

APRENDER A SER
SABER DECIR NO

✚ Yo creo que “decir no”
significa _____

✚ Cuándo digo que no, ¿cómo lo digo?

✚ Decir no, ¿es negarse a todo? Sí No

¿Cuándo es conveniente decir no? _____

✚ Una vez dije no a _____
_____ porque _____
_____ y me sentí _____



MUCHAS VECES ES NECESARIO DECIR NO A AQUELLO QUE NOS PIDEN PORQUE ES ALGO QUE NO NOS PARECE ADECUADO U NOS PUEDE PERJUDICAR.

NEGARSE A UNA PETICIÓN CONSISTE EN DECIR NO DE FORMA ADECUADA: CON RESPETO Y CLARAMENTE.

✚ ¿En qué ocasiones es conveniente decir que NO?

- Cuando me:

- Cuando mi amigo me pide que:

- Cuando me piden:

CÓMO DECIR NO DE MANERA EDUCADA

✚ ¿Qué le dirías a un compañero que te pide que le hagas tú los deberes?



✚ ¿Qué le dirías a una amiga te pide que os coléis en la fila de un cine?



✚ **Completa las siguientes conversaciones:**

- Estás haciendo los deberes y un amigo tuyo te propone bajar a la calle a jugar, pero tú prefieres acabar primero los deberes que te quedan.

- Una compañera te pide prestado dinero para jugar a las máquinas, tú no le quieres prestar porque tu dinero es para comprar el almuerzo.
 - ¿Me das dinero para jugar?
 - ¡Venga!, si seguro que tienes más. Mañana te lo devuelvo.

LECTURA PARA AYUDARTE A DECIDIR SI ES CONVENIENTE DECIR NO O DECIR SÍ

A veces decir NO es difícil. Sobre todo si quien nos pide algo es un amigo o compañero. Sin embargo es necesario RECHAZAR aquellas peticiones que nos puedan perjudicar, o con las que no estemos de acuerdo.

Para no hacer daño a quien lo pide, debemos decir NO de manera ADECUADA, es decir, con RESPETO y EDUCACIÓN. Esto nos ayudará a decir lo que pensamos sin que la otra persona se sienta ofendida con nuestra respuesta.

Si aprendemos a decir NO, evitaremos que se aprovechen de nosotros. Imagina que si dices SÍ a todo, aunque te perjudique, seguro que acabaríamos descontentos, con problemas y muchas veces perjudicados. La clave está en: antes decir NO, piensa y reflexiona atentamente sobre lo que te piden para elegir la mejor respuesta.



UN AMIGO TE PIDE UN LIBRO NUEVO Y TÚ TODAVÍA NO QUIERES DEJÁRSELO PORQUE AÚN NO LO HAS LEÍDO

DECIR NO CON RESPETO

- Me han dicho que ese libro está muy bien ¿Me lo dejas?
- *Me encantaría dejártelo ahora, pero es nuevo y quiero leerlo.*
- Venga si tú tienes más. ¿Que más te da que lo lea yo antes?
- *Lo siento de verdad, pero quiero leerlo yo, después ya te lo dejaré.*

DECIR NO SIN RESPETO

- Me han dicho que ese libro está muy bien ¿Me lo dejas?
- *No, es nuevo y no te lo dejo.*
- Venga si tú tienes más. ¿Que más te da que lo lea yo antes?
- *¡Qué te he dicho que no!. Pesado. ¡Déjame tranquilo ya!.*

- Antonio dice no de manera adecuada porque: _____

- Antonio dice que no de manera inadecuada porque: _____

- Si Antonio hubiera dicho sí, aunque pensara lo contrario habría actuado:

Correctamente Incorrectamente

- ¿Por qué?. _____