

## 57 maneiras de dizer NÃO

### No trabalho

**O gerente lhe passou uma missão extra, que vai fazer você estourar o prazo de todas as outras tarefas previstas para a semana.**

**39.** Esse "não" deve ser elegante e amparado por bons argumentos. Explique o impacto da nova tarefa sobre os demais trabalhos e tenha certeza de que ele será solidário. O mito de que não se pode recusar nada ao chefe é falso. Seu gesto pode mostrar a ele quanto você é responsável e comprometida com suas tarefas. Negocie o prazo.

*JAQUELINE WEIGEL*

**Seu chefe lhe pede que fique um pouquinho mais justamente na noite do único megashow da sua banda preferida na cidade.**

**40.** Funcionários que abrem mão da vida privada em ocasiões importantes mostram inabilidade na gestão pessoal. Explique a seu chefe a importância de seu compromisso anteriormente assumido. Ele não poderia adivinhar, concorda?

*JAQUELINE WEIGEL*

**41.** Avise que ficará mais um pouquinho para ajudá-lo, mas não muito, pois sua banda favorita faz um show justo nessa noite, e você comprou os ingressos há muito tempo! Peça ajuda a alguém ou ofereça-se para chegar mais cedo no dia seguinte.

*CELIA RIBEIRO*

**Seu chefe – ou seu subordinado – teve uma péssima idéia.**

**42.** Não mostre na cara a reprovação. Tente demonstrar interesse pela idéia e, aos poucos, com o poder da argumentação, demonstre que não a achou tão boa assim.

*PADRE FÁBIO DE MELO*

**43.** Explique a ele por que, na sua opinião, é uma má idéia e por que não deve ser levada adiante. Os dois casos podem ter o mesmo tratamento. A pitada extra é expor seu ponto de vista sem agredir ou ofender.

*JAQUELINE WEIGEL*

**Você não quer entrar na vaquinha para comprar o presente de casamento para o colega que mal conhece ou de quem não gosta.**

**44.** "Nada pessoal, mas não entro em vaquinha. Sou filha única, não sei dividir nada com ninguém – já estou tratando isso na terapia."

*MAGALI MORAES*

**45.** Apenas decline elegantemente. Explicações não são necessárias e podem causar comentários. Não temos essas obrigações profissionais.

*JAQUELINE WEIGEL*

**Um colega insiste que você minta sobre a participação dele numa empreitada coletiva.**

**46.** Diga que não é justo com a equipe. Ele precisa assumir a responsabilidade de suas negligências. Envolve a dureza desse discurso num papel de presente bonito.

*PADRE FÁBIO DE MELO*

**47.** Eu diria que, por razões éticas, não posso mentir. Além disso, me sentiria muito mal com os outros colegas que realmente participaram.

*MIRIAN GOLDENBERG*

**48.** Um pedido como esse é uma total falta de ética. Recusar pode ajudar o colega a ser um pouco mais consciente de suas responsabilidades.

*JAQUELINE WEIGEL*

---

**Fonte: Revista Claudia 2008**