

2181

FLS

763

## L'art de parler

Lequel est le plus important, écouter, faire, ou parler ? Les trois sont très importants dans la vie et vous faites les trois chaque jour, mais ils sont aussi les façons les plus faciles de connecter et partager vos vies et émotions avec les autres et sans faire ces trois serait une vie très plate et isolée. Après tout cela, la réponse est sûrement que parler est beaucoup plus important que d'écouter et de faire, car c'est ainsi que vous posez des questions, établissez des limites personnels et dernièrement le plus important c'est la façon principale d'exprimer vos émotions et sentiments envers les autres.

Poser des questions est un facteur très important pour avoir une vie réussie et une vie avec de la connaissance et de la compréhension. Non seulement la connaissance et la compréhension dans l'école où vous travaillez, mais les personnes autour de vous. Si vous posez des questions, vous pouvez connaître les sentiments intimes et personnels des autres. En posant des questions, vous pouvez savoir les sentiments que les personnes ressentent à propos pas seulement le monde autour de vous, mais leurs sentiments à propos de vous. Un bon exemple de cela est quand vous demandez aux personnes pour qui vous avez des sentiments pour s'ils ont les mêmes sentiments pour vous et si leurs réponses sont oui, cette question ne changerait pas seulement vos vies mais aussi la vie de l'autre personne. Poser des questions est un facteur important pour avoir une vie avec du succès. Des fois, à l'école ou à votre occupation, vous pourriez poser des questions si vous ne saviez pas comment faire quelque tâches ou même vous voulez l'opinion d'un camarade de classe ou un collègue. Si vous posez des questions, vous pourriez améliorer la qualité des tâches ou projets que vous travaillez et votre efficacité au travail, qui en retour améliore votre vie professionnelle ou scolaire. Une autre raison que parler est nécessaire pour rendre la vie meilleure est d'établir les limites personnelles.

Pendant la vie, il y a plein de situations où vous êtes forcé ou intimidé à faire quelque chose avec lequel vous n'êtes pas d'accord, ou peut être quelqu'un à faire une blague qui a vraiment blesser vos sentiments. C'est à cause de cela que c'est si important d'utiliser votre voix et d'établir vos limites personnelles. Par exemple, si vous êtes un étudiant, il y avait probablement un événement ou vos amis vous ont convaincu à faire quelque chose que vous saviez était faux et que vous n'étiez pas d'accord avec. Dans les situations comme celle-ci, c'est très important que vous utilisez votre voix et dites non, vous n'êtes pas d'accord avec ça et vous ne voulez pas le faire. Un autre exemple est si vous êtes dans une relation, c'est important que vous établissez vos limites avec l'autre personne, comme par exemple vos limites intimes et sexuelles. Une autre façon qu'on utilise la langue est pour exprimer ce qu'on veut et ne veut pas est l'expression personnelle de nos sentiments à propos vous mêmes et aux autres.

La raison la plus importante que vous utilisez vos voix pour est l'expression de vous mêmes et vos émotions et vos sentiments envers les personnes autour de vous. Exprimer vos sentiments et vos émotions d'une façon positive est nécessaire pour avoir une bonne santé mentale. Si vous n'exprimez pas vos sentiments et vos émotions, ça peut vous rendre fou et ces sentiments peuvent s'accumuler au fil du temps et causer des symptômes négatifs comme la tristesse ou la dépression. Pour éviter ce scénario pour que ça n'arrive pas à vous, c'est important d'utiliser votre voix et parler à quelqu'un en qui vous avez confiance pour aider à diminuer la puissance de ces pensées et émotions. Une autre raison pourquoi vous devez utiliser votre voix pour vous exprimer est que la vie est beaucoup plus courte que

vous pensez, c'est meilleur d'utiliser vos voix et exprimer les sentiments que vous ressentez pour les autres, même si leurs réactions ne sont pas toujours positives, que de ne jamais dit ce que vous voulez dire et manquer des opportunités.

Sans utiliser nos voix et parler, la vie sera une expérience isolée et beaucoup pire. Imaginez, si vous ne pouviez pas poser des questions, établir des limites, ou même exprimer vos sentiments et vos émotions. Ca sera très difficile, non? Parler et communiquer sont nécessaire pour une vie complète, pour créer des relations et avoir des connexions profondes avec les personnes autour de vous. Entre les trois actions de parler, écouter et faire, parler est certainement le plus important.