

MEU CHEFE É WORKAHOLIC



E-mails às 23h e outras tradições



Dear ***Folk*** Books
BRIAN ALEXIS PARKER

CONTEÚDO

Carta da casa (caixa de entrada: 147 não lidos)	5
Uma semana na caixa de entrada	6
Segunda, 6h02 – "Bom dia, equipe"	8
Segunda, 9h30 – "Reunião rápida (15 min)"	10
Terça, 14h – "Sobre o seu último relatório"	12
Terça, 18h30 – "Grupo de WhatsApp: Equipe (silenciado)"	15
Quarta, 23h14 – "Um detalhe que passou"	19
Quinta, 10h – "Café com a Evangelina"	21
Sexta, 17h45 – "Você tem cinco minutos?"	24
Sábado, 11h – "Visita não programada"	26
Domingo, 9h – "Sem assunto"	29
Epílogo: O que há agora na caixa de entrada	30

Carta da casa (caixa de entrada: 147 não lidos)

Uma amiga a quem vou chamar de Dalila me deixou ler o diário da semana em que o chefe dela, a quem vou chamar de Rigoberto, que não dorme mais de cinco horas desde 2014, mandou e-mails às 5h48, às 23h47 e às 2h13, e em que ela e a equipe aprenderam a pôr limites e a cuidar dele. Com a permissão dos dois, e com os nomes trocados, compartilho aqui. O que vem a seguir é a Dalila quem narra, em primeira pessoa, de segunda a domingo; eu acrescento atividades no fim de alguns dias.

Eu não sou psicólogo nem especialista em recursos humanos. Sou o amigo que escuta e anota, e que às vezes responde uma mensagem antes de terminar de ler (eu sei, eu sei). Tenho ideias demais, às vezes tantas que sufocam, e algumas me chegam às duas da madrugada. Esta saiu de um "não precisa responder hoje".

No fim de alguns dias você vai encontrar **Para fazer hoje:** algo para pedir a alguém e algo para praticar por cinco minutos.

Uma semana na caixa de entrada

Quem conta é a Dalila.

Assunto: Urgente **De:** Rigoberto Sampaio **Para:** Toda a equipe **Enviado:** domingo, 23h47

"Equipe, tive uma ideia para segunda. Conversamos logo cedo. Abraço."

Meu nome é Dalila. Trabalho no departamento de análise de uma empresa de logística. Meu chefe, Rigoberto Sampaio, é um homem brilhante, gentil, disciplinado e, pelos meus cálculos, não dorme mais de cinco horas seguidas desde 2014.

Descobri pelos e-mails. Rigoberto manda e-mails às 5h48, às 23h47, às 2h13 da madrugada, numa véspera de Natal, num domingo de Páscoa e uma vez, juro, durante o batizado da sobrinha. Tem uma relação com o trabalho que eu chamaria de apaixonada e a mulher dele, com mais precisão, de "uma infidelidade".

Este livro está organizado como uma semana na minha caixa de entrada: **de segunda a domingo**, com os assuntos dos e-mails como títulos de capítulo e os efeitos colaterais no corpo, na mente e na equipe como pano de fundo. Conto com humor e com carinho, porque **meu chefe não é um vilão. É uma pessoa que trabalha demais e cujo ambiente,**

sem perceber, o incentiva a continuar. E porque, no fundo, este livro trata de como conviver com alguém que não sabe parar sem deixar de cuidar de si.

Aviso: este livro mistura humor e ficção com informação geral. Não é um diagnóstico de ninguém: o "vício em trabalho" (workaholism) não é um diagnóstico médico oficial, e sim um padrão de comportamento que pode afetar a saúde e os relacionamentos. Não substitui a consulta com um psicólogo, um psiquiatra ou um médico. Se você ou alguém do seu convívio sofre esgotamento intenso, ansiedade, depressão ou problemas de saúde por causa do trabalho, busque ajuda profissional. Ninguém aqui zomba do Rigoberto: rimos dos e-mails e de nós.

Caixa de entrada: 147 não lidos.

Esta foi uma amostra grátis

Se você gostou, o livro completo tem 36 páginas e é baixado na hora em PDF. Tem garantia de 14 dias.

Garanta o seu aqui:

[**https://dearfolkbooks.com/b/D6ULM**](https://dearfolkbooks.com/b/D6ULM)