

从圣经看  
加强人际关系  
减少人际冲突 XIII

郭文仁

## II. 人際衝突的處理

### • 1. 勇於彼此認罪

- 雅5:16 所以你們要彼此認罪，互相代求，使你們可以得醫治。
- 所以你們應當彼此認罪，互相代求，這樣你們就可以痊愈。義人祈禱所發出的力量，是大有功效的。

## • 彼此認罪：

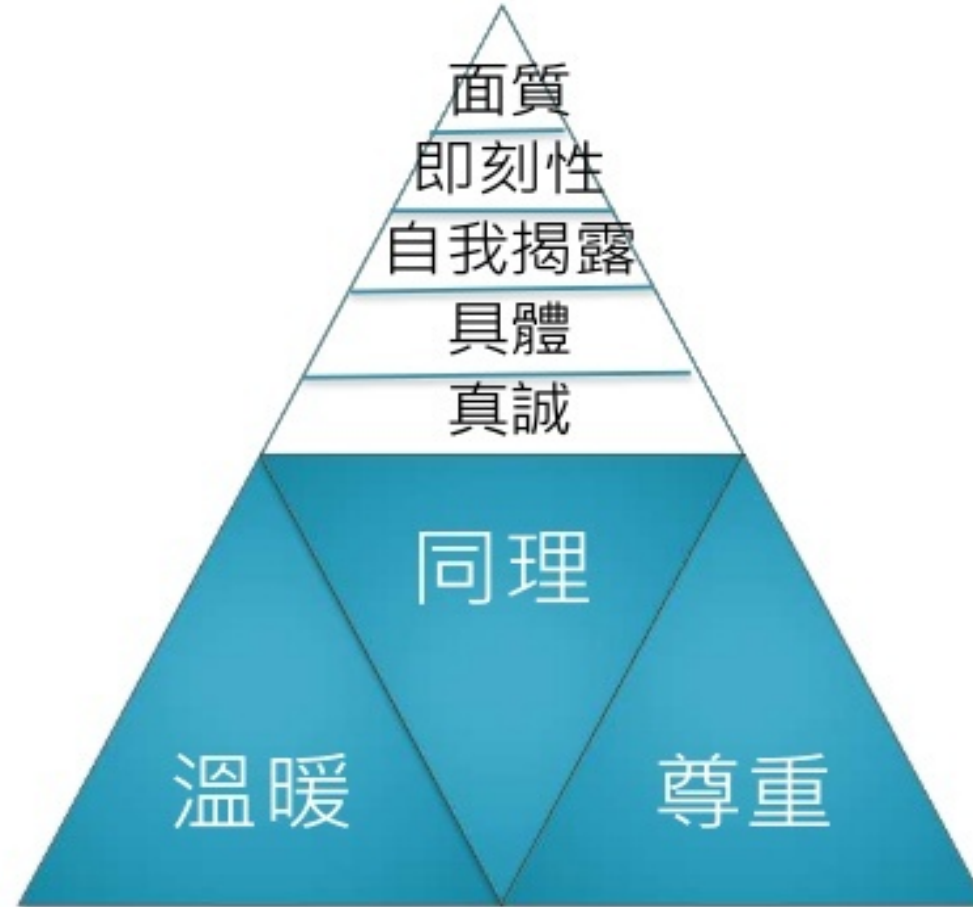
- 彼此承認自己身體上，情緒上，靈裡的罪。
- 羅12:1 所以，弟兄們，我以神的慈悲勸你們，將身體獻上，當作活祭，是聖潔的，是神所喜悅的；你們如此事奉乃是理所當然的。

- 要彼此認罪，不要彼此定罪
- 要彼此代求，不要彼此要求
- 要彼此禱告，不要彼此控告
- 要彼此領會，不要彼此誤會
- 要彼此肯定，不要彼此否定

- 要彼此扶持，不要彼此堅持
- 要彼此稱讚，不要彼此爭戰
- 要彼此相愛，不要彼此傷害
- 要彼此慰問，不要彼此責問
- 要彼此享受，不要彼此忍受

## 溝通

2. 3/4的過程是提供溫暖/同理/尊重



### •3. 保持沉默是

### •減少正在衝突的好辦法

- 如果說衝突是一把點燃的火把，那麼沉默就是吹息火把的最佳武器。

說話三要素：

該說時會說——水準，

不該說時不說——聰明，

知道何時該說何時不該說——

高明。





## 4). 處理人際衝突 要說的四句話

- 1、對不起，我錯了！
- 2、請原諒我！
- 3、我愛你！
- 4、謝謝你！