

chấn sau này bạn sẽ thành công trong việc xoa dịu nỗi đau của người khác.



BÍ QUYẾT 1: Cảm thông nhưng đừng thương hại người khác

Như phần trước đã đề cập, điều kiện đầu tiên để an ủi người khác là sự cảm thông, vì thế, khi người khác chia sẻ, thổ lộ với bạn một chuyện đau lòng, trước tiên hãy đặt mình vào vị trí của họ để có sự cảm thông, để họ thấy rằng bạn hiểu họ, để họ thấy có người tình nguyện ở bên cạnh, cùng họ trải qua những thời khắc gian nan, như vậy, nỗi buồn của họ sẽ được vơi đi ít nhiều.

Tuy nhiên, cảm thông cũng phải có mức độ, cảm thông thái quá sẽ biến thành thương hại. Khi bạn cùng họ chìm vào tâm trạng nặng nề, buồn khổ, rất có thể họ sẽ thấy rằng mình quả là đáng thương, từ đó càng khiến cho tâm trạng thêm nặng nề, bi quan, kết quả là bạn đến an ủi người khác nhưng lại đổ thêm dầu vào lửa.



BÍ QUYẾT 2: Những lời nói hóm hỉnh hài hước có