

Os 20 maus hábitos - Desafios no Comportamento Interpessoal

1. **Ganhar muito:** A necessidade de vencer a todo custo e em todas as situações.
2. **Adicionando muito valor:** O desejo irresistível de adicionar nossos 2 centavos a cada discussão.
3. **Julgamento:** A necessidade de avaliar os outros e impor nossos padrões a eles.
4. **Fazer comentários destrutivos:** o sarcasmo desnecessário e os comentários cortantes que pensamos nos tornam espirituosos.
5. **Começando com NÃO, MAS, NO ENTANTO:** O uso excessivo desses qualificadores negativos que secretamente dizem a todos que estou certo e você errado.
6. **Dizer ao mundo como somos inteligentes:** a necessidade de mostrar às pessoas que somos mais inteligentes do que elas pensam que somos.
7. **Falar quando está com raiva:** Usar a volatilidade emocional como ferramenta de gerenciamento.
8. **Negatividade, ou "Deixe-me explicar por que isso não funciona":** A necessidade de compartilhar nossos pensamentos negativos, mesmo quando não somos questionados.
9. **Retenção de informações:** A recusa em compartilhar informações a fim de manter uma vantagem sobre os outros.
10. **Deixar de dar o devido reconhecimento:** Incapacidade de elogiar e recompensar.
11. **Alegar crédito que não merecemos:** A maneira mais irritante de superestimar nossa contribuição para qualquer sucesso.
12. **Apresentando desculpas:** A necessidade de reposicionar nosso comportamento irritante como um elemento permanente para que as pessoas nos desculpem por isso.

13. **Apego ao passado:** A necessidade de desviar a culpa de nós mesmos e para eventos e pessoas de nosso passado; um subconjunto de culpar todos os outros.
14. **Jogando favoritos:** Deixar de ver que estamos tratando alguém de forma injusta.
15. **Recusar-se a expressar arrependimento:** A incapacidade de assumir a responsabilidade por nossas ações, admitir que estamos errados ou reconhecer como nossas ações afetam os outros.
16. **Não ouvir:** a forma mais passiva-agressiva de desrespeito aos colegas.
17. **Deixar de expressar gratidão:** a forma mais básica de falta de educação.
18. **Punindo o mensageiro:** A necessidade equivocada de atacar os inocentes que geralmente estão apenas tentando nos ajudar.
19. **Passando a bola:** A necessidade de culpar a todos menos a nós mesmos.
20. **Uma necessidade excessiva de ser "eu":** exaltando nossos defeitos como virtudes simplesmente porque eles são quem nós somos.

Fonte: Marshall Goldsmith, What Got You Here Won't Get You There, Page 40-41 Hyperion Books. Reprinted with permission.