

Что продолжается

Назовите действие, которое всё ещё разрушает доверие.

Запишите ответы от руки. Примеры - только подсказка.

Какой вред не остановлен?

Например: Я всё ещё скрываю переписку.

Что нужно прекратить?

Например: Удалить тайный канал связи.

Кто должен знать?

Например: Партнёр, без деталей для мести.

Когда проверка?

Например: Сегодня, не после разговора.

A4, масштаб 100%. Подходит для чёрно-белой печати.

Точное признание

Сформулируйте ответственность без оправданий и встречных счётов.

Запишите ответы от руки. Примеры - только подсказка.

Что я сделал?

Например: Солгал о встрече.

Как это повлияло?

Например: Партнёр сомневается в реальности слов.

Что не говорить?

Например: Но ты тоже...

Что сказать?

Например: Это моя ответственность.

A4, масштаб 100%. Подходит для чёрно-белой печати.

Действие вместо просьбы

Замените просьбу поверить на наблюдаемый поступок.

Запишите ответы от руки. Примеры - только подсказка.

Что могу сделать?

Например: Согласовать прозрачные правила.

Что не требовать?

Например: Быстро простить.

Какой срок?

Например: Неделя действий без давления.

Как слушать?

Например: Не спорить с болью партнёра.

A4, масштаб 100%. Подходит для чёрно-белой печати.