

Ở Mỹ, Hiền Quá Là Một Cái Tội.

8 câu tiếng Anh giúp bạn đỡ bị thiệt khi đi làm

Hồi nhỏ mình được dạy:

- Hiền một chút
- Nhường một chút
- Thôi kệ cho qua

Qua Mỹ rồi mới thấy...

- Hiền quá thì bị đùn việc
- Im lặng quá thì bị coi nhẹ
- "Dạ" hoài thì thành "người làm giùm cho mọi người"

Ở Mỹ có một kỹ năng quan trọng hơn cả tiếng Anh giỏi. Đó là biết nói "không" mà không thấy có lỗi. Và điều thú vị là —người Mỹ đặt ranh giới... cực kỳ ngắn.

- Không giải thích dài dòng. Không xin lỗi 3 lần.
- Không kể câu chuyện cuộc đời.
- Chỉ vài chữ. Nhưng rất chắc.

Đây là những câu mình thấy người Mỹ (kể cả trong môi trường y tế và quản lý) dùng mỗi ngày. Nghe rất chuyên nghiệp và rất được tôn trọng.

1. Khi bạn không thoải mái

I'm not comfortable with that. → Tôi không thấy thoải mái với việc đó.

Ngắn. Thẳng. Không xin lỗi. Nghe rất bình tĩnh nhưng cực kỳ có ranh giới.

2. Khi bạn không thể nhận thêm việc

I can't commit right now. → Hiện tại tôi chưa thể cam kết.

I can't take anything else right now. → Tôi không thể nhận thêm việc nào nữa lúc này.

Không "để em ráng". Không "xin lỗi nhiều".

3. Khi bạn quá tải

I'm swamped. → Tôi đang ngập việc.

I'm maxed out today. → Hôm nay tôi đã hết công suất rồi.

Cách nói rất đời của người Mỹ. Nghe tự nhiên hơn "I'm very busy" rất nhiều.

4. Khi cần thời gian suy nghĩ

Let me get back to you. → Để tôi xem lại rồi phản hồi bạn sau.

Câu này cực kỳ chuyên nghiệp. Bạn không bị ép trả lời ngay. Bạn kiểm soát thời gian của mình.

5. Khi ai đó nói chuyện thiếu tôn trọng hoặc đi quá giới hạn

Let's keep this professional. → Mình giữ chuyên nghiệp nhé.

Nghe lịch sự. Nhưng đủ "lạnh" để người ta tự điều chỉnh thái độ.

6. Khi một việc không phù hợp với bạn

That doesn't work for me. → Việc đó không phù hợp với tôi.

Không giải thích. Không bào chữa. Chỉ đơn giản: không.

Và người Mỹ... hoàn toàn chấp nhận kiểu trả lời này.

7. Khi bạn muốn kết thúc cuộc nói chuyện

I gotta run. → Mình phải đi rồi.

I have to run to my next patient. → Tôi phải qua bệnh nhân tiếp theo.

Ngắn gọn mà không hề thô.

8. Khi bạn cần ưu tiên việc của mình trước

I need to focus on my current tasks first. → Tôi cần tập trung cho các việc hiện tại trước.

I need to focus on my current patients first. → Tôi cần tập trung cho các bệnh nhân hiện tại trước. Nghe rất có trách nhiệm. Không ích kỷ. Chỉ là có thứ tự ưu tiên.

Mình từng nghĩ rằng

- Tử tế là phải nhận hết
- Tốt bụng là phải hy sinh
- Hiền là không được từ chối

Nhưng qua Mỹ rồi mới hiểu rằng người chuyên nghiệp **không phải người làm nhiều nhất, mà là người biết rõ giới hạn của mình.**

Ranh giới không làm bạn “khó gần”. Nó chỉ dạy người khác cách tôn trọng bạn.

Đôi khi... chỉ một câu tiếng nói khác đi cũng đủ thay đổi cách cả thế giới đối xử với bạn.

Nếu bạn biết ai đang hay “hiền quá”, hãy gửi bài này cho họ. Có khi thứ họ thiếu... chỉ là vài câu nói đúng cách thôi.

Dr. Christina Nguyễn