



Fiche 4 - Le télétravail

Continuer d'apprendre et demeurer dans l'action

Apprenez à apprendre

En contexte de télétravail, apprendre à s'approprier de nouveaux outils est essentiel. Profitez de cette opportunité pour développer vos connaissances et de nouvelles compétences afin que vous et votre équipe en tiriez profit au maximum. Votre cerveau est un muscle. Entraînez-le!



Mettez vos passions et vos talents à contribution

Parmi vos passions et vos talents, lesquels pourriez-vous mettre à profit pour propulser votre équipe et faire évoluer l'organisation? Profitez-en pour mettre de l'avant vos talents au service de l'équipe et développer de nouvelles compétences (ex. : développer des outils ou des procédures de communication pour l'équipe).



Cultivez un esprit d'apprentissage en continu

Plusieurs personnes ont tendance à évoquer le manque de temps pour expliquer leur baisse de motivation pour apprendre. Nul besoin d'investir de longues heures de façon intensive pour tirer profit d'un apprentissage. En investissant de courtes périodes de 5 à 25 minutes par jour, vous constaterez rapidement que vos investissements sont payants. Pour maintenir votre motivation, entourez-vous de gens qui ont envie d'apprendre et d'échanger avec vous.




Faites preuve d'ouverture et acceptez votre vulnérabilité

L'une des clés de l'apprentissage réside dans la discussion informelle avec autrui. **70% de nos apprentissages sont coconstruits avec les pairs.** De ce fait, soyez ouvert et réceptif à accueillir de nouvelles connaissances en rendant vos pairs à l'aise à collaborer. Comme vous ne pouvez pas tout connaître, acceptez votre vulnérabilité et osez l'exposer. Tout le monde se retrouve dans la même situation.



Utilisez la méthode Pomodoro pour augmenter votre concentration



1. Identifiez une **cible** d'apprentissage (connaissance à développer).
2. Identifiez une **méthode** d'apprentissage (lecture, recherche sur le web, podcast, webinaire, vidéo, etc.).
3. Mettez un chrono de **15 minutes** et concentrez-vous entièrement à votre activité pendant ce temps.
4. Prenez une **pause** de 5 minutes et écrivez ce que vous retenir. L'écriture favorise la rétention d'information.
5. **Partagez vos apprentissages** avec vos pairs. Le partage permet d'enregistrer l'information dans la mémoire à moyen terme et de créer de la nouvelle information pour faire progresser les connaissances. L'option « [partage d'écran](#) » de Teams est un bon outil pour le partage des connaissances. 

Développez votre réflexe d'apprenant engagé

À la fin de chaque journée, développez le réflexe de vous questionner sur 1 ou 2 apprentissages que vous avez assimilés. Permettez-vous de sortir de votre zone de confort pour apprendre. Osez essayer de nouvelles méthodes d'apprentissage et cibler de nouvelles connaissances à acquérir. Soyez un acteur important pour l'enrichissement de votre équipe!



DÉFI DU JOUR



Déterminez une zone de connaissance ou de compétence que vous aimeriez développer. Testez la méthode Pomodoro au moment le plus tranquille de la journée. Recommencez tous les jours! À titre d'exemple, complétez le parcours d'apprentissage en annexe.

MOT AUX GESTIONNAIRES

Faites preuve de positivisme et d'exemplarité. Montrez à vos employés qu'il est possible d'apprendre à utiliser les technologies et nouvelles façons de faire pour travailler à distance. Utilisez-les et ouvrez un espace de partage de connaissance commun et discutez-en en équipe.