



2018.4.22 主日講員

迦拿婚姻家庭成長協會-鄒盛發牧師

婚姻溝通有妙方

經文：以弗所書 5:24-25，雅各書 1:19-20，箴言書 15:1

✧ 弗5:24-25 「²⁴教會怎樣順服基督，妻子也要怎樣凡事順服丈夫。²⁵你們作丈夫的，要愛你們的妻子，正如基督愛教會，為教會捨己。」

✧ 雅1:19-20 「¹⁹我親愛的弟兄們，這是你們所知道的，但你們各人要快快的聽，慢慢的說，慢慢的動怒，²⁰因為人的怒氣並不成就神的義。」

✧ 箴15:1 「回答柔和，使怒消退；言語暴戾，觸動怒氣。」

*引言：夫妻間的溝通是最複雜的，因為會牽扯到許多的層面與關係。

一. 認清溝通的定義與目的

二. 溝通與學習放下自我(弗 5:24-25)

夫妻捨己與順服的運作原則，是良好溝通的基礎

三. 溝通與承擔責任(雅1:19-20，箴15:1)

1. 說話者的責任/慢慢的說(雅1:19)

1>說明動機

2>觀察自己

3>主動詢問

4>不出惡言

2. 聽話者的責任/快快的聽 (雅1:19)

1>專注傾聽

2>主動確認

3>不要猜測

3. 在合適的時機溝通，不在怒氣或有負向情緒感受時溝通 (箴15:1)