

人際關係的成長階段

經過準備、撒種、澆灌的各樣人際關係階段，終於到了人際關係的成長階段。

經由彼此共同經歷發展出相當程度的信任感和安全感，能夠進入更深層次的溝通，分享內心不為一般人所知的感受。

培養正直的品格，建立長久信賴的關係。

成爲一個值得信賴者

信賴感是當我們真誠對人，人們「觀其言，察其行」，感受到我們的真實和關懷，累積發展而出的一種信任感覺。

有關信賴的真相：

- 當我們的言行一致時，人們就知道能信賴我們。
- 當我們表裡不一時，會讓人產生不信任感。
- 正直的品行是一個人成功的關鍵。
- 就算有人可以暫時掩藏自己的不正直，最終會失去他人的信賴而導致失敗。

要如何與他人建立信賴關係

- 從小處著眼，事無大小、每件事都要正直以對。
- 正直是內在的工作
 1. 不受環境左右
 2. 不是根據資歷或憑證而來
 3. 正直不應與名聲混淆
 4. 正直是我們最好的朋友

成爲一個正直者

- 下定決心誠實、可靠、讓人信賴
- 先決定自己是非賣品
- 每天在做想做的事之前，先作自己應該做的事
- 建立正面的人際關係

發展雙向健康的人際關係

我們都渴慕能和值得信賴的人發展出美好的人際關係，珍惜和享受彼此交往帶來的喜悅和滿足。

一個穩定健康成長的關係一定是有來有往的雙向關係。

同時扮演施與受的角色，彼此付出，彼此受益。

一些提醒

家庭是培養你人際關係最重要的地方，而信仰是永恆價值觀的基石。

人際關係的成長需要時間，不做準備容易誤了時節。

不開始栽種，永遠看不見成長。

澆灌的季節，要耐心等候。不要只想成果，過程更是重要。

不要按照你的方法想要人際關係成長，唯有神叫他成長，等候收割的季節來到。

具體的練習

- 微笑，給人良好的印象
- 主動開口和人打招呼
- 不批評，不責備，不抱怨
- 真誠的關心他人，讚美他人
- 聆聽：不插嘴，不打斷，多聽他人的事
- 從每一件小事上，練習誠實。言行一致，不要說話不算話。