

Auto-motivation et autodiscipline en télétravail (OW2-SSH)

ID OW2-SSH Prix CHF 240,- (Hors Taxe) Durée 3 heures

A qui s'adresse cette formation

Les employés qui travaillent à domicile ou dans une structure décentralisée

Pré-requis

Des connaissances informatiques de base en tant qu'utilisateur, un ordinateur portable ou de bureau, idéalement avec un casque ou avec un microphone et un haut-parleur, ainsi qu'une licence Office 365 valide avec Microsoft Teams sont nécessaires.

Objectifs

- Se motiver de manière autonome en télétravail sans impulsions extérieures
- Générer activement et indépendamment un sentiment de réussite
- Maintenir à un niveau élevé le niveau d'énergie nécessaire pour télétravailler grâce à une bonne régénération
- Rester constamment efficace sur le lieu de travail
- Avoir un degré élevé d'autodiscipline
- Se gérer dans la routine de travail quotidienne

Contenu

- Apprentissage de l'auto-motivation active en télétravail
- (Re)découverte des facteurs de motivation personnelle
- Prévention des facteurs de démotivation
- Génération de succès sur une base régulière
- Apprentissage de la régénération et de l'auto-efficacité
- Autodiscipline sur le lieu de travail virtuel

Auto-motivation et autodiscipline en télétravail (OW2-SSH)

Centres de formation dans le monde entier



Fast Lane Institute for Knowledge Transfer (Switzerland) AG

Husacherstrasse 3
CH-8304 Wallisellen
Tel. +41 44 832 50 80

info@flane.ch, <https://www.flane.ch>