Cambios

Cambios

¡No podemos ***no*** cambiar!

- Las etapas de nuestra vida son como las estaciones, y las estaciones cambian.
- Los cambios son oportunidades / posibilidades, pero también albergan riesgos
- Si vivimos activamente, iniciaremos el cambio

Los cambios contienen elementos desconocidos - lo desconocido provoca miedo:

- provoca instinto de supervivencia / mecanismo de protección
  Reacción de defensa / escepticismo ante lo nuevo
- cambio repentino, inesperado, no deseado
  estamos indefensos
  pasivos, es decir, sólo víctimas del cambio
  ¿Juguete del entorno y determinado por el destino?

a menudo esperamos tanto que sólo podemos reaccionar
preferimos ir a la deriva con la multitud en lugar de buscar nuestra vocación
preferimos culpar a los demás que "tomar las riendas" de nuestro propio destino

Anticipar los cambios

- Reconozca las señales, extraiga las consecuencias
  actuar activamente
  Ejemplo: Trabajo / insatisfacción
- Examinar alternativas, anticiparse a los posibles acontecimientos

Si abordas el cambio de forma activa, tienes que vencer la resistencia

- Puedes cambiarte a ti, pero no a los demás
- Comprender la resistencia, reducir el miedo, generar confianza
- informar, explicar

¿Cambios en qué áreas?

- Relaciones
- Trabajo / escuela
- Personal (físico, psicológico, intelectual, espiritual)
- Tiempo libre
- Grupo de jóvenes / iglesia

Cambiar no por cambiar

- Paso a paso bien meditado
- sin zigzags ni soluciones rápidas, que aporten
  Estabilidad, dirección, continuidad

Efectos del cambio:

- Reacción en cadena
  el pensamiento en red es importante
- Objetivos del cambio
  Mejora frente a "empeorar las cosas

El cambio necesita combustible / energía ¡¡¡Vea AUTO!!!

- Voluntad de cambio
- La presión para cambiar suele ser útil
  impulso interior

Caminos fáciles y arduos

- ¿cómo de grande es el proyecto?
- ¿De qué tamaño son mis recursos? ¿Oportunidades? ¿Cuáles son los requisitos previos? ¿Qué condiciones tengo? ¿Me atrevo a hacerlo?
- ¿Dónde necesito ayuda?

Tipo de coche / tipo de cambio

- mis habilidades, conocimientos, experiencia (ver también gráfico en pdf adjunto)

Objetivo: ¿Dónde quiero desarrollarme y crecer?

Atrévete a hacer algo nuevo:

- Trabajo pionero
- Fuera de la caja
  cambia tu forma de pensar, piensa "fuera de la caja", atrévete a ser poco convencional
- thinktank
- Vencer la resistencia: fomentar la competencia personal
  Ejemplo: "El tren no corre"
  negar
  aceptar + analizar el problema
  Desarrollar una estrategia de solución
  darse cuenta: Coraje, confianza en uno mismo, optimismo, flexibilidad, voluntad de actuar, visión, trabajo pionero, confianza en Dios

El cambio requiere capacidad de

- autorreflexión
- reconocer la propia incompetencia
- de competencia social
- ser capaz de soportar situaciones paradójicas y ambiguas
- ser capaz de dejarse llevar
- de flexibilidad
- pensar con coherencia
- Experimentar la diversión y la alegría

El cambio desde la perspectiva de la Biblia (véase el apéndice)

- Dios nos anima a crecer a partir de nuestra comunión con él y a cambiar nuestros patrones de comportamiento independientes que están moldeados por el pecado
- Dios quiere cambiarnos de una gloria a otra para que nos parezcamos a Jesús y le seamos agradables
- Jesús es nuestra fuerza y nos da apoyo y seguridad en todos los cambios de la vida
- La Palabra de Dios y el Espíritu Santo nos guían para caminar en la sabiduría de Dios y nos ayudan a tomar las decisiones correctas
- con este conocimiento, como hijos de Dios, podemos afrontar con valentía los cambios personales que se producen en este mundo cada día y también trabajar por el cambio en el mundo Aquellos que no cambien serán cambiados y se parecerán a una bandera al viento o a un hierro oxidándose en el desguace

Afrontar el cambio

Umgang m Veraenderungen.pdf

Fuente de referencia

- "Introducción al tema del cambio" por Tania Kommerth, www.presencing.com
- "Los nuevos métodos de aprendizaje y cambio" por Franz Decker, Lexika Verlag. 1996, p.194ff
- Foto: Archivo Juropa, www.juropa.net