

ENTREVISTA

Presidente do CDT fala sobre a criação do 'Espaço do Contabilista'

BR EM AÇÃO

Multas da GFIP: informação ou arrecadação?

CARREIRA

A habilidade de dizer 'não'

RESPONSABILIDADE PROFISSIONAL ATÉ QUE PONTO?

DESPROPORCIONALIDADE DA RESPONSABILIDADE PROFISSIONAL DE CONTADORES E AUDITORES E VALORIZAÇÃO DA CLASSE SÃO TEMAS DE QUESTIONAMENTO DE ENTIDADES E PROFISSIONAIS DO SETOR.

REVISTA DO

SESCON-SP

Ano XXVI . Nº 304
AGOSTO 2014

Sindicato das Empresas de Serviços Contábeis e das Empresas de Assessoramento, Perícias, Informações e Pesquisas no Estado de São Paulo . Filiado à Fenacon

www.sescon.org.br

A HABILIDADE DE DIZER “NÃO”



Você já se deu conta de quantos sim você diz quando sua vontade real é dizer Não? Quando isso acontece, Christian Barbosa, especialista em administração de tempo e produtividade, e CEO da Triad PS, diz que acabamos experimentando uma profunda sensação de desgosto, de raiva, de frustração e de irritação conosco mesmo. Mesmo assim, é difícil aprender. E isso acaba se transformando em um grande ladrão de tempo em nossas vidas. E, pior do que isso, nos mantém reféns da esfera das circunstâncias.

Segundo Barbosa, as razões para dizer esse sim na hora errada são as mais variadas possíveis. Sentimos uma espécie de necessidade de ser sempre solícitos e agradáveis. Fazemos nossa parte para manter nossas amizades. Temos medo de decepcionar as pessoas. Um outro motivo muito comum é o medo de assumir o controle da situação: quando respondemos sim às demandas alheias, nos calamos diante de nossas próprias decisões.

“Não importa os motivos. Cada um tem os seus, mas quando respondemos de forma positiva a uma resposta que merecia ou deveria receber um não, estamos terceirizando nossa administração pessoal”, alerta.



“Não importa os motivos. Quando respondemos de forma positiva a uma resposta que merecia ou deveria receber um não, estamos terceirizando nossa administração pessoal”, Christian Barbosa, CEO da Triad PS

Barbosa alerta para a gravidade da situação. “Dizer não, não é simples”, reconhece. “É preciso assertividade, certeza do que é importante, coragem mas principalmente respeito ao seu próprio tempo”.

Para ajudar, ele selecionou 6 dicas que podem fazer com que você pense melhor antes de dizer “sim” para tudo:

1. Nunca se acanhe em dizer não

Você não precisa ser bonzinho para os outros nem parecer sempre disponível. Na verdade, todo mundo tem problemas em dizer não. A capacidade de dizer essa palavra costuma ser vista com admiração inclusive pela pessoa que a ouve. Ela, na verdade, gostaria de ter a mesma disciplina;

2. Não adie: vá direto ao ponto

Pode doer, mas é melhor. Atrasar a comunicação do não quando a decisão já está tomada apenas prolonga o sofrimento. Um não bem dito logo no início do processo pode poupar muitos aborrecimentos (e dores!);

3) Evite inventar desculpas ou dizer mentiras na hora de dizer o não

- Se tiver uma justificativa fundamentada em fatos, você deve utilizá-la, com certeza. Mas lembre-se de que você não deve aos outros explicações nem precisa se desculpar por suas escolhas. Você está no comando! Forneça uma resposta amigável, com sorriso. E evite entrar em um debate ou discussão sobre as razões de sua decisão.

4. Use o corpo para dizer não

Quando a pessoa estiver fazendo aquele convite que você não pretende aceitar, comece a torcer o nariz, contorcer a boca e franzir a testa de forma discreta antes que ela termine de falar. Esses movimentos já dão a entender para o seu interlocutor que você não está de acordo com a proposta. Isso tornará o não uma palavra natural e até mesmo esperada;

5. Faça um acordo mental com você

A partir do momento que você decidiu que não quer algo, prometa para você mesmo que manterá essa posição. Essa pequena atitude reafirma para você mesmo a importância da sua resposta e evita os conflitos internos;

6. E se o não tiver de ser dito ao seu superior?

Nesse caso, a melhor forma é mostrar para ele a sua lista de prioridades profissionais e deixar que ele resolva o que mais é importante. Se o que ele estiver propondo for algo pessoal (um convite para uma festa ou para uma happy hour) você terá de avaliar a situação. E dizer seu não da forma mais direta possível.