

10 MELHORES DICAS

10 DICAS PARA TER CONVERSAS DIFÍCEIS

Navegar por conversas difíceis é uma das ferramentas mais valiosas que você pode ter em seus relacionamentos - seja com família, com colegas, na sala de aula ou na cafeteria entre amigos. Aqui estão algumas dicas simples para colocá-la no caminho certo.



PREPARE-SE

- 1 Ao invés de pensamentos e cenários rodando na sua cabeça, escreva exatamente sobre o que você quer falar. Pense como você quer introduzir o tópico e os pontos principais do que você quer abordar e qual é o seu objetivo final para a conversa. Escolha um horário e lugar que funcione para todo mundo.

SEJA RESPEITOSA

- 6 Evite comentários afiados ou lançar insultos. Lembre-se do objetivo que você estabeleceu para alcançar e se tensões surgirem, dê um tempo ou faça uma pausa por um minuto antes de continuar.

ORE PRIMEIRO

- 2 Tire um momento ou mais para orar e convidar Jesus para a sua conversa. Permitindo que o Espírito Santo guie a sua conversa desde o início e estando consciente da Sua presença com você, define o tom da conversa no caminho certo.

MANTENHA O FOCO

- 7 Às vezes conversas podem começar a sair extremamente fora da rota e ir para áreas que você não ia falar sobre. Mantenha o assunto principal. Se outros problemas ou tópicos surgirem, coloque na mesa em outro momento.

DEIXE O AMOR TE GUIAR

- 3 Falar a verdade deve estar fundada em amor e graça. Isso não significa ignorar ou varrer algo para debaixo do tapete porque você está preocupada em machucar os sentimentos de alguém. Mas significa entrar em uma conversa sabendo que Deus os ama tanto quanto ama você.

SE RESPONSABILIZE

- 8 Se suas emoções levaram o melhor de você ou fez alguns julgamentos errados, se responsabilize. Esteja disposta a pedir desculpas e pedir perdão.

NÃO SUPONHA

- 4 Não suponha que você sabe o que está acontecendo com eles. Evite passar julgamento ou atacar o ponto de vista deles.

PROCURE COMPREENDER

- 9 Procure enxergar verdadeiramente o problema do ponto de vista deles. Faça perguntas cuidadosas para tentar entender de onde estão vindo.

ESCUTE SEM INTERROMPER

- 5 Seja paciente e escute sem tentar defender ou rebater. Se você se sentir frustrada ou na defensiva, tire um momento para fazer uma pausa antes de responder.

PROCURE RESOLUÇÃO

- 10 Se possível, não deixe a conversa mal resolvida, com rancor ou raiva. Procure solução e paz. Tudo bem concordar em discordar, mas dê o seu melhor para deixar a conversa confiante que nenhum mal foi feito à outra pessoa.