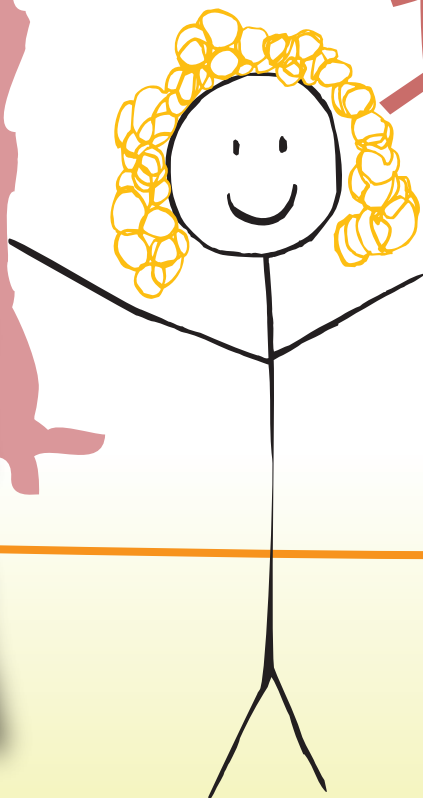


接受別人批評



留意

1. 面向對方。
2. 眼望著對方。
3. 聲調真誠、有禮。

步驟：

1. 留心聽人的意見。
2. 有不明白時，不妨請對方說清楚。
3. 考慮對方的批評是否合理。
4. 如果覺得批評合理：(a) 要多謝對方的坦誠。(b) 請對方幫你一起尋求改善的方法。
5. 如果覺得批評不合理：(a) 冷靜地表達你的理由。(b) 注意自己的語氣，盡量避免引起衝突。(c) 不要反過來批評對方。

注意：

- ▲ 要冷靜地聽
- ▲ 不要中間打斷，待對方說完後，才表示你的看法。