

**APRENDE A DECIR**

**NO**  
**QUE**

# HOLA

**QUE NO**

होइन

→ Nepali

**QUE NO** es una publicación performática para aprender a decir **NO**  
**QUE NO** lo hemos hecho los alumnos de 4ºB del IES Baleares en Valencia  
**QUE NO** se lee en voz alta individual o grupalmente  
**QUE NO** es una pancarta  
**QUE NO** se puede llevar a manifestaciones  
**QUE NO** se puede utilizar en defensa propia  
**QUE NO** nos permite observar y conocer nuestros límites  
**QUE NO** es un experimento editorial y performático de Joana Brabo  
**QUE NO** se ha terminado de imprimir en el año 2020

¿Que es lo que entiendo por asertividad?  
Es una forma de decir no quis con respeto  
y empatía, la deberiamos de utilizar siempre  
que podemos porque es la mejor

Es una forma de decir las cosas que no es  
ni agresiva ni pasiva, es como expresar sentimientos  
de una buena forma respetando a la otra persona.

# ASERTIVIDAD

- no
  - 'a'ole'a (Hawaiano)
  - Yox (Azerbaiyano)
  - ei (Estonia)
  - ingen (Sueco)
  - che (solho meridional)
  - cha (Zulú)
  - Жок: "joy" (Kazajo)
  - U'P: Iya (Japonés)
  - নাঁ: Nā (Bengalí)
  - He: "ne" (Bulgaro)

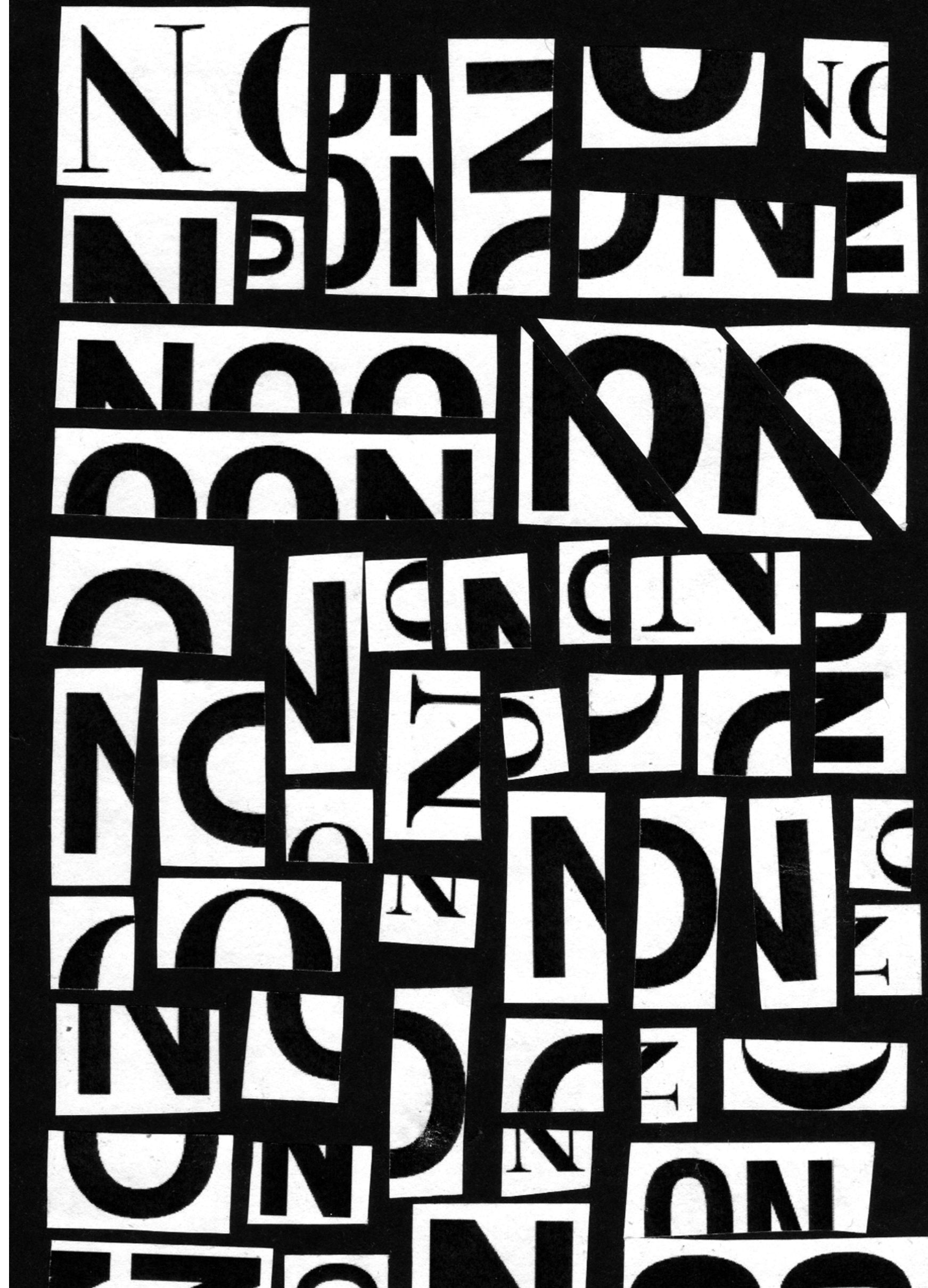
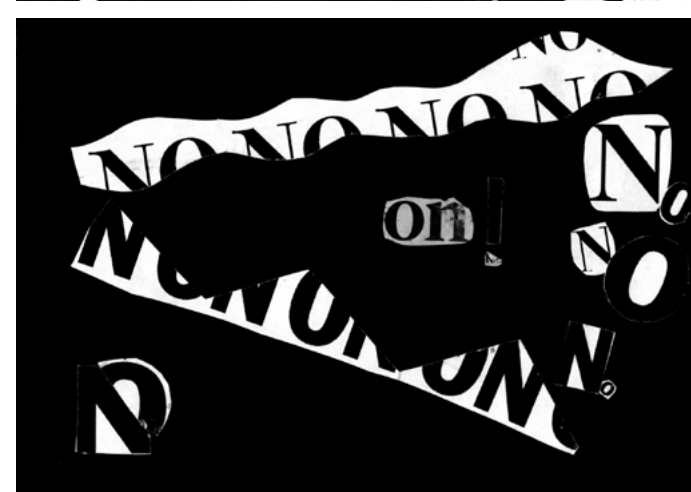
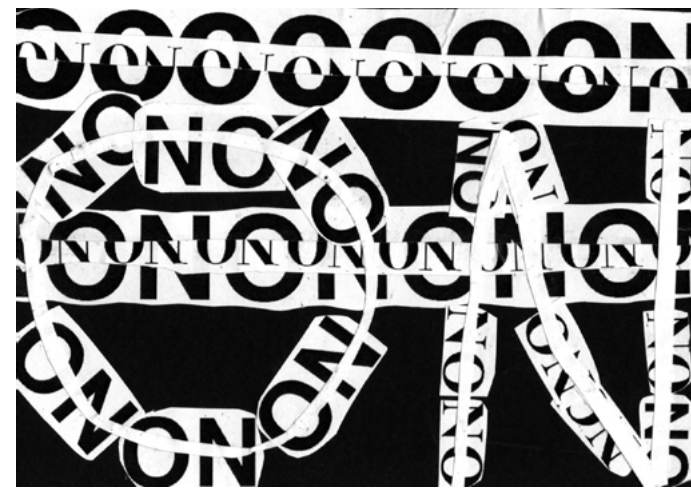
မဟုတ်ဘူး

→ Birmano



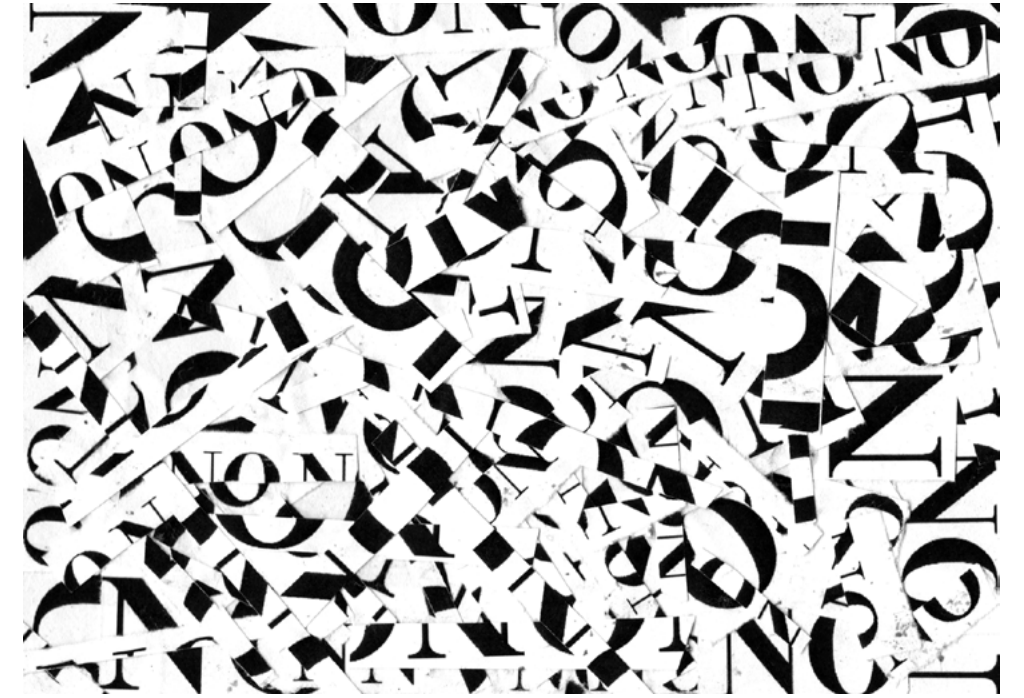






# NO

**NO ME SIRVE, GRACIAS, NO  
QUE NO ME SIRVE  
NI SIN QUERER ME SIRVE  
LO SIENTO, QUE NO LO QUIERO  
GRACIAS PERO NO  
NI ME SIRVE NI LO QUIERO  
NI QUERIENDO SERVIRME ME SIRVE  
NI REGALADO LO QUIERO  
DE VERDAD QUE NO ME SIRVE  
NO ME SIRVE NO LO QUIERO NO  
DE VERDAD QUE NO  
QUE ESO QUE USTED ME OFRECE NO SIRVE  
QUE PESA DEMASIADO ESO Y ME APLASTA  
Y NO LO QUIERO NO, DE VERDAD, QUE ME APRIETA  
Y ME MOLESTA, NO ME SIRVE NI QUERIENDO  
QUE NO SIRVE ESO QUE NO  
QUE NI QUERIENDO LO QUIERO ESO YO  
QUE SERÁ CON AMOR  
PERO NO GRACIAS POR FAVOR  
QUE NO LO QUIERO  
QUE NO  
GRACIAS SEÑOR PERO NO**





# NO GRACIAS

ARGUMENTARIO, RECURSOS, SINÓNIMOS, EJEMPLOS:

PRACTICAR UN **NO ROTUNDO** Y ELEGANTE:

Le puedo hacer una encuesta **NO**  
Buenos días soy de Movistar **NO**  
Es que le regalamos una tablet **NO**  
Quieres 10000 seguidores **NO**  
Es que tú lo haces mejor que yo **NO**  
Adáptate a mi **NO**  
Compare **NO**  
Compre **NO**  
Winwin **NO**

## MEJOR NO

EVITAR COLETILLAS, CERRAR EL NO:

Creo que no... **NO**  
Me parece que no... **NO**  
Seguramente no... **NO**  
De momento no... **NO**  
No, pero... **NO**  
No pasa nada... **NO**

## EM SAP GREU, PERÒ NO

**NO NO NO NO NO, NO LO NECESITO, NO LO QUIERO, NO**

EJEMPLO 1: POCA PACIENCIA

Yo le diría **QUE NO** a algun amigo que me tenga frito, siempre haciendo las mismas preguntas o repitiéndose más que el ajo. También es porque yo soy una persona que tiene poca paciencia, sobretodo si se le repiten las mismas preguntas una y otra vez. **S.N. Escritor. Valencia.**

EJEMPLO 2: DELICADO

Yo le diría **QUE NO** a mis seres queridos que esan cercanos ya que no por el hecho de tener un nivel de cercanía y confianza esoty obligado a ecirles que sí a algo que no quiero hacer, pero claro, les diría que no de una forma delicada. **J.S.T. Pensador. Valencia.**

EJEMPLO 3: NO ME MANDES

Yo le diría **QUE NO** a mi prima mayor porque aparte de que me cae mal, es un poco mandona para todo, entonces por eso le diría **QUE NO. V.Q. Primo. Valencia.**

EJEMPLO 4: MI NOVIO

Yo le diría **QUE NO** a mi novio ya que muchas veces hago cosas o tomo decisiones (no malas) para que estemos bien y no se enfade, ya que eso me afecta. También le diría que no a alguna amiga con la que no me apetece quedar. **S.M. Bailarina. Valencia.**

EJEMPLO 5: MI NOVIO

Yo le diría **QUE NO** a mi novio ya que muchas veces hago cosas

o tomo decisiones (no malas) para que estemos bien y no se enfade, ya que eso me afecta. También le diría que no a alguna amiga con la que no me apetece quedar. **S.M. Dobladora. Valencia.**

# LAMENTABLEMENTE NO

(NO SE SIENTA CULPABLE)

(DISCÚLPESE LO MÍNIMO)

(PRUEBE CÓMO SE SIENTE DEJANDO LA RESPUESTA ABIERTA)

## DÉJAME QUE LO PIENSE...

(TANTEE SUS LÍMITES)

# MIRA OYE QUE NO

# NO EM VE DE GUST

# CASI QUE NO

# MILLOR NO

# VEO QUE NO

# NO PUC, HÒ SENT

# NÍ DE CONA

# NI EN BROMA

# NI HARTO DE VINO

# NI DE CASUALIDAD

# VA A SER QUE NO

# ABSOLUTAMENTE NO

# NO Y PUNTO

# NO

# QUE NO



