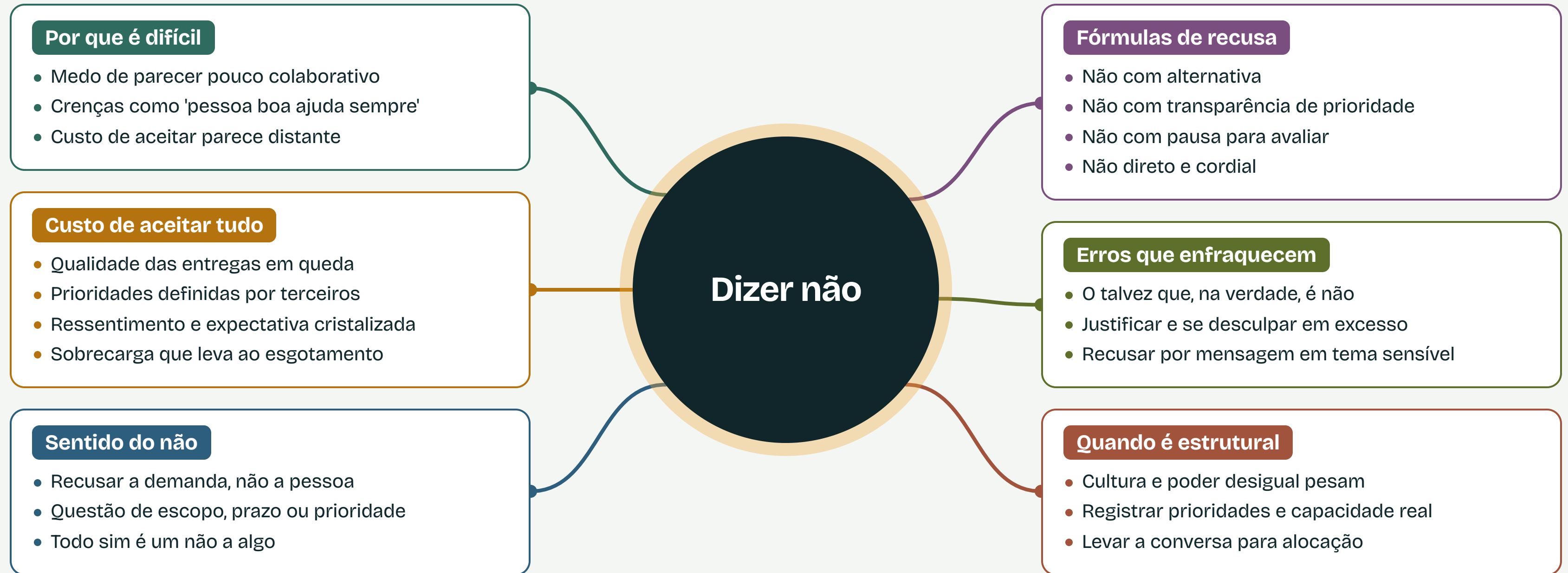


Como dizer não no trabalho sem culpa



Plano de ação

1

Peça um tempo para olhar sua semana antes

2

Mostre suas prioridades e pergunte qual deve ceder

3

Ofereça uma alternativa de prazo ou de pessoa

4

Recuse de forma direta, com uma razão curta

5

Registre por escrito o que ficou de fora

Para guardar

Dizer não é escolher o que fica de fora: recuse a demanda, nunca a pessoa.

Autor: **Vagner Soares**

Artes gráficas: **Yago Soares**

vagnersoares.com.br