

Mẹo Nói Chuyện Với Hàng Xóm

Thỉnh thoảng, tất cả chúng ta đều gặp phải những vấn đề phiền toái với hàng xóm. Nếu những tình huống này không được giải quyết, chúng có thể trở thành vấn đề thực sự rắc rối.

Dưới đây là một số gợi ý giúp quý vị giải quyết vấn đề của mình.

Suy nghĩ trước khi gặp mặt:

- Lên kế hoạch nói chuyện với người hàng xóm đang có vấn đề với quý vị. Hai người cần cùng nhau tìm ra giải pháp.
- **Lên kế hoạch trước** để dành thời gian suy nghĩ về vấn đề và xem vấn đề đó ảnh hưởng đến quý vị như thế nào. Ví dụ, quý vị cảm thấy khó chịu với hàng rào cây vì nó khiến quý vị không thể quan sát an toàn khi ra khỏi lối xe vào nhà và quý vị sợ sẽ đâm phải người đi bộ.
- **Tìm một thời điểm thích hợp** để nói chuyện với hàng xóm. Quý vị nên chọn khoảng thời gian mà cả hai đều không phải vội vàng đi làm hay vừa trải qua một ngày mệt mỏi.
- **Tìm một nơi thoải mái** – có thể là cùng uống một tách cà phê hoặc ngồi ngoài hiên.
- **Giữ thái độ tích cực** khi cùng hàng xóm tìm kiếm giải pháp. Coi vấn đề của quý vị như một câu đố khó nhằn mà hai người có thể cùng nhau giải quyết. Đừng khiến hàng xóm khó chịu bằng lời lẽ không thân thiện hay đổ lỗi cho người đó về mọi chuyện.

Trong khi hai người nói chuyện:

- **Chia sẻ** về cảm xúc của quý vị về tình huống và cách tình huống đó ảnh hưởng đến quý vị. Ví dụ, nói “Tôi cảm thấy tức giận vì không thể đi làm đúng giờ khi xe anh/chị chặn lối xe vào nhà tôi” sẽ cung cấp nhiều thông tin hơn so với “Tôi thấy khó chịu khi anh/chị chặn lối xe vào nhà tôi”.
- **Lắng nghe** ý kiến của hàng xóm về tình huống đó. Cố gắng hiểu xem người đó cảm thấy thế nào về tình huống này. Quý vị có thể không đồng ý với mọi ý kiến, nhưng hãy cho người đó thấy rằng quý vị có lắng nghe những gì họ nói và quý vị trân trọng việc họ sẵn lòng thảo luận về vấn đề.
- **Hãy cùng trao đổi** để làm rõ tất cả các vấn đề và cảm xúc. Đừng bỏ qua điểm nào chỉ vì thấy quá khó để thảo luận hay quá nhỏ nhặt để chú ý tới. Giải pháp sẽ hiệu quả nhất khi tất cả các vấn đề đều được thảo luận kỹ lưỡng.
- **Cân nhắc những lựa chọn** có thể giúp giải quyết vấn đề. Cởi mở với những đề xuất của hàng xóm. Quý vị có thể sẽ thấy ngạc nhiên với những ý tưởng sáng tạo mà hai bên có thể đưa ra khi cùng nhau tìm giải pháp.
- **Nói rõ ràng** và cụ thể về một giải pháp mà cả hai có thể thống nhất và tuân thủ. Ví dụ, nói “Tôi sẽ tắt nhạc lúc nửa đêm” sẽ rõ ràng hơn so với “Tôi sẽ không bật nhạc to nữa”.
- **Thống nhất** với nhau về những thời điểm cụ thể để kiểm tra xem thỏa thuận có hiệu quả hay không, đồng thời phải thực sự cố gắng tuân thủ thỏa thuận đó!



East County
Resolutions

East County Resolutions
Gresham, Oregon 97030 971-498-4996
www.ECRMediate.org Info@ECRMediate.org

Tips for Talking With Your Neighbor

From time to time we all find bothersome difficulties with a neighbor. If these situations aren't resolved they can grow into really troublesome problems.

Here are some suggestions to help you work out your difficulty.

Think ahead before you meet:

- Plan on talking to the neighbor with whom you have the problem. It's the two of you who need to work out the solution.
- **Plan ahead** so you make time to think about the problem and how it affects you. For instance, the hedge bothers you because you can't see safely out the driveway and you're afraid you'll hit a pedestrian.
- **Find a good time** to talk to your neighbor. You want a block of time when neither of you has to rush off to work or has just had an exhausting day.
- **Find a comfortable spot** – maybe over a cup of coffee or sitting on the porch.
- **Have a positive attitude** about working together with your neighbor to find solutions. Think of your problem as a challenging puzzle that the two of you can solve. Don't antagonize your neighbor by using unfriendly language or by blaming that person for everything.

While you talk it through:

- **Give information** about your feelings on the situation and how it affects you. For instance, "When your car blocks my driveway, I get angry because I can't get to work on time," is more informative than, "You block my driveway just to annoy me."
- **Listen** to your neighbor's comments on the situation. Try to learn how that person feels about the situation. You may not agree with everything, but show that you hear what he or she is saying and you appreciate the willingness to discuss the matter.
- **Talk it through**, getting out all the issues and emotions. Don't leave out the part that seems too difficult to discuss or too insignificant to be important. Your solution will work best if all issues are discussed thoroughly.
- **Consider possible options** to remedy the problem. Be open to your neighbor's suggestions. You might be surprised at how creative you can be when you work together to find solutions.
- **Be clear** and specific about a solution you can agree on and can comply with. For instance, "I will turn off my music at midnight," is clearer than, "I won't play music loud anymore."
- **Agree to check** with each other at specific times to make sure that the agreement is working, and really work to stick to it!



East County
Resolutions

East County Resolutions
Gresham, Oregon 97030 971-498-4996
www.ECRMediate.org Info@ECRMediate.org