

Par Anne-Laure Joubaire

Temps : 2'00''

**Difficile d'arriver à se concentrer, entre le débit ininterrompu des informations, les nouvelles mesures de restrictions, les décrets et projets de loi d'urgence, et pour les parents, la gestion des cours des enfants !**

Si certaines structures ont mis en place des règles et des chartes d'encadrement de ce mode de travail, la grande majorité des entreprises n'en ont pas préparé. Nombre d'entre vous pratiquaient déjà le télétravail occasionnel, mais le faire pendant des semaines à la suite requiert de s'astreindre à une certaine discipline.

Il convient tout d'abord (si possible) de se réserver un espace de travail dédié, bien éclairé ; qui puisse être séparé des lieux de vie habituels. Prenez une pause d'une heure le midi et de 15 minutes toutes les deux heures avec quelques étirements. Il est possible d'instaurer des déjeuners (ou apéros) en visio avec les collègues et amis tous les jours avec les outils Zoom, Google Hangouts ou Discord.

Concernant les horaires, l'accès permanent à un ordinateur rend difficile la déconnexion. Il est nécessaire pour votre santé physique et mentale de suivre les horaires de bureaux ou du moins le temps de travail habituel. A partir d'une certaine heure, il faut s'interdire d'aller voir ses mails. Seuls les soignants ont des vraies urgences en ce moment.

## EN TANT QUE MANAGER

Nous vivons une situation exceptionnelle. Malgré toutes les bonnes volontés du monde, la productivité baissera, que cela soit dû aux difficultés psychiques dues au confinement ou au fait de devoir s'occuper des enfants. Il faut donc prendre ceci en compte dans la distribution et la hiérarchisation des tâches à faire.

Des points réguliers devront être organisés, comme ils l'étaient en présentiel, non pour contrôler, mais pour démontrer aux collaborateurs que vous êtes à leurs côtés dans cette période difficile. Il est beaucoup plus efficace de vérifier une atteinte des objectifs que de les appeler toutes les 2h s'ils ne vous envoient pas assez de mails.

Nous sommes dans un marathon, pas un sprint. S'épuiser au travail ne sera utile à personne.

### Pour aller plus loin

[40 jours de télétravail coupé du monde. Conversation avec le « Web Robinson », Gauthier Toulemonde](#)

[Confinement : quelle organisation pour travailler au mieux à son domicile ?](#)

[Les six pratiques clés pour bien manager ses équipes en télétravail](#)

[Communiqué du barreau de Paris sur le télétravail](#)