

La peur des parents!



Les aventures de la famille Gérard !

La famille Gérard a 3 enfants de 12 ans à 16 ans. Pour Pierre et Marie les parents, la famille est importante. Ils ont donc décidé d'un commun accord que Marie resterait à la maison pour s'occuper des enfants et faire de la maison un lieu agréable et accueillant.

Le travail de Pierre est stressant.

Représentant de commerce, Pierre doit faire face constamment à son chef de secteur qui lui impose d'augmenter son chiffre d'affaire. Jusqu'à présent la direction était contente de lui mais il a vu plusieurs collègues être licenciés pour ne plus avoir répondu aux exigences de l'entreprise. Et moi, se dit Pierre, serai-je le prochain sur la liste ? J'ai peur d'être au chômage

et ne plus retrouver de travail. Et comment allons-nous rembourser les emprunts de la maison et de la voiture ? Qui voudrait encore de moi à 42 ans ?

Les peurs de Marie sont différentes.

Avec 2 adolescents à la maison, ce n'est pas toujours facile ! En faisant la chambre de Kévin son fils aîné, elle a trouvé une espèce de cigarette roulée, conique et fermée au bout... elle avait bien senti l'odeur de cigarette sur lui de temps en temps mais là, c'est autre chose se dit elle ! Et Pierre qui est si souvent absent....

Qu'allons-nous faire si Kévin se drogue !!! Des histoires de drogués lui reviennent à l'esprit, elle imagine son fils pris dans un engrenage infernal... la baisse de ses résultats scolaires, son attitude si souvent agressive envers elle et ses frères et sœurs...un moment de panique et d'angoisse envahit Marie... Pendant un moment, Marie est pétrifiée, comme paralysée. Que faire, comment réagir ? J'ai tellement peur de ne pas avoir été une bonne mère ! Qu'avons-nous mal fait en tant que parents ?

Dans notre monde du XXI^e siècle, il existe de nombreuses menaces qui stressent les individus et les familles.....

Vous sentez-vous piégé(e), enfermé(e) dans une situation sans issue ? Avez-vous peur, êtes-vous angoissé(e) ? Ne désespérez pas !

Le sentiment de peur est une émotion qui a été donnée par Dieu pour au moins une bonne raison : celle de nous avertir de la présence possible d'un danger. L'information qu'elle fournit nous permet de prendre les mesures propres à nous protéger ou protéger ceux qui nous sont proches. A ce titre, la peur est précieuse et même indispensable pour notre survie. Ce genre de peur est rationnel et normal.

Exemple : Je ralentis à un carrefour car j'ai peur d'un possible accident !

Des peurs irrationnelles peuvent empoisonner et paralyser la vie de certaines personnes. Ces peurs peuvent se fonder sur des expériences douloureuses du passé.

Exemple : Je ne vais pas lui dire ce que je pense car j'ai peur d'être encore rejeté.

Si nous n'apprenons pas à écouter l'émotion normale de la peur en ignorant ou supprimant ses signaux, en niant son existence, nous devenons plus vulnérables et pouvons développer une peur irrationnelle.

La peur a donc de nombreuses facettes que nous pouvons tous décliner selon nos circonstances, notre perception de la réalité et notre personnalité.

Il existe différentes sortes de peurs :

- avoir peur pour soi, pour quelqu'un qu'on aime ou pour un objet auquel on est attaché affectivement.
- avoir peur d'un danger qu'on peut percevoir, d'un danger absent mais qu'on connaît, ou d'un danger hypothétique.
- avoir peur de ce que l'on voit, de ce que l'on entend, de ce qui pourrait nous arriver....
- avoir peur de souffrir moralement, physiquement, ou peur de mourir.

Comme Pierre ou comme Marie, vous avez un sentiment de peur devant des circonstances nouvelles. Ne craignez pas l'émotion de la peur ! Elle est normale. Elle vous renseigne. Prenez-la comme telle ! Au niveau de notre cerveau, une montée d'adrénaline accompagne la peur et nous indique qu'il est important de réagir.

Devant la peur, plusieurs attitudes sont possibles selon les personnalités et le caractère des individus :

- **La fuite** : C'est une attitude connue par beaucoup. Nous ne comprenons pas la peur que nous éprouvons et pour éviter de se confronter à elle, nous disons qu'elle n'existe pas. C'est simple, c'est facile : nous la refusons ! Pour nous aider dans ce refus de reconnaître notre peur, nous pouvons fuir dans une activité très prenante (travail, sport, ou... de multiples activités d'église) ou une activité passive (surfer ou jouer des heures sur Internet, ou regarder la vidéo ou la télé...).
- **Le combat** : La peur amène une réaction offensive. Certains mettront beaucoup d'énergie à vaincre leur peur pour essayer de l'appivoiser.
- **Faire le mort** : On peut faire le mort, nier, et continuer à foncer tête baissée, apparemment insensible au danger, soit en le minimisant ou en ne le considérant pas comme réel.

De la Genèse à l'Apocalypse, des hommes et des femmes ont éprouvé le sentiment de la peur. Si le sentiment est commun à tous, les réactions sont différentes.

- Adam a répondu à Dieu qui le cherchait dans le jardin : « J'ai eu peur... et je me suis caché » Genèse 3 : 10
- Le roi Saül a eu peur de la bataille contre les Philistins et est allé rencontrer une évocatrice des esprits. 1 Samuel 28 :7 à 25
- Le prophète Elie a eu peur de Jézabel et tombe dans une dépression. 1 Roi 19

Mais d'autres personnes ont eu peur et ont réagi différemment :

- David poursuivi par le roi Saül a peur mais il se tourne vers l'Eternel. « **Et moi, je chanterai ta force et dès le matin, je célébrerai avec joie ta bonté ; car tu m'as été une haute retraite et un refuge au jour où j'étais dans la détresse** » Psaume 59 :16

- Le serviteur d'Elisée a peur en voyant l'armée de Syrie encercler l'armée d'Israël. « **Ne crains pas car ceux qui sont avec nous sont en plus grand nombre que ceux qui sont avec eux.** » 2 Rois 6 :16

- Pierre marche sur les flots et s'enfonce en voyant la furie de la tempête et a peur : Il crie à Jésus...

La peur nous assaille tous un jour où l'autre. Nous ne contrôlons ni les circonstances ni les personnes autour de nous. Mais le choix de notre réaction nous appartient. Je peux essayer de fuir, de combattre ou de faire comme s'il n'en était rien mais je peux aussi reconnaître le sentiment de peur qui est le mien et me confier en Jésus Christ.

« **A celui qui est dans ses dispositions, tu assures la paix, la paix, parce qu'il se confie en toi. Confiez-vous en l'Eternel pour toujours...** » Esaïe 26 :3

« **Jésus Christ est le même hier, et aujourd'hui et éternellement** ».

Hébreux 13 :8

Famille Je t'Aime

www.famillejetaime.com

Famille je t'aime

S'ABONNER

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !



10 PARTAGES

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. © 2023 -
www.topchretien.com