

# 目錄

王序 V

前言 我的道路 1

主，就讓我淒慘 5

## I. 解決人際衝突的基礎 9

1. 認識你的衝突模式 11

綜論 17

怎樣改善最惡劣的三種衝突形態 19

怎樣增強兩種理想的衝突形態 26

2. 自覺(Self-Awareness) 33

3. 創傷得治 45

4. 愛和順服的羣體氣氛 59

5. 認識衝突的本質 71

## II. 解決衝突的步驟 81

6. 步驟一：怒火鬆弛 83

7. 步驟二：恢復對方的自尊 91

8. 步驟三：對談 99

(I) 述說歷史 100

(II) 重建關係 101

(III) 處理分歧 104

## III. 解決衝突的人選 111

9. 有效的調解者 113