

ခေါင်းဆောင်မှု

သံတမန်နည်းကျကျ နည်းဗျူဟာရှိရှိ ဆက်ဆံပုံစံဆိုင်ရာ

လူထုဝေခံရခြင်း

ဤသင်တန်းတွင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်မှု၊ သူများက စိတ်ချယုံကြည်ရမှု၊ ရှင်းလင်းပြောဆိုမှုနှင့် စည်းစိမ်မပြတ်တတ်မှု ရှိရှိ တင်ပြခြင်းနှင့်ရန် နည်းလမ်းများကို သင်ကြားပေးသွားမည်ဖြစ်ပါသည်။

သင်လေ့လာသင်ယူရမည့် အရာများ

သင် ပြောဆိုဆက်ဆံရာတွင် အများနှင့် လိုက်လျောညီထွေစွာ ပြောဆိုလွယ်ပြင်လွယ်ရှိအောင် ကြိုးစားပြီးရလဒ်ရသော ရလဒ်များကို လိုက်၍ သင်ပေးချင်သော အချက်အလက်များ၏ အဓိကအကြောင်းအရာကို ချိန်ညှိပါ။ သင့်ကို အလွယ်တကူ စိတ်ပျက်စသော အရာများကို ထိန်းချုပ်နိုင်ရန် ကြိုးစားပြီး ဒီအတိုင်းပုံစံလည်ပတ်ခြင်း ဖြစ်ပေါ်စေရန် ထက် ထိရောက်သော တွန်းပန်ပုံစံဆိုင်ရာ ဖြစ်ပေါ်စေရန် ကြိုးစားပါ။ အဝေးခံရသည့်အခါ တည်ငြိမ်စွာ တွန်းပန်နိုင်ရန် ကြိုးစားပါ။ ဖိအားများ နှင့် ကြုံရသည့်အခါ မလိုလားအပ်သော ပဋိပက္ခများမဖြစ်အောင် တည်ငြိမ်အောင်နေပါ။

သင်ဘာကဖြင့် ဤသည်ကိုသင်ယူချင်ရသည်

သင့်အတွက် မတူကွဲပြားသော အခြေအနေများ သို့မဟုတ် သင့်ကို အခက်အခဲစေသည့်အခြေအနေများနှင့် တွေ့ကြုံရသည့်အခါ လျင်လျင်မန်မန်နှင့် လှလှပပ ဖြစ်ရှင်းလာနိုင်ပါလိမ့်မည်။ သင် လူအများနှင့် ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်း၊ ယုံကြည်မှုရှိရှိ၊ ရိုးရိုးသားသား ပြောဆိုခြင်း၊ သင့် စိတ်ခံစားချက်များကို ထိန်းချုပ်နိုင်ခြင်း၊ အပြုအမူအရာရှိနှင့် ဝေဖန်ခြင်း နှင့် အဝေးခံခြင်း၊ သင့်ကိုယ်သင် အင်အားကြီးမားသော ပုံသေ အများကို အနှုတ်ရယူမပြုသောသူအဖြစ် ချုပ်ချိခြင်း စသည်တို့ကို သိရှိနားလည်လာပါလိမ့်မည်။ အရေးအကြီးဆုံးမှာ သူများကို မတိုက်ခိုက်ဘဲ၊ ပဋိပက္ခမဖြစ်စေဘဲ အပြုအမူနှင့် ပြောဆိုဆက်ဆံနိုင်လာစေရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။

သင့်ကို မည်သို့ ကူညီပေးမည်

ဤသင်တန်းသည် သင် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးနှင့် ပတ်သက်၍ အားသာချက် အားနည်းချက်များကို မီးမောင်းထိုးပြသွားမည်ဖြစ်ပါသည်။ သဘာဝတူလက်ခံနိုင်လောက်အောင် ငြင်းဆိုတတ်ရန် သင်ယူရပါမည်။ ခက်ခဲသော အခြေအနေများကို သံတမန်နည်းကျကျ နှင့် ယုံကြည်မှုရှိရှိ ရင်ဆိုင်ရပြီးအားကောင်းသော သဘာဝထားမျှတသော ခေါင်းဆောင်တစ်ယောက်အဖြစ် သင့်ရဲ့ပုံရိပ်ကို တည်ဆောက်ပါ။