



Comment faire un choix ?

Dans la vie quotidienne, on peut parfois avoir l'impression que, décidément, " on n'a pas le choix " ! Et au contraire, dans certains domaines, il y a trop de possibilités qui s'offrent à nous... Nous sommes en effet sans cesse amenés à prendre des décisions, petites (choix de vacances, etc...) ou grandes (orientation professionnelle, etc..). Comment faire pour prendre la bonne décision, celle qui nous fera avancer, grandir, nous permettra de donner le meilleur de nous-mêmes ?

Six étapes pour me préparer à la décision :

- 1) **Réunir toutes les informations sur le sujet**, en parler avec d'autres, entendre leur réaction
(Attention : dans tous les cas c'est la personne concernée qui choisira et non les autres pour elle !)
- 2) **Prendre du temps**, me poser régulièrement au calme pour laisser mûrir la réflexion
- 3) **Formuler clairement la question** à laquelle je dois répondre, le but étant de chercher, entre deux alternatives (toutes deux a priori bonnes pour moi), celle qui me correspond mieux aujourd'hui

Par exemple : pour mes vacances est-ce que je pars découvrir l'Inde avec des amis (Choix A) ou est-ce que je vis un temps de repos en famille (Choix B) ? ou bien un autre exemple : est-ce que je pars faire un an d'études à l'étranger (Choix A) ou pas (Choix B) ?

- 4) **Faire un tableau des Pour et des Contre** selon le modèle ci-dessous
(pour les croyants : prier avant, en demandant à Dieu d'être éclairé)

	Les POUR	Les CONTRE
CHOIX A	- - -	-
CHOIX B	- -	- -

On peut éventuellement examiner un jour le choix A, et un autre jour le choix B

- 5) **Distinguer parmi les raisons** notées dans le tableau celles qui sont réellement importantes (éventuellement en leur attribuant des « + », « ++ »,...)
- 6) **Prendre le temps de la décision** en formulant clairement pourquoi je retiens cette voie
Un bon choix met dans la paix et la joie durables, ça ne veut pas dire qu'il n'y aura pas de difficultés mais la paix et la joie sont le signe que ce choix va dans le bon sens : celui de la vie qui grandit en moi (cf publication précédente d'InSpir « Il se passe quelque chose en moi »)



Suggestions pour m'approprier cette méthode

- me rappeler comment j'ai pris des décisions (bonnes ou pas) dans le passé et comparer avec la méthode
- m'entraîner maintenant sur des petits choix à venir

N.B. : si vous avez un choix difficile à faire et que vous voulez en parler avec une personne formée, n'hésitez pas à nous contacter...