NG KERK NELSPRUIT
waar verhoudings die verskil maak

RELASIONELE INTELLIGENSIE

RQ

GESPREKSGIDS

INHOUDSOPGAWE

Inleiding .... Bl 1

Week 1 - Die basis is liefde .... Bl 2 - 3

Week 2 - Kommunikeer realistiese verwagtinge .... Bl 4 - 6

Week 3 - Aktiewe luister .... Bl 7 - 8

Week 4 - Behou eenheid .... Bl 9 - 11

RELASIONELE INTELLIGENSIE

INLEIDING

Liewe lidmaat

Ons is werklik geseënd met die geskenk van verhoudings in ons geestelike familie - mense wat ons pad kruis, ons lewe deel en ons groei beïnvloed. Tog weet ons dat verhoudings vandag meer uitdagings as ooit beleef. Daarom wil ons doelbewus daarin belê.

Ons jaartema nooi ons uit om betekenisvol aanwesig te wees in ons verhoudings. Maar aanwesig is nie bloot passief teenwoordigheid nie. Ons het ook insig en vaardighede nodig om met wysheid en liefde deur die kompleksiteit van verhoudings te navigeer.

In hierdie vierweek-reeks gesels ons oor Relasionele Intelligensie (RQ) - 'n unieke aspek van hoe ons verbind. Anders as emosionele intelligensie, wat fokus op selfbewustheid en die hantering van emosies, gaan relasionele intelligensie oor hoe ons diep, betekenisvolle verbintenisse vorm én volhou, selfs wanneer ons verskil.

Ons nooi jou uit om hierdie reis saam met ons te stap. Mag dit vir jou nuwe perspektiewe bring, en jou toerus met praktiese maniere om jou verhoudings - in jou gesin, vriende, werksomgewing en in ons gemeente - te versterk.

Mag die Here hierdie tyd gebruik om ons verbindings te versterk en ons verhoudings te verdiep. En mag ons as gemeente groei in liefde, insig, eenheid en genade in elke verhouding wat Hy aan ons toevertrou.

Geniet die vreugde van saam groei in verhoudings!

Seënwense vir die reeks,

Jaco en JZ

Die basis is liefde

YSBREKER

1. Wat is die vreemdste of snaakste ding wat iemand al vir jou gedoen het om hulle liefde vir jou te wys?

2. As liefde 'n geur was, watter geur sou dit wees? En hoekom?

3. Voltooi die volgende sin sonder om 'n teksvers te gebruik: “Liefde is…”

AGTERGROND

In Johannes 13 sien ons hoe Jesus sy dissipels se voete was. Dit is 'n praktiese voorbeeld van die tipe liefde wat Jesus van ons verwag. Wanneer Jesus weggaan moet sy volgelinge optree soos wat van hulle verwag word. Jesus gee vir hulle (en ons) 'n nuwe opdrag – julle moet mekaar liefhê. Hierdie opdrag moet as riglyn dien in Sy volgelinge se lewens. Hierdie liefde is meer as net 'n gevoel. Liefde in hierdie verband is opofferende liefde en lojaliteit. Paulus skryf in 1 Korintiërs 13 dat liefde (dié soort wat Jesus van ons verwag) onontbeerlik deel van 'n gelowige se lewe en leefstyl moet wees.

WANDEL IN DIE WOORD

Lees die volgende twee gedeeltes rustig deur:
Johannes 13:34-35 en 1 Korintiërs 13:4-7

Wat tref jou in hierdie gedeelte(s). Is daar 'n woord, of 'n gedagte of 'n frase wat vir jou uitstaan?

VERDERE BESPREKING

1. Wanneer is dit vir jou moeilik om lief te hê soos wat ons lees in 1 Korintiërs 13:4-7? (Om nie jaloers te wees nie; nie eie belang te soek nie; geduldig te wees; nie boek te hou van die kwaad nie…)?

2. Jesus sê in Joh. 13 dat ons moet liefhê soos wat Hy lief het.

   - Hoe lyk sy liefde vir ons?
   - Hoe leef ons dit prakties uit?

3. Wat is die verskil tussen wêreldse liefde en die liefde van Jesus? Hoe sal die mense rondom jou weet watter liefde jy leef?

RQ-BEGINSELS OM DIE LIEFDE AS BASIS VAN VERHOUDINGS TE VERSTERK

1 Korintiërs 13 (4)Die liefde is geduldig, die liefde is vriendelik; dit is nie afgunstig nie, is nie grootpraterig nie, is nie verwaand nie. (5)Dit handel nie onwelvoeglik nie, soek nie sy eie belang nie, is nie liggeraak nie, hou nie boek van die kwaad nie. (6)Dit verbly hom nie oor onreg nie, maar verheug hom oor die waarheid. (7)Dit bedek alles, glo alles, hoop alles, verdra alles.

Die eienskappe wat in 1 Korintiërs 13 genoem word van wat die liefde is en nie is nie en wat dit doen en nie doen nie moet ons help om die verhoudings waarbinne ons staan te versterk. Probeer as groep om hierdie volgende woorde te definieer te beskryf:

Geduldig = ______________________________

Vriendelik = ______________________________

Nie afgunstig = ______________________________

Nie grootpraterig = ______________________________

Nie verwaand = ______________________________

Nie onwelvoeglik = ______________________________

Soek nie eie belang = ______________________________

Nie liggeraak = ______________________________

Hou nie boek van kwaad = ______________________________

Nie bly oor onreg = ______________________________

Bly oor die waarheid = ______________________________

PRAKTIESE TOEPASSING

Gebruik 1 Korintiërs 13 as 'n toets vir die manier hoe jy Jesus se opdrag na kom. Vervang die woord 'liefde' met jou naam, byvoorbeeld: “Die liefde is geduldig” word “(Naam) is geduldig”

- Waar het jy gevoel is dit waar van jou?
- Waar het dit vir jou gevoel kan jy verbeter?
- Wat sê dit vir jou oor hoe God jou kan vorm?
- Watter een van hierdie eienskappe wil jy hierdie komende week teenoor iemand spesifiek gaan uitleef?

GEBED

- Dank die Here vir Sy perfekte en onvoorwaardelike liefde teenoor jou.
- Bely waar jy tans sukkel om die liefde te leef wat Hy van jou vra.
- Vra dat die Heilige Gees jou sal help om die eienskappe van liefde ook die basis van jou liefde binne verhoudings te maak.

Kommunikeer realistiese verwagtinge

YSBREKER

Tydens hierdie ysbreker is daar geen reg of verkeerde antwoorde nie. Elkeen gee hul mening en ons moedig uiteenlopende perspektiewe aan sonder om daaroor te debatteer. Elkeen kry geleentheid om hul mening op twee van die vrae te gee.

1. Dink jy dis regverdig om verwagtinge van ander mense te hê in 'n verhouding? Hoekom of hoekom nie?
2. Wanneer jy iets van iemand verwag - moet jy dit direk sê, of eerder hoop hulle doen dit vanself?
3. Het jy al teleurgesteld gevoel omdat iemand nie aan jou verwagting voldoen het nie? Hoe het jy dit hanteer?

AGTERGROND

In die brief Filemon, pleit Paulus by Filemon om nie teen sy slaaf Onesimus op te tree nie. Onesimus was Filemon se slaaf. Filemon, 'n vriend van Paulus, was ook deel van die gemeente in Kolosse. Onesimus het weggeloop en moontlik ook nog van sy eienaar se besittings gesteel. Hy is na Rome, en sy pad het op een of ander manier met Paulus s'n gekruis. Hy kom tot bekering. Paulus skryf nou aan Filemon en verduidelik dat hy Onesimus terugstuur, nie net as slaaf nie, maar nou ook as mede-gelowige en broer in Christus. Hy stel die verwagting aan Filemon om goed te doen aan Onesimus.

WANDEL IN DIE WOORD

Lees die hele brief aan Filemon.

Wat tref jou in hierdie gedeelte? Is daar 'n woord of frase wat jou spesifiek laat dink aan 'n verhouding in jou lewe?

VERDERE BESPREKING

1. Wat leer ons in vers 8-9 by Paulus oor hoe om 'n verwagting aan ander te stel?
2. Hoekom dink jy gee Paulus soveel agtergrond oor Onesimus se waarde en die verandering in sy lewe, voor hy sy versoek rig? (Vers 10-12)
3. Die manier hoe ons 'n verwagting aan ander stel laat hulle op 'n bepaalde manier voel. Hoe help Paulus ons in vers 14 om verwagtinge beter te stel?
4. Paulus bied selfs aan om vir enige skade te betaal. Wat sê Paulus se voorneme in vers 18-19a oor sy verantwoordelikheidsin ten opsigte van sy verwagting? Hoe reflekteer Paulus se woorde in vers 21 vertroue en geloof in Filemon se karakter?

RQ-BEGINSELS UIT PAULUS SE BENADERING

Bespreek die 6 RQ-beginsel en teksverwysings en deel met mekaar watter beginsel sal jou die meeste help om REALISTIESE verwagtinge beter te kommunikeer?

1. Bevestig die verhouding en bemoedig (vers 4–7).
   Begin met egte waardering – skep 'n veilige ruimte vir gesprek.

2. Pleit op grond van liefde, nie gesag nie (vers 8–9).
   Liefde en respek bring beter resultate as bevel en skuldgevoel.

3. Verduidelik die situasie en die meriete (vers 10–12).
   Gee konteks – moenie aanneem iemand verstaan nie.

4. Gee die ander persoon ruimte om self te kies (vers 14).
   Moenie manipuleer nie – laat die ander persoon se keuse eg wees.

5. Bied self opoffering aan (vers 18–19).
   Wees bereid om self iets te gee as jy iets verwag.

6. Hê vertroue in die ander persoon se goedhartigheid (vers 21).
   Moenie die ergste verwag nie – gee mense kans om goed te wees.

PRAKTIESE TOEPASSING

1. Is daar 'n verwagting wat jy moet kommunikeer, maar jy is huiwerig uit vrees vir die persoon se reaksie? Hoe help Paulus se RQ-beginsels jou om die volgende stap te neem?

2. ‘n Goeie toets of ek opreg of manipulerend is, is of ek kan aanvaar dat iemand, anders kan kies as wat my verwagting was. Is dit vir jou moontlik om 'n ander uitkoms te aanvaar of sal jy aanhou probeer en die gevaar loop om te manipuleer?

3. Is daar soms onrealistiese verwagtinge wat aan die kerk/gemeente gestel word? Hoe kan ons RQ hier verbeter?

4. Kom ons kyk nou na verwagtinge vanuit heel 'n ander hoek. Ons gemeente deel met nuwe lidmate ses verwagtinge wat hulle van NG Kerk Nelspruit kan verwag. Om dit moontlik te maak is dit belangrik dat elke lidmaat (ook nuwe lidmate) volgens bepaalde waardes sal leef.

Kyk na die verwagtinge en die waardes wat ons nastreef om aan hierdie verwagtinge te voldoen en gesels oor waar jy dink ons gemeente ons RQ kan verbeter en wat ek/ons nou kan doen om te voldoen aan daardie verwagting?

VERWAGTINGE - “WAT JY KAN VERWAG”

- ’n Ruimte waar ons God saam met oorgawe kan aanbid.
- Geleenthede om te groei in jou liefde, jou kennis van God en Sy Woord.
- Geleenthede om te groei in die leef van ’n Christus-gesentreerde lewe.
- Geleenthede om jou gawes te ontwikkel en te gebruik in die opbou en uitbou van God se Koninkryk.
- Goeie rentmeesterskap van jou finansiële ondersteuning.
- Versorging en aanspreeklikheid in verhoudings wat ’n verskil maak in jou lewe.

WAARDES - WAT ONS BEMAGTIG (om te voldoen aan bostaande verwagtinge)

- Ons BELÊ in ons verhouding met God en maak erns met ons GEESTELIKE GROEI.
- Ons beskerm die EENHEID van ons gemeente.
- Ons neem VERANTWOORDELIKHEDE vir ons gemeente.
- Ons neem DIENEND deel aan die BEDIENING van ons gemeente.
- Ons bevorder die GETUIENIS van ons gemeente.

GEBED

- Dank die Here vir die wysheid van Sy Woord.
- Meer RQ - Insig hoe (beginsels) en wanneer om verwagtinge te stel.
- Dat duidelike realistiese verwagtinge die verhouding-band tussen mense sal versterk.
- Realistiese verwagtinge in die gemeente.
- Die leef van waardes wat ons gemeentes in staat stel om aan verwagtinge te voldoen.
- Ander gebedsversoeke vanuit die groep.

RELASIONELE INTELLIGENSIE RQ

Aktiewe luister

YSBREKER

1. Wat is die vreemdste ding wat jy al verkeerd verstaan het omdat jy nie mooi geluister het nie?

2. Wie ken jy wat jy sou beskryf as 'n 'kampioen-luisteraar' en hoekom?

3. Wat doen iemand wat jou dadelik laat ervaar jy word regtig gehoor?

RELASIONELE INTELLIGENSIE

AGTERGROND

Daar is soms die gevoel dat ons in 'n 'praatsiek' samelewing leef. Dit is egter nie iets nuut nie. Dit wil voorkom asof Jakobus se geadresseerdes 'n soortgelyke probleem gehad het. Daarom roep hy hulle op om altyd gou te wees om te luister en nie te gou kwaad te word nie. In menseverhoudings is 'praat' dikwels die oorsaak van baie probleme. Dit is 'n kuns om stil te bly, God se stem te hoor en ons medemens se hart te hoor. Dit is 'n kuns om met God se rustigheid terug te sit en te luister.

WANDEL IN DIE WOORD

Lees die volgende twee teksgedeeltes:
Jakobus 1:19 en Spreuke 18:13

Wat tref jou in hierdie twee gedeeltes? Watter woord, gedagte of frase staan vir jou uit?

VERDERE BESPREKING

1. Wat beteken aktiewe luister vir jou? (Laat elkeen net deel wat in hulle gedagtes opkom.)

2. Hoekom dink jy is dit moeilik om te luister - en nie net te hoor nie?

3. Dink aan 'n tyd toe jy ervaar het dat iemand regtig na jou geluister het. Hoe het dit jou laat voel?

4. Watter een van die volgende is vir jou die moeilikste wanneer dit kom by aktief luister:

- Om jou fokus te hou op wat gesê word?
- Om nie te onderbreek nie?
- Om die emosie(s) te verstaan?
- Om regtig te onthou wat gesê is?

RQ-BEGINSELS OM AKTIEWE LUISTER DEEL VAN JOU LEWE TE MAAK

Om lief te hê soos wat Jesus lief gehad het en aktief na hulle te luister vra van ons dat ons met 'n oop hart en begrip aanwesig moet wees binne verhoudings en gesprekke.

Hieronder is 'n paar praktiese sleutels wat ons kan help om aktief te luister:

1. Wees aanwesig

- Sit jou oor by jou hart, nie net by jou kop nie.
- Kyk die ander persoon in die oë en fokus op die woorde en emosie, moenie dink aan 'n antwoord nie.

2. Luister met jou lyf

- Jou liggaamstaal wys of jy regtig belangstel; behou oogkontak, knik met jou kop, posisioneer jou lyf so dat dit nie 'n geslote boodskap uitstuur nie (arms moet nie gevou wees nie…).

3. Herhaal en reflekteer

- Om te herhaal of te reflekteer wat vir jou gesê is sal vir die ander persoon wys dat jy regtig probeer verstaan en nie net reageer nie.
- Onthou Jak. 1:19 – jy moet gou wees om te luister en nie te gou te praat nie.

4. Luister vir gevoel en emosie voordat jy luister vir feite

- Aktiewe luister beteken dat jy die hart en emosie agter die woorde sal raak-hoor.

Deel met mekaar:

- Watter van hierdie sleutels tot aktiewe luister sal jou help binne jou verhoudings?
- Watter van hierdie sleutels gaan vir jou 'n uitdaging wees om te begin toepas?

PRAKTIESE TOEPASSING

As die mense in die groep gemaklik is laat hulle twee-twee gesels. Een persoon praat vir 2 minute oor iets waaroor hulle opgewonde is of iets wat pla. Die ander persoon moet luister, mag nie reageer of onderbreek nie. Daarna moet die persoon wat geluister het opsom wat hulle gehoor het sonder om 'n opinie te gee.

- Gesels dan oor hoe dit gevoel het om regtig gehoor te word.
- Identifiseer 'n persoon wat nie in jou groep is nie na wie jy in die week aktief wil gaan luister – sonder om raad te gee, sonder om oor te neem, net te luister en te verstaan. Skryf hulle naam vir jou iewers neer sodat jy sal onthou.

GEBED

- Dank die Vader vir die wete dat Hy altyd luister en verstaan.
- Bid dat die Heilige Gees jou sal help om aktief te luister. Vir ore by jou hart en nie net by jou kop nie.
- Bid vir genesing waar mense voel dat hulle nie regtig gehoor word nie.

Behou eenheid

YSBREKER

Kies enige van die drie vrae om die gesprek af te skop.

1. Wat is die snaakste (of mees onbenullige) argument wat jy al met 'n familielid of vriend gehad het?

2. Indien jy 'n geneesmiddel kon voorskryf om konflik of verdeeldheid op te los, wat sou dit wees?

3. Voltooi die sin: "Ek voel deel van 'n span of groep wanneer…"

AGTERGROND

Ef. 4:1-6 onderstreep dat eenheid in die kerk nie bloot 'n sosiale ideaal is nie, maar gewortel is in God se karakter en sy werk in Christus. Dit is iets wat reeds deur die Gees geskep is, en dit is die gelowiges se taak om dit te bewaar, nie om dit self te skep nie. Die wyse waarop die Here die eenheid wil handhaaf, is volgens Ef. 4:7-16 dat Hy verskillende gawes aan gelowiges gee. Hierdie gawes het ons breedvoerig behandel met die “Vind jou hoed” veldtog. Volgens vers 12 is Christus se doel met die gawes, toerusting vir die opbou van die liggaam van Christus. Ons het eenheid nodig sodat hierdie gawes ons tot geestelike volwassenheid kan laat groei. As ons vra hoekom eenheid, is die antwoord ons het mekaar nodig.

WANDEL IN DIE WOORD

Lees Efesiërs 4:1-6

Wat tref jou in hierdie gedeelte? Is daar 'n woord of frase wat jou spesifiek laat dink aan 'n verhouding in jou lewe? Wat sê hierdie gedeelte vir jou oor hoe belangrik eenheid vir God is?

VERDERE BESPREKING

1. Wat beteken “lewenswandel in ooreenstemming” volgens jou roeping as Christen?

2. Watter van die eienskappe in vers 2 (nederigheid, sagmoedigheid, lankmoedigheid, liefde) is vandag die moeilikste in verhoudings?

3. In vers 3 word daar gepraat van “handhaaf” die eenheid wat die Gees smee – hoekom dink jy sê Paulus “handhaaf” of “bewaar” volgens die 1953 vertaling en nie “skep” nie?

4. Hoe wys die herhaling van die woord “een” (een liggaam, een Gees, een geloof, ens.) vir ons God se hart vir eenheid?

4. Wat is die gevaar as gelowiges nie eenheid nastreef nie?

RELASIONELE INTELLIGENSIE

RQ-BEGINSELS VIR EENHEID TUSSEN GELOWIGES | FAMILIES

(Uit Efesiërs 4:1-6 en ander gedeeltes)

1. **Ware eenheid is 'n gawe – ons is een in Christus.**
   (Ef. 4:4-6; Joh 17:21 Ek bid dat hulle almal een mag wees, net soos U, Vader, in My is en Ek in U, dat hulle ook in Ons mag wees, sodat die wêreld kan glo dat U My gestuur het.)

2. **Eenheid is 'n geestelike werklikheid om te bewaar, nie iets wat ons self skep nie.**
   (Ef. 4:3; 1 Kor 12:13 Omdat ons almal een liggaam geword het, is ons almal met die een Gees gedoop, of ons nou Jood of Griek is, slaaf of vry. Ons is almal van die een Gees deurdrenk.)

3. **Om eenheid te bewaar verg karakter**
   - **Wees altyd beskeie, vriendelik en geduldig, en verdra mekaar in liefde.** (Ef. 4:2)

   - **Dit beteken om my eie trots, voorkeure of styl ondergeskik te stel aan die groter liggaam.**
     (Fil 2:3-4 - "Doen niks uit selfsug of ydelheid nie, maar in nederigheid moet die een die ander hoër ag as homself.")

   - **Ek leef en praat so dat ek nie die liggaam van Christus verdeel nie - selfs al voel ek soms anders.**
     (1 Kor 10:23-24 - Daar is mense wat sê: "Alles is geoorloof." Ja, maar nie alles is heilsaam nie. "Alles is geoorloof," sê hulle. Ja, maar alles is nie opbouend nie. (24) 'n Mens moet nie sy eie voordeel soek nie, maar dié van ander.)

4. **Eenheid beteken nie altyd eensgesindheid oor elke detail nie, maar 'n keuse om as een liggaam saam te beweeg in liefde.**
   (Kol 3:14 Bo dit alles moet julle mekaar liefhê. Dit is die band wat julle tot volmaakte eenheid saambind.)

PRAKTIESE TOEPASSING

1. Hoe kan ons ander help om te ervaar dat hulle "deel van die Liggaam" is?

2. Kan jy aan 'n situasie dink waar jy iets "ter wille van eenheid" gesluk of gelos het? Hoe het dit afgeloop?

3. Hoe lyk dit prakties om ander te "verdra" (v.2) in ons konteks – in vergaderings, families, WhatsApp-groepe?

4. Die grens tussen **kompromie oor waarheid** en **opoffering ter wille van eenheid** is nie altyd so duidelik nie. Hoe help die woord "ruimhuis" die breë kerkverband op die oomblik?

5. Watter persoonlike reg, voorkeur of gewoonte sukkel mense om op te gee ter wille van eenheid in familie- of gemeenteverband?

6. Watter stap kan ons as omgeegroep neem om eenheid in ons gemeente te versterk?

Om saam te vat. Hoekom is eenheid as RQ beginsel belangrik?
- Dit is waartoe die kerk **geroep** is en gehoorsaamheid **eer God.** (vers 1; 4)
- Verdeeldheid is teenstrydig met die kerk se identiteit in Christus as een liggaam.
- Dit laat lidmate saam tot geestelike volwassenheid groei. (vers 13)
- Dit bou en versterk die liggaam van Christus. (vers 16)

GEBED

- Dank die Here vir die gawe van eenheid in Christus.
- Vra vir versoening waar daar verdeeldheid is.
- Vra vir groei in karakter (nederigheid, liefde, verdraagsaamheid).
- Eenheid in die plaaslike gemeente én die breër liggaam van Christus.
- Ander gebedsversoeke vanuit die groep.

RELASIONELE INTELLIGENSIE