

لا يمكنهم تغيير أشياء معينة. من الصعب حقًا التعرف على هذا عندما لا تكون واعياً بالمقاومة. على سبيل المثال: قد تكون شخصاً يقول لنفسه: "أعلم ماذا؟ ما أريده أكثر من أي شيء آخر في العالم هو الشريك الملتزم". فأنت غير مدرك تماماً للجوانب اللاواعية في نفسك، فقدان إحساسك بذاتك. في هذا التيار هناك قارب. هو الانقسامات داخل وعينا. فيجب عليك التوقف عما تفعله والتعامل مع تلك المقاومة أو حلها أولاً، قبل القيام بأي شيء آخر. شاهد الفيديو الخاص بي بعنوان: عاجل! تعامل مع مقاومتك قبل أن تفعل أي شيء آخر: هناك أسباب متعددة تجعل الناس يقاومون التغيير. لكي تتمكن من فهم العناصر الأساسية وراء مقاومة الناس للتغيير، قمت بإعداد قائمة لك؛ ونشعر أننا إذا قمنا بهذا التغيير، عندما يتعين علينا القيام بشيء مختلف، فإننا نفقد هذا الشعور بالأمان. التغيير يميل إلى فقدان ثقتنا. لقد قمنا بتطوير مهارات تتعلق بالطريقة التي تسير بها الأمور، نحن نفهم أو نسيء فهم الحاجة إلى التغيير. بعض هذه التغييرات ننظر إليها على أنها تغيير سيء. كل الطرق التي نحاول بها السيطرة على حالة التغيير الذي يحدث هي محاولة لجعل الأمور تعود إلى "طبيعتها" حتى لا تتغير، عندما نكون في موقف نكون فيه على وشك مواجهة شيء جديد هو كل ما يتعلق بالتغيير، وليس لدينا ثقة في قدرتنا على التعامل معه، لأنه يجعله يشعر بفقدان الشعور بالاستقلالية الذي يعتز به. يتعلق الأمر بنفسك أيضاً، لأكون صادقاً معك تماماً، فإنه يخلق حالة من عدم الثقة بالنفس. ولذا فإن ما ستشاهده في حياة هذا الشخص هو أنه في أي وقت سيتم فيه إجراء تغيير، في أي وقت تحاول فيه إجراء تغيير، فلا نشعر بأننا اخترنا التغيير، فإننا لن نقوم بإجراء التغيير. إن لم يكن على مستوى واعٍ، فعلى مستوى اللاوعي. يمكن أن يؤدي تغيير واحد إلى العديد من التغييرات الأخرى. يمكن أن يؤدي إلى مجموعة جديدة كاملة من المشاكل بالإضافة إلى الاحتمالات. نحن خائفون بشكل خاص من إجراء تغيير إذا شعرنا بإمكانية تأثير التغيير على العديد من مجالات حياتنا، نشعر كما لو أن أجزاء من أنفسنا التي تقاوم هذا التغيير، التغيير عندما يعتقدون أن هذا التغيير سيقودهم إلى الألم بدلاً من المتعة. يكون مقتنعاً حقاً بأن ما يصوت ضده هو القتل. إما أنه لن تكون هناك مقاومة للتغيير، وبين "نعم" بالنسبة لي، إن العمل ضد المقاومة ليس أكثر من مقاومة المقاومة ونحن جميعاً نعرف إلى أين يذهب ذلك. عليك أن تعمل على حل هذه المقاومة. ونأمل أن تكون معرفة هذه الأسباب الأساسية التي تجعل الناس يقاومون التغيير،