



MOMENTY PRZEJŚCIA

Reportaż o zmianie zawodowej

Anna Firlej





MOMENTY PRZEJŚCIA



© Anna Firlej, 2026

Wszelkie prawa zastrzeżone.

WARSZAWA, 2026

Wydawnictwo Firlej, Anna Firlej

ISBN 978-83-964107-0-2

REPORTAŻ O ZMIANIE ZAWODOWEJ

Zaczęłam od zmiany zawodowej, a wyszło życie.

*Zmiana zaczyna się wtedy,
kiedy **my** zaczynamy wybierać
siebie — nie w romantycznym
sensie, ale bardzo praktycznie.*

ZE WSTĘPU

*To nie jest książka o tym, że zmiana jest zawsze lekka,
piękna i opłacalna od pierwszego miesiąca. Jest o tym, co
dzieje się naprawdę, kiedy stara tożsamość przestaje
działać, a nowa dopiero się rodzi.*

SPIS TREŚCI

	KILKA SŁÓW, CZYLI DLACZEGO NAPISAŁAM TĘ KSIĄŻKĘ	5
01	Nowy zawód, te same mechanizmy ROZMOWA PIERWSZA · MONIKA, 38 LAT	11
02	Dom jest tam, gdzie ja jestem ROZMOWA DRUGA · AGATA, 36 LAT	30
03	Zanim pojawi się pełny obrazek ROZMOWA TRZECIA · EMILIA, 38 LAT	54
04	Krok po kroku, nie wszystko naraz ROZMOWA CZWARTA · SARA, 34 LATA	59
05	Ile jeszcze muszę z siebie dać? ROZMOWA PIĄTA · GOSIA, 60 LAT	74
	ZAKOŃCZENIE	84
	O AUTORCE	93

MOMENTY PRZEJŚCIA



ZAMIAST WSTĘPU

KILKA SŁÓW, CZYLI DLACZEGO NAPISAŁAM TĘ KSIĄŻKĘ

Siedziałam w kawiarni i byłam zła.

Trzy miesiące wcześniej rozstałam się z ostatnią spółką. Nie zapłacili mi za ostatni miesiąc pracy i bonus za poprzedni rok. Prawie 200 000 zł. Od kilku miesięcy przerzucaliśmy się pismami, aż w końcu złożyłam pozew o Europejski Nakaz Zapłaty.

Przez 17 lat pracowałam w branży technologicznej. Duże spółki, międzynarodowe środowisko, szybki wzrost, fundusze inwestycyjne, wyniki odmiennie przez wszystkie przypadki. Świat, w którym trzeba dowozić, rosnać, skalować, optymalizować, poprawiać konwersję, przyspieszać.

Ostatnia spółka wyprała mnie do kości. Niemiecka firma, podróże co tydzień, sześć i pół godziny w jedną stronę, sześć i pół godziny z powrotem. Miałam wrażenie, że więcej czasu spędzam w samolotach niż przez poprzednie pięć lat razem wzięte. Spółka była w transformacji, wszystko było pilne, wszystko było ważne, a ja coraz częściej płakałam co drugi dzień – ze zmęczenia,

z napięcia, z własnych wątpliwości i z tego cichego głosu, który powtarzał: ja chyba już tak dalej nie umiem. I chyba już nie chcę.

Zarabiałam dobrze. To było wtedy dla mnie ważne, bo chwilę wcześniej skończyłam dom i finansowo leciałam na oparach. Odbudowałam więc finanse, ale dojechałam psychikę. W pewnym momencie dostałam propozycję, żeby przenieść się na stałe do niemieckiego miasta, które w mojej głowie miało energię Bydgoszczy albo Radomia. I wtedy poczułam bardzo mocne: nie.

Mieliśmy się rozstać bez żalu. Uzgodniliśmy dwa miesiące płatnego okresu wypowiedzenia. Odetchnęłam. Przez chwilę wydawało mi się, że to będzie spokojne domknęcie. Nie było. W ostatnim miesiącu firma próbowała przypisać mi odpowiedzialność za niewypowiedzenie umowy z zewnętrznym dostawcą i na tej podstawie odmówiła zapłaty ostatniej faktury. Byłam w szoku. Przecież sama byłam dla nich podwykonawcą. W umowie miałam zapis, że nie mogę reprezentować spółki wobec podmiotów trzecich. Jak można było nagle uznać, że odpowiadam za coś, do czego formalnie nie miałam uprawnień?

Pamiętam mieszaninę złości, żalu i niedowierzania. I jeszcze jedno uczucie, cichsze, ale dużo ważniejsze: ja już tak nie chcę.

Nie chcę tego pędu. Nie chcę ciśnienia. Nie chcę płakać co drugi dzień. Nie chcę osiągać kosztem siebie. Nie chcę życia, w którym dobrze wyglądałam na LinkedInie, ale w środku jestem coraz bardziej pusta.

Chciałam żyć bardziej w zgodzie ze sobą. Tylko szczerze mówiąc, nie miałam pojęcia, co to właściwie znaczy. Wiedziałam jedynie, że mam poważny kryzys dotychczasowej tożsamości zawodowej. Przez lata byłam osobą od wzrostu, strategii, produktu, ekspansji, zarządzania. Miałam tytuły, doświadczenie, pieniądze, zewnętrzną personę. A nagle zaczęłam prowadzić zajęcia ruchowe, uczyć jogi i sprawdzać, czy w ogóle da się z tego zbudować nowe życie. Najtrudniejszy okazał się nie sam moment odejścia. Najtrudniejszy był stan pomiędzy. Stara tożsamość już mnie nie karmiła, ale nowa jeszcze nie dawała stabilności. W starej byłam „kimś”: C-level w spółkach technologicznych, 17 lat doświadczenia, duże projekty, dobre pieniądze. W nowej dopiero zaczynałam. I wtedy w głowie pojawiał się głos: „Hej, dziewczyno, masz 39 lat. Pracowałaś tyle lat w technologii. I co teraz? Uczysz jogi? Zostaniesz mediatorem czy coachem. Zmieniasz status, pieniądze i pozycję na coś niepewnego i mniej prestiżowego? Czy Ciebie pokręciło?”

Ten głos potrafi być okrutny.

Zmiana zawodowa bywa romantyzowana. Mówimy o odwadze, wolności, pasji, życiu w zgodzie ze sobą.

Dużo rzadziej mówimy o frustracji, lęku, utracie statusu, spadku przychodów, niepewności i o tym dziwnym momencie, kiedy jeszcze nie wiesz, kim się stajesz.

A to właśnie ten moment bywa najtrudniejszy. Bo możesz już wiedzieć, że nie chcesz wracać do starego świata, ale nowy świat jeszcze nie działa. Albo, że chcesz przebudować stary świat, tak, żeby dawał Ci więcej przestrzeni. Możesz czuć w ciele, że dotychczasowy sposób pracy Cię niszczy, ale jednocześnie bać się, z czego będziesz żyć. Możesz chcieć robić coś z serca, a potem usłyszeć od rynku: „zróbmy pilotaż za darmo”. Możesz mieć świetne doświadczenie, a jednocześnie odkryć, że ludzie zamykają Cię w pudełku: byłeś w management, to zostań w management. A jeśli chcesz używać innych umiejętności, przygotuj się na duży dyskont.

To jest lekcja pokory. Czasem bardzo bolesna. Dla mnie zmiana okazała się nie tylko zmianą pracy.

Była zderzeniem z własnym ego, lękiem przed odrzuceniem, potrzebą stabilności, niecierpliwością, prokrastynacją, ciałem, które mówi „dość”, i psychiką, która pyta: „a co, jeśli nie jesteś tak dobra, jak myślałaś?”. Zaczęłam widzieć, jak szybko się zniechęcam, kiedy nie widzę efektu. Jak bardzo chcę być przedsiębiorcza, a jednocześnie potrzebuję przewidywalności. Jak trudno mi wytrzymać zawieszenie. Jak łatwo wchodzę w tryb „nic nie ma sensu”, kiedy rzeczy nie przychodzą od razu. Jak bardzo czekam czasem, aż coś przyjdzie z zewnątrz i mnie uratuje: oferta, projekt, klient, ktoś na białym koniu, kto powie: „chodź do nas, widzimy Twoją wartość”.

Tylko że zmiana nie polega na tym, że ktoś w końcu nas wybiera.

Coraz bardziej wierzę, że zmiana zaczyna się wtedy, kiedy my zaczynamy wybierać siebie — nie w romantycznym sensie, ale bardzo praktycznie. W tym, jak zarabiamy. Jak dbamy o ciało. Jak ustawiamy granice. Jak reagujemy na odmowy. Jak budujemy nową tożsamość, zanim jeszcze świat zdąży ją uznać.

Ta książka powstała z mojego własnego momentu pomiędzy.

Z miejsca, w którym jeszcze nie miałam wszystkich odpowiedzi, ale już wiedziałam, że nie jestem pierwszą kobietą, która przechodzi przez taki proces. Że są inne osoby, które w pewnym momencie uznały: czas na zmianę. Czas przestać żyć wyłącznie pod tytuł, pensję, cudze oczekiwania albo starą wersję siebie.

W tej książce znajdziesz historie kobiet, które odważyły się wejść w zmianę — czasem z potrzeby sensu, czasem z wypalenia, czasem z ciała, które mówiło „nie mogę tak dalej”, czasem dlatego, że świat wokół nich się zmienił.

Nie będzie to książka o tym, że zmiana jest zawsze lekka, piękna i opłacalna od pierwszego miesiąca.

Będzie o tym, co dzieje się naprawdę, kiedy stara tożsamość przestaje działać, a nowa dopiero się rodzi.