



ဝမ်းနည်းငိုကြွေးခြင်း စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း ဒေါသထွက်လွယ်ခြင်း
 စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအားပေးကူညီမှု၏အခြေခံအချက်(၄)ချက် (သို့)
 စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာရှေးဦးပြုစုခြင်းအချက် (၄)ချက်



နီးကပ်စွာနေပေးပါ။



ပြောပြချက်များကိုသေချာစွာ
 နားထောင်ပေးပါ။



ခံစားချက်များကိုနားလည်ပေးပါ။



လက်တွေ့ကျသောကူညီစောင့်ရှောက်မှု
 ပေးပါ။

မိမိလုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်မှ ၎င်း၏အတွေ့အကြုံနှင့်ခံစားချက်များကိုမျှဝေသည့်
 အခါတွင် သင့်အနေဖြင့်



သင်၏အတွေ့အကြုံများနှင့် ခံစားချက်များကို
 လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များသို့ မျှဝေပြောပြပါ။



အကယ်၍ သင်၏လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်မှ ရင်ဖွင့်ရန်
 အဆင်သင့်မဖြစ်လျှင် အတင်းအကြပ် မပြောခိုင်းပါနှင့်။
 တစ်ဖက်သားကို လေးစားပါ။



သင့်လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်၏ အတွေ့အကြုံများနှင့်
 ခံစားချက်များကိုလည်း ကုတင်ခိုက်နားထောင် ပေးပါ။



လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များမှ ပြောပြလာသော
 အကြောင်းအရာများပေါ်တွင် အကောင်းမြင်စိတ်ဖြင့် တုံ့ပြန်ပါ။
 ပြဿနာများအတွက်လည်း အကောင်းမြင်စိတ်နှင့်
 ဝိုင်းဝန်းအမြေရာပေးပါ။



သင့်အား ယုံကြည်၍ ပြောပြခဲ့သော
 အတွင်းရေးကိစ္စများကို မပေါက်ကြားပါစေနဲ့။