

# Pagbuntog sa Pagbating Nag-inusara



# 1

## PALANDONGA ANG PROBLEMA

Isulat ang situwasyon nga nakapabati nimo nga ikaw nag-inusara.

.....

.....

.....

Ang gihimo ba sa uban nakapasamot sa imong gibati?  
Kon mao, ngano?

.....

.....

.....



# 2

## SUSIHA ANG IMONG KAUGALINGON

Unsa kahay *imong* diperensiya nga nakadugang sa imong problema? (Pananglitan: Ubos ka bag pagtan-aw sa imong kaugalingon? Manghusga ka ba sa uban o sobra ka sensitibo?)

.....

.....

.....

.....



# 3

## IKAW MAOY MOKONTROL (Galacia 6:5)

Tingali dili nimo *sayop* kon nganong mibati kang nag-inusara, pero unsay imong *mahimo*?

.....

.....

.....

Ilista ang duha ka *tawo* nga mahimo nimong pakig-estoryahan karong semanaha.

.....

.....

Ilista ang duha ka *kalihokan* nga imong mahimo karong semanaha nga makatabang aron dili ka mobati nga nag-inusara.

.....

.....



# 4

## PALANDONGA ANG MGA RESULTA

Paglabayg usa ka semana, tan-awa ang imong nahimo. Miarang-arang na ba ang imong gibati? Kon wala, unsa pa kahay dugang nimong mahimo?

.....

.....

.....

.....

**SUGYOT:** “Kon mibati ka nga nag-inusara, una, pakig-suod sa imong mga higala karon; ikaduha, pangitag bag-ong mga higala; ikatulo, pakigsuod pag-usab sa daang mga higala. Bisan ang pagpakig-estorya lang sa daang higala makahatag nag kahupayan.”—Anne.



Alang sa dugang impormasyon, basaha ang artikulong “Mga Batan-on Nangutana—Nganong Wala Koy mga Higala?” Ablihi ang [jw.org/ceb](http://jw.org/ceb) ug tan-awa ang MGA DOKTRINA SA BIBLIYA > MGA TIN-EDYER.