

Grzeczne dziewczynki nie awansują. 101 błędów popełnianych przez kobiety, które nieświadomie niszczą własną karierę. Wydanie II.

Autor: [Lois P. Frankel](#)

- Światowy przebój
- Hit na Amazon.com
- Totalny bestseller wydawnictwa Onepress

Dorośnij do własnej kariery!

- Koniec ze słodkimi uśmiechami, nieśmiałym przytakiwaniem, lęklwym wyrażaniem swojej opinii
- Stop dokarmianiu, zwierzaniu się, ankietowaniu innych przed podjęciem decyzji
- Precz z grzeczną, małą dziewczynką — miłą, bojaźliwą i ciągle w tym samym miejscu hierarchii zawodowej

Grzeczne dziewczynki zazwyczaj świetnie czują się na ciepłej, bezpiecznej posadce. Dobrze sprawdzają się na swoim stanowisku, są sumienne i poukładane, nie wadzą nikomu. (...) Niegrzeczna dziewczynka za często mówi to, co myśli, i za bardzo pyskuje. Czasem obrywa za to po nosie, wplątuje się w konflikty albo dostaje wypowiedzenie. Ale podnosi się i radzi sobie jeszcze lepiej niż poprzednio. Dostaje jeszcze lepsze stanowisko, jeszcze bardziej wymagające i odpowiedzialne. Czasem zakłada własną firmę. (...) Może jest jej trudniej, ale częściej dostaje awans od życia.

Beata Rzepka, coach kariery

Drugie wydanie książki zawiera dodatkowy rozdział napisany przez polskie Czytelniczki!

Mistrzynie drugiego planu

Przyzwyczajenie jest naszą drugą naturą, a wychowanie może być mocniejsze od indywidualnych cech charakteru. To, jaka jesteś tu i teraz, zależy od tego, czego uczyli Cię w domu i szkole, w jakiej rzeczywistości przyszło Ci dorastać, jakie wartości Ci wpajano. Zostałaś nauczona bycia grzeczną dziewczynką, a ona, owszem, jest lubiana... ale nie awansuje.

Przyznaj — nikt nie wychowywał Cię na ambitną panią menedżer i pewną siebie kierowniczkę, prawda? Odkąd pamiętasz, zawsze słyszałaś, że "dziewczyńce nie wypadają", "starszemu się ustępuje" i "to mężczyźni są stworzeni do robienia kariery"? Nic dziwnego, że właśnie takie zachowania powielasz w swojej pracy zawodowej. Jesteś miła, uczynna, odrobinę nieśmiała. Do nikogo nie żywisz pretensji, ale lubisz sobie trochę poplotkować. Ważne jest dla Ciebie poczucie bezpieczeństwa i niemal rodzinna atmosfera w pracy. I każdego dnia popełniasz 101 podstawowych kobiecych błędów, które skutecznie zabijają Twój awans. Do tych błędów dorzucasz czasem jeszcze przewinienia właściwe tylko nam — Polkom.

Ciąży na Tobie syndrom Matki-Polki. Zawsze wybacząca, cierpliwa, dzielna i zdolna do wykonania każdego zadania. Sama usuwająca się na drugi plan i akceptująca awanse mniej

kompetentnych kolegów. Czy nie brzmi to jak martyrologia narodu, której nie mogłaś pojąć w szkole średniej?

Otwórz książkę i zacznij czytać o sobie. Ta edycja Grzecznych dziewczynek wzbogacona jest o rozdział autorstwa Czytelniczek księgarni Onepress. Poznaj błędy skutecznie rujnujące karierę kobietom w naszym kraju. Niektóre z nich są specyficzne dla Polski, inne powtarzają się na całym świecie — wynikają ze sposobu wychowania dziewczynek pod każdą szerokością geograficzną albo po prostu z damskiej natury, która czasami utrudnia nam funkcjonowanie w twardej biznesowej rzeczywistości.

Oby dzięki tej książce na wysokich piętrach firm było nie tylko bardziej profesjonalnie, ale także o wiele piękniej.

Janusz L. Wiśniewski

Spis treści:

O autorce (9)

Przedmowa (11)

Wstęp (13)

Rozdział 1. Początki (19)

Rozdział 2. Jakim jesteś graczem (33)

- 1. Udawanie, że to nie jest gra (34)
- 2. Granie bezpieczne i bez przekraczania granic (36)
- 3. Ciężka praca (38)
- 4. Wykonywanie pracy za innych (40)
- 5. Praca bez przerwy (42)
- 6. Naiwność (44)
- 7. Ciułanie firmowych grosików (46)
- 8. Wyczekiwanie, aż dostaniesz to, czego chcesz (48)
- 9. Unikanie biurowej polityki (51)
- 10. Bycie sumieniem (53)
- 11. Chronienie głupków (56)
- 12. Trzymanie języka za zębami (58)
- 13. Nieumiejętność wykorzystania istniejących relacji (60)
- 14. Niezrozumienie potrzeb (62)

Rozdział 3. Twoje zachowanie (65)

- 15. Ankietowanie przed podjęciem decyzji (66)
- 16. Potrzeba bycia lubianą (68)
- 17. Brak potrzeby bycia lubianą (70)
- 18. Niezadawanie pytań z obawy przed śmiesznością (72)
- 19. Naśladowanie mężczyzn (74)
- 20. Mówienie całej prawdy i tylko prawdy (tak Ci dopomóż Bóg) (76)
- 21. Ujawnianie zbyt wielu informacji osobistych (78)
- 22. Nadmierna obawa, że kogoś obrazisz (80)
- 23. Zaprzeczanie, że pieniądze są ważne (82)
- 24. Flirtowanie (84)
- 25. Uleganie tyranom (86)
- 26. Urządzanie biura jak salonu (88)

- 27. Karmienie innych (90)
- 28. Słaby uścisk dłoni (92)
- 29. Brak zabezpieczenia finansowego (94)
- 30. Pomaganie (96)

Rozdział 4. Twoje myśli (99)

- 31. Dokonywanie cudów (100)
- 32. Przyjmowanie pełnej odpowiedzialności (102)
- 33. Posłuszne wykonywanie poleceń (104)
- 34. Postrzeganie mężczyzn u władzy jako figur ojca (106)
- 35. Ograniczanie własnych możliwości (108)
- 36. Ignorowanie zasady "coś za coś" (111)
- 37. Opuszczanie zebrań (113)
- 38. Przedkładanie pracy nad życie osobiste (114)
- 39. Pozwalanie, by inni marnowali Twój czas (116)
- 40. Przedwczesna rezygnacja z celów zawodowych (118)
- 41. Ignorowanie znaczenia sieci relacji (120)
- 42. Rezygnowanie z przywilejów (123)
- 43. Wymyślanie negatywnych historii (125)
- 44. Dążenie do doskonałości (127)

Rozdział 5. Budowanie własnej marki i sztuka autoprezentacji (129)

- 45. Nieumiejętność zdefiniowania własnej marki (130)
- 46. Pomniejszanie znaczenia swojej pracy lub pozycji (132)
- 47. Używanie samego imienia lub przydomku (134)
- 48. Czekanie, aż ktoś Cię zauważy (136)
- 49. Odmowa przyjęcia prestiżowych zadań (138)
- 50. Skromność (140)
- 51. Pozostawianie we własnej strefie bezpieczeństwa (142)
- 52. Oddawanie swoich pomysłów (144)
- 53. Praca na typowo kobiecym stanowisku lub w typowo kobiecym dziale (146)
- 54. Ignorowanie informacji zwrotnych (148)
- 55. Bycie niewidoczną (150)

Rozdział 6. Jak brzmią Twoje słowa (153)

- 56. Formułowanie pytań zamiast stwierdzeń (154)
- 57. Używanie rozbudowanych wstępów (156)
- 58. Wyjaśnianie (158)
- 59. Pytanie o pozwolenie (160)
- 60. Przepraszanie (162)
- 61. Używanie słów pomniejszających znaczenie osiągnięć (164)
- 62. Używanie nieprecyzyjnych określeń (166)
- 63. Nieudzielanie odpowiedzi na pytanie (168)
- 64. Zbyt szybkie mówienie (170)
- 65. Niestosowanie języka swojej branży (172)
- 66. Używanie wypełniaczy (174)
- 67. Stosowanie złagodzonego języka (176)

- 68. Technika kanapki (178)
- 69. Mówienie przyciszonym głosem (180)
- 70. Mówienie głosem wyższym niż naturalny (182)
- 71. Przeciąganie wiadomości zostawianych w poczcie głosowej (184)
- 72. Brak pauzy przed udzieleniem odpowiedzi (186)

Rozdział 7. Twój wygląd (189)

- 73. Niestosowny uśmiech (190)
- 74. Zajmowanie zbyt małej przestrzeni (192)
- 75. Wykonywanie gestów niezgodnych z przekazywanym komunikatem (194)
- 76. Nadmierne lub niedostateczne ożywienie (196)
- 77. Przekrzywianie głowy (198)
- 78. Nieodpowiedni makijaż (200)
- 79. Nieodpowiednia fryzura (202)
- 80. Nieodpowiedni ubiór (204)
- 81. Siadanie na stopie (206)
- 82. Publiczne dbanie o urodę (208)
- 83. Trzymanie dłoni pod stołem w trakcie zebrań (210)
- 84. Noszenie okularów na łańcuszku (212)
- 85. Nadmiar dodatków (214)
- 86. Brak kontaktu wzrokowego (216)

Rozdział 8. Twoje reakcje (219)

- 87. Internalizowanie otrzymanych komunikatów (220)
- 88. Przekonanie, że inni wiedzą więcej niż Ty (222)
- 89. Notowanie, parzenie kawy i robienie kopii (224)
- 90. Tolerowanie niewłaściwego zachowania (226)
- 91. Nadmierna cierpliwość (228)
- 92. Przyjmowanie stanowisk bez perspektyw (230)
- 93. Przedkładanie potrzeb innych nad swoje (232)
- 94. Zaprzeczanie własnej sile (234)
- 95. Przyjmowanie roli kozła ofiarnego (237)
- 96. Akceptowanie polityki faktów dokonanych (239)
- 97. Akceptowanie problemów wynikających z cudzych błędów (241)
- 98. Zabieranie głosu na końcu (243)
- 99. Zgłaszanie skarg dotyczących dyskryminacji ze względu na płeć (244)
- 100. Tolerowanie molestowania seksualnego (246)
- 101. Płacz (248)

Dodatek A: Plan rozwoju osobistego (251)

- Trening (252)

Dodatek B: Polska Grzeczna Dziewczynka (255)

- Błędy Matki Polki (257)
- Błędy i jak ich unikać (260)
- Za skromna, za miła, za grzeczna - błędy w wychowaniu (263)

- Refleksje nad kawą (265)
- Z miłości do bezpieczeństwa (271)
- Rozbić szklany sufit (272)