

化解衝突的要點



1. 時機要適合，最好找一個可以充裕溝通的時間，避免因時間趕急而影響溝通。
2. 對自己說一句鼓勵的話，並嘗試用積極的態度和他人溝通。
3. 充分了解彼此的需要，了解對方背後的善意，同時亦表達自己的需要、感受及困難。
4. 徵求雙方給予具體的建議，最好能有實行的策略。
5. 列出所有建議，愈多愈好，並且先不要作出取捨或評論。
6. 選擇一個雙方接受及可行的方法，並加以實行。

