

# DE-ESCALATION



*12 consigli su come ridurre la tensione in una situazione difficile e potenzialmente pericolosa.*

## **De-escalation non verbale**

Aprire la porta e uscire dalla stanza.

Fingere una crisi di salute.

Iniziare una conversazione con un@ collega.

Assumere un atteggiamento deciso.

Trovare altre persone.

Mantenere la distanza.

## **De-escalation verbale**

Chiedere se non si capisce qualcosa.

Parlare con voce calma.

Esprimere i propri sentimenti ad alta voce.

Non usare insulti.

Fare annunci chiari e brevi.

Cambiare argomento.

**Se vuoi saperne di più, contattaci!  
Saremo felici di consigliarti.**



**Telefono: 076'397'41'99  
e-mail: [info@lysistrada.ch](mailto:info@lysistrada.ch)**