Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale

Gracieuseté de la Canada Vie

Module d'apprentissage

Accompagner son supérieur : Défendre soi-même ses droits au travail

Accompagner son supérieur, c'est une façon simple et respectueuse de lui faire savoir ce qui vous aide à donner le meilleur de vous-même au travail. C'est une façon rapide et pratique de faire valoir ce dont vous avez besoin pour réussir au travail.

Certaines personnes hésitent à s'exprimer lorsqu'un obstacle les empêche de bien faire leur travail. Accompagner son supérieur est un moyen proactif de communiquer ce qui favorise votre réussite, sans donner l'impression de vous plaindre ou de solliciter des faveurs.

Cette approche augmente vos chances d'obtenir ce dont vous avez besoin en plus d'aider votre supérieur à comprendre comment vous aider à vous épanouir au travail.



Harmonisation

Votre demande doit s'accorder avec les objectifs de votre supérieur



Professionnalisme

Gardez un ton calme et respectueux



Lien

Votre demande doit tenir compte de votre rendement



Accent sur les solutions

Proposez des solutions qui vous aident à mieux travailler



Souplesse

Sachez faire des compromis et faites preuve de souplesse quant à la manière de procéder



N'oubliez pas

Vous n'êtes pas en train de vous plaindre ou de demander des faveurs

Pour en savoir plus, consultez les articles suivants :

Accompagner son supérieur
ssmcv.com/accompagner-son-superieur

Demander des mesures d'adaptation
ssmcv.com/mesures-dadaptation

Toutes les ressources du site Stratégies en milieu de travail sont accessibles à tous, sans frais, gracieuseté de la Canada Vie. Pour en savoir plus, visitez le ssmcv.com.

canada vie MC

Canada Vie et le symbole social sont des marques de commerce de La Compagnie d'Assurance du Canada sur la Vie.