Changements

Comment gérons-nous les changements dans notre vie ?

La vie est en perpétuel mouvement, nous ne pouvons pas ne pas changer. Depuis la chute, nous sommes soumis à l'éphémère. Le nom d'Abel (Genèse 4, 2), signifie "éphémère" ; le nom de son frère Caïn (Genèse 4, 12 - 16), signifie "poursuivi, chassé" ; le pays de Nod au verset 16 signifie "pays de la vie sans repos".

Changements

Nous ne pouvons pas ne ***pas*** changer !

- Les étapes de notre vie sont comme les saisons et les saisons changent.
- Les changements sont des opportunités, mais ils comportent aussi des risques
- Si nous vivons activement, nous initierons des changements

Les changements contiennent des éléments inconnus - l'inconnu fait peur :

- provoque l'instinct de survie / mécanisme de protection
  Réaction de défense / scepticisme face à la nouveauté
- changement soudain, insoupçonné, non voulu
  nous sommes sans protection
  passifs, c'est-à-dire seulement victimes du changement
  Jouet de l'environnement et déterminé par le destin ?
  nous attendons souvent si longtemps que nous ne pouvons plus que réagir
  nous préférons nous laisser porter par la masse plutôt que de chercher notre vocation
  nous préférons accuser les autres plutôt que de "prendre en main" notre propre destin

Anticiper les changements

- Percevoir les signes, en tirer les conséquences !
  agir activement
  Exemple : lieu de travail / insatisfaction
- Examiner les alternatives, anticiper les événements possibles

Pour aborder activement les changements, il faut vaincre la résistance

- Tu peux TE changer, mais pas les AUTRES !
- Comprendre la résistance, réduire la peur, créer la confiance
- informer, expliquer

Des changements dans quels domaines ?

- Relations
- Profession / école
- Personnel (physique, psychique, intellectuel, spirituel)
- Loisirs
- Jeunes / église

Ne pas changer pour le plaisir de changer

- Pas à pas, de manière réfléchie
- pas de zigzags, pas d'actions rapides, cela provoque :
  Stabilité, orientation, continuité

Effets du changement :

- Réaction en chaîne
  il est important de penser en réseau
- Objectifs du changement
  Amélioration contre "aggravation"

Le changement a besoin de carburant / d'énergie cf. AUTO !

- Volonté de changer
- La pression du changement est souvent utile
  impulsion intérieure

Chemins faciles et difficiles

- quelle est l'ampleur du projet
- quelles sont mes ressources ? Quelles sont les chances ? Conditions préalables ?
  Quel est mon état d'esprit ? Est-ce que j'ai confiance en moi ?
- Où ai-je besoin d'aide ?

Type de voiture / type de changement

- mes capacités mes connaissances, mes expériences (voir aussi le graphique en annexe pdf)

Objectif : où est-ce que je veux me développer et grandir ?

Oser la nouveauté :

- Faire œuvre de pionnier
- Sortir de la boîte
  changer sa façon de penser, penser "de travers", oser ce qui n'est pas conventionnel
- thinktank
- Vaincre la résistance - promouvoir la compétence propre
  Exemple : "le train ne part pas"
  nier
  accepter + analyse du problème
  Développer une stratégie de solution
  mettre en œuvre : Courage, confiance en soi, optimisme, flexibilité, volonté d'agir, vision, travail

de pionnier, confiance en Dieu

Le changement nécessite une capacité :

- à l'autoréflexion
- reconnaître sa propre incompétence
- de la compétence sociale
- pouvoir supporter des situations paradoxales et ambiguës
- savoir lâcher prise
- de flexibilité
- de penser de manière cohérente
- D'éprouver du plaisir et de la joie

Le changement du point de vue de la Bible (cf. annexe)

- Dieu nous encourage à grandir à partir de la communion avec lui et à changer nos modèles de comportement indépendants, marqués par le péché
- Dieu veut nous transformer d'une gloire à l'autre, afin que nous devenions semblables à Jésus et que nous lui plaisions
- Jésus est notre force et nous apporte soutien et sécurité dans tous les changements de la vie
- La Parole de Dieu et le Saint-Esprit nous guident pour marcher dans la sagesse de Dieu et nous aident à prendre les bonnes décisions
- sachant cela, nous pouvons, en tant qu'enfants de Dieu, aborder avec courage les changements personnels dans ce monde au quotidien et, en outre, nous engager pour des changements dans le monde ! Celui qui ne change pas est changé et ressemble à un drapeau au vent ou à un fer qui rouille à la ferraille !

Gérer le changement

Umgang m Veraenderungen.pdf

Références des sources

- "Introduction au changement" de Tania Kommerth, www.presencing.com
- "Les nouvelles méthodes d'apprentissage et de changement" de Franz Decker, Lexika Verlag. 1996, p.194ff
- Photo : Archives Juropa, www.juropa.net