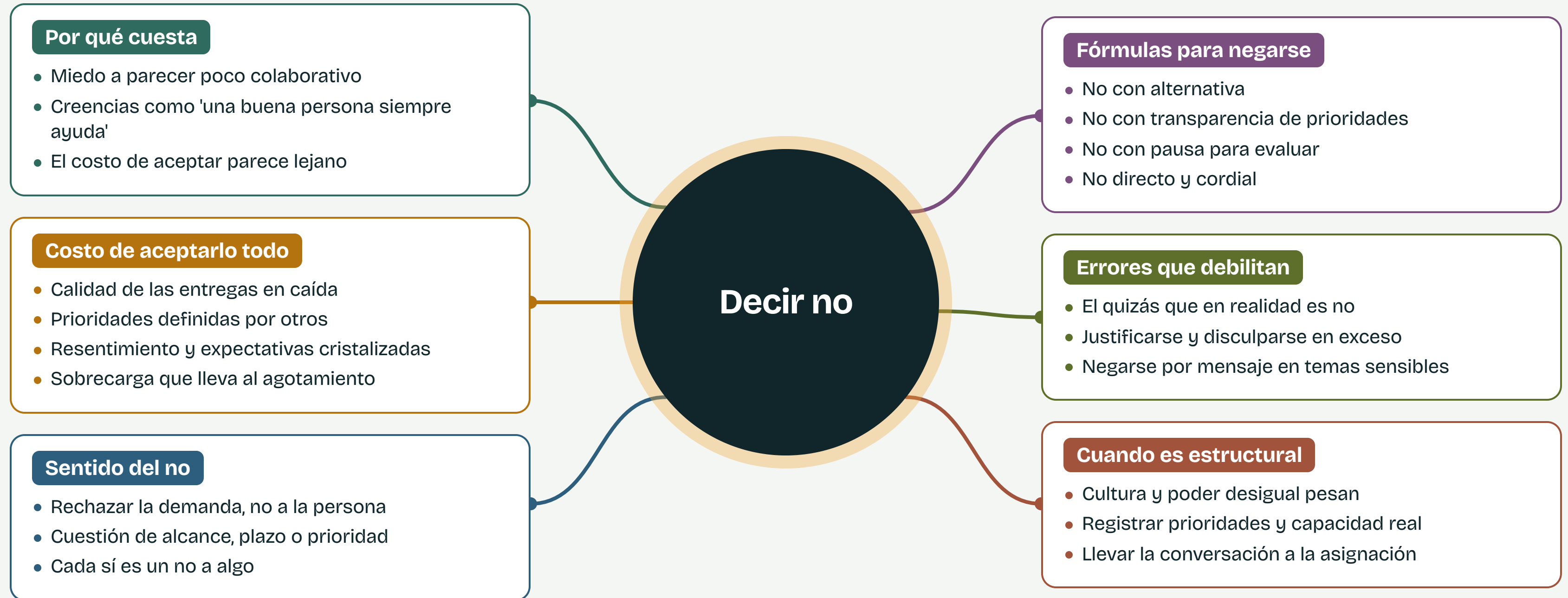


Cómo decir no en el trabajo sin culpa



Plan de acción

1

Pide tiempo para revisar tu semana antes

2

Muestra tus prioridades y pregunta cuál debe ceder

3

Ofrece una alternativa de plazo o de persona

4

Niégate de forma directa, con una razón breve

5

Deja por escrito lo que quedó fuera

Para recordar

Decir no es elegir qué queda fuera: rechaza la demanda, nunca a la persona.

Autor: **Vagner Soares**

Artes gráficas: **Yago Soares**

vagnersoares.com.br