

LBRIS

We know
books

EMILIA-OANA PAIS

**DACĂ SUNT
ATÂT DE CAPABILĂ,
DE CE MAI AM UN ȘEF?**

*— O întrebare care doare,
o carte care răspunde —*

LETRAS
Promovăm autorii români

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
PAIS, EMILIA-OANA

Dacă sunt atât de capabilă, de ce mai am un șef?:

O întrebare care doare, o carte care răspunde /

Emilia-Oana Pais – Otopeni: Letras, 2025

ISBN 978-630-312-531-2

159.9

ISBN eBook ePUB: 978-630-312-532-9

Copertă și design interior: Emilia-Oana Pais

Editare finală și structurare: Emilia-Oana Pais

Contact: amorastudio.pais@gmail.com

Întreaga responsabilitate pentru conținutul acestei cărți
aparține autorului.

Copyright 2025, Emilia-Oana Pais

Această carte este protejată de legea dreptului de autor.

Carte distribuită de www.piatadecarte.net

email: office@piatadecarte.com.ro

Comenzi la tel. 021 367 5228 // 0787 708 844

Pentru solicitări de publicare vă puteți adresa editurii,

pe mail: edituraletras@piatadecarte.com.ro

Editura Letras / www.lettras.ro

contact@lettras.ro

CUPRINS

<i>Nota autoarei</i>	9
Capitolul 1. Poveste personală – director „de fațadă“	15
Cum arată, de fapt, manipularea elegantă?	22
De ce nu plecăm mai devreme?.....	23
Oglinda disconfortului	23
Adevărul gol-goluț	24
Manipularea prin apreciere.....	25
Prima decizie sinceră.....	26
Ce a urmat?	27
Ce înveți de aici?	27
Întrebări pentru tine, cititorule:	29
Minixercițiu de claritate	29
Capitolul 2. Confortul – cea mai subtilă capcană	31
Reflectare – cum ne păcălește confortul?	34
Confortul nu e repaus. Este regres lent	36
Psihologia zonei de confort: De ce rămânem?	37
Confortul se deghizează în loialitate	37
Cultura „merge și-așa” – o formă de automedicație colectivă	38
Confortul, ca distorsiune a identității	39
Între siguranță și stagnare: cum recunoști granița	40

O formă de curaj pe care nu o aplaudă nimeni.....	40
Întrebări pentru cititor	41
Eu eram acel om.....	42
Despre manipularea subtilă a oamenilor capabili	42
Concluzie – un final și un început	43
Ce urmează?	44
Întrebarea cu care închei acest capitol:	44

Capitolul 3. Ascensiunea în titluri, stagnarea în voce..... 45

Când vocea ta se estompează odată cu avansarea.....	48
Director de formă, nu de fond.....	49
Iluzia controlului: când puterea devine protocol.....	49
Funcția înlocuiește persoana – o deconectare tăcută.....	51
Deconstrucția începe cu o ruptură tăcută	51
Ascensiunea fără integrare e o formă de exil interior	52
Când puterea vine din validare externă.....	53
Când tăcerea devine semnal de trezire	54
Întrebări pentru cititor:	54
Concluzie: deconstrucția nu e eșec. E eliberare.	55
Ce am învățat cu adevărat	55
Exercițiu practic – testul vocii reale.....	56
Mesaj final pentru cititor	56

Capitolul 4. Unde este finalul, dar începutul? 59

Finalul care te obligă să te vezi	61
Când ajungi la capătul unui drum care nu-ți mai aparține	62
Renunțarea, ca act de reconstrucție, nu de slăbiciune.....	63

Simptomele unui final care se apropie	64
Reconstrucția nu începe cu soluții. Ci cu gol.....	64
Tăcerea după zgomot e primul pas către claritate.....	65
Și dacă nu eșecul te-a adus aici, ci maturizarea?.....	65
Când începutul arată ca un vid	66
Întrebări pentru cititor:	67
Finalul – ca start de redescoperire.....	67
Exercițiu recomandat – „Jurnalul reacțiilor”	69
Leția matură.....	70
Concluzie: unele uși se închid pentru ca tu să înveți să construiești altele.....	70

Capitolul 5. Oameni și oglinzi: lecția tăcută din spatele

fiecărei conversații.....	73
Contextul jobului și ce părea la început	76
Descoperirea seminarelor și impactul lor.....	78
Lecțiile-cheie despre comunicare.....	78
Oameni diferiți, aceleași nevoi umane	79
Ce înseamnă respectul real.....	80
Cum m-a schimbat această experiență	80
Reflecții despre empatie, inteligență relațională și maturizare.....	81
Întrebări către cititor.....	82
Concluzie cu putere de integrare pentru capitolul următor	82

Capitolul 6. Să te întorci la tine – fără titluri, fără

aplauze, fără mască.....	85
„Nu începi de la zero. Începi din tine.”	85
Reconstrucția nu e glorioasă. E intimă.....	88

Golul de după decizie.....	88
Deconstrucția unei identități de împrumut.....	90
Cum arată un sistem nou? Nu ca un plan.	
Ca o alegere.....	91
Când nu mai ai cine să-ți spună ce e „corect”.....	91
Ce înseamnă să te întorci la tine	92
Curajul de a construi din fragil	93
Exercițiu – „Manifestul personal”	93
Un nou sistem: fără scări, fără aplauze, cu rădăcini	94
Concluzie: întoarcerea la sine e începutul autentic al drumului tău	96

Capitolul 7. Activitatea care te respiră.....	97
Libertatea de a construi altfel.....	99
Reconstrucția unui sistem sănătos: între vis și realitate	100
Curajul de a-ți inventa drumul	100
Identitatea ta nu mai e o funcție. E o prezență	101
Întrebări pentru cititor:	103
Pentru prima oară, simți că trăiești:.....	104
Ce înseamnă muncă cu sens?	105
Ce înseamnă munca cu sens, în profunzime?.....	106
Să construiești nu ca să urci, ci ca să fii	106
Lecții învățate pe propria piele.....	107
Întrebări de reflecție pentru tine	107
Concluzie: munca nu trebuie să fie o luptă, ci o expresie a ființei.....	108
În capitolul următor.....	109

Capitolul 8. Viziunea: între vis și sistem	111
Când nu mai fugi, începi să crezi	111
De ce ai nevoie de o viziune personală?	114
Cum începe o viziune? Nu cu planuri, ci cu tăceri.....	115
Viziunea autentică are trei straturi.....	116
Construiește-ți un sistem, nu doar un vis	117
Obstacolele viziunii: vocea interioară a fricii	117
Când viziunea devine mod de viață	118
Cum îți formulezi o viziune clară?.....	119
Ce se întâmplă când te abați de la viziune?.....	119
Viziunea ta nu trebuie să fie mare. Trebuie să fie vie.....	120
Întrebări pentru clarificarea propriei viziuni	120
Concluzie: viziunea este forma matură a libertății.....	121
În capitolul următor.....	121

Capitolul 9. Viziunea trăită – când alegerea devine formă de viață.....	123
„Viziunea nu prinde viață în planuri mari, ci în alegeri mici, repetate cu sens.”.....	125
De la idee la integrare: când nu mai e doar un vis	125
Alegeri mici, impact mare: anatomia unei zile trăite cu sens	126
Relațiile în lumină nouă: cine rămâne când tu devii altul	127
Când alegi altfel, crezi alt viitor	129
Concluzie: viața ca sistem viu, nu ca plan fix	130
Exercițiu de reflecție: „Alegerea care te construiește”	131

Capitolul 10. Manifest – efectul unei singure alegeri..... 137

Nu mai ești în tranziție. Ești sursă..... 139

O alegere sinceră schimbă mai mult decât o viață..... 140

Efectul în lanț: niciodată nu știi pe cine atingi..... 141

Încrederea în nou: superputerea care nu se vede..... 141

Moștenirea trăită: când nu lași avere, ci vibrație..... 142

Când viața devine un manifest..... 143

Cuvinte pentru cel care citește..... 144

Concluzie: ai devenit ecou. Și lumea se schimbă..... 144

Epilog..... 145

Cuvânt de final..... 147

Despre autoare..... 149

NOTA AUTOAREI

Nu am scris această carte ca să demonstrez ceva. Am scris-o pentru că, la un moment dat, a fost singura formă sinceră prin care am putut respira.

Multă vreme, am fost omul care a bifat, a reușit, a urcat. Omul care avea răspunsuri. Apoi, într-o zi, au început să apară întrebările. Nu cele mari, filozofice. Ci acelea intime, neliniștitoare, care te privesc direct și nu te mai lasă să te minți. Din acele întrebări s-a născut această carte.

Astfel că am ales să pun în cuvinte un proces real, viu, uneori dureros, alteori eliberator. Nu pentru că știu drumul cel bun, ci pentru că știu cum e să te întrebi, cu toată sinceritatea: „Ce fac eu cu viața mea?”.

Aceasta nu este o lecție. Este un spațiu. Poate chiar acela în care, pentru prima dată, nu te mai adaptezi, ci te asculți.

Dacă te regăsești în aceste rânduri, aș vrea să știi că această carte nu îți spune ce să faci. Dar poate, într-un colț de pagină, vei simți cum cineva a fost acolo înaintea ta. Și că ai dreptul să-ți asculți adevărul, chiar dacă nu e comod, chiar dacă nu e aplaudat.

Fiecare om merită un spațiu în care să nu se micșoreze pentru a se potrivi. Poate această carte va fi, măcar pentru câteva zile, acel spațiu pentru tine.

Emilia-Oana Pais

INTRODUCERE:

Dacă sunt atât de capabilă,
DE CE MAI AM UN ȘEF?

O ÎNTREBARE CARE DOARE,
O CARTE CARE RĂSPUNDE

EMILIA-OANA PAIS

„Nu ai nevoie să știi încotro. Trebuie doar să nu mai rămâi unde nu-ți mai e locul.”

Poate nu știi exact de ce ai deschis această carte. Poate e doar o curiozitate. Sau poate e o oboseală tăcută, pe care o porți de prea mult timp și care azi, cumva, te-a adus aici.

Nu e nevoie să știi tot ce urmează. Dar e important să recunoști ceva esențial: unde ești acum nu mai poate rămâne finalul tău. Simți că trăiești pe pilot automat, că zâmbești cu jumătate de suflet, că te-ai obișnuit să fii eficient(ă), dar nu viu/vie. Și nu te judeca pentru asta. E ceea ce am făcut și eu. Ani la rând.

Cartea aceasta nu e un ghid de transformare. Nu e un manual. E o confesiune. E un traseu trăit – cu praguri, rupturi, revelații, alegeri, căderi și reconstruiri. Nu-ți promite succes. Îți promite sinceritate. Și poate, prin ea, vei avea curajul să te întorci la cine erai înainte de a deveni cine „trebuia” să fii.

Nu trebuie să pleci nicăieri. Doar să te oprești puțin. Să respiri. Și să te întrebi, poate pentru prima dată cu adevărat:

„Ce fac eu, de fapt, cu viața mea?”.

Dacă răspunsul doare... e în regulă. Și dacă nu ai niciun răspuns e la fel de bine. Important este că ai deschis această carte. Asta înseamnă că ceva din tine vrea altceva. Mai viu. Mai real. Mai tu.

Aceasta nu este o carte scrisă de un om care „le știe pe toate”. Ci de un om care a avut curajul să-și spună: „Nu mai pot trăi așa”. Și care, pas cu pas, a făcut loc pentru o viață altfel – una fără mască, fără titluri goale, fără fuga continuă după validare. Una cu sens.

LIBRIS | We know books

Aceasta nu e o carte despre femei. Deși e scrisă de una. Nu este despre mame. Deși începe din maternitate.

Este despre momentul acela profund în care începi să simți că ai bifat tot ce trebuia, dar te-ai pierdut pe tine. Și despre drumul lung, dar eliberator, de regăsire.

Scriu această carte pentru că știu cum e să fii văzut ca valoros, dar să nu te mai simți viu. Să ai un titlu, dar să nu mai ai voce. Să ai stabilitate, dar să nu ai libertate.

Să simți că îți trăiești viața... după un scenariu scris de altcineva.

Scriu pentru că știu că există viață dincolo de acel gol. Și sens. Și reconstrucție.

Sunt mamă și totodată soție, femeie educată și conștiincioasă.

Eram director în vânzări deja cu experiență și o carieră în plină expansiune. O poziție, un birou în care, când intri, ceilalți își schimbă tonul vocii. Am lucrat ani întregi pentru acest titlu și totuși, cu fiecare zi care trecea, ceva în mine se estompa. Nu aveam un nume pentru ceea ce simțeam – era o combinație tăcută de neliniște, oboseală și un dor vag de „mine”, cea de dinainte.

Maternitatea m-a schimbat profund. Nu doar fizic sau mental, ci și existențial. Îmi redefinise prioritățile, corpul, timpul și liniile identitare. Apoi a venit mutarea – într-o altă țară, într-un oraș nou, cu reguli, sunete și ritmuri străine. Dacă înainte știam cine sunt prin ceea ce făceam, acum nu mai aveam acel „ceva” de care să mă agăț.

În exterior, totul părea cum trebuie. În interior însă, trăiam poate cea mai grea etapă a vieții mele. O etapă de tăcere interioară forțată, în care simțeam că trebuie să mă regăsesc... sau mă voi pierde definitiv.

Și acum, aici, „într-o altă țară”, într-o zi aparent banală, în disperarea de a-mi regăsi identitatea, am „cunoscut” biblioteca din apropiere și mi-a devenit „prietenă” de nădejde.

Am mers. Nu aveam o intenție clară, ci mai degrabă nevoia unei pauze de aer. M-am plimbat printre rafturi, fără țintă, până când am zărit o carte pe care am răsfoit-o aleatoriu și o frază scrisă cu majuscule m-a oprit pe loc timp de câteva secunde. Părea scris pentru mine:

„Șeful tău spune că ești bun, inteligent, ambițios. Atunci de ce mai ai un șef?”

Am simțit cum îmi scapă cartea din mână. Nu de uimire, ci de recunoaștere. Acea frază nu vorbea despre o poziție, ci despre un adevăr pe care îl evitam:

Dacă într-adevăr sunt ceea ce toată lumea spune că sunt, atunci de ce mă simt captivă într-o viață care nu-mi mai aparține?

Acel moment a fost declanșatorul. Nu pentru o demisie. Nu pentru o revoltă. Ci pentru o trezire. Începusem, în sfârșit, să pun întrebarea potrivită!

Iar în biblioteca aceea tăcută, am găsit nu doar o carte, ci și titlul întregii mele transformări.

De ce mai ai un șef?

Nu e o întrebare despre job. E o întrebare despre identitate.

Dacă te regăsești, te invit să rămâi. Nu ca spectator, ci ca participant. Nu în calitate de cititor, ci de protagonist al propriei tale transformări.

Să începem. Exact de unde ești.

Capitolul 1

Poveste personală

– director „de fațadă“

Capitolul 1

Poveste personală – director „de fațadă“

Am muncit ani întregi pentru un titlu. Pentru o poziție. Pentru acel birou în care, când intri, ceilalți își schimbă tonul vocii. Și, da, l-am obținut!

Paradoxul e că, abia când am ajuns sus, am simțit că încep să cobor. Coboram în încrederea de sine, în motivație, în sentimentul de utilitate. Îmi pierdeam sensul, deși aveam tot ce părea că trebuie să-mi dea sens.

Privind retrospectiv la întregul proces care m-a adus acolo, pot spune că a fost unul logic, construit pe criterii clare: competență, perseverență, capacitate de adaptare și un efort constant de a depăși așteptările. Am urcat treaptă cu treaptă într-un sistem care recompensa performanța vizibilă. Fără scurtături. Fără privilegii. Doar muncă temeinică și rezultate măsurabile.

Dar ceea ce n-am anticipat – și ce aproape niciodată nu se discută deschis – *este ce se întâmplă în interiorul tău odată ce ajungi acolo*. Odată ce obții ceea ce ai visat. Există o formă subtilă de dezorientare care poate apărea exact în momentul în care, rațional, ar trebui să te simți împlinit.

În spațiul acela profesional, pe care l-am cucerit prin efort și cu responsabilitate, am început treptat să simt o ruptură între exterior

și interior. Nu una dramatică, ci una fină, dar persistentă. O discrepanță între ce făceam și ce simțeam.

Pe hârtie, eram „sus”: conduceam o echipă, luam decizii, influențam strategii. În realitate, începusem să resimt o oboseală mentală care nu avea legătură cu orele de lucru, ci cu o uzură mai profundă: uzura sensului.

Atunci când am obținut postul mult visat, cel care îmi permitea, teoretic, să-mi extind orizonturile și cunoștințele, am fost bucuroasă. Ideile mele erau ascultate... și totuși nu aplicate. În ședințele decizionale, aveam titulatură, dar nu voce... deși, în paralel, împreună cu echipa din subordine, am construit un sistem de vânzări eficient, bazat pe încredere și strategie, ne-am atins toate obiectivele anuale... și asta era dovada mea reală.

Acea voce interioară, care ani la rând mă îndemnase să urc, începuse să se transforme. Dintr-o voce motivațională, devenise una reflexivă. Nu mai spunea „mai sus”, ci „mai bine!”. Nu mai întreba „care este următorul obiectiv?”, ci de ce simți că nu te mai regăsești în ceea ce faci?”.

Aceasta este, poate, una dintre cele mai delicate forme de criză profesională: atunci când societatea îți spune că nu există o problemă concretă, dar ceva în interiorul tău știe că lucrurile nu mai sunt aliniate. Nu te confrunți cu un conflict, ci cu o lipsă de legătură între identitatea profesională pe care ai construit-o și cea care începe să se contureze în tine, în tăcere.

Este momentul în care începi să intuiești că valoarea ta nu o mai regăsești în recunoaștere, ci în aliniere. Că a fi „sus” nu mai e suficient, dacă nu te simți „așezat” în propriul sens, în propriile principii.

Nu a fost o zi clară, nici un moment exploziv. A fost mai degrabă o serie de mici renunțări zilnice, de adaptări tăcute, de bătăi din cap aprobatoare la decizii care nu-mi mai aparțineau. A fost o alunecare lentă, ca nisipul care se scurge în clepsidră.

Și totuși, într-o dimineață m-am așezat pe scaun, am deschis laptopul, am verificat calendarul plin de întâlniri, iar în mine s-a ridicat un gând pe care nu-l mai puteam ignora:

„Pentru ce?”.

Totul părea perfect: funcția, respectul colegilor, controlul *aparent* asupra echipei. Aveam un salariu stabil, însă nu libertate de decizie, aveam statut, însă în spatele aceluia decor elegant se afla o realitate incomodă: nu mai eram acolo pentru mine. Eram acolo pentru imagine, pentru eticheta de succes, pentru iluzia că eram „unde trebuie”. Simțeam că bat pasul pe loc. Că titlul nu mă mai definea, că eram mai mult decât ceea ce îmi permitea funcția să exprim.

Poți avea un titlu, dar să nu ai putere.
Poți avea un birou, dar să nu ai direcție.

Aceasta este realitatea în care trăiesc mulți angajați astăzi: oameni valoroși, competenți, dar blocați într-un sistem care nu permite exprimarea deplină a potențialului, iar acest lucru le înăbușă identitatea profesională personală despre care am menționat mai sus.

Cum arată, de fapt, manipularea elegantă?

În multe companii, oamenii capabili sunt cultivați ca niște plante decorative: li se oferă lumină, ghiveci frumos, îngrășământ de validare. Sunt promovați, li se recunoaște munca, li se oferă responsabilități... dar numai până într-un punct.

Un punct tăcut, nespus, dar... real: punctul în care devii util, dar nu prea puternic.

Acolo, în acel spațiu subtil, începe manipularea. Nu e o manipulare agresivă, nu e o minciună directă. E o stare. Un context. O promisiune nespusă că „dacă rămâi cuminte, va fi bine”.

Dar binele e relativ.

Ajunsesem să mă simt vinovată că voiam mai mult. Că îmi doream libertate. Că nu voiam să joc jocul pe care toată lumea îl juca: acela în care taci, îți vezi de KPI-uri și zâmbești elegant când te calcă cineva pe gât în ședință.

De ce nu plecăm mai devreme?

Pentru că manipularea din mediile „civilizate” nu se simte ca un abuz. Se simte ca o onoare.

Ți se dă un titlu. Ți se spune „ești indispensabil(ă)”. Ți se oferă un birou cu geamuri mari.

Dar adevărul e că, în timp, ajungi să simți că ți-ai pierdut vocea.

Nu plecăm mai devreme, pentru că ne spunem:

- „Mai bine aici decât în necunoscut”;
- „Am muncit prea mult ca să las totul”;
- „E stabilitate, e OK”.

Dar în spatele acestor justificări se ascunde o frică mult mai profundă: frica de a da piept cu noi înșine fără mască. Fără funcție. Fără aplauze. Fără contextul care ne dădea sensul.

Oglinda disconfortului

Am început să mă observ altfel.

Cât de des spuneam „da” când voiam să spun „nu”? Cât de des îmi mușcam limba doar pentru că voiam să păstrez o imagine?

Mi-am dat seama că eram un om respectat, dar nu ascultat. Că eram valorizată, dar nu eliberată.