

A dificuldade de dizer "não"

POR LETÍCIA GUEDES*

Qantas vezes você respondeu uma pergunta com "sim" quando, na verdade, sua vontade era de dizer "não"? Bom, ainda que você não se considere uma pessoa com dificuldade em dizer "não", provavelmente é incapaz de con-

tabilizar quantas vezes deixou de dar uma resposta negativa por receio do que o outro pensaria. Um estudo conduzido, em 2022, pelo Departamento de Psicologia Comportamental da Universidade Cornell, nos Estados Unidos, concluiu que as pessoas têm mais facilidade para dizer "sim" do que dizer "não".

O famoso "vou ver e te aviso!" após rece-

Indyara Moreira, 29 anos, confessa que a dificuldade em dizer não é uma característica de sua personalidade percebida desde a infância

ber um convite de alguém denuncia o jeito brasileiro de temer desagradar ao outro. No entanto, essa atitude, aparentemente inocente, é nociva e pode desencadear grandes malefícios ao indivíduo que se anula na tentativa de satisfazer o outro.