



К вам обратились с просьбой. По разным причинам ее не хочется выполнять. Например, очевидна бесперспективность затеи знакомого. Или попросили вещь, а у вас серьезные опасения, что ее вернут в срок или повредят.

Как правильно ответить "нет"? Да так, чтобы не ущемить собственных интересов и не поссориться?

Вначале нужно накрепко запомнить - **вы никому ничем не обязаны**. А если в свое время для вас что-то сделали, долг нужно вернуть при первом же удобном случае. Чтоб не тянул шею грузом.

Потому что ответить "нет" означает принять конкретное решение. Как известно, любое решение лучше всего удастся в расслабленном и свободном состоянии. А не под влиянием манипулятора.

Одна из главных причин страха ответить "нет" – чувство вины. Вы считаете себя "хорошим". И изо всех сил стараетесь соответствовать созданному образу! Хотя это и требует много усилий.

Так, уже трудно ответить "нет", когда просят денег в займы. Даже если это просьба в ущерб тому, что давно хотелось купить себе. Созданный имидж не позволяет "обидеть" продавца в магазине и вынуждает купить, в общем-то, ненужную вещь. И по-другому нельзя! Потому что ответить "нет" означает стать виноватым. Ведь вы играете роль "хорошего"!

Как же быть? Самое естественное и эффективное поведение – быть не "плохим" и не "хорошим". А в любой ситуации **оставаться самим собой**. Без следования каким-либо стереотипам поведения. Только тогда вопрос "как правильно ответить - да или нет" не превратится в задачу со многими неизвестными.

Прежде чем принять конкретное решение - ответить на просьбу "да" или "нет", - тщательно взвесьте, что именно принесет больше пользы лично вам. А как правильно ответить "нет", вы узнаете из приведенных ниже рекомендаций.

Помните и применяйте правило "предвидеть – значит управлять". Выберите из ресурсов, которыми вы располагаете, те, что могут послужить источниками просьб. И загодя начните создавать и регулярно удобрять почву, чтобы легче было ответить "нет". То есть придумайте весомую отговорку, которую можно будет, не задумываясь, применять. У вас прицеп к автомобилю и ожидается очередная просьба назойливых соседей что-то им завезти? Почаще сетуйте на "слабый подшипник". Умные соседи не станут даже подходить. Остальные будут заранее готовы к отказу.

Неплохо ответить "подумаю-посмотрю". То есть попросту потяните время. Зачастую проблема отпадет сама – необходимое найдется у кого-то другого, более "расторопного".

Другое эффективное правило, которое всегда работает – согласится помочь, но на невыгодных условиях. От которых гарантированно откажется "просящая" сторона.

Вам предлагают подтянуть ребенка знакомых по школьному предмету, а вы очень заняты или не хочется? Объясните про свою загруженность, но примите предложение. А время занятий назначьте на полдвенадцатого ночи. Все правильно - вы заняты, но ведь не отказываетесь!

Еще пример. Надоедливый сосед без конца "стреляет" полтинники или стольники. Соврать, что нет денег – слишком слабый аргумент. Все равно не поверит и обидится. Будет правильно начать отвечать, что мелких купюр нет. Это гораздо результативнее и эффективнее!

Если приходится врать, делайте это правильно, то есть безукоризненно. У вас попросили займы? Скажите, что в этом месяце нужно вносить очередной платеж по кредиту за кухонный комбайн. Правильно, при этом комбайн должен быть действительно куплен в кредит. Другое дело, что вся сумма выплачена еще в позапрошлом месяце...

Если вы понимаете, что нужно отказать, лучше сделать это сразу. Поскольку это не породит иллюзий и несбыточных надежд. Ведь даже самый страшный диагноз больному сообщают сразу.

Если к вам обратились с просьбой, отвечайте только за себя. И ни в коем случае не советуйте обратиться с просьбой к кому-то другому, пока вас об этом не попросят. Ведь в данный момент за помощью обратились именно к вам. В случае вашего "футбола" собеседник просто обидится и решит, что вы именно ему не хотите помочь решить его проблему.

Тэги: [что](#) , [или](#) , [вас](#) , [вещь](#) , [серьезные](#) , [попросили](#) , [бесперспективность](#) , [знакомог](#)
[о](#) , [затеи](#)
,
[срок](#)
,
[повредят](#)
,
[вернут](#)
,
[опасения](#)
,
[очевидна](#)