–9.solī. Viena no iespējām ir vispirms tos apskatīt un pēc tam atgriezties un pavadīt atlikušo klases sesiju 5.solī.

7. Atklāj Punktu B-6. Izstrādāt jaunus konfliktu risināšanas modeļus (2-4 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 45.lapaspuse

Jautājums par to, kā viņi reaģē konfliktā, ir svarīgs jautājums, taču tas patiešām ir jāapskata atsevišķā kursā. Mēs to šeit esam iekļāvuši kā atsevišķu punktu, jo tā ir tik liela joma daudzu jauno kristiešu dzīvē.

Izaicini savus studentus uzmanīgi apskatīt, kā viņi reaģē, nonākot konflikta situācijā. Iedrošini viņus sākt novērtēt, cik grūti viņiem ir kontrolēt savu runu un domas, nonākot konflikta situācijā.

Varat pārdomāt dažus jaunus veidus, kā viņi var reaģēt, nonākot konflikta situācijā, nevis lietojot savas dusmas, kā tas ir bijis agrāk. Izaicini viņus atrast Bībelē pantus, kas viņiem palīdzēs izstrādāt jaunus atbildes veidus, kad viņi nonāk konfliktā situācijā.

**8. Atklāj Punktu B-7. Svini mazas uzvaras
(2-4 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 45.lapaspuse**

Tu vari šo jautājumu atklāt diezgan ātri, taču tas joprojām ir ļoti svarīgs jautājums. Viņi neapņēma jaunas stratēģijas, kā reaģēt uz dzīves situācijām vienā dienā. Tas būs process, dažiem tas būs lēns un sāpīgs. Vari atsaukties uz tabulu (23.lpp. Studenta rokasgrāmata), kurā ir aprakstīti nelieli progressa soļi problēmas pārvarēšanā.

Norādi, ka sātans darīs visu iespējamo, lai viņi zaudētu drosmi un atturētu viņus no šīm izmaiņām. Katru reizi, kad viņi kritīs un dusmosies, viņš viņus apkaunos un nosodīs.

Iedrošini savus studentus strādāt pie nelieliem progressa soļiem un svinēt katru uzvaru kā vēl vienu soli šī problēmu kalna – postošo dusmu – iekarošanā.

**9. Atklāj Punktu B-8. Lieto dusmas kā savu “modinātāju”
(3-5 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 46.lapaspuse**

Vari paņemt klasē modinātāju – it īpaši uzvelkamo ar skanošajiem zvaniem augšpusē. Uzliec, lai modinātājs zvana un pēc tam paskaidro, kā viņi var sākt lietot dusmas kā savu “modinātāju”, lai pamostos un pievērstu uzmanību tam, kas viņu dzīvē notiek tajā brīdī. Viņiem ātri jāsāk izmantot jaunu reakcijas modeli, nevis ka viņi atkal izmanto savus vecos veidus, kā atbildēt ar dusmām.

Šis ir ļoti vienkāršs jēdziens, un tas var spēcīgi ietekmēt viņu dzīvi. Lai viņi ikdienā sev atgādina: „Man ir jālieto dusmas kā savu modinātāju”, tas var palīdzēt viņiem sākt reaģēt uz šīm situācijām jaunos veidos, nevis ļaut dusmām aizvest viņus pa postošu ceļu.

Divi studenti var izspēlēt vienkāršu ainu, kur viens sāk dusmoties, un tad modinātājs ieslēdzas, un šis students pēc tam pārstāj iet pa dusmu ceļu, reaģējot uz otru personu.

Īstu modinātāju var izmantot, lai mainītu savu uzvedību – lai pārtrauktu gulēt un pieceltos un saģērbtos – vai arī vari to ignorēt un turpināt gulēt. Līdzīgi var būt ar tavām dusmām. Tu vari tās izmantot kā modinātāju un mainīt savas domas un uzvedību, vai arī tu vari ignorēt šo iespēju un ļaut dusmām vadīt savu dzīvi.

**10. Atklāj Punktu B-9. Izvēlies jaunus noteikumus tam, kā dzīvot savu dzīvi
(3-5 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 46.-47.lapaspuse**

Šis punkts ir saistīts atpakaļ ar jautājumu par personīgajām tiesībām – tos noteikumus, kurus mēs pieņemam savai dzīvei un priekš tiem, kuri dzīvo mums apkārt un sagaidījām, ka tie tiks ievēroti. Kad cilvēks atdod savas personīgās tiesības Dievam, ir nepieciešams jauns ikdienas dzīves likumu kopums. Mums ir jāvērsas pie Dieva un jāizmanto Viņa likumi savā ikdienas dzīvē.

Studenta rokasgrāmatā ir dotas dažādas Rakstu vietas, ko var izmantot, lai mūs vadītu šajā jaunajā ikdienas dzīves jomā – tie ir Dieva likumi.

Apkopojot šos 9 dažādos soļus, lai iemācītos, kā izmantot savas dusmas Dievam tīkamos veidos, dari skaidri zināmu, ka dažiem no šiem soļiem būs vajadzīgs daudz laika, pirms mēs tajos vienmēr gūsim panākumus.

11. Atgriezies pie punkta B-5 Attīsti jaunas prasmes, kā reaģēt uz situācijām, kur agrāk tu lietoji dusmas (15-25 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 44.-45.lapaspuse

Atlikušajā šodienas klases laikā, atgriezieties pie Punkta B-5, kas ir **5.solis: Attīsti jaunas prasmes, kā reaģēt uz situācijām, kur agrāk tu lietoji dusmas.** Izejiet caur vairākām konkrētām piemēru situācijām, kad viņi agrāk ir izmantojuši dusmas.

Dod studentiem iespēju noteikt konkrētu situāciju, kuru viņi vēlētos apspriest. Uz tāfeles vēlreiz uzzīmē nezāli ar lielo sakni, lai parādītu, kas izraisa dusmas, un tad tāfeles otrajā pusē uzskaitiet jaunus veidus, kā reaģēt, neizmantojot savas dusmas.

Skatiet arī to 5 dažādo veidu atbilžu sarakstu, ko esat pielikuši pie sienas, un tur noteikuši, kādas jaunas domas, emocijas utt. var izmantot šajās jaunajās atbildēs.

Tev ir jāattīsta pilnīgi jauns dzīves veids, kad runa ir par dusmām tavā dzīvē

1. Jaunas domu atbildes
2. Jaunas emocionālās atbildes
3. Jaunas rīcības atbildes
4. Jaunas runas atbildes
5. Jauns skats – nevis dusmīgs skats “es varētu tevi nogalināt”, bet citādāks skats.

Studenta rokasgrāmata, 44.lapaspuse

7

Izskatiet tik daudz dažādu piemēru, cik jums ir laika, apspriežot ar viņiem jaunus veidus, kā viņi var reaģēt uz šīm situācijām. Atgādini viņiem, ka, lai izstrādātu jaunus reakcijas modeļus un padarītu tos par pastāvīgu savas dzīvesveida sastāvdaļu, ir vajadzīgs daudz smaga darba.

Palīdzi saviem studentiem saprast, ka katrs no šiem jaunajiem reakcijas modeļiem ir prasmes, kas jāapgūst. Tas nozīmē, ka tas prasīs daudz prakses un rūpības, lai to ievērotu, pat ja viņiem sākumā veicas slikti.

Studenti var padalīties ar piemēriem no sava darba pie Studiju ceļveža 8.projekta “*Jaunu atbildes modeļu izstrāde*”.

Uzskati katru dzīves situāciju kā daļu no Dieva plāna tavai dienai.

Mēs šo ideju prezentējām pēdējā klases sesijā, bet šodien to aktualizējam atkal un runājam par to, cik tā ir svarīga. Tas ir jauns domāšanas modelis, kas jāattīsta viņu prātā. Kad viņi pieņem šo patiesību un tic tai attiecībā uz savu dzīvi, tā palīdzēs pārvarēt veco domāšanas modeļu spēku par viņu personīgajām tiesībām un dusmu reakcijas modeļiem.

Izaicini savus studentus skatīties uz katru situāciju kā uz daļu no Dieva plāna tavai dienai. Tas nenozīmē, ka Dievs apstiprina to, ko šis cilvēks tev saka vai dara. Bet Dievs zina, kas notiek, un Viņš ir gatavs tev palīdzēt reaģēt tā, lai Viņu godātu, un nevis novestu tevi pa tavu dusmu grēcīgas lietošanas ceļu.

Psalm 37:23 (tulkojums no New Living Translation)

Kungs vada dievbijīgo soļus.

Viņš priecājas par katru viņu dzīves detaļu.

Šis pants satur spēcīgu apsolījumu taviem studentiem. Dievs viņiem palīdzēs un virzīs viņus caur katrai situācijai, ar ko viņi šodien saskaras. Tā vietā, lai dusmotos, uztver šo situāciju kā iespēju Dievam palīdzēt viņiem atbildēt jaunā veidā.

Izaicini savus studentus iet pa šo dienu ar šo paziņojumu: katra situācija, ar kuru es šodien saskaršos, būs iespēja Dievam izmantot mani kā svētību kādam.

Tas ir tas, ko viņi var darīt katrā situācijā, ar kuru viņi šodien saskarsies, ne tikai situācijās, kad viņiem rodas kārdinājums dusmoties.

12. Personīgais pielietojums (5 minūtes)

Izaicini savus studentus izvēlēties viena veida situāciju, kurā viņi, iespējams, sastopas ar problēmu, uz kuru būs viegli reaģēt ar dusmām. Liec viņiem izvirzīt mērķi reaģēt uz situāciju jaunā veidā. Vari to sasaistīt ar Studiju ceļveža 8.projektu "*Jaunu atbildes modeļu izstrāde*".

7

13. Uzdevumi

- A. Stundas beigās iedod ieskaiti par Sal.pam.15:1.
- B. Novērtē viņu darbu pie Studiju ceļveža 8.projekta "*Jaunu atbildes modeļu izstrāde*"
- C. Lai viņi izlasa Studenta rokasgrāmatas 4.nodaļu, īpaši 47.-49.lapaspusi, lai sagatavotos nākošajai klases sesijai.

14. Stundas novērtējums

Lūdzu, uzraksti savas idejas, kā uzlabot šo stundu.

Kuras daļas vislabāk darbojās?

Kuras daļas studentiem bija grūtāk saprast?

Kas taviem studentiem bija visnoderīgākais?

8.stunda

Trīs galvenās izaugsmes jomas dusmu novēršanai

1. Galvenā Bibeles patiesība

Man jāattīsta pozitīvas iekšējās īpašības, ko izmantot, reaģējot uz situācijām, kad tiek pārkāptas manas bijušās personīgās tiesības.

2. Atslēgas pants:

Efeziešiem 4:31-32 (tulkojums no New Living Translation)

Atbrīvojieties no visa rūgtuma, niknuma, dusmām, skarbiem vārdiem un neslavas celšanas, kā arī no visa veida ļaunās izturēšanās.³² Tā vietā esiet laipni viens pret otru, maigu sirdi, piedodiet viens otram, tāpat kā Dievs caur Kristu jums ir piedēvis.

3. Atsauce uz studenta materiāliem

4.nodaļa Studenta rokasgrāmatā iet kopā ar šo stundu, īpaši 47.-49.laspuse. Studiju ceļveža 8., 9. un 10.projekts arī var tikt izmantots ar šo stundu.

8.projekts *Jaunu atbildes modeļu izstrāde*

9.projekts *Pozitīvu iekšējo īpašību attīstīšana*

10.projekts *Manas personīgās atbildības*

8

4. Iesildīšanās stundai aktivitāte (5-10 minūtes)

Sāc šodienas klases sesiju, lūdzot studentus dalīties piemērā, kā viņi reaģēja uz situāciju, dusmu vietā lietojot jaunu reakcijas modeli.

Ja neviens no taviem studentiem nav brīvprātīgais, esi gatavs dalīties ar stāstu no savas dzīves vai kāda cita bijušā studenta, kurš parādīja jaunu reakciju.

5. Stundas pārskats priekš skolotāja

Izmanto iesildīšanās stundai aktivitāti kā iepazīstināšanu ar galvenajiem jautājumiem, kurus vēlamies aplūkot šodienas klases sesijā. Mēs aplūkosim trīs galvenās jomas, kas visas ir saistītas ar mūsu dzīvesveidu, īpaši tiem, kuri ir atdevuši savas personīgās tiesības Dievam.

1. Pozitīvu rakstura īpašību attīstīšana savā dzīvē

2. Mācoties atšķirību starp personīgajiem pienākumiem un personīgajām tiesībām

3. Robežu veidošana savā dzīvē

Paskaidro saviem studentiem, ka šīs 3 galvenās jomas visas ir saistītas ar to, par ko mēs runājam pēdējās 2 klases sesijās, īpaši attīstot jaunas stratēģijas, reaģējot uz situācijām, kurās viņi viegli sadusmojās. Tomēr šīs ir trīs lielas izaugsmes jomas, kurām var būt liela ietekme uz to, kā viņi pauž dusmas.

Tev būs jānosaka, cik daudz laika vēlies veltīt katrai no šīm trim galvenajām tēmām. Viena no iespējām ir sadalīt laiku vienādi starp katru, kas nozīmētu apmēram 15 minūtes katrai tēmai.

Pēdējā – Robežas – varētu būt vesels kurss pats par sevi. Tātad mēs sniedzam tikai īsu iepazīstināšanu ar šiem jautājumiem.

6. Atklāj Punktu C. Attīsti savā dzīvē pozitīvas rakstura īpašības (10-15 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 47.lapaspuse

Pozitīvas rakstura īpašības netiek attīstītas vienā dienā. Tas ir mācīšanās process, lai uzzinātu, kā attīstīt šīs īpašības savā dzīvē, un tas prasa daudz prakses, daudz personisku pielietojumu.

Studenta rokasgrāmatā 47.lpp. tu redzēsi uzskaitītās Rakstu vietas, kas sniedz vairākas dažādas rakstura īpašības, kuras viņi var attīstīt.

1.korintiešiem 13:4-8

2.Pētera 1:5-7

Ir daudz citu Rakstu vietu, kuras varētu lietot, lai identificētu pozitīvas rakstura īpašības.

Tu vari atsaukties arī uz *Rakstura īpašību nodarbībām Personīgās studijās jaunai dzīvei* nodarbībās kā uz vēl vienu rakstura īpašību avotu, ko mēs varam attīstīt savā dzīvē. Tajā uzskaitītas 49 pozitīvas īpašības, kuras jāattīsta.

Viens no svarīgākajiem punktiem, kas jāpievērš taviem studentiem, ir tas, ka šīs rakstura īpašības var tikt lietotas dusmu vietā. Iepriekš 6.stundā mēs teicām, ka nemēģinām pilnībā apturēt visas dusmas. Tā vietā mēs vēlamies iemācīties kā lietot savas dusmas veidos, kas godinās Dievu. Tomēr lielākajai daļai no mums veidi, kā mēs bijām lietojuši savas dusmas lielāko daļu laika, ir bijuši destruktīvi un negodāja Dievu.

Izmanto pienešas ilustrāciju ar tās garo sakni – ar kuru mēs iepazīstinājam šī kursa pirmajā klases sesijā, tu vari atgriezties pie šīs ilustrācijas tagad. Kad tavi studenti pārdomā, kā viņi savā dzīvē lietoja dusmas, daudzas reizes viņi neredzēja citu alternatīvu kā dusmas. Tas ir līdzīgi dārzam, kuru pilnībā pārņēmušas nezāles. Viss, ko tu vari redzēt, ir nezāles, un nevienam dārzeņim nav augļu.

Bet, ja tu atbrīvojies no visām nezālēm, tad pārējiem augiem ir vieta, kur augt un kļūt spēcīgiem un veselīgiem. Tas ir ļoti līdzīgi ar dusmām un pozitīvām rakstura īpašībām. Ja viņi pārtrauks lietot dusmas, viņu dzīvē būs vieta, kur audzēt pozitīvas rakstura īpašības. Jo vairāk šīs rakstura īpašības aug mūsu dzīvē, jo stiprākas tās kļūst, un mēs spējam atbildēt ar tām, nevis ar dusmām.

Izaicini savus studentus saprast, cik svarīgi ir aizpildīt mūsu dzīves robus, kad mēs atdodam savas personīgās tiesības Dievam. Šis rakstura īpašības lieliski aizstāj dusmīgās atbildes, kuras mēs parasti izmantojam.

Šo rakstura īpašību attīstība patiešām ir no 9 soļi uz jaunu izaugsmi saraksta 5. soļa izpausme, kurus mēs apspriedām iepriekšējās divās klases sesijās. 5. solis: “Attīsti jaunas prasmes, kā reaģēt uz situācijām, kur agrāk tu lietoji dusmas” var būt vienkārši soļi vai lielas ilgtermiņa izmaiņas mūsu dzīvē. Tajās stundās mēs runājam arī par to, cik svarīgi ir izstrādāt jaunus reakcijas modeļus visai savai dzīvei, ne tikai aizstāt dusmas.

Paskaidro saviem studentiem, ka labākais veids, kā pārvarēt dusmu iznīcinošo spēku viņu dzīvē, ir izmantot šos jaunus reakcijas modeļus vairāk nekā tikai dusmu aizstāšanai. Ja viņi vienkārši izvirza mērķi izmantot jaunus reakcijas modeļus, kad viņiem rodas kārdinājums dusmoties, tas ir pārāk mazs mērķis un drīzāk novedīs pie neveiksmēm nekā panākumiem.

Izaicini savus studentus izvirzīt kā savu mērķi attīstīt šīs pozitīvās rakstura īpašības un izmantot tās kā jaunus reakcijas modeļus visas dienas garumā neatkarīgi no tā, vai viņiem ir vai nav kārdinājums dusmoties. Piemēram – nospraud kā savu mērķi visu dienu izrādīt pacietību pret citiem – katrā situācijā. Strādājot pie šīs rakstura kvalitātes attīstīšanas, viņi to var izmantot jebkurā laikā, ne tikai tad, kad rodas kārdinājums dusmoties.

7. Iepazīstini ar Punktu D. Mācies atšķirību starp personīgo atbildību un personīgām tiesībām (2-3 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 48.lapaspuse

8

Šī stundas daļa paceļ ļoti svarīgu jautājumu, kas taviem studentiem jāsaprot – atšķirība starp personīgajiem pienākumiem un personīgajām tiesībām. Tavi studenti, iespējams, nav pārāk prasmīgi, lai noteiktu atšķirību starp tiesībām un atbildību.

8. Atklāj Punktu D-1. Kas ir personīgā atbildība? (5-7 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 48.lapaspuse

Personīgā atbildība ir noteikumi, kurus vadītāji mums ir devuši ievērot. Pārlicinies, ka tavi studenti saprot atšķirību starp tiesībām un atbildību, un pēc tam mini vairākus piemērus.

Studentu rokasgrāmatā ir trīs piemēri, kad cilvēki savas personīgās atbildības atdod Dievam, domādami, ka viņi atdod Viņam personīgās tiesības. Izpētiet katru no tiem un apspriediet, kāda ir atšķirība starp tiesībām un atbildību.

Varat apskatīt Studiju ceļveža 10.projektu “*Manas personīgās atbildības*” un sāciet to aizpildīt tūlīt, ja viņi to vēl nav sākuši.

Varat arī runāt par dažu cilvēku problēmu – uzņemties atbildību, kas viņiem nav uzticēta. Persona patiešām var vēlēties šo atbildību, bet, ja viņi uzņemas to, kad vadītājs nedod to viņiem, tas ir nepareizi un radīs daudz problēmu.

Pat ja kādam citam ir atbildība un viņš veic ļoti sliktu darbu, pildot šo atbildību, joprojām ir nepareizi uzņemties šo atbildību, ja tavs vadītājs to tev nedod.

9. Atklāj Punktu D-2. Vai man ir tiesības pasargāt sevi un citus no briesmām un vardarbības? (5-10 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 49.lapaspuse

Šo jautājumu ir ļoti svarīgi apspriest ar saviem studentiem. Kad esam runājuši par savu personīgo tiesību atdošanu Dievam, daži var secināt, ka viņiem nav “tiesību” sevi aizsargāt – pat ja viņi tiek ļaunprātīgi izmantoti. Pārliecinies, ka tavi studenti saprot, ka tad, kad sieviete atdod savas personīgās tiesības Dievam, tas nenozīmē, ka kādam ir tiesības viņu izvarot.

Mums ir **atbildība** – nevis **tiesības** aizsargāt sevi un citus. Tā ir Dieva dota atbildība.

Tāpēc ikvienam, kurš šobrīd atrodas ļaunprātīgās attiecībās, viņiem ir jāsaņem pareizā palīdzība, lai noteiktu, kādi būtu viņu nākamie soļi, lai pasargātu sevi un citus no varmākas.

Skumji teikt, ka daudzi kristieši šo punktu pārprot un saka citiem, ka viņiem vajadzētu palikt šajā vardarbīgajā situācijā – „Vienkārši uzticies Dievam,” viņi saka. Bet tas nav pareizi. Šādās situācijās ir ļoti svarīgi saņemt pareizo padomu.

10. Atklāj Punktu E. Attīsti robežas (12-15 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 49.lapaspuse

Mācoties kā lietot savas dusmas Dievam tīkamā veidā, iekļauj robežu attīstīšanu mūsu dzīvē. Šī ir daļa no procesa, kad mēs mācāmies kā kontrolēt savas dusmas – mēs uzliekam tām robežas un neļaujam tām mūs kontrolēt.

Pārliecinies, ka tavi studenti saprot atšķirību starp personīgo robežu un personīgajām tiesībām. Personīgās tiesības ir noteikums, ko es pieņemu, un es sagaidu, ka **citi** tam paklausīs. Robeža ir noteikums, kuram **es sev lieku paklausīt**, lai es varētu dzīvot tā, kā Dievs vēlas lai es dzīvoju.

Robežas nav saistītas tikai ar dusmām mūsu dzīvē. Šīs robežas ietver atbildību un noteikumus, ko Dievs mums ir devis.

Šīs robežas jābalsta uz Svētajiem Rakstiem. Viens piemērs tam ir Sal.pam. 22:24-25, kas mums saka, ka nedrīkstam biedroties ar dusmīgiem vai karstasinīgiem cilvēkiem.

Varat apskatīt citus Bībeles pantus, kas sniedz robežas, kas palīdzēs viņiem iemācīties lietot savas dusmas Dievam tīkamā veidā.

Jēkaba 1:19-20

Efeziešiem 4:26-27

Lai tavi studenti pārrunā, kā šīs robežas var palīdzēt viņu dzīvēs.

Paskaidro, ka šis temats pats par sevi var būt vesels kurss.

11. Personīgais pielietojums (5 minūtes)

Izaicini savus studentus izvēlēties vienu no trim galvenajiem jautājumiem, kurus mēs apskatījām šodienas nodarbībā, un noteikt mērķi, kā viņi varētu sākt rīkoties, lai to piemērotu savā dzīvē, kad tas attiecas uz situācijām, kurās viņi, visticamāk, reaģēs ar dusmām. Liec viņiem izvirzīt mērķi reaģēt jaunā veidā uz šo situāciju.

1. Attīsti savā dzīvē pozitīvas rakstura īpašības
2. Mācies atšķirību starp personīgo atbildību un personīgām tiesībām
3. Attīsti robežas savā dzīvē

Atgādinī viņiem, ka katrai no šīm trim jomām ir vajadzīgs vairāk nekā viens vienkāršs mērķis, lai to ieviestu savā dzīvē. Viņiem būs jāstrādā, lai to attīstītu kādā laika periodā. Šīs ir vairāk ilgtermiņa izaugsmes jomas, taču tās katra sākas ar maziem soļiem – soļiem, ko viņi var sākt spert jau šodien.

12. Uzdevumi

- A. Lai studenti pabeidz Studiju ceļveža 9.projektu “*Pozitīvu iekšējo īpašību attīstīšana*” un 10.projektu “*Manas personīgās atbildības*” un lai tie ir gatavi nodošanai nākošajā klases sesijā.
- B. Lai studenti izlasa 4.nodaļu Studenta rokasgrāmatā, īpaši 50.-52.lapaspusi, lai sagatavotos nākošajai klases sesijai.

8

13. Stundas novērtējums

Lūdzu, uzraksti savas idejas, kā uzlabot šo stundu.
Kuras daļas vislabāk darbojās?
Kuras daļas studentiem bija grūtāk saprast?
Kas taviem studentiem bija visnoderīgākais?

9.stunda

Kā es varu lietot savas dusmas Dievam tīkamā veidā?

1. Galvenā Bībeles patiesība

Man jābūt uzmanīgam, lai dusmas izteiktu tikai tādos veidos, kas patīk Dievam.

2. Atslēgas pants:

Kolosiešiem 3:17 (tulkojums no New Living Translation)

Un visu, ko jūs darāt vai sakāt, dariet to kā Kunga Jēzus pārstāvis, pasakoties caur Viņu Dievam Tēvam.

3. Atsauce uz studenta materiāliem

4.nodaļa Studenta rokasgrāmatā iet kopā ar šo stundu, īpaši 50.-52.lapaspuse. Studiju ceļveža 8., 9., un 10.projekts arī var tikt lietots ar šo stundu.

8.projekts *Jaunu atbildes modeļu izstrāde*

9.projekts *Pozitīvu iekšējo īpašību attīstīšana*

10.projekts *Manas personīgās atbildības*

4. Iesildīšanās stundai aktivitāte (5-10 minūtes)

Sāc šodienas klases sesiju ar stāstu, kas ilustrē pareizo veidu, kādā lietot dusmas. Tas var būt no tavas dzīves vai no kāda, kuru tavi studenti pazīst. Pārlicinies, vai ilustrācija atbilst Dieva standartiem, kā pareizi lietot savas dusmas.

Tad paskaidro, ka šodien mēs apspriedīsim konkrētus veidus, kādos viņi var lietot savas dusmas un vienlaikus iepriecināt Dievu.

5. Īss pārskats (4-7 minūtes)

Tā kā šī ir pēdējā klases sesija šajā kursā, velti dažas minūtes, lai pārskatītu dažus no galvenajiem jautājumiem, kas saistīti ar personīgajām tiesībām, kuras mēs apskatījām šajā kursā.

1. Ir daudz dažādu veidu, kā reaģēt ar dusmām.
2. Dusmas grib kontrolēt tavu dzīvi.
3. Man jāuzņemas atbildība par savām dusmām.
4. Kā man pārtraukt dusmu iznīcinošo spēku savā dzīvē? Uzliec plakātu ar “personīgo tiesību” definīciju un vēlreiz izlasiet definīciju.

5. Izmantojot nezāles ar dziļo garo sakni ilustrāciju, norādi, ka mūsu personīgās tiesības baro mūsu dusmas.
6. Galvenais, ko darīt, ir atdot savas personīgās tiesības Dievam.
7. Mēs mācījāmies 9 soļus uz izaugsmi, kad es mācos pozitīvā veidā lietot savas dusmas.
8. Mums savā dzīvē jāattīsta pozitīvas rakstura īpašības.
9. Mums ir jāsaprot atšķirība starp personīgajiem pienākumiem un personīgajām tiesībām.
10. Mums ir jāattīsta robežas savā dzīvē.

6. Iepazīstini ar Punktu F. Lieto savas dusmas tādā veidā, kas patīk Dievam (2-3 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 50.lapaspuse

Šodienas stundas galvenais fokuss ir nedaudz biedējošs, jo mēs runāsim par savu dusmu lietošanu. Lielāko daļu šī kursa mēs esam mudinājuši savus studentus atrast jaunus veidus, kā reaģēt uz sarežģītām situācijām, kurās viņi agrāk ir lietojuši dusmas.

Un tas joprojām atbilst patiesībai. Lielākā daļa situāciju, kad mums ir kārdinājums lietot dusmas, iespējams, nebūtu atbilde, ko izmantotu Jēzus.

Šodienas stundā mēs runāsim par to, kā mēs varam lietot savas dusmas, taču izmantot tās reti.

Seši punkti, kas doti šajā stundas daļā, visi ir ļoti praktiski un svarīgi punkti, lai iemācītos lietot savas dusmas Dievam tīkamā veidā. Apspriediet katru soli vai izvēlies tos, kurus, tavuprāt, tavi studenti ir vislabāk sagatavoti sākt izmantot tagad savā dzīvē.

9

7. Atklāj Punktu F-1. Mācies atbildēt ar dusmām, nevis reaģēt ar dusmām (5-8 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 50.lapaspuse

Šis pirmais jautājums – *Mācies atbildēt ar dusmām, nevis reaģēt ar dusmām* – ir ļoti svarīga mūsu dzīves pārveidošanas sastāvdaļa. Tas aicina katru personu izvēlēties savu atbildi, nevis vienkārši reaģēt ar dusmām.

Šis patiešām iet kopā ar Jēkaba 1:19-20, kur teikts, lai esam lēni dusmoties. Pārdomājot situācijas, kurās Jēzus izpauda Savas dusmas, ir skaidrs, ka Viņš šajos brīžos ļoti apzināti lietoja Savas dusmas. Viņš nebija nekontrolējams – viņam nebija slikta diena. Viņš atbildēja ar dusmām, nevis reaģēja ar dusmām.

Pārrunā ar saviem studentiem, cik svarīgi ir attīstīt dievbijīgu attieksmi un domāšanas modeļus, lai tie atbilstu šim punktam.

Pārrunājiet arī, kādas būtu dažas no situācijām, kurās būtu lietderīgi lietot dusmas.

8. Atklāj Punktu F-2. Kad tu kļūsti dusmīgs, neturi aizvainojumu (5-8 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 50.lapaspuse

Vienā ziņā šis punkts attiecas uz realitāti, ka mēs arī nākotnē dusmosimies, un daži no tiem var būt laiki, kad mums nav Dieva svētība. Mums pietrūks Dieva labākais. Bet tā vietā, lai kaunētos vai “pārmērīgi garīgotu” savas dusmas, tev ir jābūt godīgam un jāredz tās tā, kā tās redz Dievs.

Bet galvenais šeit ir – neļauj savām dusmām aizvest tevi atpakaļ pa rūgtuma un aizvainojuma ceļu. Atsaucies uz Jāzepa piemēru Vecajā Derībā, kur viņš neļāva brāļu ļaunajām darbībām laupīt viņam Dieva labāko viņa dzīvei.

Vēl viena laba Rakstu vieta šim ir Efeziešiem 4:26-27. Viena no atslēgām, lai šo jautājumu pielietotu praksē, ir iemācīties kā piedot citiem – kā to darīja Jāzeps.

9. Atklāj Punktu F-3. Novirzi savas dusmas uz kaut ko pozitīvu (5-8 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 51.lapaspuse

Tas dod lielisku iespēju ieviest Jēzus piemērus. Kaut arī Viņš bija dusmīgs, Viņš neļāva savām dusmām novest Viņu pa postošiem ceļiem. Padomājiet ar saviem studentiem, kā jūs varat novirzīt savas dusmas uz kaut ko pozitīvu.

Skatiet Studentu rokasgrāmatā šajā sadaļā sniegto informāciju par Dāvidu Vecajā Derībā un par to, kā viņš savas dusmas novirzīja lūgšanas laikā ar Dievu.

Vēl viens jautājums ir dusmu novirzīšana uz jauniem domāšanas modeļiem. Dāvids to darīja situācijā ar Šimeju, kad viņš atteicās ļaut savam ģenerālim iet un viņu nogalināt. Viņš atbildēja: “Dievs viņam lika to darīt.” Dāvids šeit gāja pa pozitīvu ceļu, nevis grēcīgu postošu ceļu.

10. Atklāj Punktu F-4. Ieved Dievu savās stresa situācijās (5-8 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 51.lapaspuse

Šeit iederas arī dažas no iepriekš F-3 punktā uzskaitītajām ilustrācijām. Nekoncentrējies tikai uz stresa situāciju savā dzīvē. Izmanto to kā iespēju ievest Dievu šajā situācijā. Lūdz Viņa palīdzību, Viņa gudrību, Viņa spēku.

Ja tu jūti, ka Dievs vēlas, lai tu paustu dusmas kā vislabāko veidu, kā paziņot, ko Viņš vēlas, lai darītu šajā situācijā – tad dari to.

Iekļauj savā dzīvē Svētos Rakstus, iegaumē tos un citē tos sev, kad saskaries ar sarežģītām situācijām.

11. Atklāj Punktu F-5. Kļūsti par miera nesēju citiem, kas ir dusmīgi (5-8 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 51.lapaspuse

Kad mēs mācāmies lietot savas dusmas tā, lai tas patiktu Dievam, mēs, iespējams, tās nemaz nelietosim. Patiesībā mēs varam tās nelietot situācijās, kad citi ir ļoti dusmīgi. Šajos brīžos, ja mēs spējam kontrolēt savas emocijas, Dievs var mūs lietot kā miera nesējus.

Kad tu strādā kā miera nesējs, tu parasti strādā ar cilvēkiem, kuri ir dusmīgi un ievainoti. Viņi var būt gatavi izgāzt savas dusmas uz tevi, bet, ja tu esi ar mieru to uzņemties, nereaģējot tāpat kā viņi, tad Dievs var tevi lietot kā miera nesēju.

Living Free (Dzīvot brīvam) ir vesels kurss, kas veltīts miera nesējam. Šo kursu var iegūt viņu vietnē: www.livingfree.org

12. Atklāj Punktu F-6. Dievs var atdot tev dažas no tavām personīgajām tiesībām – bet tagad tās ir privilēģijas (5-8 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 51.-52.lapaspuse

Sestais punkts – *Dievs var atdot tev dažas no tavām personīgajām tiesībām – bet tagad tās ir privilēģijas* – paceļ ļoti spēcīgu patiesību. Sniedz vairākus piemērus, kā Dievs var atdot taviem studentiem viņu personīgās tiesības, taču tagad mums tās jāredz citādi. Mēs vairs nevaram pieprasīt, lai citi ievēro šos noteikumus, bet tagad mēs tās uztveram kā privilēģijas.

Piemēram, es nevaru pieprasīt, lai tu mani cienītu.

Bet, kad Dievs to atdod atpakaļ kā privilēģiju, tad, kad kāds izrāda man cieņu, es esmu pateicīgs par privilēģiju tikt cienītam. Man ir pilnīgi jauns veids, kā domāt par šīm situācijām.

Kad Dievs kaut ko atdod atpakaļ kā privilēģiju, tas ir pilnībā Viņa kontrolē. Viņš var dot man šo privilēģiju tikt cienītam tikai vienu reizi, vai arī tas var notikt daudzas dienas pēc kārtas. Bet es nekad nevaru pieprasīt privilēģiju; es varu to tikai pieņemt ar pateicību. Tātad pateicības pozitīvā īpašība ir galvenā, kas saistīta ar šīm privilēģijām.

Studenta rokasgrāmatā ir papildu informācija par šo jautājumu, kas būtu noderīga diskusijai.

9

13. Secinājums par šo kursu (2-3 minūtes) Studenta rokasgrāmata, 52.lapaspuse

Pārskatot visu kursu, izaicini studentus sākt šo procesu soli pa solim. Izaicini viņus turpināt nodot savas personīgās tiesības Dievam. Izaicini viņus smagi strādāt, izstrādājot jaunus veidus, kā reaģēt uz situācijām, nelietojot dusmas.

Noslēdz ar Pāvila teikto Filipiešiem 3:13-14 (Studenta rokasgrāmatā, 52.lpp.), ka viņš cenšas pabeigt sacīkstes, kurās Dievs ir aicinājis piedalīties.

Filipiešiem 3:13-14 (tulkojums no New Living Translation)

¹³ Nē, dārgie brāļi un māsas, es to neesmu sasniedzis, bet es koncentrējos uz šo vienu lietu: aizmirstot pagātņi un ar nepacietību gaidot to, kas ir priekšā,
¹⁴ es spiežos, lai sasniegtu sacensību beigas un saņemtu debesu balvu, pēc kuras Dievs caur Kristu Jēzu mūs ir aicinājis.

Paskaidro, ka šis kurss var kļūt par lielu pagrieziena punktu viņu dzīvē, ja viņi pieņems šīs patiesības un sāks tās īstenot savā dzīvē. Tā ir liecinājuši daudzi citi, kuri iepriekšējos gados ir mācījušies šajā klasē.

14. Personīgais pielietojums (5 minūtes)

- A. Izaicini savus studentus izvēlēties vienu no sešiem šodien apspriestajiem jautājumiem. Liec viņiem izvirzīt mērķi reaģēt jaunā veidā, izmantojot šo patiesību katrā situācijā.
- B. Izaicini savus studentus turpināt lietot dusmas kā modinātāju savās ikdienas aktivitātēs, kas brīdina viņus par iespēju, ka viņi joprojām var turēties pie personīgajām tiesībām, kas viņiem jāatdod Dievam.

15. Uzdevumi

Novērtē Studiju ceļveža 9. un 10.projektu.

16. Stundas novērtējums

Lūdzu, uzraksti savas idejas, kā uzlabot šo stundu.
Kuras daļas vislabāk darbojās?
Kuras daļas studentiem bija grūtāk saprast?
Kas taviem studentiem bija visnoderīgākais?

10.stunda Pārbaudes darbs

1. **Iepazīstini ar nākošo kursu, kuru mācīsi.**
 - A. Izdali Studenta ceļvežus vai kādus projektus, kurus jāpabeidz pirms pirmās nākošā kursa klases sesijas.
 - B. Lai studenti atver pēdējo lapaspusi savā jaunajā Studiju ceļvedī. Tur vajadzētu būt tukšai *Klases uzdevumu saraksta* kopijai. Pasaki datumus katrai ieskaitei, projektam un pārbaudes darbam.
 - C. Izdali jaunās Studenta rokasgrāmatas un pasaki viņiem kuras lapaspuses tu gribi, lai viņi izlasa pirms nākošās klases sesijas sākuma.
2. **Iedod šī kursa pārbaudes darbu.**
3. **Ja tu to jau neesi izdarījis, atdod atpakaļ visas ieskaites, projektus, ko esi novērtējis.**

Studenta rokasgrāmata

Studenta rokasgrāmata nav iekļauta šajā dokumentā, bet ir pieejama kā atsevišķs dokuments.

Vairāk informāciju par Studenta rokasgrāmatas lietošanu atradīsi 5.lapā šajā Skolotāja rokasgrāmatā.

Studiju ceļvedis

Studiju ceļvedis nav iekļauts šajā dokumentā, bet ir pieejams kā atsevišķs dokuments.

Vairāk informācijas par Studiju ceļveža lietošanu meklē 5.lapā šajā Skolotāja rokasgrāmatā.

Pārbaudes darbs
Pārbaudes darba pareizās atbildes
Kursa sertifikāts

Vairāk informācijas par Pārbaudes darba un Sertifikāta lietošanu atradīsi 5.lapā šajā Skolotāja rokasgrāmatā.

Vārds _____

Dusmas un personīgās tiesības

Datums _____

Pārbaudes darbs 5.labojumam

Klase _____

____ Vērtējums

Patiess-nepatiess jautājumi (2 punkti par katru)

Liec ja atbilde ir patiesa.

Liec ja atbilde ir nepatiesa.

1. _____ Ja tu atdod savas personīgās tiesības Dievam, tās tagad pieder Dievam - tās tagad ir Dieva personīgās tiesības.
2. _____ Ja cilvēks atdod savas personīgās tiesības Dievam, viņam vajadzētu izlemt pateikties Dievam par visu, kas notiks tālāk.
3. _____ Ja cilvēks neatdod savas personīgās tiesības Dievam, un kāds pārkāpj (lauž) kādu no viņa personīgajām tiesībām, viņš parasti paliks dusmīgs.
4. _____ Kad Jēzus sadusmojās, Viņš grēkoja un Viņam vajadzēja lūgt Dievu piedot Viņam.
5. _____ Dievs nevēlas, lai tu Viņam atdod savas personīgās tiesības.
6. _____ Ja cilvēks atdod savas personīgās tiesības Dievam, Dievs nekad viņu nepārbaudīs, vai viņš ir patiess.
7. _____ Lielākā daļa kristiešu domā par mīlestības izrādīšanu Dievam, kad dusmojas uz citu cilvēku.
8. _____ Ir ļoti grūti grēkot, kad esi dusmīgs.
9. _____ Lielākā daļa kristiešu nekad nesadusmojas pēc tam, kad ir atdevuši savas personīgās tiesības Dievam.
10. _____ Dievam Bībelē ir daudz noteikumu, kas tev stāsta, kā reaģēt pēc tam, kad esi Viņam atdevis savas personīgās tiesības.
11. _____ Neatrisināti sāpinājumi no tavas pagātnes var barot tavu dusmu problēmu.
12. _____ Kad kāds pārkāpj kādu no tavām personīgajām tiesībām, kuras esi atdevis Dievam, tev vienmēr jāpasaka viņam, ka viņš nepareizi rīkojas.

Jautājumi ar atbilžu variantiem (2 punkti par katru)

Instrukcijas: Izvēlies vislabāko atbildi un ievieto atbildes burtu tukšajā rindiņā jautājuma priekšā.

1. _____ Kad cilvēks atdod savas personīgās tiesības Dievam, viņam:
 - A. Vienmēr jāpaliek dusmīgam.
 - B. Jādusmojas tikai uz Dievu.
 - C. Jāpasakās Dievam par visu, kas tālāk notiek.

2. _____ Lielākais likums Bībelē saka:
 - A. Mīli savu tuvāko.
 - B. Mīli Dievu.
 - C. Mīli savus draugus.

3. _____ Kad tu atdod savas personīgās tiesības Dievam, tev vajadzētu:
 - A. Iemācīties attīstīt iekšējās īpašības, lai aizstātu šīs tiesības.
 - B. Vispirms lūdz un gavē visu dienu, un pēc tam pastāsti par to savam mācītājam.
 - C. Lūdz Dievu, lai Viņš tās atdod tev kā privilēģijas.

4. _____ Tu atdod savas personīgās tiesības Dievam:
 - A. Kļūstot par kristieti.
 - B. Sakot Dievam, ka vēlies, lai Viņš būtu tavu personīgo tiesību īpašnieks.
 - C. Lūdzot un apmeklējot kristīgu advokātu.

5. _____ Tava personīgā atbildība ir:
 - A. Tas pats, kas tavas personīgās tiesības.
 - B. Kaut kas, ko tev ir tiesības darīt.
 - C. Kaut kas, kas tev ir likts darīt.

6. _____ Kad tu atdod Dievam savas personīgās tiesības, Viņš var atdot dažas no tām tev atpakaļ. Tagad tās sauc:
 - A. Personīgās tiesības.
 - B. Personīgā atbildībā.
 - C. Privilēģijas.

Īsie esejas jautājumi

1. Kas ir personīgās tiesības? Paskaidro, ko nozīmē vārdi "personīgās tiesības". (5 punkti)

2. Kādēļ ir svarīgi atdot savas personīgās tiesības Dievam? (5 punkti)

3. Paskaidro, kā cilvēks var atdot savas personīgās tiesības Dievam.
(8 punkti, 2 punkti par katru)

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

4. A. Kura ir viena no tavām personīgajām tiesībām, kas pēdējo nedēļu laikā ir bijusi pārkāpta? (4 punkti)

B. Kādas pozitīvās iekšējās īpašības tev visvairāk palīdz atbildēt Dieva veidā, kad tiek pārkāpta šī personiskā tiesība? (4 punkti)

C. Uzraksti trīs lietas, ko tu vari darīt, lai attīstītu šo pozitīvo iekšējo īpašību savā dzīvē.
(9 punkti, 3 punkti par katru)

1. _____

2. _____

3. _____

Dusmas un personīgās tiesības
Pārbaudes darbs 5
Pareizās atbildes

1.lapaspuse

Patiess-nepatiess jautājumi
(2 punkti par katru)

1. X Patiess
2. X Patiess
3. X Patiess
4. 0 Nepatiess
5. 0 Nepatiess
6. 0 Nepatiess
7. 0 Nepatiess
8. 0 Nepatiess
9. 0 Nepatiess
10. X Patiess
11. X Patiess
12. 0 Nepatiess

2.lapaspuse

Jautājumi ar atbilžu variantiem
(2 punkti par katru)

1. C
2. B
3. A
4. B
5. C
6. C

Īsie esejas jautājumi

1. 5 punkti
Ieteicamās atbildes:
 1. Es esmu pieņēmis noteikumu, kuru es sagaidu, ka citi ievēros.
 2. Kaut kas, kas cilvēkam pieder
 3. Kaut kas, uz ko cilvēkam ir taisnīga prasība
 4. Kaut kas, ko ir tiesības darīt

Dusmas un personīgās tiesības
Pārbaudes darbs 5
Pareizās atbildes

3.lapaspuse

Īsie esejas jautājumi

2. 5 punkti

Ieteicamās atbildes:

1. Tādēļ, ka Dievs mani mīl
2. Lai parādītu Dievam, ka es Viņu mīlu
3. Personīgās tiesības pieder īpašniekam.
Ja es esmu kristietis, Dievam vajadzētu piederēt manām tiesībām.
4. Dievam ir galējā autoritāte
5. Tādēļ, lai es nedusmotos uz cilvēkiem un neuztrauktos.

3. 8 punkti, 2 punkti par katru daļu

Ieteicamās atbildes:

1. Pieraksti lietas, kas tevi sadusmo.
2. Izveidot sarakstu ar visām savām personīgajām tiesībām
3. Lūdz un atdod savas personīgās tiesības Dievam
4. Izlem pateikties Dievam par visu, kas notiks

4. A. 4 punkti Personīgās atbildes

B. 4 punkti Personīgās atbildes

C. 9 punkti, 3 punkti par katru Visas personīgās atbildes

4.lapaspuse

5. 8 punkti Personīgās atbildes

6. Iegaumējamie panti

21 punkts, 7 punkti par katru Rakstu vietu

Efeziešiem 4:26-27

Jēkabs 1:19-20

Salamana pamācības 15:1

Apsveicam!

ir pabeidzis teorētiskās prasības kursā

Dusmas un personīgās tiesības.

Mēs novērtējam tavu nodošanos šīm mācībām un ceram, ka tu turpināsi sekmīgi pielietot savā dzīvē Bībeles mācības, ko esi apguvis šajā kursā.

Skolotājs _____

Datums _____

Apsveicam!

ir pabeidzis teorētiskās prasības kursā

Dusmas un personīgās tiesības.

Mēs novērtējam tavu nodošanos šīm mācībām un ceram, ka tu turpināsi sekmīgi pielietot savā dzīvē Bībeles mācības, ko esi apguvis šajā kursā.

Skolotājs _____

Datums _____

