

Script DEAR MAN

Préparez une demande claire et respectueuse avant une conversation difficile

D

Décrire

Énoncez les faits sans jugement.

E

Exprimer

Partagez vos sentiments ou ce qui compte pour vous.

A

Affirmer

Demandez clairement ou refusez clairement.

R

Renforcer

Expliquez l'issue positive.

M

Conscient

Restez sur le sujet et répétez votre point.

A

Paraître confiant

Adoptez une voix stable et une posture assurée.

N

Négocier

Proposez des options sans abandonner l'objectif.

 **SCRIPT DE CONVERSATION**

Ma phrase d'ouverture:

Ma demande ou limite claire:

S'ils résistent, je dirai:

