

## Le télétravail séance tenante - pas de problèmes ?



*Les enfants font irruption dans la pièce tous les quarts d'heure et demandent votre attention. La vaisselle sale s'empile déjà tellement dans la cuisine, qu'on ne peut pas juste passer devant pendant sa pause bien méritée. Votre dos commence déjà à se faire sentir et se plaint de cette chaise inhabituelle.*

Nombreux étaient ceux qui avaient probablement imaginé le télétravail différemment. En effet, beaucoup d'employés suisses n'étaient pas préparés à travailler à domicile suite à la crise du coronavirus. Surtout, lorsque, en raison de la fermeture des écoles, les enfants doivent également rester à la maison tous les jours. Il ne fait cependant aucun doute que le télétravail peut être très avantageux tant pour les employés que pour les employeurs. Les conseils suivants aideront à faire en sorte que le télétravail fonctionne efficacement dès le début et ne devienne pas un cauchemar.

### Télétravail sans phase préparatoire

En principe, les entreprises devraient également assurer une infrastructure pour le télétravail (délimitation spatiale, mobilier, informatique et sécurité des données). Toutefois Dans la situation actuelle l'improvisation est de mise :

- La place de travail ne devrait pas être dans la chambre à coucher
- Dans le cas d'un ménage à plusieurs personnes, il est conseillé d'avoir si possible une pièce dédiée au télétravail à certaines heures au moins
- Le place de travail peut généralement être aménagée avec le mobilier existant ; sur notre page d'accueil internet ([www.aeh.ch](http://www.aeh.ch)) vous trouverez des conseils relatifs à l'ergonomie ou plus généralement sur le site de la Box CFST
- Pour assurer la sécurité des données, il s'agit de vérifier que le firewall et la protection antivirus à disposition de l'employé soient à jour.

En plus de fournir l'infrastructure et une procédure claire relative à la la sécurité des données, le télétravail est surtout une affaire de management. Le lâcher-prise vis-à-vis de l'employé exige d'abord beaucoup de confiance de la part du responsable. Mais les employés en télétravail ont aussi besoin d'être conduits, même à distance. Il s'agit d'établir des modes de communication permettant un échange régulier avec le responsable et les collègues de travail, afin que l'information circule, que les processus puissent être redéfinis et que le contact social soit maintenu. Cela permet de rester en contact pour valoriser et soutenir les employés.

Cela permet de créer, du moins à moyen terme, une culture de management qui encourage le travail autonome et autogéré. Cela suppose des règles claires et à défaut des accords écrits (par exemple, quelles tâches sont appropriées pour télétravail, quand et pendant combien peuvent-elles être effectuées, comment noter les heures de travail, comment gérer la disponibilité, etc.).

Comme de nombreuses entreprises n'ont pas eu suffisamment de temps pour se préparer, un soutien à distance adéquat est nécessaire, tant pour les employés que pour les responsables. Cela peut se faire au moyen de notices, de présentations, de listes de contrôle ou de vidéoconférences. Il est également conseillé de préparer toutes les personnes concernées par le défi du télétravail, par exemple par le biais d'une courte formation par vidéo.

## Thèmes concevables

### **Organiser son propre rythme de travail**

Le rythme de travail personnel est important pour une réalisation efficace du travail. En particulier les télétravailleurs novices devraient définir clairement dès le début les horaires de travail, les pauses et les moments de détente ainsi que les travaux ménagers ou la garde des enfants. En outre, il faudrait arrêter de travailler au minimum 2 heures avant de se coucher, afin de ne pas nuire à la qualité du sommeil.

### **Définir sa disponibilité**

Des accords clairs avec les collègues et le responsable contribuent à accroître l'efficacité. Mais il est surtout important de discuter avec la famille / les colocataires des périodes de travail, afin d'être le moins dérangé possible.

Il est impossible d'assurer en même temps télétravail et surveillance d'enfants en âge préscolaire ; dans ce cas l'alternance des temps de travail en accord avec son partenaire peuvent être une solution. Des accords clairs peuvent être convenus avec les enfants plus âgés.

### **Mettre en œuvre l'autogestion**

La tentation d'aller vers le réfrigérateur est trop grande ou la vue à travers les fenêtres sales perturbe un peu trop ? Il est dès lors important d'établir un plan concret, de structurer les tâches en fonction de leur pertinence et de travailler sur les différents sujets en les morcelant. Dans le cadre de son domicile, il s'agit d'être très discipliné, ce qui peut être facilité par l'utilisation de méthodes d'autogestion.

### **Equilibre et contacts sociaux**

En télétravail, on est seul la plupart du temps. Il est aussi important d'entretenir des contacts sociaux, qu'il s'agisse d'un échange formel ou informel avec des collègues de travail ou de maintenir le contact avec les amis.

## Offres AEH

Nous vous accompagnons volontiers pour toutes les questions concernant la situation actuelle, avec notamment :

- Des fiches techniques et listes de contrôles
- Des modèles personnalisables pour les entreprises (par exemple, accords écrits)
- Des formations sur la pratique du télétravail pour les dirigeants et les collaborateurs (également disponible en ligne)
- Du conseil aux entreprises sur l'introduction au télétravail (également par vidéoconférence)
- Du conseil succinct pour les dirigeants et les collaborateurs (également par vidéoconférence)

De plus amples informations peuvent être obtenues par mail [bgm@aeh.ch](mailto:bgm@aeh.ch) ainsi que sous [www.aeh.ch](http://www.aeh.ch) .