

道歉学会从心里说对不起 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/56/2021_2022__E9_81_93_E6_AD_89_E5_AD_A6_E4_c39_56289.htm

人孰能无过，所以我们人人都应该学会道歉。衷心道歉不但可以弥补破裂了的关系，而且还可以增进感情。道歉的方式各种各样，最常见和需注意的有以下几点：1.如果你觉得道歉的话说不出口，可以用别的方式来代替。一束鲜花可使前嫌冰释；把一件小礼物放在对方的餐桌上或枕头底，可以表明悔意，以示爱念不渝；大家不交谈，触摸也可传情达意，这就是所谓的“此时无声胜有声”。2.切记道歉并非耻辱，而是真挚和诚恳的表现。大人物有时也道歉，邱吉尔起初对杜鲁门的印象很坏，但后来他告诉杜鲁门说以前低估了他，这是以赞誉的方式表示歉意。3.应该道歉的时候，就马上道歉，越耽搁越难启齿，有时甚至追悔莫及。假若你认为有人得罪了你，而对方没有致歉，那你应该冷静，不要闷闷不乐，更不要生气，也许对方正为如何道歉而不好过呢。4.你如果没有错，就不要为了息事宁人而认错。这种做法，对任何人都不好。同时你要分清深感遗憾和必须道歉这两者的区别，有些事你可以表示遗憾，但不必道歉。5.用书面道歉。有时光嘴里说“对不起”是不够的。写在纸上比嘴里说的更有份量。你可以给对方写一封道歉的信，表达你由衷的歉意。6.给对方发泄心中不快的机会。让对方骂你，将心中的怒气发出来，是挽回友谊的好办法。否则不满淤积在胸中，数年不散，你与对方将永远难修旧好。7.夸大自己的过错。你越是夸大自己的过错，对方越不得不原谅你。8.采取补偿的具体行动。给对方

送点小礼物，请对方一起吃饭等都不失为好办法。具体行动更能表现出你的诚意。 9.赞美对方心怀宽大。大多数人受到赞美后，都会不自觉地按赞美的话去做。 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com