

Pakeitimai



Kaip susidorojame su pokyčiais savo gyvenime?

Gyvenimas nuolat kinta, mes negalime pasikeisti. Nuo pat žmogaus nuopuolio esame priklausomi nuo laikinumo. Abelio vardas (Pr 4, 2) reiškia "laikinumas"; jo brolio Kaino vardas (Pr 4, 12-16) reiškia "persekiojamas, skubinamas"; 16 eilutėje minima Nodo žemė reiškia "neramaus gyvenimo šalis".

Pakeitimai

Mes negalime **nesikeisti**!

- Mūsų gyvenimo etapai yra tarsi metų laikai, o metų laikai keičiasi.
- Pokyčiai - tai galimybės ir (arba) galimybės, tačiau jie taip pat kelia pavojų
- Jei gyvensime aktyviai, inicijuosime pokyčius

Pokyčiuose yra nežinomi elementai - nežinomybė kelia baimę:

- sukelia išgyvenimo instinktą / apsauginį mechanizmą
Gynybinė reakcija / skepticizmas naujovių atžvilgiu
- staigus, netikėtus, nepageidaujamas pokytis
esame bejėgiai
pasyvūs, t. y. tik pokyčių aukos
Aplinkos žaisliukas ir nulemtas likimas
dažnai laukiame taip ilgai, kad galime tik reaguoti
mieliau plaukiame su minia, užuot ieškotų savo pašaukimo
mieliau kaltiname kitus, nei "imame ? rankas" savo likimą

Numatyti pokyčius

- Atpažinkite ženklus, nubrėžkite pasekmes!
aktyviai veikite
Pavyzdys: darbas / nepasitenkinimas
- Nagrinėkite alternatyvas, galvokite apie galimus veiksmus iš anksto

Jei aktyviai kovojate su pokyčiais, turite veikti pasipriešinimą

- Jūs galite pakeisti JUS, bet ne KITUS!
- Supraskite pasipriešinimą, sumažinkite baimę, sukurkite pasitikėjimą
- informuokite, paaiškinkite

Kokiose srityse vyksta pokyčiai?

- Santykiai

- Darbas / mokykla
- Asmenin?s (fizin?s, psichologin?s, intelektin?s, dvasin?s)
- Laisvalaikis
- Jaunimo grup? / bažny?ia

Poky?iai ne d?l j? pa?i?

- Gerai apgalvotas žingsnis po žingsnio
- jokio zigzaginio kurso, joki? greit? sprendim?, kurie atneša *Stabilum?, krypt?, t?stinum?*

Poky?i? poveikis:

- Grandinin? reakcija
svarbus tinklinis m?stymas
- Poky?i? tikslai
Pager?jimas, o ne "pad?ties pabloginimas"

Poky?iams reikia degal? / energijos žr. AUTO!!!

- Noras keistis
- Spaudimas keistis dažnai yra naudingas
vidin? paskata

Lengvi ir sunk?s keliai

- kokio dydžio yra projektas
- kokio dydžio yra mano ištekliai? Galimyb?s? Kokios yra išankstin?s s?lygos?
Koki? s?lyg? turiu? Ar išdr?siu tai padaryti?
- Kur man reikia pagalbos?

Automobilio tipas / poky?io tipas

- mano ?g?džiai, žinios, patirtis (taip pat žr. grafik? pdf priede)

Tikslas: kur noriu tobul?ti ir augti?

Išdr?skite padaryti kažk? naujo:

- Pionieriškas darbas
- Ne?prastas darbas
pakeiskite savo m?stym?, m?stykite "nestandartiškai", išdr?skite b?ti netradiciniai
- thinktank
- Pasipriešinimo ?veikimas - asmenin?s kompetencijos skatinimas
Pavyzdys: "Traukinys nevažiuoja"
paneigti
priimti + analizuoti problem?
Sukurti sprendimo strategij?
realizuoti: Dr?sa, pasitik?jimas savimi, optimizmas, lankstumas, noras veikti, vizija, novatoriškas darbas, pasitik?jimas Dievu

Poky?iams reikia geb?jimo

- savirefleksijos
- pripažinti savo nekompetencij?
- socialin?s kompetencijos
- geb?ti atlaikyti paradoksalias ir dviprasmiškas situacijas
- geb?ti atleisti
- lankstumo
- nuosekliai m?styti
- Patirti malonum? ir džiaugsm?

Poky?iai iš Biblijos perspektyvos (žr. pried?)

- Dievas skatina mus augti iš bendryst?s su Juo ir keisti nepriklausomus elgesio modelius, kuriuos suformavo nuod?m?
- Dievas nori mus pakeisti iš vieno šlov?s ženkle ? kit?, kad taptume panaš?s ? J?z? ir b?tume Jam malon?s
- J?zus yra m?s? stipryb? ir suteikia mums atram? bei saugum? visuose gyvenimo poky?iuose
- Dievo žodis ir Šventoji Dvasia veda mus, kad vaikš?iotume Dievo išmintimi, ir padeda mums priimti teisingus sprendimus
- tur?dami š? žinojim?, kaip Dievo vaikai, galime dr?siai žvelgti ? asmeninius poky?ius šiame pasaulyje kasdien ir taip pat siekti poky?i? pasaulyje! Tie, kurie nesikei?ia, pasikeis ir bus panaš?s ? v?jyje plev?suojan?i? v?liav? ar metalo laužyne r?dijan?i? gelež?!

Susidorojimas su poky?iais

[Umgang m Veraenderungen.pdf](#)

Šaltinio nuoroda

- "?vadas ? poky?i? tem?", Tania Kommerth, www.presencing.com
- "Nauji mokymosi ir poky?i? metodai" Franz Decker, Lexika Verlag. 1996, p.194 ir toliau
- Nuotrauka: archyvas Juropa, www.juropa.net