

Vier Reëls vir Kommunikasie

In Efesiërs 4:22-32 sê Paulus dat die manier ons gelewe het voor ons gered was moet ons aflê en ons moet begin om ons lewens te leef soos Jesus Christus geleef het. In hierdie verse gee Paulus vier belangrikke reëls vir kommunikasie wat ons kan help om probleme met andere op te los.

Reël #1: Wees eerlik ! Efesiërs 4:25

- a) Om eerlik te wees beteken nie dat ek net ophou om leuns te vertel nie, maar dat ek ook die waarheid moet praat!

Die woord "waarheid" is 'n Grieks imperatief, 'n bevel om te praat!

- b) Mense kan nie ons gedagtes lees nie. (1 Korinthiërs 2:11)

Met ander woorde: Jy kan nie weet hoe 'n persoon voel of dink oor iets as hy nie vir jou sê nie.

Wannier is dit vir ons verkeerd om stil te bly?

- I. Wanneer iemand teen jou gesondig het, en vra jou om vergifnis
- II. Wanneer jy teen iemand anders gesondig het.
- III. Wanneer daar 'n geleentheid is om die evangelie met iemand te deel
- IV. Wanneer jy 'n konflik situasie moet oplos met iemand anders

Ons moet eerlik luister en praat as ons probleme wil oplos.

75% van alle kommunikasie gebeur sonder om te praat. Watter ander maniere kan ons kommunikeer sonder woorde?

- i. Glimlag / Frons
- ii. Stem toon
- iii. Liggaam houding
- iv. Teenwoordigheid / Afwesigheid
- v. Oplettendheid

Ons moet baie versigtig wees dat ons nie net eerlik praat nie, maar dat ons ook eerlik moet wees met ons "nie-verbale" kommunikasie. Anders is ons besig om oneerlik te wees in hierdie gebied van kommunikasie.

Onthou "nie-verbale" kommunikasie is help in die kommunikasie proses maar probleme kan nooit opgelos word as hulle nie uitgedruk word nie.

Volgens die volgende Skrif teks, wat gebeur as ons nie eerlik luister en praat nie?

Spreuke 18:13 'n sotheid en skande wees

Spreuke 18:21 Jy sal betaal vir die gevolge daarvan

Amos 3:3 Hulle sal nooit oor die weg kan kom nie

Om eerlik te wees gee 'n mens nie die verskoning om onvriendelik te wees nie. Volgens Efesiërs 4:15 hoe is ons veronderstel om die waarheid te praat?
Met Liefde

Reël #2: Moenie uitstel nie! Efesiërs 4:26,27

a) Raak kwaad, maar moet nie sondig nie.

“Be angry and sin not. Do not ever let your wrath-your exasperation-last until sundown. Leave no such room or foothold for the devil” (Amplified Version Eph 4:26,27)

- i. Om te lieg (v.25) is sonde, maar kwaadheid (*toorn*-v.26) hoef nie sonde te wees nie.
- ii. Kwaadheid (*toorn*) is 'n emosie wat God geskape het. Dit gee ons energie om 'n probleem op te los op 'n manier wat God behaag.
- iii. Om kwaad te wees is sonde as dit gebruik word om ander mense aan te val, (Spreuke 25:28) of die kwaad selfs in te hou.
- iv. As probleme nie daagliks opgelos word nie, skep dit 'n geleentheid vir Satan om ons te versoek om sonde te doen.
- v. Hanteer probleme vandag. Môre kom met nog meer probleme. (Matt. 6:34)

b) Moenie opkrop nie.

...of ophou kommunikeer asgevolg:

- om te huil
- Stellings te maak soos: “Al wat ek te sê het is...”
- 'n ultimatum neer te lê.

Daar is wel tye wanneer dit reg is om stil te bly. Wat sê die volgende verse aangaande hierdie saak?

1 Petrus 4:8

Jakobus 1:19

- Ons het nooit die reg om te verwag dat mense volgens ons voorkeur moet leef nie.
- As ons oordeel moet dit 'n regverdig wees. (Johannes 7:24)
- Ons moet ten alle tye gewillig wees om andere te vergewe. (Efesiërs 4:31,32)

Vra vir jouself die volgende vrae voordat jy 'n moeilike probleem na vore toe bring om op te los:

- i. Het ek al die feite reg? (Spreuke 18:13,17)
- ii. Behoort liefde hierdie probleem te bedek? (1 Petrus 4:8)
- iii. Is die tydsberekening reg? (Spreuke 15:23b)
- iv. Is my gesindheid reg? Probeer ek daardie persoon te help? (Efesiërs 4:15)
- v. Is my woorde liefdevol? (Spreuke 15:1,2)
- vi. Het ek gebid hieroor en God gevra vir hulp? (Spreuke 3:5+6)

Reël #3: Loods 'n aanval op die probleem, nie die persoon nie!

Efesiërs 4:29

a) Woorde kan 'n mens seer maak. Jakobus 3:5-8

Skadelike woorde om te vermy:

- i) Woorde wat die persoon se karakter aanval
- ii) Woorde wat afbreek, verdeel, of geestelike groei verhinder.
- iii) Woorde wat die hoofpunt vermy of verwar.
- iv) Woorde wat die Heilige Gees bedroef (Efesiërs 4:30; 5:18)

b) Mense moet nie aangeval word nie.

- Wanneer ons iemand as 'n persoon aanval, vir wie is ons regtig besig is om te kritiseer? Wie het daardie persoon geskape? God !
- Noem 'n paar verbale aksies, stem-modulasies, en klank tone wat vir iemand anders sê, "Ek sien jou nie as 'n waardevolle persoon nie." Rol van die oë, afwesigheid, skud jou kop...

c) Gebruik opbouende kommunikasie wat die ander persoon sal aanmoedig en opbou (Efesiërs 4:15,29)

- Gebruik woorde wat geestelik opbouend is, wat genade (die begeerte/ vermoë kan gee om God se wil te doen) kan gee aan die wat dit hoor.
- Efesiërs 4:15 gee ons twee maniere om die waarheid te praat:
In liefde met die doel om die ander se geestelike groei te bemoedig.
- Gebruik woorde wat gerig is om die probleem is optelos.
(Onthou: Hierdie reël kan maklik oorgetree word deur die stem se klank toon en ligams houding)

Reël #4: Maak 'n plan, maar moenie reageer nie! Efesiërs 4:31,32

Reaksies – Gesindhede en gedrag wat 'n Gelowige moet aflê:

(Efesiërs 4:22,31)

- Bitterheid: Om te weier om iemand te laat weet dat hulle vir jou seer gemaak het.
- Woede: Kwaadheid wat uitbars.
- Toorn: Vyandigheid wat dikwels wraak seek.
- Luidrugtigheid: Twistend, Stry in die openbaar.
- Lastering: Skinderpraatjies, beledigende woorde.
- Boosheid: Die begeerte om andere te sien seer kry.

Aksies – Gesindhede en gedrag waarmee 'n Gelowige homself moet beklee: (Efesiërs 4:23,24,32)

- Vriendelikheid: Weldadig, behulpsaam, wellewend.
- Ontferming: Medelydend, goedgesind.
- Vergewensgsind: Om jou reg of eis om wraak te neem, of 'n wrok te koester, af te lê.

Konflik is net moontlik as albei wat betrokke is reageer!

Slotsom:

A. Om gewoontes te verander is nie maklik nie, maar dit is moontlik!

→ 1 Korinthiërs 10:13

→ Filippense 4:13

→ Spreuke 13:15

B. Dit maak nie saak hoe onverantwoordelik die ander persoon is nie.

JY MOET VOLGENS DIE WOORD VAN GOD LEEF !

→ Jy kan nie die ander persoon dwing om te verander nie, maar jy kan verander hoe jy reageer !