

IDŹ DO

PRZYKŁADOWY ROZDZIAŁ

SPIS TREŚCI

KATALOG KSIĄŻEK

KATALOG ONLINE

ZAMÓW DRUKOWANY KATALOG

TWÓJ KOSZYK

DODAJ DO KOSZYKA

CENNIK I INFORMACJE

ZAMÓW INFORMACJE
O NOWOŚCIACH

ZAMÓW CENNIK

CZYTELNIA

FRAGMENTY KSIĄŻEK ONLINE

Jak sobie radzić z trudnymi ludźmi

Autor: Roy Lilley

Tłumaczenie: Agnieszka Czardybon

ISBN: 83-7361-590-3

Tytuł oryginału: [Dealing with Difficult People](#)

Format: 121×194, stron: 144



Trudni ludzie potrafią skutecznie zatruwać życie innym. W pracy spotykamy się z różnymi zachowaniami ludzkimi; są osoby, z którymi niełatwo jest się porozumieć, a to ujemnie wpływa na komfort naszej pracy i jej efekty. Zrozumienie motywów uciążliwych zachowań to najlepszy sposób, aby radzić sobie z problemami, jakie z nich wynikają.

„Jak radzić sobie z trudnymi ludźmi” to recepta na pokonywanie problemów w relacjach międzyludzkich. Ten praktyczny przewodnik nauczy Cię patrzeć z innej perspektywy na zachowania innych; pomoże zrozumieć ich motyw, podpowie, jak reagować w różnych sytuacjach. Roy Lilley wyjaśnia, jak:

- rozpoznawać siedem trudnych typów osobowości;
- docierać do sedna nieporozumień, aby gasić konflikty;
- postępować z ludźmi agresywnymi;
- motywować leniwych współpracowników;
- radzić sobie z trudnymi klientami;
- przyjmować skargi i zażalenia.

Książka zawiera mnóstwo użytecznych wskazówek i ostrzega przed potencjalnymi zagrożeniami, jakie wynikają z relacji międzyludzkich. To lektura obowiązkowa dla każdego, kto jest skazany na uciążliwych współpracownikach. Pomoże Ci polubić trudnych ludzi, dotrzeć do nich, wyrzucić na nich wpływ i w konsekwencji zmotywować do osiągnięcia lepszych wyników.

O autorze:

Roy Lilley jest autorem wielu opracowań i komentatorem radiowym. Prowadzi wykłady na temat zdrowia, życia społecznego oraz zarządzania zmianami. Swoje teksty publikuje w renomowanych czasopiśmie, takich jak Guardian czy Daily Telegraph.

Spis treści

O Autorze	7
Wstęp	9
Konwencje użyte w tej książce.....	9
1. Krótki kurs na temat relacji międzyludzkich	11
Trudny? To na pewno nie ja!.....	12
2. Krótki przewodnik po siedmiu klasycznych trudnych typach albo jak zostać ekspertem w czasie potrzebnym na wypicie kawy	15
Rozpoznajesz kogoś?.....	15
Najpierw diagnoza.....	24
3. Rodzaje konfliktów i sposoby radzenia sobie z nimi	31
Co to jest konflikt?	31
4. Jak poradzić sobie z szefem, który doprowadza cię do szału	33
Pan Wściekły.....	34
Nigdy nie pozwól, żeby szef widział, że się denerwujesz.....	35
5. Koledzy, których tylko udusić	39
Opętani na punkcie rywalizacji	41
Rywale, antagoniści i ataki personalne.....	42
Cicha woda brzegi rwie.....	43

6. Pracownicy, których tylko udusić	45
Uparty czy niezależny?.....	48
Kiedy duża wskazówka zbliża się do 12.....	49
Dobry szef nie wsadza nosa w nie swoje sprawy. Ale powinien próbować.....	50
Metoda kija i marchewki.....	51
Jakim jesteś szefem?.....	53
Naprawdę trudni pracownicy.....	54
7. Urabianie egoisty	55
Jeśli twój szef jest egocentrykiem.....	55
Jeśli twój pracownik jest egoistą.....	56
Jeśli twój kolega jest egocentrykiem.....	56
Znokautować mądrałę.....	56
8. Radzenie sobie z ludźmi agresywnymi bez użycia przemocy	59
Kiedy agresywny menedżer torpeduje twoje pomysły.....	60
Kiedy utknąłeś z projektem, który nie ma szans się powieść... ..	60
Kiedy ktoś wbija ci nóż w plecy.....	61
9. Wsadzić leniucha w powietrze	63
Uzależnieni od zegarka, regulaminu.....	64
Kiedy blokuje cię leniwy kolega.....	64
Szef, który się guzdra.....	65
Jak połknąć słonia?.....	66
Karygodnie leniwi.....	66
10. Pobić tyrana jego własną bronią	69
Hałaśliwy dyktator.....	70
Kiedy nie potrafisz niczego zrobić dobrze.....	70
Ostatnia deska ratunku.....	70
Wybuchowy kolega.....	71
11. Wiecznie niezadowoleni i krytykanci	73
Zimny prysznic.....	74
Buduj sojusze, pakt, przymierza, koalicje.....	74
Słowa, których nie chcesz słyszeć.....	75
Kiedy krytykanci strzelają gola do własnej bramki.....	75

12. Perfekcjonści także mogą być utrapieniem	77
Coś dla perfekcjonisty.....	78
Zasady są zasadami.....	78
Szef perfekcjonista.....	79
13. Manipulowanie manipulatorami	81
Jeśli jesteś zmuszony wziąć całą winę na siebie.....	82
Zróbmy interes.....	83
Jeśli jesteś łasy na pochlebstwa.....	84
Kiedy ulegasz pochlebstwom twoich pracowników.....	85
14. Urabianie leniucha	87
Klient wie najlepiej.....	88
15. Jak tam twoje morale?	89
Kiedy masz już dosyć chorych.....	90
Kiedy wszyscy są na L-4.....	91
Kliki, towarzystwa wzajemnej adoracji, sabaty czarownic.....	91
16. Krytykanci i czepialscy	93
Jeśli twój szef jest krytykantem.....	93
Kolega krytykant.....	94
17. Plotka	95
Rada na plotkarzy.....	97
Lepiej zapobiegać niż leczyć.....	98
18. Klient — nasz pan!	99
Radzenie sobie z trudnymi klientami.....	100
Na kiedy to ma być?.....	100
Jak unikać prawdziwych kłopotów?.....	101
Wyjątkowo trudny klient.....	101
Nieustannie przypominaj, jaki jesteś dobry.....	101
Krzykacz.....	102
Kiedy krzykacz wścieka się na obsługę.....	104
Jeśli twojemu pracownikowi puszczaają nerwy.....	104
Kiedy twój szef się wścieknie.....	105
Co go wkurza?.....	105

Jak powinniśmy radzić sobie z niegrzecznymi ludźmi, nie zniżając się do ich poziomu	105
Atak pod maską uprzejmości.....	106
19. Skargi — wszyscy je uwielbiamy!	107
Sześć kroków do sukcesu	107
20. e-problem@twojaprac	113
21. Przeklęte zebrania	115
Technologia.....	117
Spotykać się czy nie spotykać?	118
Kogo możesz spotkać na zebraniach	121
Pięć złotych reguł — co zrobić, żeby zebranie było owocne ...	130
22. Jeśli coś się nie zmienia, to zostaje takie samo	133
Cztery elementy zmiany	133
Jak poradzić sobie z trudnymi ludźmi podczas wprowadzania zmian.....	134
23. Dziesięć kroków do zażegnania konfliktu	139
24. Zakończenie	143

Jak poradzić sobie z szefem, który doprowadza cię do szafu

*Mózg to wspaniały organ: zaczyna działać, kiedy tylko się obudzisz
i przestaje, kiedy tylko dotrzesz do biura.*

Robert Frost

Ludzie awansują i zostają szefami z najróżniejszych powodów. Niektórzy — ponieważ są naprawdę dobrzy w tym, co robią, świetnie radzą sobie z ludźmi i sytuacjami, mają wizję rzeczywistości i z łatwością potrafią przekazywać swoje idee. Taki szef to anioł. Niestety, wielu szefów przypomina raczej upadłe anioły...

- ◆ W firmach o profilu technicznym pracownicy zazwyczaj awansują na szefów ze względu na swoją wiedzę. Gubią się jednak, kiedy chodzi o ludzi.
- ◆ W firmach rodzinnych szefami zostają synowie szefów.
- ◆ W korporacjach Kowalski awansuje, bo akurat nadeszła jego kolej.
- ◆ W niektórych mniej popularnych branżach i instytucjach państwowych na stanowiskach kierowniczych powszechnie spotyka się osoby, które nie mogły znaleźć pracy nigdzie indziej.
- ◆ W środowisku handlowców zdolni pracownicy porzucają to, w czym byli naprawdę dobrzy, by stać się kiepskimi szefami.
- ◆ W firmach, które mają problemy finansowe, szefem może niespodziewanie stać się dobry księgowy.

- ◆ We współczesnych firmach sektora informatycznego szefami zostają ludzie młodzi i niedoświadczeni, rzadko dający sobie radę w sytuacjach kryzysowych.

Czy w takim razie można gdzieś w ogóle znaleźć dobrego szefa? Oczywiście, że tak. Ale warto zwrócić uwagę na fakt, że szefowie nie zawsze awansują dlatego, że się do tego nadają. Bycie w czymś dobrym, posiadanie umiejętności technicznych czy długi staż w danej firmie są często wystarczającym powodem, by mieć własną tabliczkę na drzwiach z napisem „Dyrektor”. Niektórzy z czasem rzeczywiście się wyrabiają, inni za to stają się chodzącym koszmarem.

W głębi duszy każdego kiepskiego szefa czai się głos, który przypomina mu nieustannie, że się do tego nie nadaje. Co wtedy robi kiepski szef? Stara się to sobie jakoś zrekompensować. Usiłuje przezwyciężyć uczucie niepewności, stając się karykaturą własnej wizji dobrego szefa. Skąd jednak ma wiedzieć, co robi dobry szef, skoro nikt nigdy nie przygotował go do zarządzania ludźmi, zajmowania się zasobami ludzkimi? Na własny użytek stwarza więc sobie strategię. Jest arogancki, zaczepny, krzyczy, stosuje manipulację, jest samolubny i niepewny, trudno go zadowolić. Ale bardzo łatwo sobie z nim poradzić!

Najpierw najważniejsze. On jest szefem i w każdej chwili może ci pokazać drzwi. Więc jeśli jesteś przywiązany do swojej wypłaty, pamiętaj — bądź dyplomatą! Pozwól mu czuć, że to on kontroluje sytuację. Nawet jeśli tak nie jest!

Pan Wściekły

Pracujesz dla Pana Wściekłego? Spokojnie. Niech się wścieka. Co z tego, że chce zrobić awanturę? Rzadko trwa to dłużej niż kilka minut. Pozwól mu się zagotować, wybuchnąć i eksplodować. Jesteś bezpieczny tak długo, jak długo nie dasz się sprowokować. Nawet jeśli masz 1000% racji, a za sobą prawo, politykę firmy, Europejski Trybunał Sprawiedliwości i wszystkie anioły w niebie — nie daj się sprowokować.

Sztuka polega na tym, by się ulotnić, dopóki wszystko się nie uspokoi. Najlepiej powiedzieć: *Przykro mi, że tak to pana rozgniewało, ale musimy podejść do tego racjonalnie. Teraz musimy wyjść, ale może*

moglibyśmy wrócić do tego później i przedyskutować? Następnie wyjdź. Cokolwiek będzie mówił — po prostu wyjdź. Nawet jeśli wyda się skruszony, będzie przepraszał, a może nawet wścieknie się jeszcze bardziej — wyjdź. Jeśli to będzie konieczne, powiedz: *Odlóżmy to na razie, a ja może wróciłbym tu za godzinę i przyjrzelibyśmy się temu jeszcze raz?*

Nie daj się sprowokować i nie bierz udziału w awanturze. Miło sobie wyobrazić, że mówisz do szefa: *Ty wredny gadzie, jak ktokolwiek może w ogóle z tobą pracować? Umiesz się tylko wściekać.* Ale wtedy masz już kolejny problem na głowie — gdzie będziesz pracować od przyszłego tygodnia? Dlatego zachowaj spokój i uporaj się z tym na własnych warunkach.

Wskazówka

Bardzo ważną rolę odgrywają w tym kontekście sformułowania oznaczające wspólne działania (słowa takie jak „musimy”, „moglibyśmy”, „przyjrzelibyśmy się” itp.). Wyrażają one twój związek ze zdarzeniami, współdzielą odpowiedzialność za to, co się dzieje, nie pozwalają na wrażenie, że zrzucasz winę na innych. Na pewno pozwolą uniknąć zaognienia sytuacji.

Nigdy nie pozwól, żeby szef widział, że się denerwujesz

Szefowie-tyrani bardzo lubią, kiedy pracownicy pocą się z nerwów — nie daj im tej przyjemności. Cokolwiek będzie się działo:

- ◆ Zachowaj spokój.
- ◆ Nie odszczekuj się.
- ◆ Nie daj się wciągnąć w żadną kłótnię. Nie mów szefowi, jak ma pracować. Tekst w rodzaju: „Wsadź to sobie tam, gdzie słońce nie dochodzi” może być bardzo satysfakcjonujący, ale tylko przez pierwszych 60 sekund. Potem będziesz żałował!
- ◆ Nigdy, przenigdy nie odchodź pod wpływem chwilowego impulsu.

Zastanów się!

Dlaczego miałbyś pozwolić, żeby szef-potwór zrujnował pracę twoich marzeń?

Wskazówka

Załóż się, że to działa...

Ta metoda naprawdę działa. Wiem, że będziesz pewnie wzdychał w czasie czytania, ale proszę, zaufaj mi. To jest jak rada dana przez matkę. Nie jest to ani magia, ani najświeższa nowinka psychologiczna, za to opiera się na sprawdzonych metodach radzenia sobie ze złością i stresem.

Polega ona na tym: odejść (oddal się) z miejsca zdarzenia, kłótni, sprzeczki, awantury. Znajdź jakieś spokojne miejsce i zacznij liczyć wstecz od 20 do 1. Weź głęboki oddech, skoncentruj się i licz: 20, 19, 18, 17, 16, 15, 14, 13, 12, 11, 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1.

Z jakichś powodów liczenie w przód nie sprawdza się tak dobrze. Liczenie wstecz wpływa uspokajająco. Widziałeś kiedykolwiek, jak pracuje hipnotyzer? Zawsze stosuje techniki liczenia wstecz, żeby rozluźnić, zrelaksować swoich pacjentów. Tak naprawdę istnieją pewne uzasadnione psychologiczne powody, dla których akurat liczenie wstecz działa tak dobrze, jednak teraz nie miejsce ani czas na wyjaśnianie. Kiedy następnym razem będziesz miał ochotę zaaplikować komuś lewego sierpowego, spróbuj tej metody, a na pewno pomoże.

Co jeszcze można zrobić, jeśli wszystko inne zawiedzie?

W porządku, więc zrobiłeś wszystko, co mogłeś:

- ◆ Dostarczyłeś wszystko na czas.
- ◆ Nie mogłeś dostarczyć na czas, ale miałeś ku temu poważny powód i uprzedziłeś odpowiednio wcześniej, że dotrzymanie terminu nie będzie możliwe.
- ◆ Publicznie popierałeś swojego wrednego szefa, nigdy nie zachowywałeś się niewłaściwie w jego obecności, nigdy nie sprawiłeś, że wyszedł na głupca (nawet jeśli nim jest).
- ◆ Pracowałeś z szefem, odkryłeś jego słabości i starałeś się nigdy nie nadepnąć mu na odcisk.
- ◆ Nigdy nie dostarczyłeś mu powodów, żeby musiał do ciebie strzelać.

Co dalej? Pora podjąć mediacje.

- ◆ Może pomocny będzie dział kadr?
- ◆ Spróbuj zwrócić się o pomoc do starszego pracownika.
- ◆ Możesz nawet spróbować powiedzieć: *Rozumiem, że wszyscy jesteśmy pod dużą presją, i doskonale zdaję sobie sprawę, że codziennie trzeba się zmagać z różnymi problemami. Jednak naprawdę nie wydaję mi się, że może pan ode mnie oczekiwać, że będę znosił takie zachowanie* (żeby nie być gołosłownym, przytocz jakąś konkretną sytuację, która miała miejsce). *Myszę, że musimy znaleźć jakąś wspólną płaszczyznę porozumienia.*

Co jeszcze?

Pamiętaj, że masz tylko jedno życie i nie jest to „jazda próbna”. Jeśli trzeba, to po prostu odejść, rzuć to, zacznij życie na nowo. Jeśli jesteś dobry w tym, co robisz, znajdziesz inną pracę. Zrób to na własne życzenie, na własnych warunkach, we własnym tempie. Nie trzaskaj drzwiami, nie odgrażaj się, po prostu odjedź w spokoju. Jeśli sądzisz, że twoja sprawa nadaje się do sądu pracy, porozmawiaj z prawnikiem. Nie rozpowiadaj znajomym w pracy, że szukasz pracy — coś takiego jak „tajemnica” nie istnieje. I nie martw się — życie jest na to za krótkie!