

# Si ta përballoj vetminë?



## 1

### ANALIZO PROBLEMIN

Përshkruaj në ç'rrethanë je ndier i vetmuar.

.....  
.....  
.....

A ndikuan veprimet e të tjerëve në vetminë tënde? Nëse po, si?

.....  
.....  
.....



## 2

### ANALIZOJE VETEN ME SINQERITET

Si mund të kesh ndikuar *ti* në ndjenjat e vetmisë?  
(Për shembull: a po lufton me ndjenjat e pavlefshmërisë?  
A ke prirjen t'i gjykosësh të tjerët ose të jesh tepër i ndjeshëm?)

.....  
.....  
.....  
.....



# 3

## MBAJ PËRGJEGJËSI (Galatasve 6:5)

Ndoshta nuk e ke ti *fajin* që ndihesh i vetmuar, por si mendon, çfarë *përgjegjësie* ke?

.....  
.....  
.....

Shkruaj emrat e dy *personave* me të cilët mund të flasësh këtë javë.

.....  
.....

Rendit 2 *veprimtari* që mund të bësh këtë javë për të përballuar vetminë.

.....  
.....



# 4

## SHQYRTO REZULTATET

Pas një jave, shiko përmirësimin që ke bërë. A ndihesh më pak i vetmuar? Nëse jo, ç'gjë tjetër mund të bësh?

.....  
.....  
.....  
.....

**KËSHILLË:** «Nëse po lufton me vetminë, së pari, përpiqu të përmirësosh miqësitë që tashmë ke; së dyti, zër miqësi të reja; së treti, përtëri miqësitë e vjetra. Thjesht biseda me një mik të vjetër mund të të japë shumë zemër.»—Ana.



Për më shumë informacion, lexo online artikullin «Të rinjtë pyesin —Pse nuk kam shokë?» Vizito sitin [jw.org/sq](http://jw.org/sq) dhe shih te MËSIMET BIBLIKE > ADOLESHENTËT.