ERSTELLT VON
kurtmühlematter

ON
08.02.2013

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Veränderungen



Wie gehen wir mit Veränderungen in unserem Leben um?

Das Leben ist in ständigem Fluss, wir können uns nicht n i c h t verändern. Seit dem Sündenfall sind wir der Vergänglichkeit unterworfen. Der Name Abel (1. Mose 4, 2), meint "Vergänglichkeit"; der Name seines Bruders Kain (1. Mose 4, 12 - 16), bedeutet "gejagt, gehetzt"; das Land Nod in Vers 16 bedeutet "Land des ruhelosen Lebens".

Veränderungen

Wir können uns nicht ***n i c h t*** verändern!

- Unsere Lebensabschnitte sind wie Jahreszeiten und Jahreszeiten ändern sich.
- Veränderungen sind Chancen / Möglichkeiten, bergen jedoch auch Risiken
- Wenn wir aktiv leben, werden wir Veränderungen initiieren

Veränderungen enthalten unbekannte Elemente - Unbekanntes macht Angst:

- bewirkt Überlebenstrieb / Schutzmechanismus
  Abwehrreaktion / Skepsis gegenüber Neuem
- plötzliche, ungeahnte, ungewollte Veränderung
  wir sind schutzlos
  passiv, d.h. nur Opfer von Veränderung
  Spielball des Umfeldes und vom Schicksal bestimmt?
  wir warten oft so lange, bis wir nur noch reagieren können
  wir lassen uns lieber mit der Masse treiben, als unsere Berufung zu suchen
  wir geben lieber anderen Schuld, als unser eigenes Schicksal "in die Hand zu nehmen"

Veränderungen vorwegnehmen

- Anzeichen wahrnehmen, Konsequenzen ziehen!
  aktiv handeln
  Beispiel: Arbeitsplatz / Unzufriedenheit
- Alternativen prüfen, mögliche Ereignisse vordenken

Wer Veränderungen aktiv angeht, muss Widerstand überwinden

- DICH kannst du verändern; aber ANDERE nicht!
- Widerstand verstehen, Angst abbauen, Vertrauen schaffen
- informieren, erklären

Veränderungen in welchen Bereichen?

- Beziehungen
- Beruf / Schule
- Persönlich (physisch, psychisch, intellektuell, geistlich)
- Freizeit
- Jungschar / Gemeinde

Veränderung nicht um ihrer selbst willen

- Schritt für Schritt wohl überlegt
- kein Zickzackkurs, keine Schnellschüsse, das bewirkt:
  Stabilität, Ausrichtung, Kontinuität

Auswirkungen von Veränderung:

- Kettenreaktion
  vernetztes Denken wichtig
- Ziele von Veränderung
  Verbesserung contra "Verschlimmbesserung"

Veränderung braucht Kraftstoff / Energie vgl. AUTO!!

- Wille zur Veränderung
- Veränderungsdruck ist oft hilfreich
  innerer Antrieb

Einfache und beschwerliche Wege

- wie gross ist das Vorhaben
- wie gross sind meine Ressourcen? Chancen? Voraussetzungen?
  Welche Verfassung habe ich? Traue ich es mir zu?
- Wo benötige ich Hilfe?

Autotyp / Veränderungstyp

- meine Fähigkeiten Wissen, Erfahrungen (siehe auch Grafik im pdf-Anhang)

Ziel: Wohin will ich mich entwickeln und wachsen?

Neues wagen:

- Pionierleistung
- Out of the box
  denken ändern, "schräg" denken, Unkonventionelles wagen
- thinktank
- Widerstand überwinden - Eigenkompetenz fördern
  Beispiel: "Zug fährt nicht"
  verleugnen
  akzeptieren + Problemanalyse
  Lösungsstrategie entwickeln
  umsetzen: Mut, Selbstvertrauen, Optimismus, Flexibilität, Handlungsbereitschaft, Vision, Pionierleistung, Gottvertrauen

Veränderung benötigt Fähigkeit:

- zu Selbstreflexion
- eigene Inkompetenz erkennen
- von Sozialkompetenz
- paradoxe und uneindeutige Situationen ertragen zu können
- loslassen zu können
- von Flexibilität
- zusammenhängend zu denken
- Spass und Freude zu erleben

Veränderung aus der Sicht der Bibel (vgl. Anhang)

- Gott ermutigt uns aus der Gemeinschaft mit ihm heraus zu wachsen und unsere eigenständigen, von der Sünde geprägten Verhaltensmuster zu ändern
- Gott will uns von einer Herrlichkeit zur anderen verändern, damit wir Jesus ähnlich werden und ihm wohl gefallen
- Jesus ist unsere Kraft und gibt uns in allen Veränderungen des Lebens Halt, Geborgenheit
- Gottes Wort und der Heilige Geist leiten uns in der Weisheit Gottes zu wandeln und helfen uns, die richtigen Entscheidungen zu treffen
- in diesem Wissen dürfen wir als Gottes Kinder mutig in dieser Welt persönliche Veränderungen täglich angehen und darüber hinaus uns für Veränderungen in der Welt einsetzen! Wer sich nicht verändert, wird verändert und gleicht einer Fahne im Wind oder einem Eisen, das auf dem Schrottplatz dahin rostet!

Umgang mit Veränderungen

Umgang m Veraenderungen.pdf

Quellennachweis

- "Einführung in das Thema Veränderung" von Tania Kommerth, www.presencing.com
- "Die neuen Methoden des Lernens und der Veränderung" von Franz Decker, Lexika Verlag. 1996, S.194ff
- Foto: Archiv Juropa, www.juropa.net

Weitere Informationen

Categories
Glaube & Inspiration

Tags
Pārmaiņas
Dzīves saturs
1. Mose
Grēks
Widmung

Alter
Keine Daten verfügbar.

Anzahl Teilnehmer
Keine Daten verfügbar.

Bibel
Geschichte
Person
Thema:

Dauer
Keine Daten verfügbar.

Material
Keine

Dateidownload
Dateidownload vorhanden

KI Generierter Inhalt
Contents
Categories
Tags
Alter
Anzahl Teilnehmer
Bibel
Dauer
Material

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/de/wiki/art/veraenderungen