

TÉLÉTRAVAIL : MAÎTRISER SON ORGANISATION, LA GESTION DES AUTRES ET LE SELF-CONTROL

DURÉE classe virtuelle de 3H00

PUBLIC Idéalement 4 et 10 participants

TARIF INTRA 750,00 € H.T.

Ce stage vous présentera les principes du télétravail, vous permettra d'adopter les bonnes pratiques dans votre activité et vous apportera des pistes de réflexion pour organiser votre temps, optimiser vos relations professionnelles et maintenir l'équilibre vie perso-vie pro en télétravail.

L'OBJECTIF DE LA FORMATION

À l'issue de la formation, les participants seront capables d'adopter les bons comportements et d'être efficaces au quotidien en télétravail

LES OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue des différentes séquences, les participants seront capables de :

- Préparer et vivre sereinement le télétravail
- Savoir alterner entre concentration et disponibilité
- Dresser le portrait-robot du télétravailleur efficace

PROFIL STAGIAIRE

- Cette formation s'adresse aux personnes passant au moins une partie du temps en télétravail.

PROFIL FORMATEUR

- Cette formation est animée par un formateur professionnel certifié FFP.

PRÉREQUIS

- Être en télétravail sur tout ou partie du temps.

VALIDATION

Nous vérifierons que les objectifs de cette formation sont atteints grâce aux modalités suivantes :

- Durant la formation
 - Exercices /Nombreux échanges
 - Temps dédié à l'ancrage des savoirs dans la réalité de chacun
 - Réalisation d'un quiz et ludique à l'issue de la formation
- À l'issue de la formation
 - Auto-évaluation du stagiaire sur ses progrès
 - Compte rendu et partage dans la limite de la confidentialité avec le ou les prescripteurs

STRATÉGIE

- Une formation dans la durée où le stagiaire est acteur :
 - Une pédagogie où le formateur est ressource. L'idée est que chaque stagiaire s'approprie les nouveaux savoirs et commence à les tester lors de la formation
- Une pédagogie ludique car on apprend mieux dans le plaisir et en s'amusant
- Une pédagogie pragmatique et favorisant le partage (nous avons l'habitude de créer des sous-groupes pour favoriser les échanges et l'émergence de la culture commune.

FACTEURS CLÉS DE SUCCÈS DE LA FORMATION

- Préparation en amont de la formation pour coller au réel et à la culture de l'entreprise
- Utilisation de cas concrets, échanges de pratiques, alternance entre sessions collectives et approches individuelles et personnalisées permettant de lever les freins de chacun
- Formateur spécialiste de votre thématique et connaisseur de votre structure ou a minima de son secteur et des enjeux de vos métiers
- Pédagogie interrogative et active, centrée sur les participants

DÉROULEMENT MACRO DE LA FORMATION

Compétence 1 : Préparer et vivre sereinement le télétravail

Identifier les avantages du télétravail.
Déterminer les principaux freins au télétravail.
Repérer les outils pratiques du télétravailleur.
Créer les conditions idéales de télétravail.

Compétence 2 : Savoir alterner entre concentration et disponibilité

Savoir gérer son temps et ses priorités, établir chaque soir la feuille de route du lendemain.
Se fixer des objectifs motivants.
Respecter son équilibre vie pro / vie privée.
Renforcer le soutien pour éviter l'isolement.
Préserver l'ergonomie de son poste de travail.
Donner les limites nécessaires à ses proches.

Compétence 3 : Dresser le portrait-robot du télétravailleur efficace

Choisir le mode de communication adapté aux situations.
Identifier les outils pour partager des documents.
Maintenir la communication grâce à l'écoute active.
Définir des modalités de reporting pertinentes et efficaces.
Découvrir les outils digitaux collaboratifs pour le suivi de projet.
Organiser des temps d'échange à distance (entretiens, réunions de travail) et en faire des moments de motivation et d'appartenance
Découvrir et expérimenter des techniques de relaxation, étirements et visualisation positive.
Mettre en place un rituel pour un équilibre de vie et le maintien de l'énergie toute la semaine

Prix : 750 Euros pour l'ensemble du parcours HT et hors frais

Lieu : classe virtuelle

Délai d'accès : « Notre organisme de formation s'engage à répondre en 48h à toute demande d'information relative pour toute formation. Une fois le contact établi, nous envisagerons conjointement la date la plus appropriée en fonction de vos besoins et de vos enjeux. Sauf cas particulier, la mise en place de la formation pourra se faire dans le mois suivant votre demande »

Accessibilité / Handicap : Nos formations sont a priori ouvertes à tous. Cependant en cas de doute, nous vous invitons à prendre contact directement avec nous, en amont de la formation, pour que nous puissions en discuter et au besoin adapter notre pédagogie et nos activités en fonction des situations de handicap qui pourraient se présenter. Dans le cas (qui n'est pas encore arrivé à ce jour) où nous ne serions pas en mesure de vous accueillir, nous avons dans notre liste de partenaires l'Agefiph vers lequel nous pourrions vous orienter. À noter que toutes nos formations sont faites dans des locaux « Accessible PMR ».