

Comment bien résoudre un conflit (suite)



Ginette Gaasch Patricia Stuart



Introduction :

Deux amies se retrouvent chez l'une

- “ Bonjour Josette”

- “ Salut Albertine”

- “Eh bien dis donc, t’as vu l’état de ton jardin ?

- “ ben non, pourquoi ?”

- “Qu'est ce que tu attends ? Que quelqu'un vienne te le faire ?”

- “En silence Albertine rumine et se dit : elle me critique tout le temps, cela me fait mal, elle ne voit pas ce que je fais mais toujours ce que je ne fais pas. Si c'est comme ça je préfère ne plus la voir ! “

...

Nous vous proposons de réfléchir à ce petit dialogue...

Qu'en pensez-vous ? Que devrait faire Albertine ?

Dans la suite de ce dossier nous allons vous proposer quelques pistes de réflexions pour aborder des situations conflictuelles :

1.Préparer mon coeur

Considérer pourquoi j'agis ainsi?

Reconnaître mes sentiments négatifs et commencer à y travailler pour les résoudre?

Soumettre toutes mauvaises attitudes et motivations à Dieu?

Demander à Dieu de préparer le coeur de l'autre, de l'aider à être disposé à trouver une solution qui nous convienne à tous les deux?

Y a-t-il autre chose dont je devrais d'abord parler à Dieu ?

Lire [Psaumes 139.23-24](#)

2. Préparer ce qu'il faudra dire (par où commencer)

- Comment exposer clairement le motif principal du désaccord ? Exemple dans le petit dialogue ; est-ce véritablement le jardin qui est le problème ou l'esprit critique de Josette ?

- Suis-je préparé à faire connaître mes sentiments de façon honnête et avec amour?

- Ai-je une vision claire de ce que j'aimerais obtenir comme résultat ?

Lire [Mathieu 7.1-5](#)

3. La préparation du contexte

Déterminer quel serait le meilleur moment pour aborder le sujet ?

Trouver le meilleur endroit pour le faire ?

Lire [Jean 4. 1-12](#)

4 Evaluer le résultat après un conflit :

- Ai-je clairement et spécifiquement exposé le problème dans un esprit de dialogue?

- Avons-nous réussi à limiter la conversation sur le problème présent?
- Ai-je contrôlé et exprimé mes sentiments de façon appropriée? (regard, parole, attitude, ton...)
- Ai-je évité d'attaquer, de lire dans la pensée de l'autre, de faire des interprétations, de contre-attaquer?
- Ai-je présenté efficacement des idées en vue de solutions possibles?
- Ai-je bien écouté sans interruption, en faisant part de mes réactions et en dialoguant afin que l'autre personne puisse exprimer ses sentiments, sa perception de la situation et ses solutions?
- Avons-nous pu trouver des solutions mutuellement acceptables ? Avons-nous clarifié les sentiments et les malentendus?
- Si nous n'avons pas pu nous mettre d'accord, ai-je fait tout mon possible pour sauvegarder notre relation?
- Avons-nous fixé un autre moment pour poursuivre notre dialogue, si cela s'avère nécessaire ?

Lire [Ephésiens 4.2-3](#)

(Extrait de l'étude de Dr. Steve Williams)

En partenariat avec www.famillejetaime.com

Ginette Gaasch Patricia Stuart

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !



1 PARTAGES

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. ©

2022 - www.topchretien.com