

Ở đời, ai cũng muốn người khác tôn trọng mình. Ở đời, người ta đau khổ khi không được đối xử công bằng, bị đối xử bất công, bị ném những cái nhìn tiêu cực, hay đôi khi là khinh bỉ. Vậy làm sao để tìm được sự tôn trọng nơi người khác dành cho mình, làm sao để mỗi khi người khác nghĩ về bạn, đó là một hình ảnh tuyệt vời, và làm sao để học cách đối xử với mọi người. Dưới đây là một vài kiến thức tâm lý quan trọng cần nắm được để thu phục ĐẮC NHÂN TÂM trong thế kỷ 21.



Mục lục

- [1 I\) SAI LÂM PHỔ BIẾN THƯỜNG GẶP](#)
- [2 II\) ĐỪNG CHO CÁI CHÚNG TA CÓ, HÃY CHO THỨ NGƯỜI KHÁC CẦN](#)
- [3 III\) NGUYÊN TẮC VÀNG TRONG ĐẮC NHÂN TÂM](#)
- [4 IV\) NGUYÊN TẮC KIM CƯƠNG TRONG ĐẮC NHÂN TÂM](#)

I) SAI LẦM PHỔ BIẾN THƯỜNG GẶP

Đối xử với người khác theo cách mình muốn đối xử, chứ không phải theo cách mà họ mong muốn được đối xử. Về mặt tâm lý, chúng ta thường đối xử với người khác bởi vì cách mà người khác thường đối xử với chúng ta. Chẳng hạn chúng ta sống trong một tập thể mà thiếu đi sự tôn trọng, thì thông thường sẽ dễ dẫn đến việc chúng ta cũng hay có những hành động thiếu tôn trọng với những người xung quanh ta. Chúng ta sống ở một môi trường thiếu sự tin tưởng lẫn nhau thì bản thân chúng ta cũng nghi ngờ, hoài nghi những người xung quanh mình.

Thế nhưng, điều đó không tốt. Lẽ nào khi sinh ra trong một gia đình nghèo khó, cãi vã thường xuyên, thiếu đi lòng tự trọng, lớn lên chúng ta cũng để cho điều đó lặp lại. Lẽ nào trải qua một gia đình bất hạnh, khi mà bạn chứng kiến những cảnh cãi vã để rồi khi lớn lên bạn lại làm điều đó với chính gia đình của mình? Về tâm lý con người, thông thường họ sẽ có hai phản ứng khi trưởng thành, hoặc là họ làm đối lập với những gì họ thường được đối xử trong quá khứ, hoặc họ làm giống y hệt. Như vậy, nó sẽ tốt nếu như trong quá khứ bạn được đối xử tốt đẹp và lớn lên bạn mang theo cách hành xử tốt đẹp đó với mọi người. Thế nhưng, nó sẽ là tiêu cực nếu trong quá khứ bạn bị đối xử tệ bạc và lớn lên bạn cũng đối xử tệ bạc với người xung quanh. Phần nhiều về tâm lý, chúng ta nếu bị đối xử tệ bạc, sẽ mong muốn “làm lại cuộc đời mình”, tức đối xử tốt đẹp với những người xung quanh. Tuy vậy, không phải ai cũng làm được điều đó.

II) ĐỪNG CHO CÁI CHÚNG TA CÓ, HÃY CHO THỨ NGƯỜI KHÁC CẦN

Nhiều người, khi tặng quà, hay nghĩ rằng người nhận quà sẽ thích món quà mà mình tặng nếu như món quà đó mình thích. Nhưng sự thật thì người nhận quà chỉ thích món quà mà họ thực sự thích, chứ không phải món quà mà người tặng thích hay người tặng có. Vì thế, đừng cho cái chúng ta có, mà hãy cho thứ người khác cần. Điều bạn thích, thói quen, văn hóa, tính cách của ta không có nghĩa là người xung quanh ta cũng có sở thích như vậy. Chính vì lẽ đó, cần đề cao sự tôn trọng, cần thấu hiểu người xung quanh mình, chứ không phải làm theo suy nghĩ phiến diện bản thân.

Đưa con nó thích nhạc trẻ, không có nghĩa là phụ huynh phải bắt nó nghe nhạc vàng. Gu thời trang cũng thế, giữa mỗi thế hệ sẽ có những khoảng cách khác nhau, không phải thứ mình thấy đẹp là thứ người khác thấy đẹp. Vì thế, không thể nào bắt ép người khác phải

giống mình. Từ khóa ở đây là SỰ TÔN TRỌNG. Hãy tôn trọng những gì thuộc về cá nhân, đòi hỏi của nhau. Bên cạnh đó, còn một điều quan trọng hơn đó là sự thích nghi với văn hóa. Khi ở nơi đám đông, khi ở những hoàn cảnh khác nhau, hãy cư xử và hành xử đúng với văn hóa nơi đó. Đó là lúc sự thích nghi nói lên bạn là người lịch sự và hiểu biết. Chứ khi đó lại không phải là nơi cái tôi cá nhân được thể hiện.

III) NGUYÊN TẮC VÀNG TRONG ĐẶC NHÂN TÂM

Hãy đối xử với người khác theo cách mà bạn muốn họ đối xử với mình. Nếu một ai đó nói rằng “Tôi không được tôn trọng” “Người xung quanh tôi không đáng tin” “Tại sao mọi người lại luôn vô duyên như vậy” ... Thì đó là lúc hãy cần nhìn nhận lại bản thân. Vậy rằng, liệu ta có luôn tôn trọng người khác? Liệu rằng ta có tin tưởng những người xung quanh mình? Và liệu rằng ta có duyên dáng với người khác?

Cách một ai đó đối xử với mình chính là cách mà ta dạy cho họ thông qua cách mà ta đối xử với họ. Cho nên, nếu muốn người khác tôn trọng mình, thì trước tiên mình phải tôn trọng những người xung quanh. Nếu muốn người khác luôn đúng giờ mỗi khi gặp bạn, hãy luôn là người đúng giờ khi bạn gặp họ. Nếu muốn người khác luôn nhẹ nhàng với bạn mỗi khi bạn làm sai, thì hãy là người luôn phản ứng nhẹ nhàng với họ khi họ làm điều gì đó sai. Nếu muốn người khác thành thật với mình, thì bản thân mình đừng bao giờ dối trá với họ. Nếu muốn không bao giờ bị ai đó nói xấu sau lưng, thì bản thân mình đừng bao giờ đi nói xấu ai đó khi không có mặt họ ở đó. Hãy đối xử với người khác theo cách mà bạn muốn họ đối xử với bạn.

IV) NGUYÊN TẮC KIM CƯƠNG TRONG ĐẶC NHÂN TÂM

CÁCH BẠN NHÌN MỘT NGƯỜI CHÍNH LÀ CÁCH MÀ BẠN ĐỐI XỬ VỚI HỌ, VÀ CÁCH MÀ BẠN ĐỐI XỬ VỚI HỌ CHÍNH LÀ CON NGƯỜI MÀ HỌ SẼ TRỞ THÀNH

Nguyên tắc kim cương này là nguyên tắc quan trọng mà chúng ta cần thấu hiểu và áp dụng, nhất là với những người hiểu biết tâm lý. Vì sao nhiều người không hạnh phúc? Vì sao đôi khi ta cảm thấy không hài lòng vì những người xung quanh mình? Vì sao đôi khi ta thấy mệt mỏi với những mối quan hệ? ... Trong quyển *Ngừng lệ thuộc*, Melody Beattie chỉ ra một hiệu ứng tâm lý rất hay, rằng chừng nào ta còn tìm được một lý do nơi người khác khiến ta không hài lòng và không hạnh phúc, chừng đó ta còn đang mắc vào hiện tượng tâm lý có tên là ĐỒNG PHỤ THUỘC. Đó là khi chúng ta đang để hạnh phúc của cuộc đời mình bị chi phối bởi người

khác. Do vậy, để tìm được hạnh phúc, để tìm được tự do, để tìm được sự tôn trọng từ người khác xung quanh mình, thì việc quan trọng nhất và duy nhất phải làm, đó là thay đổi từ chính bản thân ta. Mà trước tiên, là thay đổi cách mình nhìn nhận người xung quanh mình.

1. Là cha mẹ, đừng nhìn con mình là kẻ dốt nát.

“Nó lười lắm, nó ngu lắm, nó chỉ được cái khôn vặt, nó ẩu lắm ...” hãy nhìn con cái bằng cái nhìn đầy tích cực. Nếu con trẻ đánh nhau, hãy nhìn nó đang lớn lên và cần được học bài học về bảo vệ bản thân và khi nào thì phải hành động đúng mực. Nếu nó ở lứa tuổi teen, vội vàng, hay quên, làm vỡ đồ đạc, hãy nhìn con cái mình đang lớn lên từng ngày khi bước vào giai đoạn dậy thì, rằng con đang lớn và cần được sự trợ giúp. Nếu con cái yêu đương tuổi học trò, đừng nhìn nó là đứa hư hỏng mà hãy vui rằng, nó phải có điểm tích cực gì đó (chẳng hạn đẹp trai, xinh gái, học giỏi, hoặc là một người bạn tốt, hay có tài lẻ) thì trong lớp mới có người để ý đến nó. Khi nhìn con bằng ánh mắt tích cực thì niềm vui sẽ đến, và cha mẹ sẽ là người đồng hành cùng con vượt qua khủng hoảng.

2. Trong tình yêu, nếu có chia tay, đừng nhìn người yêu là kẻ phản bội, là kẻ vô lương tâm, là đồ độc ác,...

Hãy nhìn nhận rằng họ cũng là một người trẻ đang tự lớn lên sau mỗi ngày, sau mỗi trải nghiệm để đi qua cái tuổi hết thơ dù còn ngây. Khi người ta phải lo cho cuộc sống của họ, đừng nhìn nhận rằng họ là kẻ ích kỷ, mà hãy nhìn nhận rằng đó là một người biết chăm sóc bản thân mình. Khi họ gặp khó khăn với cuộc sống của riêng họ, đừng nghĩ rằng họ yếu đuối kém cỏi, mà hãy nhìn nhận rằng, ai cũng có những hoàn cảnh riêng và cần sự mạnh mẽ để vượt qua.

3. Khi đi làm, là lãnh đạo, đừng nhìn nhân viên là kẻ đi làm thuê, ăn mướn

Thay vì vậy hãy nhìn họ là những người đặc lực đang cùng nhau xây dựng doanh nghiệp phát triển bền vững. Đồng thời, nếu là nhân viên, đừng nhìn sếp là kẻ chỉ tay năm ngón, hãy nhìn nhận họ là người đầy trách nhiệm và cả đồng việc phải lo toan, đang từng ngày xoay sở để doanh nghiệp tiến lên phía trước. Và còn ngàn lẻ ví dụ khác trong đời sống hàng ngày về cách ta nhìn nhận người khác ...

Và còn ngàn lẻ ví dụ khác trong đời sống hàng ngày về cách ta nhìn nhận người khác ...

Con người, ai cũng có điểm tốt, điểm xấu. Nhưng khi ta thay đổi cách bản thân mình nhìn nhận người khác, vô tình ta thay đổi cách mình đối xử với họ, và dẫn đến việc thay đổi cách mà họ đối xử với chính chúng ta.

Khi con cái được cha mẹ nhìn nhận nó theo những nét tích cực nhất có thể, tự nhiên nó sẽ tin tưởng và vững tin vào con người tốt đẹp của nó (theo cách mà cha mẹ nhìn nhận). Để rồi khi nó nỗ lực và tiến lên, tự nó vượt qua chính những cái sai, những khó khăn mà nó gặp phải. Khi trong một mối quan hệ, người ta được nhìn nhận theo cách của sự thấu hiểu và cảm thông, tự nhiên người ta cũng đối xử lại với bạn theo cách của sự cảm thông và thấu hiểu. Trong một tập thể cũng thế, khi được người khác đặt họ và hoàn cảnh của mình, bản thân chúng ta thấy mình được sự tôn trọng và sự cảm thông, từ đó mà chúng ta cũng làm điều đó ngược lại.

Vậy thì, kể từ ngày mai, để đời này đẹp hơn, để mỗi tối trước khi đi ngủ, ta bớt khó chịu vì một ai đó, để mỗi người ta gặp, ta cảm thấy thoải mái và hạnh phúc, thì hãy:

“Nhìn những người xung quanh ta theo một cách tốt đẹp nhất có thể. Bởi lẽ, khi sinh ra, “nhân tri sơ, tính bản thiện”

không có ai là kém, là xấu xí, là độc ác, là vô lương tâm cả. Như cái cách mà Thị Nở và Chí Phèo nhìn nhau. Chí Phèo nhìn ở Thị Nở - không phải là đàn bà vô duyên, xấu xí, mà là nơi người phụ nữ dịu dàng biết chăm lo, quan tâm cho người khác như cái cách mà Thị nấu bát cháo hành. Và ở nơi Thị Nở nhìn Chí Phèo cũng chẳng phải kẻ bỏ đi, chỉ biết chửi rủa, vô dụng, mà đó là nơi bờ vai, vững chắc cho Thị Nở tựa vào. Và thế rồi, họ mang lại sự tôn trọng cao nhất và hạnh phúc cao nhất dành cho nhau.