CHECKLIST · RELATIONSHIP

PRATINJAU GRATIS

Meminta Maaf secara Efektif



Permintaan maaf yang tulus dapat menyembuhkan luka dan membangun kembali rasa percaya dalam suatu hubungan. Gunakan panduan ini untuk meminta maaf secara tulus dan efektif.

10 langkah | Siap cetak A4

NAMA	MULAI	TARGET SELESAI

1 Akui Kesalahan Anda

Sampaikan dengan jelas apa kesalahan Anda tanpa mencari-cari alasan.

CONTOH *“Saya bereaksi berlebihan kemarin, dan saya sadar hal itu menyakiti perasaanmu.”*

2 Tunjukkan Penyesalan yang Tulus

Tunjukkan bahwa Anda memahami dampak dari tindakan Anda.

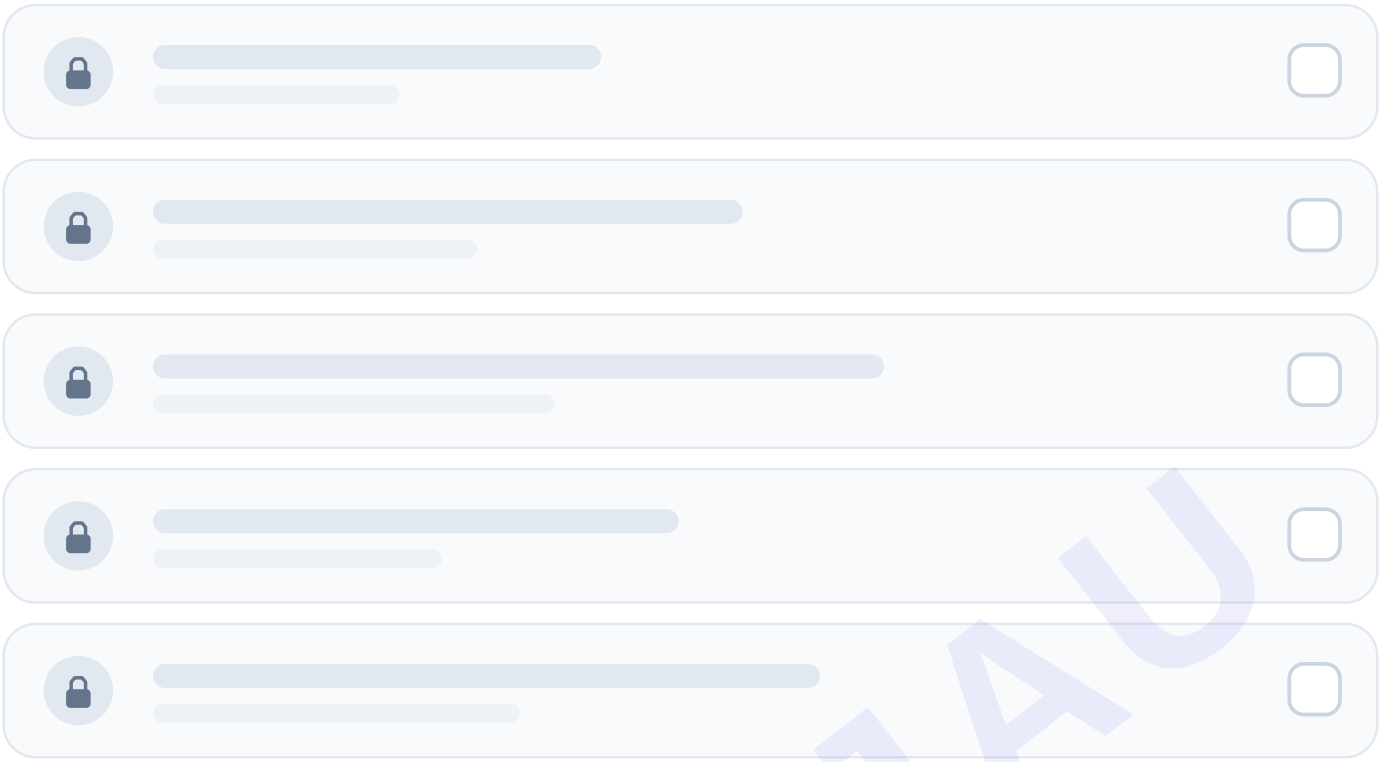
TIP *Gunakan kalimat seperti, “Saya menyesal ucapan saya membuatmu merasa seperti itu.”*

3 Hindari Bersikap Defensif

Tahan keinginan untuk membenarkan tindakan Anda saat meminta maaf.

TIP *Fokuslah untuk bertanggung jawab alih-alih mengalihkan kesalahan.*

PRATINJAU



Suka dengan desainnya?

Dapatkan versi lengkap: seluruh langkah dengan contoh dan tips, halaman refleksi, tanpa watermark.

Dapatkan versi lengkap

PRATINJAU