

Liens sociaux et télétravail



Les objectifs de C-PROACTIF :



- « Penser » notre travail en tant que chrétien
- Le vivre d'une façon qui glorifie Dieu
- Impacter nos environnements pour servir et bénir notre prochain
- Apporter un témoignage cohérent et percutant de notre espérance en JC



- Selon vous, quelles sont les conséquences positives du télétravail ?
- Qu'avez-vous le plus de mal à vivre en télétravail ?

Les conséquences positives du télétravail

- Repenser la place du travail dans notre vie
- Rechercher l'équilibre «vie professionnelle/vie personnelle»
- Moins de fatigue avec la réduction des temps de transport
- Plus de concentration avec la possibilité d'isolement
- Plus de performance

Les principales difficultés du télétravail

- Isolement – manque de liens sociaux, perte d'appartenance
- Organisation du temps – procrastination
- Fatigue des écrans – surcharge de sollicitations
- Mélange des différentes sphères de la vie – besoin de déconnexion





Quelles sont ses conditions de réussite :

- Dans votre organisation individuelle ?
- Dans le management qui vous encadre ?
- Dans votre relation aux autres ?

Vrai changement de postures

Au niveau personnel

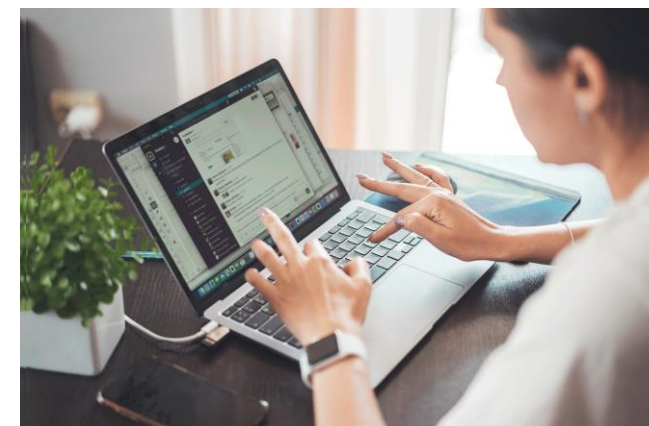
- Autonomie et responsabilisation
- Discipline sur la gestion du temps
- Organisation (par ex un lieu dédié bien équipé)
- Compétences sociales et humaines renforcées

Pour le management

- Passer d'un management de contrôle à un management de responsabilité (par projets)
- Apprendre à faire confiance et à déléguer
- Procurer les bons outils
- Mettre en place des processus de régulation efficace

Pour les relations entre collègues

- Se parler !
- Prendre l'initiative
- Mettre en place des routines et un système d'alertes



Risques de détresse psychologique renforcés

- 1/3 des salariés en risque de dépression,
- 10 % d'entre eux est en burn-out

En cause :

- l'amplitude des horaires
- des conditions de travail dégradées
- manque de lien social, isolement,
- perte de réalité, monotonie des tâches,
- difficulté à se déconnecter
- ...

Comment repérer les
personnes en situation
de détresse ?



Contenu issu du webinar Télétravail : attention aux risques psychosociaux, animé par Maître Lydia Hamoudi, avocate associée du cabinet Novia Avocats.

Le télétravail éloigne le salarié de son lieu de travail et de la collectivité des travailleurs, ce qui peut le fragiliser. Il devient alors un facteur de Risques PsychoSociaux (RPS).



LES CONSÉQUENCES POUR LE SALARIÉ

Ces risques peuvent entraîner des **pathologies** telles que des dépressions, des maladies psychosomatiques, des problèmes de sommeil mais aussi favoriser les troubles musculo-squelettiques ou les maladies cardio vasculaires.

LES CONSÉQUENCES POUR L'EMPLOYEUR

Les RPS ont des **répercussions organisationnelles et économiques** absentéisme, turn-over, augmentation des accidents de travail, taux de cotisation AT/MP, dégradation du climat social, etc.



LES FACTEURS DE RISQUE INDUITS PAR LE TÉLÉTRAVAIL

ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL

Tensions, fracture numérique, isolement, stress, addictions...

RELATIONS DE TRAVAIL

Réduction des interactions, accroissement de l'autonomie, réduction de la visibilité...

EXÉCUTION DU TRAVAIL

Surcharge de travail, difficultés à s'autogérer, porosité entre la vie professionnelle et la vie personnelle...

Rayonner pour Christ en télétravail

MISSION 2 : RÉCONCILIER LES HOMMES AVEC DIEU

Tâches principales de la mission :
Prier, intercéder pour mon travail
Eveiller leur dimension spirituelle
Annoncer la bonne Nouvelle



MISSION 1: REPRÉSENTER DIEU PARMI LES HOMMES

Tâches principales de la mission :
Travailler comme une louange à Dieu
Être un messenger de paix
Adopter une attitude de service

Rayonner pour Christ en télétravail



2Thes 3:13, Heb 12:2, Gal 6:9

Un comportement à la gloire de Dieu

- Pour mon manager ?
- Pour mes collègues ?

Comment être un
élément positif dans
mon environnement ?



Ce qui peut poser problème :

- L'absence de décisions attendues
- La non-livraison des choses promises
- La non-réactivité
- La qualité du travail rendu
- La confusion dans les responsabilités de chacun (exemple : doublon) ;
- Les objectifs confus ou changeants dont on n'a pas eu connaissance ;
- L'absence d'un plan de travail journalier ;
- L'absence sur des créneaux où je suis attendu
- L'environnement familial

**Comment être un
élément positif ?**

Comment « écouter » à distance ?

- Établir des rythmes réguliers, ciblés et courts
- Choisir avec soin les médias de sa communication (synchrone, asynchrone...)
- Soigner sa communication
 - orale, visuelle
 - Écrite (mails, textos ...)
- Être factuel, positif, encourageant
- Rester disponible
(conseil de laisser 20% du temps joignable)



En résumé, ce qui change :

Dans ma posture
au travail

Plus d'autonomie



Responsabilisation



Redevabilité



Importance de prendre
l'initiative dans les relations de
travail, au risque et de perdre
de notre rayonnement pour le
Seigneur et de « disparaître » !

Dans ma relation
aux autres

Plus d'isolement



Proactivité



Soft-skills sociaux

« Pour vous, frères, ne vous lassez pas de faire le bien » 2 Th 3:13

« Ne nous lassons pas de faire le bien; car nous moissonnerons au temps convenable, si nous ne nous relâchons pas. » Gal 6:9

Pour donner suite à cette conférence ou nous rejoindre :

1

c-proactif@agapefrance.org



2

www.c-proactif.org