

## IDŹ DO:

- ▶ Spis treści
- ▶ Przykładowy rozdział

## KATALOG KSIĄŻEK:

- ▶ Katalog online
- ▶ Zamów drukowany katalog

## CENNIK I INFORMACJE:

- ▶ Zamów informacje o nowościach
- ▶ Zamów cennik

## CZYTELNIA:

- ▶ Fragmenty książek online

Do koszyka



Do przechowalni


 Nowość


 Promocja

## Grzeczne dziewczynki marzą o karierze, a niegrzeczne ją planują

Autor: Caitlin Friedman, Kimberly Yorio

Tłumaczenie: Weronika Sobita

ISBN: 978-83-246-1701-2

Tytuł oryginału: [The Girl's Guide to Kicking](#)[Your Career Into Gear](#)

Format: A5, stron: 248



### Przejmij kontrolę nad swoją karierą

Wierzysz, że bycie grzeczną dziewczynką jest receptą na sukces? Z pewnością pomoże Ci dostać się bez kolejki do nieba, na pewno jednak nie będzie Twoim sprzymierzeńcem w karierze zawodowej. Najwyższy czas, byś zesłała na ziemię, zanim odczujesz przykre następstwa bolesnego upadku. Nikt nie zauważy Twojej inteligencji, zaangażowania i ciężkiej pracy, jeśli będziesz chować się po kątach.

Chcesz wspiąć się na sam szczyt zawodowej kariery, udowodnić, ile jesteś warta? Możesz zakasować wszystkich, tylko pozbądź się niepotrzebnych zahamowań, poczucia winy czy wstydu i śmiało idź naprzód. Potrzebny Ci doskonały PR, a nikt nie zapewni Ci lepszego niż... Ty sama. Naucz się pokonywać blokujące Cię lęki, negocjować podwyżki i awanse, wpływać na swoich przełożonych, budować sieć wartościowych kontaktów, a także walczyć z głupimi stereotypami. Pokażemy Ci, jak się do tego zabrać.

- Zdobądź upragnioną pracę z wymarzoną pensją.
- Zostań mistrzynią subtelnej i skutecznej autopromocji.
- Staw czoło lękom i poznaj klucz do pewności siebie.
- Poznaj zasady tworzące nowoczesną etykę biurową.
- Naucz się osiągać wszystko, na co zasługujesz.

# **Spis treści**

Podziękowania	7
Wprowadzenie	9
<i>Część I Planuj</i>	<i>11</i>
Rozdział 1. Jesteś tutaj	13
Rozdział 2. Dostać się tam, gdzie chcesz	37
<i>Część II Nawiązuj kontakty</i>	<i>57</i>
Rozdział 3. Sprzedawanie (ale nie wyprzedawanie) siebie samej	59
Rozdział 4. Nowa sieć kontaktów	79
<i>Część III Stawiaj czoła wyzwaniom</i>	<i>101</i>
Rozdział 5. Strach ma wielkie oczy	103
Rozdział 6. [tu wstaw stereotyp]	129
Rozdział 7. Zmiany często wychodzą nam na dobre	151

<i>Część IV Mierz wysoko</i>	<b>161</b>
Rozdział 8. W drodze do (dużego) gabinetu	163
Rozdział 9. Ambitne myślenie	179
Rozdział 10. Proś o to, na co zasługujesz	195
Rozdział 11. Kobieta za sterem (przywództwo, zarządzanie i sztuka delegowania)	215
Nota końcowa	235
Źródła	237
Skorowidz	239

# 1

## ***Jesteś tutaj***

Wiesz co? Jeżeli sama nie zadbasz o swoją karierę, nie spodziewaj się, że ktoś zrobi to za Ciebie. Jeżeli to, co robisz, chcesz robić z zaangażowaniem i odnosić sukcesy, musisz przejąć kontrolę nad swoim zawodowym losem. Tylko Ty sama możesz ustalić, kim jesteś, czym możesz się zajmować i dokąd chcesz zmierzać. Rozdział, który właśnie czytasz, zabierze Cię w podróż w czasie: dokonasz oceny miejsca, w którym zaczęłaś; stwierdzisz, gdzie znajdujesz się dzisiaj na swojej ścieżce kariery, jak się tam dostałaś i — co najważniejsze — gdzie chcesz być jutro. Poprosimy Cię, żebyś zadała sobie trudne pytania: Co dla Ciebie oznacza sukces? Czy powstrzymują Cię jakieś obawy? Czy Twoja obecna praca Ci odpowiada? Jak w Twoich marzeniach miała wyglądać Twoja sytuacja na obecnym etapie życia? Jakim pracownikiem lub menedżerem jesteś? Dzięki zgłębieniu tego, co Cię naprawdę motywuje zawodowo, oraz przeczytaniu historii kobiet, które wzięły odpowiedzialność za własny rozwój zawodowy, lepiej zrozumiesz samą siebie i będziesz w stanie postawić pierwsze kroki na drodze do zmiany swojego życia.

## **Być dziewczyną, która sprawia, że rzeczy się dzieją**

Napisałyśmy tę książkę dla wszystkich kobiet, które mają poczucie, że mogą zrobić więcej, i chcą podjąć to wyzwanie. Jeżeli Twoja kariera utknęła w martwym punkcie, jeżeli jesteś sfrustrowana swoją pozycją w firmie lub znudzona ścieżką zawodową, którą wybrałaś, najwyższy czas zmienić sposób myślenia. Zacznij od prostego pytania: Czy pod koniec życia będziesz zadowolona z tej ogromnej ilości czasu, którą spędziłaś w pracy?

Jeżeli twoja odpowiedź brzmi „tak”, możesz wykorzystać tę książkę, by pokonać kolejny szczebelek kariery, ucząc się nowych umiejętności, by żądać tego, na co zasługujesz, i stawiać czoła wyzwaniom, które się przed Tobą pojawiają.

Ale jeżeli Twoja odpowiedź brzmi „nie”, to wykorzystaj tę książkę, by dojść do tego, czego Ci brakuje i co musisz zrobić, by przejąć kontrolę nad własnym życiem zawodowym. Jeżeli wyrobiłaś w sobie nawyk pisania negatywnych scenariuszy, popracujemy nad tym, by je napisać od nowa. Nie akceptuj myśli, że jesteś dziewczyną, która *nigdy nie dostaje tego, co chce*. Zamiast tego stań się kobietą, która *sprawia, że rzeczy się dla niej dzieją*.

Według badania przeprowadzonego przez National Sleep Foundation przeciętny Amerykanin spędza w pracy czterdzieści sześć godzin tygodniowo. Naszym zdaniem faktycznie pracujemy dłużej, szczególnie jeśli weźmiemy pod uwagę takie wynalazki jak BlackBerry. A ponad czterdzieści sześć godzin to bardzo dużo czasu. Ponieważ większość godzin, których nie poświęcamy na sen, spędzamy, pracując, dobrze jest lubić to, co się robi. Im bardziej lubimy naszą pracę, tym więcej energii jesteśmy w stanie poświęcić, by ją wykonywać dobrze.

Kluczem do znalezienia szczęścia w pracy jest zaakceptowanie tego, kim jesteśmy i czego oczekujemy od naszego życia zawodowego. Porównywanie własnej ścieżki ze ścieżkami innych na nic się nie zda, ponieważ Twoje umiejętności, wartości, osobowość, obowiązki, a nawet miejsce, w którym mieszkasz, są unikatowymi czynnikami wpływającymi na trajektorię Twojej kariery. Jeżeli jesteś sfrustrowana z powodu miejsca, w którym się znajdujesz, poszukiwanie odpowiedzi na pytanie, co powinnaś zrobić, należy rozpocząć od siebie.

## Zdefiniuj swój własny sukces

Na przestrzeni ostatnich kilku lat poprosiliśmy setki kobiet o zdefiniowanie pojęcia „sukces”. Dla tych, które znajdowały się na początku kariery, sukces oznaczał osiągnięcie wyższego stanowiska, niż mają rówieśnicy, oraz adekwatnie wyższego wynagrodzenia. Wiele kobiet w połowie życia zawodowego uważało, że sukces to praca zapewniającą wystarczającą elastyczność, by mogły spełniać się także jako matki. A dla kobiet pod koniec kariery zawodowej sukces to możliwość robienia w pracy tego, co się kocha.

Bez względu na to, gdzie się teraz znajdujesz, świadomość, co sukces oznacza dla CIEBIE, pomoże Ci zmotywować się do tego, by mieć życie zawodowe zapewniające satysfakcję i wyzwania oraz przynoszące takie przychody, jakich oczekujesz. Świadomość własnych celów pomoże Ci także stworzyć własny plan działania.

Poniżej znajdziesz kilka czynników, które dobrze jest wziąć pod uwagę podczas definiowania pojęcia „sukces”.

- ◆ Czy zarabianie dużych pieniędzy jest dla Ciebie priorytetem? Jeżeli tak, to co jesteś w stanie poświęcić dla tych pieniędzy? Gdybyś poświęciła dla nich życie osobiste, czy w dalszym ciągu miałabyś poczucie sukcesu?
- ◆ Czy rozmiar ma dla ciebie znaczenie? Czy chcesz zarządzać dużym zespołem? Czy jesteś skłonna szkolić się, by zostać silnym liderem? Czy masz dość pewności siebie, by efektywnie zarządzać, a jeżeli jej nie masz, to czy potrafisz ją udawać?
- ◆ Czy posiadanie elastycznego grafiku jest dla ciebie czynnikiem sukcesu? Jeżeli tak, to czy w Twojej pracy jest to możliwe?
- ◆ Czy praca na część etatu oznacza dla Ciebie sukces? Czy masz możliwość podjęcia pracy w niepełnym wymiarze godzin już teraz?
- ◆ Czy czułabyś, że osiągnęłaś sukces, gdyby Twoja praca wymagała podróży?
- ◆ Gdybyś mogła tylko podpisywać listę obecności i zostawiać stres w pracy, czy uważałabyś to za sukces?
- ◆ Czy sukces sprowadza się do wykonywania pracy z pasją?

- ◆ Czy czułabyś, że osiągnęłaś sukces, pracując w organizacji non profit?
- ◆ Czy w Twojej branży są osoby, które są dla Ciebie inspiracją, a pracę z nimi uznałabyś za sukces?
- ◆ Czy jest jakieś wydarzenie, które określiłabyś mianem zawodowego sukcesu? Świetna przemowa, wyprodukowanie spektaklu teatralnego, opublikowanie książki, otrzymanie świetnej recenzji lub nagrody?
- ◆ Czy jest jakieś biuro, które wpadło Ci w oko, i gdybyś mogła siedzieć tam w środku, uznałabyś, że osiągnęłaś sukces?
- ◆ Gdyby Twój zespół zwracał się do Ciebie po wskazówki, wsparcie i porady, czy wtedy czułabyś, że osiągnęłaś sukces?

Twoja definicja sukcesu będzie z czasem ulegać zmianom, więc sprawdzaj od czasu do czasu swoje stanowisko i weryfikuj listę. Możesz ją także dowolnie modyfikować — w miarę tego, jak dojrzewamy, nasze priorytety zmieniają się. Najważniejsze to zdefiniować swój sukces i potem stale definiować go na nowo.

Im szybciej określisz, jakie wartości są ważne dla Ciebie i dla Twojej wymarzonej kariery, tym szybciej stworzysz idealny scenariusz zawodowy. Odpowiadając na trudne pytania postawione w tym rozdziale, daj sobie trochę luzu. Nie obwiniaj się, że nie przeprowadziłaś zmian wcześniej, jeżeli odkryjesz, że jesteś nieszczęśliwa. Nie karz się za to, że odpuściłaś sobie ofertę pracy, która teraz, po analizie, wydaje się interesująca. I nie ograniczaj się, eliminując możliwości, ponieważ nie uważasz się za „osobę takiego pokroju”.

By książka ta mogła spełnić swoje zadanie, musisz być ze sobą szczerą i otwartą na nowe sposoby patrzenia na swoją karierę i na siebie samą.

## 5 mantr na poprawę kariery

Rozmawiając z wieloma kobietami o ich wycieczkach w górę i w dół drabiny kariery zawodowej oraz zupełnym spadaniu z niej, usłyszaliśmy kilka duchowych zasad pojawiających się w poradach biznesowych. Bardzo podoba nam się pomysł zintegrowania tych form mądrości, ponieważ wszystkie osoby, które uważamy za najbardziej inspirujące zawodowo, są w rzeczywistości osobami uduchowionymi.

Opracowałyśmy listę naszych pięciu ulubionych prawd zawodowych — mantr, które możesz sobie powtarzać, przygotowując się do przejęcia kontroli nad swoim zawodowym losem oraz starając się znaleźć z powrotem zgubioną ścieżkę, jeżeli poczujesz, że zeszaś na manowce.

*Bądź obecna każdego dnia w swoim życiu i swojej pracy.*

*Przyjmuj z otwartymi ramionami nowe sposoby myślenia.*

*Poszukuj zmian i wykorzystuj je.*

*Działaj zgodnie z możliwościami.*

*Bądź otwarta na spotkanie swojego następnego mentora.*



## Jak sobie wyobrażasz swoją karierę?

Zatem chcesz zmian, ale nie jesteś pewna, jak ma wyglądać ta nowa rzeczywistość. Przeczytaj naszą listę stwierdzeń i znajdź te, które się do Ciebie odnoszą.

- ◆ Chcę pozostać w obecnym miejscu, ale chciałabym poprawić swoją sytuację, uzyskując podwyżkę lub awans.
- ◆ Chciałabym zostać w obecnej firmie, ale jestem zainteresowana zmianą działu.
- ◆ Chciałabym znaleźć pracę w tym samym zawodzie, ale w innej firmie.
- ◆ Chcę przebić się do innej branży.
- ◆ Chcę założyć własną firmę.

Świadomość własnego celu zawodowego pomoże Ci zachować koncentrację podczas czytania tej książki. Nie zdziw się, jeżeli pod koniec ostatniego rozdziału zaczniesz spoglądać na swoją zawodową przyszłość całkiem inaczej.

## Ty wczoraj

Jak się tutaj w ogóle dostałaś? Zwrócenie uwagi na to, gdzie byłaś, może okazać się źródłem dodatkowych informacji na temat tego, co robisz teraz, bez względu na to, czy jest to dla Ciebie dobre, czy też nie.

Caitlin najbardziej lubiła pracę, którą wykonywała w czasie studiów. Opłacała wtedy czynsz, pracując w piekarni (jeżeli kiedykolwiek zawędrujesz do Amherst w stanie Massachusetts, ta piekarnia nazywa się The Black Sheep Deli). Uwielbiała pracowite poranki, kiedy cała piekarnia żyła rozmowami studentów i profesorów, którzy wpadali na kawę i muffinki przed udaniem się na zajęcia. Ponieważ piekarnia znajdowała się w środku miasta i kampusu uniwersyteckiego, nawet będąc w pracy, wiedziała, co dzieje się w świecie zewnętrznym. Uwielbiała przerwy na lunch spędzane w towarzystwie kolegów z pracy, którzy często byli też jej kolegami ze studiów, i lubiła przebywać w miejscu, gdzie było jedzenie. No i co najważniejsze — była zachwycona, mogąc pracować z kimś, kto miał swój własny, kwitnący interes, stworzył miejsce, które przyciągało klientów, oraz zachęcał ich do tego, by odpoczęli przy oknie, by poczytali książkę, popijając popołudniową latte.

Czy którakolwiek z tych rzeczy wskazywała, gdzie Caitlin w końcu wylądowała? Ty nam powiedz. Dziś Caitlin pracuje w *public relations* (czynnik społeczny, jest poinformowana), pisze książki (jak studia), specjalizuje się w mediach poświęconych jedzeniu i jest współwłaścicielką dwóch firm.

Choć dość łatwo jest powiedzieć, czego nie lubisz w obecnej pracy, określenie tego, co sprawia Ci przyjemność, jest o wiele trudniejsze. Możesz znaleźć odpowiedź na to pytanie, spoglądając w przeszłość.

## Historia Twojej kariery

Zacznijmy kopać. Weź kartkę papieru i zapisz na niej prace, który wykonywałaś (płatne i niepłatne). Przypomnij sobie, ile czasu spędziłaś w każdej z nich, wybierz tę, w której byłaś najszczęśliwsza. Zapisz powody swojej satysfakcji. Czy była to praca zespołowa? Kultura korporacyjna? A może to postać szefa sprawiła, że pracę tę lubiłaś najbardziej? Czy to sposób, w jaki mijał Twój dzień? Klienci, z którymi miałaś do czynienia?

Umiejętności, które zdobyłaś? Teraz przyjrzyj się liście. To są cechy, o które chcesz wzbogacić swoją obecną sytuację zawodową.

Teraz możesz oszczędzić sobie udręki poszukiwania zawodów, które nie dadzą Ci ani energii, ani radości, poprzez określenie prac, które najmniej lubisz. Jakie były przyczyny Twojego niezadowolenia? Czy nie poświęcano Ci dość uwagi? Byłaś niedoceniana? Brakowało Ci inspiracji? Czy dni miały Ci tam w negatywnej atmosferze? Mamy nadzieję, że to takie cechy środowiska pracy, których można uniknąć!

Jeżeli uważasz, że Twoje życie osobiste i zawodowe to dwie całkowicie osobne sprawy, przyjrzyj się uważniej swojej Historii Kariery i przypomnij sobie, co działo się, kiedy pracowałaś na każdym z wymienionych stanowisk. Możesz zauważyć, że podczas wyjątkowo męczącego okresu w Twoim życiu osobistym Twoja kariera zamarła. Po wakacjach, których tak bardzo potrzebowałaś, wróciłaś do pracy z nową wersją CV oraz pełną energią, by zacząć szukanie czegoś lepszego. Koncentrując się na przejęciu kontroli nad swoją karierą, nie zapominaj o przejęciu kontroli także nad swoim życiem osobistym. Kiedy wszystko ma właściwe proporcje, znacznie łatwiej jest jasno myśleć i dokonywać małych lub większych zmian.

No i w końcu popatrz, gdzie zaczynałaś i gdzie znajdujesz się teraz. Miałaś jakiś plan, czy może wszystko potoczyło się samo? Czy miałaś wizję kariery i zgodnie z nią podejmowałaś decyzje, posuwając się krok po kroku w kierunku swojego celu? A może zawsze czułaś się jak pasażer w pojeździe, który jechał tam, gdzie sam chciał?

Jen Ramos, dyrektor do spraw promocji Vroman's Bookstore w Kalifornii, nie miała żadnego planu kariery, ale znalazła swoją ścieżkę, pracując na różnych stanowiskach.

Kiedy skończyłam liceum, nie byłam pewna, co tak naprawdę chciałabym robić, gdy będę dorosła. Poszłam do szkoły policealnej na dwa lata, ale ciągle tego nie wiedziałam. Dopiero kiedy zaczęłam pracę, byłam w stanie znaleźć swoją drogę.

Ale to praca dodatkowa wskazała jej właściwy kierunek.

Mając dwadzieścia parę lat, pracowałam w dziale księgowym dużej korporacji, przy okazji zarządzałam kapelą kolegi. Uwielbiałam muzykę, którą grali, i chciałam, by dotarła do tylu ludzi, ilu byłam

w stanie znaleźć. Dlatego podjęłam się zadania wypromowania ich. Rezerwowałam występy, wysyłałam ich muzykę do radia, aż w końcu ustawiłam im pierwszy kontrakt na płytę i znalazłam pierwszego producenta. Kiedy pracowałam z zespołem, zdałam sobie sprawę, że potrzebowałam prawdziwej pracy, która pomogłaby mi przy kontraktach i zasobach, żeby móc pomóc zespołowi. To poprowadziło mnie do mojej kolejnej ulubionej pracy — pracy dla niezależnej wytwórni muzycznej. Uwielbiałam tę część zadań, która była związana z promocją. Jeżeli udało mi się przepchnąć nagranie zespołu do radia lub jeżeli widziałam tłumy na jego koncertach, czułam się, jak gdybym dostała niespodziewaną nagrodę. W końcu odeszłam z firmy nagraniowej, ale już zawsze pracowałam w promocji. Dziś jestem dyrektorem do spraw promocji wspaniałej niezależnej księgarni.

## Ty dzisiaj

Wiesz już, skąd przyszałaś i czego udało Ci się dokonać. A co z „tu i teraz”? Czy praca, którą obecnie wykonujesz, daje Ci satysfakcję? Czy raczej Ty jesteś dla pracy? W tej części rozdziału pomożemy Ci przyjrzeć się Twojej pracy zawodowej w obecnym punkcie.

### **Czy Twoja obecna praca w dalszym ciągu do Ciebie pasuje?**

Ponieważ byłyśmy specjalistkami od reklamy, planowałyśmy imprezy, pracowałyśmy jako konsultantki od marketingu, producentki telewizyjne oraz autorki, jesteśmy żywym dowodem na to, że nie ma nic złego w dokonaniu zmiany swojej kariery w połowie ścieżki lub nawet później. Zastanów się szczerze nad tym, co robisz teraz, by zarobić na życie, i bądź przygotowana na to, że możesz z tego wyrosnąć. Chociaż poszłaś na uniwersytet studiować prawo, być może odkryłaś w sobie zamiłowanie do pisania scenariuszy lub pasję podróżowania i chcesz dokonać zmian. Być może przyjęłaś obecną pracę, ponieważ wynagrodzenie było zbyt wysokie, by po prostu przejść obojętnie, ale dziś jej nienawidzisz. Być może zapisałaś się na zajęcia z projektowania stron WWW w wolnym czasie i odkryłaś, że nie tylko to lubisz, ale jesteś w tym po prostu świetna. A być może lubisz robić to, co robisz, ale z powodu swoich zobowiązań rodzinnych potrzebujesz mieć z tego więcej pieniędzy.

### **Czy przyjęłaś tę pracę tylko dla pieniędzy?**

Jeżeli tak, zadaj sobie pytanie, czy te pieniądze są w dalszym ciągu warte Twojego cennego czasu. Jeśli odpowiedź brzmi „nie”, warto to sobie uświadomić, ponieważ zamiast starać się napisać lepszy scenariusz dla miejsca, w którym dziś jesteś, być może powinnaś się skoncentrować na przeniesieniu do innej firmy lub branży.

### **Czy ta praca jest dla Ciebie wyzwaniem?**

Być może nie jest to dla Ciebie najważniejsze. Czasem przechodzimy w naszym życiu przez takie etapy, kiedy nasze życie osobiste jest zbyt absorbujące, by starczyło nam sił na wyzwania zawodowe. Być może masz

także zainteresowania poza pracą, które wymagają koncentracji i energii, i nie masz wiele więcej do zaoferowania. Jednak jeżeli codzienne wyzwania są dla Ciebie czymś istotnym, Twoja praca musi Ci je zapewniać.

### ***Czy w dalszym ciągu masz odpowiednie kwalifikacje?***

Szczególnie w branży technologicznej trzeba stale aktualizować swoje kwalifikacje, żeby dostosowywać się do nowych systemów i informacji. Jeżeli wszystko naokoło Ciebie w Twoim sektorze przyspiesza i nie masz ochoty ani energii, żeby cały czas być na czasie, ta praca już nie jest dla Ciebie. Z drugiej strony, być może rozwinęłaś umiejętności, które przekraczają możliwości oferowane na Twoim obecnym stanowisku i gdzieś indziej Twoja sytuacja wyglądałaby lepiej.

### ***Czy w dalszym ciągu zarabiasz wystarczająco dużo pieniędzy?***

Nie pytamy, czy praca przynosi Ci dochody, których byś sobie życzyła (na to przyjdzie czas nieco później), ale w miarę tego, jak zmieniają się Twoje zobowiązania osobiste — dzieci, kupno domu, nawet utrzymanie psów kosztuje — może się okazać, że zarabiasz na mało.

### ***Czy w dalszym ciągu lubisz mieszkać tam, gdzie musisz, by utrzymać obecną pracę?***

Być może jest milion powodów, dla których wolałabyś być gdzieś indziej. Jednak jeżeli tych powodów nie można dalej ignorować, musisz poważnie przemyśleć plusy i minusy pozostania w obecnej pracy.

### ***Czy zmieniły się potrzeby Twojej rodziny?***

Może nagle stałaś się odpowiedzialna za starzejących się rodziców lub Twoje dzieci potrzebują widzieć Cię w domu częściej niż obecnie, a może Twój partner otrzymał propozycję zawodową wymagającą częstszego podróżowania, co oznacza, że więcej domowych obowiązków spadnie na Ciebie. Bez względu na konkretny powód prawdopodobnie nadszedł czas, kiedy — z powodu zmieniających się obowiązków osobistych — Twoja praca już nie jest dla Ciebie odpowiednia.

***Czy w dalszym ciągu podchodzisz do pracy z pasją?***

Być może przyszedł taki moment, kiedy zdałaś sobie sprawę, że już tak nie jest. Nie ignoruj tego „czerwonego światełka”. Alicia Rockmore, współzałożycielka Buttoned Up Inc., „firmy oddanej pomaganiu zajęтым kobietom w ogarnięciu chaosu w ich życiu”, powiedziała nam: „Po udanych czternastu latach w sektorze produktów pakowanych nadszedł jeden taki dzień, kiedy pożegnałam się z moją dwuletnią córeczką i wsiadając do samochodu, by pojechać do pracy, zdałam sobie sprawę, że byłam zmęczona sprzedawaniem rzeczy, których ludzie nie potrzebują. Nikt tak naprawdę nie potrzebuje jednego słoiczka majonezu więcej niż do tej pory. Nikt nie potrzebuje więcej ryżu, by przyrządzać posiłki dla rodziny. To brzmiało po prostu śmiesznie. Kiedy to zauważyłam, wiedziałam, że czas założyć swoją firmę”.

Jeżeli praca nie daje Ci satysfakcji, nie przechodź nad tym do porządku dziennego i zadaj sobie pytanie, dlaczego tak się dzieje. Czy to praca, pensja, a może miasto lub miejscowość, w której mieszkasz? Wróć do celów, które określiłaś, czytając wcześniejszą część rozdziału. Czy musisz pomyśleć o zmianie zawodu, czy o powrocie do szkoły?

## Badanie nudy zawodowej

Czasami łądujemy na stanowiskach, które są wygodne i znajome, ale ogłupiająco nudne. Niektóre z nas mają pracę, która jest dobra, ale niekoniecznie dobra dla nas samych. Jeżeli przez cały dzień po prostu udajesz, że coś robisz, i czas przepływa Ci przez palce, nie jesteś ani zaangażowana, ani zmotywowana, najwyższy czas wprowadzić zmiany.

Jeżeli natomiast jesteś w tej szczęśliwej sytuacji i lubisz swoją branżę, ale jesteś znudzona pracą, najwyższa pora na odbycie nieformalnych informacyjnych rozmów z ludźmi w Twoim otoczeniu. Kiedy pracowałyśmy w branży wydawniczej, jedna z kobiet przyszła do nas na rozmowę. Pracowała w sprzedaży, a my w reklamie, i chciała się dowiedzieć, jak ten proces wygląda z naszej strony. Wiedziała, o co pytać: jak spędzałyśmy większość naszego dnia, co nam się w pracy podobało, a co nie podobało, czy była jakaś szansa na awans poza stanowiskiem wiceprezesa? Umówiła się na podobne spotkania ze znajomymi osobami z marketingu oraz działu redakcyjnego, by szerzej zrozumieć działalność wydawniczą. Powiedziała nam, że uwielbiała branżę wydawniczą, ale wiedziała, że praca w sprzedaży nie była stworzona dla niej. Jeżeli jesteś zafascynowana swoją branżą, nie poddawaj się. Jesteś szczęściarą z szansą na wymarzoną karierę, musisz po prostu trochę skorygować obrany wcześniej kurs.

Jeżeli zarówno Twoje codzienne obowiązki, jak i cała sytuacja zawodowa nie dają Ci inspiracji, prawdopodobnie nadszedł czas na zmiany. Ellen Malloy, założycielka Paperclip. Inc., zaleca porzucenie statku, jeżeli czujesz się nieszczęśliwa: „Kiedy jestem naprawdę znudzona, sfrustrowana lub jeżeli przez dłuższy czas jestem w dołku, po prostu idę dalej. Nie widzę sensu, żeby się zmuszać do wykonywania pracy w zawodzie, którego nie lubię. Gdybym się zmuszała, nie zaszłabym daleko i nie byłabym szczęśliwa. Praca to nie całe życie, ale z pewnością jest miejscem, gdzie spędzasz większość dnia. Musisz być tam szczęśliwa”.



## Zmiany, które mogą odmienić Twój sposób myślenia o pracy

Jest wiele sytuacji, które mogą zainspirować Cię do przemyślenia Twojej przyszłości w obecnej firmie, ale zachęcamy, byś dała sobie czas na dostosowanie się przed podjęciem jakichkolwiek pochopnych decyzji, kiedy zmierzysz się z jedną z poniższych sytuacji:

- ◆ nowy szef,
- ◆ zmiana polityki firmy,
- ◆ reorganizacja działu,
- ◆ fuzja korporacyjna,
- ◆ zwolnienia,
- ◆ szybka ekspansja,
- ◆ zmiana obowiązków,
- ◆ zwiększenie zatrudnienia.

### **5 powodów, by osiągnąć sukces**

- 1.** Dzięki temu będziesz szczęśliwszą osobą.
- 2.** Będziesz inspiracją dla ludzi naokoło Ciebie.
- 3.** Kiedy sama się nie ograniczasz, świat nie ogranicza Ciebie.
- 4.** Zastługujesz na to, by mieć poczucie sukcesu.
- 5.** Sukces sprawia, że dalej się rozwijasz i zmieniasz.

## **Kobiety i sukces — fakty**

Wiodąca organizacja zajmująca się badaniami i doradztwem Catalyst ([www.catalystwomen.org](http://www.catalystwomen.org)), która pomaga kobietom w biznesie, przeprowadziła badania na temat strategii sukcesu kobiet.

### **Jak kobiety osiągają sukces:**

- ◆ ciagle wyprzedzając oczekiwania (69 procent);
- ◆ z powodzeniem zarządzając innymi (49 procent);
- ◆ rozwijając styl, w którym dobrze czują się menedżerowie mężczyźni (47 procent);
- ◆ posiadając uznaną wiedzę specjalistyczną w konkretnej dziedzinie (46 procent).

### **Co powstrzymuje kobiety przed osiągnięciem najwyższych pozycji kierowniczych?**

*Zdaniem kobiet menedżerek:*

- ◆ brak istotnego ogólnego doświadczenia menedżerskiego/liniowego (47 procent);
- ◆ wyłączenie z nieformalnych sieci komunikacji (41 procent);
- ◆ stereotypy i uprzedzenia dotyczące roli kobiet oraz ich zdolności (33 procent).

*Zdaniem prezesów:*

- ◆ brak istotnego ogólnego doświadczenia menedżerskiego/liniowego (68 procent);
- ◆ nieprzyjęcie przez wyższe rangą osoby w firmie odpowiedzialności za promocję kobiet (37 procent).

Źródło: Catalyst, Women in U.S. Corporate Leadership 2003.

## Co tak naprawdę wnosisz?

Wiele z nas obwinia innych za własne niepowodzenia, zamiast przyjąć odpowiedzialność za swoje niedostatki. Jeżeli będziesz przypisywać winę za swoją niską pensję i niewiele znaczący tytuł służbowy swojemu szefowi, zajdziesz donikąd. Narzekanie na swoją „nudną” pracę nie sprawi, że zbliżysz się choć trochę do zdobycia tej wymarzonej. Wzięcie odpowiedzialności za swój los nie będzie możliwe, dopóki nie będziesz ze sobą szczerą w kwestii własnych mocnych i słabych stron. Jeżeli spojrzenie na siebie w lustrze i ocena własnych słabości sprawiają Ci dużą trudność, poproś, by zrobili to przyjaciele. Kiedy Tara Prindible, doradca finansowy, miała problemy zawodowe, zwróciła się do kobiet w swoim otoczeniu. „Najtrudniejszą rzeczą było dla mnie to, żeby się przemóc i zacząć rozmawiać o tych obszarach, gdzie nie jestem szczęśliwa z powodu swojej pozycji, ale muszę określić, dokąd chcę zmierzać. Te kobiety były dla mnie świetnymi doradczyniami i udzieliły mi szczerych uwag na temat moich najlepszych cech oraz tych, które mogłabym poprawić”.

Jest wiele pytań, które sprawią, że zaczniesz obiektywnie myśleć o swoim wkładzie oraz podejściu. Znając swoje słabe i mocne strony oraz punkt widzenia, łatwiej będzie Ci podejmować decyzje dotyczące kolejnych kroków. Weź głęboki oddech, obiecaj, że na każde pytanie udzielisz szczerzej odpowiedzi, a kiedy utkniesz w martwym punkcie, poproś kogoś, kogo dobrze znasz zawodowo, by podzielił się swoją opinią na Twój temat.

### Czy w pracy:

- ◆ wnosisz wkład do spotkań;
- ◆ aktywnie dążysz do zyskania większej odpowiedzialności;
- ◆ stawiasz przed sobą nowe wyzwania przez podjęcie się trudnych projektów?

Jeżeli odpowiedziałas „tak” — gratulacje. Jesteś dziewczyną, która ma kontrolę nad swoim życiem zawodowym. Jeżeli odpowiedź brzmi „nie” — jesteś we właściwym miejscu, by to zmienić.

**Czy jako menedżer:**

- ◆ dzielisz się wizją ze swoim zespołem;
- ◆ udzielasz jasnych wskazówek;
- ◆ jesteś mentorem dla kogoś z personelu;
- ◆ oferujesz konstruktywną krytykę;
- ◆ jesteś dostępna dla osób, które Ci podlegają?

Jeżeli odpowiedziałaś „tak” — gratulacje — jesteś dobrą menedżerką. Jeżeli odpowiedziałaś „nie” — wkrótce zobaczysz, dlaczego wyciąganie z pracowników tego, co najlepsze, jest prawdziwą drogą do sukcesu.

**Czy jako pracownik:**

- ◆ jesteś zaangażowana w firmę;
- ◆ nie chowasz głowy w piasek;
- ◆ aktywnie dążysz do posiadania większej odpowiedzialności;
- ◆ szukasz nowych rzeczy, których możesz się nauczyć;
- ◆ stawiasz przed sobą wyzwania, podejmując się trudnych projektów;
- ◆ szanujesz liderów firmy i samą firmę jako taką;
- ◆ jesteś zadowolona ze swojego każdego dnia?

Jeżeli odpowiedziałaś „tak” — to, prosimy, pracuj dla nas! Jeżeli odpowiedziałaś „nie” — być może nadszedł, czas, by pomyśleć o dużych zmianach.

**Czy jako współpracownik:**

- ◆ dzielisz się zasługami;
- ◆ szanujesz pomysły innych;
- ◆ wnosisz wkład w postaci własnych pomysłów i rozwiązań;
- ◆ oferujesz pomoc przy projektach, kiedy to możliwe;
- ◆ jesteś dla kogoś mentorem?

Jeżeli odpowiedziałaś „tak” — to świetnie jest z Tobą pracować. Jeżeli odpowiedziałaś „nie” — musisz wiedzieć, że stworzenie prawdziwego zespołu wśród Twoich współpracowników sprawi, że będziesz szczęśliwsza i będziesz osiągać większe sukcesy.

**Czy pracując w Twojej branży:**

- ◆ jesteś nią zafascynowana;
- ◆ cieszysz się, mogąc być jej częścią?

Jedyna odpowiedź, która ma tu sens na dłuższą metę, to „tak”. A to dlatego, że życie jest zbyt krótkie, by być częścią czegoś, co Cię nie interesuje. Jeżeli Twoja praca i Twoja branża nie są dla Ciebie fascynujące, nie zajdziesz dalej, niż obecnie jesteś.

## **Jak dziś pracuje Ci się najlepiej?**

By ruszyć z kopyta w obecnej pracy lub móc sprecyzować dla siebie nowy kierunek rozwoju, poświęć kilka minut na wypunktowanie, w jakich warunkach pracujesz najlepiej. Sama struktura pracy (godziny pracy), personel, styl menedżerów, którym podlegasz, poziom stresu — wszystko to ma większy wpływ na Twoją produktywność i satysfakcję, niż myślisz.

### ***O jakiej porze dnia pracuje Ci się najlepiej?***

Wszyscy mówią o tym, że najlepiej załatwiać sprawy rano, bo to czas największej produktywności, podczas gdy po południu pracuje się najgorzej. Ale ta zasada nie sprawdza się we wszystkich przypadkach. Mąż Caitlin kilka razy w tygodniu pracuje po drugiej w nocy, ponieważ uważa, że wtedy jest bardziej skupiony. My sobie tego nie potrafimy wyobrazić, ale w jego przypadku to działa.

### ***Czy stres i presja motywują Cię, czy paraliżują?***

Jeżeli pracujesz w zawodzie o wysokim poziomie stresu, ten fakt musi działać na Ciebie mobilizująco, inaczej się po prostu wypalisz. Jeżeli umiesz się spiąć w stresującej sytuacji, jest to rzecz, którą warto o sobie wiedzieć, a jeżeli tego nie potrafisz, lepiej skoncentrować się na zawodzie, który nie kręci się wokół terminów, sytuacji awaryjnych, kryzysów i napięć.

### ***Czy dużo pieniędzy oznacza dużo dobrej pracy?***

Jeżeli jesteś osobą, która musi dostać solidne wynagrodzenie, zanim zacznie pracować na najwyższych obrotach, musisz to uwzględnić przy planowaniu zmian w życiu zawodowym. Zmiana zawodu zazwyczaj oznacza, że Twoja wysoka pensja nie podąży za Tobą. Jeżeli będzie to problem, przemyśl wszystko dwa razy, zanim zdecydujesz się na coś całkowicie innego.

***Czy musisz mieć kogoś nad sobą,  
czy też samodzielnie pracujesz lepiej?***

Zatrudnialiśmy kobietę, która pracowała najlepiej, mając nad sobą szefa i będąc pod jego kontrolą. Niestety dla nas wszystkich, zdałyśmy sobie z tego sprawę, kiedy było już niemal za późno. Miesiącami czuła się zaniedbywana i miała poczucie, że nie osiąga swoich celów. Gdyby znała siebie na tyle dobrze, by poprosić o więcej wskazówek, i gdybyśmy lepiej wiedziały, co ją motywuje, wszystkie zaoszczędziłybyśmy sobie sporo żalu.

***Czy pracujesz najlepiej,  
kiedy masz pod sobą personel wspierający?***

Niektóre z nas uważają, że posiadanie asystentki to większy kłopot niż pomoc, ale inne nie mogą dobrze pracować, nie mając nikogo, komu można powierzyć zadania. To niezmiernie ważne, by zdać sobie sprawę, gdzie się znajdujesz, ponieważ pomoże Ci to w doborze najlepszego personelu lub też w znalezieniu firmy, w której pracuje dobry personel.

## Ty jutro

Zanim dokonasz zmiany kierunku swojej kariery, niezwykle ważne jest, żebyś się uważnie przyjrzała sama sobie. Mamy nadzieję, że po przeczytaniu tego rozdziału oraz przemyśleniu swojej historii pracy, umiejętności oraz podejścia, które wnosisz, jesteś w stanie popatrzeć w przyszłość. Wiesz, czy praca, którą wykonujesz obecnie, jest satysfakcjonująca, jakich warunków potrzebujesz, by pracować najlepiej, i już myślałaś nad tym, jak wyobrazasz sobie swoją przyszłą karierę. Teraz jesteś gotowa podjąć kroki, by znaleźć prawdziwe szczęście i sukces w życiu zawodowym.

### **Dziewczyna przejmuje kontrolę**

**Jess Mills, szef i dyrektor do spraw marketingu**  
oraz relacji inwestorskich  
w dużym międzynarodowym funduszu hedgingowym

Ponieważ obie należymy do osób, którym zrozumienie takich rzeczy, jak fundusze hedgingowe oraz obligacje, i w zasadzie wszystkiego, co ma związek z giełdą, zajmuje dużo czasu, byliśmy pod ogromnym wrażeniem Jess i jej oddania na rzecz kariery. Udzieliła nam wspaniałych porad dotyczących zarządzania własną karierą zawodową.

#### **Czy kiedy byłaś mała, wiedziałaś, kim chcesz zostać, gdy dorośniesz?**

Kiedy byłam dzieckiem, wiedziałam, że chcę być weterynarzem lub właścicielką firmy. Nie jestem pewna, z czego to wynikało. Ale wyłąkowałam na ekonomii. Kiedy po studiach zaczęłam pierwszą pracę w finansach, swojemu pierwszemu szefowi powiedziałam, że chcę „zarządzać ludźmi”. Jak możecie sobie wyobrazić, zaczął się śmiać. Miałam dwadzieścia dwa lata i zero doświadczenia w finansach. Ale zaledwie dziesięć lat później zostałam współniczką w drugiej firmie finansowej, dla której pracowałam. Nie można przecenić nagrody, która nas spotyka za zaangażowanie, ciężką pracę oraz oddanie na rzecz biznesu, dla którego pracujesz. Naprawdę pracowałam w tej branży tylko w trzech miejscach i moja lojalność zawsze była nagradzana.

#### **Czy zawsze miałaś plan swojej kariery?**

To było dość naturalne. Myślałam, że będę ekonomistką, kiedy skończyłam studia i spędziłam rok w Waszyngtonie, pracując w dziedzinie ekonomii i w doradztwie środowiskowym. Po roku zamykaliśmy wartą miliony



dolarów transakcję biznesową dla Departamentu Energii. Kiedy przyglądałam się ekonomii przy zawieraniu kontraktów, zdałam sobie sprawę, że siedzę po złej stronie stołu. To poczucie sprawiło, że wyjechałam do Nowego Jorku i zaczęłam pracować w finansach.

### **Co motywuje Cię do rozwijania się w życiu zawodowym?**

Fakt, że robię to, co lubię, i pracuję z ludźmi, których szanuję. I to, że dobrze się bawię oraz... ciągle się rozwijam.

### **Co Twoim zdaniem zrobiłaś dobrze w swojej karierze?**

Pozytywne myślenie jest niezbędne do osiągnięcia sukcesu. Wokół pozytywnie nastawionych i pewnych siebie osób zbierają się inni. Nie chodzi mi o to, że masz kipieć od wigoru, ale musisz wiedzieć, jak stawić czoła trudnej sytuacji, i dostrzec, że nawet w takich okolicznościach można znaleźć coś, z czego można się śmiać, i pozytywny kierunek, by pójść do przodu.

### **Czego Twoim zdaniem potrzebują kobiety, by osiągnąć sukces w pracy?**

Muszą zdać sobie sprawę, że każda gra ma swoje reguły i mężczyźni je znają. Obserwuj, słuchaj i ucz się. Każdy biznes ma swoją własną receptę na sukces. Przyglądaj się ludziom, którym się udało, i staraj się przenieść najlepsze narzędzia, z których korzystają, do Twojego świata. Pamiętaj także, że nie jesteś „mamusią” dla każdego w biurze... ale na nic się nie zda także pójście z kimkolwiek do łóżka. Z drugiej strony kobieca umiejętność emocjonalnego zrozumienia daje znam możliwość zbudowania odmiennych i często silniejszych więzi. A takie więzi mogą nam przynieść wiele korzyści. Bądź profesjonalistką. Ubieraj się stosownie, zachowuj się stosownie, ale dołóż do tego swoją osobowość. Bądź aktywna, pracuj ciężko i bądź skromna. Ciesz się swoim sukcesem, ale, co ważniejsze, przyznawaj się do porażek i ucz się na nich.

### **Czy masz jakąś radę dla kobiet, które czują, że popadły w zawodową rutynę?**

Najpierw cofnij się i zastanów, dlaczego popadłaś w rutynę. Czy to kwestia osobista, czy strukturalna? Nie lubisz swoich kolegów z pracy? Czy ktoś, z kim pracujesz, ma stanowisko, które interesowałoby Ciebie? Usiądź ze swoim szefem i porozmawiaj o swoich celach i oczekiwaniach. Jeżeli przedstawiś je otwarcie, szef będzie mógł pomóc Ci je osiągnąć na wiele sposobów.

### **Jakie kroki powinny powziąć kobiety, które chcą się wspinać po szczeblach kariery?**

Pracuj ciężko i bądź lojalna wobec ludzi, którzy mogą pomóc Ci dostać się wyżej, a także wobec tych, którzy mogą pozbawić Cię tej możliwości. Nie plotkuj i nie dawaj nikomu szansy, by podciął Ci skrzydła. Bądź miła, to pomaga! Nie musisz być bezwzględna, by osiągnąć sukces — nawet w finansach!

### **Widok z drabiny**

Andrea Farnum, jeden z szefów Full Bloom, firmy organizującej imprezy, twarz telewizji oraz dziennikarka, była oficerem policji w Nowym Jorku, zanim rozpoczęła działalność w biznesie gastronomicznym. Zaczęła swoją czteroletnią karierę policjantki w patrolu interwencyjnym i zakończyła ją w dziale narkotyków na stanowisku tajnej agentki. Rozmawiałymy z nią na temat decyzji o przystąpieniu do sił policyjnych, jak to jest pracować w zawodzie zdominowanym przez mężczyzn i o tym, co w końcu skłoniło ją do zmian.

#### **Czy możesz powiedzieć, dlaczego zdecydowałaś się zostać oficerem policji?**

Nigdy nie marzyłam o tym, żeby zostać gliną. Poszłam na studia dziennikarskie i kiedy otrzymałam dyplom, zaczęłam pracę na Manhattanie jako asystentka redaktora z pensją wynoszącą 11 000 dolarów rocznie. Lata wcześniej mój wujek, który był gliniarzem, zapisał wszystkich swoich siostrzeńców i siostrzenice na egzamin wstępny do policji. Przystąpiłam do testu pisemnego i zdałam go z bardzo dobrym wynikiem. Dostanie się do policji może trwać lata, więc szczerze mówiąc, potraktowałam ten egzamin jako eksperyment socjologiczny. Nigdy nie myślałam, że go zdam i zdobędę na tyle wysoki wynik, że zmieni on moją przyszłość. Ale siedziałam za biurkiem za psie pieniądze i nagle dostałam telefon z informacją, że jest miejsce w akademii policyjnej. Początkowa pensja wynosiła... 30 000 dolarów rocznie! Nie musiałam długo liczyć. Może to zabrzmieć dziwnie, ale zrobiłam to dla pieniędzy.

#### **Ale zostałam?**

W końcu zostałam tam cztery lata. Po sześciu miesiącach obozu szkoleniowego chciałam zobaczyć, jak to jest na ulicy. Pracowałam w patrolu samochodowym (i miałam partnera) przez półtora roku do chwili, kiedy złożyłam podanie o pracę w wydziale antynarkotykowym jako tajny agent i zostałam przyjęta.

### **Czy czułaś, że będąc kobietą w nowojorskiej policji, uderzysz w szklany sufit?**

Dobłą rzeczą w nowojorskiej policji jest to, że niemal wszystkie awanse odbywają się na podstawie testów, co w zasadzie wyrównuje możliwości konkurencji. Ale praca w środowisku zdominowanym przez mężczyzn była dziwnym doświadczeniem. Naprawdę zostałam wyedukowana w kwestiach płci przeciwnej i związanych z tym niuansów. Oczywiście, by jakoś się dogadywać, musiałam być „jednym z nich”. Ale stanowczo stwierdziłam, że nie zrobią ze mnie faceta!

### **Zatem dlaczego odeszłaś z tej pracy?**

Wysłałam za mąż za gliniarza i zdecydowałam, że nadszedł czas na zmiany. Zawsze interesowałam się antykami i byłam zagorzałą kolekcjonerką, więc kiedy zobaczyłam w gazecie ogłoszenie informujące o wolnej posadzie asystentki renomowanego dilerów, złożyłam podanie. Pracowałam w tej branży na różnych stanowiskach przez cztery lata.

### **Ale w końcu znalazłaś się w branży gastronomicznej?**

Kiedy zdecydowałam, że branża antykwaryczna nie była dość kreatywna, zaczęłam gotować dorywczo na potrzeby małych domowych przyjęć. Jedna rzecz pociągnęła za sobą kolejną i tak moja działalność przekształcała się w pracę na pełny etat.

### **Czy mogłabyś coś doradzić osobom, które są niezadowolone z obecnej pracy?**

Myślę, że nie ma jednej recepty na szczęście. Oczywiście musimy zadbać o nasze zobowiązania finansowe, zanim na ślepo dokonamy zmian. Mimo to jestem wielką orędowniczką postępowania zgodnie z własną intuicją. Jeżeli coś Cię fascynuje, uwielbiasz to robić i chciałabyś się tym zajmować zawodowo, musisz to zrobić! Możesz zacząć się tym zajmować na część etatu, jeżeli nie czujesz się zbyt pewnie, ale musisz to zrobić. Życie jest zbyt krótkie, a teraz żyjemy zbyt długo, by utknąć w jakimś miejscu i wykonywać ogłupiające zajęcie.

### **Czy jest coś, co chciałabyś przekazać kobietom, które utknęły w martwym punkcie i nie mają planu rozwoju zawodowego?**

Poznaj samą siebie. A jeżeli nie znasz siebie, to pracuj nad tym. Pójdź na terapię, pisz pamiętnik, medytuj, chodź do kościoła — wybierz cokolwiek, byle w Twoim przypadku zadziałało. Kiedy masz kontakt sama z sobą, istnieje mniejsze ryzyko, że będziesz sama sobie przeszkadzać.