

ชื่อ \_\_\_\_\_

วิธีใหม่ในการพูดคุย

วันที่เริ่มเรียน \_\_\_\_\_

เอเฟซัส 4:29

วันที่เรียนจบ \_\_\_\_\_

โครงการ 204

### ตอนที่ 1: พื้นฐานพระคัมภีร์

การเรียนรู้ที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในพระเจ้าเป็นการท้าทายอย่างหนึ่งที่เราทั้งหลายต้องเผชิญ วิธีการสำคัญที่เราจะแสดงการเติบโตของเรา คือ ผ่านทางการพูดคุย ขอให้มาคิดถึงเกี่ยวกับสิ่งที่คุณพูดคุย คุณพูดเรื่องอะไร:

- ในเวลาทานข้าว?
- ในที่ทำงาน?
- เมื่อคุณเริ่มต้นในตอนเช้า?
- เมื่อบางคนทำให้ชีวิตของคุณยุ่งยาก?
- เมื่อคุณมีเวลาว่าง?
- ที่คริสตจักร?

เราได้พัฒนานิสัยในคำพูดของเรา นิสัยมากมายนั้นก็ใช้ได้และช่วยในการแสดงออกถึงบุคลิกพิเศษของเราเอง พวกเราส่วนใหญ่มักเปิดเผยอีกด้วยถึงปัญหาของเราผ่านทางคำพูด การล่อลวงมากมายเกี่ยวพันโดยตรงกับสิ่งที่เราพูด หรือวิธีที่เราแสดงตัวเราเอง

อะไรเป็นนิสัยที่คุณต้องต่อสู้ในการพูด

- วิพากษ์วิจารณ์คนอื่น หรือ
- การโต้แย้ง การโต้เถียง หรือ
- การบ่นว่า หรือ
- พูดคุยเกี่ยวกับชีวิตในอดีตที่เป็นชีวิตแห่งบาปและการผิดศีลธรรม หรือ
- การใช้เสียงรุนแรงและหยาบ หรือ
- การใช้คำประชดเหน็บแนม หรือ
- การพูดตอบกลับอย่างต่อต้านพ่อแม่ หรือผู้อื่นที่มีอำนาจ หรือ
- การพูดตลกมากเกินไป หรือ
- การมูสา หรือ
- การบ่นหัวคน หรือ
- การนินทา หรือ (พูดคุยเกี่ยวกับคนอื่นและปัญหาของพวกเขา)
- การคุยโม้ — พูดเกินจริง หรือ
- การพูดคุยมากเกินไป หรือ

พระเจ้าให้ทิศทางที่ชัดเจนในด้านการเปลี่ยนแปลงแบบใดที่พระองค์ต้องการให้เกิดขึ้นในการพูดคุยของเรา  
อย่าให้คำเลวร้ายออกจากปากของท่านทั้งหลาย แต่จงกล่าวคำดี ๆ ที่เสริมสร้างและที่  
เหมาะสมกับความต้องการ เพื่อจะได้เป็นคุณแก่คนที่ได้ยิน เอเฟซัส 4.29 THSV11

คุณต้องการการปรับปรุงแบบใดในการพูดคุยของคุณ

บางที คุณคงเคยพยายามที่จะเลิกนิสัยเก่าๆ นิสัยในการพูดของเรามักเป็นสิ่งที่ยากมากที่จะเลิก

เราจำเป็นต้องขอความช่วยเหลือจากพระเจ้า แต่เราไม่สามารถคาดหวังให้พระองค์กระทำอัศจรรย์ได้ทันที ซึ่งจะทำให้คำพูดของเราทั้งหมดกลายเป็นคำพูดที่เต็มไปด้วยความเมตตา สติปัญญา และความรัก พระเจ้าจะช่วยให้เราเปลี่ยนแปลง แต่พระองค์จะไม่ทำสิ่งที่เป็นความรับผิดชอบของเรา เราต้องตัดสินใจว่าเราจะเปลี่ยนแปลงการพูด เราต้องแสวงหาการช่วยเหลือของพระองค์ นั่นคือ สติปัญญาที่มาจากพระองค์นั่นเอง

เราต้องมีขั้นตอนที่ปฏิบัติได้ เพื่อทดแทนรูปแบบการพูดที่ไม่ดีของเรา ด้วยวิถีใหม่ในการพูดที่ถวายเกียรติแด่พระเจ้า

## ตอนที่ 2: การวางแผน

1. คุณต้องการให้พระวิญญาณบริสุทธิ์ช่วยเปลี่ยนแปลงคำพูดของคุณในด้านใดบ้าง

---



---



---

2. จงอธิบายอย่างสั้นๆ ถึงปัญหาที่การพูดของคุณกำลังเป็นเหตุให้เกิดผลในชีวิตของคุณ

---



---



---

3. อะไรที่คุณเคยกระทำในอดีตที่พยายามจะเอาชนะปัญหานี้

---



---



---

4. ขอให้ท่านอ่านและท่องจำ เอเฟซัส 4:29 การหนุนใจและทิศทางใดที่ข้อพระคัมภีร์นี้ให้กับคุณในวันนี้

---



---



---

5. ชีวิตของพระเยซูเป็นแบบอย่างที่ดีที่สุดสำหรับเราในเรื่องการพูดคุยที่ส่งเสริมไม่ใช่ทำร้ายอย่างไรบ้าง แรงกระตุ้นของพระองค์นั้นคืออะไร

---



---



---

6. การเปลี่ยนแปลงคำพูดนั้นเกี่ยวพันโดยตรงกับสิ่งที่คุณคิด หนทางที่ทรงพลังอันหนึ่งเพื่อเปลี่ยนแปลงคำพูดของคุณคือ การเติมความคิดของคุณด้วยพระวจนะ ขอให้เลือกข้อพระธรรมสักข้อเพื่อท่องจำสำหรับโครงการนี้ ซึ่งจะช่วยให้คุณให้เติบโตในด้านนี้ในชีวิตของคุณ ข้อพระธรรมที่จะท่องจำ \_\_\_\_\_
7. รายการ 4 ขั้นตอนที่สามารถนำไปปฏิบัติได้ ซึ่งคุณหวังว่าจะช่วยให้คุณให้เป็นเหมือนกับพระคริสต์ ในด้านคำพูด จงพยายามให้เป้าหมายที่เฉพาะเจาะจงและที่ทำได้
1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  4. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
8. จงเลือกหนึ่งในเป้าหมายเหล่านี้ ที่คุณต้องการจะบรรลุผลในสองสามวันต่อไปนี้ โปรดอย่าทำรายการ “คำอธิษฐาน” ให้เป็นเป้าหมาย ถ้ามันไม่ได้เป็นหัวข้อที่ทำไว้ภายใต้คำถามที่ 1 เราขอสรุปว่าคุณจะอธิษฐาน และแสวงหาความช่วยเหลือของพระเจ้าในเรื่องการพูดคุยของคุณ ตอนนี้ มีอะไรอื่นที่คุณกำลังจะดำเนินการเพื่อให้คุณเติบโตขึ้น
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
9. ตอนนี้ ขอให้ใช้เวลาสักสองสามนาที และพูดคุยกับพระเจ้าเกี่ยวกับแผนงานของคุณ ขอพระองค์ให้ช่วยคุณควบคุมการพูดให้ได้

**จุด หยุด:** อย่าทำเพิ่มเติมให้โครงการนี้เสร็จ จนกระทั่งคุณได้นำเป้าหมายมาปฏิบัติ ซึ่งคุณสามารถเลือกไว้สำหรับโครงการนี้แล้ว ขอให้ครูเซ็นชื่อที่นี้หลังจากที่ได้อภิปรายกับเขาเกี่ยวกับแผนการสำหรับโครงการนี้

ลายเซ็นครู \_\_\_\_\_

### ตอนที่ 3: นี่คือนี่สิ่งที่ได้เกิดขึ้น

เริ่มตอนที่ 3 เมื่อคุณได้ทำเป้าหมายที่ตั้งไว้เสร็จแล้ว ในตอนที่ 2

วันที่เริ่มเรียนตอนที่ 3 \_\_\_\_\_

1. อะไรเกิดขึ้น เมื่อคุณได้พยายามทำเป้าหมายที่ตั้งไว้ ในตอนที่ 2

---



---



---

2. ปัญหาอะไรที่คุณได้เผชิญ เมื่อคุณพยายามที่จะนำเป้าหมายมาสู่การปฏิบัติ

---



---



---

3. การพัฒนารูปแบบใหม่ของการพูดคุย เพื่อทดแทนสิ่งเก่าที่มันไม่ใช่ง่ายอย่างแน่นอน เพียงแต่บรรลุเป้าหมายของคุณในโอกาสหนึ่ง ไม่ได้หมายความว่าคุณชนะสงครามแล้ว ก้าวที่สำคัญตอนนี้คือการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง อะไรคือสิ่งที่คุณได้เรียนรู้จนถึงบัดนี้ ซึ่งคุณรู้สึกว่าจะช่วยทำรูปแบบใหม่ของการพูดคุยนี้ให้เป็นส่วนที่ถาวรในชีวิตของคุณ

---



---



---

4. จงเขียนคำอธิษฐานต่อพระเจ้า บอกพระองค์ถึงสิ่งที่คุณเรียนรู้จากประสบการณ์นี้ ในการปฏิบัติตามสิ่งที่ เอเฟซัส 4:29 พูดถึง ขอขอบคุณพระองค์สำหรับการช่วยเหลือคุณในโครงการนี้

---



---



---

**จุด หยุด:** หลังจากอภิปรายกับคุณครูเกี่ยวกับโครงการนี้แล้ว ขอให้ครูเซ็นชื่อที่นี้ ก่อนหน้าที่คุณจะเริ่มโครงการอีกอันหนึ่ง

ลายเซ็นครู \_\_\_\_\_

วิธีใหม่ในการพูดคุย เอเฟซัส 4:29 โครงการ 204

โดย เดวิด แบ็ทตี้

สงวนลิขสิทธิ์ © 2020 Teen Challenge USA

Global Teen Challenge [www.Globaltc.org](http://www.Globaltc.org) [www.iTeenChallenge.org](http://www.iTeenChallenge.org)

วันที่มีการแก้ล่าสุด 09-2020

