

Assemblée Chrétienne de Tasdon
La Rochelle
3 juin 2023

**Gérer les désaccords
et les conflits**

Communiquer

Pardonner



Pierre-Yves et Elisabeth CHARRIERE

1

**LES CONFLITS,
COMMENT LES VIVRE ?**

2

Désaccords et conflits

Une situation où :

- Nos attentes s'opposent
- La réalité et nos aspirations sont en décalage
- Des attitudes de pouvoir et de soumission sont en jeu

3

A VOTRE AVIS ?

Les sujets qui provoquent le plus de disputes

- dans les couples ?
- dans les familles ?
- dans l'église ?

dans les familles

- les héritages
- les jalousies
- les privilèges d'un enfant

dans les couples

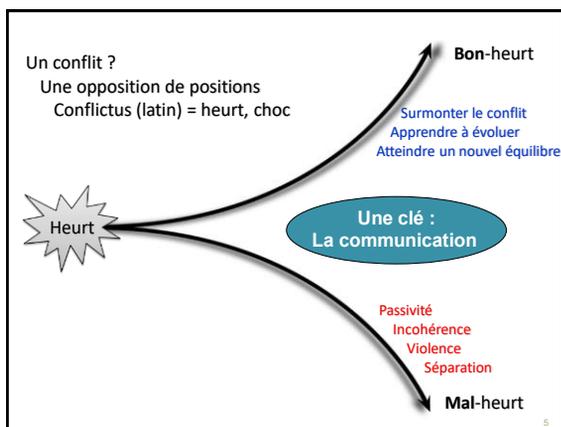
- les problèmes financiers
- la sexualité
- les enfants
- l'éducation différente reçue de ses parents
- une mauvaise communication
- les rapports avec la famille et la belle-famille
- les tâches ménagères
- les habitudes personnelles



dans l'église

- l'autorité
- les charges et les services
- les jalousies
- les calomnies

4



5

Le conflit : des aspects positifs ?

- Nous révèle à nous-mêmes brainstorming
 - Preuve de vie !
 - S'examiner soi-même (la poutre dans mon œil)
 - Aide à construire son identité
- Vivifie la relation
 - Mise en lumière de ce qui sinon resterait caché ou non-dit
 - Ne pas rester dans l'idéal ou l'utopie, se confronter à la réalité
- Devenir adulte, accepter la différence :
 - respecter et considérer l'autre
- Permet le changement, le rééquilibrage, la créativité :
 - changer soi-même...

6

Le conflit : des aspects **négatifs** ?

brainstorming

Quand le péché s'en mêle

D'où viennent les conflits et les querelles entre vous ?

*N'est-ce pas des **désirs égoïstes** qui combattent sans cesse en vous ?*

Vous convoitez beaucoup de choses mais vos désirs restent insatisfaits. Jacques 4.1-2

Pierre-Yves et Elisabeth Charrière 7

7

Résoudre un conflit : les erreurs

- Domination
- Sacrifice : « décide »
- Isolement, repli : *je renonce, je n'attends plus rien*
- Evitement : ne pas parler de ce qui fâche
- Riposte, vengeance
- Eloignement...séparation...

Gagner
Plaire
Eviter

Sortir du débat « Qui décide ? », « Qui a raison ? »

*Le premier qui plaide sa cause paraît juste,
viennent sa partie adverse...
et elle lui demandera des comptes !*

Proverbe 18.17

8

8

Résolution d'un conflit La recherche d'une solution

Trouver le meilleur moment,
Cerner le problème, en discuter posément !

- ✓ **La conciliation (concession)**
 - j'accepte de faire ce que tu désires...
- ✓ **La coexistence pacifique**
 - on est d'accord pour ne pas être d'accord - Pb mineurs
- ✓ **Le compromis**
 - on cherche un juste milieu (concessions mutuelles)
- ✓ **Les alternatives créatrices**
 - on cherche une troisième voie originale

9

9

Mémento pratique, 6 pas vers la paix

Le problème

- 1. Trouver le meilleur moment
- 2. Cerner le problème
- 3. Discuter posément du problème

Les solutions

- 4. Chercher ensemble les solutions
- 5. Choisir la meilleure solution pour aujourd'hui
- 6. Réétudier la question si besoin

10

10

COMMENT MIEUX COMMUNIQUER ?

Pour mieux aimer ... communiquons ... !

Qu'est-ce que communiquer ?

Brainstorming

Dieu un grand communicant

Écoute Israël Deut (5.1, 6.4, 9.1, 20.3, 27.9) Marc 12.29

*Dieu a parlé aux ancêtres par les prophètes,
il leur a parlé souvent et de mille manières.
Maintenant...Dieu nous a parlé par son Fils.* Héb 1v1-2

Jean 1.1 ; Jean 1.14

Jamais homme n'a parlé comme cet homme Jean 7.46

12

11

12

Le langage

La parole :

Prov 18.21
Eph 4.29

- peut communiquer une grâce, encourager, bénir...
- peut blesser, condamner...
→ un pouvoir impressionnant, de vie et de mort !

- **Le ton**
 - Peut changer le sens !
- **L'écoute**
- **L'écrit :**
 - Pour soi, pour réfléchir
 - Pour l'autre : un message ? SMS ? un émoji ? une photo ?

13

13

Le langage sans paroles

- **Le regard** (Marc 10.21 ; Luc 22.61)
 - Amour ou crainte ou hostilité ?
 - Être présent, dans le contact
- **L'expression du visage**
 - Reflète nos émotions (Pr 15.13)
- **Le corps**
 - La présentation, les gestes
 - Toucher la personne (Matth 8.3)
- **Les actions** (Jean 13.5)
 - Prévenances, langages de l'amour, services

Études Jésus

Cohérence !
paroles
attitudes
actes

14

14

Ce qui empêche une bonne communication

brainstorming

- Manque d'intérêt... « Pas envie » ! Pas besoin ?
- Manque de confiance, manque d'amour ?
- Conflits non résolus, rivalités, colère, froideur...
- Difficulté à entrer dans les pensées de l'autre,
- Difficulté à s'exprimer
- Facilité à parler (trop bavard)
- Généralisations, non-dits, présupposés
- Au quotidien :
 - Manque de temps, trop de travail, ou absences
 - Télévision, jeux vidéos, textotage, réseaux sociaux, écrans...
 - Engagements divers...



15

15

Les « mauvais réflexes »

- Rassurer systématiquement
- Donner immédiatement des conseils
- Intellectualiser, expliquer, justifier
- Spiritualiser, imposer un verset, une prière
- Détourner la conversation
- Interrompre

→ Attention à nos mauvaises habitudes

Celui qui répond avant d'écouter montre sa bêtise et se couvre de honte Prov 18.13

Exercice

16

16

Les conséquences d'une mauvaise communication

- Mécontentement, frustration, ennui...
risque de fuite dans ...
- Fausses idées, incompréhension, malentendus
jugements, *a priori*, préjugés
→ méconnaissance de l'autre... et de soi-même !
- Attentes non clarifiées
- Désaccords, conflits non résolus
→ décisions inadaptees
- Paroles blessantes, froideur, blocage de l'intimité
- Double langage
→ danger dans la famille, dans le couple...



17

17

Les 5 niveaux de communication

1. Conventuel : automatismes, clichés
 2. Échange de nouvelles, description des faits
 3. Partage des idées et opinions, jugements
- SMS, WhatsApp... réseaux sociaux ?
4. Sentiments et états d'âme
 5. Partage profond et vrai en toute liberté et confiance

18

18

Quand c'est difficile ?
Quelques pistes

Des méthodes utiles : l'écoute active
 la communication non violente...



- Accorder toute son attention
- Avant de réagir plus ou moins vite (voire agressivement)
- Essayer de cerner mon point de vue, mes besoins et émotions
- Essayer de comprendre le point de vue de l'autre, ce qu'il/elle vit
- Chercher à connaître les besoins de l'autre, ses émotions
- Reformuler : restituer et clarifier
- Des questions ouvertes pour aider :
 - qu'est-ce qui te paraît le plus important ?
 - idéalement qu'est-ce que tu voudrais ?

19

Quand c'est difficile ?
Mettons-nous en route



- Décider de communiquer
- En prendre ensemble les moyens
- **Courage, patience et humour :**
 - Et accepter d'avoir des points de vue différents !

20

LES BLESSURES

LE PARDON

21

Le contexte

conflit → émotions
→ blessures



→ Soit nous laissons notre relation se dégrader
vivre sans se pardonner



→ Soit nous décidons de guérir le mal
 que nous nous sommes infligés
vivre en se pardonnant (ordre divin)



22

Blessures et colère
Situations courantes

- Les causes des blessures :
 - des paroles, des attitudes, des actes, des critiques
 - l'amour qui n'est plus une priorité
- Même des conjoints, des frères et sœurs, des amis... qui s'aiment beaucoup se blessent !
- La relation de confiance est atteinte
- Sentiment d'injustice + blessure...
 - tristesse, frustration, colère

23

Blessures et colère
Situations graves

- Infidélité
- Violences verbales
- Violences physiques
- Violences sexuelles
- Violences aux enfants
- Abus

24

L'offensé **La prison du non-pardon**
Si je ne pardonne pas

Bourreaux de mon cœur

- Souffrance, colère
- Amertume, rancune, ressentiment
- Esprit de jugement, de supériorité (j'ai raison)
- Désir de vengeance, de punition
 - Des murs autour du cœur

Vengeance, Rancune, Amertume, Colère → Je suis en VRAC !
→ Froideur...
... éloignement...
... haine ?

Job 18.4

Le maître le livra aux bourreaux (tortionnaires) pour qu'ils le mettent en prison jusqu'à ce qu'il ait remboursé toute sa dette Matth 18.34



25

L'offenseur **La prison du non-pardon**
Si je ne demande pas pardon

Bourreaux de mon cœur

- N'en a pas conscience
 - Ne comprend pas
 - Perçoit peu à peu les réactions négatives de l'autre et se pose des questions....
- En a conscience
 - Sentiment d'avoir raison
 - Mauvaise conscience
 - Culpabilité
 - Remord
 - Souffrance

→ Des murs autour du cœur
→ Froideur...

Tant que je ne reconnais pas ma faute, mes dernières forces s'épuisent en plaintes quotidiennes Ps 32.3

26

Vivre sans se pardonner

- Style de vie froid
- Les manifestations d'affection diminuent
- Les relations intimes sont empêchées dans le couple
- Chacun se protège
- Chacun s'éloigne, fuit..

Donne prise au diable :

- Risque d'explosions
- Risque d'engagements ailleurs

Éloignement de Dieu, tarissement de la perception de la grâce

L'absence de réconciliation, comme une mauvaise odeur qui infeste peu à peu toute la famille

27

RÉFLEXION PERSONNELLE

- Suis-je captif ?
- Ai-je déjà souffert d'un manque de pardon ?
- Ai-je du ressentiment dans mon cœur ?
- À qui n'ai-je pas pardonné ?
- À qui n'ai-je pas demandé pardon ?

28

Le pardon

Que dit la BIBLE ?



Dieu

- ✓ est rempli...de pardon (Da 9.9)
- ✓ est prompt à pardonner (Ps 86.5)
- ✓ pardonne abondamment (Es 55.7)

29

Pardoner, un commandement
(On n'a pas le choix !)

Dette payée entièrement

- Un ordre : **Pardonnez-vous les uns les autres** Col 3.13 – Eph 4.32
Ne devais-tu pas avoir compassion de ton compagnon comme j'ai eu compassion de toi Matth 18.33
- Dieu nous pardonne
- Imiter Dieu

Pourquoi pardonner ?

- Pardonne-nous nos offenses, comme nous aussi nous pardonnons à ceux qui nous ont offensés
- Si vous pardonnez aux hommes leur fautes, votre Père céleste vous pardonnera aussi, mais si vous ne pardonnez pas aux hommes, notre Père céleste ne vous pardonnera pas non plus vos fautes

Matth 6.12

30

Une règle d'or

Êtes-vous en colère, ne péchez pas : que le soleil ne se couche pas sur votre ressentiment.

Ne laissez aucune prise à l'esprit du mal

Eph 4.26 (Contexte d'église)

Pour tout propos ou attitude blessante,
Décidons de l'aborder
le plus rapidement possible !

La bonté de Dieu te pousse à la repentance Ro 2.4

31

31

La démarche

Pour l'offenseur :

- demander pardon

Pour l'offensé :

- identifier les blessures

- pardonner

32

32

L'offenseur Demander pardon

- *S'il te **souviens**...laisse là ton don... va...* Matt 5.23
- Reconnaître sa responsabilité, son erreur, ou son péché
- Ne pas banaliser, ne pas se justifier, accepter ses insuffisances
- Reconnaître la souffrance, la blessure de l'autre
- Manifester regret, compassion
- **La vérité vous affranchira** Jean 8.32
- Formuler une demande d'excuse sincère

Je décide de croire
Je décide de
demander pardon

*J'ai dit « J'avouerai mes fautes au Seigneur ».
Et toi, tu as enlevé le poids de mon péché* Ps 32.5

Recevoir la grâce

33

33

L'offensé Identifier les blessures

- *Si ton frère a péché contre toi, va et reprends-le
seul à seul* (discretion) Matt 18.15
- OUI je suis blessé, OUI tu m'as blessé
 - Dire les faits - Dénoncer le péché
- **L'Eternel...fait grâce, pardonne la faute,
mais ne tient pas le coupable pour innocent** Ex 34.6
 - Expliquer ce qu'on a ressenti
- Ne pas banaliser
- Rester factuel
- **La vérité vous affranchira** Jean 8.32

34

34

L'offensé Pardonner : une décision

- Remettre la dette, pas de sanction
- Renoncer à vivre en victime, à cultiver la rancune
- Renoncer à se faire justice
- **Accepter de vivre avec les conséquences**
- Confier à Dieu l'offenseur et son péché
- Exercer la grâce
- Demander moi-même pardon de mes mauvaises réactions
- Recevoir la grâce

Je décide de croire
Je décide de pardonner

35

35

Le pardon entre offensé et offenseur
et avec Dieu ?



- ✓ Le pardon efface la faute,
- ✓ La réconciliation reconstruit l'amitié (supprime l'inimitié)

36

36

Des questions

- Et si je n'ai pas envie ?
- Faut-il attendre le repentir ?
- Combien de fois pardonner ?
70 * 7 fois = pas de limite au pardon divin Matth 18.22
→ l'idée est de **ne pas tenir des comptes** !
- Est-ce oublier ?

**Le pardon n'est pas un sentiment
c'est une décision**

37

37

Est-ce oublier ?

- C'est impossible !
- Pourtant Dieu dit
*C'est moi qui efface tes transgressions...
et je ne me souviendrai plus de tes péchés*
Esaïe 43.24 - Jér 31.34 - Hébr 8.12 et 10.17
- « se souvenir » = « agir en se conformant à »
Gen21.1 ; Jér 29.10
- Dieu ne se souviendra plus, c'est-à-dire :
« n'agira plus en se conformant à notre péché »
→ Un modèle pour nous

Le **souvenir du pardon de nos péchés** sera une source
continue de louange de reconnaissance en Apo 1.5

38

38

Réconciliation

- Le pardon libère
- Le pardon rétablit la relation → chemin de vie

Le pardon ne change pas le passé
Il élargit les horizons du futur

- Réparation ?
- La guérison est-elle immédiate ?
- Et s'il reste de la souffrance ?
- Le temps du pardon :
retisser la confiance
témoigner de la bonté
comme des gages, des preuves du pardon

39

39

Jusqu'où pardonner ?

Si l'offense est très grave...

A la demande de pardon :

- Joseph répond « *suis-je à la place de Dieu ?* » Gen 50.19

- Jésus dit sur la croix « *Père, pardonne-leur* » Luc 23.34

Quand l'offense est trop grande, on ne dira peut-être pas de
la même manière "**je te pardonne**"...

Pardoner c'est confier à Dieu : l'offenseur et son péché

Pardoner c'est aussi remettre à Dieu le pardon

40

40

Si la réconciliation est impossible

- Choisir d'assumer ses blessures
- Renoncer à se venger soi-même
- Mais parfois,
la justice humaine doit intervenir
la discipline de l'église aussi

**Si cela est possible, dans la mesure où cela
dépend de vous, soyez en paix avec tous les hommes.**

*Ne vous vengez pas vous-mêmes, bien-aimés, mais
laissez agir la colère de Dieu* Rom 12.18

- Remettre à Dieu

41

41

Le pardon est un pilier
du mariage
de la famille
de la vie d'église

L'amour est patient...
n'entretient pas de rancune,
ne cherche pas son intérêt,
ne s'irrite pas, ne jalouse pas,
pardonne tout ...
trouve sa joie dans la vérité

1 Co 13.4

42

42