

DEAR MAN Script

Bereid een duidelijk, respectvol verzoek voor een moeilijk gesprek voor

D

Beschrijven

Noem de feiten zonder oordeel.

E

Uitdrukken

Deel hoe je je voelt of wat er toe doet.

A

Beweren

Vraag duidelijk of zeg duidelijk nee.

R

Versterken

Leg het positieve resultaat uit.

M

Aandachtig

Blijf bij het onderwerp en herhaal je punt.

A

Zelfverzekerd overkomen

Gebruik een steady stem en houding.

N

Onderhandelen

Bied opties aan zonder het doel op te geven.



GESPRESKSCRIPT

Mijn openingszin:

Mijn duidelijke verzoek of grens:

Als ze weerstand bieden, zeg ik:

