

## DOCUMENTO DE APOIO

A sujeição a pressões no local de trabalho, desde as mais inconsistentes às mais elevadas, pode provocar situações de conflito. Vamos ver algumas formas para otimizar a relação com a chefia!

### **Saber relacionar-se com a sua chefia:**

- a. Conhecer-me a mim;
- b. Conhecer a minha chefia;
- c. Forças e fraquezas;
- d. Valores;
- e. Estilo de trabalho;
- f. Listener ou Reader;
- g. O que é sucesso para ela (chefia)?

### **7 Regras para uma maior eficácia na relação ascendente:**

- 1. KISS (Keep It Short and Simple) - Mantenha Simples, Curto
- 2. A empresa é mais importante que a Direção ou Eu
- 3. Help me! Help us Boss! – Pedir ajuda ao chefe
- 4. Timing
- 5. Dar espaço ao chefe
- 6. Aceitar as objeções do chefe e apresentar soluções
- 7. Concluir (conteúdo e/ou prazo)

## Como vender as suas ideias ao “chefe”?

### 1- **Mostrar Empatia**

Agradecer ação do chefe;

### 2- **Assertivo**

Explicitar factos que o chefe desconhecia;

### 3- **Futuro**

Propor soluções que não comprometam o chefe e oferecer-se para implementar essas soluções (sem pôr em causa o chefe).

BOM ESTUDO!