

Izmaiņas



Kā mēs tiekam galā ar pārmaiņām savā dzīvē?

Dzīve ir nemitīgā kustībā, mēs nevaram mainīties. Kopš cilvēka grēkā krišanas mēs esam pakļauti pārejai. Ābela vārds (1. Mozus 4:2) nozīmē "pārejošs"; viņa brāļa Kaina vārds (1. Mozus 4:12-16) nozīmē "vajāts, steidzīgs"; Noda zeme 16. pantā nozīmē "nemierīgas dzīves zeme".

Izmaiņas

Mēs nevaram **nemainīties** !

- Mūsu dzīves posmi ir kā gadalaiki, un gadalaiki mainās.
- Izmaiņas ir iespējas, bet tās slēpj arī riskus
- Ja mēs dzīvosim aktīvi, mēs ierosināsim pārmaiņas

Pārmaiņas satur nezināmus elementus - nezināmais rada bailes:

- izraisa izdzīvošanas instinktu / aizsardzības mehānismu
Aizsardzības reakcija / skepse pret jauno
- pēkšņas, negaidītas, nevēlamas pārmaiņas
mēs esam neaizsargāti
pasīvi, t.i., tikai pārmaiņu upuri
Vides rotaļlieta un likteņa noteikta?
mēs bieži gaidām tik ilgi, ka varam tikai reaģēt
mēs dodam priekšroku pludināšanai ar pūli, nevis meklējam savu aicinājumu
mēs labprātāk vaino citus, nekā "pārņemam kontroli" pār savu likteni

Paredzēt pārmaiņas

- Atpazīstiet zīmes, izvelciet sekas!
aktīvi rīkojieties
Piemērs: darbs / neapmierinātība

- Izpētiet alternatīvas, domājiet par iespējamiem notikumiem

Ja jūs aktīvi risināt pārmaiņas, jums ir jāpārvar pretestība

- Jūs varat mainīt Sevi, bet ne CITUS!
- Izprotiet pretestību, maziniet bailes, radiet uzticību
- informējiet, izskaidrojiet

Kurās jomās veikt izmaiņas?

- Attiecības
- Darbs / skola
- Personas (fiziskā, psiholoģiskā, intelektuālā, garīgā)
- Brīvā laika pavadīšana
- Jauniešu grupa / baznīca

Pārmaiņas ne pašu pārmaiņu dēļ

- Labi pārdomāta, soli pa solim
- nav līkloču kursa, nav ātru risinājumu, tas rada
Stabilitāti, virzienu, nepārtrauktību

Pārmaiņu ietekme:

- Ķēdes reakcija
svarīga ir tīklveida domāšana
- Pārmaiņu mērķi
Uzlabojumi pretstatā "stāvokļa pasliktināšanai"

Pārmaiņām ir vajadzīga degviela/enerģija skat. AUTO!!!

- Vēlme mainīties
- Spiediens mainīties bieži ir noderīgs
iekšējais dzinējspēks

Viegli un grūti ceļi

- cik liels ir projekts
- cik lieli ir mani resursi? Iespējas? Kādi ir priekšnoteikumi?
Kādi nosacījumi man ir? Vai es uzdrošinos to darīt?
- Kur man ir vajadzīga palīdzība?

Automašīnas tips / pārmaiņu veids

- manas prasmes, zināšanas, pieredze (skatīt arī grafiku pdf pielikumā)

Mērķis: Kur es vēlos attīstīties un augt?

Uzdrošinieties darīt kaut ko jaunu:

- Pionieru darbs
- Out of the box
mainiet savu domāšanu, domājiet "ārpus kastes", uzdrošinieties būt netradicionāls
- thinktank
- Pretestības pārvarēšana - personīgās kompetences veicināšana
Piemērs: "Vilciens nekursē"
*noliegt
pieņemt + analizēt problēmu
Izstrādāt risinājuma stratēģiju
realizēt: Drosme, pašpārliecinātība, optimisms, elastība, vēlme rīkoties, vīzija,
novatorisks darbs, paļāvība uz Dievu*

Pārmaiņām nepieciešama spēja

- pašrefleksija
- atzīt savu nekompetenci
- sociālās kompetences
- spēt izturēt paradoksālas un neviennozīmīgas situācijas
- spēt atlaist
- elastību
- domāt saskaņoti
- Izjust jautrību un prieku

Pārmaiņas no Bībeles perspektīvas (sk. pielikumu)

- Dievs mudina mūs augt no mūsu sadraudzības ar Viņu un mainīt mūsu neatkarīgos uzvedības modeļus, kurus ir veidojis grēks
- Dievs vēlas mainīt mūs no vienas godības uz citu, lai mēs kļūtu līdzīgi Jēzum un būtu Viņam patīkami
- Jēzus ir mūsu spēks un sniedz mums atbalstu un drošību visās dzīves pārmaiņās

- Dieva Vārds un Svētais Gars mūs vada, lai mēs staigātu Dieva gudrībā, un palīdz mums pieņemt pareizus lēmumus
- šajās zināšanās mēs kā Dieva bērni varam drosmīgi ikdienā risināt personīgās pārmaiņas šajā pasaulē un arī strādāt, lai mainītu pasauli! Tie, kas nemainās, mainīsies un būs līdzīgi vējā plīvojošam karogam vai dzelzs rūsēšanai metāllūžņos!

Kā tikt galā ar pārmaiņām

[Umgang m Veraenderungen.pdf](#)

Atsauce uz avotu

- "Ievads pārmaiņu tēmā", Tania Kommerth, www.presencing.com
- "Jaunās mācīšanās un pārmaiņu metodes", autors Franz Decker, Lexika Verlag. 1996, 194. lpp
- Foto: Arhīvs Juropa, www.juropa.net