

1. 10. KOMUNIKÁCIA – ĽUDIA OKOLO TEBA

Cieľ: pomenovať základné spôsoby komunikácie, uviesť do problematiky komunikácie, zamerať pozornosť na povolanie k láske

Božie slovo

„Milovať budeš svojho blížneho ako seba samého!“ (Mk 12,31)

„Aké je dobré a milé, keď bratia žijú pospolu.“ (Ž 133,1)

„Zdržuj svoj jazyk od zlého a svoje pery od reči úlisnej.“ (Ž 34,14)

„Telo si mi vyslobodil zo záhuby, (zachránil si ma) z osídel zlostného jazyka, od perí, čo falošne vedia hovoriť.“ (Sir 51,3)

„Tak aj jazyk: je to síce malý úd, ale honosí sa veľkými vecami. Pozrite, aký malý oheň akú veľkú horu zapáli!“ (Jak 3,5)

„Ním dobrorečíme Pánovi a Otcovi, a ním aj zlorečíme ľuďom, stvoreným na Božiu podobu. Z tých istých úst vychádza dobrorečenie i zlorečenie. A nemá to tak byť, bratia moji.“ (Jak 3,9-10)

„Deti moje, nemilujme len slovom a jazykom, ale skutkom a pravdou.“ (1 Jn 3,18)

„Ale to, čo vychádza z úst, pochádza zo srdca a poškvŕňuje človeka. Lebo zo srdca vychádzajú zlé myšlienky, vraždy, cudzoložstvá, smilstvá, krádeže, krivé svedectvá, rúhanie.“ (Mt 15,18-19)

„Vedzte, bratia moji milovaní: každý človek má byť rýchly, keď treba počúvať, ale pomalý do reči a pomalý do hnevu.“ (Jak 1,19)

„Všetko, čo chcete, aby ľudia robili vám, robte aj vy im.“ (Mt 7,12)

„Nesúďte, aby ste neboli súdení“ (Mt 7,1)

„Podľa toho spoznajú všetci, že ste moji učeníci, ak sa budete navzájom milovať.“ (Jn 13,35)

„Vypestujte dobrý strom a bude dobré aj jeho ovocie, alebo zasadte zlý strom a bude zlé aj jeho ovocie. Lebo strom možno poznať po ovocí. Hadie plemeno, ako môžete hovoriť dobre, keď ste zlí? Ved' z plnosti srdca hovoria ústa. Dobrý človek vynáša z dobrého pokladu dobré veci a zlý človek vynáša zo zlého pokladu zlé. No hovorím vám: Ľudia sa budú v deň súdu zodpovedať z každého daromného slova, ktoré vyslovia.“ (Mt 12,33-36)

Iné pramene

Božia sláva žiari v ľudskej tvári. (EV 33)

„Sv. Irenej z Lyonu vo svojom známom výroku: "Božou slávou je človek, ktorý žije". Človek je obdarený najväčšou dôstojnosťou, ktorá je zakorenená vo vnútornom spojení so Stvoriteľom: skvie sa v ňom jas skutočnosti samého Boha.“ (EV 34)

Podnety na prehĺbenie tmy

- dieťa v prostredí spoločnosti zmýšľa sebastredne „JA“ – V tomto detskom veku potrebuje nasýtiť svoje „JA“ tak, aby mohlo neskôr svoje „JA“ pretransformovať na TY
- „Miluj svojho blížneho ako seba samého“ – mojím povolaním je láska. Láska k sebe otvára cestu k druhým = poznanie svojej hodnoty v Bohu nás uschopňuje jednať s ľuďmi ako s Božími synmi a dcérami
- dozrievanie v láske = z „JA“ na „TY“, to robia rodičia ... výchovou ... Iba v pravej láske a v Bohu človek nachádza svoje pravé „JA“, svoju hodnotu, krásu, aby mal silu zamerať sa v komunikácii s ľuďmi na „TY“
- priateľstvo - TY a JA = MY, Komunikácia má trojaký význam: buduje mňa, buduje teba a buduje aj náš vzťah.
- komunikácia verbálna a neverbálna – človek sa vyjadruje telom aj skutkami
- teenager a komunikácia s rodičmi – ťažkosti a spôsoby, ako ich vylepšiť
- slová „prosím, odpusť, ďakujem“ veľmi zbližujú, „vyrovnávajú pokrivené chodníky“ k ľuďom
- umenie počúvať – dôležitá forma komunikácie
- je dobré, alebo zlé, kritizovať?
- pozorovať, skúmať, súdiť, to je veľká výsada, ktorá patrí iba múdremu človeku
- zásady správnej kritiky (súčasť materiálov k tme)
- služba ako forma komunikácie
- rodina, spoločenstvo – škola lásky, kde sa učím komunikovať
- 5 jazykov lásky (pozornosť, skutky služby, slová uistenia, prijímanie darov, fyzický kontakt)

Podnety k spoločnému zdieľaniu v skupinke

- aby si miloval druhých, potrebuješ milovať seba
- čo znamená milovať seba?
- aká je správna sebaláska? Ako sa láska ku tebe samému odzrkadlí na komunikácii s druhými ľuďmi? (ak ja nemám správnu sebalásku, tak druhému závidím, ohovárať ho, posmievam sa mu..... lebo tuším vyniknúť na úkor druhého)
- malé dieťa má neustále potrebu zamerať pozornosť na seba. Niekedy ani dospelý človek z tohto nevyrastie. Prečo?
- každý človek túži po tom, aby ho druhí oceňovali a mali ho radi. I ty po tom túžiš. Preto je dobré vedieť, ako vzbudiť sympatiu u ľudí. Tá sa vzbudzuje zachovaním zlatého pravidla: "Všetko, čo chcete, aby ľudia robili vám, robte aj vy im." (Mk 7,12) Keď chceš, aby sa druhí zaujímali o teba, začni sa ty zaujímať o nich. Ak ty budeš mať rád ľudí, budú ťa mať aj oni radi.
- čo ak druhého neznášaš? A nevieš si s tým rady?
- sociálne siete/virtuálne priateľstvá a skutočné, reálne priateľstvá – Aký je medzi nimi rozdiel?
- vplyv sociálnych sietí. Aký majú na Teba vplyv?
- čo o sebe komunikuješ na sociálnych sieťach. Si to Ty?
- všimajte si jeden druhého, aká je vaša neverbálna komunikácia (poloha). O čom hovorí?
- čo chceš komunikovať svojím oblečením, úpravou vlasov atď.?
- čo môže druhý vyčítať z tvojho oblečenia?
- aký je tvoj jazyk lásky? Aký otcov? Aký matkin?

Modlitba

- vyber si jeden z citátov z dnešnej tmy, ktorý ťa oslovil. Nahlas ho vyslov a daj text do prosby. Napríklad: „Nesúďte, aby ste neboli súdení“ (Mt7,1). Pane, prosím ťa o silu nesúdiť druhých. Amen.

Aplikácia do života

- zameraj sa na „TY“ – tzn. ostatných vo svojej rodine. Boh ťa chce použiť na to, aby si bol nositeľom Boha a komunikoval láskavo a dobrotivo. Prejav to slovom, gestom alebo skutkom.
- zistím, aký jazyk lásky má moja mama alebo otec
- môžem na sociálnych sieťach dať iným vedieť, že som Ježišovým učeníkom? (Jn 13,34-35) Tak dám ...

KKC 2505

Youcat – sociálne siete

5 jazykov lásky, Gary Chapman

Príhovor Sv. Otca Františka rodinám: Odpusť, prosím, ďakujem:

<https://www.tkkbs.sk/view.php?cisloclanku=20131028038>

Zásady správnej kritiky:

Schopnosť byť kritický je dar Boží, dar Stvoriteľa. Správna kritika je výborná vec, lebo chce dosiahnuť nápravu vecí. Keď niekoho upozoríš na chybu, alebo omyl, má možnosť sa ho vyvarovať. Predsa sa hovorí: na chybách sa učíme. Lenže príslovie je to síce pekné, ale v skutočnosti málokedy vieme, aby sa ľudia na vlastných chybách poučili. A robiť stále a znovu tie isté chyby, to je alebo známka veľkej osobnej nezrelosti, alebo zlej kritiky. Správna kritika je totiž veľmi náročná vec. Vykričať totiž chyby niekoho len tak, hneď, ako ich spozoruješ, to je skoro ohováranie a rozširovanie chýb, ako rozumná kritika. A tak si povedzme niekoľko zásad, čoho sa musíme pri kritizovaní chrániť.

- 1) Chráň sa čiernych okuliarov! určite chápeš, čo tým myslím: nezostať len pri kritizovaní. Nestačí len chybu vidieť, je potrebné skúmať aj okolnosti, prečo k tej chybe došlo. Prečo je kto taký? Kde je príčina, závada? Ako pomôcť, aby bolo zasa lepšie?
- 2) Chráň sa presvedčenia, že ty vieš všetko lepšie. Hlupák vie trochu a myslí si, že vie všetko. Ten, kto veľa vie, ten si je tiež vedomí toho, koľko toho ešte nevie a nepozná - je skromný. Urobí si najskôr svoj názor, ale ráta s tým, že asi nebude úplne dokonalý. Ráta s tým, že i druhý môže mať v niečom kus pravdy.
- 3) Chráň sa unáhlenej a neuváženej kritiky! Vysypať zo seba všetko, čo vieš, čo ti napadne, čo ti slina na jazyk prinesie, bez ohľadu na to kde, s kým, v akom prostredí a v akej situácii hovoríš, to nie je rozumná kritika, to je urečnenosť malých dievčat. Ak chceš niekomu svojou kritikou pomôcť, najskôr si dobre premysli, či je tvoj názor po každej stránke správny. Potom vyčkaj na vhodnú chvíľku, kedy to povieš. Až k tomu bude potrebný pokoj a pohoda. Zvoľ si k tomu vhodný tón a správny výraz, tak, aby to, čo povieš kritizovaného nepodráždilo, ale aby mu to uľahčilo prijať. Ak na mamu vyletíš: "Mama, ty nemáš pravdu, ja to viem lepšie", staviaš sa do pozície hlúpeho kurčaťa, ktoré chce poučovať kvočku. Ak ale to isté povieš skromnejšie: "Ja si myslím, žeby to mohlo byť aj takto", tak sa tým nikoho nedotkneš a zvýšiš pravdepodobnosť, že sa o tvojej mienke bude uvažovať. Kde je však už vopred jasné, že svojou kritikou len narazíš, urazíš, vyvoláš hnev a spôsobíš len zlo - tak bezpodmienečne platí: Mlč! Buď ticho a zapamätaj si to, aby si podobné chyby v dospelosti nerobil.
- 4) Posledná rada: Nezabudni, že je možné kritizovať i sám seba. Zvykni si dívať sa i sám na seba kriticky. Pri kritizovaní druhých používaj zásady, o ktorých sme tu práve hovorili. (Ladislav Simajchl)