Inkingi z' ubushakashatsi bwacu

IMITEKEREREZE YO GUSHAKISHA

IMITEKEREREZE YO GUSHAKISHA

Kugaragaza Inenge Zacu:

Nk'itsinda ni ingenzi kugira amatsiko no kugaragaza inenge zihariye, rero dufite ubushobozi bwo kureba ibintu mu mitekerereze yacu no kwakira ibitekerezo by'abandi bantu. Ibi bituma dufashanya; ndetse tukagira umurava neza kurushaho dufatanyije.

Gushakira Ahantu Hatazwi:

Mu gihe dutumira umunyamuryango mushya kugira ngo aze mu muryango wacu, tugomba kubyagura. Tugomba guharanira ko amajwi yacu agera kuri buri gasongero k'agasozi, buri kibaya no ku butaka buzwi n'ubutazwi. Bikagera mu matwi y'abo uri gushaka n'abandi batari batekerezwaho nk'abari gushakishwa.

Kubaza Ibibazo Bifasha Umutu Gusobanukirwa:

Turi umuryango w'abashakisha; kandi duhurijwe hamwe no gushaka ubumuntu muri buri cyiciro cy'imirimo dukora no mu isi yacu. Kugira ngo tubone byinshi byihishe inyuma y'ibizamini by'akazi bitanditse, tugomba kubaza ibibazo bigera ku mutima w'umuntu. Ibibazo byifashishwa nk'inzira y'ubusabane n'ukuri.

Kuba Urugero Rw'idangagaciro Zacu:

Mu gihe tureba ibyo hanze by'ahazaza hakomeye h'umuryango wacu, ni ingenzi no kureba iby'imbere. Kugira ngo dushinge imizi mu ndangagaciro, imyizerere n'intego tukabigira ibyacu, no gutuma biba imbaraga ziduhuza mu muryango mugari wacu.

IMITEKEREREZE YO GUSHAKISHA

Agaciro

IMITEKEREREZE YO GUSHAKISHA

AGACIRO

Tangira buri gihe cyo gushakisha wibuka ko umuntu uri kuvugana nawe afite uburenganzira bwo kuba ari aho. Agaciro kabo kagomba guhora kabanza

GUTANGIZANYA AGACIRO:

Ese ndi kurema ahantu haha ikaze abandi kandi hagahaza ukwifuza no kugubwa neza byabo?

Ese abo dukorana, abakiriya, n'abafatanyabikorwa ndi kubafata neza kandi nkabububaha?

Ese ndema ahantu haha agaciro, hemenya kandi hakishimira ubumuntu bw'abandi?

IMITEKEREREZE YO GUSHAKISHA

Haturuka amahirwe

IMITEKEREREZE YO GUSHAKISHA

HATURUKA AMAHIRWE

Iyo dushaka, tureba ahashobora kuva amahirwe. Tugerageza gusobanukirwa uko abantu bashaka gutera imbere kandi tugakora tugamije gushaka uburyo bwo kubafasha gutera imbere.

KUMENYA AHASHOBORA KUVA AMAHIRWE:

Ese nitaye ku bararahawe amahirwe mu gihe cyahise?

Ese njya mpa abandi umwanya wo gushaka, kuruhuka, no guhinduka?

Ese ndagerageza guteza abandi imbere, ariko nanjye niteza imbere?

IMITEKEREREZE YO GUSHAKISHA

Gushakira ibisubizo hamwe

IMITEKEREREZE YO GUSHAKISHA

GUSHAKIRA IBISUBIZO HAMWE

Bumwe mu buryo butuma abantu bisanga ni ugushakira ibisubizo hamwe. Kimwe mu bigize gutera imbere ni ukubatera ingabo mu bitugu. Kureka umuntu akisanzura bihera ku murava wo guhanga udushya.

GUTEZA IMBERE GUSHAKIRA IBISUBIZO HAMWE:

Ese ndi gutanga amahirwe yo guhanga udushya, gushaka ibisubizo, no gufatanya guhindura ibintu ibyawe?

Ese ndi kwemera intege nke zo gufungurira abandi umwanya tugashakira ibisubizo hamwe?

Ese ndi kwiha umwanya wo kurushaho kumenya guhanga udushya nifitemo?

IMITEKEREREZE YO GUSHAKISHA

Gusobanura neza

IMITEKEREREZE YO GUSHAKISHA

GUSOBANURA NEZA

Mu kwita ku mbabare tugomba kuba abanyakuri mu byo dukora Guhera ku kazi uri gukora, ukagera ku ngamba z'ikigo, ni ingenzi gusobanukirwa uko ikigo gikora.

GUSOBANURA IBINTU NEZA:

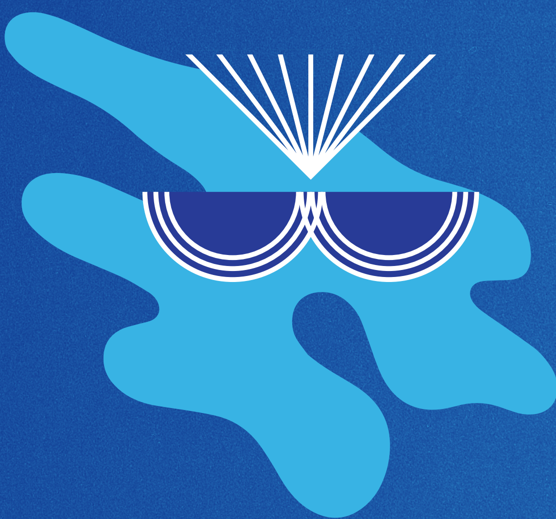
Ese ndi kuvugana n'abantu mu rurimi bisangamo?

Ese ndi gusobanura neza ibijyanye n'imbogamizi abantu bazahura nazo muri uyu murimo?

Ese ndi guha abantu inzira zitandukanye zo gukoresha no kubafasha gusobanukirwa?

IMITEKEREREZE YO GUSHAKISHA

Ubusabane



IMITEKEREREZE YO GUSHAKISHA

UBUSABANE

Ubusabane nyabwo bubaho iyo tugenze intera ndende. Iyo duhuye n'umuntu, dutega amatwi kugira ngo twumve ukuri kwe kandi dusamire hejuru amahirwe yacu yo gusabana.

GUHA AGACIRO UBUSABANE BWIMBITSE:

Ese ndi kwinjra mu kiganiro mu kuri, nkaza wese mu kiganiro?

Ese hari uwo tugomba guhurira aho babigeze?

Ese ndi gufungurira abandi umuryango kugira ngo musangire akababaro, umunezero, no guseka?

IMITEKEREREZE YO GUSHAKISHA

Kwisanga

IMITEKEREREZE YO GUSHAKISHA

KWISANGA

Kwisanga biri mu mutima w'ibyo wifuza kugeraho. Hatabayeho kwisanga byimazeyo umuryango wa Alight ntushobora gukora umurimo wacu hamwe n'udushya duhanga ufite umunezero uturuka ku murava.

KWIYEMEZA KWISANGA:

Ese ndi kubahiriza inshingano zanjye mu gutuma abandi bisanga?

Ese ndi kuzana abandi kandi nkarema amahirwe atagira umupaka yo gushakira ibisubizo hamawe?

Ese ndwanya ivangura rishingiye ku moko n'irindi vangura binyuze mu bikorwa byanjye?

IMITEKEREREZE YO GUSHAKISHA

Ikarita yawe

IMITEKEREREZE YO GUSHAKISHA

IKARITA YAWE

IYO NDI KUBAZA: