

Identificar: Quem são as diferentes pessoas envolvidas no cenário? Que dilema ou desafio elas estão enfrentando?

Sentir: O que você acha que Sara está sentindo? Por que a situação pode ser difícil ou desafiadora para ela?

Imagine: imagine como Sara poderia lidar com a situação. Tenha o máximo de ideias possível: Não existe uma resposta "certa"! Em seguida, circule qual opção pode levar ao resultado mais positivo.

Diga: Pensando mais na ideia que escolheu para lidar com a situação, o que Sara poderia dizer ou fazer?

Primeiro: o que Sara poderia dizer ou fazer?

Segundo: como Sara diria isso?

Pessoalmente

Ligação

Texto

Mensagem direta / privada

E-mail

Outros:

Terceiro: O que Sara diria? Escreva a conversa.

Parte 2

Complicar (opcional): Discuta essas perguntas com seu grupo e compartilhe as respostas. Certifique-se de ouvir todas as perspectivas - quanto mais perspectivas, melhor!

- E se Sara tentar ignorar alex_eastwest13, mas alex_eastwest13 continuar encontrando maneiras de se comunicar com Sara?
- E se Sara educadamente disser não ao pedido de alex_eastwest13 e alex_eastwest13 ficar chateado?
- E se alex_eastwest13 disser que conheceu alguns amigos de Sara antes?