

Lekcja 20 – How to Say “No” Politely

Jak odmawiać po angielsku – uprzejmie, ale stanowczo.

Transkrypcja tekstu

How to Say “No” Politely

When you work as a Virtual Assistant or freelancer, you want to be helpful. But you can't say “yes” to everything. Clear boundaries help you and your client. If you do too much, your work gets worse – and you feel tired.

Jak grzecznie powiedzieć „nie”

Kiedy pracujesz jako Wirtualna Asystentka lub freelancerka, chcesz być pomocna.

Ale nie możesz zgadzać się na wszystko. Jasne granice pomagają Tobie i Twojemu klientowi. Jeśli bierzesz za dużo, jakość Twojej pracy spada – a Ty jesteś zmęczona.

Let's say your client asks you to do something at the last minute. But you already have too much to do. You can say:

“Thanks for asking! I'm busy this week, but I can do it next Tuesday.”

Or:

“This is not something I usually do, but I can suggest someone who can help.”

Założmy, że klient prosi Cię o coś na ostatnią chwilę, ale masz już za dużo do zrobienia. Możesz powiedzieć:

„Dzięki za wiadomość! W tym tygodniu mam pełny grafik, ale mogę się tym zająć we wtorek.”

Albo:

„To nie jest coś, czym zwykle się zajmuję, ale mogę polecić kogoś, kto pomoże.”

You can also say you're working on something else right now. You don't need to explain too much. Be kind, honest, and clear. If you can, offer another time or idea.

Sometimes clients keep adding new tasks without asking. That's when you need to draw the line. It means you say: “This is too much – I can't take more right now.”

Możesz też powiedzieć, że teraz pracujesz nad czymś innym. Nie musisz tłumaczyć wszystkiego. Bądź miła, szczerza i konkretna. Jeśli możesz, zaproponuj inny termin lub pomysł.

Czasem klienci dodają nowe zadania bez pytania. Wtedy trzeba postawić granicę (draw the line). To znaczy: „Tego już za dużo – teraz nie mogę wziąć więcej.”

For example:

“To finish what we planned, I can’t add new tasks this week. Let’s check what’s most important.”

This shows that you are professional and well-organized. Saying “no” in a polite way is not rude. It helps both sides. It shows you care about the work – and that you know your limits.

Na przykład:

„Żeby skończyć to, co zaplanowałyśmy, nie mogę w tym tygodniu dodawać nowych zadań. Zobaczmy, co jest najważniejsze.”

To pokazuje, że jesteś profesjonalna i dobrze zorganizowana. Powiedzenie „nie” w uprzejmy sposób nie jest niegrzeczne. To pomaga obu stronom. Pokazuje, że zależy Ci na pracy – i że znasz swoje granice.

5 słówek do zapamiętania

1. **boundary** – granica (ale nie granica kraju, tylko granica osobista)

I set boundaries to protect my time.

Ustalam granice, by chronić swój czas.

2. **overloaded** – przeciążony / mieć za dużo pracy

I didn't take the task because I was overloaded.

Nie wzięłam zadania, bo miałam za dużo pracy.

3. **decline** – grzecznie odmówić

I had to decline the request because of other tasks.

Musiałam odmówić tej prośbie z powodu innych zadań.

4. **polite** – uprzejmy

It's important to be polite, even when you say no.

Ważne jest, by być uprzejmym, nawet gdy odmawiasz.

5. **deadline** – termin (ostateczny termin wykonania czegoś)

I can't take this task because I have a deadline tomorrow.

Nie mogę wziąć tego zadania, bo mam jutro termin.

Twoja kolej!

Przetłumacz na angielski te zdania z nowo poznanymi wyrazami:

To zadanie wykracza poza moje obowiązki jako WA.

.....
.....

Czuję się przeciążona, gdy dostaję za dużo maili naraz.

.....
.....

Uprzejmie odmówiłam dodatkowego zlecenia.

.....
.....

Była bardzo uprzejma, gdy poprosiła o pomoc.

.....
.....

Musimy to skończyć przed piątkowym terminem.

.....
.....

Tłumaczenie:

This task is outside my boundary as a VA.

I feel overloaded when I get too many emails at once.

I politely declined the extra job.

She was very polite when she asked for help.

We need to finish this before the Friday deadline.

Jeden idiom do zapamiętania!

draw the line

– postawić granicę, powiedzieć „stop”

Używamy tego idiomu, gdy chcemy zaznaczyć, że czegoś już nie zaakceptujemy lub nie zrobimy. To sposób na pokazanie własnych granic – grzecznie, ale stanowczo.

Przykład po angielsku:

I'm happy to help with small edits, but I draw the line at rewriting the whole document.

Chętnie pomogę z drobnymi poprawkami, ale stawiam granicę przy przepisywaniu całego dokumentu.