

Script DEAR MAN

Prepara una richiesta chiara e rispettosa prima di una conversazione difficile

D **Descrivere**
Esponi i fatti senza giudizio.

E **Esprimere**
Condividi come ti senti o cosa ti sta a cuore.

A **Affermare**
Chiedi chiaramente o di' no con chiarezza.

R **Rinforzare**
Spiega l'esito positivo.

M **Consapevole**
Resta in argomento e ripeti il tuo punto.

A **Apparire sicuri**
Usa voce ferma e postura stabile.

N **Negoziare**
Offri opzioni senza abbandonare l'obiettivo.

SCRIPT DI CONVERSAZIONE

La mia frase iniziale:

La mia richiesta o limite chiaro:

Se resistono, dirò:
