

Hasira Na Haki Kibinafsi

Kuzuia hasira kwa kusalimisha matarajio yako kwa Mungu



Hasira Na Haki Kibinafsi

Kuzuia hasira kwa kusalimisha matarajio yako kwa Mungu

Kimeandikwa Na David Batty

Mwongozo Wa Mwalimu

Toleo la Tano



Hasira na Haki za Kibinafsi

Kuzuia hasira kwa kuwasilishamatarajio yako kwa Mungu

Kimeandikwa Na David Batty
Mwongozo Wa Mwalimu
Toleo la tano

Maandiko Yanayotumiwa Katika Kitabu Hiki Yametoka Katika:

MAANDIKO: Biblia Takatifu (Union Version). Toleo La 1952, 1974, 1976, 1978. BST, BSK. Yametumiwa Kwa Ruhusa Maalum.

Tafsiri Ya Lugha Rahisi (TLR) itakayofanywa na mtafsiri ili kuleta maana halisi kama inavyosomeka katika lugha ya Kiingereza.

HakiMiliki © 2024, Teen Challenge USA.

Vitabu vya Mwalimu na kila kitu cha mwanafunzi vinavyohusiana na masomo haya ya *Mafunzo ya Vikundi Yanayohusu Maisha Mapya* yanatawaliwa na Sheria za HakiMiliki. Mpango maalum umefanywa ili kufasiri masomo haya kwa lugha hii ya Kiswahili. Masomo haya yanaweza kuchapwa na kugawanywa kwa ajili ya matumizi katika huduma za Teen Challenge na zinazofanana nazo, katika makanisa ya mahali pamoja, shule na mashirika mengine na hata watu binafsi. Pia, yanaweza kupatikana kutoka kwenye mtawandao kwenye tovuti hii: www.iTeenChallenge.org Lakini, yasiuzwe. Yatolewe bure. Kwa wanaotaka kuchapisha na kuuza, wapate ruhusa kwa maandishi kutoka Global Teen Challenge.

Kwa mara ya kwanza, somo hili lilichapishwa kwa Kiingereza kwa jina lifuatalo: *Anger & Personal Rights, 5th edition*

Somo hili ni sehemu ya mfululizo wa masomo yaitwayo *Mafunzo ya Vikundi Yanayohusu Maisha Mapya* yaliyotayarishwa ili kutumiwa makanisani, mashuleni, katika huduma gerezani, huduma za Changamoto Kwa Vijana, na huduma zingine kama hizo zinazofanya kazi na Wakristo Wapya. Vile vile kuna vifaa vingine vinavyopatikana kwa ajili ya mafunzo haya, kama kitabu cha kumwongoza mwalimu, cha kumwongoza mwanafunzi, kitabu cha kuongoza mafunzo cha mwanafunzi, mtihani, na cheti. Ukitaka habari zaidi juu ya masomo haya, wasiliana na:

Global Teen Challenge
PO Box 511
Columbus, GA, 31902 USA
Barua Pepe: gtc@globaltc.org
Tovuti: www.globaltc.org na
www.iTeenChallenge.org



Mwaka wa Mwisho Kuhakikiwa: 03-2024

Hasira na Haki Za Kibinafsi

Kujifunza jinsi ya kuonyesha hisia zako kwa njia nzuri, ya Kibiblia ni changamoto kwa Wakristo wapya. Hasa, hisia ya hasira mara nyingi huwapa Wakristo mng'anga'no halisi huku wakijitahidi kuishi kwa vitendo vya mafundisho ya Yesu. Somo hili limeundwa ili kuwapatia wahusika fursa ya kuangalia jinsi hasira kwa sasa inavyoathiri namna wanavyoishi na kugundua njia mpya za ubunifu katika kushughulikia hisia hii yenye nguvu.

1

Sura ya 1. Ni kwa njia gani nimetumia hasira maishani Mwangu?

Tutachunguza kile kinachokufanya ukasirike na jinsi unavyoonyesha hasira yako. Tunajaribu kugundua kile kinachopatia hasira nguvu nyingi maishani mwako.

2

Sura ya 2. Je, ninawezaje kuvunja nguvu hizi haribifu za hasira maishani mwangu?

Katika sehemu hii ya somo tunachunguza jinsi haki zako za kibinafsi zinavyo athiri hasira yako. Tunajadili jinsi unavyoweza kumpa Mungu haki zako za binafsi na kile kinachofuata baada ya kumpa.

3

Sura ya 3. Je, Mungu anasema nini kuhusu hasira?

Tunajibu swali hili: Je, hasira ni dhambi? Tunawachunguza watu kadhaa katika Biblia na kuangalia jinsi walivyoshughulikia hasira katika maisha yao. Tunazingatia kile kinachomkasirisha Mungu.

4

Sura ya 4. Ninawezaje kutumia hasira yangu kwa njia inayompendeza Mungu?

Kusudi la sura hii ni kugundua kimatendo njia za kushughulikia hasira yako. Tunasisitiza kwa njia maalum kuhusu kujenga njia mpya za kuitikia katika hali zilizokufanya ukasirike zamani. Pia tunatazama jinsi sifa njema za ndani na mipaka yenye msingi wa kibiblia zinavyoweza kukusaidia kutumia hasira yako kwa njia inayompendeza Mungu.

Yaliyomo Katika Huu Mwongozo Wa Mwalimu

Kitabu hiki kina sehemu nne. Kila sehemu imeanza kwa ukurasa wenye rangi ya njano, ambao ni ukurasa wenye jina la mada.

1. Mipango Ya Mwalimu Kufundishia Somo
2. Mwongozo Wa Mwanafunzi
3. Mwongozo Wa Somo
4. Mtihani Wa Mwanafunzi Na Cheti Cha Somo

Maelezo juu ya jinsi ya kutumia kila sehemu yanapatikana mara tu baada ya utangulizi wa ukurasa unaofuata.

Utangulizi

Hili ni somo moja katika mfululizo wa masomo ulioandaliwa kwa ajili ya kuwafundisha Wakristo wapya. Tunaamini kwamba lipo hitaji kubwa sana siku hizi la kuwasaidia Wakristo wapya ili wahusishe mafundisho ya Kristo na maisha yao ya kila siku kwa vitendo. Mafundisho haya pia yanaweza kutumiwa vizuri sana kwa ajili ya huduma kwa vijana kanisani na watu wazima wanaotamani kufanya Ukristo kuwa sehemu ya maisha yao kila siku.

Kusudi kubwa la somo hili na mfululizo mzima wa *Mafunzo ya Vikundi kwa Maisha Mapya* ni kuwatambulisha Wakristo wapya kwa maswali muhimu yanayohusu maisha. Hatujaribu kuwapa mafundisho yatakayokuwa ndiyo mwisho kuhusu mada husika.

Kamati ya Mtaala ya Huduma ya Teen Challenge Marekani, ina mpango wa kuendelea kupitia upya na kufanya marekebisho kwa masomo haya. Tunakaribisha mawazo yoyote au hoja za kutasaidia kuyaboresha.

Jinsi ya kutumia Mwongozo huu Wa Mwalimu

1. Mipango Ya Mwalimu ya Kufundishia Somo

Kurasa za kwanza katika sehemu hii zinatoa mtazamo wa somo zima kwa ufupi.

Ukurasa unaofuata utakuwa ni nakala ya *Orodha Ya Kazi Za Darasani*. Hii orodha inaonyesha wakati ambapo kila zoezi katika Mwongozo wa Somo linatakiwa kukamilishwa, na wakati kila chemsha bongo na mtihamu zitatolewa. Kila mwanafunzi anapaswa kupewa habari stahiki kwa ajili ya ukurasa huo mwanzoni mwa kila somo. Kitabu hiki cha Mwongozo wa Somo tayari kina nakala isiyoandikwa chochote ya fomu hiyo, kwenye jalada la nyuma upande wa ndani.

Kitakachofuata ni mipango kwa ajili ya kufundishia kila somo. Hiyo yote ina kitu kinachoitwa Kweli Kuu ya Kibiblia pamoja na Mstari Mkuu. Hivyo vitu viwili vinaweza kutolewa mwanzoni mwa kipindi cha darasa. Pia vinasaidia kufanya mjadala ulenge yanayotakiwa kwa wakati wote.

Chini ya Kweli Kuu ya Kibiblia na Mstari Mkuu, kuna maelezo machache jinsi ya kufundisha somo lenyewe. Mara nyingi, marejeo yanaelekezwa kwa Mwongozo wa Mwanafunzi au kwa Zoezi linalopatikana katika Mwongozo wa Somo.

Kila somo humalizika kwa shughuli ya kufanya katika “Kufanyia Kazi Somo Maishani.” Umuhimu wa kipengele hiki hauelezeki. Wakristo wapya wanahitaji mwongozo ulio wazi kuhusu jinsi ya kuanza kufanyia kazi mafundisho haya katika maisha yao ya kila siku. Hakikisha kwamba una toa nafasi ya kutosha ili kuwasaidia wanafunzi wako kuanzisha shughuli hii.

Mwisho wa kila mpango wa kufundishia somo kuna orodha ya kazi za wanafunzi kufanya.

Mengi katika masomo haya yalikusudiwa kuwa na vipindi vitano vya darasa, kila kimoja kikidumu kwa saa moja. Kipindi cha mwisho darasani ni kwa ajili ya mtihani. Masomo yote 14 katika mfululizo huu yanaweza kukamilishwa katika kipindi cha miezi kati ya mitatu hadi minne, kama darasa litakutana kwa siku tano katika wiki. Ikiwa unafanya darasa kwa saa moja tu kwa juma, unaweza kukamilisha somo moja kwa mwezi – na mfululizo wote kwa kama mwaka mmoja. Mengi katika haya masomo yanaweza kupanuliwa na kufundishwa kwa muda mrefu, au kwa madarasa zaidi.

2. Mwongozo Wa Mwanafunzi

Kitabu hiki cha Mwongozo wa Mwanafunzi chaweza kutimiza makusudi mawili. Unaweza kutaka wanafunzi wasome kurasa husika katika kujiandaa kwa ajili ya somo linalofuata. Au, unaweza kuwataka wakisome baada ya wewe kufundisha somo, ili kufanya kama marudio na kuwa kama njia ya kuisitiza na kukazia kilichofundishwa darasani.

Tunakutia moyo uwaambie wanafunzi wajiandikie notsi darasani, hata ingawa utawapa Mwongozo Wa Mwanafunzi. Wanayojiandikia wenyewe pamoja na mazungumzo na mijadala darasani vitawasaidia sana kuelewa vizuri baadhi ya mada zinazoshughulikiwa katika Mwongozo Wa Mwanafunzi.

3. Mwongozo Wa Somo

Mazoezi yaliyo katika Mwongozo wa Somo yameandaliwa ili kumpa mwanafunzi kazi ya kufanya nje ya darasa. Baadhi ya kazi-mradi hizo zinasaidia kumwandaa mwanafunzi kwa ajili ya somo la darasa linalofuata.

Mengi ya mazoezi haya yamekusudiwa kuwasaidia wanafunzi wajikite ndani zaidi na kutazama baadhi ya maswala yanayojadiliwa darasani kwa kina. Lengo kuu la kazi hizo nyingi ni kuwasaidia wanafunzi wagundue njia za kufanyia kazi hizo za kweli za Biblia katika maisha yao ya kila siku.

4. Mtihani Wa Mwanafunzi na Funguo la Majibu ya Mtihani

Mitihani hii imeandaliwa ili kutoa kipimo rahisi tu cha maendeleo ambayo kila mwanafunzi alipata katika uelewa wa kweli za Biblia zinazoshughulikiwa katika somo hili. Karatasi ya Majibu kwa ajili ya mtihani husika iko mara tu baada ya ukurasa wa mwisho wa ile nakala mfano ya mtihani wa mwanafunzi, katika Mwongozo huu wa Mwalimu.

5. Cheti Cha Somo

Cheti cha somo ni kwa ajili ya kuwatambua wale wanaomaliza kazi yote inayotakiwa kwa ajili ya somo hili na kufaulu mtihani. Mfano wa cheti hicho cha somo upo katika ukurasa wa mwisho wa kitabu hiki cha Mwongozo wa Mwalimu. Cheti cha Kufuzu pia kinapatikana kwa wale wanafunzi wanaomaliza masomo yote 14 katika mfululizo huu wa *Mafunzo ya Vikundi Ya Maisha Mapya*. Pia, mfano upo katika kile kitabu kinachoitwa *Kuwatambulisha waalimu kwa Mafunzo ya Vikundi kwa Maisha Mapya*.

Jinsi Masomo Haya Yalivyotokea

Sulemani alisema, hakuna kitu kipya chini ya jua. Maneno hayo yanaweza kufaa hata kuhusu masomo haya. Mawazo yake mengi si mapya. Tunataka kutoa shukrani zetu maalum kwa Institute in Life Principles (Taasisi Ya Kanuni Za Maisha) kwa ushawishi mkubwa katika maisha ya watu waliotayarisha masomo haya. Masomo mengi yana alama za huduma hiyo ya Institute in Life Principles.

Nataka pia kutoa shukrani zangu za dhati kwa walimu wengi sana na maelfu ya Wakristo wanya ambao wametumia masomo haya katika kipindi cha miaka kadhaa iliyopita. Mawazo yao yamekuwa na mchango mkubwa sana katika maandalizi ya masomo haya. Pia ninamshukuru sana Ndugu Don Wilkerson kwa kunipa nafasi ya kufanya kazi katika kituo cha huduma ya Teen Challenge pale Brooklyn, New York, tokea mwaka wa 1971 hadi 1975. Katika miaka hiyo ndipo matayarisho yalipoanza ya masomo haya yaitwayo *Mafunzo ya Vikundi kwa Maisha Mapya*.

Toleo la tano la *Mafunzo ya Vikundi kwa Maisha Mapya* lilitayarishwa kwa msaada wa kamati ya Mitaala ya huduma ya Teen Challenge Marekani. Natoa shukrani maalum kwa wote waliosaidia katika mapitio na marekebisho hayo.

Sera Kuhusu Kunakili Machapisho Haya

Vitabu vya Mwalimu na kila kitu cha mwanafunzi kinachohusiana na masomo haya ya *Mafunzo ya Vikundi kwa Maisha Mapya* kinalindwa na Sheria za Haki Miliki. Mpango maalum umefanywa ili kufasiri masomo haya kwa lugha hii ya Kiswahili. Masomo haya yanaweza kuchapwa na kugawanywa kwa ajili ya matumizi katika huduma za Teen Challenge na zinazofanana nazo, katika makanisa ya mahali fulani, shule na mashirika mengine na hata watu binafsi. Pia, yanaweza kupatikana kwenye mtandao kwa tovuti hii: www.iTeenChallenge.org Lakini, yasiuzwe. Yatolewe bure. Kwa wanaotaka kuchapisha na kuuza, wapate ruhusa kwa maandishi kutoka kwa Global Teen Challenge.

Dave Batty

Pendekezo Kuhusu Mpangilio Wa Kufundisha

Somo hili ni moja kati ya 14 katika mfululizo wa *Mafunzo ya Vikundi kwa Maisha Mapya*. Masomo yote 14 yameorodheshwa hapa kama pendekezo la jinsi ya kuyafundisha. Mfuatano huu ulitayarishwa kwa ajili ya ufundishaji endelevu wa masomo haya. Tunaweza kuutazama kama picha ya gudurumu lenye vyuma kumi na vinne. Masomo haya hayategemei linalotangulia. Kila somo linasimama lenyewe. Basi, mwanafunzi anaweza kujiunga na madarasa wakati wowote na akaingia tu vizuri kwenye mfumo.

1. Naweza je Kujua Mimi Ni Mkristo?
2. Kuitazama Biblia Kwa Haraka
3. Mtazamo
4. Majaribu
5. Maisha Ya Kikristo Yenye Mafanikio (ni pamoja na mafunzo juu ya huduma ya Roho Mtakatifu.)
6. Kukua kupitia kufeli
7. Matendo Ya Kikristo (Mahusiano Katika Kanisa La Mahali)
8. Utiifu kwa Mungu
9. Utiifu kwa Mwanadamu
10. Hasira na Haki za Kibinafsi
11. Jinsi Ya Kujifunza Biblia
12. Kujipenda na Kujikubali Mwenyewe
13. Mahusiano yako wewe Binafsi na Wengine
14. Nguvu Ya Kiroho na Mambo Yasio Ya Kawaida

Tazama kitabu kitiwacho, ***Kuwatanguliza waalimu kwa Mafunzo ya Vikundi kwa Maisha Mapya***, ili kupata maelezo zaidi juu ya kufundisha masomo hayo.

Mipangilio ya Masomo Kwa Mwalimu

Angalia ukurasa wa 4 wa Mwongozo wa Mwalimu kwa habari zaidi
kuhusu matumizi ya mipangilio hii ya masomo

Maelezo ya Jumla ya Somo

1. Somo hili lina uwezekano wa kuibua utata lakini mada yake ni ya kuvutia wanafunzi. Kunayo mipango 9 ya mwalimu kufundishia na wa 10 kwa ajili ya mtihani.
2. *Hasira na Haki za Kibinafsi* imetambuliwa na wanafunzi wa zamani kama mojawapo wa somo lenye ushawishi zaidi katika kozi zote 14 katika mfululizo wa *Mafunzo ya Vikundi kwa Maisha Mapya*. Ingia katika kozi hii ukiwa na matarajio kuwa itakuwa yenye kubadilisha maisha kwa wengi wa wanafunzi wako pia.
3. Siku moja au mbili kabla ya kipindi cha kwanza, tambulisha kozi hii kwa wanafunzi na uwape kazi ya kwanza. Zoezi la kwanza katika Mwongozo wa Somo linapaswa kukamilishwa kabla ya kipindi cha kwanza. Wape Mwongozo wa Mwanafunzi na uwaagize wasome Sura ya kwanza ambayo itajadiliwa katika kipindi cha kwanza.
4. Katika ukurasa unaofuata wa mwongozo huu wa mwalimu, kunayo nakala ya *Orodha ya Kazi za Darasani* inayotoa tarehe ambayo kila zoezi linapaswa kukamilishwa. Waulize wanafunzi wajaze tarehe inavyofaa katika fomu wakitumia nakala tupu iliyo nyuma ya Mwongozo wa Somo.
5. Mazoezi ya 3 na 4 katika Mwongozo wa Somo yanahitaji maelezo spesheli. Hii ni kwa sababu yale yaliyomo katika mazoezi haya 2—pana wito wa kusalimisha kibinafsi haki zao kwa Mungu. Hili si jambo ambalo tunapaswa kuwataka wanafunzi walitende—sawia na kuwapa zoezi linalowataka wawe Wakristo. Kufanya uamuzi wa kutendea mafundisho kazi kibinafsi katika maisha yao si uamuzi wa mwalimu bali ni wa kila mwanafunzi kufanya.

Mazoezi ya 3 na 4 yanafuatia Somo la 2. Zoezi la 3 linaweza kutumika katika kipindi cha darasa, na Zoezi la 4 ni la hiari. Mwongozo wa Somo wa Mwalimu unatoa mapendekezo ya ziada kuhusu mazoezi haya.
6. Katika majadiliano ya mambo katika kozi hii yote, itakuwa vizuri ukiweka mipaka ya mjadala. Utashughulikia hali halisi pekee, sio mambo ya kudhaniwa. Katika kozi hii kuna maswali mengi ya “Je, iwapo ...” ambayo yataulizwa na wanafunzi. Haya yanaweza kuwaingiza katika njia ya kubahatisha. Dhibiti mijadala ili izingatie visa halisi nawe utakuwa na wepesi wa kubakia kwenye lengo la kila somo.
7. Baadhi ya wanafunzi wako huenda wakawa na hali zilizowasababisha kuwa na tatizo la hasira katika maisha yao—kunyanyaswa kimapenzi utotoni, kuumizwa sana kutoka na kusalitiwa na wengine, au matatizo mengine mazito. Ni muhimu kuwasaidia ili waone kuwa kozi hii haitatua kwa ghafla masaibu yote ya awali. Huenda pakawa na haja ya kufuatilia baadhi ya wanafunzi kibinafsi ili kuwapa msaada wako, au kuwaelekeza kwa msaada wa mshauri.
8. Baadhi ya wanafunzi watahitaji msaada katika mchakato wa kuelewa njia mpya za kuitikia hali ambazo kwa kawaida huwa wanatumia hasira. Ungependa unaweza kuwaomba wafanye jambo hili katika mkutadha wa Madarasa ya *Mafunzo ya Kibinafsi kwa Maisha Mapya*.

Orodha Ya Kazi Za Darasani

Mada ya Somo: _____ Hasira na Haki za Kibinafsi _____

Chemsha Bongo Mstari wa kumbukumbu

Tarehe

- | | |
|--------------------------------|-----------------------|
| 1. _____ Waefeso 4:26-27 _____ | _____ Siku ya 3 _____ |
| 2. _____ Yakobo 1:19-20 _____ | _____ Siku ya 4 _____ |
| 3. _____ Mithali 15:1 _____ | _____ Siku ya 7 _____ |

Zoezi

Tarehe ya Kuwasilisha

1. _____ Siku 1 _____
2. _____ Siku 2 _____
3. _____ Siku 3 _____
4. _____ Chaguo (Kufuatilia Somo la 2) _____
5. _____ Siku 4 _____
6. _____ Siku 4 _____
7. _____ Siku 5 _____
8. _____ Siku 6 au 7 _____
9. _____ Siku 8 au 9 _____
10. _____ Siku 9 _____

Mtihani Tarehe _____ Siku 10 _____

1

Somo la 1

Ni kwa njia gani nimetumia hasira maishani mwangu?

1. Kweli Kuu ya Kibiblia

Ninahitajika kuangalia kwa maakini jinsi hasira imeathiri maisha yangu.

2. Mstari Mkuu

Waefeso 4:26-27 (Tafsiri ya Union Version)

Muwe na hasira, ila msitende dhambi; jua lisichwe na uchungu wenu bado haujawatoka.²⁷ wala msimpe Ibilisi nafasi.

3. Mafundisho ya mwanafunzi yaliyotumiwa katika somo hili

Sura ya kwanza katika Mwongozo wa Mwanafunzi inaambatana na somo hili. Mwongozo wa Somo Zoezi la 1, “*Kutambua Hasira Yangu*,” utatumiwa katika somo hili.

4. Maandalizi ya Mwalimu Kwa Ajili Ya Somo Hili

Unapojiandaa kufundisha somo hili, kuna mambo matatu makuu ambayo unapaswa kuyazingatia ili kuhakikisha umekamilisha somo hili.

1. Njia tofauti ambazo watu kuonyesha hasira.
2. Hasira inataka kutawala maisha yako. (#10 katika ukurasa wa 14 wa mpangilio wa somo hili.)
3. Lazima uchukue jukumu kwa hasira yako (#12 ukurasa wa 15 wa mpangilio wa somo hili)

Vidokezo hivi viwili vya mwisho vinapaswa kuwa vidokezo viwili vikuu ambavyo ni sehemu ya marejeleo ya kila kipindi cha darasa. Ukipenda, huenda utengeneza mabango ya taarifa hizi mbili kisha uyaangike kwa ukuta wa darasa lenu kwa muda wote wa kozi hii.

5. Zoezi la utangulizi wa somo (Dakika 3-5)

A. Hadithi Kuhusu Hasira

Anza somo la leo kwa hadithi kuhusu hasira. Tumia mfano kutoka kwa maisha yako, au hadithi ya mwanafunzi wa awali katika darasa lako, au mfano kutoka katika maisha ya familia yako. Unaweza pia kutumia mfano kutoka kwa habari zilizopo ambazo zinatoa mfano wa hasira na matokeo yake haribifu.

Tumia hadithi hii kama njia ya kuwaelekeza wanafunzi kwa **Kweli Kuu ya Kibiblia** ya leo.

B. Sehemu ya Video Iitwayo “The Incredible Hulk” (“Jitu Kuu”)

Pengine ungependa kuonyesha sehemu fupi kutoka kwa video ya “The Incredible Hulk” ambayo inaonyesha kile kinachotokea wakati mtu huyu anakasirika. Yawezekana huu sio mfano wa kiroho sana, lakini unaonyesha ukweli kuwa hasira hutubadilisha sisi na kuwa mtu tofauti tunapo iruhusu kututawala.

6. Toa utangulizi wa Somo hili kuhusu Hasira (Dakika 2-3)

Unapoanza kipindi hiki cha kwanza cha darasa, watie moyo wanafunzi wako kuwa somo hili lina uwezo wa kuleta mageuzi katika maisha yao. Waambie kuwa zaidi ya nusu ya wanafunzi wa awali wametambua kozi hii kama moja iliyokuwa na athari kuu zaidi katika maisha yao katika ya kozi zote 14 katika *Mafunzo ya Vikundi kwa Maisha Mapya*.

Hii itakuwa kozi ngumu sana kwa baadhi ya wanafunzi. Iwapo watamskiza Mungu kwa uangalifu katika kozi yote, watapata ufahamu mpya kuhusu jinsi wanavyoweza kushinda nguvu za uharibifu wa hasira katika maisha yao.

Katika kipindi hiki cha kwanza cha darasa tutaangalia jinsi tumetumia hasira katika maisha yetu ya awali.

7. Jadili Hoja A: Je, Hasira inaonekanaje maishani mwangu? (Dakika 10-15) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 4-8

Mwongozo wa Mwanafunzi unaorodhesha njia 9 ambazo kwazo watu huonyesha hasira yao—na orodha inaweza kuwa ndefu. Badala ya kuanza kwa orodha iliyo katika Mwongozo wa Mwanafunzi, tumia tendo lifuatalo kuanzisha sehemu hii ya kipindi cha darasa.

Waulize wanafunzi wako watambue njia tofauti ambazo watu wanatumia kuonyesha hasira kisha uandike majibu katika ubao, au katika karatasi kubwa. Pengine ungependa kutumia msaada wa mwanafunzi mmoja kuandika majibu ubaoni au katika karatasi.

Itakuwa muhimu sana kwako kutoa mifano ya kila moja ya vidokezo hivi. Waulize wanafunzi watoe mfano wa kila moja. Njia moja ya kutimiza hili ni kuwauliza wanafunzi wasimulie mifano kutoka kwa Mwongozo wa Somo Zoezi 1, “**Kutambua Hasira Yangu.**” Katika Sehemu Ya Kwanza ya zoezi hili, wameulizwa kuorodhesha hali mbili tofauti ambazo walikuwa wamekasirika.

Moja ya mambo ambayo ungependa kufanya ni kujadili matokeo ya kutumia kuitikia kwa namna tofauti. Warejeshe kwa Mstari Mkuu wa leo, na jinsi kwa wengi wetu, hasira yetu ilifanyika kuwa nafasi ya ibilisi ya kutujaribu ili tuifuate njia ya dhambi tunapoitikia kwa hasira.

Unapofanyia kazi orodha hii ya njia tofauti ambazo watu huonyesha hasira zao, wape wanafunzi wako changamoto ya kutambua mbinu ambazo wamezoea kutumia.

1

8. Tumia Mwongozo wa Somo Zoezi 1, “Kutambua Hasira Yangu” (Dakika 4-6)

Sehemu ya 2 ya Zoezi 2 ina orodha ya njia 9 ambazo kwazo watu hujibu kutokan na hasira. Wanafunzi wako wanapaswa kuwa tayari wamekamilisha zoezi hili. Iwapo hawajafanya hivyo, waulize wakamilishe hivi sasa, ukiwapa kama sekunde 90 pekee za kukamisha.

Waulize wanafunzi wako kushiriki maoni yao wenyewe kuhusu sehemu hii ya Zoezi 1. Njia nyingine ya kufanya hivi ni kuorodhesha mbinu zote 9 kwenye bango la karatasi na kisha kuuliza kila mwanafunzi akupatia idadi ya mbinu walizoziweka kwa kiwango cha juu zaidi. Iwapo wako na zaidi ya mbinu moja zenye usawa wa kuwa kwenye kiwango cha juu zaidi, basi waulize wataja mbinu zote zenye kiwango hicho.

Weka alama kwenye chati ya mbinu 9 iliyo kwenye bango kufuatana na jibu la kila mwanafunzi. Baada ya wote kutoa majibu yao, onyesha tofauti za majibu zinazodhihirishwa na mbinu hizi 9.

9. Jadili Hoja B: Ni nini kinaipa hasira nguvu nyingi sana maishani mwangu? (Dakika 5-10) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 8-9

Hasira ni mhemko wenye nguvu sana, nguvu kiasi cha kutawala jinsi mtu anavyoitikia hali fulani.

Jadili kila moja ya vitu vitatu vilivyo orodheshwa katika Mwongozo wa Mwanafunzi ambavyo vinachochea hasira.

Woga

Kuumizwa

Kukatishwa tamaa

Unapojadili kila moja ya hivi, toa mifano kutoka kwa maisha yako, au waulize wanafunzi watoe mifano ya hali halisi kuhusia na hivi vitu.

Cha kwanza—woga—huenda ikawa vigumu zaidi kwao kuelewa. Wanaume hasa hutumia hasira wakati wanapopattwa na woga. Waulize wanafunzi kukupatia mifano ambayo inaambatana na kila mojawapo ya maeneo haya yanayochochea hasira.

10. Jadili Hoja B-4: Je, Hasira inatawala maisha yako? (Dakika 3-5) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 9

Wazo hili la hasira kutawala maisha yao ni sehemu muhimu sana ya somo hili. Wakati tumekasirika, tuna mazoea ya kusema vitu ambavyo tunajutia baadaye, au tunafanya vitu vinavyotuingiza taabani. Katika hatua hii usijaribu kuingilia mjadala wa jinsi ya kutatua tatizo hili. Kile tunachotaka kufanya wakati huu ni kuwafikisha mahali pa kuona kuwa hasira yao inataka kutawala maisha yao.

Katika sehemu nyingine ya kozi hii tutatumia wazo hili tunapozungumzia hatua ambazo wanaweza kuchukua ili kushughulikia tatizo la hasira yao.

11. Tambulisha Hoja ya C: Ni kwa njia gani hasira illingia maishani mwangu kwa kiasi hiki? na Jadili Hoja C-1: Ulijifunza jinsi ya kutumia hasira yako (Dakika 2-3) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 10

Ni muhimu kuwasaidia wanafunzi wako kuelewa jinsi walivyofikia mahali pa kuonyesha hasira wanavyofanya leo. Wajulishe kuwa walijifunza kukasirika—walisoma mbinu zote wanazotumia kuonyesha hasira yao. Chochote walichosoma, wanaweza “kusomoa.” Wanaweza kujifunza mbinu mpya za kujibia hasira zao.

12. Jadili Hoja C-2: Lazima uchukue jukumu kwa hasira yako (Dakika 3-4) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 10-11

Moja wa mambo makuu tunayotaka kusisitiza katika sehemu hii ni kuwa kila mmoja wetu ni lazima uwajibikie kibinafsi hisia za hasira yake. Tunaona wepesi kusema na kuamini—“Unanifanya nikasirike!” Lakini ukweli ni kuwa tunachagua kutumia hasira yetu. Hii ni hisia yangu—siwezi kukulaumu kwa “kunisababisha” nikasirike. Sasa wewe unaweza kuwa umefanya mambo maovu sana na ya kuniumiza, ambayo yanafanya iwe rahisi kwangu kujibu kwa hasira, lakini bado ni uamuzi wangu wa kukasirika.

Huu pia ni wakati mzuri wa kuzungumza kuhusu hasa tunachokimaanisha tukisema, “Unasababisha nikasirike.” Kile hasa ninachosema ni, “Unanitawala. Wewe ni bwana wangu.” Iwapo mtu mwingine anaweza kubonyeza, nawe unaitikia kwa hasira—huyo ndiye anayetawala maisha yako. Je, hicho ndicho unachokitaka? Je, ungependa mtu huyu atawale maisha yako?

Tena sababu ya kipekee inayopelekea mtu mwingine kukutawala ni kuwa wewe umempa utawala. Unapomruhusu mtu mwingine kukukasirisha, kile hasa unachokifanya ni kumpa mamlaka juu ya hisia yako. Badala yako kuchagua ni lini na vipi utakavyoitikia kupitia kwa hisia yako, umempa mwingine uwezo huo. Je, hivyo hasa ndivyo unavyotaka maisha yako yawe? Ungependa mtu huyu anayekusababisha kukasirika awe mtawala wa maisha yako? Tukisema kwa wazi kabisa—ungependa kuwa mtumwa wa mtu huyu?

Jambo kuu la kufanyia kazi katika hatua hii ni kuwa ni lazima wawajibikie hasira zao. Huenda ukapenda kutengeneza bango la kuangika ukatani lisemalo, “Mimi ninawajibika kwa ajili ya hasira yangu.” Hii ndiyo moja ya fikra muhimu wanayopaswa kuchukua kutoka kwa kipindi cha darasa la leo.

13. Jadili Hoja C-3: Hasira inaweza kuwa uraibu (Dakika 2-4) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 11

Unapojadili hatua hii, uliza darasa lisimulia uzoovu wao binafsi ama mifano mingine ya kueleza jinsi hasira kama uraibu imewatawala watu. Kunao baadhi yao ambao watazungumzia hasira ambayo imezidi kiasi cha kutozulika.

Ukweli ni kwamba hasira yetu inaweza kufikia mahali ambapo inaonekana kuwa ya kututawala badala yetu sisi kuitawala.

1

14. Matumizi Binafsi ya Somo (Dakika 5-8)

- A. Unapoingia katika sehemu ya kutendea kazi kibinafsi katika somo hili, huenda ungependa kuwarejesha kwa Kweli Kuu ya Kibiblia, “Ninahitajika kuangalia kwa maakini jinsi hasira imeathiri maisha yangu.” Je, wanaweza kuona uharibifu ambao hasira imesababisha katika maisha yao na katika mahusiano yao na wengine?

Chaguo moja ni kuwataka waandike jinsi hasira imekuwa nguvu za uharibifu katika maisha yao. Je, ni uharibifu gani hasira imeleta katika maisha yao au maisha ya wapendwa wao? Unaweza kuhitimisha kwa ombi la kumwuliza Mungu msaada wa kuanza kubadilisha njia ambayo tunatumia hasira zetu.

- B. Waombe wanafunzi wako kutafakari swali lililoko kwenye ukurasa 9 katika Mwongozo wa Mwanafunzi—**Je, Hasira inatawala maisha yako?** Waulize watafakari kuhusu kile ambacho huwa kinaendelea ndani ya moyo wapokuwa wamekasirika. Watie moyo kuandika maoni yao kuhusu hili.
- C. Wape changamoto wanafunzi wako ya kuanza kunakili wiki hii kuhusu hali tofauti ambazo wanajipata wamekasirika. Mifano hii itatumika katika vipindi vilivyosalia tutakapokuwa tukiangalia njia mpya za kushughulikia hasira zetu. Waombe wajaribu kutambua kilichochochea hasira yao katika kila hali.

15. Kazi

- A. Iwapo bado hujafanya hivyo tayari, toa Mwongozo wa Mwanafunzi kwa kozi hii. Waagize wanafunzi wasome sura ya 2 kutoka kwa Mwongozo wa Mwanafunzi kama maandalizi ya kipindi cha darasa lijalo. Watie moyo kusoma sura ya 1 tena ili kuhakiki mambo yaliyoshughulikiwa katika kipindi cha darasa la leo.
- B. Sahihisha Mwongozo wa Somo Zoezi la 1, “**Kutambua Hasira Yangu.**”
- C. Pia watie moyo waangalie Mwongozo wa Somo Zoezi la 2, “**Haki Yangu ya Kibinafsi**” kisha waanze kulifanyia kazi baada ya kusoma Sura ya 2 katika Mwongozo wa Mwanafunzi. Eleza kuwa tutafanyia kazi zoezi hili katika kipindi cha darasa kitakachofuata.

16. Kutathmini Somo

Tafadhali orodhesha mawazo yako kwa ajili ya kuboresha somo hili.

Je, ni sehemu gani zilizofanya kazi vizuri?

Je, ni sehemu gani zilizokuwa ngumu zaidi sana kwa wanafunzi kuelewa?

Je, ni nini kulionekana kuwa cha msaada sana kwa wanafunzi?

Somo la 2

Je, Naweza je kuvunja nguvu hizi za uharibifu za hasira katika maisha yangu?

2

1. Kweli Kuu Kibiblia

Kama Mkristo, mimi napaswa kusalimisha haki zangu za binafsi kwa Mungu.

2. Mstari Mkuu

2 Wakorintho 9:7 (Tafsiri ya Union Version)

Kila mtu na atende kama alivyokusudia moyoni mwake, si kwa huzuni, wala si kwa lazima; maana Mungu humpenda yeye atoaye kwa moyo wa ukunjufu.

3. Mafundisho ya mwanafunzi yaliyotumiwa katika somo hili

Sura ya 2 katika Mwongozo wa Mwanafunzi inaambatana na somo hili. Tutatumia mazoezi mataatu yafuatayo kutoka kwa Mwongozo wa Somo katika kipindi cha leo cha darasa.

Zoezi la 2, “Haki Yangu ya Kibinafsi”

Zoezi la 3, “Kujitoa Kwangu kwa Haki Zangu za Kibinafsi”

Zoezi la 4, “Jaribio langu la kwanza bila haki za Kibinafsi”

4. Mpango wa Mwalimu kwa kipindi hiki cha darasa

Huenda hiki ndicho kipindi chenye changamoto zaidi katika kozi nzima. Utahitajika kumakinika kumudu wakati wa kipindi hiki cha darasa ili kuhakikisha kuwa unatoa wakati wa kutosha kwa suala la kipaumbele—kusalimisha haki zako za kibinafsi kwa Mungu.

Fundisha pointi za A na B haraka, kisha tumia sehemu kubwa ya kipindi cha darasa kufunza pointi ya C. **“Haki zangu za kibinafsi zinahusiana vipi na hasira yangu?”** Hakikisha kwamba umefikia pointi ya C, pointi dogo 1-3 katika kipindi hiki cha darasa ili utimiza lengo la Kufanyia Somo Kazi Kibinafsi katika uamuzi wao wa kusalimisha haki zao kwa Mungu.

Tengeneza bango lenye ufafanuzi wa “haki za mtu kibinafsi” zilizoordheshwa katika ukurasa wa 15 katika Mwongozo wa Mwanafunzi: **“Haki za kibinafsi ni sheria ambayo nimejitungia na ambayo ninatarajia wengine waitii.”**

5. Zoezi la utangulizi wa somo (Darasa 2-3)

Chagua moja kati ya vifuatavyo ili kuanzisha kipindi cha leo cha darasa. Waweza kuanza tendo la kutayarisha kipindi kwa kurejea mada ya somo la leo, au ukitumie mada kama mpito kutoka kwa Zoezi la utangulizi wa somo kuingia kwa sehemu ya somo linalofuata.

- A. Tumia hadithi kutoka kwa habari za sasa kuhusu janga fulani ambamo hasira ilipelekea mtu kuumizwa au kuuawa kutoa mfano wa nguvu angamizi za hasira.
- B. Unaweza kumwomba mwanafunzi asimulie mfano wa jinsi hasira zimeleta uharibifu katika maisha yao.
- C. Unaweza kusimulia hadithi ya mwanafunzi kutoka kwa darasa la awali, au kutoka kwa maisha yako mwenyewe, ambapo hasira ilileta uharibifu.

6. Kupitia kwa haraka kipindi cha darasa lililopita (dakika 1-3)

Anza kwa kupitia kwa haraka mambo makuu 3 kutoka kwa sura 1.

- Kuna njia nyingi za kujibia hasira.
- Hasira inataka kutawala maisha yako.
- Ni lazima niwajibikie hasira yangu.

Vidokezo hivi vitatu vinaelekeza kwa mada tutakayofanyia kazi leo—nguvu za kuangamiza zinazotokana na hasira katika maisha yetu.

7. Anzisha kipindi cha darasa la leo (dakika 1-3) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 12

Mada ya Sura 2 katika Mwongozo wa Mwanafunzi mada hiin inajumlisha suala kuu la kipindi cha darasa la leo: **“Je, ninawezaje kuvunja nguvu hizi haribifu za hasira maishani mwangu?”** Dokeza kuwa hatuzungumzii tu hasira isiyozuilika na isababishayo mtu kuua. Cha muhimu ni kuzingatia “nguvu za uharibifu za hasira,” na kusaidia kila mwanafunzi kuona bayana jinsi hili linavyoonekana katika maisha yao.

Somo hili limejengwa juu ya dhana kuwa wanafunzi wako wangependa kubadilisha jinsi wanavyoshughulikia hasira. Leo tutazungumza kuhusu hatua za kimatendo wanazoweza kuzichukua ili kuleta mabadiliko katika maisha katika namna wanavyoshughulikia hasira.

Changamoto yetu leo ni kujifunza jinsi ya kusitisha nguvu zake za kuangamiza katika maisha yetu na kuanza kusonga kuelekea kwa matumizi ya hasira kwa njia inayompendeza Mungu.

**8. Kwa kifupi jadili hoja ya A. Hakuna suluhu za “Mazingaombwe”
(dakika 1-2) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 12**

Kwa haraka fanyia kazi hatua hii. Iwapo wanafunzi wako kwa kweli watalijibu swali lililo katika mada ya Sura 2, ni sharti watambue kuwa huu ni mchakato, sio tukio wakati mmoja. Sio muda wa kichawi ambapo hasira yao itatoweka ghafla.

Iweke bayana kuwa wanafunzi wako hapaswi kumwomba Mungu awaondolee hasira. Alituumba tukiwa na mhemko huu. Fikiria hii—hakuna suluhu za kichawi—kimsingi ni uhakiki wa ukweli kwamba somo hili litakuwa gumu kulifanyia kazi katika maisha yao.

**9. Kifupi jadili hoja ya B. “Anza na mwisho”
(dakika 2-4) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 13-15**

Kusudi kuu la fikira hii ni kuwasaidia waone picha kuu hapa. Tunataka wao waone thamani ya kuchukua muda fulani wa kibinafsi—nje ya darasa—kutafakari juu ya nafasi ambayo hasira wamekuwa nayo katika maisha yao, na wawe na nia ya kubadilisha. Kwa kuanza na mwisho, tunasema tu kuwa itawasadia kuwa na lengo wazi katika mawazo.

Maswali mawili yanaweza kuwasaidia kuamua malengo yao:

1. Unataka kuwa wapi?

2. Je, Mungu anataka uwe wapi?

Haya maswali kutoka kwa Mwongozo wa Mwanafunzi (ukurasa 13) yanatupatia muhtasari mfupi wa tafakari yao. Kazia kuwa ili kujibu swali #2, itwabidi kutumia muda kujifunza Biblia, kwa kuwa hapo ndipo watakapopa jinsi Mungu apendavyo wao watumie hasira yao kwa njia ya kumpendeza.

Swali la 3, “Uko wapi leo hii?” si swali unalopaswa kutumia muda wa darasa sasa hivi kulijibu. Wapatie changamoto tu warejeele maswali haya wanapopitia kozi nzima. Kujua mahali walipo leo kutawasaidia kuanza kupiga hatua za kuendelea kwa mwelekeo ulio sawa.

**10. Jadili Hoja ya B-4. “Hatua ya 1—Je, Umekuwa Mkristo?”
(dakika 2-3) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 14-15**

Hili ni swali muhimu kwa wanafunzi wako la kutafakari, lakini ambalo wewe huenda ukalizingumzia kwa ufupi kidogo, ikitegemea wanafunzi wako. Iwapo unajua kuwa huenda ukawa na wanafunzi ambao hawajafanya uamuzi wa kufuata Kristo, basi unapaswa kueleza kuwa kile unachofunza kuhusa hasira huenda ikawa vigumu sana kwao kukifanyia kazi katika maisha yao.

Kile tunachokisema hasa ni kwamba, kuwa na uhusiano wa kibinafsi na Yesu ni hatua muhimu sana ya kuvunja nguvu za hasira zinazoharibu katika maisha yao. Yeye atatupatia nguvu za kufanya mabadiliko yanayohitajika. Hatutaki kumshurutisha mtu yeyote kuwa Mkristo, lakini iwapo unajua kuwa hili ni suala kuu kwa baadhi ya wanafunzi wako, huenda unahitaji kutoa wakati shesheli kulizingumzia hili sasa.

11. Tahadhari kwa mwalimu kuhusu kufanyia kazi hoja ya C kuhusu haki za kibinfasi. Kuanzia kwa Mwongozo wa Mwanafunzi ukurasa 15

Unapofunza sehemu iliyobaki ya somo la leo, unapaswa kuhakikisha kuwa unashughulikia masuala makuu yote yanayohusiana na haki za mtu binafsi ili wapate picha kamili katika kipindi hiki cha darasa. Hakikisha kuwa hutalemewa na kutumia muda mwingi kwa wazo moja kisha ukose kuwa na wakati wa kutosha kumaliza mawazo makuu yote—C1 hadi C4 leo.

Hata hivyo, katika kipindi cha darasa kitakachofuata, tutaangalia kwa karibu jinsi kusalimisha haki za mtu binafsi kwa Mungu kunavyo athiri maisha yao, na kuangalia nusu ya pili ya Sura ya 2 katika Mwongozo wa Mwanafunzi. Katika kipindi cha darasa la leo, lengo letu la msingi ni kuwafanya waelewe haki za mtu binafsi ni nini, jinsi zinavyohusiana na hasira yao, na jinsi wanavyoweza kumpa Mungu haki zao za binafsi.

12. Tambulisha Hoja ya C. “Haki zangu za kibinafsi zinahusiana vipi na hasira yangu?” (Dakika 2-4) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 15

Suala hili la haki za mtu binafsi na jinsi zinavyohusiana na hasira sio njia ya kawaida ya kufunza kudhibiti hasira. Hata hivyo ninaamini ni funzo lenye nguvu ambalo linaweza kutufikisha kwa sababu ya msingi ya hasira.

Ule utangulizi wa aya moja hadi hoja ya C katika ukurasa wa 15 kwenye Mwongozo wa Mwanafunzi inajumlisha funzo hili. Pengine ungependa kuanza na ule mfano wa gugu. Chora picha ya gugu katika ubao au karatasi kubwa. Eleza kuwa hiyo sehemu ya mumea iliyo juu ya ardhi inawakilisha hasira yetu. Mizizi chini ya ardhi inawakilisha kile kinachochochea hasira. Kama unavyoona, mzizi wenyewe ni venye nguvu na umeingia ndani.

Kwa gugu hilo, ukikata tu majani yake yalio juu ya ardhi, hautaweza kuliua. Likaota majani mapya tena. Iwapo unataka kuliua, unapaswa kua mizizi.

Majani juu ya ardhi yanawakilisha hasira yetu, na mzizi wenyewe ardhini unawakilisha haki zetu za mtu binafsi. Hizi ndizo zinazochochea na kupatia hasira nguvu nyingi.

Rejerea wazo kutoka kwa somo la kwanza kuwa “Hasira inataka kutawala maisha yako.” Kama vile magugu yanavyobana mimea ya bustani, ndivyo hasira itakavyo tawala na kubana njia zingine zote za kuitikia hali unazokumbana nazo.

Waambie wanafunzi wako utarejelea mfano huu katika kipindi chote cha darasa la leo.



13. Jadili Hoja C-1. “Haki za kibinafsi ni nini?” na Hoja C-2. “Haki za kibinafsi hukuza hasira yangu vipi?” (Dakika 5-7) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 15-17

Dokeza kuwa “Haki za kibinafsi?” ni kanuni ambazo sisi tumetengeneza kwa ajili ya maisha yetu, na sisi tunatarajia watu wengine wazitii kanuni zetu.

Wengi wetu hawakuwahi kuketi na kuandika kanuni hizi kisha kuwapa watu wa familia na marafiki huku tukisema, “Itawapasa kuzitii kanuni hizi zangu.” Lakini pindi mtu anapovunja moja ya kanuni hizi, tunakasirika na kusema, “Wewe huna haki ya kunifanyia hivyo!” Na kwa hilo hasira yetu inalipuka.

Kile unachoweza kufanya ni kutenga wakati kwa ajili ya wanafunzi wako kutambua zile kanuni za kibinafsi—“haki za mtu binafsi”—ambazo wamekuwa wakitarajia wengine kutii. Waambie kuwa moja ya njia rahisi ya kutambua haki ya mtu binafsi ni kutafuta kile ambacho huwa kinasababisha wakasirike. Hili linaingiliana na hoja ya C-2 “Haki za kibinafsi hukuza hasira yangu vipi?” katika kurasa 17 katika Mwongozo wa Mwanafunzi, kwa hivyo ulete masuala yote pamoja katika mjadala huu.

Dokeza kuwa kadiri tunavyoshikilia sana kanuni zetu, ndivyo hasira yetu ilivyo kubwa pindi zinapokiukwa. Waweza kuwauliza baadhi ya wanafunzi kutoa mifano kutoka kwa maisha yao, au wewe utoe mifano kutoka kwa maisha yako.

Waelekeze wanafunzi wako waangalie Zoezi la 2, “**Haki Yangu ya Kibinafsi,**” katika vitabu vyao vya Mwongozo wa Somo mnapoanza mjadala. Iwapo hawajaanza zoezi hili tayari, unaweza kuwaeleza sasa wakiwa darasani jinsi ya kufanya zoezi hili. Pitia baadhi ya mifano ya haki za mtu binafsi tulizopewa katika Mwongozo wa Mwanafunzi katika ukurasa wa 15. Chagua haki yako ya binafsi ya kwanza kuhusu wale wanaokukosea heshima, au mfano mwingine unaoendana na darasa.

Hakikisha kuwa wanafunzi wako wanaelewa kuwa hizi “haki za mtu binafsi” zinaweza kuhusiana na sehemu yoyote ya maisha yao. Baadhai ya wanafunzi wako huenda wakamkasirikia Mungu kwa sababu hatendi kitu ambacho wanadhania anapaswa kutenda. Kile hasa wanachokisema ni kuwa tumetunga kanuni kwa ajili ya Mungu kuzitii. Hebu tafakari hili! Muumbaji wa ulimwengu anatarajiwa kutii kanuni zangu nilizomtungia!

Unaweza kukasirikia vitu sawia na vile unavyokasirikia mtu—kompyuta yako, gari lako, au kitu kinginecho unachomiliki, iwapo hakitendi vile unavyotaka kitende.

Tahadhari kuu hapa ni kuwa usitumie muda mwingi sana katika sehemu hii. Hakikisha kuwa una muda wa kutosha kushughulikia vidokezo viwili vifuatavyo katika mpango huu wa mwalimu wa kufundishia somo.

Waelekeze kuanza ili waelewe wazo la haki za mtu binafsi na kisha unapopitia sehemu nyingine ya kipindi cha somo la leo na sehemu nyingine ya kozi hii, unaweza kuendelea kudokeza haki za mtu binafsi, na jinsi ambavyo zinachochea hasira.

14. **Jadili yaliyomo kwenye sanduku lililoko katika ukurasa wa 16-17, “Kwanini nitoe haki zangu za kibinafsi kwa Mungu?” (dakika 2-3) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 16-17**

Kwa ufupi shughulikia habari zilizo kwa sanduku kwenye ukurasa wa 16-17 katika Mwongozo wa Mwanafunzi zinazozungumza kuhusu sababu za kumpa Mungu haki zetu za kibinafsi. Unaweza kutanguliza wazo hili kwa kusema kwamba kidokezo kinachofuata katika mjadala wetu kitakuwa, “Ni **jinsi** gani ninavyoweza kumpa Mungu haki zangu za kibinafsi?” Elekeza kwamba inawezekana kuwe na baadhi ya wanafunzi wako ambao hawako tayari kutoa haki zao za kibinafsi kwa Mungu, basi tuangalie kwa haraka ni kwa **nini** ni wazo nzuri kumpa Mungu haki zako za kibinafsi.

Iwapo wanafunzi wako hawana maswali mengi hapa, basi zungumzia jambo hili kwa haraka. Kama baadhi ya wanafunzi wako wanapinga wazo lote kuwa wanastahili kumpa Mungu haki zao binafsi, waruhusu wawambie wenzao wasiwasi wao, lakini usiruhusu sehemu hii ya kipindi kujivuta kiasi cha kutumia muda mwingi.

Watie moyo wanafunzi wako wazingatie kwa uangalifu mafunzo ya leo, lakini pia wakumbushe kuwa tunapaswa kulishughulikia suala nzima ndipo waweze kuona jinsi vipande vyote vinavyopatana pamoja ili kulifanya hili litendeke katika maisha yao.

Unaweza pia kupitia tena suala hili katika kipindi cha darasa kifuatacho kama sehemu kurejelea kipindi.

15. **Jadili Hoja C-3. Je, ninawezaje kutoa haki zangu za kibinafsi kwa Mungu? (Dakika 10-15) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 18-20**

Unaposhughulikia hoja ya C-3, hakikisha unaifuatilia kwa njia njema. Moja ya njia nzuri za kufanya hivyo ni kutumia maisha yako mwenyewe kama mfano, na jinsi umempa Mungu haki zako binafsi, na jinsi hili limeleta toufauti njema katika maisha yako.

Pengine ungependa kuandika kwenye bango kubwa hatua hizi zinazofuatwa ili kumpa Mungu haki binafsi za mtu. Angika bango hili katika darasa ili ulitumie kama mahali pa marejeleo wakati kwa wote unaobaki kwa kozi hii.

Hoja ndogo ya a—“Orodhesha vitu ambavyo vinakufanya ukasirike, ugadhabike, ukerwe, ufadhake, au kuwa na wasiwasi.” Wao tayari wameanza mchakato wa kuorodhesha mambo yawafanyayo wakasirike katika Mwongozo wa Somo Zoezi 1. Hata hivyo, watie moyo waelendelee kuandika mambo ambayo huwakasirisha yanayowajia mawazoni.

Hoja ndogo ya b —“Andika orodha ya haki zako zote za kibinafsi.” Mwongozo wa Somo Zoezi 2, **“Haki Yangu ya Kibinafsi,”** inahusiana na hatua hii. Waelekeze watunze zoezi hii vizuri na waongeze haki bina fsi zaidi katika orodha kadiri wanavyoendelea na darasa kwa siku zote zilizo mbele.

Hoja dogo ya c—“Omba na umpe Mungu haki zako.” Unapojadili hatua hii, hakikisha kwamba wameelewa kuwa unaeleza jinsi wanavyoweza kulifanya hili. Usijaribu kumfanya kila mtu aombe sasa hivi darasani na kumpa Mungu haki zake zasa kibinafsi. Wanahitaji kila mtu binafsi kuliwazia na kuliombea hili. Watie moyo watumie Mwongozo wa Somo Zoezi 3, **“Kujitoa Kwangu kwa Haki Zangu za Kibinafsi,”** kama njia yao ya kufanya uamuzi wa jinsi watakvoyokuwa na mwitiko wa sehemu hii ya kipindi. Wanaweza kufuatilia hili baada ya darasa.

Hakikisha kuwa ukurasa wa kwanza katika Mwongozo wa Somo Zoezi 3 ni wa kujichagulia. Usiwatake wanafunzi wako kukamilisha ukurasa wa kwanza ili wapewe alama kwa ajili ya darasa hili. Kwa wale wanafunzi ambao hawako tayari kumpa Mungu haki zao binafsi, waelekeze kuandika ombi kwa Mungu kuhusu maswali na masumbufu yanayowazuia kumpa Mungu haki zao za kibinafsi. Hili linaweza kufanywa katika ukurasa wa 2 wa Zoezi 3.

Hoja ndogo ya d—“Fanya uamuzi wa kumshukuru Mungu kwa kila kinachotokea.” Hii sehemu ya mjadala inatuelekeza katika somo la kipindi kifuatacho. Watie moyo kufanyia kazi hatua hii—kumshukuru Mungu kwa chochote kinachotendeka—hata kama watalifanya hili baadaye ndani ya siku, hata kama wamekasirishwa na hali. Hili linahusiana na kuelewa hatua katika mchakato—kujifunza njia mpya ya kuitikia hali hizi.

Suala muhimu kwako la kuzingatia ni kuhakikisha kuwa wanafunzi wako wana ufahamu dhabiti kuhusu maana ya haki za mtu binafsi na jinsi zinavyohusiana na hasira yao. Kuwa tayari kutumia muda wa ziada kupitia hili kadiri inavyohitajika ili kuhakikisha wanafunzi wako wanaelewa hili. Unaposhughulikia mambo yaliyo katika sehemu iliyobaki katika kozi hii nzima, endelea kurejelea mifano ya kimatendo ya haki za mtu binafsi na jinsi zinavyohusiana na mambo mapya yanayojadiliwa.

16. **Kwa kifupi tanguliza kile kitakachofunzwa katika kipindi cha darasa litakalofuata. (Dakika 1-3)**

Wakati unapojiandaa kuingia katika sehemu kufanyia kazi kipindi cha darasa la leo, dokeza kuwa tutaendeleza mjadala wa haki za mtu binafsi kwa kipindi cha darasa kifuatacho. Watie moyo waulize maswali yoyote waliyo nayo kuhusu suala hili.

Katika darasa litakalofuata tutaangalia hatua zinazofuata na zinazopaswa kuchukuliwa baada ya mtu kumpa Mungu haki zake za kibinafsi.

17. **Matumizi binafsi ya Somo (Dakika 5-10)**

Kwa sababu ya hali spesheli zinazohusiana na kutendea somo kazi kibinafsi kwa leo, huenda uamue kushughulikia kazi za kipindi cha darasa kifuatacho kabla ya kuanza kutendea kazi kibinafsi sehemu ya kipindi hiki.

Kumpa mungu haki zako binafsi—hili kweli ni jambo la kutenda kazi ambalo tungenda wanafunzi wetu kufatilia mwisho wa kipindi cha leo cha darasa. Wapatie changamoto ya kutafakari kwa uangalifu kile wanachotaka kufanya kuhusu kumpa Mungu haki zao za kibinafsi. Rejelea mada ya Sura 2 katika Mwongozo wa Mwanafunzi—**“Je, ninawezaje kuvunja nguvu hizi haribifu za hasira maishani mwangu?”**

Iwapo hilo ndilo swali wangependa lijibiwe, basi kumpa Mungu haki zao za kibinafsi ni sehemu kuu ya mchakato wa mabadiliko. Watie moyo kutumia Mwongozo wa Somo Zoezi 3, **“Kujitoa Kwangu kwa Haki Zangu za Kibinafsi,”** kama njia ya kutafakari na kufuatilia.

Huenda ukapenda kurejelea mfano wa gugu na mizizi yake mirefu na udokeze hitaji la kuuu mzizi iwapo wangependa kushinda tatizo lao la hasira—mzizi unawakilisha haki za binafsi.

Huenda ukapenda kuwaelekeza kutumia dakika chache katika ukimya pale mwisho wa kipindi cha darasa, wakizungumza na Mungu kuhusiana na kile walichosoma katika kipindi cha darasa cha leo. Chaguo linguine ni kuwapeleka wanafunzi wako kwa kanisa ndogo kwa ajili ya kumaliza kipindi cha darasa na uwaelekeze watumie muda fulani kwa maombi ya mtu binafsi kwa Mungu kuhusiana na suala hili.

18. Kazi

- A. Eleza kuwa Mwongozo wa Somo Zoezi 2, **“Haki Yangu ya Kibinafsi,”** linapaswa kukamilishwa kabla ya kipindi cha darasa kifuatacho.
- B. Mwongozo wa Somo Zoezi 3, **“Kujitoa Kwangu kwa Haki Zangu za Kibinafsi,”** umependekezwa utumiwe katika kutendea somo kazi kibinafsi kwa ajili ya kipindi cha darasa la leo. Huenda ungependa kuhitaji kila mmoja kuandika ombi katika ukurasa wa 2 wa zoezi hilo. **Hata hivyo, ukurasa wa 1 wa Zoezi la 3 ni wa kuchagua.** Kwa wale ambao hawatachagua kumpa Mungu haki zao za kibinafsi, wanaweza kujumuisha katika ombi hili maswali na wasiwasi ambao haujajibiwa.
- C. Mwongozo wa Somo Zoezi 4, **“Jaribio langu la kwanza bila haki za Kibinafsi,” ni zoezi lisilo la lazima.** Iwapo baadhi ya wanafunzi wako wamechagua kutompa Mungu haki zao za kibinafsi, basi hawawezi kwa kweli yote kukamilisha zoezi hili. Watie moyo wanafunzi wako kufanya zoezi hili, lakini usiwashurutishe kulifanya.
- D. Waelekeze wanafunzi wako kusoma Sura ya 2 katika Mwongozo wa Mwanafunzi ili kujiandaa kwa kipindi cha darasa kifuatacho. Eleza kuwa hii itakuwa ni kwa ajili ya kurejelea masuala yaliyoshughulikiwa katika kipindi cha darasa la leo. Nusu ya pili ya sura hii itakuwa lengo letu la msingi kwa kipindi cha darasa litakalofuata.

Mambo yaliyo katika Sura ya 2 kuhusu haki za mtu binafsi ni muhimu sana katika yale tunayofunza katika kozi hii, basi watie moyo wasome tena kwa makini, na wawe na maswali katika kipindi cha darasa kinachofuata.

19. Kutathmini Somo

Tafadhali orodhesha mawazo yako kwa ajili ya kuboresha somo hili.

Je, ni sehemu gani zilizofanya kazi vizuri?

Je, ni sehemu gani zilizokuwa gumu zaidi sana kwa wanafunzi kuelewa?

Je, ni nini kulionekana kuwa cha msaada sana kwa wanafunzi?

Somo la 3

Kuangalia kwa karibu kuhusu kumpa Mungu haki zangu za Kibinafsi

3

1. Kweli Kuu ya Kibiblia

Kumpa Mungu haki zangu za kibinafsi kunaniweka katika njia ya kuvunja nguvu za uharibifu wa hasira yangu.

2. Mstari Mkuu

Luka 9:23-24 (Tafsiri ya Union Version)

Akawaambia wote, Mtu ye yote akitaka kunifuata, na ajikane mwenyewe, ajitwike msalaba wake kila siku, anifuata. Kwa kuwa mtu atakaye kuponya nafsi yake ataiangamiza, na mtu atakaye iangamiza nafsi yake kwa ajili yangu ndiye atakayeisalimisha.

3. Mafundisho ya mwanafunzi yaliyotumiwa katika somo hili

Sura ya 2 katika Mwongozo wa Mwanafunzi inaenda sambamba na somo hili—hasa ukurasa wa 20-28 [Kuanzia Hatua ya 4—**Ni nini kitakachotokea wakati ninampa Mungu haki zangu za kibinafsi?**]. Tutatumia mazoezi matatu yafuatayo kutoka kwa Mwongozo wa Somo katika kipindi cha darasa cha leo.

Zoezi 2, “Haki Yangu ya Kibinafsi”

Zoezi 3, “Kujitua Kwangu kwa Haki Zangu za Kibinafsi”

Zoezi 4, “Jaribio langu la kwanza bila haki za Kibinafsi”

4. Zoezi la utangulizi wa somo (dakika 2-3)

Pengine unaweza kuuliza mmoja au wawili wa wanafunzi wako kutoa mfano wa haki za kibinafsi ambazo wameona katika maisha yao. Huu unaweza kuwa mfano ambao wametambua kwa kuangalia mambo yanayowafanya wakasirike.

Iwapo wanafunzi wako hawatatoa mfano, basi tayarisha mfano mmoja au miwili ya kutoa kutoka kwa maisha yako au kutoka kwa wanafunzi wa darasa la hapo awali.

5. Pitia masuala makuu kutoka kwa somo la 1 na 2 (dakika 3-10)

Pitia mambo makuu 3 kutoka **Somo 1** kwa haraka sana.

- Kunazo njia nyingi tofauti za mwitiko kwa hasira.
- Hasira inataka kutawala maisha yako.
- Ni lazima niwajibike kwa ajili ya hasira yangu.

Katika **Somo la 2** tulishughulikia, “Je, ninawezaje kuvunja nguvu hizi haribifu za hasira maishani mwangu?”

Chagua bango lenye ufafanuzi wa “Haki Za Mtu Binafsi” kisha usome tena ufafanuzi huo. Kwa kutumia mfano wa gugu lenye mizizi mirefu yenye kina, dokeza kuwa haki zetu za kibinafsi huchochea hasira.

Dokeza kuwa njia ya moja kwa moja zaidi ya kuvunja nguvu angamizi za hasira katika maisha yetu ni kumpa Mungu haki zetu za kibinafsi. Pitia tena zile hatua 4 za jinsi ya kumpa Mungu haki zako za kibinafsi—ukianza ukurasa 18 wa Mwongozo wa Mwanafunzi. Labda unaweza kuunda bango la hatua hizo 4 la kuweka darasani la kurejelea kila itakapohitajika ndani ya muda wote wa kozi hii.

- a. Orodhesha vitu ambavyo vinakufanya ukasirike, ugadhabike, ukerwe, ufadhaike, au kuwa na wasiwasi.
- b. Andika orodha ya haki zako zote za kibinafsi.
- c. Omba na umpe Mungu haki zako.
- d. Fanya uamuzi wa kumshukuru Mungu kwa kila kinachotokea.

Elezea wanafunzi wako kuwa tutajenga juu ya msingi huu leo na tuanze kuangalia kile kinachotendeka katika maisha ya mtu anapotoa haki zake binafsi kwa Mungu. Tumia **Kweli Kuu Kibiblia** na **Mstari Mkuu** kuweka msingi wa kipindi cha leo cha darasa.

6. Jadili yaliyomo kwa sanduku lililo kando “Ni nini kinachotokea ikiwa sitampa Mungu haki zangu za kibinafsi?”

(dakika 2-5) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 20

Kuwa mwangalifu kwa uwasilishaji wa wazo hili ili usije ukawaingilia kwa nguvu wanafunzi ambao wanang’ang’a na wazo hili la kumpa Mungu haki zao za kibinafsi.

Unapojadili jambo hili, usiwaulize wanafunzi wajitambulisha iwapo wangependa kutoa haki zao za kibinafsi kwa Mungu. Kwa njia rahisi wasilisha mawazo haya na uwasaidie kuona matokeo katika maisha ya yeyote asiyetoa haki zake za kibinafsi kwa Mungu.

7. Tambulisha Hoja ya C-4. Ni nini kitakachotokea wakati ninampa Mungu haki zangu za kibinafsi?

Jadili Hoja C-4-a. “Nitauawa!”

(dakika 2-4) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 20-21

Mada ya hatua ndogo hii ni wazi kuwa haitendeki kwa uhalisi wakati mtu anampa Mungu haki zake za kibinafsi. Hata hivyo, tunatambulisha moja ya hofu ambayo baadhi wanaona wanapotafakari kusalimisha haki zao za kibinafsi. Tumia maisha yako mwenyewe kueleza ya kwamba hii ni hofu isiyostahili, na kuwa Mungu yu tayari kuwasaidia wanapompa haki zao za kibinafsi.

Chukua muda kusoma na kujadili maandiko 3 yalioorodheshwa katika Mwongozo wa Mwanafunzi ulio katika sehemu hii.

Kumbukumbu la Torati 31:8 (Tafsiri ya Union Version)

Naye Bwana, yeye ndiye atakayekutangulia, atakuwa pamoja nawe, hatakupungukia wala kukuacha; usiogope wala usifadhaike.

Mathayo 28:20 (Tafsiri ya Union Version)

Na tazama, mimi nipo pamoja nayi siku zote, hata ukamilifu wa dahari.

Zaburi 31:14-15 (Tafsiri ya Union Version)

Lakini mimi nakutumaini Wewe, Bwana, Nimesema, Wewe ndiwe Mungu wangu. ¹⁵ Nyakati zangu zimo mikononi mwako.

Chukua muda kudokeza kuwa Shetani anataka wao wakumbatie hofu ya kutoa haki zao za kibinafsi kwa Mungu. Wanapaswa kusimama kwa kweli ya Mungu, si kwa Uwongo wa Shetani.

**8. Jadili hoja ya ndogo ya C-4-b. “Bado utakasirika”
(dakika 2-4) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 21**

Wasaidie wanafunzi wako kuelewa kuwa kumpa Mungu haki zao za kibinafsi ni mchakato. Wambie kuwa ni upumbavu kuahidi Mungu kwamba hawatawahi kukasiri tena. Mungu hatarajii sisi tukome kukasirika—anataka tuache kutumia hasira kwa njia za uharibifu katika maisha yetu.

Hasira ina sehemu kubwa sana katika maisha yetu yaliyopita, hivi kwamba itachukua muda kiasi kujifunza jinsi ya kubadilisha njia zetu za kuitikia hali hizo zinazotufanya tukasirike kwa wepesi. Watie moyo wanafunzi wako waendeleo kuzileta haki zao za kibinafsi kwa Mungu na kuzitoa kwake wanapojikuta wakikasirika kwa sababu mtu amezikiuka.

**9. Jadili hoja ndogo ya C-4-c. “Tarajia Mungu akujaribu.”
(dakika 2-4) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 21**

Kwa nini Mungu anatarajibu? Kwa sababu angependa kuona iwapo sisi tunataka kubadilika kwa dhiti, au tunasema tu kwa maneno. Mungu yuko tayari kutusaidia kushughulikia tatizo letu la hasira, lakini anahitaji kuona kuwa uko tayari kumpa haki zako za kibinafsi. Mungu atarushu watu wengine kukiuka haki zetu za kibinafsi ili kutufunza kuishi bila haki zetu za kibinafsi.

10. **Jadili hoja ndogo ya C-4-d. “Lazima ukuze muundo mpya wa mwitiko kwa hali ambazo zilikufanya kukasirike kwa haraka.”**

(dakika 2-4) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 22

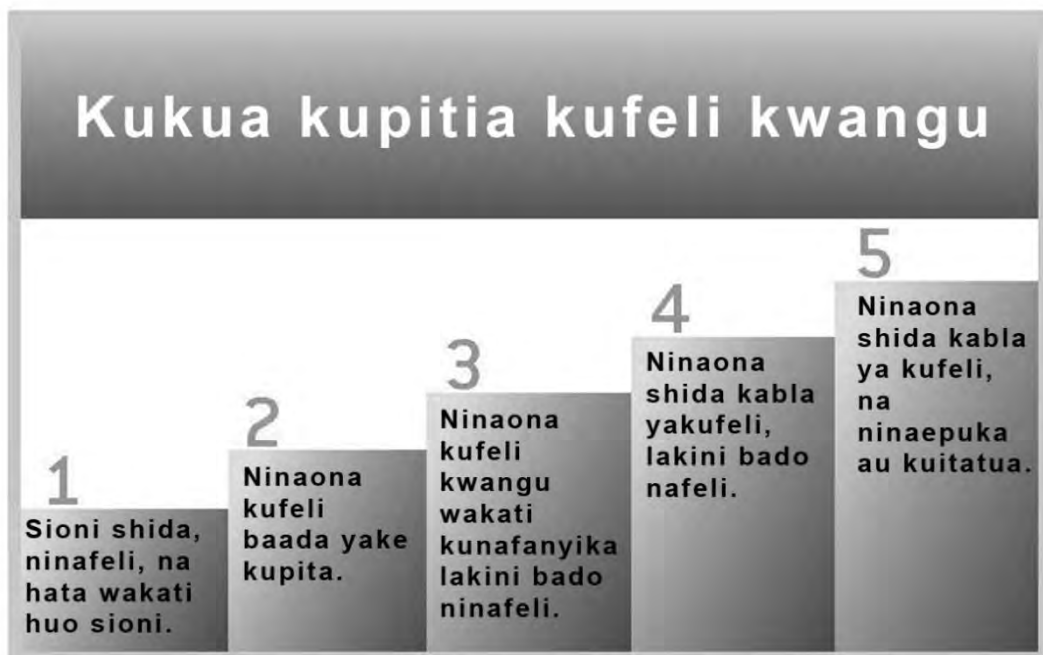
Hoja hii kivyake inaweza kubadilika kuwa kozi nzima kwa urahisi. Kile tunachotaka kufanya leo ni kuonyesha haja ya mabadiliko, sio kujaribu kuwapelekeakufanya mabadiliko yote leo.

Waambie wanafunzi wako kuwa tutatumia sehemu kubwa ya vipindi vijavyo vya darasa kuzungumzia wazo hili—katika Sura 3 na 4 katika Mwongozo wa Mwanafunzi.

3

11. **Jadili hoja ndogo ya C-4-e. “Kumbatia mchakato wa mabadiliko hatua kwa hatua.” (dakika 2-4) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa za 22-23**

Tumia chati iliyo katika ukurasa 23 katika Mwongozo wa Mwanafunzi kuwasaidia kuelewa kwamba mchakato huu wa mabadiliko huenda ukajumuisha kufeli kwingi wanapoendelea kukua kwa ushindi katika eneo hili la maisha. Wasaidie kuona hatua ndogo za kuendelea zinazohusiana na kukua katika eneo hili la maisha yao. Watie moyo kuendelea kumtegemea Yesu awape nguvu za kuwasaidia katika mchakato huu wa mabadiliko.



Mwongozo wa Mwanafunzi ukurasa wa 23

Waambie wanafunzi wako kuwa tutashughulikia hili kwa undani zaidi katika vipindi vya darasa vya baadaye katika kozi hii. Hivi sasa hatutajaribu kueleza kwa undani kila hatua tutayohitaji kuchukua katika mchakato huu wa mabadiliko. Tunataka tu kusema ukweli kwamba huu ni mchakato, na wao wataona ugumu kukoma kukasirika kwa sababu ya masuala fulani ambayo yamekuwa yakisababishia hasira katika maisha yao.

Itakuwa vizuri kwako kutoa mfano maalum kutoka kwa maisha yako ambapo ilikuchukua muda kubadilika na kushinda nguvu za uharibifu wa hasira.

12. Jadili Hoja C-5. Kuna faida zipi za kumpa Mungu haki zangu za kibinafsi? (dakika 2-8) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 23-25

Ikitegemea muda wa kipindi cha darasa uliobaki, huenda ukawa na muda mfupi wa kushughulikia hii. Wanafunzi wako kwa wepesi wanaweza kujisomea hili wenyewe na kupata kweli kuu zilizo hapa. Unachohitajika kuamua ni kiasi gani cha muda ungependa kutumia kwa sehemu ya kipindi inayofuata—**Hatua D. “Ni nini kingine bali na haki za kibinafsi hukuza shida yangu ya hasira?”**

Hoja ndogo ya C-5-a. “Unaweza kuwa na amani.”

Hili suala la amani ni moja moja wa yale yanayotoa mabadiliko halisi na ya mara moja kwake yule anayetoa haki zake za kibinafsi kwa Mungu. Zungumuzia jinsi umeshawahi kuwa na amani badala ya kukasirika baada ya kumpa Mungu haki zako za kikibinafsi

Hoja ndogo ya C-5-b, “Unaweza kuamua kukuza muundo mpya wa majibu ambayo Yatamheshimu Mungu.”

Waeleze wanafunzi kuwa mtashughulikia hili kwa undani zaidi katika Sura ya 4 ya kozi hii.

Hoja ndogo ya C-5-c, “Mungu atakusaidia.”

Huu ni ukweli mkuu kwa wale wanaoanza kumpa Mungu haki zao za binafsi. Huenda wakahisi kuwa hasira yao ina nguvu sana kiasi kwamba hawawezi kuidhibiti. Iweke bayana kwa wanafunzi wako kuwa Mungu daima yuko tayari kutusaidia wakati tunapotaka kufanya mabadiliko katika maisha yako yatakayoleta heshima kwake.

Tumia mfano wa Yusufu katika Agano la Kale (Mwongozo wa Mwanafunzi ukurasa 24-25) kuonyesha jinsi Mungu alivyomsaidia Yusufu hata kama ndugu zake walimfanyia dharau kubwa. Dokeza jinsi Yusufu alikuwa ameamua kuangalia hali hii kutoka kwa mtazamo wa Mungu badala ya kukasirika na kutafuta nafasi ya kilipiza kisasa dhadi ya nduguze.

Hoja ndogo ya C-5-d, “Unaweza kuwa mfano wa kuigwa kwa wengine.”

Faida hii itaoneka kadiri muda unavyoendelea na jinsi wanavyojifunza kuumudu mchakato wa kutoa haki zao za kibinafsi kwa Mungu na kutumia hasira yao kwa njia inayomheshimu Mungu.

13. Tambulisha Hoja ya D. Ni nini kingine bali na haki za kibinafsi hukuza shida yangu ya hasira? (dakika 1-3) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 26-28

Huenda ukapenda kurejelea mfano wa gugu lenye mizizi mirefu na uongeze mizizi zaidi ili kutoa mfano. Dokeza kuwa kwa watu wengi, haki zetu za kibinafsi ndizo chanzo kikubwa kinachochochea hasira. Hata hivyo, kunayo mambo mengine yanayoweza kuchochea hasira yetu na kutupeleka kwa njia ya maangamizi.

Kila moja ya masuala yanayoshughulikiwa katika somo hili yanaweza kupanuliwa yawe matukio makubwa ya kujifunza. Hata hivyo, katika kipindi cha darasa la leo, kimsingi tungependa kuwapa wanafunzi wako taswira kubwa ya ni nini kingine kinachoweza kuchochea hasira yao.

Kila mojawapo ya masuala 5 linapaswa kuwa na kiasi cha muda na tafakari, lakini itakubidi uamue ni muda upi umebaka katika kipindi cha darasa la leo wa kutumiwa kwa masuala haya. Iwapo hauna muda mwingi wa kushughulikia wazo hili katika kipindi chako cha darasa, watie moyo wanafunzi wako wasome hili tena kisha baada ya darasa utathmini iwapo wana maswali.

Hakikisha unawapa muda wa kutosha kwa ajili ya kulitumikiza somo kibinafsi mwisho wa kipindi cha darasa lako.

3

14. Jadili Hoja D-1. Kukwazwa kwa kitambo ambako hakujasuluhishwa (dakika 3-8) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 26

Ukitumia mfano wa gugu lenye mizizi mirefu, bandika mzizi mmoja jina “**Majeraha yasiyosuluhishwa.**” Dokeza kuwa sote tumeumizwa na watu wengine—baadhi ya wengine wamepitia unyanyasaji na usaliti kutoka kwa watu wa familia.

Dokeza kuwa haya maumivu ya zamani yasiyosuluhishwa yanaweza kugeuka kuwa vichocheo vinavyosababisha hasira kulipuka tunapopitia chochote kinachotukumbusha kuhusu majeraha haya ya kale.

Mradi majeraha ya kale yasiyosuluhishwa, yatageuka kuwa chanzo cha vichochezi vya hasira visivyokoma. Hii ni mojawapo wa sababu hata ukimpa Mungu haki zako za kibinafsi huenda kuisuluhishe tatizo lako la hasira—kwa sababu hasira yako vilevile inachochea na kukwazwa kwa awali ambako hakujasuluhiswa.

15. Jadili Hoja D-2. Kutosamehe na uchungu (dakika 3-8) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 26-27

Ukitumia mfano wa gugu lenye mizizi mirefu, upe mzizi mwingine jina la “**Kutosamehe na uchungu**”.

Maandiko mawili yaliyotumiwa katika Mwongozo wa Mwanafunzi yanaonyesha uzito wa masuala haya kwa Mungu.

Mathayo 6:14-15 (Tafsiri ya Union Version)

Kwa maana mkiwasamehe watu makosa yao, na Baba yenu wa mbinguni atawasamehe ninyi. ¹⁵ Bali msipowasamehe watu makosa yao, wala Baba yenu hatawasamehe ninyi.

Waebrania 12:15 (Tafsiri ya Union Version)

Mkiangalia sana mtu asiipungukie neema ya Mungu; shina la uchungu lisije likachipuka na kuwasumbua, na watu wengi wakatiwa unajisi kwa hilo.

Kutosamehe na uchungu huwa kama saratani na kutakuharibu ukikubali kukae katika maisha yako.

16. Jadili Hoja D-3. Hasira yako katika hali za migogoro (dakika 3-8) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 27

Ukitumia mfano wa gugu lenye mzizi mrefu, bandika mzizi mwingine jina “**migogoro**.” Suala hili kwa kipekee linaweza kuwa kozi nzima lenyewe. Lengo letu kuu leo katika kipindi hiki cha darasa ni kudokezea wanafunzi wako kuwa jinsi wanavyoshughulikia hali za migogoro yaweza kwa wepesi kugeuka kuwa kichochezi cha hasira. Kama wametumia hasira kwa kawaida kuitikia migogoro, huenda ikawa vigumu sana kuvunja mtindo huu wa kuitikia wa zamani.

17. Jadili Hoja D-4. Mila ya familia—“Hasira ya kupokezana” (dakika 2-4) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 27-28

Kwa kutumia mfano wa gugu lenye mzizi mrefu, bandika mzizi mmoja jina “Desturi za Kifamilia.” Dokeza kuwa wengi wa wanafunzi katika darasa lako huenda ikawa waliathiriwa pakubwa na jinsi familia ilivyotumia hasira yao. Athari hii yaweza kuwa na nguvu kubwa kiasi cha mtu kuchukulia kwamba, “Hivyo ndivyo familia yetu ilivyo!” na kukosa kutambua kuwa kuitikia huku kunatokana na kujifunza, wala si kwa maumbile.

Wanaweza kuchagua njia mpya za kuitikia badala ya kutumia hasira yao ikiwa wataamruhusu Mungu awasaidia.

18. Jadili Hoja D-5. Mitazamo na tabia zako (dakika 3-8) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 28

Ukitumia mfano wa gugu lenye mzizi mrefu, bandika mzizi mwingine jina “Mitazamo.”

Mwongozo wa Mwanafunzi pia unajumuisha nukuu kutoka kwa mwanamke aliyesema, “**Ukiondoa hasira yangu, utaondoa utambulisho wangu.**” Watu wengi wanatawaliwa na hasira zao, lakini katika mawazo yao, wanadhania kuwa hasira ni jambo nzuri katika maisha yao. Wametumia hasira yao kutawala watu wengine.

Suala halisi hapa ni kuwa wanafunzi wako waone hitaji la kubadilisha baadhi ya mitazamo na mazoea yao kuhusu hasira.

19. Matumizi Binafsi ya Somo (dakika 5-10)

Itakuwa vizuri kurejelea zoezi la kutendea kazi some kibinafsi la kipindi cha darasa kilichopita na uwape wanafunzi wako chngamoto kutoa haki zao za kibinafsi kwa Mungu kama bado hawajafanya hivyo tayari.

Kwa wale ambao tayari wametoa haki zao za kibinafsi kwa Mungu, watie moyo wapitie manufaa ya kutoa haki zao kwa Mungu, na waangalie manufaa hayo kutoka kwa mambo waliyopitia. Pia watie moyo wakamilishe **Mwongozo wa Somo Zoezi 4, “Jaribio langu la kwanza bila haki za Kibinafsi.”** Dokeza kuwa hili ni zoezi la kuchagua (si la lazima).

Kwa wale ambao hawajampa Mungu haki zao za kibinafsi, waelekeze wapitie matokeo ya kukosa kutoa haki zao kwa Mungu, kama ilivyoorodhesha katika ukurasa wa 20 katika Mwongozo wa Mwanafunzi.

20. Kazi

- A. Mwisho wa kipindi cha darasa toa mtihani wa jaribio kuhusu Waefeso 4:26-27.
- B. Iwapo bado, fanya hivyo katika mwisho wa kipindi cha darasa- Mwongozo wa Somo Zoezi 2, “Haki Yangu ya Kibinafsi.”
- C. Sahihisha Mwongozo wa Somo Zoezi la 3, “Kujitua Kwangu kwa Haki Zangu za Kibinafsi.”
- D. Watie moyo wanafunzi wako wakamilishe Mwongozo wa Somo, Zoezi la 4, “Jaribio langu la kwanza bila haki za Kibinafsi.” Dokeza kuwa zoezi hili ni la kuchagua.
- E. Waulize wanafunzi wasome Sura ya 3 katika Mwongozo wa Mwanafunzi kwa maandalizi ya kipindi cha darasa lijalo.
- F. Watake wanafunzi wako wakamilishe Mwongozo wa Somo Zoezi la 5, “Hasira katika Biblia,” na Zoezi la 6, “Yesu na Hasira Yake,” kabla ya kipindi cha darasa lifuatalo.

21. Kutathmini Somo

Tafadhali orodhesha mawazo yako kwa ajili ya kuboresha somo hili.

Je, ni sehemu gani zilizofanya kazi vizuri?

Je, ni sehemu gani zilizokuwa ngumu zaidi sana kwa wanafunzi kuelewa?

Je, ni nini kulionekana kuwa cha msaada sana kwa wanafunzi?

Somo la 4

Ni nini Mungu anasema kuhusu hasira?

1. Kweli Kuu ya Kibiblia

Biblia inatupatia ukweli wa Mungu kuhusu hasira na jinsi tunavyoweza kuitumia kwa njia njema katika maisha yetu.

2. Mstari Mkuu

Wafilipi 2:5 (Tafsiri ya Union Version)

Iweni na nia iyo hiyo ndani yenu ambayo ilikuwamo ndani ya Kristo.

3. Mafundisho ya mwanafunzi yaliyotumiwa katika somo hili

Sura ya 3 katika Mwongozo wa Mwanafunzi inaendana na somo hili. Mwongozo wa Somo Zoezi la 5 “Hasira katika Biblia,” na Zoezi la 6, “Yesu na Hasira Yake,” pia zitatumika kwa pamoja na somo hili.

4. Zoezi la utangulizi wa somo (dakika 2-3)

Pengine ungependelea kuanza kipindi cha darasa kwa kuwauliza wanafunzi wako kuelezea maoni yao kuhusu Mungu na hasira Yake juu ya watu wake. Hili linaweza kujumuisha hadithi ya jinsi walipokuwa wachanga walimwogopa Mungu. Baadhi yao walidhania kuwa kila wakati kukiwa na ngurumo wakati wa mvua za dhoruba ni Mungu anaonyesha hasira Yake.

5. Kwa haraka pitia masomo ya 1-3 (dakika 2-3)

Pitia mawazo 3 makuu kutoka kwa **Somo la 1** kwa haraka sana.

- Kunazo njia nyingi tofauti za kuitikia kwa hasira.
- Hasira inataka kutawala maisha yako.
- Ni lazima niwajibike kwa ajili ya hasira yangu.

Katika **Masomo ya 2 & 3** tulishughulikia, “Je, ninawezaje kuvunja nguvu hizi haribifu za hasira maishani mwangu?”

Uwe na bango lenye ufafanuzi wa “Haki za Mtu Binafsi” na utesome tena ufafanuzi huo. Ukitumia mfano wa gugu lenye mzizi mrefu, dokeza kuwa haki zetu za kibinafsi zinachochea hasira.

Na jambo kuu ni kutoa haki zetu za kibinafsi kwa Mungu.

6. Andiko la Mwalimu Kuhusu somo la leo

Sura ya 3 katika Mwongozo wa Mwanafunzi itazingatiwa katika Masomo ya 4 na 5 katika Mwongozo wa Mwalimu. Katika Somo la 4 tutashughulikia sehemu za Sura ya 3 zinazohusika na jinsi Yesu alivyotumia hasira yake. Sura ya 5 itazingatia jinsi watu wengine katika Biblia walivyotumia hasira yao.

7. Tanguliza somo la leo (dakika 2-4) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 29

Katika kipindi cha darasa kilichopita tuliangalia jinsi tunavyoweza kuvunja nguvu za uharibifu za hasira katika maisha yetu. Tuliangalia jinsi haki za mtu binafsi zinavyochochea hasira. Katika kipindi cha darasa la leo na kipindi kijacho, unapojadili hadithi za biblia kuhusu hasira, unahitaji kuingiza ndani mawazo yanayohusiana na hasira na haki za kibinafsi ambazo tulishughulikia katika vipindi vya darasa.

Lengo letu katika somo la leo, kama Kweli Kuu Ya Kibiblia isemavyo, ni kuangalia kile Mungu anachosema kuhusu hasira. Ukweli wa Mungu kuhusu hasira ni funzo la kutegemewa zaidi unaloweza kupata kuhusu hasira.

Dokeza kuwa maneno hasira, kukasirika, ukali, mori, na ghadhabu, yalitumiwa zaidi ya mara 600 katika Biblia, kuanzia Mwanzo hadi Ufunuo. Lengo letu leo si kuangalia mara zote 600 ambalo limetajwa katika Biblia, lakini kuangalia baadhi ya mistari inayotupatia ufahamu muhimu kuhusu hasira na jinsi tunaweza kutumia hasira yetu kwa njia ya kumpendeza Mungu.

8. Jadili Hoja A-1. Mungu alikuumba ukiwa na uwezo wa kuwa na hasira (dakika 2-4) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 29

Wanafunzi wako wanahitaji kuona tangu mwanzo kuwa Mungu alituumba tukiwa na uwezo wa kupatwa na hasira. Kifupi jadili kile alichokisema Mungu kuhusu jinsi alivyotuumba kaika Mwanzo 1:27, 31. Mungu alipendezwa na kile alichokiumba.

Hakikisha wanafunzi wako wanaelewa kuwa si Ibilisi aliyetupatia hasira. Kwa kuwa Mungu alituumba tukiwa na mhemko wa hasira, basi Yeye ana njia kwa ajili yetu kutumia mhemko huu ili usilete uharibifu, bali uwe nguvu za wema katika maisha yetu.

Hata hivyo, Ibilisi atatumia matatizo na migogoro kutuweka katika nafasi ambayo si rahisi kutumia hasira yetu kwa njia ambayo inaelekeza dhambini. Hakikisha wanafunzi wako wanaelewa kuwa kila wakati anajaribiwa kukasirika si dhambi kwa njia ya moja kwa moja. Hata hivyo, Ibilisi atajaribu kutumia hasira kutusababisha tutende dhambi—kutumia hasira yetu kama silaha ya kuleta uharibifu katika maisha yetu nay a wale wanaotuzingira.

9. Jadili Hoja A-2. Biblia inakuarifu jinsi ya kukasirika bila kutenda dhambi (dakika 2-4) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 30

Mstari uliotumiwa katika sehemu hii, Waefeso 4:26-27 haukukatazi kukasirika. Unakuonya usitende dhambi unapokasirika. Hii ndiyo changamoto ambayo tutaangalia ndani ya muda wote wa kozi hii.

10. Jadili Hoja A-3. Yesu na hasira (dakika 10-20)**Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 30-31 na****Mwongozo wa Somo Zoezi la 6, “Yesu na Hasira Yake”**

Kunazo hadithi tofauti kadhaa kutoka kwa maisha ya Yesu ambazo zinaweza kutumika kuonyesha jinsi Yesu alivyotumia hasira yake. Chaguo moja ambalo linahitaji kupangiwa mapema ni kuwashauri wanafunzi kuandaa ripoti ya kuwasilisha darasani kuhusu jinsi Yesu alivyoitikia katika hali tofauti alipokasirika. Hili linaweza kufanyika kwa kuwapanga wanafunzi watumie hadithi fulani kutoka kwa maisha ya Yesu, kwa msingi wa Mwongozo wa Somo Zoezi la 6.

Ama unaweza kufanya Zoezi la 6 kama zoezi la ndani ya darasa: unaweza kuwagawa wanafunzi katika vikundu vidogo na uwaulize washughulikie na kujibu maswali katika zoezi hilo kwa msingi wa kila hadithi kutoka kwa maisha ya Yesu. Baada ya kuwapa dakika 4-6, elekeza kila kikundi kiwasilishe darasani ripoti ya matokeo kumhusu Yesu katika hali hiyo.

Maswali ya kufanyia uchunguzi kuhusu jinsi Yesu alivyotumia hasira yake. Si kila swali litajibiwa waziwazi katika kila hadithi, kwa hivyo wanahitajika kuongeza mawazo yao wenyewe.

1. Ni nini kilimkasirisha Yesu katika muktadha huu?
2. Yesu alionyesha vipi kuwa amekasirika?
3. Yesu alifanyia nini hasira yake?
4. Watu wengine walifanya nini Alipokasirika?
5. Unajifunza nini kuhusu jinsi ya kutumia hasira katika maisha yako kutoka kwa Yesu?

Maswali kutoka kwa Mwongozo wa Somo, Zoezi la 6

Hizi ni baadhi ya hadithi za Biblia ambazo unaweza kutumia katika sehemu hii ya somo. Ama utumia mifano mingine ambayo unahisi itakuwa bora zaidi. Hii iliyoorodheshwa hapa chini ipo katika Mwongozo wa Somo Zoezi la 6.

1. Marko 3:1-6 (Yesu Anamponya mtu aliyepooza mkono)
2. Marko 10:10-16 (Yesu Abariki watoto wadogo — Alikasirika kwa kuwa walitaka kuwazuia watoto kuja karibu Naye.)
3. Yohana 11 (sura nzima, lakini tazama Mst 33 na 38)
(Yesu Alikasirishwa na kifo cha Lazaro)
4. Mathayo 21:12-17 au Yohana 2:12-22 (Yesu Asafisha hekalu)

Hadithi imeorodheshwa katika Mwongozo wa Mwanafunzi katika ukurasa wa 30—Marko 3:1-6 inatuambia ambapo kwa sinagogi mwitiko wa viongozi wa kidini kulimfanya Yesu kukasirika.

Hapa pana mifano ya jinsi hili linaweza kufanyika—kwa msingi wa hadithi ya Marko 3:1-6.

1. Ni nini kilimkasirisha Yesu katika muktadha huu?

Iwapo kile tu watasema ni “wote walibaki kimya,” basi tena uliza—Kwa nini Yesu alikasirikia hawa watu? Ni nini kilikuwa kinaendelea katika maisha yao kilichomfanya Yesu akasirike?

2. Yesu alionyesha vipi kuwa amekasirika?

- Aliwaangali kwa hasira. Waulize wanafunzi wako iwapo wanajua jinsi kuangalia kwa hasira kulivyo.
- Dokeza kuwa Yesu hakutenda dhambi alipokasirika—hakuanza kulaani watu hawa kwa kuwa na mioyo ya ukaidi. Yesu hakuvuka mipaka—alidhibiti hasira yake.

3. Yesu alifanya nini na hasira yake?

Alimponya mtu mwenye mkono uliopooza. Yesu alitumia hasira yake kwa njia njema, sio kwa njia haribifu.

4. Watu wengine walifanya nini Alipokasirika?

- Viongozi wa dini waliacha ibada na wakaanza kupanga njama ya kumuua Yesu.
- Wanafunzi walibaki na Yesu katika ibada yote.
- Wengi wa watu wengine katika ibada walibaki ili kusikiza kile Yesu alichokuwa nacho cha kusema.

5. Unajifunza nini kuhusu jinsi ya kutumia hasira katika maisha yako kutoka kwa Yesu?

- Jibu la mtu binafsi

Elezea wanafunzi wako kuwa Yesu hakukasirisha kwa sababu watu walikiuka Haki zake za kibinafsi. Badala yake hadithi hizi zinatoa mfano wa jinsi mtu anaweza kutumia hasira yake kwa njia ambayo si ya uharibifu, bali inayosaidia kutimiza mapezi ya Mungu katika hali hiyo.

Watie moyo wanafunzi wako waangalie nyakati zingine ambazo Yesu alitumia hasira Yake kwa njia ambayo haikumwaelekeza kwa dhambi. Unapojumlisha sehemu hii ya somo, eleza kuwa Yesu hakuruhusu hasira Yake imtawale na kumwelekeza katika njia za uharibifu.

11. Jadili Mwongozo wa Somo Zoezi la 5 “Hasira katika Biblia” (dakika 3-7)

Kutegemea na muda uliobaki kwa ajili ya kipindi cha darasa la leo, huenda ukataka kutenga muda wa kujadili maandiko tofauti katika Mwongozo wa Somo Zoezi la 5, “Hasira katika Biblia.” iwapo hutakuwa na muda wa kukamilisha maswali yote, chagua yale yanayozungumzia masuala ambayo bado hujayajadili katika darasa leo.

12. Zoezi la chaguo iwapo muda utaruhusu (dakika 0-10)

Iwapo bado una wakati, tendo lingine unaloweza kuliona kuwa la msaada kwa wanafunzi wako ni kuangalia baadhi ya maandiko katika Biblia kuhusu hasira. Baadhi ya hayo yatashughulikiwa katika kipindi cha darasa kijacho, lakini kunayo mistari mingine inayotupatia ufahamu wa mtazamo wa Mungu kuhusu hasira.

Chaguo moja ni kuangalia baadhi ya mistari katika kitabu cha Mithali inayohusu hasira. Hii inaweza kutambulika kwa wepesi kwa kutumia itifaki ama uende kwa biblia za tovuti mahali ambapo unaweza kutafuta maneno ya Biblia. Pia katika ukurasa unaotafuta, kuna chaguo la kutafuta tafsiri tofauti kwa wakati mmoja. Hii inaweza kuwa njia rahisi ya kupata habari upesi.

Chaguo lingine ni kugawa darasa kwa vikundi vidogo na kuwagawia mistari hii kadhaa na uwelekeze watoe ripoti kwa darasa kuhusu kweli kuu kuhusu hasira walizoziona katika mistari waliyogawiwa.

13. Jadili Hoja C. Ni nini kinachomfanya Mungu kukasirika? (dakika 3-5) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 35-36

Tanguliza sehemu hii ya kipindi kwa kujadili **Yona 4:2 (Tafsiri ya Union Version)**

Kwa maana nalijua ya kuwa wewe u Mungu mwenye neema, umejaa huruma, si mwepesi wa hasia, u mwingi wa rehema, nawe waghairi mabaya.

Hakikisha wanauona moyo wa Mungu, na kuwa hana tatizo la hasira.

Kisha tumia Waebrania 3:10 kudokeza kuwa Mungu hana hasira nasi tunapogeuka mbali na msaada wake unaotokana na upendo.

Neno moja la tahadhari kuhusu sehemu hii ya somo. Kunayo mistari mingi ya Biblia ambayo inazungumzia hasira ya Mungu. Baadhi ya wanafunzi huenda wakaibua maswali magumu kuhusu hasira ya Mungu. Usiogope kuangalia mistari hiyo, lakini pia, usiogope kueleza kuwa hatujishughulishi na kujaribu kujibu maswali yote. Watie moyo wajadiliane nawe baada ya darasa badala ya kuleta uwezekano wa kuchanganya baadhi ya wanafunzi wapya.

14. Matumizi Binafsi ya Somo (dakika 5-10)

Rejelea Kweli Kuu Kibiblia na Mstari Mkuu wa leo kuwapa changamoto wanafunzi wako kuangalia maisha yao kwa makini na uaminifu na jinsi wanavyotumia hasira.

Wape changamoto ya kusome Biblia, hasa katika maisha ya Yesu, ili waone kile inachotufunza jinsi ya kutumia hasira kwa njia ya kumpendeza Mungu.

Kwa ajili ya kutendea somo kazi kibinafsi kwa kipindi cha leo cha darasa, wasihi wawe waaminifu kwao wenyewe kuhusu nafasi ya hasira katika maisha yao. Waulize wachangue somo moja walilojifunza kutoka kwa maisha ya Yesu ambalo wanaweza kutendea kazi katika maisha yao wiki hii.

15. Kazi

- A. Mwisho wa kipindi cha darasa hili, wape jaribio juu ya Yakobo 1:19-20.
- B. Sahihisha Mwongozo wa Somo Zoezi la 5, “Hasira katika Biblia.”
- C. Sahihisha Mwongozo wa Somo Zoezi la 6, “Yesu na hasira Yake.”
- D. Waagize wanafunzi wasome Sura ya 3 tena katika Mwongozo wa Mwanafunzi kwa maandalizi ya kipindi cha darasa lifuatalo, pale tutaangalia jinsi watu wengine katika Biblia walivyotumia hasira yao.

4**16. Kutathmini Somo**

Tafadhali orodhesha mawazo yako kwa ajili ya kuboresha somo hili.
Je, ni sehemu gani zilizofanya kazi vizuri?
Je, ni sehemu gani zilizokuwa gumu zaidi kwa wanafunzi kuelewa?
Je, ni nini kulionekana kuwa cha msaada sana kwa wanafunzi?

Somo La 5

Jinsi watu katika Biblia walivyotumia hasira yao

1. Ukweli Mkuu wa Kibiblia

Biblia imejaa mifano ya wema na uovu ya jinsi tunavyoweza kutumia hasira katika maisha yetu.

2. Mstari Mkuu

1 Wakorintho 10:11 (Tafsiri ya Union Version)

Basi mambo hayo yaliwapata wao kwa jinsi ya mifano, yakaandikwa ili kutuonya sisi, tuliofikiliwa na miisho ya zamani.

3. Mafundisho ya mwanafunzi yaliyotumiwa katika somo hili

Sura ya 3 katika Mwongozo wa Mwanafunzi inaenda sambamba na somo hili. Mwongozo wa Somo Zoezi la 7 “Watu Waliokuwa na Hasira Kwenye Bibilia,” laweza kutumika katika somo hili.

4. Zoezi la utangulizi wa somo (dakika 2-3)

Huenda ungependa kuchagua hadithi kutoka kwa habari za sasa inayolingana na moja ya njia ambazo watu wa Biblia walitumia hasira zao na uonyeshe kuwa watu hawajabadilika katika suala la hasira hata baada ya miaka elfu kadhaa kupita. Kama vile hasira inavyotumika kwa njia za uharibifu leo, ndivyo ilivyokuwa maelfu ya miaka iliyopita.

5. Kwa haraka pitia Sura ya 1 na 2 (dakika 2-3)

Pitia mawazo 3 makuu kutoka kwa **Sura ya 1** kwa haraka sana.

- Kunazo njia nyingi tofauti za kuitikia kwa hasira.
- Hasira inataka kutawala maisha yako.
- Ni lazima niwajibike kwa ajili ya hasira yangu.

Katika **Sura ya 2** tulishughulikia, “Je, ninawezaje kuvunja nguvu hizi haribifu za hasira maishani mwangu?”

- Chukua bango lenye ufafanuzi wa “Haki za Mtu Binafsi” na usome tena ufafanuzi. Ukitumia mfano wa gugu lenye mzizi mrefu na wa kina, dokeza kuwa haki za mtu binafsi zinachochea hasira.
- Na jambo kuu tunalofanya ni kutoa haki zetu za kibinafsi kwa Mungu.

6. Toa utangulizi wa somo la leo (dakika 2-4)

Katika kipindi cha darasa kilichopita tuliangalia jinsi Yesu alivyotumia hasira katika maisha yake. Katika kipindi cha darasa cha leo, unapojadili hadithi za kibiblia za hasira, unahitajika kuiweka ndani yake mawazo makuu yanayohusiana na hasira na haki za mtu binafsi ambayo yalishughulikiwa katika somo la 2 na 3.

7. Tanguliza Hoja ya B. Jinsi watu katika Biblia walivyotumia hasira yao. (dakika 2-3) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 31

Eleza kuwa tutatumia muda mwingi wa kipindi cha darasa la leo kuangalia maisha ya watu katika Biblia na kuona jinsi walivyotumia hasira yao—kwa njia njema, na kwa njia zilizosababisha dhambi. Wapatie changamoto ya kuangalia maisha yao wenyewe wakati wanapoendelea kuangalia watu hawa tofauti tofauti katika Biblia—wanaotupatia pande zote za mifano ya wema na uovu wa jinsi ya kutumia hasira.

Jambo muhimu kwa Mwalimu:

Huenda ukawataka wanafunzi kuchukua nafasi kubwa ya kuwasilisha hadithi za Biblia katika kipindi cha leo cha darasa. Hapa pana mifano miwili ya kuzingatia.

Chaguo la Kwanza: Gawia kila mmoja wa watu hawa wa Biblia kwa wanafunzi tofauti—mapema. Unaweza kutumia **Mwongozo wa Somo Zoezi la 7, “Watu Waliokuwa na Hasira Kwenye Biblia,”** katika kutekeleza kazi hii. Kisha waelekeze ili kila mwanafunzi awasilishe kuhusu mmoja wa hawa watu—akitumia maswali katika Zoezi la 7 na kueleza mafunzo tunayoweza kupata kuhusu hasira kutoka kwa maisha ya huyu mtu wa Biblia.

Chaguo la Pili: Gawa darasa lako kwa vikundi vidogo na uwagawie mtu mmoja wa Biblia. Wanaweza kuweka pamoja mawazo yao kuhusu majibu ya maswali ya Zoezi la 7 na kisha wayawasilishe kwa darasa. Chaguo lingine ni kuwafanya waigize hadithi hiyo.

Unapochunguza kila mmoja wa hawa watu wa Biblia, hakikisha unalenga mambo makuu haya mawili:

1. Uliza wanafunzi wako watuambue haki za mtu binafsi ambazo zilikusika katika hali hii.
2. Chunguza jinsi mtu huyu katika Biblia alivyoitikia hali ambayo iliwafanya wakasirike na ubaini kama hivyo ndivyo Mungu alitaka wao watumie hasira yao, ama iwapo huu ni mfano wa jinsi Mungu hataki tutumie hasira yetu.

Kwa hakika Sura ya 3 katika Mwongozo wa Mwanafunzi ni daraja halisi kati ya Sura ya 2 na Sura ya 4. Fungamanisha kila hadithi ya kibiblia unayojadili na suala la haki za mtu binafsi na matumizi ya hasira kwa njia ya uharibifu. Pia dokeza kuwa tunataka kujifunza njia mpya za kuwa na mwitiko kwa hasira yetu zinazohusiana na masuala tutakayoshughulikia katika masomo ya 6-9.

Utapaswa kubaini ni watu gani wa Biblia utakaoshughulia katika kipindi hiki cha darasa. Huenda ukapenda pia kuzungumzia wengine ambao hawajaorodheshwa hapa.

8. Jadili Hoja B-1. Kaini**(Dakika 5-10) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 31-32**

Katika kujadili maisha ya Kaini na jinsi alivyotumia hasia yake, dokeza kuwa hii ni mojawapo ya hadithi za kwanza za Biblia. Kwa hivyo tangu mwanzo wa mwanadamu katika dunia, hasira ilikuwa tatizo.

Kunayo mawazo kadhaa katika ukurasa wa 31 katika Mwongozo wa Mwanafunzi kuhusu jinsi Mungu alivyowasiliana na Kaini na majibu ya Kaini. Huenda ungependa kupitia orodha hii ya jinsi hasira isiyotadhibitiwa inaweza kuleta uharibifu katika maisha yetu na ya wale wanaotuzingira.

Mungu anampa Kaini mwongozo wazi

1. Anajaribu kumsadia Kaini ajichunguze moyoni “ni kwa nini ana hasira sana?”
2. Mungu anamwambia Kaini atakubaliwa ikiwa atafanya kile kilicho sahihi.
3. Kisha Mungu anamwonya kwamba akikataa kufanya kilicho sahihi — basi tahadhari!
4. Dhambi inachechemea mlangoni, ikitamani kukutawala..
5. Mungu anamwambia Kaini ni lazima aishinde na kuitawala.

Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 31

5

Unapojadili hadithi ya Kaini, eleza jinsi Mungu anavyoeleza wazi kwamba iwapo Kaini hatadhibiti hasira yake itafungua mlango kwa shetani kumwongoza katika njia ya dhambi. Hadithi hii inaweka bayana kuwa Mungu anaamini tunaweza kudhibiti hasira yetu. Mungu anamwambia Kaini kuwa ni lazima atawale hasira yake, au shida inamngojea mbele.

Waulize wanafunzi wako waeleze matokeo ya hasira ya Kaini—anaua nduguye. Taja matokeo ya maisha yote ya hasira isiyodhibitiwa. Rejelea wazo la somo la 1 kwamba hasira inataka kudhibiti maisha yako—ndicho kilitendeka kwa Kaini.

Hakikisha umetambua haki za kibinafsi ambazo Kaini alikuwa anashikilia na ambazo zilimwelekeza katika njia ya uharibifu.

9. Jadili Hoja B-2. Yusufu**(dakika 5-10) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 32**

Iwapo umeweka mwanafunzi mmoja au zaidi kuwasilisha hadithi hii kwa darasa, ungelipenda kuwa na nakala ya habari zilizo katika sehemu hii ya Mwongozo wa Mwalimu ili wazitumie kwa maandalizi.

Unapojadili maisha ya Yusufu, huu ni mmoja wa mifano ya Biblia ambapo mtu alikumbana na matatizo makubwa, ila hakuiruhusu hasira yake kuwa nguvu za kuangamiza maisha yake. Yusufu anatupatia mfano wazi wa jinsi unavyoweza kuishi katika uhusiano na Mungu na usiruhusu hasira itawale maisha yako ijapokuwa mambo mabaya yanatendeka maishani mwako.

Angalia Mwongozo wa Mwanafunzi kwa maelezo zaidi.

Toa muhtasari wa mambo yalio tangulia hadithi hii, kisha umwulize mwanafunzi mmoja asome sehemu ya hadithi hii ya Mwanzo 37, akianza mstari wa 14-20. Itumie kuonyesha jinsi kwa hakika vile Yusufu alitoka kwa familia yenye matatizo. Babaye alikuwa na wake wawili, na alimpenda tu mmoja wao. Yusufu alikuwa mwana #11, ila akawa kipenzi cha babaye.

Uliza darasa, ni vipi nduguze walivyopanga kutumia hasira yao? Walikuwa wamepanga kumuua.

Lakini waliamua kufanya nini badala yake? Mwanzo 37:26—Walimuuza kama mtumwa.

Sasa elekeza darasa lako liangalie hadithi hii kutoka kwa mtazamo wa Yusufu. Uliza darasa lako jinsi lingehisi ingekuwa wao ndio wangukuwa Yusufu?

Baada yao kutoa majibu yao, basi kifupi endeleza hadithi iliyobaki—anauzwa kama mtumwa. Kisha mkewe Potifa anamshtaki kwa tuhuma za kutaka kumbaka na anaishia gerezani kwa miaka mingi.

Uliza darasa lako jinsi wanguhisi kama wangulikuwa mahali pa Yusufu gerezani?

Kisha eleza kuwa miaka kadhaa baadaye Yusufu anatukuzwa hadi kwa nafasi ya pili kutoka kwa Farao katika nchi ya Misri na miaka kadhaa baadaye nduguze wanakwenda kununua nafaka.

Uliza darasa lako jinsi wanguitikia kama wangukuwa katika nafasi ya Yusufu?

Kisha songa mbele haraka hadi Mwanzo 50, wakati baba yao alikuwa amefariki, nduguze walimwendea Yusufu wakiweka wazi hofu yao kuwa Yusufu sasa angejilipizia kisasi kutokana na yale waliyomtendea miaka mingi iliyopita.

Mwombe mmoja wa wanafunzi wako asome Mwanzo 50:19-21 katika ukurasa wa 32 kwenye Mwongozo wa Mwanafunzi.

Kisha jadili jinsi Yusufu alivyochagua jibu tofauti badala ya kuwa na hasira kwa nduguze. Jadili jinsi Yusufu alivyowaza kuhusu mambo yao yaliyopita.

Hadithi hii ni mfano mkuu wa jinsi ya kutotumia hasira kwa njia ya uharibifu. Badala yake Yusufu aliwasamehe nduguze na kuwatendea ukarimu. Eleza wazi kuwa hili ndilo tutakalojadili katika kipindi cha darasa litakalofuata—ni zipi njia mpya tunazoweza kutumia kuitikia hali ambazo kwa wepesi zinatusababishia hasira?

10. Jadili hoja ya B-3. Musa

(Dakika 5-10) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 33-34

Unapojadili Musa, na wawili watakaofuatia pia, eleza kuwa Musa alichaguliwa na Mungu na alikuwa kiongozi mkuu—lakini bado alikuwa na tatizo la hasira. Wakati mwingine hasira yake inaoneka kulingana na hasira ya Mungu. Lakini katika kitabu cha Hesabu sura ya 20 tunasoma hadithi ya Musa akiruhusu hasira yake kumtawala na kumvuta chini kwenye njia ya dhambi—kutotii Mungu.

Eleza matokeo ya huu mlipuko mmoja wa hasira—hakuruhusiwa kuingia ndani ya nchi mpya ambayo Mungu alikuwa amewaahadi. Weka wazi kuwa Mungu hapuuzi dhambi.

11. Jadili Hoja B-4. Daudi (dakika 5-10) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 34

Tumia hadithi katika 1 Samueli 25 kuonyesha jinsi Daudi alivyoruhusu tusi kumkasirisha hadi akapanga kuua yule aliyekuwa amemtusi pamoja na watu wote waliofanyia kazi Nabali. Eleza kuwa kisasi hicho kinaweza kutuingiza kwa shida kubwa, ndiposa Mungu anatuambia tusilipize kisasi, bali tumuachie Yeye.

Ni haki gani ya kibinafsi ambayo Daudi alishikilia ambayo ilifanya hasira yake iwe na nguvu?

12. Jadili Hoja B-5. Yona (dakika 5-10) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 34-35

Unapojadili hadithi hii, eleza kuwa hata kama Mungu alimtumia Yona kwa njia kuu, Yona bado alikuwa na tatizo la hasira. Tumia hadithi hii kudokeza changamoto tunayokabiliana nayo kujifunza namna ya kutumia hasira yetu kwa njia inayompendeza Mungu.

13. Matumizi Binafsi ya Somo (dakika 5-10)

Rejelea **Kweli Kuu Ya Kibiblia na Mstari Mkuu** wa leo katika kuwapa wanafunzi wako changamoto ya kuangalia maisha yao na jinsi wanavyotumia hasira kwa maakini na kwa ukweli.

Wape changamoto ya kusoma Biblia kuona kile kinachotufundisha jinsi ya kutumia hasira kwa njia ya kumpendeza Mungu.

Hadi hapa Kutendea Somo Kazi Kibinafsi kwa kipindi cha darasa cha leo, wasihi wawe walio na ukweli wao wenyewe kuhusu nafasi ya hasira waliyonayo katika maisha yao. Waulize wachague somo moja walilojifunza kutoka kwa hawa watu wa Biblia ambalo wanaweza kulitumikiza katika maisha yao ndani ya wiki hii.

14. Kazi

- A. Waagize wanafunzi wasome Sura ya 4 katika Mwongozo wa Mwanafunzi kwa maandalizi ya kipindi cha darasa lijalo.
- B. Sahihisha Mwongozo wa Somo Zoezi ya 7, “Watu Waliokuwa na Hasira Kwenye Bibilia.”
- C. Mwongozo wa Somo Zoezi la 8, “Kuwa na njia mpya wa Kufanya mambo,” yanayohusiana na mambo tutakayoshughulikia katika kipindi cha darasa lijalo. Watie moyo wanafunzi wako waanze kushughulikia zoezi hili baada ya kusoma Sura ya 4 katika Mwongozo wa Mwanafunzi.

15. Kutathmini Somo

Tafadhali orodhesha mawazo yako kwa ajili ya kuboresha somo hili.

Je, ni sehemu gani zilizofanya kazi vizuri?

Je, ni sehemu gani zilizokuwa gumu zaidi kwa wanafunzi kuelewa?

Je, ni nini kulionekana kuwa cha msaada sana kwa wanafunzi?

Somo la 6

Hatua za kwanza za kukua upya

1. Kweli Kuu ya Kibiblia

Ninahitaji kujifunza njia mpya za mwitiko ambazo ninaweza kutumia katika hali ambazo haki zangu za kibinafsi za zamani zinakiukwa.

2. Mstari Mkuu

Yakobo 1:19 (Tafsiri ya Union Version)

Hayo mnajua, ndugu zangu wapenzi. Basi kila mtu na awe mwepesi wa kusikia, bali si mwepesi wa kusema; wala kukasirika.

3. Mafundisho ya mwanafunzi yaliyotumiwa katika somo hili

Sura ya 4 katika Mwongozo wa Mwanafunzi inaambatana na somo hili. Mwongozo wa Somo Mazoezi ya 4 na 8 pia yanaweza kutumika kwa pamoja na somo hili.

Zoezi la 4, Jaribio langu la kwanza bila haki za Kibinafsi.

Zoezi la 8, Kuwa na njia mpya wa Kufanya mambo

4. Zoezi la utangulizi wa somo (dakika 5-10)

Anza kipindi cha darasa cha leo kwa kupitia masuala makuu yanayohusiana na haki za mtu binafsi yaliyoshughulikiwa katika vipindi vilivyopita vya darasa.

1. Hasira inataka kutawala maisha yako yote.
2. Ni lazima niwajibikie hasira yangu.
3. Labda ungependa kutumia mfano wa gugu kuonyesha jinsi mzizi mkuu wa gugu unawakilisha haki za mtu binafsi na sehemu kubwa ya haki zinachangia uchochezi wa hasira.
4. Uliza wanafunzi wako kutoa mifano ya jinsi wameona haki za kibinafsi zikichochea hasira katika maisha yao.
5. Fupisha hatua hii ya kupitia kwa kurejelea kichwa cha Sura ya 2 katika Mwongozo wa Mwanafunzi, “Je, ninawezaje kuvunja nguvu hizi haribifu za hasira maishani mwangu?” Dokeza maneno makuu—hasira haribifu—ambayo yanazungumzia uharibifu ambao hasia imesababisha hapo zamani, na bado inaweza kujirudia siku za baadaye tukiiruhusu kufanya hivyo.
6. Eleza kuwa leo tunaanza mjadala wetu jinsi tunaweza kutumia hasira kwa njia ambayo inampendeza Mungu. Tutatumia siku ya leo na vipindi 3 vya darasa katika masuala yaliyozungumziwa kwenye Sura ya 4 ya Mwongozo wa Mwanafunzi.

5. Toa Utangulizi wa Leo (dakika 2-3) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 37

Moja ya changamoto ambazo wanafunzi wako wanakabiliana nazo leo ni kusoma mada ya jinsi ya kutumia hasira kwa njia ambayo inampendeza Mungu. Hili halitasomwa kwa siku moja au wiki moja, lakini tunatarajia kutoa muhtasari wa fursa zilizo mbele yao iwapo watadumisha lengo lao la kumtumikia Yesu katika eneo hili la maisha yao.

Waonye wanafunzi wako kuwa somo hili si la kuwatia moyo kukasirika. Kinyume cha hilo ni kweli katika hali nyingi wanazokumbana nazo. Ulinganisho wa utumizi mbaya wa dawa za kulevya ulaji mbaya wa chakula utaendana sana na somo hili. Unapofunza mtu jinsi ya kumfuata Yesu, basi unawahimiza kujiepusha kabisa na utumiaji tena wa dawa za kulwvya.

Hata hivyo, iwapo tatizo la kutawala maisha yao—anorexia, bulimia, nk.—basi suluhu si kuacha kula, ila ni kujifunza jinsi ya kula kwa njia ambazo zitamheshimu Mungu. Basi “matumizi yenye uwajibikaji” ni njia ambayo ni lazima mtu aipitie kuhusu chakula.

Kuhusu hasira, wazo bora la Mungu si sisi tuondoe kabisa mhemko huu—badala yake, “matumizi yenye uwajibikaji” ndio njia tunayopaswa kufuata. Kujifunza jinsi ya kutumia hasira kwa njia ambayo inampendeza Mungu itakuwa changamoto kubwa kwa wengi wa wanafunzi wako—na labda mwalimu pia!

6**6. Jadili Hoja A. Jiandae kukabiliana na matatizo kutokana na uamuzi huu mpya wa kumpa Mungu haki zako (dakika 5-10) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 38-39**

Unapojadili matatizo 5 tofauti yanayowasilishwa katika sehemu hii ya somo, fanya hivyo kwa ufupi. Masuala haya yote yanaweza kuwa tatizo kubwa kwa wanafunzi wako. Kusudi letu la kuangalia haya ni kuwapa tahadhari ya kile kilicho mbele.

1. Shinda vita vya woga.
2. Usijihukumu kila wakati unaposhindwa.
3. Bado utahisi kuwa na hasira.
4. Utawaona wengine walio na shida ya hasira.
5. Usifanye ‘hasira yako kuwa jambo la kiroho’ kupita kiasi.

Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 38-39

Huenda ukajaribiwa kutumia muda mwingi katika sehemu hii—lakini kinachokuja katika sehemu ya somo iliyosalia ni ya muhimu zaidi.

7. Kuwa na utangulizi wa Hoja ya B. Hatua za kwanza kwa ukuaji mpya (dakika 1-2) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 40-47

Unapoanza sehemu hii ya somo, dokeza kuwa kila moja ya hatua hizi 9 ni muhimu katika kujifunza kwao jinsi ya kutumia hasira kwa njia ya uwajibikaji katika maisha yao.

Eleza kuwa leo tutashughulikia hata 1-5 tu. Tutashughulikia hatua 6-9 katika kipindi cha darasa lijalo. Sisitiza hitaji la wanafunzi wako kujifahamisha hatua zote 9, na kuanza kuziweka kwa matendo haraka iwezekanavyo.

8. Jadili Hoja B-1. Jaza akili yako kwa ukweli wa Mungu kuhusu hasira. (dakika 3-5) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 40-41

Wape changamoto wanafunzi wako waanze kusoma Biblia kwa undani kuhusu kile Mungu anachosema kuhusu hasira. Kadiri ya wanavyojaza mawazo yao na ukweli wa Mungu kuhusu hili, ndivyo watakavyojihami zaidi kukabiliana na changamoto watakazokumbana nazo siku zilijazo.

Maandiko yaliyoorodheshwa katika Mwongozo wa Mwanafunzi kurasa za 40-41 ni mistari michache tu inayozunguza kuhusu hasira. Watie moyo wakariri mistari ile inayozungumzia maisha yao zaidi sana.

Watie moyo wanafunzi wako kutafuta njia maalum ambazo wanaweza kuweka kwenye matendo mistari hii maishani mwao.

Wape changamoto ya kuangalia Imani potofu ambazo wameishi nazo kuhusu hasira, na kutumia Biblia kama chanzo chao kipya cha ukweli kuhusu hasira na jinsi Mungu anataka waionyeshe katika maisha yao.

9. Jadili Hoja B-2. Kujitolea kwako kila siku kusalimisha haki zako za kibinafsi (dakika 3-5) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 41

Hatua hii inaweza kushughulikiwa kwa haraka. Jambo la muhimu kwao ni kuelewa kuwa kutoa haki zetu za kibinafsi kwa Mungu ni mchakato, si kitu cha wakati mmoja tu. Huenda watajipata wakiendelea kukasirika mara nyingi.

La muhimu ni kutokata tamaa, bali kurudi kwa Mungu mara nyingi na kumpa hizo haki, kisha kufanyia kazi hatua zilizoko katika sura hii ya Mwongozo wa Mwanafunzi.

10. Jadili Hoja B-3. Fanya uamuzi wa kutoruhusu hasira kukutawala (dakika 1-3) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 41-42

Hatua hii pia yaweza kukamilishwa kwa haraka. Ni mwito wa kufanya uamuzi tu—kutoruhusu hasira kukudhibiti. Maana halisi hapa ni kwamba, wao wawajibike kwa ajili ya hasira yao, na wasimlaumu mtu mwingine yeyote kwa kukuwafanya wakasirike.

11. Jadili Hoja B-4. Jiwekee lengo lako la kuwa mwepesi wa kukasirika (dakika 5-10) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 42-44

Hatua hii na ijayo zinahitaji kupewa muda wa ziada katika kipindi cha darasa ikilinganishwa na hatua zingine katika sehemu hii ya somo. Jenga mjadala huu nje maandiko matakatifu ya Yakobo 1:19-20 na ugawanye sehemu tatu kama ilivyofafanuliwa katika andiko hili.

Kwa kushughulikia hoja **ndogo ya a— Kila mtu anapaswa kusikiliza kwa upesi**—hakikisha umejadili jinsi hili linaweza kutendewa kazi katika maisha yao. Mwongozo wa Mwanafunzi unadokeza kuwa hii haiashirii tu kuwa unapaswa kumsikiliza kwa maakini yule anasababisha ukasirike. Wanahitaji kwa kweli kuwa wepesi wa kumsikiza Mungu katika hali hizi. Ni vipi utamsikiza Mungu? Njia moja ni kupitia kwa vifungu vya Biblia ambazo wamekariri kuhusu hili suala.

Hatua ndogo zingine mbili zimeshughulikiwa katika Mwongozo wa Mwanafunzi pamoja na mapendekezo maalum kuhusu jinsi wanaweza kufanyia kazi mstari huu katika maisha yao. Ifanye wazi kuwa watapa mawazo ya ziada jinsi ya kutenda vile mstari huu unavyosema tunapozungumza kuhusu hatua ifuatayo—Hatua ya 5 kuanzia ukurasa wa 45 katika Mwongozo wa Mwanafunzi.

12. Jadili hoja ya B-5. Kukuza ujuzi mpya wa kukabiliana na hali ambazo ulitumia hasira dhidi yazo hapo awali (dakika 15-25) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 45-46

Hatua hii ni moja ya umuhimu zaidi kati ya hizi zingine za kwanza 9 za kujifunza jinsi ya kutumia hasira kwa njia inayompendeza Mungu.

Hii sehemu ya somo inahitaji kufanywa lengo la kuzingatiwa la kipindi hiki chote cha darasa. Tutatumia sehemu muhimu ya kipindi cha darasa lijalo tukiingia kwa undani katika Hatua ya 5.

1. Mitindo ya mwitiko wako mpya kwa maisha yako yote, sio tu mbadala wa hasira.

Unapoanza mjadala kuhusu hatua hii, eleza wazi kuwa njia bora ya kupata ufanisi ni kuona mitindo hii mipya ya mwitiko kuwa ni zaidi ya kuchukua nafasi ya hasira. Iwapo wateweka lengo la kutumia mifumo hii mipya wakati wanajaribiwa kuwa na hasira—hilo ni lengo ndogo sana, na linawezekana kusababisha kutofaulu badala ya kufaulu.

Wapatie wanafunzi wako changamoto ya kuweka lengo la kutumia mitindo mipya ya mwitiko siku nzima wawe wanajaribiwa kukasirika au la. Kwa mfano—weka lengo la kuonyesha wengine subira siku nzima—katika hali zote. Wanapofanyia kazi huu mtindo mpya wa mwitiko, wanaweza kuutumia kila wakati, sio tu wakati wanapokumbana na majaribu ya kukasirika.

2. Wanahitaji mitindo mingi mpya ya mwitiko na wala si, moja tu au miwili.

Hili halihusu tu kujenga njia moja au mbili za kuitikia—hili laweza kuhusisha mikakati mingi tofauti katika hali ambayo wanakumbana na majaribu ya kukasirika. Tena kile ambacho ni cha msaada zaidi kwa mwanafunzi mmoja huenda kikawa cha msaada mdogo kwa mwingine, ikitegemea kilichochochea hasira yao.

3. Hasira inakupokonya nafasi ya kuona njia zingine za kuitikia hali za maisha

Eleza kuwa hasira inataka kudhibiti maisha yao na kuzizinga njia zingine za kuitikia hali katika maisha yetu. Wanapotoa haki zao za binafsi kwa Mungu na kufanya uamuzi wa kuitikia kwa njia mpya, Mungu atawasaidia kuona njia mpya za kuitikia.

Ukitumia ubao wa kuandikia ama bango la karatasi kubwa, unaweza kuandika “Hasira” kwa upande mmoja na “Njia mpya za kuitikia” upande mwingine. Kisha taja hali fulani ambapo walitumia hasira zamani. Waelekeze kujadili njia tofauti wanazoweza kuitikia bila kutumia hasira.

Mara tu baada ya kuunda orodha ya njia mpya za kuitikia, tumia wazo linalofuata kuwasaidia kutathmini aina tofauti za kuitikia.

4. Aina tano fofauti za kuitikia

Katika ukurasa wa 45 katia Mwongozo wa Mwanafunzi, kua orodha ya vikundi tofauti vya jumla vya kuitikia—hizi si njia za kuitikia. Lakini kila mojawapo wa vikundi hivi chaweza kuhusisha njia tofauti za kuitikia.

6

Unahitaji kukuza njia mpya ya kuishi suala la hasira linapotokea katika maisha yako

1. Mawazo mapya katika kujibu kwako
2. Hisia mpya katika kujibu
3. Matendo mapya katika kujibu
4. Majibu mapya katika kuongea
5. Sura mpya-isisio ya hasira inayosema “Ningeweza kukuua!” lakini sura tofauti.

Mwongozo wa Mwanafunzi ukurasa wa 45

Sasa warejeshe wanafunzi wako kwa orodha ya majibu mapya uliyoandika ubaoni pamoja na mfano ambao umejadili. Pitia majibu yao na utambue ni aina gani ya majibu kuambatana na aina 5 zilizoorodheshwa hapo juu. Je, ni jibu la mawazo? Jibu la mhemko? Jibu la tendo? Jibu la mazungumzo?

Baada ya kulinganisha majibu yao, angalia kama kati ya aina 5 za majibu kuna ile haikupata jibu la kulingana nayo. Kama hawakujumuisha lolote la “Majibu ya mawazo mapya” basi wajaadili ni nini kinaweza kujumuishwa hapa kama jibu jipya.

Katika kurasa 45-46 kwenye Mwongozo wa Mwanafunzi labda ungependa kuchukua muda wa kupitia baadhi ya majibu mapya ambayo yanaweza kutumiwa kama mbadala wa kuitikia kwa hasira. Pengine ungependa kurejelea orodha iliyo hapo juu na uamue ni “mawazo mapya” gani yahahitajika ili kuweka kwa matendo njia mpya za kuitikia.

Kwa mfano, ya kwanza— **Subira badala ya hasira.** Inagharimu nini kuitikia kwa saburi? Ni mawazo gani yanaambatana na kuonyesha saburi? Ni mihemko gani inayoambatana na saburi? Ni matendo gani? Maneno?

5. Inagharimu kazi nyingi ngumu kujenga njia mpya za kuitikia

Wasaidie wanafunzi wako watambue kuwa kila moja ya mifumo mipya ya kuitikia ni stadi inayopaswa kujifunza. Hiyo inamaanisha itagharimu mazoezi na juhudi nyingi ili kuiendeleza, ingawa mwanzoni wataifanya kwa uhafifu.

Eleza kuwa orodha waliyopewa katika Mwongozo wa Mwanafunzi ina mifano michache ya njia mpya za kuitikia. Tunaweza kuongeza zingine katika orodha hiyo.

Hatua yote inaenda sambamba na Mwongozo wa Somo Zoezi la 8, “*Kuwa na njia mpya ya Kufanya mambo.*” Iwapo wanafunzi wako wamekamilisha zoezi hili, basi ungependa kuwauliza wawili wao au watatu watoe mfano kwa darasa.

Kile ungependa kufanya ni kuchukua hali moja ambayo wanafunzi wanaiona rahisi kukasirika, na kisha kujadili njia tofauti za kuitikia badala ya kutumia hasira. Wanapotoa mawazo mapya, waelekeze kutambua kama ni wazo jipya, jibu la mhemko mpya, tendo jipya, maneno mapya—kurejelea orodha ya mawazo 5 katika ukurasa wa 45 wa Mwongozo wa Mwanafunzi.

Ni mawazo gani yanaweza kuwasaidia kuitikia kwa njia mpya?

Ni mihemko ipi wanaweza kuitumia hapa badala ya hasira?

Ni matendo gani tofauti wanaweza kuyatumia?

Ni vipi mazungumzo yao yangeweza kuwa tofauti?

Elekeza kuwa kutendea kazi haya yote kibinafsi katika maisha yao kutachukua muda na juhudi. Lakini Mungu atawasaidia.

6. Itazame kila hali ya maisha kama mojawapo wa mpango wa Mungu kwa siku yako

Ni lini unapokasirika? Inaweza kuwa ni wakati unapokabiliana na hali ngumu katika siku yako, nawe hujafurahia jinsi mambo yanavyotendeka. Au hujafurahia kile mtu anakwambia. Msongo na kufadhaika vinaweza kwa wepesi kukusababisha ukasirike.

Wape wanafunzi wako changamoto ya kuangalia kila sehemu ya mpango wa Mungu kwa ajili ya siku yako. Haina maana kuwa Mungu anaidhinisha kile huyu mtu anachokwambia au kukufanyia. Lakini Mungu anajua kile kinachoendelea, na Yeye yuko tayari kukusaidia kuitikia kwa njia itakayo mheshimu Yeye, na kukuepusha kutokana na kufuata njia ya kuteremka ya kutumia hasira kwa dhambi.

Zaburi 37:23 (Tafsiri ya Union Version)

Hatua za mtu zinaimarishwa na Bwana, Naye aipenda njia yake.

Huu mstari una ahadi kuu kwa ajili ya wanafunzi wako. Mungu atawasaidia na kuwaelekeza kupitia kwa kila hali wanayokabilina nayo leo. Badala ya kukasirika, tazama hii hali kama nafasi ya Mungu kuwasaidia ili waitikie kwa njia mpya.

Wape changamoto wanafunzi wako kukabili siku kwa kauli hii: Kila hali ninayoikabili leo itakuwa nafasi ya Mungu kunitumia kuwa baraka kwa mtu fulani.

Hili ndilo wanaloweza kutenda katika kila hali wanayoikabili leo, sio tu zile nafasi wanazojaribiwa kukasirika.

13. Hitimisho la somo hili (dakika 2-3)

Katika kufunga kipindi cha darasa la leo, wape changamoto ya kuanza mchakato wa hatua moja kwa wakati mmoja. Wape changamoto ya kuendelea kusalimisha haki zao za kibinafsi kwa Mungu. Wape changamoto ya kuweka bidii kujenga njia mpya za kuitikia hali badala ya kutumia hasira.

Waambie kuwa katika kipindi cha darasa kifuatacho tutaangalia mifano zaidi ya hatua 5.

14. Matumizi Binafsi (dakika 5-10)

- A. Wape wanafunzi wako changamoto za kuchagua aina moja ya hali ambayo pana uwezekano wao kulikabili tatizo ambalo ni rahisi kuitikia kwa hasira. Waelekeze waweke lengo la kuitikia hali hiyo kwa njia mpya. Yawezekana ukaunganisha hili na Mwongozo wa Somo Zoezi la 8, “Kuwa na njia mpya wa Kufanya mambo.”
- B. Yawezekana uwaelekeze wanafunzi kuuunga wawili wawili baada ya hili na kuombeana mmoja kwa mwingine, wakiomba Mungu awasaidie kutumia mifumo mipya ya kuitikia wanapojaribiwa kuitikia kwa hasira.

6**15. Kazi**

- A. Eleza wanafunzi wako wakati unaotaka wamalize kazi yao kuhusu Mwongozo wa Somo Zoezi la 8, *Kuwa na njia mpya wa Kufanya mambo*. Huenda ungependa kuwaagiza wafanye mifano mingine ya mitindo mipya ya kuitikia wakitumia maswali yale ya Zoezi la 8 na kurudia tena kwa kuandika majibu yao kwenye karatasi tupu.
- B. Waagize wanafunzi wako wasome Sura ya 4 katika Mwongozo wa Mwanafunzi, hasa kurasa za 40-47 zinazozungumzia hatua 9 za kukua upya.

16. Kutathmini Somo

Tafadhali orodhesha mawazo yako kwa ajili ya kuboresha somo hili.

Je, ni sehemu gani zilizofanya kazi vizuri?

Je, ni sehemu gani zilizokuwa gumu zaidi kwa wanafunzi kuelewa?

Je, ni nini kulionekana kuwa cha msaada sana kwa wanafunzi?

Somo la 7

Njia mpya za mwitiko kwa hali ambapo hasira ilitumika awali

1. Kweli Kuu Kibiblia

Ninahitaji kujifunza njia mpya za kuitikia ambazo ninaweza kuzitumia katika hali ambazo haki zangu za kibinafsi za zamani zihahujumiwa.

2. Mstari Mkuu

Wakolosai 3:8 na 10 (Tafsiri ya Union Version)

⁸ Lakini sana yawekeni mbali nanyi haya yote, hasira, na ghadhabu, na uovu, na matukano, na matusi vinywani mwenu. ¹⁰ mkivaa utu upya, unaofanywa upya upate ufahamu sawasawa na mfano wake yeye aliyeuumba.

3. Mafundisho ya mwanafunzi yaliyotumiwa katika somo hili

Sura ya 4 katika Mwongozo wa Mwanafunzi inaambatana na somo hili. Mwongozo wa Somo Zoezi la 5 na 8 unaweza kutumika pamoja na somo hili.

Zoezi la 5, Hasira katika Biblia

Zoezi la 8, Kuwa na njia mpya ya Kufanya mambo

4. Zoezi la utangulizi wa somo (dakika 5-10)

Huenda ungependa kuuliza mmoja katika darasa ajitolee kusimulia mfano kutoka kwa maisha yake yaliyotokea baada ya kipindi cha darasa kilichopita kuhusu wakati aliopata nafasi ya kuitikia kwa njia mpya badala ya hasira. Jiandae kwa hadithi kutoka kwa maisha yako au kwa mwanafunzi wa zamani utakayotumia iwapo hutapata mwanafunzi wa kujitolea kusimulia.

5. Kupitia somo lilopita kwa haraka (dakika 2-4)

Chukua dakika chache kupitia masuala makuu yanayohusiana na haki za mtu binafsi tulizozishughulikia katika kipindi cha darasa lililopita. Kwa haraka pitia “Hatua za kukua upya” 5 tulizozishughulikia katika kurasa 40-46 katika Mwongozo wa Mwanafunzi. Labda utaweza kuwa na bango ambalo utaliangika kwenye ukuta wa darasa linaloorodhesha hatua hizi 9.

Hatua za kukua upya

1. Jaza akili yako na ukweli wa Mungu kuhusu hasira.
2. Kujitolea kwako kila siku kusalimisha haki zako za kibinafsi.
3. Fanya uamuzi wa kutoruhusu hasira kukutawala.
4. Jiwekee lengo lako la kuwa mwepesi wa kukasirika.
5. Kukuza ujuzi mpya wa kukabiliana na hali ambazo ulitumia hasira dhidi yazo hapo awali.

Mwongozo wa Mwanafunzi kurasa za 40-46

Unapofikia hatua ya 5, waambie kuwa tutatumia sehemu kubwa ya kipindi cha darasa la leo kuangali hili tena.

6. Muhtasari wa somo kwa ajili ya mwalimu

Wakumbushe kile tulichotanguliza katika kipindi cha darasa kilichopita. Kuhusu hasira, wazo bora la Mungu kwetu sio kuondoa mhemko huu kabisa—lakini “kutumia kwa uwajibikaji” ndio njia tunayopaswa kufuata. Kujifunza jinsi ya kutumia hasira kwa nia ambayo inampendeza Mungu itakuwa ni changamoto kuu kwa wengi wa wanafunzi wako.

Utahitajika kuamua ni muda gani unaotaka kutumia katika hatua 6-9. Moja ya chaguo ni kuzishughulikia kwanza, kisha utumie muda uliobakia wa kipindi cha darasa kwa Hatua ya 5.

7. Jadili Hoja B-6. Kuza mifumo mipya ya kukabiliana na migogoro. (dakika 2-4) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 46

Suala la jinsi wanavyoitikia kwa migogoro ni suala muhimu, lakini kwa kweli linapaswa kushughulikiwa katika kozi tofauti. Tumeijumuisha hapa kama kiungo cha kando kwa sababu ni eneo kubwa sana katika maisha ya Wakristo wapya.

Wape wanafunzi wako changamoto ya kuangalia kwa makini jinsi wanavyoitikia wanapokuwa kwa mgogoro. Wahimize kuanze kutathmini vile ilivyo vigumu kwao kudhibiti mazungumzo na mawazo yao wakati wakiwa katika hali ya mgogoro.

Labda ungependa kuelekeza wanafunzi kutoa maoni mseto kuhusu baadhi ya njia wanazoweza kutumia kuitikia wakiwa katika hali ya mgogoro badala ya kutumia hasira kama walivyotenda awali. Wape changamoto ya kutafuta mistari katika Biblia ambayo itawasaidia kujenga njia mpya za kuitikia wakiwa katika kwa mgogoro.

8. Jadili Hoja B-7. Sherehekea mambo madogo ya ushindi (dakika 2-4) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 46

Unaweza kushughulikia hatua hii kwa haraka kiasi, ijapokuwa bado ni hatua muhimu. Hawatamudu mikakati mipya ya kuitikia hali za maisha kwa siku moja. Itakuwa ni mchakato, wa polepole na wenye maumivu kwa baadhi yao. Huenda ungependa kurejelea chati (ukurasa wa 23 Mwongozo wa Mwanafunzi) inayozungumzia hatua ndogo za kuendelea kushinda tatizo.

Eleza kuwa Shetani atafanya kila awezalo kuwakatisha tamaa ya kufanya mabadiliko haya. Atawaponda kwa kuwafanya waona haya na wajilaumu kila wakati wanapolemewa na kukasirika.

Watie moyo wanafunzi wako kutekeleza hatua ndogo za kuendelea, na washerehekee kila ushindi kama hatua moja zaidi ya kushinda mlima wa tatizo—yaani, hasira ya uharibifu.

9. Jadili Hoja B-8. Tumia hasira kama “saa yako ya kengele ya ukumbusho” (dakika 3-5) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 46

Pengine unaweza kuileta saa ya kengele darasani –hasa ile yenye kengele za kugongana hapo juu yake. Iweke kengele ilie kisha eleza jinsi wanavyoweza kutumia hasira yao kama “saa ya kengele” ya kuwaamusha ili wawe makini kuangalia ni nini kinachoendelea katika maisha yao wakati huo. Wanahitajika kwa haraka kuanza kutumia mtindo mpya wa kuitikia, badala ya kutumbukia tena kwa njia za zamani za mwikotika hasira.

Hili ni wazo rahisi, na ambalo linaweza kuwa na athara kubwa. Wanapojikumbusha kila siku, “ninahitaji kutumia hasira yangu kama saa ya kengele,” hili linaweza kuanza kuwasaidia kuitikia hali hizi kwa njia mpya, badala ya hasira kuwatumbukiza kwa njia ya uharibifu.

Pengine unaweza kuwatumia wanafunzi wawili kuigiza, mmoja anakasirika, na kisha saa ya kengele inalia, na huyo mwanafunzi anaacha kufuata njia ya hasira ya kuitikia hali fulani.

Ukiwa na saa ya kengele halisi, unaweza kuitumia kubadilisha tabia yako—kuacha kulala na kuamka na kuvaa mavazi—ama unaweza kuipuuza na kuendelea kulala. Inaweza kuwa ni vivyohivyo kuhusu hasira yako. Unaweza kuitumia kama saa ya kengele, na kubadilisha mawazo na tabia yako, ama unaweza kupuuza nafasi hii na kuruhusu hasira iendeshe maisha yako.

10. Jadili Hoja B-9. Chagua sheria mpya za kuishi maisha yako (dakika 3-5) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 47

Hatua hii inafungamana na suala la haki za mtu binafsi—ambazo ni kanuni tulizozitunga kwa ajili ya maisha yetu na wale wanaotuzingira, ambazo tunatarajia wengine wajibu. Wakati mtu anatoa haki zake za kibinafsi kwa Mungu, kunahitajika kanuni zingine mpya za maisha yetu ya kila siku. Tunahitajika kumgeukia Mungu na kutumia kanuni Zake katika maisha ya kila siku.

Mwongozo wa Mwanafunzi unatoa maandiko tofauti ambayo yanaweza kutumika kutuongoza katika eneo hili la kanuni mpya za kuishi maisha ya kila siku—ni kanuni za Mungu.

Katika kujumlisha hatua hizi tofauti 9 za kujifunza jinsi ya kutumia hasira kwa njia ambazo zinampendeza Mungu, weka wazi kuwa baadhi ya hatua hizi zitagharimu muda mwingi kabla yetu kufaulu kuzitumia mara kwa mara.

11. Rejelea Hoja B-5. Kukuza ujuzi mpya wa kukabiliana na hali ambazo ulitumia hasira dhidi yazo hapo awali (dakika 15-25) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 45-46

Kwa wakati unaobakia wa darasa la leo, pitia tena Hatua B-5 ambayo ni **Hatua 5: Kukuza ujuzi mpya wa kukabiliana na hali ambazo ulitumia hasira dhidi yazo hapo awali**. Pitia mifano maalum kadhaa ya hali ambazo wametumia hasira hapo zamani.

Wape wanafunzi nafasi ya kutambua ambayo wangependa kuijadili. Katika ubao, chora gugu lenye mzizi mkubwa tena kutoa mfano wa kile kinasababisha hasira, na kisha kwa upande mwingine wa ubao, orodhesha njia mpya za kuitikia badala ya kutumia hasira.

Pia rejelea orodha ya aina ya 5 tofauti za kuitikia ambazo umeziweka kwenye ukuta na uamue ni namna gani za mawazo mapya, mihemko, nk., zinaweza kutumika majibu haya mapya.

7

Unahitaji kukuza njia mpya ya kuishi suala la hasira linapotokea katika maisha yako

1. Mawazo mapya katika kujibu kwako
2. Hisia mpya katika kujibu
3. Matendo mapya katika kujibu
4. Majibu mapya katika kuongea
5. Sura mpya-isisio ya hasira inayosema “Ningeweza kukuua!” lakini sura tofauti.

Mwongozo wa Mwanafunzi ukurasa wa 45

Pitia mifano mingi tofauti kadiri ya wakati utakavyoruhusu, ukijadili nao njia mpya wanazoweza kuitikia hali hizo. Wakumbushe kuwa inahitaji bidi kujenga mitindo mipya ya kuitikia na kuifanya iwe sehemu ya kutumika mara kwa mara katika mtindo wa maisha.

Wasaidie wanafunzi wako kutambua kuwa kila moja ya mitindo hii mipya ya kuitikia ni stadi zinazofaa kujifunza. Hili linamaanisha kuwa itahitajika kuwepo na mazoezi mengi na juhudi za kushikilia hili, japo mwanzo wanaweza kuwa hafifu kwa kulitenda hilo.

Pengine ungependa kuwaelekeza wanafunzi wako kushiriki mifano kutoka kwa kazi yao Mwongozo wa Somo Zoezi la 8, “*Kuwa na njia mpya wa Kufanya mambo.*”

Itazame kila hali ya maisha kama sehemu ya mpango wa Mungu kwa siku yako

Tuliwasilisha wazo hili katika kipindi cha darasa lililopita, lakini lirejelea tena na uzungumze kuhusu jinsi lilivyo muhimu. Wanapokumbatia ukweli huu, na kuamini kwa ajili ya maisha yao wenyewe, kwamba utavunja nguvu za mitindo ya zamani ya mawazo waliyokuwa nayo kuhusu haki zao za kibinafsi na mifumo ya kuitikia kwa hasira.

Wape wanafunzi changamoto ya kuangalia kila hali ikiwa kama sehemu ya mpango wa Mungu kwa siku yako. Haimaanishi kuwa Mungu anakubaliana na kile mtu huyu anachosema au kufanya. Lakini Mungu anafahamu kile kinachoendelea, na yuko tayari kukusaidia kuitikia kwa njia ambayo itamheshimu, na isiyokutumbukiza kwa njia ya kutumia hasira kwa dhambi.

Zaburi 37:23 (Tafsiri ya Union Version)

Hatua za mtu zinaimarishwa na Bwana, Naye aipenda njia yake.

Mstati uu una ahadi kuu kwa ajili ya wanafunzi wako. Mungu atawasaidia na kuwaelekeza kupitia kila hali wanayokabilina nayo leo. Badala ya kukasirika, angalia hali hii kama nafasi ya Mungu kuwasaidia kuitikia kwa njia mpya.

Wape wanafunzi changamoto ya kukabili siku na msemo huu: Kila hali ninayokabilina nayo ni nafasi ya Mungu kunitumia kama baraka kwa mtu fulani.

Hili ndilo wanaweza kufanya leo katika kila hali, sio tu wanapojaribiwa kukasirika.

7

12. Matumizi Binafsi ya Somo (dakika 5-10)

Wape wanafunzi wako changamoto ya kuchagua moja ya aina za hali ambapo pana uwezekano mkuu wa kulikabili tatizo ambalo litakuwa rahisi kuwa na hasira wakati wa kujibu. Waelekeze kuweka lengo la kuitikia hali hiyo kwa njia mpya. Pengine unaweza kupenda kufunganisha hili na Mwongozo wa Somo Zoezi la 8, “Kuwa na njia mpya wa Kufanya mambo.”

13. Kazi

- A. Mwisho wa darasa wape mtihani wa majaribio kutoka Mithali 15:1.
- B. Sahihisha kazi yao ya Mwongozo wa Somo Zoezi la 8, “Kuwa na njia mpya wa Kufanya mambo.”
- C. Waagize wasome Mwongozo wa Mwanafunzi Sura ya 4, hasa ukurasa wa 48-51 kwa ajili ya maandalizi ya kipindi cha darasa lijalo.

14. Kutathmini Somo

Tafadhali orodhesha mawazo yako kwa ajili ya kuboresha somo hili.

Je, ni sehemu gani zilizofanya kazi vizuri?

Je, ni sehemu gani zilizokuwa ngumu zaidi sana kwa wanafunzi kuelewa?

Je, ni nini kulionekana kuwa cha msaada sana kwa wanafunzi?

Somo la 8

Maeneo matatu makuu ya kushughulikia hasira

1. Ukweli Mkuu Kibiblia

Ninahitajika kukuza sifa njema za kindani za kutumia ninapoitikia katika hali ambapo haki zangu za kibinafsi za awali zinakiukwa.

2. Mstari Mkuu

Waefeso 4:31-32 (Tafsiri ya Union Version)

Uchungu wote na ghadhabu na hasira na kelele na matukano yaonduke kwenu, pamoja na kila namna ya ubaya. ³² tena iweni wafadhili ninyi kwa ninyi, wenye huruma, mkasameheane kama Mungu katika Kristo alivyowasamehe ninyi.

3. Mafundisho ya mwanafunzi yaliyotumiwa katika somo hili

Sura ya 4 katika Mwongozo wa Mwanafunzi inaenda sawa na somo hili, hasa ukurasa wa 48-50. Mwongozo wa Somo Zoezi la 8, 9, na 10 yanaweza pia kutumika pamoja na somo hili.

Zoezi la 8, Kuwa na njia mpya wa Kufanya mambo

Zoezi la 9, Kuza Sifa Chanya za Ndani

Zoezi la 10, Wajibu Wangu Binafsi

4. Zoezi la utangulizi wa somo (dakika 5-10)

Tanguliza kipindi cha darasa la leo kwa kuuliza wanafunzi washiriki mfano wa jinsi walivyoitikia hali fulani kwa kutumia mfumo mpya wa kuitikia badala ya hasira.

Iwapo hapana mwanafunzi yeyote atakayejitolea, jiandae kusimulia hadithi kutoka kwa maisha yako mwenyewe, ama kwa mwanafunzi wa zamani aliyedhihirisha kuitikia kwa njia mpya.

5. Muhtasari wa Somo Kwa Ajili ya Mwalimu

Tumia Zoezi la utangulizi wa somo kama utangulizi wa masuala makuu tunayotaka kushughulikia katika kipindi cha leo cha somo. Tutaangalia maeneo matatu makuu, ambayo yote yanahusu mtindo wetu wa maisha, hasa kwa wale wametoa haki zao za kibinafsi kwa Mungu.

1. Kujenga sifa njema za tabia katika maisha yako
2. Kujifunza tofauti kati ya wajibu wa kibinafsi na haki za mtu binafsi
3. Kujenga mipaka katika maisha yako

Eleza wanafunzi wako kuwa maeneo haya makuu 3 yote yana uhusiano na kile tumekuwa tukizungumzia katika vipindi vya darasa 2, hasa kwa kujenga mikakati mipya ya kuitikia pale wanapokasirika kwa wepesi. Hata hivyo, haya ni maeneo matatu makubwa yanayoweza kuwa na athari ya jinsi wanavyoonyesha hasira yao.

Utahitaji kuamua ni muda gani unataka kutengea kila moja ya mada hizi tatu kuu. Inaweza kuwa ni kugawa muda wako kwa usawa kati ya kila moja, kama dakika 15 kwa kila mada.

Mada ya mwisho—Mipaka—kuna uwezekano ikawa kozi kamili peke yaka. Kwa hivyo tunajaribu tu kutoa utangulizi mfupi wa masuala haya.

6. **Jadili Hoja C. Jenga sifa njema za tabia yako katika maisha (dakika 10-15) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 48**

Sifa njema za tabia hazikuzwi kwa siku moja. Ni mchakato wa kujifunza jinsi ya kukuza sifa hizi katika maisha yetu—na inagharimu mazoezi—kutendewa kazi kwa wingi.

Katika Mwongozo wa Mwanafunzi ukurasa wa 48 utaona maandiko yaliyorodheshwa na ambayo yanatoa sifa tofauti za tabia unazoweza kukuza.

1 Wakorintho 13:4-8

2 Petero 1:5-7

Kunayo maandiko mengine mengi ambayo yanaweza kutumika kutambua sifa njema za tabia.

Unaweza pia kuwaelekeza watazame *Darasa la Sifa za Maadili Mema* katika darasa la *Mafunzo ya Kibinafsi kwa Maisha Mapya* kama chanzo cha sifa za tabia ambazo tunaweza kujenga katika maisha yetu. Inaorodhesha sifa njema 49 zinazoweza kukuzwa.

Mojawapo ya mawazo muhimu ya kuwaambia wanafunzi wako ni kuwa sifa hizi za tabia zinaweza kutumiwa badala ya hasira. Tulitangaza awali katika somo #6 kwamba hatujaribu kukomesha hasira kabisa. Badala yake, tunataka kujifunza jinsi ya kutumia hasira kwa njia ambazo zitamheshimu Mungu. Hata hivyo, kwa wengi wetu, njia ambayo tumekuwa tukitumia hasira yetu mara nyingi imekuwa ya uharibifu, na isiyoheshimu Mungu.

Ukitumia mfano wa gugu lenye mzizi mrefu—tuliloanza nalo katika vipindi vya kwanza vya darasa la kozi hii, pengine ungependa kurejelea mfano huo sasa. Wakati wanafunzi wana tafakari jinsi walivyotumia hasira katika maisha yao, mara nyingi hawakuona chaguo lingine badala ya hasira. Ni kama bustani lililojaa magugu. Kile unachoweza kuona ni magugu tu, na hauoni mboga zinazozaa matunda.

Lakini uking'oa magugu yote, basi mimea mingine ina nafasi ya kukua na kuwa imara na yenye afya njema. Hii ndivyo ilivyo kuhusu hasira na sifa njema za tabia. Iwapo wataacha kutumia hasira, basi patakuwa na nafasi ya maisha yao ya kukuza sifa njema za tabia. Kadiri sifa hizi za tabia zitakavyozidi kukua katika maisha yetu ndivyo zitakavyokuwa imara, nasi tutaweza kuitikia tukizitumia badala ya kuwa na hasira.

Wahimiza wanafunzi wako kuona umuhimu wa sifa hizi za kujaza mapengo katika maisha yetu wakati tunapotoa haki zetu za kibinafsi kwa Mungu. Hizi sifa za tabia zinakuwa mbadala bora zaidi kwa majibu yetu ya hasira ambayo kwa hakika tulizoea kutumia.

Kujenga sifa hizi za tabia kwa kweli ni udhihirisho wa Hatua ya 5 ya orodha ya hatua 9 za Kukua Upya ambazo tulijadili katika vipindi viwili vya darasa. Hatua ya 5, “Kukuza ujuzi mpya wa kukabiliana na hali ambazo ulitumia hasira dhidi yazo hapo awali,” zinaweza kuwa hatua rahisi au mabadiliko makubwa ya muda mrefu katika maisha yetu. Katika masomo hayo pia tulizungumza kuhusu umuhimu wa kujenga mitindo mipya ya kuitikia kwa maisha yako yote, sio kuwa tu kam mbadala wawamatumizi hasira tu.

Weka wazi kwa wanafunzi wako kuwa njia bora zaidi ya kushinda nguvu za hasira zinazoleta uharibifu katika maisha yao ni kutumia mitindo hii mipya ya kuitikia kuliko tu kubadilisha matumizi ya hasira. Iwapo wataweka kama lengo lao matumizi ya mitindo mipya ya kuitikia wakati wanapojaribiwa kukasirika—hilo ni lengo ndogo sana, na kuna uwezekano wa kushindwa badala ya kushinda.

Wape wanafunzi wako changamoto ya kujiwekea lengo la kujenga sifa njema za tabia na kuzitumia kama mifumo mipya ya kuitikia kila wakati iwe wanajaribiwa kukasirika au la. Kwa mfano—weka lengo la kuwa na subira kwa wenzako siku nzima—katika kila hali. Wakati wanashughulika kujenga his sifa ya tabia, wanaweza kuitumia kila wakati, sio tu wakati wanajaribiwa kutaka kukasirika.

8

7. Tambulisha Hoja ya D. Jifunze tofauti kati ya majukumu ya kibinafsi na haki za kibinafsi (dakika 2-3) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 49

Sehemu hii ya somo inaibua suala muhimu sana la wanafunzi kuelewa—tofauti kati ya majukumu ya mtu binafsi na haki za mtu binafsi. Huenda wanafunzi wako wasiwe na ustadi wa kubainisha tofauti kati ya haki na jukumu.

8. Jadili Hoja D-1. Jukumu la kibinafsi ni nini? (dakika 5-7) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 49

Majukumu ya mtu binafsi ni amri ambazo viongozi wametuwekea ili tuzifuate. Hakikisha wanafunzi wako wanaelewa tofauti kati ya haki na jukumu kisha uwape mifano.

Kunayo mifano mitatu katika Mwongozo wa Mwanafunzi wa watu wakitoa majukumu yao ya kibinafsi kwa Mungu, wakidhani kuwa walikuwa wakimpa haki ya mtu binafsi. Pitia kila moja ya haya na ujadili tofauti iliyoko kati ya haki na jukumu.

Pengine ungependa waangalie Mwongozo wa Somo Zoezi la 10, “*Wajibu Wangu Binafsi*,” na waanze kukamilisha hili sasa hivi iwapo hawakuwa wameanza tayari.

Pia ungependa kuzungumzia tatizo ambalo baadhi ya watu wanalo—kuchukua majukumu ambayo hawajapewa. Mtu anaweza kupenda jukumu hilo kwa kweli, lakini iwapo wanalichukua bila kiongozi wao kuwapa, ni makossa na itasababisha matatizo mengi.

Hata kama mtu mwingine ana jukumu hilo na analitekeleza kwa uhafifu, bado ni makossa kulichukua jukumu hilo bila ya kiongozi wako kukupatia.

9. Jadili Hoja D-2. Je, nina haki ya kujilinda na kulinda wengine kutokana na hatari na dhuluma? (dakika 5-10) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 50

Hatua hii ni muhimu sana kuzungumzia wanafunzi wako. Kama tulivyozungumza kuhusu utoajiwa haki zetu za kibinafsi kwa Mungu, baadhi yao wanaweza kuchukulia kuwa hawana “haki” ya kujilinda wenyewe—hata kama wananyanyaswa.

Hakikisha kuwa wanafunzi wako wanaelewa kuwa mwanamke anapompa Mungu haki zake za kibinafsi, haimaanishi kuwa mtu mwingine ana haki ya kumbaka.

Tunao **wajibu**—sio **haki** ya kujilinda sisi na wengine. Huu ni wajibu kutoka kwa Mungu.

Basi kwa mtu yeyote aliye katika uhusiano ambapo ananyanyaswa, anastahili kupata msaada unaofaa wa kuamua ni hatua ipi itakayofuata ya kujilinda mwenyewe na wengine kutokana na mnyanyasaji.

Inasikitisha kusema kuwa, Wakristo wengi hawaelewi wazo hili na wanawaambia wengine kuwa wanapaswa kudumu katika hali ya kunyanyaswa—wanasema, “Mwamini Mungu tu.” Lakini hili sio sawa. Ni muhimu sana kupata mawaidha yaliyo sawa katika hali hizi.

10. Jadili Hoja E. Weka mipaka (dakika 12-15) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 50-51

Kujifunza jinsi ya kutumia hasira kwa njia ambayo inampendeza Mungu itahusisha kujenga mipaka katika maisha yetu. Hii ni sehemu ya mchakato tunapojifunza kudhibiti hasira yetu—tunaiwekea mipaka na hatuiruhusu kututawala.

Hakikisha wanafunzi wako wanaelewa tofauti kati ya mpaka wa mtu binafsi na haki ya mtu binafsi. Haki ya mtu binafsi ni kanuni ninayoiweka na ninatarajia **wengine** kuitii. Mpaka ni kanuni ninayoweke kwa ajili **yangu mwenyewe kutii** ili niishi jinsi Mungu anavyotaka.

Mipaka inashughulikia zaidi ya hasira katika maisha yetu. Hii mipaka inakumbatia majukumu na amri ambazo Mungu ametupatia.

Mipaka hii inapaswa kuwa na msingi katika maandiko. Mfano mmoja wa hili ni Mithali 22:24-25 ambapo tunaambiwa tusishirikiane na watu wenye hasira kali.

Pengine ungependa kuwaagiza watambua mistari mingine ya Biblia inayotupatia mipaka ambayo itawasaidia kujifunza jinsi ya kutumia hasira yao kwa njia ambayo inampendeza Mungu.

Yakobo 1:19-20

Waefeso 4:26-27

Waagize wanafunzi wako wajiadili jinsi mipaka inavyoweza kuwasaidia katika maisha yao.

Watie moyo wasome kitabu, *Boundaries: When to Say Yes, How to Say No to Take Control of Your Life*, (Mipaka: Wakati wa kusema Ndio, Jinsi ya Kusema la ili Kudhibiti maisha yako. kimeandikwa na Dr. Henry Cloud na John Townsend. Eleza kuwa mada hii inaweza ikawa kozi nzima peke yake.

11. Matumizi ya Somo Binafsi (dakika 5-10)

Wahimize wanafunzi wako kuchagua mojawapo wa masuala matatu makuu tuliyo hughulikia katika kipindi cha darasa la leo kisha waweke lengo kuhusu jinsi wanavyoweza kuanza kuchukua hatua za kutendea hili kazi katika maisha yao kulingana na hali ambazo zinawezakuwafanya wakaitikia kwa hasira. Waagize waweke lengo la kuitikia hali fulani kwa njia mpya.

1. Jenga sifa njema za tabia katika maisha yako.
2. Jifunze tofauti kati ya majukumu ya mtu binafsi na haki za mtu binafsi.
3. Jenga mipaka katika maisha yako.

Wakumbushe kuwa kila moja ya maeneo haya matatu linachukua zaidi ya lengo moja rahisi la kutekeleza katika maisha yao. Watahitajika kufanya kazi ya kujenga malengo hayo kwa kipindi cha muda fulani. Hizi ni sehemu za kukua zinazochukua kipindi kirefu cha wakati, lakini kila moja ya maeneo hayo linaaza kwa hatua ndogo—hatua ambazo wanaweza kuanza kuzichukua sasa.

12. Kazi

- A. Waagize wanafunzi wako wakamilishe Mwongozo wa Somo Zoezi 9, “**Kuza Sifa Chanya za Ndani**,” na Zoezi 10, “**Wajibu Wangu Binafsi**,” na uwaagize wawe tayari kuleta kazi hio katika kipindi cha darasa lijalo.
- B. Waagize wanafunzi wako wasom Sura ya 4 katika Mwongozo wa Mwanafunzi hasa kurasa wa 51-54 kwa ajili ya maandalizi kwa kipindi cha darasa kijacho.

8

13. Kutathmini Somo

Tafadhali orodhesha mawazo yako kwa ajili ya kuboresha somo hili.

Je, ni sehemu gani zilizofanya kazi vizuri?

Je, ni sehemu gani zilizokuwa ngumu zaidi sana kwa wanafunzi kuelewa?

Je, ni nini kulionekana kuwa cha msaada zaidi kwa wanafunzi?

Somo la 9

Ninawezaje kutumia hasira yangu kwa njia inayompendeza Mungu?

1. Kweli Kuu ya Kiblia

Ninahitaji kuwa mwangalifu kwa kuonyesha hasira yangu kwa njia tu ambazo zitampendeza Mungu.

2. Mstari Mkuu

Wakolosai 3:17 (Tafsiri ya Union Version)

Na kila mfanyalo, kwa neno au kwa tendo, fanyeni yote katika jina la Bwana Yesu, mkimshukuru Mungu Baba kwa yeye.

3. Mafundisho ya mwanafunzi yaliyotumiwa katika somo hili

Sura 4 katika Mwongozo wa Mwanafunzi inaambatana na somo hili, hasa ukurasa wa 51-54. Mwongozo wa Somo Zoezi la 8, 9, na 10 inaweza kutumiwa pamoja na somo hili.

Zoezi la 8, Kuwa na njia mpya ya Kufanya mambo

Zoezi la 9, Kuza Sifa Chanya za Ndani

Zoezi la 10, Wajibu Wangu Binafsi

4. Zoezi la utangulizi wa somo (dakika 5-10)

Anza kipindi cha darasa la leo kwa hadithi inayotoa mfano wa njia nzuri ya kutumia hasira. Hii yaweza kuwa kutoka kwa maisha yako mwenyewe, au kutoka kwa mtu wanafunzi wako wanaomfahamu. Hakikisha mfano unafikia kiwango cha Mungu cha mtu kutumia hasira yake kwa njia nzuri.

Kisha eleza kuwa leo tutakuwa tukijadili njia fulani za kutumia hasira na kumpendeza Mungu kwa wakati mmoja.

5. Mhtasari (dakika 4-7)

Kwa kuwa hiki ni kipindi cha mwisho cha darasa katika kozi hii, tumia dakika chache kupitia baadhi ya masuala makuu yanayohusiana na haki za mtu binafsi ambayo tuliyashughulikia kwa kozi hii.

1. Kuna njia nyingi tofauti za kuitikia kwa hasira.
2. Hasia inataka kutawala maisha yako.
3. Ni lazima niwajibikie hasira yangu.

4. Je, ninawezaje kuvunja nguvu hizi haribifu za hasira maishani mwangu? Chukua bango lenye ufafanuzi wa “Haki za Mtu Binafsi” na usome ufafanuzi huo.
5. Ukitumia mfanno wa gugu lenye mzizi mrefu wenye kina, eleza kuwa haki zetu za kibinafsi huchochea hasira.
6. Jambo kubwa tunalofanya ni kutoa haki zetu za kibinafsi kwa Mungu.
7. Tulishughulikia hatua 9 za kukua ninapojifunza kutumia hasira yangu kwa njia njema.
8. Tunahitaji kujenga sifa njema za tabia katika maisha yetu.
9. Tunahitaji kuelewa tofauti kati ya majukumu ya mtu binafsi na haki za mtu binafsi.
10. Tunahitaji kuelewa mipaka katika maisha yetu.

6. Tambulisha Hoja ya F. Tumia hasira yako kwa njia inayompendeza Mungu (dakika 2-3) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 51

Lengo la kimsingi katika somo la leo linaogofya kidogo kwa kuwa tunaenda kuzumgumza kuhusu matumizi ya hasira. Kwa sehemu kubwa ya kozi hii tumekuwa tukiwatia moyo wanafunzi kupata njia mpya za kuitikia hali ngumu ambazo walitumia hasira hapo awali.

Na hili bado ni kweli. Nyakati nyingi za hali ambapo tunajaribiwa kutaka kutumia hasira huenda ikawa huo sio mwitiko ambao Yesu angetumia.

Katika somo la leo tutazungumzia jinsi tunaweza kutumia hasira—lakini tuitumie kwa nadra.

Hatua zote sita zinazowasilishwa katika sehemu hii ya somo zinaegemea utendaji na ni hatua muhimu za kujifunza jinsi ya kutumia hasira yako kwa njia ya kumpendeza Mungu. Jadili kila hatua au uchagua zile ambazo unahisi wanafunzi wako wamejihami kabisa kuanza kuzitumia katika maisha yao.

7. Jadili Hoja F-1. Jifunze jinsi ya kujibu kwa hasira badala ya kutenda kwa hasira. (dakika 5-8) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 51

Suala la kwanza—*Jifunze jinsi ya kujibu kwa hasira badala ya kutenda kwa hasira*—ni sehemu ya muhimu sana katika kubadilishwa huku kwa maisha yetu. Inahitaji kila mtu achague kuitikia kwake badala ya kulipuka tu kwa hasira.

Hii inaambatana na Yakobo 1:19-20, mahali ambapo inasema tusiwe wepesi wa kukasirika. Unapotafakari hali ambazo Yesu alionyesha hasira yake, ni bayana kuwa Yeye alikusudia kutumia hasira yake nyakati hizo. Yeye hakuwa amezidi uwezo wa kudhibitiwa—mwenye siku mbaya. Alikuwa akiitikia kwa hasira, sio kupinga kwa hasira.

Jadili na wanafunzi wako umuhimu wa kujenga mifumo ya mitazamo na mawazo inayoambata na hatua hii.

Pia jadili baadhi ya hali ambazo hasiraitafaa kutumika.

8. Jadili Hoja F-2. Unapokasirika, usibebe kisasi moyoni (dakika 5-8) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 52

Kwa njia moja, hatua hii inahusika na ukweli kwamba tutakasirika siku za usoni, na baadhi yake ni nyakati ambazo huenda hatutakuwa na baraka za Mungu. Tutakuwa na upungufu wa kufikia kiwango bora cha Mungu. Lakini badala ya kujilimbikizia haya, au hiyo hasira yako, “kuifanya kuwa ya kiroho sana,” unahitaji kuwa mwaminifu na kuiona vile Mungu aionavyo.

Lakini wazo kuu ni hili—usiruhusu hasira yako kukutumbukiza kwa njia ya uchungu na kuwa na kinyongo dhidi ya wengine. Rejelea tena mfano wa Yusufu katika Agano la Kale pale ambapo hakuruhusu matendo mabaya ya nduguze kumpokonya maisha yake bora kutoka kwa Mungu.

Andiko lingine nzuri ni Waefeso 4:26-27. Siri moja ya kuweka hatua hii katika matendo ni kujifunza jinsi ya kuwasamehe wengine—kama Yusufu alivyotenda.

9. Jadili Hoja F-3. Badilisha hasira yako kuwa kitu chanya (chema) (dakika 5-8) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 52

Hii inatoa nafasi kubwa ya kuleta mifano ya Yesu. Hata kama alikasirika, hakuruhusu hasira yake kumshusha kwenye njia ya uharibifu. Jadiliana na wanafunzi wako jinsi unavyoweza kuelekeza hasira yako kwa kitu chema.

Angalia habari katika Mwongozo wa Mwanafunzi katika sehemu hii kuhusu Daudi katika Agano la Kale jinsi alivyoelekeza hasira yake kwa Mungu kwa njia ya maombi.

Suala lingine hapa ni kuelekeza hasira ukitumia mitindo mipya ya mawazo. Daudi alifanya hivyo katika hali inayohusu Shimei alimkataza jenerali wake asiende kumuua. Alijibu, “Mungu amemwambia afanye hivyo.” Daudi alifuata njia ya wema hapa badala ya njia ya uharibifu ya dhambi.

10. Jadili Hoja F-4. Mhusishe Mungu katika hali zako zinazokusumbua (dakika 5-8) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 52

Baadhi ya mifano iliyoorodheshwa katika hatua ya F-3 inatosheleza hapa pia. Usiangalie tu hali za msongo maishani mwako. Itumie kama nafasi ya kumruhusu Mungu katika hali hiyo. Omba msaada wake, hekima yake na, nguvu zake.

Iwapo unahisi Mungu angependa uonyeshe hasira yako kama njia bora zaidi ya kuwasilisha kila anachotaka kifanywe katika hali hii,—basi lifanye.

Leta maandiko katika maisha yako, yakariri, na kuyanukuu jinukulie unapokabiliwa na hali ngumu.

11. Jadili Hoja F-5. Kuwa mtu wa kuleta amani kwa wengine walio na hasira (dakika 5-8) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 53

Tunapojifunza jinsi ya kutumia hasira yetu kwa njia ya kumpendeza Mungu, huenda tusiitumie sana. Kwa kweli, huenda tusiitumie katika hali ambazo wengine wamekasirika. Nyakati hizi, kama tunaweza kudhibiti mihemko yetu, Mungu anaweza kututumia kama wapatanishi.

Unapofanya kazi kama mpatanishi, kawaida utafanya kazi na watu wengine ambao wamekasirika na kujeruhiwa. Huenda wakawa tayari kukumwagia hasira yao, lakini kama utakubali kuichukua bila kulipuka jinsi wao walivyo, basi Mungu anaweza kukutumia kama mpatanishi.

Kuishi Huru ni kozi nzima iliyoandaliwa ya kuwa mpatanishi. Unaweze kuipata kozi hii katika tovuti yao: www.livingfree.org

12. Jadili Hoja F-6. Mungu anaweza kukurejeshea baadhi ya haki zako za kibinafsi — lakini kwa sasa ni marupurupu (dakika 5-8) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 53

Hatua ya sita—Mungu anaweza kukurejeshea baadhi ya haki zako za kibinafsi — lakini kwa sasa ni marupurupu—inaibua ukweli wenye nguvu. Tao mifano kadhaa jinsi Mungu anavyoweza kuwarejeshea wanafunzi wako haki zao za kibinafsi, lakini sasa tunapaswa kuziona kitofauti. Hatuwezi tena kudai kwamba wengine watii hizi kanuni, lakini sasa tunazona kama fadhila.

Kwa mfano, siwezi kudai kwamba wewe uniheshimu mimi.

Lakini wakati Mungu ananirejeshea kama fadhila, basi mtu anaponiheshimu, ninamshukuru kwa fadhila ya kuheshimiwa. Nina njia nyingine mpya ya kuwaza kuhusu hali hizi.

Wakati Mungu anarejesha kitu kama fadhila, kitu hicho kiko katika uwala wake kikamilifu. Anaweza kunipa mimi fadhila hiyo ya kuheshimiwa mara moja tu, au inaweza kufanyika siku nyingi kwa mfululizo. Lakini kamwe siwezi kudai fadhila; ninaweza tu kuipokea kwa shukrani. Kwa hivyo tabia njema ya shukrani ndiyo tabia kuu inayoambatana na fadhila.

Mwongozo wa Mwanafunzi una habari za ziada kuhusu hatua hii ambapo itakuwa vyema zikijadiliwa.

9

13. Hitimisho la somo hili (dakika 2-3) Mwongozo wa Mwanafunzi, ukurasa wa 54

Kwa kupitia kozi yote, wahimize waanze mchakato huu hatua kwa hatua. Washauri kuendelea kusalimisha haki zao za kibinafsi kwa Mungu. Wahimize kufanya bidii kujenga njia mpya za kuitikia hali badala ya kuwa na hasira.

Malizia kwa msemu wa Paulo katika Wafilipi 3:13-14 (katika Mwongozo wa Mwanafunzi ukurasa wa 54) kwamba anajikaza kumaliza mwendo ambao Mungu alimwita akamilishe.

Wafilipi 3:13-14 (Tafsiri ya Union Version)

Ndugu, sijidhanii nafsi yangu kwamba nimekwisha kushika; ila natenda neno moja tu; nikiyasahau yaliyo nyuma, nikiyachuchumilia yaliyo mbele; ¹⁴ nakaza mwendo, niifikilie mede ya thawabu ya mwito mkuu wa Mungu katika Kristo Yesu.

Eleza bayana kuwa kozi hii inaweza kuwa kituo cha mabadiliko katika maisha iwapo watakumbatia kweli hizi na kuanza kutendea kazi maishani mwao. Huu ndio umekuwa ushuhuda wa watu wengi ambao wametangulia mbele yao katika darasa hili kwa miaka iliyopita.

14. Matumizi Binafsi ya Somo (dakika 5-10)

- A. Wape wanafunzi changamoto ya kuchagua moja ya masuala sita tuliyojadili leo. Waagize waweke lengo la kuitikia kwa njia mpya wakitumia ukweli huo kwa kila hali.
- B. wape wanafunzi changamoto ya kuendelea kutumia hasira yao kama saa ya kengele katika shughuli zao za kila siku, ya kuwatahadharisha kuhusu uwezekano wa kuwa inawezekana kuwa wangali wanashikilia haki fulani ya kibinafsi ambayo wanahitaji kuitoa kwa Mungu.

15. Kazi

Sahihisha Mwongozo wa Somo Zoezi la 9 na 10.

16. Kutathmini Somo

Tafadhali orodhesha mawazo yako kwa ajili ya kuboresha somo hili.

Je, ni sehemu gani zilizofanya kazi vizuri?

Je, ni sehemu gani zilizokuwa ngumu zaidi sana kwa wanafunzi kuelewa?

Je, ni nini kulionekana kuwa cha msaada zaidi kwa wanafunzi?

Somo la 10

Mtihani

1. Utangulizi

Fanya utangulizi wa somo litakalofuata.

- A. Wape Mwongozo wa Somo au Mazoezi yoyote ambayo yanapaswa kukamilishwa kabla ya kipindi cha kwanza cha kozi ifuatayo utakayofundisha.
- B. Waelekeze wanafunzi kufungua ukurasa wa mwisho katika Mwongozo wa Somo Lipya. Wanapaswa kupata nakala safi ya ***Orodha ya Kazi za Darasani***. Wape tarehe za majaribio ya chemsha bongo, Zoezi, na mtihani.
- C. Wape Mwongozo wa Mwanafunzi mpya na uwaambie kurasa watakazosoma kabla ya kipindi kifuatacho darasani.

2. Wape mtihani wa Somo hili.

3. Ikiwa hujafanya hivyo bado, rudisha chemsha bongo zote na mazoezi ambayo umesahihisha.

Mwongozo wa Mwanafunzi

Mwongozo wa Mwanafunzi Haujajumuishwa kwenye hati hii,
lakini unapatikana katika hati tofauti.

Tafadhali angalia ukurasa wa 5 ya Mwongozo huu Wa Mwalimu kwa habari
kuhusu matumizi ya Mwongozo wa Mwanafunzi.

Mwongozo wa Somo

Haukujumuishwa kwenye hati hii, lakini unapatikana katika hati tofauti.

Tafadhali angalia ukurasa wa 5 ya Mwongozo huu Wa Mwalimu kwa habari kuhusu matumizi ya Mwongozo wa Somo.

Mtihani
Majibu ya mtihani
Cheti cha Somo

Tazama ukurasa wa 5 wa mwongozo huu kwa habari zaidi kuhusu matumizi ya mtihani na cheti.

Jina _____

Hasira na Haki za Kibinafsi

Tarehe _____

Mtihani wa Toleo la 5

Darasa _____

_____ Gredi

Maswali ya Kweli au Sio Kweli (Alama 2 kwa kila swali)

Maagizo: Weka alama X iwapo jibu ni Sahihi.

Weka alama O iwapo jibu si Sahihi.

1. _____ Ikiwa utampa Mungu haki zako za kibinafsi, Mungu sasa anazimiliki – sasa ni haki za Mungu binafsi.
2. _____ Ikiwa mtu atampa Mungu haki zake za kibinafsi, anapaswa kumshukuru Mungu kwa kila jambo litakalotokea baadaye.
3. _____ Ikiwa mtu hampi Mungu haki zake za kibinafsi, na mtu akiuke (avunje, aende kinyume) na moja ya haki zake za kibinafsi) kwa kawaida ataksirika.
4. _____ Yesu alipokasirika, alitenda dhambi na ikabidi amuombe Mungu msamaha.
5. _____ Mungu hataki umpe haki zako za kibinafsi.
6. _____ Ikiwa mtu atampa Mungu haki zake za kibinafsi, kamwe Mungu hatamjaribu ili kuona kama amemaanisha.
7. _____ Wakristo wengi huwa wanafikiria jinsi ya kuonyesha upendo wao kwa Mungu wakati wanapomkasirikia mtu mwingine.
8. _____ Ni vigumu sana kutenda dhambi wakati unapokuwa na hasira.
9. _____ Wakristo wengi huwa hawakasiriki baada ya kumpa Mungu haki zao za kibinafsi.
10. _____ Mungu ana sheria nyingi katika Biblia, ambazo zinakuelezea jinsi ya kujibu baada ya kumpa haki zako za kibinafsi.
11. _____ Machungu ya kale ambayo hayajatatuliwa yanaweza kuchochea shida yako ya hasira.
12. _____ Mtu anapokiuka moja kati ya haki ulizompa Mungu, unapaswa kila wakati kumjulisha kwamba amekosea kwa kufanya hivyo.

Maswali ya kuchagua jibu (alama 2 kwa kila swali)

Maagizo: Chagua jibu lililo sahihi, kisha andika herufi ya jibu lako katika mstari uliopo mbele ya swali.

1. _____ Mtu anapompa Mungu haki zake za kibinafsi, anapaswa:
 - A. Kukasirika kila wakati.
 - B. Kumkasirikia Mungu pekee yake.
 - C. Kumshukuru Mungu katika kile kitakachotendeka baadaye.

2. _____ Amri kuu katika Biblia inasema:
 - A. Mpende jirani yako.
 - B. Mpende Mungu.
 - C. Wapende Marafiki zako.

3. _____ Unapomkabidhi Mungu haki zako za kibinafsi, unapaswa:
 - A. Kujifunza kukuza maadili yatakayochukua nafasi ya haki hizo.
 - B. Kufunga na kuomba siku nzima kisha umwelezee mchungaji wako.
 - C. Kumuomba Mungu akurejeshee kama faida za ziada.

4. _____ Unazikabidhi haki zako za kibinafsi kwa Mungu kwa njia ya:
 - A. Kuwa Mkristo.
 - B. Kumwambia Mungu kwamba unataka awe mmiliki wa haki zako za kibinafsi.
 - C. Kuomba na kumtafuta wakili Mkristo.

5. _____ Majukumu yako binafsi ni:
 - A. Sawa na haki zako za kibinafsi.
 - B. Jambo ambalo ni haki yako kufanya.
 - C. Jambo ambalo umepewa ulifanye.

6. _____ Unapompa Mungu haki zako za kibinafsi Anaweza akakurujeshea baadhi yazo. Hizi hujulikana kama:
 - A. Haki za Kibinafsi.
 - B. Majukumu ya kibinafsi.
 - C. Marupurupu (faida za ziada).

Maswali ya Simulizi Fupi

1. Je, haki za kibinafsi ni zipi? Eleza maana ya maneno haya mawili “haki za kibinafsi”. (alama 5)

2. Kwa nini ni muhimu kumkapa Mungu haki zako za kibinafsi? (alama 5)

3. Elezea ni kwa njia ipi mtu anaweza kumpa Mungu haki zake za kibinafsi. (alama 8, 2 kwa kila swali)

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

4. A. Ni haki ipi moja yako ya kibinafsi ambayo imekiukwa ndani wiki chache zilizopita? (alama 4)

B. Ni sifa zipi njema za kindani hukusaidia zaidi kuitikia Kwa njia ya Mungu wakati haki hizi za kibinafsi zinapokiukwa? (alama 4)

C. Orodhesha mambo matatu unayoweza kuyafanya ili kukuza sifa hizi njema za kindani katika maisha yako. (alama 9, alama 3 kwa kila swali)

1. _____

2. _____

3. _____

Hasira na Haki za Kibinafsi
Mtihani wa Toleo la 5
Ufunguo wa Majibu

Ukurasa 1

Maswali ya Kweli au Sio Kweli
(Alama 2 kwa kila jibu)

1. X Kweli
2. X Kweli
3. X Kweli
4. 0 Si kweli
5. 0 Si kweli
6. 0 Si Kweli
7. 0 Si Kweli
8. 0 Si kweli
9. 0 Si Kweli
10. X Kweli
11. X Kweli
12. 0 Sio Kweli

Ukurasa 2

Maswali ya Kuchagua Jibu
(Alama 2 kwa kila jibu)

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

Maswali ya Simulizi Fupi

1. Alama 5.
Majibu yaliyopendekezwa:
 1. Kanuni ambayo nimeamua na ambayo natarajia watu wengine kuitii.
 2. Kitu ambacho mtu anamiliki.
 3. Kitu ambacho mtu ana haki ya kukidai.
 4. Kitu ambacho una haki ya kukitenda.

Hasira na Haki za Kibinafsi
Mtihani wa Toleo la 5
Ufunguo wa Majibu

Ukurasa 3
Maswali ya Simulizi Fupi

2. Alama 5
Majibu yaliyopendekezwa:
 1. Kwa sababu Mungu ananipenda.
 2. Ili kumwonyesha Mungu kwamba ninampenda.
 3. Haki za mtu binafsi huendana na umiliki; Ikiwa mimi ni Mkristo, Mungu anapaswa kumiliki haki zangu.
 4. Mungu ndiye mwamuzi wa mwisho.
 5. Kwa hivyo sitawakasirikia watu au kuwa na wasiwasi.

3. Alama 8, alama 2 kwa kila sehemu
Majibu yaliyopendekezwa:
 1. Orodhesha mambo yanayokukasirisha.
 2. Orodhesha haki zako zote za kibinafsi.
 3. Fanya maombi na umpatie Mungu haki zako za kibinafsi.
 4. Fanya uamuzi wa kumshukuru Mungu kwa lolote litakalotokea

4. A. Alama 4 Jibu la Kibinafsi
B. Alama 4 Jibu la Kibinafsi
C. Alama 9, (3 kwa kila sehemu) Majibu ya kibinafsi

Ukurasa 4

5. Alama 8 Jibu la Kibinafsi

6. Aya za kukariri
Alama 21, (7 kwa kila andiko)
Waefeso 4:26-27
Yakobo 1:19-20
Mithali 15:1

Hongera

Amemaliza

Hasira na Haki za Kibinafsi

Tunatambua kujitoa kwako katika masomo haya
na ni matumaini yetu kwamba kwa mafanikio
utaendelea na masomo yako yajayo.

Wakufunzi _____

Tarehe _____

Hongera

Amemaliza

Hasira na Haki za Kibinafsi

Tunatambua kujitoa kwako katika masomo haya
na ni matumaini yetu kwamba kwa mafanikio
utaendelea na masomo yako yajayo.

Wakufunzi _____

Tarehe _____

