

把对方的话铭记在心了吗？

常言道，要善听人言。

这是因为良好的倾听是有效沟通的基础。

你只是在听别人说话时机械地点头和嗯嗯，而没有真正聆听吗？
你是否一边佯装在听对方的话语，一边在脑子里想着接下来要说的话呢？
或者你在假装倾听对方的话时，脑海中在想下一步该说什么吗？

认真听对方的话，重要的是要向对方发出倾听的示意。

所谓示意，是指点头称是，随声附和等。

而且，认真倾听，也意味着去感受对方的心境。

这个人现在以什么样心境讲话？

将思绪共情于对方的心境之中。

然后，依照对方的心境去倾听他们讲话。

另外。。

认真聆听，意味着真正将对方的。

内化于心，就是接纳对方的话语。

坦率、谦虚地接纳，不做评论和判断。

如果你不真正将对方的情感内化于心，即使你听了数百次精彩的故事，也不会有任何领悟和学习。

所以，现在的你，把坐在面前的对方的话放在心上了吗？