

dựng cho mình kỹ năng *lắng nghe và thấu hiểu* dựa trên cơ sở *tính cách*, dẫn đến sự cởi mở và tin cậy. Bạn cũng cần mở các *tài khoản tình cảm* để tạo sự thông hiểu giữa những tâm hồn.

2. LẮNG NGHE VÀ THẤU HIỂU

Đa số chúng ta lắng nghe không phải để thấu hiểu người khác, mà để đối đáp. Người ta thường thông qua mô thức của mình để gạn lọc những điều họ nghe và có thói quen “suy bụng ta ra bụng người” để phán xét cuộc sống của người khác.

“Ồ, tôi rất hiểu tình cảm của anh!”

“Tôi đã từng trải qua những điều giống hệt như thế. Để tôi nói kinh nghiệm bản thân cho anh/chị nghe nhé.”

Họ không ngừng dùng trải nghiệm của mình chiếu lên hành vi của người khác. Họ dùng cặp kính của mình đeo vào mắt người đang giao tiếp với họ.

Một ông bố nọ có lần tâm sự với tôi: “Tôi không thể hiểu được thằng nhóc nhà tôi. Nó chẳng chịu nghe tôi gì cả”.

“Hãy để tôi nhắc lại điều anh vừa nói nhé”, tôi trả lời, “Anh không hiểu được con trai anh vì nó không chịu nghe anh?”.

“Đúng vậy”, anh ấy trả lời.

“Tôi xin nhắc lại, anh không hiểu được con trai anh vì nó không chịu nghe anh?”

“Đúng, tôi nói thế”, anh ấy trả lời có vẻ bực bội.

“Tôi nghĩ rằng muốn hiểu ai, trước hết anh cần phải lắng nghe người đó”, tôi góp ý.