

【小组查经材料】

生活查经系列 - 如何化解冲突

2016年二月26、27日

第一时段：欢迎你来 (15 分钟)

以简单、轻松、活泼的游戏，带领组员热烈参与，使大家的心思意念，离开繁忙、疲惫，并预备心来归向神。

第二时段：敬拜赞美 (20 分钟)

以事先预备好的诗歌，带领大家来到主的宝座前敬拜祂、瞻仰神的荣面、带下神的荣耀同在。在敬拜里，小组长带领大家同声开口为下列事项祷告。（组员个人的需要请在第四个时段分享祷告。）

1. 宣教单位：认领的单位是_____他们的需要是_____
(如果你不确定小组认领单位的需要，请洽教会。)
2. 教会事工：
 - 3/04-05 敬拜赞美之夜
 - 3/11-12 经历神营会，堂外报名（额满截止）
 - 3/13 日光节约开始，请将时钟调快一个钟头
 - 3/25 主耶稣受难日，在教会聚会
3. 新来宾：_____请于聚会前确认来宾名字。
病痛组员或亲朋：_____并商讨如何关怀他们。

第三时段：话语分享 (45 分钟) 以分享讨论应用神的话在每天生活里

A. 回应主日信息—聚会前，请上网仔细重听一次。

1. 上主日信息的中心思想是什么？哪一句话，你的印象最深刻？
2. 听完信息，你有何回应？或有什么实际的行动呢？

B. 本周主题：如何化解冲突

经文：约翰福音十三 34

背诵经文：我赐给你们一条新命令、乃是叫你们彼此相爱。我怎样爱你们、你们也要怎样相爱。（约十三 34）

在这信息爆炸、步调飞快与一心三用的时代，我们天天面对的「压力」，可谓五花八门。压力有来自个人生活或来自职场工作两大类。前者包括重大事故、生活事件、日常琐事、家庭经济问题与社会经济问题等五种；后者包括缺乏自主性或控制感的工作、过度负荷或重复性工作、角色模糊或冲突、不良的人际互动与有害的工作环境等。

一、冲突五阶段

冲突的形成和爆发的过程是渐进的，不是立刻产生。管理学者刘易斯·庞帝(Louis R. Pondy)以人际模式观点(Interpersonal Model Perspective)研究冲突历程有下列五阶段：

1. 潜在冲突阶段：双方意见略显不一致，潜在出现对立现象。
2. 知觉冲突阶段：双方都意识到可能出现冲突，情绪介入影响认知。消极情绪导致不负责任的处理态度，积极情绪则从长远着眼，探寻新方法与新思路。
3. 感觉冲突阶段：除了意识到冲突外，还有紧张、焦虑、不安等感觉。
4. 外显冲突阶段：冲突白热化、公开化。敌对、争论、攻击或怠工、造谣、结党、冷漠、不合作态度等表现。
5. 冲突后果阶段：若能圆满解决，可避免下次冲突，改善双方关系；若无法妥善管理，冲突潜在条件继续恶化，甚至扩大，导致更严重的冲突。

讨论问题一：你最近是否碰到与人冲突的事件呢？请简述。

二、冲突迷思

人际冲突之产生，有时难以显示谁对谁错。看不顺眼、爱面子、好胜心理、输不起、自私心态、「妥协即理亏」等错谬思维等，都可能让冲突者陷入冲突迷思，而无法自拔。一般人际冲突，似是而非的观念有下列九种型态：

1. 彼此异化型：因他(她)犯错，才会有冲突。
2. 爱好面子型：「我对你错」、「我胜你败」，无论如何一定要赢。
3. 独断自大型：只有「我」提出的方案，才是有价值的。
4. 投降退缩型：升白旗、认输。
5. 乌龟逃避型：极力避免任何冲突。
6. 乐天完美型：认为所有冲突都有解决方法。

7. 一网打尽型：认为长期持续的冲突，在一次讨论中可得到圆满解决。
8. 非黑即白型：任何冲突必定是一黑一白、一对一错。
9. 妥协委曲型：自愿妥协，却感到委曲。

事实上，冲突是人际互动的一部份，本身并无所谓的「对」与「错」，且难以完全避免。上述「黑白两极」、「非胜即败」的极端倾向，都不是双赢的思维。

你我一定要去除非赢不可的心态，清楚明白冲突处理的目标，并非说服他人同意「我的看法」或「操纵别人」，而是找出一个圆满解决的方案，让双方欣然接受，创造双赢的结局。

讨论问题二： 以上那种冲突你最常遇到？你以什么态度面对它？

三、冲突九美德

想当一位「冲突赢家」，让冲突朝向双赢的结果吗？首先，冲突激发时，请记得以下「冲突九美德」：

1. 学习站在对方的立场看事情。
2. 学习改变自己的态度。
3. 学习同理心。
4. 学习与不同个性的人相处合作。
5. 向「不喜欢的人」学习。
6. 培养「磨合期」的包容心与容忍度。
7. 学习欣赏他人、鼓励对方。
8. 学习先改变看事情的角度。
9. 学习控制情绪，不出恶言或伤害对方。

讨论问题三： 以上哪些冲突九美德是你最需要的？为什么？

四、化解冲突属灵八珍：

圣经里虽无直接使用「冲突」一词，但描述冲突的各种表现：包括恼怒、发怨言、分争，辩论、抵挡、争论、不同心等等。当我们与人有冲突，应当如何处理？以下是化解冲突属灵八句珍贵经文：

1. 彼此相爱：
「我赐给你们一条新命令，乃是叫你们彼此相爱；我怎样爱你们，你们也要怎样相爱…」(约十三 34)
2. 相互和睦：
「…总要尽力与众人和睦。」(罗十二 18)
3. 不要自己伸冤：
「主说，伸冤在我，我必报应。」(罗十二 19)
4. 快听慢说、慢动怒：
「…要快快的听，慢慢的说，慢慢的动怒。」(雅一 19)
5. 不可结党：
「…凡事不可结党…」(腓二 1-5)
6. 以诚待人：
「唯用爱心说诚实话…」(弗四 15)
7. 作好榜样：
「…是作群羊的榜样。」(彼前五 3)
8. 不要犯罪，不可含怒：
「生气却不要犯罪；不可含怒到日落。」(弗四 26)

讨论问题四： 上列经文中，哪一个经文是你最常使用化解来冲突？你是否想到相关可以使用的经文？

祷告：

亲爱的阿爸天父，我们感谢赞美祢。祢的爱是何等的长阔高深，求主的爱来充满我们，因着祢爱的大能在我们里面运行，使我们有力量以爱互相宽容，用和平彼此联络、竭力保守圣灵所赐合而为一的心，一起完成祢托付给我们的使命，传扬祢爱世人的好消息，荣耀祢的名。感谢祷告奉耶稣得胜的名祈求，阿们！

第四时段：祷告服事（10分钟）

可以两三个人成为一个祷告小组，为彼此的需要祷告。

3/4-5 敬拜赞美之夜

3/11 太第六章