

LIVRE DE  
RESSOURCES  
2024



Ministères Adventiste<sup>®</sup>  
de la Famille

J'IRAI AVEC MA FAMILLE :

# **COMPRENDRE DES FAMILLES DIVERSES**

WILLIE ET ELAINE OLIVER

# PREFACE

Dans Jean 17.20–23, le disciple bien-aimé nous rapporte l'une des dernières prières de Jésus, disant que ses disciples seraient connus pour l'amour qu'il se porteraient les uns aux autres et que leurs relations seraient semblables à l'harmonie qu'Il partageait avec son Père céleste :

« Je ne te prie pas pour eux seulement, mais encore pour ceux qui croiront en moi à travers leur parole, afin que tous soient un comme toi, Père, tu es en moi et comme je suis en toi, afin qu'eux aussi soient [un] en nous pour que le monde croie que tu m'as envoyé. Je leur ai donné la gloire que tu m'as donnée afin qu'ils soient un comme nous sommes un – moi en eux et eux en moi –, afin qu'ils soient parfaitement un et qu'ainsi le monde reconnaisse que tu m'as envoyé et que tu les as aimés comme tu m'as aimé. »

Dans cette prière, Jésus concentre Son attention sur les futures générations de croyants. Il priait pour nous et pour les croyants qui viendraient après nous. La principale préoccupation de Jésus dans cette prière était l'unité de Ses disciples, reposant sur Son unité avec Son Père (Jean 10.30, 38 ; 14.10, 20). Au même titre que l'amour (Jean 15.12, 13 ; 17.26), l'unité est une valeur suprême dans la vie des croyants, car elle démontre la puissance réconciliatrice du ministère de Jésus dans le monde (Jean 17.21 ; cf. verset 23).

Il est remarquable que le mandat évangélique soit : « Faites de toutes les nations des disciples » (Matthieu 28.19) ; « à toute nation, à toute tribu, à toute langue et à tout peuple » (Apocalypse 14.6). Cependant, plus il existe de différences entre les êtres humains, et plus forte est la probabilité qu'apparaissent des malentendus et des désaccords. Bien entendu, en tant que disciples de Jésus, c'est notre privilège de Le représenter. Cependant, ce qui représente Jésus au monde, c'est « si nous avons de l'amour les uns pour les autres » (Jean 13.34, 35). Le meilleur exemple de ce genre d'amour est les relations familiales, spécialement dans le genre de famille qui a décidé de vivre par le fruit de l'Esprit (Galates 5.22, 23), plutôt que de s'adonner aux « œuvres de la nature humaine » (Galates 5.19–21).

Vu la diversité des familles qui composent nos églises (mariés, célibataires, divorcés, veufs, jamais mariés, vieux, jeunes, avec enfants, sans enfants, handicapés, neurodivergents, etc.), il existe une forte probabilité de tensions, de désaffections, d'apathie et d'aliénations. Cependant,

« à Dieu tout est possible » (Matthieu 19.26 ; Marc 10.27) si nous Lui faisons cette confiance qu'Il nous aidera à être « saints, car je suis saint » (1 Pierre 1.15, 16 ; Lévitique 11.45).

Notre prière est que ce livre de ressources des Ministères adventistes de la famille pour 2024, intitulé Comprendre des familles diverses, fournira des ressources de valeur aux pasteurs, aux dirigeants des Ministères de la famille et aux faiseurs de disciples, qui se sont consacrés à aider les familles à franchir le gouffre de la différence avec le cœur de Jésus ; et que, ce faisant, tous pourront répondre à la prière de Jésus de ne faire qu'un, et vivre la vision de J'irai avec ma famille.

Maranatha !

Willie et Elaine Oliver, directeurs

Ministères Adventistes de la famille

Conférence générale des adventistes du septième jour Siège mondial : Silver Spring,  
Maryland [family.adventist.org](http://family.adventist.org)

**Sabbat 10 février 2024**

# LE PAIN DONT CHAQUE FOYER ET FAMILLE A BESOIN AUJOURD'HUI

PAR WILLIE ET ELAINE OLIVER

Willie Oliver, PhD, CFLE et Elaine Oliver, PhDc, LCPC, CFLE

Directeurs des Ministères adventistes de la famille, siège mondial de la Conférence générale des adventistes

du septième jour, Silver Spring, Maryland, USA.

TEXTE :

Jean 6.24–35

## I. INTRODUCTION

Le pain est un aliment de base confectionné à partir d'une pâte de fleur de farine, faite généralement de blé et d'eau, puis cuite le plus souvent dans un four. À travers toute l'histoire écrite et dans le monde entier, le pain a été un élément essentiel du régime alimentaire de nombreuses cultures. Le pain, c'est une certitude, est l'un des plus anciens aliments fabriqués de main d'homme. Il a revêtu une importance remarquable depuis l'apparition de l'agriculture et joué un rôle indispensable aussi bien dans les rituels religieux que dans la culture séculière.

On peut faire lever le pain en utilisant des micro-organismes d'origine naturelle, tels que ceux du levain, des produits chimiques tels que le bicarbonate de soude, la levure produite industriellement, ou la ventilation à haute pression, qui crée des bulles de gaz faisant gonfler le pain. Dans de nombreux pays, le pain vendu dans le commerce contient souvent des additifs destinés à améliorer le goût, la consistance, la couleur, la durée de conservation sur les rayons et la facilité de production.

Nous sommes des gastronomes. Les Américains passent souvent pour des goinfres, ou, encore plus souvent, pour des amateurs de nourriture. L'une des endroits où nous

aimons manger est la Cheesecake Factory [l'Usine à tartes au fromage blanc], un restaurant américain très populaire dans tous les États-Unis et qu'on trouve aussi dans de nombreux pays du monde. Nous aimons le pain. On peut en avoir autant qu'on en veut, spécialement le pain noir (ou baguette de pain complet). Ce pain est si populaire (il repose sur une recette de pain des Indiens d'Amérique) que cette chaîne de restaurants a commencé à le vendre dans des magasins.

Au cours du siècle précédent, d'énormes changements ont été apportés à la manière de préparer et de fournir la nourriture aux gens. Depuis les restaurants « drive-through » jusqu'aux voitures sans conducteur, nos habitudes d'alimentation et de boisson ont été transformées par l'innovation.

La livraison de nourriture à domicile a commencé en 1922. Les commandes de nourriture par téléphone ont commencé dans un restaurant chinois de Los Angeles et se sont répandues rapidement. Aujourd'hui, la livraison de nourriture représente une entreprise de 50 milliards de dollars aux États-Unis, impliquant des applications telles que Grubhub, Uber Eats, et d'autres. Aujourd'hui, même les supermarchés livrent de la nourriture, spécialement depuis la pandémie de la COVID-19.

Les restaurants « drive-through » apparurent en 1948, lorsque In-N-Out Burger permit à ses clients de commander et d'emporter de la nourriture sans sortir de leur voiture. Aujourd'hui, jusqu'à 70% des ventes de restauration rapide sont servis dans des « drive-through », Même des établissements tels que Starbucks et Chipotle en font partie.

Le Système McDonald fut créé en 1955 en utilisant des méthodes rationnelles de préparation et une chaîne d'approvisionnement fiable. Aujourd'hui, presque tous les restaurants de restauration rapide ont mis au point un système similaire, avec un nouveau-venu appelé Just Salad, qui prétend que ses employés peuvent préparer une salade en une minute.

La gastronomie moléculaire fut mise au point en 1987 lorsqu'un microbiologiste fabriqua de la crème glacée avec de l'hydrogène liquide et inventa le dessert populaire Dippin' Dots. Des innovations similaires, telles que la préparation de nourriture scellée sous vide par un processus appelé « sous vide », sont pratiquées à la Panera.

Puis Instagram apparut en 2010, établissant une nouvelle relation entre la nourriture et le partage de photos. Aujourd'hui, nous ne nous contentons plus de prendre de la nourriture ; nous envoyons et recevons des photos la représentant !

Et finalement, en 2017, des robots devinrent la dernière innovation en matière de nourriture. Le Chowbotics est un appareil à faire la salade, Café X est un barman robot, et Domino's Pizza livre des pizzas dans certains marchés depuis quelques années par le moyen de voitures sans conducteur. « Les clients reçoivent leurs

commandes derrière la maison, dit Fast Company. Aucune interaction humaine n'est nécessaire » (Lidsky, D., novembre 2017). Eh bien !

Aujourd'hui, nous allons parler du pain, et combien il est essentiel dans notre vie.

Cependant, nous ne parlerons pas de n'importe quelle sorte de pain, mais de Jésus-Christ, le Pain de vie. Notre sujet d'aujourd'hui est intitulé : Le pain dont chaque foyer et famille a besoin aujourd'hui. Prions.

## II. TEXTE : JEAN 6.24–35 (JÉSUS LE PAIN DE VIE)

24 Quand les gens s'aperçurent que ni Jésus ni ses disciples n'étaient là, ils montèrent dans ces barques et allèrent à Capernaüm à la recherche de Jésus.

25 ils le trouvèrent de l'autre côté du lac et lui dirent : «Maître, quand es-tu venu ici ?»

26 Jésus leur répondit : « En vérité, en vérité, je vous le dis, vous me cherchez non pas parce que vous avez vu des signes, mais parce que vous avez mangé du pain et que vous avez été rassasiés.

27 Travaillez, non pour la nourriture périssable, mais pour celle qui subsiste pour la vie éternelle, celle que le Fils de l'homme vous donnera, car c'est lui que le Père, Dieu lui-même, a marqué de son empreinte. »

28 Ils lui dirent : « Que devons-nous faire pour accomplir les œuvres de Dieu ? »

29 Jésus leur répondit : « L'œuvre de Dieu, c'est que vous croyiez en celui qu'il a envoyé. »

30 « Quel signe miraculeux fais-tu donc, lui dirent-ils, afin que nous le voyions et que nous croyions en toi ? Que fais-tu ?

31 Nos pères ont mangé the manne dans le désert, comme cela est écrit : Il leur a donné le pain du ciel à manger. »

32 Jésus leur dit : « En vérité, en vérité, je vous le dis, ce n'est pas Moïse qui vous a donné le pain du ciel, mais c'est mon Père qui vous donne le vrai pain du ciel.

33 En effet, le pain de Dieu, c'est celui qui descend du ciel et qui donne la vie au monde. »

34 Ils lui dirent alors : « Seigneur, donne-nous toujours ce pain-là ! »

35 Jésus leur dit : « C'est moi qui suis le pain de vie. Celui qui croit en moi n'aura jamais faim et celui qui croit en moi n'aura jamais soif. »

### III. EXPLICATION ET APPLICATION

#### UN FAISEUR DE MIRACLES

Jésus fut un véritable innovateur dans le domaine de la nourriture ; mais Il mettait toujours une note humaine. Les quatre Évangiles (Matthieu 14.13–21 ; Marc 6,30–44 ; Luc 9.10–17 ; Jean 6.1–14) nous montrent Jésus nourrissant 5000 hommes (et peut-être un nombre égal de femmes et encore plus d'enfants, donc probablement environ 20.000 personnes) près du Lac de Galilée. À partir de seulement cinq pains d'orge et de deux petits poissons, Il créa un repas dans lequel chacun put manger autant qu'il le voulut, et tous furent rassasiés.

Ça, ce n'est pas de la gastronomie moléculaire ; c'est de la gastronomie miraculeuse !

#### NOURRITURE TEMPORELLE OU NOURRITURE ÉTERNELLE ?

Puis, dans l'Évangile de Jean, Jésus avertit la foule de ne pas se concentrer trop sur le pain qu'Il vient de leur donner : « Travaillez, non pour la nourriture périssable, leur dit-Il, mais pour celle qui subsiste pour la vie éternelle, celle que le Fils de l'homme vous donnera » (Jean 6.27). La curiosité de la foule est intriguée par cette nourriture « qui subsiste pour la vie éternelle ». Elle se demande de quoi Jésus leur parle. Leur parle-t-Il de cette nourriture facile à conserver, cuite sous vide ?

Pas exactement !

#### IDÉES DE SERMONSI | 13

Les habitants de la Galilée ont déjà vécu des innovations en matière de nourriture. Non pas des restaurants « drive-through » ni de la nourriture préparée par le système McDonald,

mais le pain miraculeux descendu du ciel : « Nos ancêtres ont mangé la manne dans le désert, disent-ils, comme il est écrit : Il leur a donné le pain du ciel à manger » (verset 31).

Jésus connaît bien ce pain dans le style de la manne ; mais Il veut présenter quelque chose de nouveau : « En vérité, en vérité, je vous le dis, leur dit-Il, ce n'est pas Moïse qui vous a donné le pain du ciel, mais c'est mon Père qui vous donne le vrai pain du ciel » (verset 32). Il semble leur dire : le pain du ciel, la manne envoyée du ciel pendant la traversée d'Égypte en Canaan, était une chose magnifique, mais pas aussi extraordinaire que « le vrai pain du ciel ». Une innovation encore plus importante va se produire, et est déjà là, pour transformer le cœur de chaque mari et de chaque

épouse, pour transformer chaque foyer et chaque personne dans l'Église adventiste du septième jour, quel que soit son statut : personne seule (jamais marié(e), divorcé(e), veuf ou veuve), marié(e), vieux ou vieille, d'âge mur, ou jeune. Le « vrai pain du ciel » est disponible pour quiconque le désire.

« En effet, le pain de Dieu, dit Jésus, c'est celui qui descend du ciel et qui donne la vie au monde » (verset 33). Il parle ici du pain du ciel qui ne se contente pas de remplir l'estomac, mais qui rassasie l'âme, transforme les maris et les épouses, les pères et les mères, les enfants et la population de tous les pays, toutes les cultures, toutes les langues et toutes les tribus, et « qui donne la vie au monde ». En fait, Il donne la vie au monde de chaque famille, y compris la vôtre, si vous Lui permettez d'entrer dans votre vie. Vous ne trouverez pas ce pain sur le menu de la Cheesecake Factory, ni de l'un de vos restaurants favoris. Celui-là, vous devrez le rechercher de tout votre cœur. Comme le déclare le prophète Jérémie : « Vous me chercherez et vous me trouverez, parce que vous me chercherez de tout votre cœur » (Jérémie 29.13).

Il n'est pas surprenant que la foule ait répondu : « Seigneur, donne-nous toujours ce pain- là ! » (Jean 6.34).

## LE PAIN QUI DONNE LA VIE

Nous pouvons comprendre leur faim, tout en nous demandant s'ils savaient vraiment ce qu'ils demandaient. Qu'est-ce exactement, ce Pain de Dieu qui donne la vie au monde ? Ce n'est pas une baguette de pain qui a reçu une injection d'hydrogène liquide. Ce n'est pas une sorte de pain pétri par un robot ou livré par une voiture sans conducteur. Ce n'est pas la sorte de pain qu'on peut trouver au supermarché ou sur le côté de la route. Ce Pain, c'est la sorte de pain qu'on doit chaque jour et délibérément rechercher, comme le conseille Ellen White dans *Le meilleur chemin*, p. 68 : « Consacrez-vous à Dieu dès le matin ; que ce soit là votre premier soin » (1892).

Non, ce Pain de Dieu n'est rien de moins que Jésus Lui-même : « C'est moi qui suis le pain de vie, dit Jésus. Celui qui vient à moi n'aura jamais faim et celui qui croit en moi n'aura jamais soif » (Jean 6.35).

La plus grande innovation de toutes en matière d'alimentation est l'apparition de Jésus comme le « pain de vie ». Pour la première fois, la foule à qui Jésus parle peut recevoir « le vrai pain du ciel », qui « donne la vie au monde » et rassasie la faim et la soif les plus ardentes de leur âme. Nous aussi, nous pouvons recevoir « le vrai pain du ciel » pour transformer les réalités

attitudes, à pardonner les torts et les souffrances du passé et à les transformer en bien.

Que signifie donc que Jésus donne la vie au monde ou à votre foyer et à vos relations familiales ? Je suis heureux que vous posiez la question !

La réponse à cette question est à la fois universelle et très personnelle, et ces deux niveaux sont également importants. Après tout, le pain est un aliment universel, disponible presque partout dans le monde entier. Il est aussi très personnel, dans le sens qu'il apparaît sous de nombreuses et différentes formes dans toute une variété de cultures. Lorsque nous visitâmes la Russie pour la première fois, il y a de cela bien longtemps, dans notre appartement au siège de la Division eurasiatique de l'Église adventiste du septième jour à Moscou, où nous logions pendant notre visite, on nous offrit du pain tressé, fraîchement cuit. C'est un geste habituel de bienvenue dans ce pays. L'odeur de ce pain spécial remplit la pièce, exprimant un esprit de bienvenue. Puis il y a le pain

« nan », que nous avons savouré plusieurs fois en Inde ; le chapati en Afrique de l'est ; le pain pita en Égypte, Israël, Jordanie, Liban, Oman, Qatar, les Émirats Arabes Unis, et autres parties du Moyen-Orient ; la baguette en France ; les tortillas au Mexique ; et le pain de coco en Jamaïque. Mais Jésus est beaucoup plus que cela !

Au niveau universel, Jésus est la Parole de Dieu sous forme humaine. En tant que Parole de Dieu, « elle était au commencement avec Dieu, nous dit Jean, Tout a été fait par elle et rien de ce qui a été fait n'a été fait sans elle. En elle il y avait la vie, et cette vie était la lumière des êtres humains [le mot grec est anthropos, qui signifie : le genre humain] » (Jean 1.2-4).

## IL A CRÉÉ TOUTES CHOSES ET SOUTIENT TOUTES CHOSES

Que nous considérons la théorie du Big Bang ou le récit de la création de la Genèse, chapitres 1 et 2, il est important de se rendre compte que Jésus S'y trouvait. Tout est venu à l'existence par Lui, y compris la vie, le mariage et la famille. L'apôtre Paul nous dit à peu près la même chose dans son épître aux Colossiens lorsqu'il décrit Jésus comme « le premier-né de toute la création » : « En effet, c'est en lui que tout a été créé dans le ciel et sur la terre. [...] Tout subsiste en lui (Colossiens 1.15-17).

Jésus « était au commencement avec Dieu » (Jean 1.2). « Tout subsiste en lui. » C'est le Jésus universel, le Pain éternel « qui donne la vie au monde » (Jean 6.33). Le Père éternel peut maintenir ensemble les foyers et les familles, aussi différents l'un de l'autre que nous puissions être. Il est intéressant de remarquer que nous croyons avoir tant de choses en commun avant de nous marier ; cependant, après le mariage, nous avons tendance à nous demander ce qui a pu nous attirer l'un vers l'autre puisque nous sommes si différents ! La vie peut parfois être étrange, parce que nous choisissons de vivre d'après nos sentiments plutôt que par le principe de l'amour, qui est « patient, [...] plein de bonté ; [il] n'est pas envieux ; [il] ne se vante pas, il ne s'enfle pas d'orgueil, il ne fait rien de malhonnête, il ne cherche pas son intérêt, il ne s'irrite pas, il ne soupçonne pas le mal, il ne se réjouit pas de l'injustice, mais il se réjouit de la vérité

; il pardonne tout, il croit tout, il espère tout, il supporte tout. [Il] ne meurt jamais » (1 Corinthiens 13.4–8).

Quelqu'un a dit un jour que, avant le mariage, les contraires s'attirent ; mais que, après le mariage, les contraires tendent à se repousser. Cependant, nous sommes ici pour vous dire que Jésus,

« le pain du ciel », peut apporter la paix et l'harmonie à chaque individu, chaque mariage et chaque foyer, même le vôtre. Si vous entendez Sa voix et ouvrez la porte, Il entrera chez vous et soupera.

## LE PAIN PERSONNEL

Mais peut-être ce Christ cosmique est-il trop grand pour que nous L'avalions en une seule bouchée. Il est difficile de mordre dans un pain aussi grand. Il vaut donc mieux redescendre à un niveau beaucoup plus personnel en nous concentrant sur Jésus, le Pain de vie pour chacun de nous. Peut-être est-ce pour cette raison qu'Il est né dans la petite ville de Bethléhem, qui signifie maison du pain.

En tant que notre Pain personnel, Jésus nous donne la force de faire face aux difficultés de notre vie personnelle, de notre vie conjugale et de nos relations familiales, que ce soit de petites irritations ou d'énormes obstacles. Chacun sait ce que signifie « être de mauvais poil », c'est-à-dire de mauvaise humeur ou irritable parce qu'on a faim. Un petit casse-croûte peut nous remettre de bonne humeur et nous donner la force dont nous avons besoin pour continuer notre route. Les coureurs de longue distance savent qu'ils n'arriveront pas au bout du marathon avec les réserves qu'ils ont dans l'estomac depuis leur petit déjeuner. Ils doivent se nourrir tout le long de la course, alimentant leurs muscles par des barres d'énergies et autres carbohydrates. Nous devons donc nous nourrir de Jésus toute la journée par la prière, la lecture de la Bible, et en nous exerçant à reconnaître Sa présence dans notre vie, chaque jour et toute la journée. Il peut calmer notre anxiété et nos craintes et nous donner la force de pardonner et de demander pardon. Sa présence peut nous donner la patience et la bonté lorsque nous en avons le plus besoin. Jésus doit devenir notre Pain personnel !

En tant que Pain de vie, Jésus nous apporte l'aide dont nous avons besoin pour être doux et disposés au pardon dans notre foyer et dans nos relations familiales. Il est la Parole de Dieu sous forme humaine, nous corrigeant, nous guidant et nous pardonnant. Il est le Pain de vie sous forme humaine, nous apportant nourriture, force, encouragement et bonté. Sans ce Pain vivant, nous serions rapidement épuisés et abandonnerions la lutte, face aux nombreuses difficultés dans notre vie personnelle ainsi que dans notre foyer et dans notre vie de famille. Jésus est Celui qui est avec nous, toujours disponible, capable de rassasier notre faim, d'étancher notre soif et de rectifier notre manque de patience et nos accès de colère. Paul nous rappelle de rechercher le Pain de vie en ces termes : « Enfin, mes frères et sœurs, fortifiez- vous

dans le Seigneur et dans sa force toute-puissante. Revêtez-vous de toutes les armes de Dieu afin de pouvoir tenir ferme contre les manœuvres du diable » (Éphésiens 6.10, 11).

Dans ce contexte, Ellen White nous dit, dans *Le foyer chrétien*, p. 103 :

« Dieu nous met à l'épreuve dans les mille détails de notre vie qui révèlent nos sentiments. Les petites attentions, les nombreux incidents de chaque jour où peut se montrer notre courtoisie, tout cela fait le bonheur d'une vie. Au contraire, une vie malheureuse vient de ce qu'on néglige de prononcer des paroles de bienveillance, d'encouragement, de sympathie et de rendre aux gens les menus services de chaque jour. On verra finalement que le renoncement à soi-même pour le bien du prochain occupera une grande place dans les registres du ciel qui relatent notre vie. On y verra aussi que le soin exagéré de soi-même, le manque d'égards pour le bonheur d'autrui n'échappent pas aux regards de notre Père céleste » (1952).

## LE PAIN QUOTIDIEN

Il n'est donc pas surprenant que ce repas, ce Pain de vie, doive nous être offert régulièrement dans nos foyers, car nous avons tous besoin de la nourriture spirituelle que nous apportent la présence et l'influence du Pain de vie, Jésus-Christ.

Voici ce que nous dit à ce sujet Ellen White dans *Témoignages pour l'Église*, vol. 3, p. 105 :

« Qu'il y ait dans chaque famille une heure fixée pour le culte du matin et du soir. N'est-ce pas une bonne chose que les parents réunissent leurs enfants autour d'eux, avant le petit déjeuner, pour remercier le Père céleste de sa protection pendant la nuit ? [...] Et lorsque le soir approche, n'est-ce pas bien également que les parents et les enfants se retrouvent une fois de plus devant Dieu pour le remercier des bénédictions reçues pendant la journée ? »

Jésus savait que nous aurions besoin du Pain de vie, non pas seulement une fois, mais de manière répétée, spécialement pour faire face aux difficultés quotidiennes dans notre foyer et aux différences au sein de notre famille. C'est pourquoi Jésus dit : « Toute personne qui entend les paroles que je dis et les met en pratique, je la comparerai à un homme prudent qui a construit sa maison sur le rocher. La pluie est tombée, les torrents sont venus, les vents ont soufflé et se sont déchaînés contre cette maison : elle ne s'est pas écroulée parce qu'elle était fondée sur le rocher » (Matthieu

7.24, 25). Se nourrir du Pain de vie, c'est donc construire sur les paroles de Jésus, sur Ses enseignements, sur Ses valeurs, sur Son amour.

## LE PAIN INNOVANT

Il est certain que Jésus est la plus grande innovation de Dieu. Il est Celui qui a été envoyé dans le monde « afin que quiconque croit en Lui ne périsse pas mais qu'il ait la vie éternelle » (Jean 3.16). Lorsque nous croyons en Lui et que nous nous nourrissons du Pain de vie en lisant Sa Parole chaque jour dans notre famille, nous recevons le pardon et l'encouragement dont nous avons besoin pour faire face aux nombreuses difficultés qui apparaîtront inévitablement dans notre foyer et dans nos relations familiales. Nourris par « la nourriture [...] qui subsiste pour la vie éternelle » (Jean 6.27), nous pouvons être le peuple du Christ dans le monde et attirer l'attention des autres sur la paix, la justice, l'humilité, la patience, la bonté et le salut du Royaume des Cieux dans notre foyer et dans nos relations familiales, malgré les différences qui existent parmi nous. Dans cette veine, Paul nous rappelle ceci :

« Ne vous inquiétez de rien, mais en toute chose faites connaître vos besoins à Dieu par des prières et des supplications, dans une attitude de reconnaissance. Et la paix de Dieu, qui surpasse tout ce que l'on peut comprendre, gardera votre cœur et vos pensées en Jésus-Christ » (Philippiens 4.6, 7).

Au travers des siècles, on a vu de nombreuses innovations dans le domaine de l'alimentation, depuis les livraisons de nourriture à domicile jusqu'aux robots fabricants de salade.

Mais toute cette nourriture terrestre finit toujours par s'abîmer ; c'est de « la nourriture périssable » (Jean 6.27). Aussi bon qu'il soit, même le pain de maïs s'abîme. En fait, même la manne, aussi miraculeuse qu'elle fût, s'abîmait au bout d'une journée. Aucune de ces nourritures ne « subsiste pour la vie éternelle ». Ce n'est qu'en croyant en Jésus et en faisant chaque jour Sa volonté dans notre foyer et dans nos relations familiales, par « l'amour, la joie, la paix, la patience, la bonté, la bienveillance, la foi, la douceur, la maîtrise de soi » (Galates 5.22, 23), que nous pouvons recevoir le Pain de Dieu qui donne la vie à nous et au monde, aussi bien personnellement qu'universellement, spécialement dans notre foyer et dans nos relations familiales.

## IV. CONCLUSION

Nous avons tous ouvert le réfrigérateur bien des fois pour trouver quelque chose à grignoter, et nous nous sommes dit : « J'ai faim, mais je ne sais pas ce que je veux manger ! » Il faut reconnaître que beaucoup d'entre nous se sont nourris depuis trop longtemps d'aliments sans valeur. Il est temps d'envisager sérieusement de ne consommer et d'apprécier que des aliments nourrissants, qui assurent la croissance et transforment la vie. Aujourd'hui, nous avons besoin de nous joindre à la foule qui

entourait Jésus en disant : « Seigneur, donne-nous toujours ce pain-là ! » (Jean 6.34). C'est une demande que nous pouvons présenter sans avoir besoin d'un smartphone ni d'une application. C'est une demande que nous avons besoin de présenter chaque jour, chaque heure ; en fait, chaque minute.

Car notre faim la plus profonde, c'est certain, est notre faim du véritable Pain de vie, Jésus-Christ Lui-même. Il doit être l'objet de notre choix dans notre foyer et dans nos relations familiales, aujourd'hui et chaque jour. Comme le déclare l'apôtre Paul : « Marchez par l'Esprit et vous n'accomplirez pas les désirs de votre nature propre. En effet, la nature humaine a des désirs contraires à ceux de l'Esprit, et l'Esprit a des désirs contraires à ceux de la nature humaine. Ils sont opposés entre eux, de sorte que vous ne pouvez pas faire ce que vous voudriez » (Galates 5.16, 17).

Choisissons aujourd'hui de nous nourrir du Pain de vie, Jésus-Christ Lui-même ! Puisse Dieu bénir aujourd'hui votre foyer et votre famille, malgré vos différences, tandis que vous reconnaissez et adoptez la vérité que Jésus est le Pain de vie dont chaque foyer et chaque famille a besoin aujourd'hui !

Que Dieu vous bénisse !

#### BIBLIOGRAPHIE

Lidsky, D. (novembre 2017), "10 restaurant innovations changing the way we eat" [Dix innovations par les restaurants, qui ont changé notre manière de manger], Fast Company, (100).

White, E.G. (1996), Le meilleur chemin, Éditions Vie et Santé. White, E.G. (1978), Le foyer chrétien, Éditions S.D.T.

White, E.G. (1954), Child guidance, Southern Publishing Association.

**Sabbat 17 février 2024**

# PRIEZ POUR VOTRE FAMILLE

PAR PAVEL GOIA

## TEXTE

1 Samuel 12.23

## OBJECTIF

Ce sermon montre le processus de la prière pour les membres de notre famille, illustré par l'exemple d'Anne, mère de Samuel.

## INTRODUCTION

La plupart d'entre nous savons que la prière est essentielle, spécialement lorsque nous présentons des requêtes à Dieu en notre faveur. Mais avez-vous déjà pensé à ceci : c'est non seulement un devoir essentiel de prier pour notre famille, c'est un péché contre Dieu de ne pas prier pour elle.

[NOTE : VEUILLEZ INSÉRER ICI VOTRE PROPRE ILLUSTRATION, OU INDIQUER DANS VOTRE SERMON QU'IL S'AGIT DE L'AUTEUR.]

Mon épouse Daniela et moi-même avons le privilège d'avoir deux merveilleux garçons : Gabriel (Gabé) et Ovidiu (Ovi). Ils sont très beaux, comme leur mère, travaillent très dur, aiment Jésus et nous aiment. Ils viennent nous voir tous les jours pour bavarder avec nous. Ils prient et étudient la Parole de Dieu, sont impliqués dans les activités de l'église, etc.

Cependant, cela n'a pas toujours été le cas pour l'un de nos fils. Notre aîné, Gabé, décida un jour, à l'âge d'environ 17 ans, qu'il n'avait plus besoin de Dieu. Il ne voulait que s'amuser, et trouvait que l'Église lui gâchait son plaisir. Il ne voulut donc plus aller à l'église, ni prier, ni étudier la Bible. En fait, il disait : « Laissez-moi tranquilles avec votre religion ! C'est bon pour les vieux ! Quand je prendrai ma retraite, je reviendrai à l'église ! »

Nous l'avions éduqué et élevé dans l'amour de Dieu et de Sa Parole. Les deux frères exercèrent leur libre arbitre pour faire leurs propres choix. Les amis exercent une si puissante influence sur les enfants ! Les bons amis peuvent les tirer vers le haut, tandis que les mauvais peuvent les pousser vers le bas. Notre fils s'était fait des amis qui, disons-le, n'exerçaient pas sur lui la meilleure influence. Il cessa d'aller à l'église, se mit à recevoir de mauvaises notes à l'école, décida de conduire à toute vitesse et, bien sûr, reçut des contraventions pour excès de vitesse et se trouva impliqué dans des accidents automobiles. La liste est longue.

Mon épouse et moi-même prions fidèlement pour nos deux fils. Daniela jeûnait même chaque vendredi. Je jeûnais chaque jour, mais jamais plus que cinq heures consécutives !

#### TORDRE LE BRAS DE DIEU

Combien de temps doivent durer nos prières ? Voyez-vous, si ce sont des prières de requête, si vous demandez à Dieu des choses temporelles telles qu'une maison plus grande, une plus belle voiture, un emploi mieux payé, une école prestigieuse, une meilleure santé—toutes choses concernant cette vie—ce que vous faites, c'est d'essayer d'imposer votre volonté à Dieu. Au lieu de tordre le bras de Dieu pour qu'Il fasse ce que vous Lui demandez, soyez comme Jésus dans le Jardin de Gethsémani et dites : « Que ta volonté soit faite ! » Puis acceptez la volonté de Dieu et faites confiance à Son amour, à Sa sagesse et à Ses promesses. Attendez Sa réponse, qui viendra en Son temps. La promesse biblique d'Ésaïe 40.31 parle de « ceux qui COMPTENT sur l'Éternel ».

Mais si votre prière est une prière d'intercession et si vous plaidez devant Dieu en faveur du salut de quelqu'un pour les choses éternelles, continuez à prier et ne vous arrêtez jamais. Nous ne pourrions rien emmener avec nous au Ciel, sauf les personnes pour lesquelles nous travaillons et prions. Dieu nous a accordé la liberté de choix, et Il respecte notre choix. Lorsque nous prions pour une personne qui n'a aucun désir de relation avec Dieu ou qui L'a rejeté, nos prières donnent à Dieu l'opportunité de travailler sur le cœur de cette personne alors qu'Il n'a pas encore été invité à y faire Sa demeure.

## REVENONS À NOTRE HISTOIRE

Mon épouse et moi-même priâmes avec ferveur pour Gabé. Nous priâmes chaque jour ; nous luttâmes avec Dieu. Nous décidâmes de ne pas lâcher Sa main jusqu'à ce qu'Il intervienne pour notre fils. Nous voulions savoir ce que Dieu désirait nous voir faire ; nous ne voulions pas pousser Gabé trop loin, mais nous ne voulions pas non plus ne rien faire. Nous demandâmes même à Dieu de faire tout ce qu'il faudrait pour sauver notre fils. À quoi sert de posséder des biens si on perd la vie éternelle ?

Il fallut plus de deux années de prière fervente et déterminée. Ce fut un moment où la situation ne sembla pas s'améliorer. En fait, parfois, elle semblait empirer. Nous ne pouvions pas nous permettre de nous laisser décourager et de cesser de prier. Nous dîmes : « Nous prierons tant que nous vivrons ! »

Notre fils commença à subir toutes sortes d'incidents.

Un sabbat, tandis qu'il faisait du ski nautique avec ses amis, il eut un accident. En voulant faire le malin, il bondit en l'air, tenta de faire un looping, mais lâcha la corde qui le tirait depuis le bateau. Le manche rebondit et le frappa derrière la tête. Il était couvert de sang. Le médecin dit qu'il serait mort si le manche l'avait frappé quelques centimètres plus près du centre de sa tête. Il nous appela pour nous dire qu'il voulait changer de vie. Mais il n'en fit rien.

Une autre fois, il revenait en voiture de l'université pour les vacances de Noël. Il neigeait ; il roulait vite et s'endormit au volant. Lorsqu'il ouvrit les yeux, il était sur le point de heurter un pylône de ciment. Il tourna rapidement le volant, fit dévier la voiture, quitta la route, franchit une digue et tomba dans un marais couvert de plantes aquatiques. Le véhicule s'enfonça lentement dans l'eau, les plantes entourant et recouvrant partiellement la voiture.

Il tenta vainement d'ouvrir la porte. Les fenêtres ne fonctionnaient plus. La voiture n'avait plus ni électricité, ni lumières, ni avertisseur, rien. Il était coincé à l'intérieur de sa voiture. L'eau commençait à la remplir lentement. Il se mit à prier et fit à Dieu toutes sortes de promesses. Instantanément, l'électricité revint. Il but baisser la vitre et s'échapper de son véhicule, qui était en train de couler.

Il promit de changer ... mais n'en fit rien. En fait, en y réfléchissant, il tenta d'expliquer le miracle de l'électricité de la voiture revenant soudain, et nous demanda avec force de cesser de prier pour lui, sous-entendant que nous et nos prières étions la cause de ses accidents.

Nous continuâmes à prier.

Des mois plus tard, un sabbat, Gabé alla avec ses amis faire du tous-terrains (ATV). Quelques-uns d'entre eux tentèrent de gravir une montagne, mais la pente était trop raide. Ils décidèrent alors de contourner la montagne. Mais lui voulut faire le malin et

dirigea l'ATV vers la pente raide. Il n'alla pas loin avant que l'ATV se retourne et coince le côté droit de sa tête entre lui et un rocher. Son casque fut écrasé, des éclats de son os crânien furent éparpillés sur le rocher, des éclats d'os se logèrent dans son œil droit, etc.

Ses amis l'emmenèrent à l'hôpital. Le médecin nous appela et nous dit que les blessures étaient graves et qu'il restait probablement peu de temps à vivre à notre fils. Nous fîmes le voyage, qui durait normalement 11 heures, en 9 heures et demi. Nous priâmes pendant tout le voyage. Au début, nous avions prié Dieu de lui sauver la vie. Finalement, je sentis que je devais prier pour son salut. Je savais que Dieu entendait nos prières, et qu'Il prendrait finalement la bonne décision. Nous avons besoin de dire : « Que ta volonté soit faite ! » et de le dire en le croyant. En tant que parents, ce furent pour nous des paroles très difficiles à dire à Dieu. Mais nous avons décidé de remettre la vie de notre fils entre les mains de Dieu.

Peu après avoir pris cette décision, nous arrivâmes à l'hôpital et attendîmes. Le médecin

vint et nous informa qu'on n'avait trouvé aucune blessure au cerveau. Notre fils allait s'en tirer

Plus tard, on examina ses yeux : le nerf optique n'avait pas été touché. Il conserverait donc une vision normale. Gabé dut subir une chirurgie plastique. On lui implanta cinq plaques de titanium du côté droit de la tête pour remplacer les morceaux d'os qui manquaient.

Lorsqu'il s'éveilla, sa tête était enveloppée de bandages, sauf du côté droit et sur son œil droit.

« Papa, suis-je mort ou vais-je mourir ? » me demanda-t-il.

« Mon fils, les morts ne parlent pas ! Tu vas bien, et tu vas t'en tirer ! »

« Est-ce que je resterai paralysé ? »

« Malheureusement, non ! » répondis-je.

« Pourquoi 'malheureusement' ? »

« Parce que tu pourras encore faire des bêtises ! »

« Mon cerveau a-t-il été atteint ? »

« Ça, ça serait impossible ! » répondis-je.

« Pourquoi ? » demanda-t-il.

« Ton cerveau ne peut pas avoir été atteint tout simplement parce que tu n'en as pas ! Qu'est-ce que tu avais dans la tête pour gravir cette montagne ? »

« Ah, ah, ah ! S'il-te-plaît, ne me fais pas rire ! Ça fait mal ! Papa, Dieu m'a de nouveau sauvé la vie ! »

« Oui, mon fils ! Il l'a fait ! Il a essayé dur d'attirer ton attention et de te réveiller ! »

« Papa, je veux changer, mais je n'en ai pas la force ! »

« Mon fils, qui t'a dit que tu avais la force de te changer toi-même ? Dieu seul peut te changer. Invite la présence quotidienne et continue de Dieu dans ta vie. 'Toute personne qui fera appel au nom du Seigneur sera sauvée' (Romains 10.13). Ça durera toute ta vie, mais tant que Sa présence est EN toi, à l'œuvre dans ton cœur, tu es en sécurité. Ce n'est que si tu te sépares de Lui et si Satan t'attaque que tu peux perdre ta victoire. Commence aujourd'hui, et continue chaque jour ! »

Nous priâmes ensemble. Sa prière fut très simple et très courte. À partir de ce jour, il commença à passer chaque jour du temps de qualité en communion avec Dieu pour L'inviter dans sa vie.

Sa vie a complètement changé. Son opération a magnifiquement réussi et n'a laissé aucune cicatrice. On ne peut même pas voir qu'il a eu un accident. Nous n'aurions pas pu rêver mieux. Il aime Dieu et nous aime, il aime son épouse et ses filles, il travaille dur, il s'implique dans l'église, etc.

Mais il a fallu beaucoup de prière persévérante.

## COMMENT FAIRE ?

Comment priez-vous pour votre famille ? Faut-il parfois cesser de prier ? Il n'est jamais trop tard pour commencer, et c'est notre devoir de toujours prier pour demander à Dieu Son

La Bible nous donne de nombreux exemples de prières. L'un d'entre eux se trouve dans le premier livre de Samuel, chapitre 1. Cette histoire se passe au début du onzième siècle avant Jésus-Christ. Dans cette histoire, nous mettrons l'accent sur les points les plus importants en rapport avec la prière pour notre famille.

Elkana avait deux épouses. Bien que Dieu ait créé un seul homme et une seule femme pour qu'ils vivent ensemble, et que la Bible souligne clairement que tout arrangement en dehors de celui-ci est un péché, avec le temps et le passage de nombreuses générations, Israël se mit peu à peu à copier les habitudes des nations alentour. À cette époque, avoir des enfants était considéré comme une bénédiction de Dieu, et ne pas en avoir comme une malédiction. Anne n'avait pas d'enfants. L'autre épouse, Peninna, tournait continuellement en ridicule Anna, se moquait d'elle et rendait sa

vie misérable. Anne n'avait ni joie, ni paix. Sa vie de tous les jours était une souffrance permanente.

Anne priait depuis un certain temps pour avoir un enfant, mais sans résultat. À cette époque, le temple de Jérusalem n'avait pas encore été construit, de sorte qu'Elkana et sa famille allaient chaque année à Shiloh pour le Yom-Kippur, le Jour des expiations. Tandis que les autres mangeaient, Anne se sentit si malheureuse et accablée qu'elle ne mangea rien, mais alla au Tabernacle pour prier.

### UNE FEMME DE PRIÈRE

« L'amertume dans l'âme, elle pria l'Éternel et pleura abondamment » (1 Samuel 1.10). Elle aspirait ardemment à avoir un enfant. Elle priait pour cela. Nous ne savons pas depuis combien d'années elle priait, mais nous savons par le verset 8 que c'était des années. Cependant, le verset 12 nous dit qu'« elle restait longtemps en prière devant l'Éternel ». Le mot traduit par « restait longtemps » est rabah, qui signifie : « nombreux, abondant, excessivement ».

Nous pouvons certainement conclure qu'Anne ne priait pas par routine, ni seulement en période de crise, mais que la prière était pour elle un style de vie. Lorsqu'on prie beaucoup, on se concentre de plus en plus sur Dieu. Plus on prie, plus on se concentre sur Dieu. Plus on se concentre sur Dieu, moins on pense à soi-même, et plus on s'abandonne à Dieu. La relation avec Dieu se fortifie de plus en plus.

### ELLE SE CONCENTRAIT SUR DIEU

Plus Anne priait, plus sa relation avec Dieu, y compris ses prières, changeait.

Commençant par demander quelque chose à Dieu (un enfant), elle finit par consacrer cet enfant au Seigneur.

Elle déclara, dans 1 Samuel 1.11 : « Éternel, maître de l'univers, si tu consens à regarder la détresse de ta servante, si tu te souviens de moi, si tu n'oublies pas ta servante et lui donnes un fils, je le consacrerai à l'Éternel pour toute la durée de sa vie. » Elle se concentrait sur Dieu et sur Son service, et non sur elle-même et sur ses besoins. Elle abandonnait à Dieu ses aspirations les plus profondes.

### ELLE ÉTAIT HUMBLE

La suite de l'histoire d'Anne nous offre un coup d'œil sur la manière dont la prière transforme les gens, et en quoi c'est un processus.

« Comme elle restait longtemps en prière devant l'Éternel, Éli observa sa bouche » (verset 12). Pendant qu'elle répandait son cœur devant Dieu, Éli, le grand-prêtre, l'observait.

« Anne parlait dans son cœur et ne faisait que remuer les lèvres, on n'entendait pas sa voix. Éli pensa qu'elle était ivre et il lui dit : 'Jusqu'à quand seras-tu ivre ? Va cuver ton vin' » (versets 13, 14). Ceci est très intéressant. Elle était dans la détresse et la souffrance ; elle aurait pu s'attendre à recevoir un réconfort et un soutien, spécialement de la part du grand-prêtre. Mais elle fut mal comprise et jugée, tout en étant innocente.

Se fâcha-t-elle et se permit-elle de se sentir blessée et offensée ? Non ! En fait, avec humilité et douceur et d'une voix calme, elle dit : « Ce n'est pas cela, mon seigneur. Je suis une femme à l'esprit abattu, je n'ai bu ni vin ni boisson enivrante, mais j'épanchais mon cœur devant l'Éternel. Ne prends pas ta servante pour une femme légère, car c'est le trop-plein de ma douleur et de mon chagrin qui m'a fait parler jusqu'à présent » (versets 15, 16). Elle fit preuve de douceur, de patience et de gentillesse. Ceux qui sont en communication continue avec Dieu et qui se concentrent sur Lui ne s'offensent plus facilement ; ils ne jugent pas, ne condamnent pas et ne critiquent pas les autres ; ils ne ressentent aucun besoin de vengeance. Ils ne pensent pas à eux-mêmes, car leurs yeux sont fixés sur Dieu.

#### ELLE CONNAISSAIT LA VOIX DE DIEU

Ceux qui prient beaucoup et passent du temps en présence de Dieu s'habituent aussi à la voix de Dieu et apprennent à la distinguer des autres voix. « Éli reprit la parole et dit : 'Pars en paix, et que le Dieu d'Israël exauce la prière que tu lui as adressée.' Elle répondit : 'Que ta servante trouve grâce à tes yeux !' Cette femme s'en alla. Elle se remit à manger et son visage ne fut plus le même » (versets 17, 18).

Incroyable ! Elle n'avait reçu absolument aucune preuve que Dieu ait exaucé sa prière. Elle et son époux avaient essayé pendant des années et à de nombreuses reprises d'avoir un enfant. Elle avait probablement commencé un régime alimentaire naturel. Ils avaient consulté les meilleurs médecins, prié, et fait tout ce qui était en leur pouvoir, sans résultat. Mais maintenant, le grand-prêtre lui dit : « Que Dieu exauce ta prière », et elle reconnaît la voix de Dieu.

#### SA FOI ÉTAIT FORTE

« Cette femme s'en alla. Elle se remit à manger et son visage ne fut plus le même » (verset 18). C'est étonnant : à l'instant même, Anne repart avec joie, mange et se réjouit. Sur quoi repose cette réjouissance ? Sur la foi. Aucune preuve ; simplement la foi pure et aveugle.

Nous voyons ici qu'elle n'est pas seulement une femme de prière, mais c'est aussi une femme de foi. Rien ne s'est encore passé, et il n'y a aucune possibilité humaine qu'un

enfant naisse ; il n'y a aucune preuve ; et, cependant, elle croit avec certitude que Dieu a déjà exaucé sa prière. Elle se lève et mange, alors qu'auparavant elle avait refusé de manger, et sa tristesse s'est envolée. Ceux qui prient beaucoup apprennent à connaître Dieu ; et plus ils connaissent Dieu, plus ils Lui font confiance, plus ils ont de foi.

#### ELLE TROUVA LA JOIE ET LA PAIX

Le verset 18 nous dit que « son visage ne fut plus le même ». Ceux qui prient connaissent Dieu, se concentrent sur Lui et Lui font confiance. Ceux qui ont placé leur confiance en Dieu ont la paix et la joie. Ésaïe 26.3 nous dit : « À celui qui est ferme dans ses intentions tu assures une paix profonde parce qu'il se confie en toi. » Elle avait la paix et la joie, non selon les circonstances, mais grâce à sa relation étroite avec Dieu et à sa confiance et à sa foi en Lui.

#### ELLE ÉTAIT PATIENTE

« Dans le cours de l'année Anne devint enceinte et elle mit au monde un fils qu'elle appela Samuel, car, dit-elle, 'je l'ai demandé à l'Éternel' » (1 Samuel 1.20). Ceux qui prient beaucoup acquièrent la patience. Anne n'est pas devenue enceinte sur le champ ; nous ne savons pas combien de temps cela a pris ; et, cependant, elle attendit dans la foi et dans la joie. Elle connaissait Dieu et avait la paix et la joie, comme si Dieu lui avait déjà donné un fils, comme si c'était un fait accompli, un acte du passé. Maintenant, elle loue Dieu pour l'exaucement de ses prières, attendant patiemment que l'exaucement arrive. C'est se réjouir avant de le voir comme si on l'avait déjà reçu.

[NOTE : VEUILLEZ INSÉRER ICI VOTRE PROPRE ILLUSTRATION, OU INDIQUER DANS VOTRE SERMON QU'IL S'AGIT DE L'AUTEUR.]

Lorsque mon fils, Ovi, était jeune, il voulait à tout prix un tricycle. Et pas n'importe lequel ! Il disait à qui voulait l'entendre qu'il voulait « un tricycle bleu avec trois roues et des pédales ». Un jour, il vint me trouver et me demanda, pour ce qui me sembla être la centième fois, si je pouvais lui acheter « un tricycle bleu avec trois roues et des pédales ». Sa mère et moi en avons discuté et décidé que le moment était venu. Je lui répondis donc : « Demain, après mon travail, j'irai acheter ton tricycle. »

Il était si excité ! Il sautait de joie ! Puis il se mit à courir dans tout le voisinage, disant à ses amis : « J'ai un tricycle ! Il est bleu, avec trois roues et des pédales ! »

Ses amis lui demandèrent : « Super ! Où est-il ? »

« Je l'aurai demain à 17 heures ! »

Ovi avait passé tant de temps avec moi et me connaissait si bien qu'il me faisait confiance, à moi, son père, et qu'il croyait que je tiendrais la promesse que je lui avais faite. Il eut donc confiance et parlait comme s'il avait déjà son tricycle.

Anne n'avait pas besoin de voir l'exaucement de Dieu pour croire. Elle avait passé tant de temps avec Dieu qu'elle Le connaissait et Lui faisait confiance. Dieu réalisa un miracle, et elle conçut. Imaginez-vous que sa foi a payé ! Elle avait prié pour avoir ce bébé avant d'être enceinte, pendant sa grossesse, et après la naissance de l'enfant. Elle priait tout le temps.

C'est ce que nous devons aussi faire : toujours prier pour notre famille. Matthew Henry, le commentateur, déclarait : « C'est le devoir des parents de prier pour leurs enfants ; et ce que nous devons désirer le plus est qu'ils demeurent dans l'alliance avec Lui et puissent avoir la grâce de marcher devant Lui dans la droiture » (Henry, M., 1834).

Nous n'avons pas beaucoup de temps pour prier et travailler pour nos enfants et pour notre famille ; c'est pourquoi nous devons utiliser ce temps avec sagesse. Et, même si nous n'avons pas beaucoup prié jusqu'à maintenant, il n'est jamais trop tard pour commencer à prier pour eux avec zèle !

## UN ABANDON COMPLET À DIEU

Anne promit devant le Seigneur que l'enfant Lui serait consacré. « Quand elle l'eut sevré, elle le fit monter avec elle à Silo. Elle prit trois taureaux, 22 litres de farine et une outre de vin. Elle conduisit l'enfant à la maison de l'Éternel à Silo alors qu'il était encore tout jeune » (verset 24).

Samuel avait environ six ans. Il est déchirant pour un parent, de plus une mère, d'être séparé si tôt de son enfant. Aujourd'hui, nous avons des téléphones portables ; mais Anne n'en avait pas. Elle ne le verrait qu'une fois par an !

1 Samuel 25–27 nous dit : « Ils égorgèrent les taureaux et conduisirent l'enfant à Éli. Anne dit : « Mon seigneur, pardon, aussi vrai que ton âme vit, c'est moi qui me tenais ici près de toi pour prier l'Éternel. C'était pour cet enfant que je priais, et l'Éternel a exaucé la prière que je lui adressais. »

On pourrait penser qu'Anne était peut-être si triste de se séparer de son fils unique qu'elle allait se mettre à pleurer dans un coin et, dans sa prière, dire quelque chose comme :

« Seigneur, accorde-moi la force, aide-moi, ce n'est pas facile de me séparer de mon fils ! »

Nous devons aussi examiner le contexte dans lequel cet enfant allait vivre. Les deux fils d'Éli, Hophni et Phinéas, étaient absolument corrompus (1 Samuel 2.12, 17). La Bible nous dit que tout Israël était au courant. Anne avait donc de nombreuses raisons de se soucier et de pas laisser Samuel en cet endroit. Mais elle avait fait une alliance avec Dieu et elle connaissait Dieu suffisamment bien pour Lui faire confiance. En fait, elle faisait plus confiance à Dieu qu'à elle-même. Elle savait que Dieu ferait les choses mieux qu'elle-même. Remarquez sa prière : « Anne fit cette prière : 'Mon cœur se réjouit en l'Éternel, ma force a été relevée par l'Éternel. Ma bouche s'est ouverte contre mes ennemis, car je me réjouis de ton secours' » (1 Samuel 2.1).

Elle ne se concentra pas sur elle-même ni sur son enfant. Elle ne dit pas : « Oh, Seigneur, ça va être vraiment dur pour moi ! ... L'influence sur le petit Samuel sera si mauvaise !

... » Elle confia Samuel au service d'Éli et accomplit ainsi la promesse qu'elle avait faite à Dieu.

C'est notre devoir de confier chaque jour notre famille à Dieu. Ce que nous gardons pour nous, nous le perdons. Nous n'avons pas le pouvoir de préserver et de protéger. Ce que nous abandonnons et donnons à Dieu, c'est ce que nous sauvons. Lui seul peut protéger, préserver et bénir. Lui donner votre famille est la meilleure chose que vous puissiez faire pour elle.

#### NE CESSEZ JAMAIS DE PRIER

Mais Anne ne cessa jamais de prier. 1 Samuel 2.18, 19 nous dit : « Samuel faisait le service devant l'Éternel et cet enfant était habillé d'un éphod en lin. Sa mère lui faisait chaque année une petite robe et la lui apportait lorsqu'elle montait à Silo avec son mari pour offrir le sacrifice annuel. » Qu'est-ce qui rappelait constamment à Samuel que sa mère ne cessait jamais de prier pour lui ? Elle lui avait fait une robe de laquelle il se recouvrait lorsqu'il allait servir le Seigneur et prier. Le message était clair : « Samuel, tu es couvert par la prière ! »

Ellen White dit à ce sujet : « Dès ses premières lueurs d'intelligence, Samuel avait appris de sa mère à révéler Dieu et à se considérer comme lui étant consacré. Pour diriger ses pensées vers le Créateur, Anne n'avait rien négligé, et sa sollicitude ne se relâcha pas le jour de leur séparation. Le jeune garçon faisait tous les jours le sujet de ses prières. Chaque année, elle lui confectionnait une robe qu'elle lui apportait lorsqu'elle montait à Silo avec son mari. Dans ce petit costume, souvenir permanent de sa tendresse, chaque filament était entrelacé de prières. Elle ne demandait pas pour lui la gloire de ce monde, mais qu'il fût pur, probe, compatissant. Elle désirait pour lui la véritable grandeur qui consiste à honorer Dieu et à faire du bien à ses semblables » (White, E.G., Patriarches et prophètes, p. 560).

Elle ne disait pas : « Seigneur, sois avec moi et avec mon fils ! », ni : « Seigneur, bénis-le et aide-le à faire de bonnes études et à avoir un bon emploi ! » Elle priait pour qu'il aime et serve Dieu, non pour qu'il soit béni, mais pour qu'il soit une bénédiction pour les autres.

Elle avait prié constamment pour lui, et elle continua à prier. Elle ne cessa jamais. La prière pour notre famille est un devoir, une bénédiction et un privilège. Dieu nous appelle à prier chaque jour pour notre famille : pour demander chaque jour Sa protection et Sa présence quotidienne, pour que Son Esprit remplisse chacun de ses membres et les guide, pour les couvrir par la prière.

Voulez-vous être une Anne ? Voulez-vous être en communication constante avec le Seigneur, plaidant pour que Sa volonté soit faite dans la vie de vos enfants et des membres de votre famille ?

« Si le Sauveur des hommes, avec la divine puissance qui était en lui, ressentait le besoin de prier, combien plus nous qui sommes faibles et pécheurs devrions-nous comprendre sa soumission absolue à la volonté de son Père lui donnait la victoire. Plus encore que tous les autres chrétiens dans le monde, ceux qui ont discerné la vérité pour les derniers temps devraient suivre dans la prière le grand exemple du Christ » (White, E.G., *Conseils sur la nutrition et les aliments*, p. 61).

Nous vivons les derniers jours de l'histoire de notre Terre. Nous devons faire croître notre relation avec Dieu en étant constamment connectés à Lui, comme le faisait Jésus. La prière est un processus ! Moins de 10% des prières mentionnées dans la Bible reçurent un exaucement immédiat. Gardez votre famille chaque jour devant l'autel et laissez-la joyeusement entre les mains de Dieu !

#### BIBLIOGRAPHIE

Henry, M. (1834), *Matthew Henry's Concise Bible Commentary*. Fessenden and Company. White, E.G. (1992), *Patriarches et prophètes*, Éditions Vie et Santé.

White, E.G. (1972), *Conseils sur la nutrition et les aliments*, Pacific Press Publishing Association.

# Sabbat 10 février 2024

HISTOIRES POUR LES ENFANTS

# JOYEUX ANNIVERSAIRE À TOUS !

PAR ELAINE OLIVER

Elaine Oliver, Ph.D., LCPC, CFLE, est directrice associée des Ministères adventistes de la Famille au siège de la Conférence générale des adventistes du septième jour, Silver Spring, Maryland, USA.

TEXTE

Psaume 139.14

ACCESSOIRES

Banderole, chapeaux et trompettes d'anniversaire, ou tout ce qui est disponible. Avant le moment de l'histoire, demandez à deux grands enfants ou à deux adultes de tenir la banderole d'anniversaire. Mettez un chapeau d'anniversaire et soufflez dans la trompette d'anniversaire en commençant le moment de l'histoire si la chose est acceptable.

HISTOIRE

(Commencez l'histoire en disant :) « JOYEUX ANNIVERSAIRE ! »

Je connais quelque chose de passionnant ! Quelqu'un a son anniversaire aujourd'hui ! (Si un ou plusieurs enfants répondent, souhaitez-leur un joyeux anniversaire en mentionnant leur nom). Comment est-ce que je savais que quelqu'un avait son

anniversaire aujourd'hui ? Parce que quelqu'un, quelque part dans le monde, a son anniversaire aujourd'hui, et quelqu'un aura le sien demain, et après- demain, etc. !

(Bien entendu, l'attention des enfants aura été éveillée et ils donneront des réponses volontaires et non sollicitées telles que : « C'est l'anniversaire de mon petit frère aujourd'hui ! » ou : « C'est l'anniversaire de ma grand-mère la semaine prochaine ! » Essayez d'inclure un peu les enfants dans la conversation sans permettre à un seul enfant de la monopoliser. Permettez à plusieurs enfants de participer, tout en contrôlant la situation. Vous pouvez répondre en disant : « C'est merveilleux ! Que c'est passionnant ! Ouah, la semaine prochaine ! » Puis passez à la phrase suivante de votre histoire sans vous arrêter pour dialoguer avec un seul enfant).

Vous l'avez deviné ! Nous avons tous un anniversaire, que nous soyons petits, grands, jeunes ou vieux. La plupart des gens pensent que leur anniversaire est quelque chose d'extraordinaire, et nous le célébrons généralement avec un gâteau, et parfois avec des ballons. Votre anniversaire est important (montrez les enfants du doigt) ; mon anniversaire est important. Notre anniversaire est important parce qu'il célèbre le jour de notre naissance. Oui, c'est le jour de votre naissance ! C'est pour cela que nous parlons d'anniversaire : le retour d'une année !

La Bible nous dit, dans Psaume 139.14 : « Je suis une créature si merveilleuse. » Savez-vous ce que ça signifie ? Ça signifie que Dieu, le Créateur de l'Univers, nous a aussi créés. Nous avons été créés par Dieu, et dans un but spécifique. Chacun de nous est spécial aux yeux de Dieu. Il n'existe personne sur la Terre entière qui soit exactement semblable à vous ! Vous êtes précieux aux yeux de Dieu ! Il n'y a personne comme vous qui soit né avant vous, ni personne qui naîtra après vous. Vous pouvez voir parfois quelqu'un qui vous ressemble, ou auquel vous ressemblez, peut-être votre mère ou votre père, votre sœur ou votre frère, ou votre tante ou votre oncle, ou peut-être quelqu'un que vous n'avez jamais vu auparavant. Mais aucun n'est exactement comme vous. Vous avez été conçu par Dieu sur un modèle unique, ce qui fait de chacun de vous quelqu'un de très spécial !

Et, de même que vous êtes très spéciaux, de même toutes les personnes qui vous entourent et que Dieu a créées sont aussi très spéciales. Regardez autour de vous et voyez toutes les personnes spéciales que Dieu a créées ! Peu importe si elles ne vous ressemblent pas, ne parlent pas comme vous, ou même n'agissent pas comme vous. Dieu les a créées spéciales, elles aussi. Parfois, lorsque vous voyez quelqu'un qui a les cheveux raides, les cheveux bouclés, la peau pâle, la peau foncée, qui est maigre, rondouillet, dans un fauteuil roulant, ou qui porte des lunettes, vous pensez peut-être qu'il/elle a l'air d'être différent(e) de vous. Et devinez quoi ? Peut-être que lui/qu'elle aussi pense que vous avez l'air différents d'eux ! Mais vous vous souvenez alors que Dieu nous a conçus d'une manière uniquement spéciale, et que nous sommes tous très spéciaux aux yeux de Dieu. Dieu a célébré notre anniversaire parce que nous avons tous été créés à Son image. Et parce que nous avons été créés à l'image de Dieu, nous désirons ressembler chaque jour de plus en plus à Jésus. Comment faire ?

En nous traitant les uns les autres avec gentillesse et respect. Nous pouvons nous regarder les uns les autres et dire :

« Joyeux anniversaire ! » Dieu vous a créés, c'est pourquoi vous êtes spéciaux ! Encouragez les enfants à se dire les uns aux autres : « Joyeux anniversaire ! Tu es spécial(e) ! »

#### PRIÈRE

Cher Jésus, merci d'avoir créé chacun d'entre nous spécial. Aide-nous à comprendre que, de même que Tu m'as créé(e) spécial(e), Tu as aussi créé les autres spéciaux. Enseigne- nous à nous aimer les uns les autres comme Tu nous aimes, et à célébrer notre anniversaire. Au nom de Jésus, Amen !

# Sabbat 17 février 2024

## HISTOIRES POUR LES ENFANTS

# LEÇONS DU FOND DE LA MER

PAR DAWN JACOBSON-VENN

TEXTES

Ecclésiastes 4.9, 10 ; Proverbes 27.17

ACCESSOIRES

Photos de crevette-pistolet et de gobie (poisson).

Quelle est la meilleure chose que nous apporte avoir un(e) ami(e) ? (Laissez répondre les enfants). Il est utile d'avoir de bons ami(e)s.

Parfois nos ami(e)s sont bon(nes) dans un domaine dans lequel nous ne le sommes pas, de sorte que, ensemble, nous faisons une équipe formidable !

Aujourd'hui, je voudrais vous parler de l'amitié inhabituelle mais extraordinaire entre une crevette-pistolet et un gobie (poisson). Regardez ce petit bonhomme ! (Montrez une photo d'une crevette-pistolet).

Être appelé « crevette » n'est généralement pas considéré comme un compliment, et être taquiné(e) parce qu'on est petit(e) n'est pas drôle du tout. La crevette-pistolet est minuscule, environ de la taille d'un doigt. Beaucoup de gens diraient que cette petite créature marine n'a pas beaucoup d'importance.

Mais Dieu a accordé à la crevette-pistolet de nombreuses possibilités, y compris une arme redoutable fixée sur son unique pince surdimensionnée. Cette pince peut atteindre la moitié de la taille de son minuscule corps. La crevette-pistolet

communiquent en faisant claquer sa pince. Non seulement cela, mais elle projette aussi des bulles en faisant claquer sa pince, ce qui produit un son extrêmement sonore, plus élevé que celui d'un pétard ! À part les baleines géantes telles que le cachalot et le béluga, cette minuscule crevette-pistolet est l'une des créatures marines les plus bruyantes !

Les minuscules bulles projetées par la crevette-pistolet sont aussi extrêmement chaudes. Quelle est la chose la plus chaude qu'on puisse imaginer ? (Laissez répondre les enfants). La crevette-pistolet projette des bulles qui sont jusqu'à quatre fois plus chaudes que la lave ! La lave est à plus de 4000 degrés Celsius, ou plus de 8000 degrés Fahrenheit. Presque aussi CHAUD que le SOLEIL !!!!

Aussi impressionnante qu'elle soit, cette minuscule crevette est aussi très vulnérable pour les prédateurs à cause de sa mauvaise vue : elle est presque aveugle !

Et maintenant, regardez ce gobie ! (Montrez une photo de gobie). Si la crevette-pistolet fait claquer sa pince géante si puissamment qu'un jet d'eau en sort à la vitesse d'une balle de fusil, pourquoi le malin petit gobie voudrait-il s'approcher volontairement d'elle ? Parce que Dieu nous a créés pour que nous travaillions ensemble ! Nous pouvons voir le potentiel des autres et considérer nos différences comme des possibilités !

Grâce au partenariat avec le gobie, qui se trouve avoir une excellente vue, les deux peuvent prospérer ! Le gobie utilise ses bons yeux pour aider la crevette-pistolet. Mais le gobie, qui a de bons yeux, est incapable de creuser un trou pour se cacher de ses ennemis ou pour se faire une tanière au fond de la mer.

Voilà pourquoi la crevette-pistolet et le gobie font équipe (montrez une photo des deux animaux ensemble). Le gobie sert d'œil à la crevette-pistolet en gardant sa nageoire caudale en contact avec les antennes de la crevette-pistolet. Ainsi, dès qu'il est sorti de sa tanière, le gobie peut rapidement signaler l'approche d'un danger à la crevette-pistolet. En retour, le gobie a un libre accès à la tanière de la crevette-pistolet, de sorte que les deux peuvent se cacher des prédateurs. C'est la crevette-pistolet qui creuse et entretient les tunnels qui leur servent à tous deux d'abri ! Le gobie sert de gardien en partageant sa bonne vue avec la crevette-pistolet ! Dieu n'est-Il pas merveilleux ?

Cet exemple du fond de l'océan nous montre comment nous avons tous été créés par Dieu d'une manière unique, et que Dieu nous a conçus pour que nous nous aidions les uns les autres ; car chacun de nous a reçu des dons, est nécessaire et apprécié ! La crevette-pistolet et le gobie font une équipe formidable ! Au lieu de regarder les faiblesses l'un de l'autre, ils se concentrent sur les possibilités ! Nous avons un Dieu Créateur qui voit les possibilités qui sont en nous. Demandons à Dieu de nous aider à faire de même avec les autres !

(Terminez par la prière.)

## NOTES

Vous trouverez des photos de la crevette-pistolet et du gobie sur le site suivant :  
<https://commons.wikimedia.org/>

Vous en saurez plus sur la pince de la crevette-pistolet sur le site suivant (en anglais) :  
[https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pistol\\_shrimp\\_claw\\_mechanism.svg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pistol_shrimp_claw_mechanism.svg)

DIMANCHE

# LE RÔLE D'UNE COMMUNAUTÉ D'ÉGLISE DANS LE SOUTIEN DES FAMILLES D'ENFANTS NEURO-DIVERGENTS

PAR WILLIE ET ELAINE OLIVER

TEXTES

Jérémie 1.5

Psaume 139.13, 14

Matthieu 25.34–36

Matthieu 25.40

« Ensuite il dira à ceux qui seront à sa gauche : 'Éloignez-vous de moi, maudits, allez dans le feu éternel qui a été préparé pour le diable et pour ses anges ! En effet, j'ai eu faim et vous ne m'avez pas donné à manger ; j'ai eu soif et vous ne m'avez pas donné à boire ; j'étais étranger et vous ne m'avez pas accueilli ; j'étais nu et vous ne m'avez pas habillé ; j'étais malade et en prison et vous ne m'avez pas rendu visite.' Ils répondirent aussi : 'Seigneur, quand t'avons-nous vu affamé, ou assoiffé, ou étranger, ou nu, ou malade ou en prison, et ne t'avons pas servi ?' Et il leur répondra : 'Je vous le dis en vérité, toutes les fois que vous n'avez pas fait cela à l'un de ces plus petits, c'est à moi que vous ne l'avez pas fait.' Et ils iront à la peine éternelle, tandis que les justes iront à la vie éternelle » (Matthieu 25.41–46).

## DÉCLARATION D'OBJECTIF ET RÉSULTATS SOUHAITÉS

Ce séminaire explore les manières multiples dont les communautés d'église peuvent offrir un soutien complet aux parents d'enfants neurodivergents, y compris l'ADHD, les désordres provoqués par l'autisme (ASD) et divers troubles du comportement. Nous examinerons les avantages potentiels d'un environnement de soins spirituels ainsi que des stratégies pratiques pour créer des espaces inclusifs. Nous espérons promouvoir l'importance de l'éducation, de la prise de conscience, de l'acceptation et de l'adaptation pour favoriser une communauté d'église prête à apporter le soutien nécessaire. Chaque participant devra, en repartant, être bien décidé à être un comité à un seul membre qui s'assurera que les familles ayant des enfants neurodivergents se sentiront soutenues et accueillies dans la communauté d'église.

Note pour le présentateur : Pour humaniser l'expérience, nous recommandons que, avant de présenter ce séminaire, le présentateur ait une conversation avec un parent ou tuteur d'un enfant neurodivergent, de préférence membre de votre propre église locale. Écoutez son histoire et demandez-lui quelle a été son expérience dans l'église. Recueillez auprès de lui/d'elle des idées sur la manière de rendre cet atelier le plus pertinent possible pour les familles d'enfants neurodivergents. Utilisez ses réponses pour personnaliser votre séminaire et vous aider à créer un environnement sûr et libre de tout jugement, qui respecte la diversité de votre auditoire.

## INTRODUCTION

Dans la société d'aujourd'hui, la neuro-divergence est de plus en plus reconnue. L'église locale peut jouer un rôle clé pour soutenir les parents qui ont un enfant neurodivergent. La neurodiversité inclut tout un éventail de conditions telles que l'ADHD (désordre d'hyperactivité et de manque d'attention), l'autisme, la dyslexie, et autres, telles qu'elles ont été définies par l'Association américaine de psychiatrie (APA). Il existe tout un éventail d'expériences neurodivergentes, mais le besoin existe aussi d'aborder les stigmatisations et les fausses idées qui les entourent.

Les familles des enfants neurodivergents doivent faire face à des difficultés particulières et quotidiennes. Chaque communauté de foi doit veiller à ce que chaque membre de ces familles se sente accueilli et soutenu dans la famille de l'église. L'église possède le potentiel transformateur nécessaire pour soutenir les familles d'enfants neurodivergents. Nous mettons l'accent sur l'importance de créer un environnement d'accueil qui promeuve l'acceptation et la compréhension.

## COMPRENDRE LA NEURO-DIVERGENCE

La neuro-divergence est un concept multiple qui inclut diverses conditions et différences neurologiques qui sont une déviation par rapport au fonctionnement neurologique neurotypique ou typique. À l'intérieur de cet éventail, quelques-unes des conditions les mieux connues incluent les désordres d'hyperactivité et de manque d'attention (ADHD), les nombreux désordres causés par l'autisme (ASD), and la dyslexie. Cependant, il est essentiel de reconnaître que la neuro-divergence va au-delà de ces exemples et inclut d'autres conditions telles que le syndrome de Tourette, les désordres sensoriels, et autres. Cette diversité met l'accent sur la complexité des expériences neurodivergentes et sur le besoin d'une compréhension nuancée. Il est important de remarquer que ces conditions coexistent souvent et se manifestent différemment chez chaque personne, en mettant l'accent sur la nature particulière des expériences neurodivergentes.

L'éventail des expériences neurodivergentes est large et hétérogène. Les individus compris à l'intérieur de cet éventail peuvent posséder de nombreuses forces, des difficultés et des perspectives particulières. Certains peuvent exceller dans des domaines spécifiques tels que les mathématiques, l'art ou la musique, tout en devant faire face à des difficultés d'interaction ou de communication sociales. D'autres peuvent manifester une sensibilité sensorielle accrue ou une attention exceptionnelle aux détails. Comprendre la neuro-divergence exige qu'on reconnaisse et célèbre ces différences, car elles contribuent au riche canevas de la diversité humaine. En reconnaissant l'éventail des expériences neurodivergentes, nous pouvons promouvoir une société inclusive et prête à accorder son soutien, et une communauté d'église qui sait évaluer les forces et les besoins particuliers des individus neurodivergents et s'y adapter.

## LES DIFFICULTÉS AUXQUELLES DOIVENT FAIRE FACE LES FAMILLES D'ENFANTS NEURODIVERGENTS

Les familles qui élèvent des enfants neurodivergents rencontrent de nombreuses difficultés, à commencer souvent par la stigmatisation et les malentendus, répandus et persistants, dans la société. Cette stigmatisation peut créer de l'isolement et de la honte pour les parents aussi bien que pour les enfants. Les malentendus sur les conditions neurodivergentes peuvent mener à des jugements et à des stéréotypes injustes, ce qui perpétue l'idée que ces enfants sont congénitalement déficients ou moins capables que les autres. Ce genre de perceptions négatives handicapent l'acceptation sociale et bloquent l'accès au soutien et aux ressources essentiels.

En plus de la stigmatisation sociale, la vie quotidienne de ces familles peut être remplie de difficultés particulières dans le domaine des soins à donner à l'enfant. Les enfants neurodivergents peuvent avoir besoin de soins et de thérapies spécialisés, ainsi que d'une adaptation de leur éducation à leur condition. Les parents peuvent se sentir submergés lorsqu'ils doivent naviguer dans un labyrinthe complexe de rendez-vous, de thérapies et de Plans d'éducation individualisée (IEP). Le fardeau financier de ces services peut être élevé, ce qui aggrave encore le stress subi par ces familles. De plus, le caractère imprévisible des conditions neurodivergentes, telles que la sensibilité sensorielle, peut faire de la vie quotidienne un défi en exerçant une profonde influence sur les routines et les relations familiales.

(Si c'est pertinent, le présentateur peut insérer/partager des extraits de conversations tenues avec des familles neurodivergentes avant le séminaire, ou demander si des participants, spécialement des membres des familles neurodivergentes, aimeraient parler de quelques-unes de leurs difficultés.) Comprendre les difficultés des familles qui ont un enfant neurodivergent est la première étape pour créer une empathie et un soutien à l'intérieur des communautés, particulièrement celles des églises, car celles-ci jouent un rôle essentiel pour alléger ces difficultés et offrir une consolation à ces familles.

## LE RÔLE DE L'ÉGLISE DANS LE SOUTIEN DE CES FAMILLES

Examinons ce que dit la Bible sur notre responsabilité réciproque dans la société, particulièrement dans l'Église. Dans Matthieu 25.40, Jésus déclare : « Et le toi leur répondra : 'En vérité je vous le dis, toutes les fois que vous avez fait cela à l'un des plus petits de mes frères, c'est à moi que vous l'avez fait.' » Jésus nous dit ici que ces paroles s'adresseront aux justes qui hériteront le Royaume, parce que ceux-ci Lui ont « donné à manger, ... [L'ont] accueilli, ... [Lui ont] rendu visite » (Matthieu 25.35, 36). Jésus se préoccupe également de ce qui arrivera à ceux qui ne se soucient pas de ceux qui les entourent. Continuez la lecture de Matthieu 25.41–46 : « Et ils iront à la peine éternelle, tandis que les justes iront à la vie éternelle. »

L'Église joue un rôle profond et influent dans le soutien des familles qui ont des enfants neurodivergents, en commençant par créer un environnement accueillant. L'inclusivité doit être au cœur de la mission d'une église locale, en ouvrant chaleureusement les bras à tous les membres de cette église, quel que soit leur état neurodivergent. Cet environnement accueillant inclut l'accessibilité physique, les considérations sensorielles et une culture qui promeut l'acceptation et la compréhension. C'est un espace dans lequel les individus neurodivergents et leur famille se sentent estimés, respectés et libres de participer pleinement à la communauté de l'église.

L'acceptation et la compréhension sont des piliers essentiels dans le soutien de ces familles par l'église locale. En promouvant une culture d'acceptation, l'église locale envoie un message puissant proclamant que chaque individu, quelles que soient ses différences neurologiques, est un membre estimé de la communauté. La compréhension va de pair avec l'acceptation, car elle implique l'éducation des membres d'église sur la neuro-divergence, sur ses aspects variés et sur les difficultés particulières auxquelles ces familles doivent faire face. Reconnaître l'éventail multiple des expériences neurodivergentes et des forces qui les accompagnent est essentiel pour pouvoir promouvoir une culture d'empathie et d'inclusion.

Comprendre les caractéristiques de la neuro-divergence est essentiel pour pouvoir créer un environnement de soutien à l'intérieur de l'église locale. Savez-vous pourquoi le garçonnet de quatre ans dans votre classe enfantine de l'École du sabbat porte des écouteurs ou agite les bras sans arrêt (autisme ?) ? Vous irritez-vous lorsque l'adolescente de 14 ans ne fait que vous dévisager lorsque vous lui parlez (processus sensoriel ou anxiété sociale ?) ? L'église locale peut devenir un sanctuaire dans lequel les enfants neurodivergents et leur famille peuvent trouver la consolation, la camaraderie et la nourriture spirituelle au cours de leur cheminement particulier.

## ÉTAPES PRATIQUES POUR LES ÉGLISES

Pour soutenir efficacement les familles neurodivergentes à l'intérieur des églises locales, celles-ci doivent suivre des étapes pratiques qui promeuvent la prise de conscience, l'inclusion et le sens de la communauté. Tout d'abord, éduquer les membres d'église est de première importance. Organiser des événements ou des ateliers de prise de conscience qui projettent de la lumière sur la neuro-divergence, sur ses diverses conditions et sur les difficultés particulières auxquelles ces familles doivent faire face, peut éclairer les membres d'église. Ces événements servent à dissiper les malentendus et à promouvoir l'empathie.

En utilisant le savoir-faire des experts et en partageant leurs histoires personnelles, les membres d'église peuvent acquérir une compréhension plus profonde de la neurodivergence. Ce séminaire est le premier pas pour créer une prise de conscience. Des activités consistantes de prise de conscience sont essentielles pour maintenir la famille de l'église locale pleinement consciente et pour continuer délibérément à créer un foyer d'église inclusif pour les familles neurodivergentes.

Les ressources spécialisées jouent un rôle essentiel pour pouvoir offrir un soutien. Les églises peuvent créer ou mettre en lumière des groupes de soutien déjà existants, qui soient spécifiquement adaptés aux besoins des familles neurodivergentes. Ces groupes offrent un espace sûr pour que les parents puissent se connecter, partager des expériences et échanger des conseils. Ils servent aussi de base pour le soutien émotionnel, le partage de ressources, et pour créer un profond sentiment de communauté à l'intérieur de l'église locale.

Adapter l'École du sabbat, la Société de jeunesse et autres programmes est une autre étape essentielle. S'assurer que ces programmes soient inclusifs et accessibles aux enfants neurodivergents est essentiel pour leur croissance spirituelle. Ceci peut inclure de modifier les méthodes pédagogiques, travailler à une adaptation sensorielle et offrir un soutien personnel. L'inclusivité dans les programmes d'église assure que tous les enfants peuvent s'engager activement dans leur foi quelles que soient leurs différences neurologiques.

Encourager des connexions à l'intérieur de l'église locale est aussi essentiel, ainsi qu'encourager les programmes de mentors et de soutien par ses pairs pour les enfants neurodivergents et leurs familles, et aussi associer des parents/tuteurs avec d'autres familles qui puissent apporter une compagnie et un soutien. Ces connexions promeuvent l'intégration sociale, améliorent l'estime de soi-même et aident les enfants neurodivergents et leurs familles à se sentir des membres estimés de la communauté d'église. Supposons que les églises s'efforcent sérieusement de mettre en œuvre efficacement ces étapes pratiques en suivant ces mesures ; dans ce cas, elles pourront non seulement fournir un soutien essentiel aux familles neurodivergentes, mais aussi démontrer leur engagement à la création de communautés de foi inclusives et accueillantes.

## COLLABORER AVEC DES PROFESSIONNELS

Pour que les églises puissent fournir un soutien adéquat aux individus neurodivergents et à leurs familles, il est impératif que les dirigeants des églises collaborent avec des experts dans le domaine de la neurodiversité. Ces professionnels apporteront des connaissances spécialisées, des stratégies reposant sur la recherche et des connaissances pratiques qui pourront améliorer de manière importante la capacité de l'église à répondre aux besoins particuliers des membres d'église neurodivergents. En créant de solides partenariats avec ces experts, les dirigeants d'église pourront avoir accès à toute une richesse de ressources et de directives pour

Un aspect critique de cette collaboration est d'incorporer les réponses provenant des individus neurodivergents et de leurs familles. Rechercher activement leurs réactions et écouter leurs expériences peut amener à créer des stratégies, reposant sur l'expérience, qui répondent authentiquement à leurs besoins. Ce processus de recueil des réactions promeut le sentiment d'être actif et d'appartenir à la communauté, ce qui permet aux individus neurodivergents de modeler activement les initiatives de soutien de l'église. Cette approche de collaboration assure que les efforts de l'église sont bien intentionnés, directement pertinents et efficaces.

La recherche a souligné la profonde influence que les communautés religieuses peuvent exercer sur le bien-être des individus, y compris les individus neurodivergents. En enrôlant l'expertise de professionnels et en impliquant activement les individus neurodivergents et leurs familles dans ce processus, les églises peuvent jouer un rôle décisif pour améliorer le bien-être général et la qualité de vie de cette population particulière et diverse.

#### EXERCICE PAR GROUPES

Répartissez les participants en groupes de 5 ou 6 personnes. Discutez et rédigez vos réponses aux questions suivantes :

1. Discutez les diverses conditions de la neurodiversité (ADHD, autisme, etc.). Assurez-vous d'y inclure des conditions qui n'ont pas été mentionnées auparavant.
2. Quelles sont quelques-unes des difficultés auxquelles doivent faire face les enfants/adolescents/adultes neurodivergents et leurs familles ?
3. De quelles manières votre église locale a-t-elle marginalisé ou inclus des familles neurodivergentes ?
4. Comment notre église peut-elle mettre en œuvre immédiatement quelques-unes des stratégies exposées dans ce séminaire ? Dans le prochain mois, le prochain trimestre, l'an prochain ?
5. En quoi la parabole de Matthieu 25 nous pousse-t-elle ou nous encourage-t-elle à faire plus pour ceux qui ont besoin de plus d'inclusion, de compassion et d'empathie ?
6. Si le temps le permet, le présentateur devra donner un compte-rendu de cet exercice. Demandez à un représentant du groupe de donner un résumé des réponses de son groupe aux questions, Ne permettre de répondre qu'à une seule question à la fois pour permettre à autant de groupes que possible de participer.

## CONCLUSION

Soutenir les enfants neurodivergents et leurs familles à l'intérieur de la communauté d'église n'est pas seulement une entreprise de compassion qui a des implications sociales à longue portée, mais aussi une signification éternelle. Lorsque les églises s'engagent à créer un environnement inclusif, à promouvoir l'acceptation et à fournir un soutien adapté à chaque cas, elles contribuent à une société plus équitable et plus empathique et représentent Jésus devant ces familles et devant la communauté. En estimant les individus neurodivergents et en s'adaptant à eux, les églises enrichissent leurs communautés et donnent un exemple que d'autres pourront suivre.

Les enfants neurodivergents et leurs familles doivent souvent faire face à l'isolement et à la discrimination dans un monde qui ne comprend pas toujours leurs besoins particuliers. L'église locale, en tant que source de direction spirituelle et en tant que communauté, possède le potentiel pour pouvoir offrir à ces individus et à leurs familles une consolation, le sentiment d'appartenance et le sentiment d'avoir un but. En s'efforçant collectivement de lutter pour créer une société plus inclusive et plus compatissante, les églises locales doivent se montrer à la hauteur de l'occasion en étant les champions de la cause de la neurodiversité et en affirmant la valeur inhérente de chaque membre d'église. Ce faisant, non seulement elles accompliront leur mission spirituelle, mais elles exerceront aussi une influence profonde et durable sur les vies qu'elles toucheront.

« C'est à cela que tous reconnaîtront que vous êtes mes disciples : si vous avez de l'amour les uns pour les autres » (Jean 13.35). Dans un monde dans lequel règnent tant de chaos et de ténèbres, puissions-nous, nous, les disciples du Christ, projeter la lumière émanant de Jésus sur ceux qui nous entourent !

## BIBLIOGRAPHIE

Association psychiatrique américaine (2013), Diagnostic and statistical manual of mental disorders [Manuel de diagnostic et de statistiques des troubles mentaux], (5ème édition), American Psychiatric Publishing.

Silberman, S. (2015), NeuroTribes: The legacy of autism and the future of neurodiversity [Les tribus neurodivergentes : l'héritage de l'autisme et l'avenir de la neurodiversité].

Grandin, T. & Panek, R. (2013), *The autistic brain: Thinking across the spectrum* [Le cerveau autiste : une réflexion sur l'éventail de l'autisme], Houghton Mifflin Harcourt.

Colón, E.M., & Mendoza, R.A. (2006), *Dealing with disability in the family* [Comment traiter les handicaps dans la famille], New Growth Press.

Lawrence, M. (2015), *Families and faith: How religion is passed down across generations* [Famille et foi : comment la religion se transmet d'une génération à l'autre], Oxford University Press.

Swetnam, S. (2019), *Special needs and the church: A practical guide to inclusive ministry* [Les besoins spéciaux et l'Église : guide pratique pour un ministère inclusif], Abingdon Press.

Carter, E.W. (éditeur) (2007), *Including people with disabilities in faith communities: A guide for service providers, families, and congregations* [Comment inclure les personnes handicapées dans les communautés de foi ; guide destiné aux prestataires de service, aux familles et aux églises locales], Paul H. Brookes Publishing Company.

Ault, M.J., Collins, B.C., & Carter, E.W. (2013), *Congregational participation and supports for children and adults with disabilities: parent perceptions* [La participation et le soutien de l'église locale pour les enfants et les adultes handicapés : la perception des parents], *Intellectual and Developmental Disabilities*, 51(1), 48-61.

Cullinan, D., & Mahon, J. (2002), *Religious attendance and social adjustment as protective against depression: A longitudinal study of religiosity in persons with severe and persistent mental disorders* [La participation aux activités religieuses et l'adaptation sociale comme protection contre la dépression : étude longitudinale de la religiosité chez les personnes atteintes de troubles mentaux graves et persistants], *Research in the Social Scientific Study of Religion*, 12, 279-299.

#### SITES WEB UTILES

National Collaborative on Faith and Disability [Collaboration nationale sur la foi et les handicaps]. Offre des ressources, des webinars [séminaires sur le web] et des informations sur la manière de soutenir les personnes handicapées dans les communautés de foi.

Autism Faith Network [Réseau de l'autisme et de la foi]. Fournit des ressources et des histoires en rapport avec l'autisme et les communautés de foi.

LUNDI

COMMENT PARLER À VOS  
ENFANTS (OU À  
N'IMPORTE QUI) DE  
L'HOMOSEXUALITÉ  
(LGBTQ+) :  
UNE PERSPECTIVE  
CHRÉTIENNE ET  
ADVENTISTE DU SEPTIÈME  
JOUR

PAR WILLIE ETELAINE OLIVER

TEXTES

Ésaïe 43.1

Jérémie 1.5

Psaume 139.14

## NOTE AUX PRÉSENTATEURS

Veillez présenter ce séminaire exactement comme il est. Avant de faire cette présentation, veuillez lire les déclarations et directives adventistes sur la sexualité alternative, que vous trouverez à la fin de ce livre de ressources. Accordez une attention particulière au ton des déclarations et des directives, et au langage utilisé. Comprenez la différence entre les pratiques homosexuelles et l'orientation homosexuelle, entre la compassion et l'empathie d'un côté et l'affirmation de l'autre. Assurez-vous que le fruit de l'Esprit brille à travers vous au cours de votre présentation, de sorte qu'il soit évident que « Dieu est amour » et que l'Église adventiste du septième jour adore un Dieu d'amour. Nous ne sommes contre personne ; nous sommes simplement pour ce qui se trouve dans la Parole de Dieu, la Bible.

Nous reconnaissons le caractère de changement et d'expansion perpétuels de l'inclusivité définie dans l'acronyme LGBTQ+, qui représente les lesbiennes, les gays, les bisexuels, les transgenre, les homosexuels et autres identités sexuelles qui existent et qui désirent être aussi inclusives et sensibles que possible. Cependant, dans ce séminaire, nous utiliserons seulement LGBTQ pour désigner toutes ces personnes.

Enfin, veuillez n'ajouter aucune histoire ni témoignage personnel au cours de votre présentation, contrairement à ce que nous encourageons pour les autres séminaires de ce livre de ressources ; mais pas cette fois-ci. Les éditeurs sont conscients que, vu le caractère sensible de ce sujet, les participants désireront peut-être partager leurs histoires et leurs expériences ; c'est pourquoi, pour permettre une certaine souplesse, soyez prêts à gérer l'auditoire, et empêchez tous les participants de monopoliser la conversation ou de changer l'orientation de l'objectif et du cadre recherchés pour ce séminaire. Visez à assurer un espace sûr, aimant et libre de tout jugement, pour que les parents/autres personnes puissent apprendre, poser des questions et croître dans la compréhension de leur enfant ou ami(e) LGBTQ.

Pour faciliter ceci au maximum, nous vous recommandons de demander aux participants de garder leurs questions et leurs commentaires jusqu'à la fin de ce séminaire, à moins qu'il n'y ait un point, qui vient d'être présenté, qui ait besoin de clarification. En répondant aux questions, veuillez ne pas vous appuyer sur vos propres opinions, et n'argumentez pas, ou ne vous mettez pas sur la défensive. Montrez toujours de l'empathie envers les participants et n'utilisez que les informations fournies ici. Enfin, si vous êtes dirigeant(e) d'une église locale et présentateur/trice de ce séminaire, veuillez obtenir l'autorisation de votre équipe pastorale avant de programmer et de présenter ce séminaire.

DERRIÈRE CET ACRONYME SE TROUVENT DES PERSONNES QUE NOUS CONNAISSONS ET AIMONS

D'après une enquête Gallup récente, le pourcentage d'adultes américains qui s'identifient comme autre chose qu'hétérosexuels a doublé, en passant de 3,5% en

2012 à 7,1% en 2022.<sup>1</sup> Cette augmentation est due surtout à la forte identification de soi-même comme LGBTQ, particulièrement comme bisexuels, parmi les adultes de la génération Z âgés de 18 à 25 ans. Dans cette génération, plus d'un sur cinq, soit 21%, s'identifient comme LGBTQ. Sur le plan mondial, en moyenne, 80% s'identifient comme hétérosexuels et 20% comme gays, lesbiennes, bisexuels, transgenre, asexuels ou autres.<sup>2</sup>

On ne peut nier que nous vivons à l'époque de ce qui est appelé « fluidité sexuelle » ou « expression non-binaire du sexe ». « Fluidité » signifie que le sexe peut changer ou change avec le temps, et « non-binaire » signifie que certaines personnes croient ne pas pouvoir être classées nettement dans la catégorie « masculin » ou « féminin ». Vu que ces tendances sexuelles sont en pleine mutation sur le plan mondial, il en est de même aussi dans l'Église. C'est pourquoi il est vraisemblable que nous voyions davantage de jeunes, dans nos familles, nos écoles et nos églises, remettre en question leur sexualité, leur identité et la morale sexuelle biblique qui leur a été enseignée, ou, ce qui est triste, qui ne leur a jamais été enseignée. Bien que l'on dise que les valeurs doivent être saisies et non enseignées, la sexualité est un sujet qui exige des conversations délibérées, et celle-ci doivent commencer dès la naissance.

Avec ces véritables truismes, ce qui reste au cœur de ces tendances et de la conversation LGBTQ, ce sont des personnes, des personnes réelles, qui ont des sentiments réels, des attirances réelles et l'aspiration passionnée à aimer et à être aimées. La plupart de ceux qui lisent ce séminaire ou y participent connaissent quelqu'un qui s'identifie comme LGBTQ : un(e) ami(e), un(e) voisin(e), un(e) collègue de travail, un(e) parent(e) éloigné(e), un parent ou un enfant. C'est pourquoi, pour commencer à comprendre les LGBTQ, nous devons d'abord cesser de dire « ces gens-là » et de faire la distinction entre « eux » et « nous ». Nous aspirons TOUS au sentiment d'appartenance, à être aimés, et avons tous un profond désir d'intimité. TOUTE l'humanité aspire à être traitée avec respect et dignité. Si nous gardons ceci à l'esprit, le reste de ce séminaire sera plus facile à comprendre.

En tant que communauté de foi et disciples de Jésus-Christ, nous n'avons pas d'autre choix que d'aimer comme Jésus a aimé. Nous nous sentons poussés à répandre la Bonne Nouvelle de l'Évangile parmi tous les humains et à les amener, par nos paroles et par nos actes, à une connaissance salvatrice de Celui qui est mort pour que nous puissions tous avoir une vie abondante. Le même Dieu qui a promis aux Israélites la délivrance de la servitude, malgré leur nature rebelle et leur infidélité, a encore l'intention de tenir Ses promesses d'un avenir plein d'espoir et d'une identité restaurée aujourd'hui.<sup>3</sup> « Voici maintenant ce que dit l'Éternel, celui qui t'a créé, Jacob, celui qui t'a façonné, Israël : 'N'aie pas peur, car je t'ai racheté. Je t'ai appelé par ton nom : tu m'appartiens !' » (Ésaïe 43.1). Nous sommes les canaux au travers desquels tous les humains peuvent trouver la liberté et une identité nouvelle en Christ, y compris ceux qui s'identifient comme LGBTQ. « Tous ont péché » et sont dans l'incapacité de recevoir la grâce de Dieu ; mais Son amour perdure, et Il nous offre « de nouvelles compassions chaque matin » (Romains 3.23 ; Lamentations 3.22, 23).

## DIGNITÉ ET COMPASSION POUR TOUS : COMPRENDRE LA POSITION ADVENTISTE SUR L'HOMOSEXUALITÉ

Quelle est donc la position de l'Église adventiste du septième jour sur le sujet de l'homosexualité ? Il est essentiel de savoir ce que disent les déclarations de l'Église et comment nous pouvons partager notre position d'une manière positive et attrayante. Il est tout aussi important de savoir que ces déclarations proviennent de la Parole de Dieu, et que le cœur de celles-ci est l'amour pour le peuple de Dieu. Les déclarations et directives adventistes du septième jour ont été mises au point par beaucoup de prière, de réflexion et d'étude de la Parole de Dieu, ainsi que par l'étude de diverses disciplines traitant ce sujet, par les théologiens de l'Institut de recherche biblique adventiste du septième jour. Selon le sujet, ceci peut inclure des médecins, des sociologues, des psychologues, des spécialistes de l'éthique et autres professionnels adventistes pertinents. Ces déclarations et directives ne reposent pas seulement sur les opinions d'une seule personne, avec un groupe qui approuve les opinions de cette personne, ni sur celles d'érudits d'autres dénominations, ni sur les découvertes les plus récentes reposant sur des preuves. Les idées préconçues personnelles ont été mises de côté autant qu'il est humainement possible, et on a cherché en profondeur la direction divine dans la Bible. Ces déclarations et directives reflètent une philosophie biblique et non une philosophie séculière populaire et contemporaine. En tant que peuple de foi, nous devons toujours chercher, en tout premier lieu, à utiliser une philosophie biblique comme cadre pour comprendre même les problèmes contemporains. La Bible est pertinente pour tous les siècles.

### EXERCICE DE GROUPE

Présentateur : Projetez sur l'écran la Déclaration de la position de l'Église adventiste du septième jour sur l'homosexualité (vous devrez la mettre sur une diapositive dans la présentation). Lisez-la à haute voix et demandez aux participants de suivre la lecture sur l'écran. Après l'avoir lue, passez cinq minutes à en donner un compte-rendu à l'auditoire, en insistant sur la dignité de tout être humain. Répétez aussi que l'Église adventiste du septième jour ne soutient ni n'approuve d'aucune façon les mauvais traitements, l'intimidation ou la condamnation infligés à des personnes LGBTQ. Cette déclaration parle spécifiquement des pratiques homosexuelles et reconnaît qu'il existe de nombreuses personnes homosexuelles et hétérosexuelles qui s'abstiennent des pratiques sexuelles qui ne sont pas en accord avec le plan divin pour l'humanité. Bien que ce séminaire ne permette pas d'examiner toutes ces déclarations, veuillez encourager les participants à lire les autres déclarations (en anglais) concernant le mariage et la sexualité :

- <https://family.adventist.org/resources/real-answers/statement-of-concern-on-sexual-behavior/>
- <https://family.adventist.org/people/couples/an-affirmation-of-gods-gift-of-sexuality/>

- <https://family.adventist.org/resources/real-answers/seventh-day-adventist-response-to-same-sex-unions-a-reaffirmation-of-christian-marriage/>
- <https://www.adventist.org/official-statements/statement-on-transgenderism/>

## COMPRENDRE LES PERSONNES LGBTQ

Au cours des années, divers mots ont revêtu différents sens, et une nouvelle terminologie est apparue, spécialement concernant les personnes LGBTQ. Nous partagerons ici une liste de termes clés<sup>4</sup> qui sont essentiels pour comprendre le dialogue actuel. Ce n'est absolument pas une liste exhaustive ; mais elle vous aidera à commencer à comprendre et à engager la conversation. Certaines expressions de ce langage peuvent vous mettre mal à l'aise ; ou bien vous pourrez hésiter à utiliser ce genre de langage ; mais sachez qu'il est normal de ressentir cette gêne. Utiliser ce langage ou le comprendre ne signifie pas qu'on approuve ce comportement ; cela nous donne seulement une meilleure compréhension de la manière dont on peut engager la conversation d'une manière plus christocentrique avec la communauté LGBTQ

Veillez garder à l'esprit que nous n'approuvons aucunement toute activité qui ne soit pas en accord avec la Parole de Dieu. Cependant, nous espérons simplement augmenter la compréhension de ce langage et encourager la sensibilité lorsque nous écoutons et parlons. La plupart d'entre vous n'aurez très probablement jamais besoin d'utiliser tous ces mots. Cependant, il est utile de connaître et de comprendre cette terminologie.

- Identité sexuelle : Terme utilisé par une personne pour décrire sa sexualité ou son orientation sexuelle.
- Homosexuel(le) : Personne qui est attirée vers une personne du même sexe. Dans la société en général, ce terme est maintenant considéré comme péjoratif et offensant. Le mot queer (bizarre) lui est préféré. Bien que le mot « homosexualité » soit utilisé dans les Écritures, lorsqu'on parle de personnes LGBTQ, il vaut mieux utiliser le langage que ces personnes utilisent pour se définir elles-mêmes. Si ceci ne compromet pas vos croyances et valeurs essentielles, même si ceci vous met mal à l'aise, vous pouvez honorer cette demande. Mais il est certain qu'il est toujours sûr de parler de « LGBTQ » si vous préférez ne pas utiliser le terme « queer ».
- Straight/Hétérosexuel(le) : Personne qui est attirée exclusivement vers le sexe opposé.
- Queer : Terme générique désignant les personnes LGBTQ. Dans le passé, ce terme était considéré comme péjoratif ; mais il a été récemment revendiqué comme un identifiant valorisant. On l'utilise de manière interchangeable avec « LGBTQ ».

- LGBTQ+ : Acronyme signifiant : Lesbienne, Gay, Bisexuel, Transgenre, Queer ou Qui pose des questions ; + = intersexe, asexuel, etc.
- Orientation homosexuelle : Schéma durable d'attraction émotionnelle, romantique et/ou sexuelle vers les membres du même sexe. On doit le différencier des pratiques homosexuelles. Une personne peut avoir une attraction pour les personnes du même sexe, mais ne pas s'adonner aux pratiques homosexuelles.
- Pratiques homosexuelles : pratiques sexuelles entre personnes du même sexe.
- Cisgenre : Terme utilisé pour décrire des personnes dont l'identité sexuelle correspond au sexe qui leur a été attribué à la naissance, par opposition aux transgenres, personnes qui ont changé de sexe biologique.
- S'ouvrir : Processus d'acceptation de soi-même, qui dure toute la vie. Ceci peut inclure la révélation publique aux parents, aux ami(e)s, aux collègues de travail, etc., mais pas nécessairement.
- Bicurieux/se : Personne qui explore si, oui ou non, elle est attirée vers les personnes du même sexe aussi bien que vers les personnes du sexe opposé.
- Dysphorie : Détresse psychologique qui peut résulter du manque de correspondance entre le sexe qui a été attribué à la naissance, ou sexe biologique, et la présente identité sexuelle. La dysphorie sexuelle n'est plus traitée aujourd'hui comme une maladie mentale.
- Identité sexuelle : Le sentiment intérieur et profondément ancré qu'une personne a de son sexe. En ce qui concerne les personnes transgenres, le sentiment de leur identité sexuelle ne correspond pas à leur sexe de naissance.
- Non binaire : Personne qui considère son identité sexuelle et/ou l'expression de celle-ci comme étant en dehors des catégories « homme » et « femme » ; elle pourrait se trouver quelque part entre « homme » ou « femme », ou se sentir totalement différente de ces termes.
- Asexuel : Qui ressent une attraction sexuelle minimale, ou qui n'en ressent pas du tout, pour les autres individus.
- Intersexe : Personne née avec des organes génitaux mâles et femelles. Désignée communément et péjorativement sous le nom d'« hermaphrodite ».
- They/their/them (ils/leur/eux) : Pronoms utilisés pour désigner quelqu'un qui s'identifie comme ni mâle, ni femelle (par exemple : non binaire). [Note du traducteur : l'anglais possède un genre grammatical pour ses pronoms personnels, possessifs et démonstratifs, qui n'existe pas en français, et qui désigne ce qui n'est pas défini comme masculin ou féminin. Ce genre est semblable à la forme plurielle, avec laquelle il ne doit pas être confondu, car il est singulier et non pluriel.]

- Attirance pour le même sexe : Terme utilisé surtout par ceux qui désirent exprimer leur attirance pour les personnes du même sexe sans s'identifier eux-mêmes comme LGBTQ. Ceci est considéré comme offensant pour de nombreuses personnes LGBTQ, parce que ceci est généralement associé à des personnes anciennement gays, car elles croient que ceci diminue leur identité sexuelle (Note : Comme ceci a déjà été mentionné, chacun désire être respecté et qu'on s'adresse à lui/elle en utilisant une terminologie qui l'honore en tant que tel(le). Ceux qui choisissent de ne pas s'intituler « LGBTQ » doivent faire respecter la définition de leur identité. Il n'existe aucune hiérarchie du respect : nous avons tous besoin de nous respecter les uns les autres).
- Allié : Une personne straight/hétérosexuelle/cisgenre qui soutient et promeut les personnes LGBTQ.

Les termes et définitions énumérés ci-dessus ont été définis par l'APA ou partisans des LGBTQ. De nombreux organismes exigent de leurs employés qu'ils utilisent ces termes de manière appropriée ; sinon, il y a des répercussions négatives. Nous répétons : bien que nous ne croyions ni n'approuvions les pratiques des personnes LGBTQ, nous croyons que, là où c'est possible, nous devons permettre un espace dans lequel nous pouvons honorer ces termes comme une forme de respect envers la manière dont on doit s'adresser aux personnes LGBTQ. Il est aussi essentiel de comprendre ces termes, de manière à comprendre pleinement, en tant que communauté de foi, comment communiquer nos propres croyances.

Voici quelques définitions de termes<sup>5</sup> que les croyants adventistes du septième jour doivent incorporer dans leur compréhension des personnes LGBTQ et dans leurs conversations avec celles-ci :

- Compassion : Sentiment de profonde sympathie et chagrin pour une autre personne frappée par le malheur, accompagné de l'ardent désir de soulager sa souffrance.
- Grâce : Faveur ou bonne volonté. Théologiquement : la faveur et l'amour immérités de Dieu, offerts gratuitement.
- Empathie : Identification psychologique avec les émotions, pensées ou attitudes d'une autre personne, ou expérience substitutive de celles-ci.
- Acceptation : Reconnaissance honnête de la réalité d'une situation. Acceptation ne signifie pas de manière inhérente qu'on est d'accord ou à l'aise avec une situation. C'est la capacité de pratiquer un amour inconditionnel. Cependant, ces mots ne doivent pas être utilisés ni compris comme signifiant une approbation des pratiques des personnes LGBTQ.

- Affirmation : L'affirmation que quelque chose existe ou est vrai ; confirmation ou ratification de la vérité. Définition légale : Déclaration solennelle acceptée à la place d'une déclaration sous serment (Dictionary.com).

Malgré de nombreuses et plausibles affirmations de la recherche scientifique sur la formation de l'identité et le développement psychologique, notre identité nous vient du fait que nous avons été créés à l'image de Dieu. L'identité sexuelle n'est qu'une partie de notre identité. Certes, c'est une grande partie de notre identité, puisque notre sexe est une partie importante pour définir qui nous sommes. Cependant, indépendamment de leur orientation sexuelle, tous les êtres humains ont une orientation vers le péché, ce qui signifie que l'objectif ne concerne pas tellement l'hétérosexualité, mais la sainteté. Que l'on ait une orientation LGBTQ ou une orientation hétérosexuelle, à moins que notre sexualité soit sous la seigneurie de Jésus-Christ (ce qui signifie la décision d'honorer Dieu dans tout ce que nous faisons), nous sommes sur un terrain dangereux. La bonne nouvelle est, comme Jésus l'a dit : « Je suis venu afin que les brebis aient la vie et qu'elles l'aient en abondance » (Jean 10.10). Telle est la promesse de Dieu à quiconque décide de faire Sa volonté.

#### COMMENT AIDER SES ENFANTS À COMPRENDRE LES LGBTQ

Au commencement de ce séminaire, nous avons mentionné la réalité que la plupart des enfants/jeunes d'aujourd'hui, et, osons le dire, un fort pourcentage des adultes les plus âgés, croient que les personnes LGBTQ ne sont pas un problème. Nos jeunes se considèrent comme des alliés ou des partisans (voir les définitions ci-dessus) des personnes LGBTQ. Ils croient que

« Dieu est amour » (1 Jean 4.8) et qu'Il n'a de haine pour personne. C'est vrai ! Dieu est amour ! Dieu n'a de haine pour personne ! Et, oui, Dieu désire aussi que nous Lui obéissions selon ce qu'Il nous a commandé (Deutéronome 12.31). Tout cela est vrai ; mais ce sujet doit être abordé avec beaucoup de sensibilité, d'empathie, de compassion, de grâce, et d'un amour authentique et inconditionnel pour nos enfants et pour ceux/celles qu'ils cherchent à protéger et à défendre.

Les jeunes LGBTQ doivent faire face à de nombreuses difficultés, et nos enfants les considèrent comme « ces plus petits » (Matthieu 23.40) dont Jésus parlait. En tant que parents, nous encourageons régulièrement nos enfants à faire preuve de gentillesse et à rechercher ceux qui ont besoin d'aide. Les jeunes d'aujourd'hui considèrent donc ceci comme leur problème. Certains de ces problèmes incluent les problèmes de santé mentale, les brimades, la discrimination, ainsi que les problèmes de développement de l'identité. Les jeunes LGBTQ courent un risque accru de souffrir de dépression, d'anxiété et de pensées suicidaires. La racine de ces problèmes se trouve

souvent dans des pressions sociales externes, dans le rejet par la famille ou dans les brimades. Ceci peut avoir sur eux des effets psychologiques à long terme et mener à des dommages physiques. Les jeunes LGBTQ luttent aussi avec leur identité, parce que notre identité sexuelle est si profondément liée à notre identité générale que ceci peut mener à des sentiments d'isolement et de confusion.

Les parents et les familles peuvent jouer un rôle décisif pour aider les enfants à comprendre leur propre identité sexuelle et ce que la Bible a à nous dire sur qui nous sommes en tant que créatures de Dieu. L'idéal serait que les parents commencent le dialogue sur la sexualité dès la naissance, en expliquant que Dieu, le Créateur, nous a créés, hommes et femmes, à Son image. Genèse 1.26 : « Puis Dieu dit : 'Faisons l'homme à notre image, à notre ressemblance !' » Les parents peuvent utiliser de nombreux moments propices à l'enseignement, tels qu'en changeant une couche, en décrivant les parties du corps, ou en discutant des relations avec les ami(e)s, pour parler du plan de Dieu pour notre identité sexuelle. Cette conversation ne nous donnera pas de préjugés hétérosexuels ni de jugements discriminatoires : c'est notre philosophie biblique, et elle mérite d'être respectée comme toute autre philosophie. Cependant, comme nous l'avons dit de manière conséquente, ceci ne signifie pas que nous devons parler de manière péjorative de tout groupe de population, spécialement des personnes LGBTQ que nous étudions ici. Toute notre parole doit être accompagnée de tendresse et de compassion, comme l'était celle de Jésus (insérez ici la citation d'Ellen White).

Voici quelques directives à suivre pour discuter des personnes LGBTQ avec vos enfants (adolescents, adultes, n'importe qui) :

Écoutez, écoutez, écoutez. Pratiquez l'écoute active. Ceci signifie écouter d'abord pour comprendre avant de parler. Mettez-vous à leur place, essayez de manifester de l'empathie avec leurs sentiments et leurs préoccupations. Ne pensez pas qu'il soit indispensable que vous ayez immédiatement toutes les bonnes réponses. Parfois, vous pourrez seulement dire : « Je t'entends et je te comprends ; puis-je prendre un peu de temps pour te donner une réponse ? Et puis-je te prendre dans mes bras avant que nous prenions tous les deux du temps pour réfléchir à cela ? »

Éduquez-vous vous-mêmes. Familiarisez-vous avec les termes utilisés, spécialement ceux que vous n'avez jamais entendus auparavant ou que vous n'avez pas pleinement compris. Posséder cette connaissance vous aidera à chasser des mythes et des préjugés que vous entreteniez auparavant.

Sachez ce que vous croyez. Êtes-vous convaincu(e) de la philosophie biblique ? Croyez-vous ce que dit la Bible et ce que professe l'Église adventiste du septième jour ? Par exemple, saviez-vous que l'Église adventiste du septième jour ne croit pas à la thérapie de la conversion ? Cependant, nous croyons à la conversion spirituelle et à la transformation par la puissance de Dieu : « Nous tous qui, sans voile sur le visage, contempons comme dans un miroir la gloire du Seigneur, nous sommes transformés à son image, de gloire en gloire, par l'Esprit du Seigneur » (2 Corinthiens

3.18). Ceci n'est pas contre la loi. Ceci signifie plutôt que Dieu peut tout faire. Nous nous en laissons le soin à Dieu. Mais il vous sera difficile d'expliquer ceci à votre enfant si vous n'êtes pas convaincu(e), dans votre croyance, qu'il y a un Dieu puissant, omnipotent et aimant.

Évitez les clichés. Les conversations sur la sexualité ont longtemps causé un malaise qui a souvent poussé les gens à faire des commentaires frivoles ou des plaisanteries maladroites, telles que : « Dieu n'a pas créé Adam et Steve ! » Bien que nous sachions inconsciemment que ces plaisanteries peuvent causer du tort, nous en rions, surtout parce que nous sommes nerveux et mal à l'aise. Même la phrase « Nous devons aimer le pécheur, mais haïr le péché », bien que vraie, est très offensante pour nos jeunes et pour les personnes LGBTQ. Il vaut mieux s'engager dans un dialogue authentique et sincère avec vos jeunes et demander à Dieu la sagesse et de vous donner les paroles qui encourageront un esprit ouvert et la confiance. Souvenez-vous que « les paroles agréables sont un rayon de miel : elles sont douces pour l'âme et porteuses de guérison pour le corps » (Proverbes 16.24).

Ni conférence, ni argumentation. Adoptez la position d'un apprenti plutôt que celle d'un conférencier. Soyez humble et pur de cœur. « Que chacun soit prompt à écouter, lent à parler, lent à se mettre en colère » (Jacques 1.19). Profitez de l'occasion pour créer la confiance avec votre enfant et écouter parler son cœur. Soyez proactif(ve) et ne réagissez pas aux déclarations qui sont théologiquement fausses. La vérité est importante, mais votre enfant ne pourra pas entendre cette vérité s'il/si elle n'a pas l'impression d'avoir été écouté(e).

## L'APPROCHE DIVINE AUX CONVERSATIONS DIFFICILES

Une grande partie des informations partagées dans ce séminaire sur la position biblique sur les personnes LGBTQ vise à la clarté et à la compréhension de ce que la Bible a à nous dire, et à vous permettre de mieux connaître la terminologie que la plupart de vos jeunes connaissent déjà. Nous avons ensuite partagé quelques conseils sur la manière d'amorcer un dialogue ouvert avec votre enfant, ou avec n'importe qui, sur les personnes LGBTQ. Bien que ce séminaire puisse vous donner quelques conseils sur la manière de parler à votre enfant s'il/si elle « s'ouvre » à vous, cette conversation n'entre pas dans le domaine de ce séminaire. Cependant, chaque interaction que nous avons avec nos enfants sur n'importe quel sujet doit toujours révéler l'amour sans faille et sans limite de Dieu. En tant que telle, l'essence de chaque conversation sur les personnes LGBTQ est de garder Dieu au centre.

L'apôtre Paul nous rappelle, dans Romains 5.8 : « Voici comment Dieu prouve son amour envers nous : alors que nous étions encore des pécheurs, Christ est mort pour

nous. » Priez en profondeur et avec ferveur pour demander la puissance et la direction divines dans votre dialogue avec les autres, spécialement concernant les personnes LGBTQ. Chaque conversation avec vos jeunes ou bien les amènera plus près de vous et de Dieu, ou bien les poussera plus loin. Dieu essaie toujours de nous attirer plus près de Lui : « De loin, l'Éternel s'est montré à moi : 'Je t'aime d'un amour éternel, c'est pourquoi je te conserve ma bonté' » (Jérémie 31.3). Assurons-nous que nous sommes des canaux de l'amour et de la lumière de Dieu les uns pour les autres!

## BIBLIOGRAPHIE

Davidson, R.M. (2007), *Flame of Yahweh: Sexuality in the Old Testament* (La flamme de Yahweh : la sexualité dans l'Ancien Testament), Henrickson Publishers, Inc.

Gilson, R. (2020), *Born Again This Way: Coming out, coming to faith, and what comes next* (Né de nouveau de cette manière : s'ouvrir, venir à la foi, et ce qui vient après), The Good Book Company.

Mueller, E. (2010), *Homosexuality, Scripture, and the Church* (L'homosexualité, l'Écriture et l'Église), Biblical Research Institute.

Mueller, E. & De Souza, E.B. (2015), *Marriage: Biblical and Theological Aspects* (Le mariage : aspect biblique et théologique), (E. Mueller & E.B. De Souza, éditeurs, Vol. 1), Review and Herald Publishing Association.

Mueller, E. & Souza, B.D. (éditeurs), (2022), *Sexuality: Contemporary Issues from a Biblical Perspective* (La sexualité : les problèmes contemporains vus dans une perspective biblique).

Oliver, W. & Oliver, E. (2015), *An Introduction: The Beauty of Marriage* (Introduction : la beauté du mariage), in E. Mueller & E.B. De Souza (éditeurs), *Marriage: Biblical and Theological Aspects* (Vol. 1) (Le mariage : aspect biblique et théologique), Review and Herald Publishing Association.

Slattery, J. (2018), *Rethinking Sexuality: God's Design and Why it Matters* (Repenser la sexualité : le plan divin et pourquoi il est important), Multnomah.

Yuan, C. (2018), *Holy Sexuality and the Gospel: Sex, Desire, and Relationships Shaped by God's Grand Story* (Une sexualité sainte et l'Évangile : le sexe, le désir et les relations, modelés par la grande histoire de Dieu), Multnomah.

## NOTES

1 <https://news.gallup.com/poll/329708/lgbt-identification-rises-latest-estimate.aspx>

2 <https://www.ipsos.com/en/ipsos-lgbt-pride-2021-global-survey>

3 Andrews Study Bible Notes. Ésaïe 43.1–28 : L'amour de Dieu pour Israël et Sa fidélité à l'alliance sont des éléments centraux pour comprendre les paradoxes du livre d'Ésaïe : oracles de jugement et de salut, menaces de destruction et promesses de préservation d'un reste qui poursuivra l'identité et la mission du peuple de Dieu.

4 American Psychological Association (APA), *Equity, Diversity, and Inclusion: Inclusive language guide*, 2nd ed. (L'équité, la diversité et l'inclusion : guide pour le langage inclusif), [apa.org](http://apa.org)

5 [Dictionary.com](http://Dictionary.com)

**MARDI**

# DEVENIR PUISSANT PAR L'AUTONOMISATION

BY WILLIE ET ELAINE OLIVER

TEXTE

Jérémie 31.3

THÈME

Dans l'Ancien comme dans le Nouveau Testament, on trouve quatre éléments qui caractérisent des relations saines et saintes : l'alliance, la grâce, l'autonomisation, et l'intimité. Tous ces traits s'assemblent pour former une véritable relation d'alliance, qui représente la sorte de relation que Dieu désire pour Son peuple.

OBJECTIF

Dans ce séminaire, nous nous concentrerons surtout sur l'autonomisation (empowerment). Le principal objectif est d'identifier un modèle de puissance qui provient de l'autonomisation pour des relations plus saines.

FORMAT

Cet atelier peut être présenté comme un seul atelier en deux parties, ou comme deux ateliers séparés.

Première partie : Le pouvoir et le contrôle dans les relations  
Deuxième partie : Se fortifier l'un l'autre

PREMIÈRE PARTIE : POUVOIR ET DOMINATION

Le désir de dominer est l'une des tendances humaines les plus fortes ; non seulement de nous dominer nous-mêmes, mais aussi de dominer les autres. Le pouvoir est une dimension que l'on rencontre dans toutes les relations humaines (Balswick et Balswick, 2007).

Dans la violence domestique, il y a toujours un déséquilibre ou un mésusage du pouvoir. La violence domestique est caractérisée par la peur, la domination et la souffrance. Une seule personne, dans cette relation, utilise la coercition ou la force pour dominer l'autre personne ou les autres membres de sa famille. Cet abus peut être physique, sexuel ou émotionnel (Fortune, 2002).

Plusieurs raisons peuvent expliquer pourquoi l'abuseur ou le maltraitant peut choisir d'abuser de son pouvoir :

1. Il pense que c'est son droit ; c'est-à-dire, cela fait partie de son rôle.
2. Il se sent autorisé à employer la force.
3. Il a appris ce comportement dans son passé.
4. Ce comportement marche comme il le souhaite.

Dans la plupart des cas déclarés d'abus, l'abuseur est du sexe masculin ; c'est pourquoi, dans tout cet atelier, l'abuseur sera désigné surtout comme étant de sexe masculin. Cependant, gardez à l'esprit que l'abuseur peut aussi être du sexe féminin. Peu importe qui se rend coupable d'abus, on ne doit pas accepter les abus dans les relations saines et saintes.

L'abuseur suppose qu'il a le droit de dominer tous les membres de sa famille. Cette disposition à employer la violence pour obtenir cette domination provient de ce qu'il a appris. À partir de diverses sources, l'abuseur a appris qu'il est approprié que la personne la plus grande et la plus forte (généralement du sexe masculin) frappe les autres « pour leur propre bien » ou parce qu'il « les aime ».

#### EXERCICE : D'ACCORD/PAS D'ACCORD

Pour amorcer la réflexion du groupe sur le pouvoir et la domination dans les relations, invitez-les à réagir aux déclarations suivantes (d'accord/pas d'accord). Ne discutez pas maintenant ces déclarations et ne proposez pas votre opinion (elles sont conçues pour être quelque peu ambiguës et controversées, et pour amener les gens à amorcer une réflexion sur leur propre comportement et où ils l'ont appris). Demandez aux participants de lever le pouce s'ils sont d'accord, et de le baisser s'ils ne sont pas d'accord.

D'accord/pas d'accord : « Qui aime bien châtie bien. »

D'accord/pas d'accord : Dans la famille, le pouvoir réside entre les mains du père.  
D'accord/pas d'accord : Les parents doivent montrer aux adolescents qui commande.

D'accord/pas d'accord : Les maris doivent parfois secouer un peu leurs épouses pour maintenir leur autorité.

D'accord/pas d'accord : La Bible enseigne que les épouses doivent être soumises à leurs maris, quoi qu'ils fassent.

## QUELLES SONT LES SOURCES POSSIBLES

### DU COMPORTEMENT ACQUIS PAR LES ABUSEURS ?

- L'observation de leurs parents
- Leurs pairs
- Une mauvaise interprétation de l'enseignement biblique
- Les médias : plaisanteries, caricatures, feuilletons à l'eau de rose, films présentant la domination et les abus au sein d'une relation intime comme un comportement normal.

## EXERCICE POUR LES PARTICIPANTS

- Tous les abuseurs ont appris à utiliser la force par l'expérience. Lorsque, pour la première fois, les abuseurs ont utilisé la force pour dominer un membre de leur famille, ceci n'a produit aucune conséquence négative : personne n'a fait d'objection, personne ne les a arrêtés ; personne n'a remis en question leur comportement.
- Pouvez-vous penser à une situation dans laquelle ceci pourrait se passer, soit inconsciemment, soit délibérément ? (Accordez aux participants quelques secondes pour répondre. Déconseillez aux participants de partager des expériences personnelles).

Puisqu'il n'y a pas eu de conséquences négatives, l'abuseur a appris que la violence, ça marche ! La violence lui a apporté ce qu'il désirait : soit la soumission ou le conformisme de son conjoint ou autre membre de sa famille. Paradoxalement, il a appris que le foyer et la famille étaient des lieux dans lesquels on peut se livrer à un comportement violent. À un niveau très cognitif, il sait que ce comportement aurait été très négatif et aurait eu de graves conséquences s'il s'y était livré sur son lieu de travail. S'il avait frappé son patron dans un moment de colère, il est probable qu'il aurait été renvoyé ou arrêté. C'est pourquoi les abuseurs sont rarement violents sur leur lieu de travail.

## QUELQUES FAITS SUR LE BESOIN DE POUVOIR DES ABUSEURS

1. Les mauvais traitements ne sont pas le résultat du manque de domination par l'abuseur (ou frappeur) ; c'est sa tentative personnelle de maintenir sa domination. Il choisit son propre comportement.
2. Le besoin, ressenti par l'abuseur, de dominer les membres de sa famille, semble augmenter en même temps que le stress dans sa vie.
  - Le stress peut être interne (incapacité à communiquer avec le conjoint, mauvaises notes scolaires de l'enfant, mort d'un parent, repas en retard). Il peut se sentir déçu par sa famille, mais surtout par lui-même.
  - Le stress peut être externe (perte de l'emploi, absence de promotion professionnelle, perte du championnat par l'équipe locale de football).
  - Tous ces événements peuvent produire des émotions qui peuvent ne pas être considérées comme « masculines » (déception, anxiété, chagrin, etc.).
  - Il utilise la colère pour exprimer ou cacher ses émotions réelles, en cherchant à retrouver la maîtrise de sa vie.

Remarque : N'importe qui, et pas seulement les hommes, peut passer par ce cycle de la colère. Les individus utilisent souvent la colère pour exprimer leurs véritables sentiments et émotions. Il est important d'apprendre à identifier les véritables sentiments tels que la souffrance, la déception, le découragement, le sentiment d'insécurité, le chagrin, etc.

## FAUSSES IDÉES SUR LES ABUS

1. Les abus ne sont pas causés par l'alcool ou la drogue. Bien qu'il puisse exister une certaine corrélation entre les deux, les abus ne sont pas causés par l'usage de la drogue ou de l'alcool. Il est important de se souvenir qu'un traitement contre l'alcool ou la drogue, dans la plupart des cas, ne met pas fin à la violence. Ce traitement peut constituer une première étape ; mais l'abuseur a encore besoin de traiter son problème spécifique, qui consiste à utiliser la violence comme une forme de pouvoir et de domination.
2. Les abus ne sont pas causés par la relation. Bien que certains aspects du foyer ou autres relations familiales puissent causer du stress à l'abuseur (par exemple : manque de communication, problèmes financiers, dysfonctionnement dans le domaine sexuel, problèmes d'éducation des enfants), ceci ne cause pas la violence dans la relation. Il existe d'autres relations qui connaissent les mêmes problèmes, et

cependant la violence ne fait pas partie de leur solution. Les abuseurs doivent apprendre que la violence n'est pas la solution de leurs problèmes. Ils doivent traiter leurs problèmes de violence ; puis, lorsqu'ils pourront le faire en toute sécurité, traiter les relations conjugales et familiales.

3. La victime n'est pas la cause de l'abus. Ce n'est pas le comportement de la victime qui cause la violence perpétrée par l'abuseur. Aider la victime à changer son comportement, par exemple en portant de plus jolis vêtements, en préparant des repas plus appétissants, en perdant du poids, etc., ne mettra pas fin à la violence. C'est l'abuseur, et non la victime, qui est l'auteur de la violence.

4. L'abuseur n'est pas un ogre. Il peut prendre bien soin de sa famille, être un bon père, un excellent membre de son église et de sa communauté. Il peut être très charmant et très extraverti. Son épouse peut l'aimer et dépendre émotionnellement de lui. Ce qui est triste est que tout cela ne signifie pas qu'il n'abuse pas les membres de sa famille. Il est parfois un peu difficile de croire une femme qui raconte à quel point son mari est violent et abuseur à la maison, alors qu'à l'église il se comporte comme le membre d'église le plus gentil et le plus digne de confiance. L'histoire racontée par cette femme est en contradiction avec ce que tout le monde a vu de ses yeux dans la vie publique ; d'où la tendance à faire confiance à sa propre expérience et à ne pas croire cette horrible histoire. Cependant, il est important de comprendre que, dans la plupart des cas, les femmes et les enfants ne mentent pas sur les abus dont ils sont les victimes. Souvenez-vous que la plupart des cas d'abus ne sont jamais déclarés à la police.

#### POURQUOI UNE VICTIME RESTE-T-ELLE DANS UNE SITUATION INSUPPORTABLE ?

- Dépendance émotionnelle
- Dépendance économique
- Le besoin d'un père (ou d'un autre parent) pour les enfants
- Les autres membres de la famille poussent la victime à rester dans son foyer
- Principes religieux
- N'avoir aucun autre lieu où aller
- La PEUR, raison principale expliquant pourquoi la plupart des femmes restent dans leur foyer ou y retournent après en être parties

La véritable question est comment une victime d'abus peut trouver la force de prendre la décision de partir. La ressource la plus importante dont les victimes et les survivants des abus ont besoin est un moyen de rompre le silence et l'isolement et de trouver un soutien.

## EXERCICE PAR GROUPES

Si le groupe est important, divisez les participants en groupes de 4 ou 5 et demandez-leur de discuter en petits groupes. Accordez aux groupes de 10 à 15 minutes pour discuter les questions suivantes, puis partagez les idées en tant que groupe entier :

1. L'une des caractéristiques possibles d'une victime de la violence domestique est sa conception déformée de Dieu et des problèmes spirituels. Quelles peuvent être quelques-unes de ces manières erronées de penser, et où celles-ci ont-elles pu commencer dans leur histoire de violence domestique ? Qui ou quoi a pu les influencer à penser de cette manière inappropriée, et en quoi celle-ci peut-elle affecter la vie de la victime ?

Note au présentateur : Sauter la partie 2 de cet exercice de groupe si vous continuez par la deuxième partie de cet atelier. Si vous n'utilisez que la section

« Pouvoir et domination », continuez par la partie 2 de cet exercice de groupe.

2. Examinez les passages suivants : Psaume 27.14 ; Psaume 29.10, 11 ; Exode 3.11 ; Exode 4.1–4 ; 2 Chroniques 14.11 ; Jean 1.12 ; 2 Corinthiens 12.9 ; Néhémie 8.10 ; Philippiens 4.13 ; Éphésiens 1.17–19. Quelles conclusions pouvez-vous tirer sur l'autonomisation dans une perspective biblique ?

## DEUXIÈME PARTIE : S'AUTONOMISER LES UNS LES AUTRES

Depuis les origines de l'histoire, il a existé des luttes de pouvoir entre les membres d'une même famille. Adam et Ève se sont dressés contre Dieu. Le premier acte d'agression dans la Bible a été le meurtre d'Abel par son frère Caïn, par jalousie. Ces luttes de pouvoir nous rappellent l'altération survenue dans les relations humaines depuis la chute. Tout ce que Dieu avait créé de parfait a été corrompu et déformé par le Malin (Balswick et Balswick, 2007).

Cependant, le message de restauration et de renouveau se voit dans toute la Bible, Ancien et Nouveau Testaments. Dieu nous a ouvert un chemin pour que nous

puissions vivre une vie d'autonomisation et de service par la résurrection de Jésus et l'autonomisation apportée par le Saint-Esprit. Nous sommes appelés à nous édifier mutuellement ; tel est le privilège et l'opportunité du processus de l'autonomisation.

## TYPES DE POUVOIR

Autorité contre domination

Le pouvoir légitime est de l'autorité

Le pouvoir illégitime est de la domination

Le pouvoir légitime est généralement sanctionné par la société, et possède donc l'autorité. Par exemple, le pouvoir parental est considéré comme un pouvoir légitime. La plupart des sociétés accordent aux parents l'autorité sur leurs enfants jusqu'à ce que ceux-ci atteignent l'âge légal de la maturité. Cet âge diffère d'une culture à l'autre.

La domination est un pouvoir dont on s'empare sans qu'il soit sanctionné par la société ; il est donc considéré comme illégitime. Par exemple, certains parents peuvent dépasser les limites de leur pouvoir légitime, ou négliger leurs responsabilités, et la société leur ôtera leur pouvoir légitime, par exemple pour abus ou négligence de l'enfant.

Un pouvoir obtenu par domination ou par intimidation est l'opposé du modèle d'autonomisation représenté dans les Écritures.

## DEMANDEZ AU GROUPE

Qu'est-ce que l'autonomisation ?

Le Dictionnaire de Webster définit ainsi « autonomiser » : « donner un pouvoir à ; autoriser ; rendre capable ».

Voici ce que disent Balswick et Balswick sur l'autonomisation :

L'autonomisation est née de l'amour du Dieu de l'alliance et de l'incroyable grâce que nous trouvons en Jésus-Christ. L'Esprit de Dieu nous autonomise pour que nous puissions autonomiser les autres. Et lorsqu'une autonomisation mutuelle se réalise parmi les membres d'une même famille, chacun sera amené à son plein potentiel dans un service d'amour et d'humilité. Les membres de la famille croîtront jusqu'à la stature de Christ en murissant dans le caractère du Christ dans leurs interactions quotidiennes. [...] Ceci n'a rien à voir avec le pouvoir exercé sur les autres, mais implique plutôt de prendre un grand plaisir à s'édifier mutuellement pour que nous devenions tout ce que Dieu désire que nous soyons (Balswick et Balswick, 2014, p. 29).

1 Corinthiens 8.1b exprime les choses ainsi : « La connaissance rend orgueilleux, mais l'amour édifie. »

## EXERCICE DE GROUPE

Examinez les passages suivants : Psaume 27.14 ; Psaume 29.10, 11 ; Exode

3.11 ; Exode 4.1–4 ; 2 Chroniques 14.11 ; Jean 1.12 ; 2 Corinthiens 12.9 ; Néhémie 8.10 ; Philippiens 4.13 ; Éphésiens 1.17–19. Quelles conclusions pouvez-vous tirer sur l'autonomisation dans une perspective biblique ?

## MODÈLES DE POUVOIR FAMILIAL

Supposition de base

\*Balswick et Balswick (2014)

## MODÈLES DE BASE DU POUVOIR FAMILIAL

### MODÈLE PATRIARCAL

Le modèle patriarcal existe encore aujourd'hui dans la plupart des sociétés. Dans de nombreux foyers chrétiens, la croyance est que là où la Bible parle de l'homme comme « chef du foyer », ceci signifie qu'il doit être le « patron », et que la soumission de l'épouse signifie que celle-ci ne possède aucune autorité dans le foyer. Cependant, il est important de remarquer que l'Écriture parle aussi de soumission mutuelle et du rôle du serviteur souffrant dont le Christ a été le modèle (Éphésiens 5.21 ; Philippiens 2.5–8).

Remarque : Ne permettez pas aux participants d'amorcer une discussion sur le chef de foyer et la soumission. Maintenez-les concentrés sur le thème de l'autonomisation.

Ellen White parle de l'individualité dans le mariage :

Ce qui est demandé à la femme est qu'elle cherche à chaque instant à craindre Dieu et à le glorifier. C'est au Seigneur Jésus-Christ seul qu'elle doit se soumettre entièrement, lui qui, au prix inestimable de sa vie, l'a rachetée et l'a élevée au rang d'enfant de Dieu. Celui-ci lui a donné une conscience, qui ne saurait être ignorée impunément. Sa propre personnalité ne peut se fondre dans celle de son mari, car

elle appartient au Christ par droit de rachat. C'est une erreur de prétendre qu'en vertu d'une soumission aveugle elle doive en toutes choses accomplir exactement ce que son mari lui demande, alors qu'elle sait qu'en agissant de la sorte, elle causerait un préjudice à son corps et à son esprit, qui ont été délivrés de l'esclavage de Satan. Au-dessus d'elle, il y a son Rédempteur, dont la volonté passe avant celle de l'époux ; et son obéissance à son mari doit se faire selon les ordres de Dieu – 'comme il convient dans le Seigneur' (Ellen G. White, Le foyer chrétien, p. 110).

## LE MODÈLE D'ÉCHANGE DÉMOCRATIQUE

Le modèle d'échange démocratique repose sur la supposition que le pouvoir réside dans l'unité familiale dans son ensemble. Les décisions de la famille sont déterminées par la négociation et la discussion. L'exercice du pouvoir accorde une voix à chaque membre de la famille ; mais puisque les parents disposent de davantage de ressources, ils possèdent plus de pouvoir pour discuter et négocier. C'est pourquoi les parents ont le dernier mot dans le processus de prise de décisions (Balswick et Balswick, 2007).

## LE MODÈLE DU PROPRE INTÉRÊT

La société d'aujourd'hui est remplie de matérialisme individualiste et d'hédonisme qui recherche son propre intérêt. « Quel est mon intérêt ? » est le souci majeur de nombreuses personnes. Dans ce modèle, le « moi » occupe la première place, et les intérêts et besoins personnels passent avant ceux du système dans son ensemble. Dans ce modèle, chacun rivalise pour obtenir une position d'autorité. Ceci produit un système très chaotique. Les membres de la famille sont démotivés et reçoivent très peu de soutien.

## L'AUTONOMISATION

Le modèle d'autonomisation suppose que la tâche des membres les plus puissants de la famille est d'édifier ou de relever les membres les moins puissants de la famille. Le concept d'autonomisation en tant que modèle familial ne se trouve peut-être pas dans les publications érudites ; cependant, on en trouve un exemple dans ce qu'il y a de mieux dans la vie de famille chrétienne.

## EXERCICE DE GROUPE

Pouvons-nous nous autonomiser mutuellement ?

Lire 1 Corinthiens 13.4–8.

Divisez les participants en groupes de 3 à 4 personnes. Demandez-leur de faire la liste des manières dont Paul désire que nous nous autonomisons mutuellement dans nos relations.

« Tu me relèves et je te relèves et nous monterons ensemble » (Proverbe Quaker).

Dans les familles autonomisées, les membres de la famille vivent le principe de l'amour tel qu'il est exprimé dans 1 Corinthiens 13. C'est l'amour en action. Il s'agit de prêter attention aux petites choses, parce que les petites choses sont en réalité de grandes choses. Nous nous autonomisons mutuellement et nous nous relevons mutuellement lorsque nous manifestons de la bonté les uns envers les autres, plutôt que de la domination. Les familles autonomisées recherchent les occasions de se relever mutuellement.

#### EXERCICE DE GROUPE

##### Paroles d'autonomisation

Demandez aux participants de fermer les yeux et de penser à la fois où quelqu'un leur a dit quelque chose de gentil. Quels sentiments est-ce que cela a suscités en vous ? (Laissez aux participants le temps de réfléchir). Demandez à quelques participants de partager leurs souvenirs.

Puis demandez aux participants de penser à la fois où ils ont dit quelque chose de gentil à leur conjoint, enfant ou autre membre de leur famille. Poussez-les à se souvenir de la réaction de ce membre de la famille (Laissez aux participants le temps de réfléchir). Demandez à quelques participants de partager leurs souvenirs.

Lorsque nous nous autonomisons mutuellement dans notre famille, nous édifions un haut niveau de confiance dans notre relation. Lorsque nous faisons un mauvais usage de notre pouvoir par la domination et la coercition, nous détruisons la confiance. La confiance est la clé du processus d'autonomisation (Covey, 1997).

Les parents qui autonomisent leurs enfants et les préparent à une interdépendance responsable fourniront à leurs enfants les techniques nécessaires pour vivre en adultes sains et pour créer et maintenir de saines relations. Lorsque les parents utilisent des formes malsaines de pouvoir et de domination avec leurs enfants, ceux-ci grandiront détachés de leur famille et apprendront des manières négatives de l'emploi du pouvoir et des relations avec les autres.

L'alliance d'amour de Dieu et l'incroyable grâce que nous trouvons en Jésus-Christ nous autonomisent pour que nous puissions autonomiser les autres. Lorsque l'autonomisation mutuelle se réalise parmi les membres d'une même famille, chacun croîtra de manière exponentielle en humilité et en amour pour le service des autres. En fait, les membres de cette famille commenceront à croître davantage jusqu'à l'image du Christ. Son pouvoir nous est promis tandis que nous cherchons à devenir comme le Christ dans toutes nos relations.

« Je puis tout par celui qui me fortifie » (Philippiens 4.13).

## BIBLIOGRAPHIE

Balswick, J.O. & Balswick, J.K. (2007), *The Family: A Christian perspective on the contemporary home* (La famille : perspective chrétienne sur le foyer contemporain), Baker Academic.

Covey, S.R. (1997), *The 7 habits of highly effective families* (Les sept habitudes des familles très efficaces), Macmillan.

Fortune, M.M. (2002), *Violence in the family: A workshop curriculum for clergy and other helpers* (La violence dans la famille : programme d'un atelier pour les membres du ministère et autres personnes chargées d'aider les autres), Pilgrim Press, Zondervan Bible Publishers (1984).

La Bible Segond 21.

White, E.G. (1978), *Le foyer chrétien*, Éditions SDT.

Dockery, D.S., Butler, T.C., Church, C.L., Scott, L.L., Ellis Smith, M.A., White, J.E., & Holman Bible Publishers (Nashville, Tennessee, 1992), *Holman Bible Handbook* (Manuel biblique de Holman), Holman Bible Publishers.

National Coalition Against Domestic Violence (Coalition nationale contre la violence domestique, sans date), *Domestic violence facts* (Faits sur la violence domestique), consulté sur le site <https://ncadv.org/>

Faith Trust Institute (sans date), FAQs about child abuse (Questions fréquemment posées sur les abus perpétrés sur les enfants), consulté sur le site [www.faithtrustinstitute.org](http://www.faithtrustinstitute.org)

Balswick, J.O., & Balswick, J.K. (2014), *The family: A Christian perspective on the contemporary home (La famille : perspective chrétienne sur le foyer contemporain, 4ème édition)*, Baker Book House.

Horn, S.H. (éditeur, 1979), *Seventh-day Adventist Bible Dictionary (Dictionnaire biblique adventiste du septième jour)*, Review and Herald Publishing Association.

Seamands, D. (10 avril 1981), *Perfectionism: Fraught with fruits of self-destruction (Le perfectionnisme : chargé des fruits de l'auto-destruction)*, Christianity Today.

White, E.G. (1951), *Le ministère évangélique*, Éditions SDT.

Veillez noter que la Ressource destinée aux dirigeants, intitulée *No Excuse for Abuse in the Family (Pas d'excuses pour les abus dans la famille)*, est en rapport avec ce séminaire.

MERCREDI

# ÉQUILIBRER LA PRATIQUE DE TEMPS DE RETRAIT ET TEMPS DE PARTICIPATION : DEUX STRATÉGIES DE DISCIPLINE EFFICACES POUR LES PARENTS

PAR BRYAN CAFFERKY

## DÉCLARATION D'ATELIER D'OBJECTIFS ET DE RÉSULTATS SOUHAITÉS

Cet atelier pour les parents a pour but d'analyser et d'équiper les parents avec deux stratégies efficaces de discipline : Temps de Retrait et Temps de Participation. En comprenant les principes sous-jacents, les bénéfices relationnels, et les considérations émotionnelles de chaque méthode, les parents peuvent développer une approche équilibrée à la discipline qui donne la priorité à l'autorégulation et puis à la co-régulation, qui encourage des réponses de comportements positifs à la détresse et qui renforce les relations parent-enfant. Au travers de présentations interactives, discussions, et jeux de rôle, les participants obtiendront des aperçus et des outils valables pour mettre en pratique des stratégies de Temps de Retrait et Temps de Participation dans leur cheminement parental.

BryanCafferky,PhD, MDiv, LMFT, CFLE est un Professeur Associé à l'École de la Santé Comportementale à l'Université de Loma Linda Californie, ÉU.

APRÈS AVOIR COMPLÉTÉ CET ATELIER, LES PARTICIPANTS :

- Comprendront les ressemblances/différences, conséquences, et bénéfices des réponses Temps de Retrait et Temps de Participation à un enfant en détresse.
- Évalueront quelle réponse (Temps de Retrait ou Temps de Participation) conviendrait mieux à leur/s enfant (s) et à leur style parental.
- Appliqueront l'Arbre de Décision du Temps de Retrait ou Temps de Participation à préparer des scénarios prévisibles de troubles de l'enfant.
- Intérioriseront l'importance de pratiquer des techniques d'autorégulation et de co-régulation avec leur enfant.

Note : Il vous est recommandé d'avoir un facilitateur principal avec une expertise dans le développement de l'enfant et/ou le parentage pour diriger la formation de manière efficace, accompagné de facilitateurs pour chaque groupe de discussion (si possible, ~12 par groupe). La durée de la formation et les activités spécifiques peuvent être adaptées au temps disponible et aux besoins des participants. Il est essentiel de créer un environnement sécurisé et sans jugement pour des discussions ouvertes, respectant les divers points de vue et les styles parentaux des participants.

#### RESSOURCES NÉCESSAIRES:

- Un facilitateur par groupe (~12 parents pour chaque petit groupe)
- Impressions (ou dessins sur un tableau noir) de "L'Arbre de Décision Temps de Retrait ou Temps de Participation du Dr Cafferky" pour des parents répondant à des enfants à problèmes.

#### PLAN DE LA FORMATION (~3 HEURES)

1. Introduction (10 minutes)
  - Bienvenue, prière, et introduction à l'atelier "Équilibrer la Pratique du Temps de Retrait et Temps de Participation : Deux Stratégies Efficaces de Discipline pour les Parents »
  - Brève activité de brise-glace pour créer une atmosphère inclusive
  - Établissement des attentes et objectifs
2. Comprendre le Temps de Retrait (45 minutes)
  - Définition et principes d'une réponse Temps de Retrait à un enfant en détresse
  - Demander aux participants de partager ce qu'ils savent du Temps de Retrait.

- Le Temps de Retrait est en réalité mieux utilisé pour les parents parce que nous avons des difficultés à gérer nos propres émotions qui sont déclenchées par les grosses émotions de l'enfant.
- L'Opportunité : Créer l'espace, les limites, et des attentes claires avec l'enfant
- “Quand tu choisis de faire 'ceci,' tu choisis aussi 'cette' conséquence.”
- “Ma première tâche est de vous garder, les autres et toi en sécurité, aussi devons-nous...”
- Stratégies pour communiquer et mettre en pratique efficacement le Temps de Retrait tout en maintenant une relation positive (incluant les parents qui sont prêts à s'excuser quand ils sont bouleversés)
- Petits Groupes : Jeu de Rôle et application pratique du Temps de Retrait
- Leader : remarquez un visage ou un ton caractérisé par un manque d'émotion ou bouleversé pendant leur jeu de rôle, que l'enfant pourrait percevoir comme une menace.
- Réflexions et Observations : Qu'avez-vous remarqué ? Et si c'était vous ?
- Aborder des préoccupations et idées fausses sur le Temps de Retrait
- Bénéfices et avantages du Temps de Retrait en réponse à un enfant en détresse
- Amenez l'enfant à un endroit sûr pour qu'il fasse l'expérience d'un “palais sensoriel” différent.
- L'enfant a une chance de faire une “pause” brièvement avant de réfléchir (mais n'est pas abandonné par la personne qui l'aide (/communauté !))
- Le Temps de Retrait ne consiste pas à changer de comportement. Au lieu de cela, c'est une opportunité pour le parent de se calmer avant d'impliquer l'enfant à nouveau pour l'aider à se calmer—alors le parent et l'enfant peuvent discuter de ce qui est ressorti.

[10 MIN DE PAUSE RECOMMANDÉES]

### 3. Comprendre le Temps de Participation (45 minutes)

- Définition et principes d'une réponse du Temps de Participation à un enfant en détresse
- Demander aux participants de participer à ce qu'ils savent sur le Temps de participation.
- Le Temps de Participation est une opportunité pour l'enfant de co-réguler avec un parent calme de sorte que le parent partage son calme avec l'enfant

(l'anxiété peut être partagée, tout comme le calme) afin d'enseigner à l'enfant que ses grosses émotions ne sont pas trop grosses pour le parent.

- La Frustration/Colère est une protection, une émotion secondaire - D'habitude une combinaison de tristesse, de solitude, ou de peur est derrière cette frustration/explosion de colère.
- "Veux-tu du réconfort, ou veux-tu de l'espace ?" Offrez aux enfants une chance de décider ce dont ils pensent avoir besoin.
- L'Opportunité : Construire l'empathie, la co-régulation, la validation, et la connexion émotionnelle
- Techniques de communication efficace durant le Temps de Participation
- Attitude calme, voix douce, présence non- anxieuse, expression faciale empathique, mettez-vous à leur niveau, asseyez-vous sur vos genoux, et dites de telles phrases : "Ouais, on comprend pourquoi tu te sentais 'X' c'était décevant/frustrant/injuste/blessant/etc..." et "je te crois, je suis si désolé que cela te soit arrivé."
- Petits Groupes : Jeu de rôle et application pratique du Temps de Participation  
Leader : remarquez leurs tentatives d'empathie, de connexion, et de validation comparées à leur posture durant le jeu de rôle de Temps de Retrait.
- Réflexions et Observations : Qu'avez-vous remarqué ? Et si c'était vous ?
- Aborder des préoccupations et idées fausses au sujet du Temps de Participation
- Bénéfices et avantages du Temps de Participation en réponse à un enfant en détresse
- Enseigner la régulation émotionnelle (au lieu de la suppression)
- Sentir que leurs sentiments sont validés et qu'ils ont de la valeur.
- Le Temps de Participation n'est pas un changement de comportement. Au lieu de cela, c'est une opportunité pour le parent de donner du calme pour que l'enfant puisse apprendre à réguler (par la co-régulation) son expérience émotionnelle. Puis, le parent et l'enfant peuvent discuter de ce qui est arrivé.

[10 MIN DE PAUSE RECOMMANDÉES]

#### 4. Se Préparer pour le Temps de Retrait et le Temps de Participation (45 minutes)

- Reconnaître les forces et faiblesses de chaque approche dans différents scénarios
- Se frayer un chemin et appliquer l'“Arbre de Décision du Temps de Retrait ou du Temps de Participation” à des situations habituelles (voir Schéma 1)
- Prise de conscience du tempérament, de la neurodivergence, et des considérations de développement de l'enfant
- Adapter ces techniques pour correspondre aux styles parentaux actuels et aux valeurs sous-jacentes
- Sondage sur les techniques d'autorégulation (avec l'enfant pendant le Temps de Retrait ou seul pendant le Temps de Participation—avec pour but de vous aider à vous stabiliser avant de retourner avec l'enfant)
- Donner l'exemple de l'autorégulation et de la réflexion sur soi pour les enfants (inclut des excuses du parent lorsqu'il a parlé trop fort ou a été trop démonstratif)
- Sessions de Q&R et partage d'expériences personnelles

#### 5. Conclusion et Points à Retenir (15 minutes)

- Résumé des concepts clés et aperçus concernant le Temps de Retrait et le Temps de Participation
- Remarquez comment ces approches (surtout le Temps de Participation) pourraient bénéficier à d'autres relations familiales (entre conjoints, parmi les frères et sœurs, etc.)
- Fournir des ressources supplémentaires et des références et encourager un apprentissage et un support continus.
- Remarques pour conclure, incluant la lecture de versets des Écritures -> inviter les participants à écouter ces versets dans le contexte de ce que nous avons appris et pratiqué aujourd'hui concernant la façon dont les parents peuvent répondre à un enfant déréglé.

Instructions pour les Jeux de Rôle et les Réflexions : Dans les groupes de discussion

~12, les leaders doivent faciliter le jeu de rôle de l'interaction entre le parent et l'enfant (~1-2 minutes), où le parent répond à un enfant déréglé en employant le Temps de Retrait (puis après dans l'atelier, le Temps de Participation) pour répondre à un enfant déréglé. Demandez aux participants du petit groupe de faire à tour de rôle le parent, puis l'enfant, et observez les interactions jouées.

Après que tous ont complété ce jeu de rôle, demandez aux participants de réfléchir sur ce qu'ils ont observé :

- Qu'avez-vous remarqué sur la posture des parents en général ?
- Qu'en est-il des expressions du visage ?
- Quels étaient le ton et le volume de leur voix ?
- À quelles hauteurs et distances étaient-ils de l'enfant ?
- Que communiquait le parent à travers le langage du corps ?
- Comment pouvez-vous dire si le parent était calme ou troublé lui-même ?
- Si vous étiez l'enfant, comment vous sentiriez-vous ?
- Qu'avez-vous remarqué sur la posture générale des enfants ?
- Leurs expressions faciales ?
- Ton et volume de leur voix ?
- Hauteur et distance du parent ?
- Que communiquait l'enfant à travers ce langage du corps ?
- Comment pouvez-vous dire que l'enfant était calme ou troublé ?
- Si vous étiez le parent, que ressentiriez-vous ?
- Quelle différence entre le Temps de Retrait versus le Temps de Participation ?
- Discutez d'autres observations du jeu de rôle qui pourraient leur être utiles en employant une réponse Temps de Retrait (ou Temps de Participation) à un enfant dérégulé.

#### POINT PRINCIPAL

Les réponses Temps de Retrait et Temps de Participation à un enfant dérégulé sont des techniques principalement centrées sur l'apprentissage et la régulation de la pratique émotionnelle (pour le parent et pour l'enfant).

#### TEMPS DE RETRAIT

Le Temps de Retrait est une technique disciplinaire où un enfant en détresse est temporairement séparé d'une situation ou activité en réponse à un mauvais comportement/à une explosion émotionnelle (Morawska & Sanders, 2011)—mais, espérons que non, avec le message qu'il est un "méchant" enfant. Le "Temps de Retrait" traditionnel est lorsqu'un enfant a ce que les parents considèrent comme une explosion émotionnelle "négative" (Wong et al., 2008; Wong et al., 2009), et il est puni et envoyé à un espace désigné (comme une chaise ou un coin) et il doit s'asseoir tranquillement et seul pendant une période précise. L'objectif traditionnel d'un temps de retrait est de donner un résultat à l'attitude de l'enfant, lui donner l'opportunité de se calmer et de réfléchir à ses actions, et finalement d'apprendre à s'autoréguler et à faire de meilleurs choix. Pourtant, ce qui se passe souvent, est que cette punition face aux crises émotionnelles, peut avoir pour conséquence que l'enfant adopte des capacités d'adaptation qui ne conviennent pas et une anxiété croissante (Cabecinha-Alati et al., 2020).

Les crises émotionnelles des enfants sont une forme de communication : "Je suis hors de contrôle ! Aidez-moi !". L'enfant ne pique pas une crise ; c'est plutôt la crise qui pique l'enfant. Ainsi nous attendons-nous vraiment, à ce qu'un enfant souffrant de troubles, aille au coin indéfiniment et imagine, comme par magie, une façon de se calmer—ce qui serait une tâche difficile pour les adultes de le faire, même dans nos jours meilleurs ?

Beaucoup d'adultes supposent que lorsque nous mûrissons, nous avons appris les techniques de régulation émotionnelle, mais la plupart d'entre nous ont probablement appris ce qu'est la suppression émotionnelle—pour que nous puissions survivre à nos familles et que nous ne soyons pas punis pour nos grosses crises émotionnelles. Lorsque ceci arrive, ces adultes se sentent très mal à l'aise avec les grosses émotions d'autres personnes (incluant celles d'un enfant) parce que nous avons des difficultés à gérer nos propres émotions—et il y a une résonance naturelle au sein du champ émotionnel de nos familles. Puisque l'anxiété/la frustration se répand rapidement de personne à personne au sein de ce champ émotionnel, le parent réagit à cette crise émotionnelle perçue comme négative (Hurrell et al., 2015). Par conséquent, la façon la plus facile et plus immédiate pour qu'un adulte se sente calme est de déplacer la personne qui n'est pas calme.

Cependant, un moyen plus adapté d'utiliser le Temps de Retrait est de ne pas donner une conséquence au comportement de l'enfant, mais plutôt, considérer le Temps de Retrait comme une occasion à un parent récemment bouleversé une chance de se calmer ! Le Temps de Retrait n'a pas besoin d'être long, juste assez long pour que le parent calme son propre système nerveux autonome. Pourquoi ? Parce qu'un parent est d'habitude bouleversé quand il met son enfant en Temps de Retrait et un parent bouleversé n'a jamais pu calmer un enfant bouleversé. Le calme ne concerne pas nécessairement une absence totale de frustration/colère/tristesse ; cela est davantage la capacité retrouvée de choisir ce que l'on dit, et la façon de se

comporter, au lieu d'avoir recours à la réponse de survie d'attaque/de fuite/d'immobilisation, qu'aurait un faon.

Ensuite, le parent retourne calmement à son enfant dérégulé pour partager son calme nouvellement trouvé. Puis, après que l'enfant s'est calmé, le parent et l'enfant peuvent réfléchir à ce qui a déclenché ces grosses émotions et ce qu'ils peuvent faire si ce scénario se reproduit à l'avenir.

#### AVANTAGES DU TEMPS DE RETRAIT :

- Un Espace pour le calme : Le Temps de Retrait déplace l'enfant d'un environnement stressant (ou sur-stimulant) et offre un nouveau goût sensoriel, si cela signifie d'aller à l'intérieur/à l'extérieur du bruit/de la lumière/du vent/etc. Ce changement sensoriel peut aider à rétablir le système nerveux autonome de l'enfant pour qu'il retrouve le contrôle de soi. Mais chose plus importante, le Temps de Retrait offre une brève opportunité au parent pour se calmer avant de s'impliquer à nouveau avec l'enfant dérégulé.
- Des Limites claires : le Temps de Retrait établit des limites et attentes claires pour gérer nos crises émotionnelles et notre comportement inapproprié. Ceci peut aider les enfants à comprendre l'importance de pratiquer, sentir et gérer leurs émotions dans un environnement sûr.
- La Cohérence : Le Temps de Retrait peut être mis en pratique de manière cohérente dans différents environnements avec ceux qui donnent des soins, promouvant un sens de structure et de prévisibilité.
- L'Importance de faire une pause : Les parents peuvent donner l'exemple à leurs enfants qu'une petite "pause" ou "respiration " loin du chaos peut les aider à s'apaiser et à passer à un état émotionnel plus sûr et à un changement.

#### INCONVÉNIENTS du TEMPS DE RETRAIT:

- Surexploitation ou mauvais usage : S'il est utilisé excessivement ou de manière incohérente, le Temps de Retrait peut perdre son impact et devenir moins efficace en tant que technique disciplinaire. De plus, les parents peuvent décider de ne pas se calmer et de ne jamais co-réguler avec un enfant en détresse. Dans ces situations, il n'y a jamais une opportunité pour l'enfant de pratiquer la prise de conscience et la régulation émotionnelles. Quand ceci arrive, l'enfant se sent puni d'avoir des crises émotionnelles et apprend à supprimer ses émotions car il pense que ce n'est pas prudent de parler des émotions avec ceux qui s'occupent de lui.
- Des opportunités d'enseignement limitées : Si un parent utilisant le Temps de Retrait se concentre principalement sur la punition à l'enfant, plutôt que de l'extraire de la situation pour créer une occasion de se calmer et explorer des comportements

alternatifs ou développer des aptitudes à résoudre le problème, alors l'enfant rate la chance de co-réguler son expérience émotionnelle et d'y réfléchir.

- Ressentiment potentiel : Un enfant peut ne considérer le Temps de Retrait que comme une punition, menant au ressentiment ou à la défiance, mettant à l'épreuve les relations parent-enfant—surtout si le parent n'essaie pas de se connecter avec l'enfant émotionnellement.
- Manque de connexion ou de compréhension : Si le parent ne se réengage jamais avec l'enfant, alors ce dernier peut ne pas comprendre totalement le but du Temps de Retrait ou de faire le lien entre son comportement/ses crises et leurs conséquences.

## TEMPS DE PARTICIPATION

Le Temps de Participation se concentre sur le renforcement positif, la validation emphatique, le fait de favoriser la compréhension, et la connexion émotionnelle d'un parent avec l'enfant dérégulé—plutôt que la punition ou l'isolement. Il implique un parent calme qui dépense de l'énergie émotionnelle et du temps de qualité à co-réguler avec l'enfant en détresse. La co-régulation est une des choses les plus puissantes que nous pouvons faire pour le système nerveux autonome de notre enfant (Erdmann & Hertel, 2019). Le calme du parent offre la sécurité à l'enfant (Stelter & Halberstadt, 2011) parce que si le parent ne craint pas les grosses explosions émotionnelles de l'enfant (ex., "Je sais qu'être un enfant est parfois difficile."), alors peut-être l'enfant apprendra-t-il à contrôler ses propres émotions (Cabecinha-Alati et al., 2020).

Ainsi, l'efficacité de la technique du Temps de Participation ne se mesure pas par le nombre de fois où il est mis en pratique mais par l'impact positif modelé par la capacité de l'enfant à se réguler émotionnellement—continuellement modelé et partagé par un parent calme, co-régulateur. Il peut être bénéfique d'établir une routine cohérente pour utiliser le Temps de Participation comme un outil pour former et guider un enfant (Havighurst et al., 2010). Malgré tout, la fréquence et la durée spécifiques varieront selon l'âge, la neurodivergence, le stade de développement, le tempérament, la sécurité, et autres circonstances environnementales de l'enfant. Finalement, le but de la technique du Temps de Participation est de pratiquer des aptitudes d'autorégulation, d'adopter une forte relation parent-enfant, de pratiquer l'empathie, et de promouvoir l'intelligence émotionnelle. En fait, le Temps de Participation concerne plus la connexion que le contrôle. De plus, puisque la recherche a montré que les styles parentaux prédisent la capacité des enfants à se réguler émotionnellement (ex : Hirschler-Guttenberg et al., 2015), cette approche du Temps de Participation accorde une plus grande importance à la capacité du parent de s'apaiser et de réguler ses propres émotions avant d'appliquer avec succès le Temps de Participation à leur enfant dérégulé.

## AVANTAGES DU TEMPS DE PARTICIPATION :

Connexion émotionnelle : Le Temps de Participation permet aux parents de construire une forte connexion émotionnelle avec leur enfant en traitant leur comportement et leurs émotions d'une façon ouverte, avec du soutien, et de l'empathie, et en adoptant un sens de sûreté et de sécurité. Les enfants apprennent qu'ils ne sont ni jugés ni condamnés parce qu'ils ont des crises.

- **Opportunités d'enseignement :** Il offre aux parents une chance d'enseigner la régulation émotionnelle, qui encourage le développement émotionnel et social de l'enfant ainsi que la recherche d'aptitudes à résoudre des problèmes. La curiosité d'un parent (au lieu de la condamnation) pour savoir pourquoi l'enfant a subitement eu des sentiments intenses, aide aussi l'enfant à devenir curieux sur son expérience émotionnelle. Apprendre la pratique de l'apaisement de soi prend la priorité sur une modification rudimentaire du comportement.
- **Renforcement positif :** Le Temps de Retrait met l'accent sur le renforcement positif et la mise en pratique du comportement désiré, qui peuvent aider l'enfant à comprendre l'impact de ses actions et de faire de meilleurs choix à l'avenir. Ceci peut booster l'estime de soi, la confiance, et la compétence émotionnelle chez l'enfant. Les parents doivent se rappeler qu'ils "attrapent" probablement la frustration/tristesse/colère de l'enfant, et qu'ils ont le droit d'avoir une expérience émotionnelle différente de leur enfant.
- **Techniques de Communication :** Le Temps de Participation encourage une communication ouverte et honnête entre parents et enfants. En créant d'abord un endroit sûr pour les conversations, les enfants apprennent à exprimer leurs besoins, préoccupations et émotions efficacement. Ils développent aussi des techniques d'écoute active, de l'empathie, et la capacité à résoudre les conflits de manière constructive. Ces techniques de communication et de résolutions de conflits sont inestimables pour se frayer un chemin dans des situations difficiles du futur.
- **Construction de Relations à Long Terme :** Le parentage du Temps de Participation favorise une fondation pour construire une relation à long terme entre parents et enfants. En donnant la priorité à la connexion, à la compréhension, et à l'enseignement, les parents posent les fondements d'une communication et d'un support continus à travers le développement de l'enfant. Ceci peut contribuer à un lien fort et résilient parent-enfant alors que l'enfant entre dans l'adolescence et l'âge adulte.

## INCONVÉNIENTS DU TEMPS DE PARTICIPATION :

- **Consommateur de Temps** : le Temps de Participation requiert un important investissement de temps et d'énergie des parents (ou soignants) pour traiter la dérégulation émotionnelle et les crises de comportements. Cela prend un temps énorme et de l'énergie émotionnelle pour trouver le calme à maintes reprises, partager ce calme avec un enfant dérégulé, suivi de discussions sensées, puis le répéter le jour suivant. Le Temps de Participation n'est pas une solution de fortune, et cela peut être difficile de trouver du temps et de l'énergie pour ces interactions, surtout durant des périodes de vie chargées ou stressantes.
- **Manque de Résolution Immédiate** : Dans des situations où des conséquences immédiates sont nécessaires, le Temps de Participation pourrait ne pas offrir une résolution immédiate—parce qu'il se concentre sur l'enseignement de la régulation émotionnelle plutôt que des changements immédiats dans le comportement.
- **Pression émotionnelle** : Le Temps de Participation peut être émotionnellement difficile pour les parents, particulièrement quand ils ont affaire à une mauvaise conduite répétée ou à des problèmes de comportements difficiles qui requièrent des discussions continues et des conseils. Rester calme quand un enfant est dérégulé est une des pires choses qu'un parent doit faire—souvent rendu plus difficile à cause des modèles précédents de suppression des sentiments quand il était enfant !
- **Difficulté à identifier les causes premières de la détresse de l'enfant** : Comprendre les raisons sous-jacentes de la dérégulation de l'enfant peut être difficile à établir (surtout pour les plus jeunes enfants). Les enfants peuvent ne pas reconnaître toujours pourquoi ils sont bouleversés—leur crise peut avoir été déclenchée par un événement désagréable qui s'est passé des heures avant. Cela pourrait exiger une observation attentive, une communication efficace, et parfois essais et erreurs pour identifier les causes premières de la mauvaise conduite. Ce processus peut être difficile, surtout si l'enfant lutte pour exprimer ses émotions ou si son comportement est influencé par des facteurs externes.

## CONCLUSION

En conclusion, veuillez écouter ces versets bibliques dans le contexte de ce que nous avons appris et pratiqué aujourd'hui concernant la façon dont un parent devrait répondre à un enfant hors contrôle :

Luc 6 :38

« Donnez et on vous donnera : on versera dans le pan de votre vêtement une bonne mesure, tassée, secouée et qui déborde, car on utilisera pour vous la même mesure que celle dont vous vous serez servis.»

Philippiens 4:6

“Ne vous inquiétez de rien, mais en toute chose faites connaître vos besoins à Dieu par des prières et des supplications, dans une attitude de reconnaissance.”

Proverbes 22:6

“Éduque l'enfant d'après la voie qu'il doit suivre ! Même, quand il sera vieux, il ne s'en écartera pas.”

Psaumes 103:13

“Comme un père a compassion de ses enfants, Ainsi l'Éternel a compassion de ceux qui Le craignent.”

Galates 5:22-23

“Mais le fruit de l'Esprit, c'est l'amour, la joie, la paix, la patience, la bonté, la bienveillance, la foi, la douceur, la maîtrise de soi. Contre de telles attitudes, il n'y a pas de loi.”

1 Pierre 5:2-3

“Prenez soin du troupeau de Dieu qui est sous votre garde, en veillant sur lui, non par contrainte, mais de bon gré. Faites-le non par recherche d'un gain, mais avec dévouement, non en dominant sur ceux qui vous sont confiés, mais en étant les modèles du troupeau.”

Proverbes 25:15

“Par la patience on peut persuader un dirigeant et une langue douce peut briser toute résistance.”

## RESSOURCES POTENTIELLES À ÉTUDIER EN LIGNE

- <https://www.parenthelp.org.nz/time-in/>
- <https://hes-extraordinary.com/time-in-vs-time-out>
- <https://www.traumaresourceinstitute.com/ichill>
- <https://nurtureandthriveblog.com/feeling-break-time-in/>
- <https://onetimethrough.com/time-in-a-positive-alternative-to-time-out/>
- <http://ndl.ethernet.edu.et/bitstream/123456789/22728/1/172.pdf#page=64>
- <https://time.com/5700473/time-outs-science/#:~:text=Unlike%20a%20time%2Dout%2C%20which,same%20room%20with%20a%20parent>

## RÉFÉRENCES

Booth, A., McHale, S. M., & Landale, N. S. (Eds.). (2010). *Biosocial Foundations of Family Processes*. Springer Science & Business Media.

Cabecinha-Alati, S., O'Hara, G., Kennedy, H., & Montreuil, T. (2020). Parental emotion socialization and adult outcomes: the relationships between parental supportiveness, emotion regulation, and trait anxiety. *Journal of Adult Development, 27*, 268-280.

Erdmann, K. A., & Hertel, S. (2019). Self-regulation and co-regulation in early childhood—development, assessment and supporting factors. *Metacognition and Learning, 14*, 229-238.

Havighurst, S. S., Wilson, K. R., Harley, A. E., Prior, M. R., & Kehoe, C. (2010). Tuning in to Kids: improving emotion socialization practices in parents of preschool children—findings from a community trial. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 51*(12), 1342-1350.

Hirschler-Guttenberg, Y., Feldman, R., Ostfeld-Etzion, S., Laor, N., & Golan, O. (2015). Self-and co-regulation of anger and fear in preschoolers with autism spectrum disorders: the role of maternal parenting style and temperament. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 45*, 3004-3014.

Hurrell, K. E., Hudson, J. L., & Schniering, C. A. (2015). Parental reactions to children's negative emotions: Relationships with emotion regulation in children with an anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders, 29*, 72-82.

Morawska, A., & Sanders, M. (2011). Parental use of time out revisited: A useful or harmful parenting strategy?

*Journal of Child and Family Studies, 20*, 1-8.

Stelter, R. L., & Halberstadt, A. G. (2011). The interplay between parental beliefs about children's emotions and parental stress impacts children's attachment security. *Infant and Child Development, 20*(3), 272-287.

Wong, M. S., Diener, M. L., & Isabella, R. A. (2008). Parents' emotion related beliefs and behaviors and child grade: Associations with children's perceptions of peer competence. *Journal of Applied Developmental Psychology, 29*(3), 175-186.

Wong, M. S., McElwain, N. L., & Halberstadt, A. G. (2009). Parent, family, and child characteristics: associations with mother-and father-reported emotion socialization practices. *Journal of Family Psychology, 23*(4), 452.

SCHEMA

JEUDI

# GÉRER LES DIFFÉRENCES DANS LA FAMILLE

PAR ALINA M. BALTAZAR

## LES TEXTES

Genèse 1 :27

I Corinthiens 12 :13

Colossiens 3 :11

Romains 12 :16

Galates 5 :14

## DÉCLARATION D'OBJECTIF

Ce séminaire a pour but d'aider l'audience à mieux comprendre les différences au sein de la famille et comment gérer un conflit qui peut se poser à cause de ces différences, surtout concernant les problèmes sociétaux modernes. Ce séminaire aborde aussi la façon d'améliorer l'empathie et les techniques de communication qui peuvent aider à résoudre des conflits liés à ces défis.

## MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Ordinateur portable, projecteur ou large Smart TV, Logiciel PowerPoint

## DIFFÉRENCES DANS LA FAMILLE

Les êtres humains sont tous différents. Chacun a été créé à l'image de Dieu, de sorte que nos différences reflètent les belles dimensions de notre créateur. "Dieu créa l'homme à Son image; Il le créa à l'image de Dieu; Il créa l'homme et la femme." Genèse 1 :27. Les gens diffèrent de plusieurs façons : personnalité, âge, couleur des cheveux, couleur des yeux, taille, texture des cheveux, genre, couleur de la peau,

intérêts, capacités, attraction sexuelle, santé physique et mentale, limites, taille du corps/ type, opinions, etc. Regardez votre famille et vous verrez plusieurs de ces variétés humaines. Plusieurs de ces différences sont biologiques, et certaines peuvent être influencées par l'environnement et les expériences de la vie.

Nos cultures valorisent souvent certaines de ces caractéristiques plus que d'autres. Dans quelques cultures, certains types de corps sont plus valorisés que d'autres, alors que dans une autre culture cela pourrait être un type opposé de corps qui est valorisé. En conséquence, certains enfants peuvent mépriser d'autres et d'autres enfants intérioriser ces mauvaises opinions d'eux-mêmes.

Ceci peut mener à un conflit dans la famille. Nous pouvons traiter mal les membres de la famille à cause de la façon négative dont on les perçoit dans la société. Ceux qui ne sont pas bien traités peuvent réagir ou se retirer de la famille, ce qui peut renforcer ces faibles opinions de l'autre personne.

L'un des rôles des parents est de parler de ces différences pour diminuer la blessure qui peut arriver au développement de l'estime de soi d'un enfant et pour améliorer l'empathie pour ceux qui sont différents d'eux. Ces conversations ne sont pas toujours faciles. Cela commence en développant une relation proche quand nos enfants sont jeunes. Quand la relation est proche, les enfants sentent qu'ils peuvent parler à leurs parents sur des sujets difficiles et savent qu'ils ne se sentiront pas jugés (Baltazar, Dessie, & McBride, 2020)

L'empathie est un grand moyen d'arranger les choses sur les différences problématiques dans la famille. Dans un monde de péché, l'empathie ne se développe pas naturellement. Les parents jouent un rôle puissant chez les enfants en développant l'empathie. L'Université d'Harvard (2023) a un projet de Rendre Commune l'Affection qui a partagé les pistes suivantes pour cultiver l'empathie chez les enfants.

1. Montrez-vous compréhensif avec votre enfant et présentez de l'empathie aux autres. Lorsqu'un enfant expérimente les bénéfices de l'empathie, il veut que les autres en profitent aussi. Une fois que nous avons montré de l'empathie à nos enfants, cela les aide à développer la confiance en d'autres personnes et à avoir un attachement sûr avec leurs parents. Ceci peut se faire en étant conscients des besoins physiques et émotionnels de nos enfants et en comprenant et respectant les différences en eux-mêmes. S'il y a un attachement plus proche entre parent et enfant, il sera plus apte à intérioriser les valeurs qu'on lui enseigne. S'il y a un attachement plus proche et que nous donnons l'exemple d'empathie envers les autres, les enfants sont plus aptes à émuler ce comportement.

2. Faites de l'attention pour les autres une priorité et établissez des attentes éthiques élevées. Les enfants doivent apprendre de leurs parents que se soucier des autres est une priorité absolue. Pensez à ce qu'enseigne Jésus : "Et voici le deuxième, qui lui est semblable: 'Tu aimeras ton prochain comme toi-même.'" (Matthieu 22 :39,)

qui était à l'origine une instruction de Dieu à la jeune nation Israélite dans Lévitique 19 :18. C'est une grande partie de la foi Chrétienne.

3. Donnez aux enfants l'occasion de mettre en pratique l'empathie. Dieu nous a créés avec une capacité innée pour l'empathie, mais tout comme le partage, on doit le favoriser et lui donner des occasions pour être pratiqué. Lorsque les enfants se plaignent d'un pair ou d'un frère ou une sœur, les parents peuvent aider leur enfant à comprendre le point de vue de l'autre personne et pourquoi elle a agi d'une certaine façon. Une grande façon de développer des techniques d'empathie est d'être bénévole dans la communauté, surtout si on peut travailler avec un groupe diversifié de personnes pour traiter les problèmes de la communauté.

4. Étendez le cercle de préoccupation de votre enfant. Il est facile d'avoir de l'empathie pour nos familles et amis. Jésus a proposé à Ses disciples: "Aimez vos ennemis , faites du bien à ceux qui vous détestent." Luc 6 :27. Cela commence en écoutant vraiment les histoires des gens. Les histoires d'origine sont populaires dans le divertissement populaire. Chaque être humain a une origine et un comportement, bon ou mauvais. Beaucoup de harceleurs ont été eux-mêmes soit harcelés soit abusés chez eux.

5. Aidez les enfants à développer le contrôle de soi et à gérer les sentiments efficacement. C'est aussi important de garder à l'esprit que ce qui empêche les enfants de témoigner de l'empathie envers les autres est leurs propres émotions négatives. Il est dur de penser à d'autres quand nous sommes en colère, avons honte, ou si nous sommes envieux. Aider les enfants à apprendre à gérer ces émotions les libérera et les rendra capables d'avoir de l'empathie pour les autres.

- Ceci commence en aidant nos enfants à être conscients et à identifier les émotions problématiques. Cela aide d'être conscient de quand et de comment nous ressentons certaines émotions dans nos corps. Il est plus facile de remarquer les sensations physiques avant d'être conscients des fortes émotions. Par exemple, certains ressentent la colère comme une brûlure à l'estomac. Quand on remarque ces sensations, il est temps d'activer les outils d'adaptation pour gérer l'émotion.

- Une autre façon de gérer les émotions négatives est de ralentir notre respiration pour augmenter le calme. En général, ces exercices commencent en inspirant par le nez lentement, retenant notre souffle un moment, et puis en expirant encore plus lentement par la bouche, comme on expire dans une paille. Une façon de se le rappeler est d'inspirer pendant quatre secondes, retenir pendant six secondes, puis expirer pendant huit secondes. Ceci peut ne pas sembler naturel d'abord, aussi cela aide de le faire avant une situation pénible, comme pendant des moments de légers stress durant la journée. Mettons en pratique cet exercice maintenant.

- Un grand exercice de respiration pour les enfants est la "respiration pizza." La plupart des enfants aiment la pizza et son odeur. Aussi demandez à votre enfant de prétendre qu'il tient une tranche de pizza à la main et puis de sentir les odeurs

délicieuses par le nez, puis de prétendre que la pizza est trop chaude, de sorte qu'il faut souffler dessus pour la refroidir. Mettons maintenant cet exercice en pratique.

#### QUESTIONS À DISCUTER

- Rappelez-vous votre adolescence. Quelle était la meilleure partie de cette époque dans votre vie ?
- Quels sont les défis que vous avez dû affronter à cette époque ?
- Y a-t-il quelque chose que vos parents ont fait ou vous ont dit qui vous a aidé durant votre adolescence ?

#### COMMENT PARLER POUR QUE VOTRE ADO ÉCOUTE ET ÉCOUTER POUR QUE VOTRE ADO PARLE

L'adolescence peut être un moment plein de défis pour plusieurs parents parce que c'est un moment où les ados travaillent à développer leur identité. Ils décident quelles parties de vos enseignements ils vont intérioriser, les ajustant à leur personnalité unique dans un monde différent de ceux où leurs parents ont grandi.

Ceci peut mener à un conflit entre parents et ados quand un ado commence à faire des expériences

ou prend une identité que le(s) parent(s) désapprouve(nt) et a(ont) peur que cela mène à un sentier de destruction physiquement et/ou spirituellement. Bien que les ados se tournent de plus en plus vers leurs pairs et les médias pour des conseils, les parents jouent encore un rôle puissant. Les parents ne savent pas souvent comment approcher leur ado, qui semble réticent à tout conseil, ou comment éviter qu'un ado pense qu'il est jugé ou qu'on lui manque de respect.

#### QUESTION À DISCUTER

Analysons quelques façons dont nous sommes presque garantis de repousser la plupart des enfants. Rejoignez un groupe de discussion et pensez à quelques scénarios typiques que vous avez eus avec vos enfants et identifiez les moyens que vous avez ou auxquels vous pensez, pour avoir une réponse négative.

Les auteurs du livre très connu *How to Talk So Kids Will Listen & Listen So Kids Will Talk* ont aussi écrit un livre destiné aux parents d'ados (Faber & Mazlich, 2005). Ces auteurs

donnent des conseils sur six approches qui aideront les parents à mieux communiquer avec les ados.

1. Traiter les sentiments. Au lieu d'ignorer les sentiments, reconnaissez-les. Quand un ado semble perturbé, aidez-le à identifier les pensées derrière ces émotions et quelles émotions sont exprimées à ce moment. C'est bien de reconnaître ces sentiments, et de verbaliser une compréhension, de la raison pour laquelle, il peut se sentir ainsi. Vous n'avez pas à les approuver.

- Essayez de corriger des pensées incorrectes qu'ils pourraient avoir en posant des questions pour les aider à bien y réfléchir tout seuls. Voici une technique de Thérapie Cognitive Comportementale pour traiter les pensées incorrectes sans que l'autre personne ne soit sur la défensive (Beck, 2011). Dans une situation où une ado pense que ses amis "la détestent," demandez :

- "D'où vient cette idée (la preuve) ?"
- "Y a-t-il une preuve que tes amis ne t'aiment pas vraiment (preuve contre) ?"
- "Y a-t-il une explication alternative au comportement de tes amis ?"
- "Et s'ils ne t'aiment pas réellement, que peux-tu faire ?"
- "Que dirais-tu à un ami dans la même situation ?"
- Puis essayez de rediriger leur attention vers quelque chose d'autre qui pourrait améliorer leur humeur.

2. Obtenir la coopération d'un adolescent. Au lieu d'ordonner à un ado de faire ou ne pas faire quelque chose, vous pouvez :

- Décrivez le problème.
- Partagez ce que vous ressentez au sujet du problème.
- Donnez l'information pour expliquer pourquoi vous croyez que c'est un problème.
- Offrez un choix pour diminuer la possibilité de donner un coup à la tête.
- Déclarez clairement vos croyances et attentes pour qu'ils comprennent mieux votre point de vue.

3. Punir ou ne pas punir. L'empêcher de sortir est une façon commune de punir un adolescent, et parfois cela est approprié s'il est irresponsable mais qu'il a un privilège, il devrait perdre ce privilège pendant un laps de temps précis. Quand cela n'est pas adapté "au crime," on peut essayer d'autres approches.

- Le parent devrait commencer en déclarant ses sentiments sur la situation. Ceci peut faire appel à l'empathie de l'enfant, apprise quand il était jeune.

- Déclarez clairement les attentes à son comportement et comment son comportement actuel ne répond pas à ces attentes.

- Donnez-lui un choix sur la façon dont il doit réparer sa faute.

4. Trouver une solution ensemble. Un parent peut penser que le comportement d'un ado est un problème alors que l'ado ne pense pas que c'est le cas, comme une chambre en désordre. Une bonne approche est de:

- Inviter votre ado à donner son point de vue

- Dire votre point de vue

- Inviter votre adolescent à faire du brainstorming avec vous pour résoudre le problème en écrivant toutes vos idées

- Revoir la liste et décider quelle est la meilleure option à partir de vos points communs.

5. Apprenez à connaître votre ado. Essayez d'avoir une conversation avec votre adolescent pour mieux comprendre son point de vue et ce qu'est un ado de nos jours. Quelques suggestions incluent (Faber & Mazlish, 2005, p. 118-122);

- Selon toi pourquoi est-ce avoir la meilleure part quand on a ton âge, pour toi ou pour tes amis ?

- Quelles sont certaines choses dont les enfants de ton âge se préoccupent ?

- Y a-t-il quelque chose que font les parents, qui aide les ados ?

- Y a-t-il quelque chose que font ou disent les parents, qui ne les aide pas ?

- Si tu pouvais donner un conseil aux parents, quel serait-il ?

- Si tu pouvais donner un conseil à d'autres adolescents, quel serait-il ?

- Que souhaiterais-tu de différent concernant ta vie à la maison, à l'école, ou avec tes amis ?

6. Expression saine. Il est important d'exprimer nos préoccupations et appréciations envers nos ados et qu'ils le fassent pour nous, mais certaines façons peuvent mener à de

- En exprimant leurs préoccupations, l'ado ou les parents devraient dire ce qu'ils ressentent au sujet de la situation et puis dire ce qu'ils aimeraient /ce dont ils ont besoin/ou ce qu'ils attendent à la place.

- Quand on parle d'appréciation, décrivez ce qu'a fait la personne et ce que vous ressentez à cause de cela.

## COMMENT PARLER DE PROBLÈMES DIFFICILES

Nous pensons souvent que nous devons choisir le côté opposé à celui de quelqu'un d'autre. En réalité, les deux côtés peuvent vouloir la même chose, et ils ont juste des idées différentes sur la façon de l'obtenir. Nous avons plus en commun que nous ne l'imaginons. En général, tous les humains veulent l'amour, l'acceptation, la sécurité, et la liberté. Comme Chrétiens, nous voulons montrer notre amour et notre attention pour les autres. Fondés sur notre culture et notre expérience personnelle, nous développons différentes idées sur la façon de répondre à ces désirs. Quand ces différences mènent à un conflit dans la famille, cela aide d'écouter vraiment le besoin ou le désir derrière la personne qui parle. Essayez d'éviter de prendre offense de ce qui est dit, soyez cordial à la place.

À certains moments, vous pouvez vraiment croire que l'autre personne a tort. Cela aide de dire les faits, en se rendant compte qu'on peut ne pas être d'accord avec la fiabilité de ces faits. Combien de Chrétiens remettent en question la fiabilité de la science de l'évolution ? Citer les versets de la Bible peut ne pas aider non plus. Quelques Chrétiens doutent de la fiabilité de la Bible, pensant qu'un si vieux livre a tant changé depuis l'original qu'il n'est plus précis, qu'il ne s'appliquait qu'à la culture de l'époque et de l'endroit où il avait été écrit, ou que ceux qui ont écrit la Bible ne comprenaient pas assez le comportement humain ou le cerveau.

Cela aide de poser des questions pour mieux comprendre le point de vue de l'autre. Agir ainsi peut les aider à voir l'erreur de leur pensée sans être embarrassé de leur pensée erronée. Rappelez-vous ce que dit la Bible : "Vivez en plein accord les uns avec les autres. N'aspirez pas à ce qui est élevé, mais laissez-vous attiré par ce qui est humble. Ne vous prenez pas pour des sages." Romains 12 :16 Nous avons tous des choses que nous pouvons apprendre les uns des autres.

Considérez ce sur quoi vous êtes d'accord et construisez à partir de là. Si vous croyez encore sincèrement que l'autre personne a tort, mais refuse de le voir, vous n'avez pas besoin de mettre un terme à la relation. Pour votre propre bien spirituel, vous aurez peut-être à vous mettre à distance de cette autre personne, cependant. Continuez à prier pour l'autre personne et votre relation avec elle.

Résoudre les différences sans blesser les sentiments de l'autre personne peut être difficile, abîmant ainsi la relation. Par conséquent, nous évitons souvent de parler de nos problèmes, ou nous ne nous exprimons pas directement. Il y a des façons de communiquer nos besoins sans mettre l'autre personne sur la défensive.

- La communication agressive déclare clairement quel est le problème mais le fait sans tenir compte des sentiments de l'autre personne. Ceci peut conduire à la défensive ou au ressentiment.

- La communication passive évite le conflit mais peut aussi mener au ressentiment où le partenaire en détresse n'obtient pas ce dont il a besoin. La communication passive agressive est une combinaison des deux, où une personne fait savoir à l'autre que quelque chose ne va pas sans dire clairement le véritable problème. Ceci peut aussi mener à du ressentiment chez le communicant passif-agressif quand il n'est pas compris et à de la frustration par le récepteur qui souvent ne comprend pas ce qu'il a fait de mal ou comment corriger le problème.

- La communication assurée est la meilleure façon d'approcher la discussion sur des problèmes de famille difficiles. Comme mentionné plus tôt, parler des sentiments est une façon de nous exprimer sans offenser l'autre personne, étant donné que le problème n'est pas au sujet de l'autre personne mais des sentiments de cette personne sur la situation. Voici un exemple d'un script d'une communication assertive qui peut être problématique à suivre d'abord mais qui deviendra plus naturelle avec la pratique.

- "Je me sens ." D'abord, nous devons savoir quels sont nos sentiments. Les psychologues ont des avis divers sur ce que sont nos principales émotions, mais en général quand quelque chose nous bouleverse, nous faisons l'expérience d'une variation de dégoût, tristesse, colère, ou peur.

- Ne dites pas : "Je sens que " C'est une opinion, non un sentiment. Cela peut mettre la personne sur la défensive, ce qui peut aboutir à un conflit.

- "Au sujet de " Décrivez ce qui vous préoccupe sans utiliser le mot "tu" si possible. L'autre personne n'est pas nécessairement le problème, mais la situation l'est.

- "Parce que " Pourquoi cette situation vous bouleverse-t-elle ? Comment votre enfance ou expériences passées ont-elles mené à vos croyances sur la situation ?

- "J'ai besoin de " Dites clairement ce que l'autre personne peut faire pour vous aider dans cette situation problématique. Quand vous cherchez de l'aide d'une autre personne, cela peut mener à une réponse plus positive. L'autre personne pourrait être incapable de répondre à votre besoin selon votre requête, aussi soyez prêt à négocier pour que les deux parties aient plus de possibilités de voir l'accomplissement de leurs besoins.

Dans la situation où une femme est bouleversée car son mari a invité des amis sans l'informer d'abord, une conversation assurée se déroulerait ainsi : "Je me sens déconsidérée quand des amis sont invités sans que je n'aie été consultée d'abord parce que cela me rappelle le temps où mes parents ne m'écoutaient pas quand j'essayais de leur dire que je ne voulais pas quelque chose. J'ai besoin que tu vérifies avec moi avant d'inviter des gens."

## EXERCICE D'APPLICATION

Maintenant pratiquez la communication assertive. Pensez à un point de conflit que vous avez régulièrement avec un membre de la famille et avec lequel vous souhaiteriez améliorer votre communication. Soit écrivez ce que vous diriez en utilisant le script présenté soit mettez-le en pratique avec la personne qui vous a accompagné ou quelqu'un avec qui vous vous sentez à l'aise. L'autre personne devrait essayer de jouer le rôle de cette autre personne, devinant comment réagirait quelqu'un. Travaillez sur vos techniques de négociation. Si vous n'êtes pas à l'aise de parler d'un problème personnel, alors choisissez un point de conflit plus général et commun au sein de familles.

## QUE FAIRE QUAND LE CONFLIT DÉGÉNÈRE

Parfois, le conflit monte en flèche, et les deux parties ne pensent pas assez clairement pour résoudre leur conflit sans faire de mal à une autre personne et/ou la relation. Quand les individus sont submergés par de fortes émotions, il peut être dur de penser assez clairement pour pouvoir résoudre le conflit. Il est important de reconnaître que le conflit n'est plus sous contrôle et savoir quand s'éloigner.

En général, chez la personne lambda, lorsque le pouls dépasse 100 battements par minute en discutant, elle peut être incapable de penser assez clairement pour résoudre le conflit. Maintenant, avec tant de gens qui portent des montres connectées ou des traqueurs d'activités au poignet, c'est facile de vérifier la fréquence du pouls. Sinon, pensez à comment et où vous éprouvez de la détresse dans le corps quand vous "le perdez." C'est le moment pour vous de partir. Lorsqu'une personne s'éloigne d'un conflit, cela peut provoquer chez l'autre la sensation qu'elle est abandonnée ou que l'on ne tient pas compte de ce qu'elle essaie de dire, aussi cela aide de planifier à l'avance.

Donnez-vous quelque temps pour vous calmer. De préférence au moins 20 minutes, jusqu'à 24 heures, mais cela ne devrait pas être plus long que cela, selon Dr. John Gottman, un très célèbre chercheur sur le couple (Gottman & Gottman, 2014). Pendant ce temps, évitez de penser à la situation parce que cela peut vous bouleverser davantage. Pensez à l'avance aux types de choses qui aident à vous calmer après une querelle. Puis, avec une humeur plus calme, revenez pour résoudre le conflit. Cela aide à se rendre compte que selon les recherches de Dr. Gottman, 70% des problèmes de couple sont insolubles, de sorte que la plupart du temps, vous ne serez pas capable de résoudre complètement le problème, mais vous pouvez au moins arriver à une sorte d'accord.

Les chrétiens pensent souvent qu'ils ne doivent pas aller au lit en colère, de sorte qu'ils sentent que le conflit doit être résolu avant d'aller dormir. Plus la querelle se prolonge

dans la nuit, plus il sera dur de résoudre le problème. Les gens impliqués dans le conflit peuvent s'accorder à résoudre le problème le jour suivant après s'être reposés. Ce sera peut-être plus dur de dormir, aussi priez que Dieu vous accorde Son aide pour résoudre le conflit. Le point principal est de ne pas laisser la colère continuer et s'étendre.

## CONCLUSION

Dieu a créé l'humanité à Son image. Les différences que nous voyons dans la société sont une réflexion de Dieu en nous. Nous sommes tous Ses enfants, une partie de la famille de Dieu. La Bible nous rappelle : "En effet, que nous soyons juifs ou grecs, esclaves ou libres, nous avons tous été baptisés dans un seul Esprit pour former un seul corps et nous avons tous bu à un seul Esprit." I Corinthiens 12 :13

Le conflit au sein de la famille est inévitable dans un monde pécheur. Il y a des problèmes sociétaux qui intensifient ces problèmes. Le Seigneur nous a donné des conseils dans la Bible et une direction au travers d'autres ayant une expertise dans ces domaines. Rappelez-vous, nous avons plus en commun que nous le croyons. Ces problèmes ne sont pas nouveaux ; il y avait des différences dans l'église des premiers Chrétiens aussi. "Il n'y a plus ni Juif, ni non-Juif, ni circoncis ni incirconcis, ni étranger, ni sauvage, ni esclave ni homme libre, mais Christ est tout et en tous." Colossiens 3 :11

Dieu nous a appelés à partager la bonne nouvelle du salut au travers de Son fils, Jésus Christ. Qui écouterait cette bonne nouvelle si ce n'est pas partagé par amour ?

## RÉFÉRENCES

Baltazar, A.M., Dessie, A., & McBride, D.C. (2020). Living up to Adventist standards: The role religiosity plays in wellness behaviors of Adventist college students. In Editorial Safeliz, S.L. (Eds.) *Discipling, Nurturing, & Reclaiming: Nurture and Retention Summit* (pp. 208- 219). Review & Herald Publishing Company.

Beck, J.S. (2011). *Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond*. (Second Edition). Guilford Press; New York, NY. Faber, A. & Mazlish, E. (2005). *How to Talk So Teens Listen & Listen So Teens Will Talk*. Harper Collins.

Gottman, J.S. & Gottman, J.M. (2014). *10 Principles for Doing Effective Couples Therapy*. W.W. Norton & Company.

Harvard Graduate School of Education (2023). 5 tips for cultivating Empathy. Making Caring Common Project.

<https://mcc.gse.harvard.edu/resources-for-families/5-tips-cultivating-empathy>