

6 Mẹo Đối Phó Với Những Người Xem Thường Bạn



Bất kể bạn làm gì với cuộc sống của mình nhưng một số người sẽ ủng hộ bạn, trong khi những người khác sẽ chỉ trích những lựa chọn của bạn và nghi ngờ khả năng thành công của bạn.

Dưới đây là sáu lời khuyên để đối phó với những lời chỉ trích:

1. Tự đề tỉnh bản thân

Hãy tự hỏi mình điều gì sai hay đúng, lắng nghe những gì người khác nói nhưng hãy tự đánh giá nó. Trước tiên hãy tin vào chính mình, sau đó suy nghĩ về những gì người khác nói.

2. Giữ tích cực và tự tin.

Bất cứ khi nào phải đối mặt với những vấn đề và thử thách, tất cả chúng ta đều nhận được lời khuyên có ý nghĩa với việc giữ thái độ tích cực. Tích cực mang đến cho bạn động lực để tiếp tục công việc và giúp bạn giải quyết vấn đề.

3. Tránh phản ứng ngay lập tức

Để xử lý các tình huống khi ai đó cố xem thường bạn, tránh phản ứng dữ dội với họ hoặc gây hấn. Điều này làm cho người khác cảm thấy tốt hơn bởi vì họ cảm thấy rằng hành động của họ đã đạt được kết quả họ muốn.

4. Trở lại sau mỗi thất bại

Khi bạn cố gắng hoàn thành điều gì đó, bạn sẽ phạm sai lầm - và sai lầm có thể trông giống như thất bại trong mắt những người hoài nghi của bạn.

5. Giữ bình tĩnh và suy nghĩ về những gì người đó đã nói

Nếu ai đó nói là đúng, thì bạn có thể chấp nhận nhận xét như một hình thức phản hồi mang tính xây dựng để cải thiện khả năng của bạn. Những người trong cuộc sống của chúng ta thường là tấm gương của chúng ta. Họ phản ứng mọi hành động và lời nói của chúng ta. Một từ, dù cay nghiệt hay đau đớn, có thể cho chúng ta thấy một khía cạnh trong hành vi của chính chúng ta mà chúng ta đã bỏ qua.

6. Đừng bao quanh bản thân với quá nhiều hoài nghi.

Một vài lời chỉ trích là lành mạnh - nhưng quá nhiều có thể làm xáo trộn thành công của bạn. Bạn cần được bao quanh bởi nhiều người ủng hộ hơn.