

TRAVAILLER À DISTANCE

ALLIER PERFORMANCE et QUALITÉ DE VIE AU (TÉLÉ)TRAVAIL



5 classes virtuelles (5h)
+ 4 Intersessions (2h),
soit **7h**



LES 5H CHRONO



INTERVENANTS CLASSES VIRTUELLES

Formation animée par Aurélie ANDRISSÉ ou Rémy Champon, formateurs, coachs et Consultants spécialisés en management et communication.

Aurélié ANDRISSÉ



Rémy CHAMPON



OBJECTIFS

- Partager sur les opportunités et les points de vigilance relatifs à cette forme d'organisation du travail
- Acquérir les bonnes pratiques et adopter les bons comportements pour être performant chez soi et améliorer sa qualité de vie au (télé)travail
- Identifier ses points d'appui et les actions à mettre en place afin d'optimiser ce mode d'organisation du travail

PROGRAMME

CLASSE VIRTUELLE 1 | Attentes des participants, objectifs et enjeux de la formation, focus sur quelques chiffres clés du télétravail

Intersession : Quiz Klaxoon sur le télétravail

CLASSE VIRTUELLE 2 | Enjeux et spécificités du télétravail : Débriefing du quiz ; opportunités et points de vigilance du télétravail (échanges et partages en sous-groupe / débriefing en plénière)

Intersession : auto-évaluation de sa pratique (Organisation personnelle, gestion du temps, communication...)

CLASSE VIRTUELLE 3 | Sur la base du support d'auto-diagnostic, partage des bonnes pratiques en sous-groupes. En synthèse, identification des principes clés en terme d'organisation, de gestion du temps et de communication

Intersession : Préparer un entretien à distance avec son manager / un collègue (ex : Oser dire non, alerter son manager sur certaines difficultés rencontrées, gérer une situation conflictuelle...)

CLASSE VIRTUELLE 4 | Zoom sur la communication à distance : Risques et bonnes pratiques (Les distorsions, la transmission des émotions, l'écoute active...) - Mener ses entretiens à distance : Mise en situation puis partage sur les écueils et les bons réflexes

Intersession : Auto-évaluation de son profil de télétravailleurs / Identifier une situation professionnelle à distance vécue ou à venir qui pose problème, questionne, inquiète

CLASSE VIRTUELLE 5 | Points fort / points d'effort en fonction de son profil pour télétravailler efficacement et sereinement / Séquence de co-développement flash sur une situation posant difficultés en télétravail (Thème choisi par le groupe) / Bilan et clôture

5 classes virtuelles actives, ludiques et participatives :

- > 1h par classe virtuelle
- > Des séquences variées et rythmées : alternance d'apports sur les concepts clés, d'exercices pratiques, d'activités Klaxoon

4 intersessions pour consolider les acquis des classes virtuelles et ancrer durablement les bons réflexes : Vidéo erreur/modèle, test d'auto-évaluation de son profil de télétravailleur, exercice, élaboration d'un plan d'action personnalisé

Pour qui ? Tout collaborateur en situation de télétravail

Prérequis : Avoir une première pratique du télétravail

Evaluation : Aventure Klaxoon après la formation pour évaluer les acquis

Modalités d'accès : Disposer d'une connexion Internet, d'un ordinateur et idéalement d'un casque. Une assistance technique et pédagogique est assurée par ERYs.

Nous consulter pour toute question relative à l'accessibilité de nos formations aux personnes en situation de handicap.



590 €HT / personne

[S'inscrire](#)