

期望



我们对于我们私人和工作上关系的期望往往是冲突和不满的源头。这是一个无法逃避的真相，不论是对于客户还是作为教练的我们自己。我们会期望从别人那里得到一些什么，而当这些期望没有成真，我们会感觉很失望。

理解期望

因为害怕失望所以对任何人都不抱有希望的行为在处理事件的过程中看起来是不现实且不专心的方法。同时，不可否认的是，有很强烈的期望会带来不可预测的失望的可能性。我们所期望的本质将对之后的事情起到很大的影响。

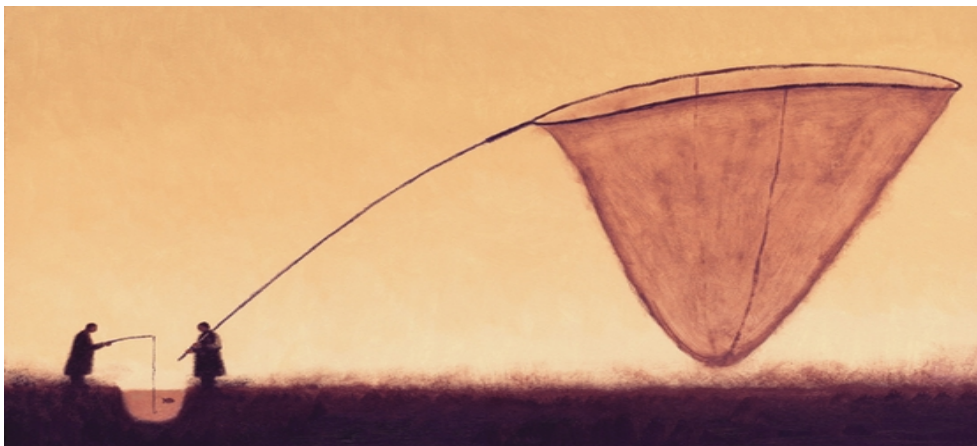
你非常在意你的期望或者你能够放下这些期待吗？这件事需要关于某人会有什么行动的工作假设。这和把某人的某些行为看做理所当然的是有很大区别的。

工作假设

怀有期待是一种允许你去发现什么环境决定的一种工作假设。在日常生活中，怀有期待意味着在某种特定情况下进行某些特定的行为。

把一个人放在一个完全不同的环境中，他的行为可能会完全不同。期待完全相同的行为不仅是不明智的而且是不合逻辑的。举个例子，环境可能会迫使一个冷静诚实的人做出完全出乎意料和一贯作风的行为。

在一些情况下，我们都可能会成为上文中所提到的那个人。那个人做了一些不可想象和超出预期的行为。这也就是为什么胁迫会被作为一个抗辩理由写在法律规定中。



注意变化

在变化多端的环境中，我们也许善于调节我们的期望，但我们不善于发现一些环境中细微的，难以观察的改变如何影响了一个人的行为。举个例子，压力可能会使得一个同事，朋友或伴侣在一段关系中的行为发生改变，从能够开放地交流变成疏远的或不合作的。并且这

些行为可能出现在无意中，使他们迷失在所遇到的困难中。

在这种案例中，为能够保持相同的期望，坦诚地沟通将不是最有用的方法。

结语

环境也许会让人更难以成为他们真正的自己。如果事实如此，请支持他们跨越这个难关。人们很容易对别人持有固定的看法并且对别人应当怎么做有很强的期望。我们应当将我们的期望放低并认识到我们人性的不可靠。所以，务必建立一个工作假设，不要把任何人的行为当做理所当然。