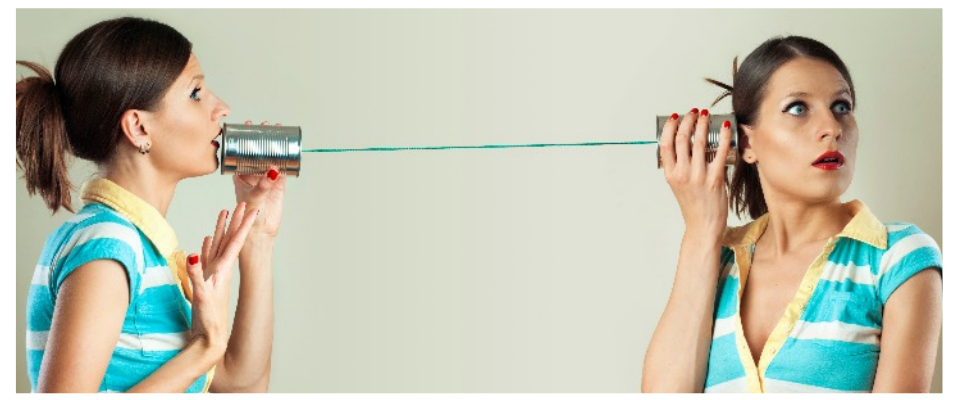


# Поддържане на добра комуникация



Една от най-важните ни роли като лидери е да комуникираме и да поддържаме здравословна комуникация сред членовете на групата, за която се грижим. Добре е отвреме навреме да оценяваме нашия начин на комуникация и целенасочено да мислим как по-добре да общуваме с другите. Така ще изградим добри комуникативни практики за тези, които водим и ще им помогнем в тяхното взаимоотношение един с друг.

Ето няколко характеристики на добра (и библейска) комуникация:

1) Една от характеристиките на добрата комуникация е да **слушаш добре** другите. Яков 1:19 казва, че ние трябва да сме бързи да слушаме и бавни да говорим. Исус бе добър пример в това и ние често четем как Той задаваше въпроси, после чакаше да чуе нуждите, грижите и мислите на тези, с които беше. Слушането е повече от това да седиш тихо, докато другия говори – то включва активно внимание и загриженост за това какво казва човека отсреща. Дейвид Огсбургър определя слушането по този начин:

\* Слушането включва да се въздържаме от оценки и отсъждане, докато този, когото слушаме не се почувства чул.

\* Трябва да слушаме другите внимателно, без да запълваме паузите, без да позволяваме на ума си блуждае или да се опитваме да допълваме онова, което ни се казва.

\* Не бива да приемаме за дадено, че онова, което човека ни казва и влиянието, което казаното има върху нас са едно и също нещо.

\* Трябва да избягваме слушане, което филтрира казаното и ни кара да приемаме само онова, което искаме да чуем.

\* Трябва да изслушаме цялото изказване на другия, като през това време не обмисляме и „полираме“ собственото си изказване или нашия аргумент.

\* Не бива да се страхуваме да се учим, да се променяме и да растем.

2) Втората характеристика на добрата комуникация е да използваме думите си, за да **изграждаме другите**. Павел говори за това много в своите писма – вижте например Ефесяни 4:29, където се казва, че всичките ни думи ще се премерват според това дали изграждат другите и дали са за назиждане на онези, които слушат. Думите ни имат невероятна сила и би трябвало да ги използваме, за да насърчаваме другите, да ги благославяме и да се молим за тях. Това е особено важно в наше време, защото днес думите се използват лекомислено и малко се преценява ефекта, който те имат върху хората около нас. Това ми напомня за лудия човек, който стреля безразборно в Притчи 26:18-19, който говори саркастично и после казва „само се пошегувах“. Трябва да се научим да използваме думите си по-различно от начина, по който света около нас ги използва.

3) По същия начин, автора на Посланието към Евреи ни насърчава да използваме думите си, за да **се поощряваме към любов и добри дела** (Евреи 10:24-25). Това би трябвало да бъде целта на нашата комуникация. Общуването не е за да покажем колко много знаем или да се опитаме да докажем правота си. Вместо това, целта ни трябва да е да насърчим другите да се обичат един друг и да обичат Бога.

4) Йоан дава красиво описание на Исус в началните думи на своето Евангелие – той казва, че Исус, Божието Слово беше пълен с благодат и истина (Йоан 1:14). Всички действия и взаимодействия на Исус бяха белязани от благодат и истина. Това означава, че всичко, което Той казва е истина (Той не се е

опитвал да ласкае или угоди на хората) и в същото време истината, която Той изрича, винаги е облечена в прекрасна благодат (Той винаги търсеше доброто у хората). Нашето общуване трябва да е белязано с любов към другите – в търсене на най-доброто за тях по всяко време. Да обичаш другите означава да ги предпазваш от безжалостна критика или нараняваща оценка. Въпреки това, понякога благодатта и любовта се проявяват именно, когато кажеш на някого тежката истина, за да му помогнеш да се обърне от някоя унищожителна посока, която е поел. Благодатта и истината трябва да са филтрите в онова, което казваме и начина, по който го казваме.

5) Накрая, никой от нас не е свършен в комуникацията, затова е добре редовно да даваме и получаваме обратна връзка. Да дадеш обратна връзка може да означава просто да кажеш: „Чух те да казваш.... Това ли имаше предвид?“ Да получиш обратна връзка може да е пак обикновен въпрос: „Ти какво разбра, когато казах това?“ В дискусиите на групите често е полезно да имаме обобщение, в което да се уверим, че всички са разбрали нещата правилно.

Това са пет полезни посоки на мислене в придобиването на по-добрата комуникация. Като лидери ние трябва да се упражняваме в тях и да помагаме на другите да взимат пример от тях. Можем също да насърчим хората, които водим, когато забележим, че те проявяват добри комуникативни умения. Накрая, всички ние трябва да развиваме такива умения и после да ги практикуваме. Това ще ни помогне да растем и като личности и като общности!