



Pourquoi télétravailler efficacement n'est pas inné ?

Par Pierre Monclos, DRH et Expert en digital Learning chez Unow

Selon un sondage OpinionWay réalisé fin mai, 85% des télétravailleurs souhaitent conserver la possibilité de faire du télétravail. En juin ils étaient 17% à être réellement en télétravail selon une enquête de la Dares. Le chef de l'État a, de son côté, préconisé «deux à trois jours de télétravail par semaine» dans les entreprises où cela est possible. Contraint ou choisi, le télétravail est dans tous les esprits et au cœur de toute réorganisation du travail. A force de semaines de confinement, est-il même devenu un non-sujet ?

Quoi qu'il en soit, le télétravail est aujourd'hui une réalité. Et au-delà des questions liées à la possibilité technique ou non d'être en télétravail, des questions de savoir qui doit fournir le matériel adéquat, ou encore des assurances ou accords d'entreprise, il est un sujet grandement oublié : **comment télétravailler efficacement ?**

Idée reçues, idées perçues sur le télétravail

On est plus performant en télétravail - En télétravail on est moins productifs - En télétravail, j'ai plus de temps avec mes proches - En télétravail, je n'ai plus aucun lien social - En télétravail on travaille plus et plus longtemps - En télétravail, je ne suis jamais déconnecté - En télétravail, ma maison est propre, ...

Tout est vrai finalement ! Il y a un double enjeu entre productivité et qualité de vie qui n'appelle pas de réponse définitive. Tout dépend de la personne, de l'entreprise, du métier exercé, du contexte personnel de chacun... Pour "bien" télétravailler, il faut déjà savoir à quel type de télétravail on appartient et avoir en tête que **le télétravail, ça ne s'improvise pas**.

Le risque c'est quoi ? Télétravailler ne s'improvise pas et requiert de protéger son bien-être et d'envisager la collaboration autrement. Pour éviter l'improvisation, il faut développer des compétences spécifiques alliant performance et bien-être. Le risque c'est évidemment de se perdre dans une organisation structurée, de perdre du lien social, d'être dans une situation



de stress ou encore de culpabilité... Se préparer au télétravail, c'est **apprendre à s'organiser pour maintenir performance, sérénité et lien social**. En somme : posséder les compétences nécessaires pour télétravailler efficacement et sereinement !

C'est quoi télétravailler efficacement ?

Si on veut rester sur l'idée des "idées reçues", il y a celle de dire : "je sais aussi bien travailler de la maison qu'au bureau". Certes ! Mais je vous assure que c'est une idée reçue ! Déjà parce que dans un contexte où le télétravail n'est pas une pratique (encore) normalisée, acceptée et pratiquée par tous, il culpabilise (et fait écho à toutes les fausses-idées reçues listées plus haut) !

S'organiser, communiquer et conserver le lien : ce sont les maîtres mots pour télétravailler efficacement. Ca veut dire : adapter son mode de travail en fonction de son profil et de son environnement, accroître son efficacité grâce à une organisation et une gestion du temps adaptée, créer un environnement de travail qui garantisse sa sécurité et sa qualité de vie au travail et mieux communiquer avec son manager et ses collègues pour maintenir les échanges et un lien social de qualité même si à distance. Il y a 4 notions essentielles à garder en tête pour assurer en télétravail :

1. **Adapter son mode de travail en fonction de son profil de télétravailleur** et de son environnement : se connaître pour mieux télétravailler, identifier les risques liés à la distance, connaître ses droits et devoirs en tant que télétravailleur, connaître les qualités essentielles du télétravailleur
2. **Accroître son efficacité en télétravail** par une organisation et une gestion du temps adaptée : répartir son travail entre distance et présentiel, trouver le lieu de travail qui correspond à sa motivation, limiter les sources de perturbation de son attention pour des journées plus productives, bien gérer son temps, prioriser, se déconnecter et éviter le multitasking.
3. **Se créer un environnement de travail** qui garantisse sa sécurité et sa qualité de vie au travail : créer son environnement de travail optimal, intégrer ses proches dans la définition d'un cadre de télétravail serein, gérer son stress à distance : ce que ça change, informer et alerter grâce au feedback.



4. **Communiquer avec son manager et ses collègues** pour maintenir les échanges et un lien social de qualité à distance : adapter sa communication avec son manager et son équipe, animer et participer à des visioconférences efficaces, soigner les relations interpersonnelles et maintenir les échanges informels, préserver le sentiment d'appartenance pour soi et les autres.

Bref, tout cela s'apprend ! Une étude menée conjointement par Harvard et le MIT démontre que les salariés heureux sont deux fois moins malades, six fois moins absents, neuf fois plus loyaux, 31 % plus productifs et 55 % plus créatifs. Et le télétravail peut venir gonfler encore davantage le bonheur au travail, s'il est bien préparé !

À propos de UNOW

La formation en ligne avec son temps.

Co-fondé en 2013 par Yannick Petit, son CEO, Unow est l'organisme spécialiste de la formation à distance (datadock, afnor, CPF), qui révèle les talents et stimule la performance des entreprises en développant les compétences efficacement. Sa mission est d'améliorer l'efficacité et l'accessibilité de la formation grâce à une formule pédagogique à la fois digitale et humaine. Les formations se déroulent 100% en ligne, elles sont certifiantes et centrées sur la mise en pratique. Chaque participant est accompagné individuellement par un expert formateur. Soft skills, Agilité, Travail à distance ou encore Management, le catalogue de Unow est composé de 50 formations éligibles au Compte Personnel de Formation. Depuis son lancement, ce sont plus de 420 000 participants qui ont été formés aux compétences essentielle en entreprise par Unow. Aujourd'hui, ce sont plus de 400 entreprises clientes (Biomérieux, Groupama, Air Liquide, Econocom...), une équipe de 40 passionnés et une croissance annuelle de 100%. www.unow.fr- @Unow_fr

Contact Presse : Sophie Artonne - 07 81 33 29 83 - sophie@sophieartonneconsulting.com