

أدوات المحادثة للاختلاف في الرأي

:توقف دقيقة واهدأ

ستنعكس مشاعرك كالمرآة على الشخص الآخر (سواء كنت واعي بذلك أو لا) لذلك خذ دقيقة لتتنفس قبل الاستمرار، فهذه الوقفة القصيرة في المنتصف قد تصنع الفرق لدى الشخص الآخر ليستمع أو لا يبالي.

: انتقل إلى مستوى العين

.هذا يجعل المحادثة في مجال متساوي

: كن مباشراً

قل ما تعني واعي ما تقول، فالتعبير عما تشعر يعتبر بداية مهمة. "ابدأ (من القلب" (باتيرسون وآخرون ٢٠٠٢

عبّر عن اهتمامك الجوهري في الموقف، تبني دورك في الموقف لأنك الشخص الوحيد الذي تستطيع التحكم بنفسك.