

နှုတ်ဖြင့် ဖြေလျော့စေသည့် မဟာဗျူဟာများ

ရည်ရွယ်ချက်- အခြားလူနှင့် သင်ကိုယ်တိုင် ချိတ် ဆက်မိရန်နှင့် စာနာမိစေရန်

စောင့်ကြည့်ရန်

သင်တွေ့မြင်တာကို ဆုံးဖြတ်ချက် မပြုပဲ သဘာဝကျသည့် ဖော်ပြချက်များ ပြုလုပ်ပါ။

“ မင်းအရူးပဲ!”

“မင်း အကျယ်ကြီးအော်နေတယ် ကလေးငိုနေပြီ”

ခံစားချက်ကို သတ်မှတ်ဖော်ထုတ်ပါ

အခြားလူတစ် ယောက်က သင့်ကို လုပ်နေသည်ကို သင့်ထင်သည့် အရာထက် သင့်ကိုယ်ပိုင်ခံစားချက်များကို ဖော်ပြပါ။

“မင်းလေးစားမှုမရှိဘူး လို့ ခံစားရတယ်!”

“ငါနာကျင် တယ်”

သင့်လိုအပ်ချက် သို့မဟုတ် ဆန္ဒ ကို သတ်မှတ်ဖော်ထုတ်ပါ

သင့်လိုအပ်ချက်

အချို့လူများ လုပ်ဆောင်ချက်များ သို့မဟုတ် အရာများကို ကိုးကားခြင်းမပြုပဲ သင့်လိုအပ် ချက်များကို ဖော်ထုတ်ပါ။

“ငါ့လာစကားမပြောနဲ့”

“အခု ငါ သီးခြားနေပါရစေ”။

တောင်းဆိုပါ

လိုက်လျောညီထွေမှုရှိစေရန် သေချာ သည့်အရာမျိုး အကြံပြုပြီး ဆောင်ရွက်နိုင်သည့် အရာမျိုး တောင်းဆိုပါ။

“မင်းကို အခု သည်းမခံနိုင် တော့ဘူး”

“ခဏနားပီး ပီးမှ ပြန် စကြလို့ရမလား?”

ပြောဆိုဆက်ဆံနေစဉ်တွင် သင့်ခန္ဓာကိုယ်အပြုမူနှင့် ကိုက်ညီမိစေရန် သတိရပါ။

ဇယား

မင်းဖုန်းကိုလွှင့်ပစ်လိုက်တဲ့အခါ
 ငါကြောက်သွားတယ်
 ငါတို့ဘေးကင်းရဲ့လားလို့ သိဖို့လိုတယ်
 ခဏနားပြီး ညစာစားပြီးမှ ပြန်ပြောရအောင်

စောင့်ကြည့်ခြင်း
 ခံစားချက်
 ခံစားချက်
 တောင်းဆိုချက်)

အစား

“မင်းအရူးလိုပဲလုပ်နေတယ်။ ဖုန်းလွှတ်ပစ်တာရပ် လိုက်တော့။”