

SLIMMER THUIS WERKEN SLIMME TEAMS

IN 10 WEKEN NAAR EEN SLIM
TEAM

“Mensen hebben het recht om te leren zelfstandig te werken. Tweederde heeft een prikkel of sociale controle nodig om te starten met werk. Eenderde is zelfstartend. Iedereen is daar anders in.”



Nu vaker thuiswerken de norm is, begint het bij zelfleiderschap, de regie nemen, je eigen richting bepalen en daarmee optimaal kunnen functioneren en alles uit jezelf halen.

Er is geen collega of manager die je erop kan wijzen dat je te weinig pauze neemt of vaak afgeleid bent door je telefoon, dit moet je zelf gaan doen. Je moet je, nog meer dan wanneer je naar kantoor zou gaan, bewust worden van jouw eigen handelen en gedrag om met dezelfde energie, focus, efficiëntie en werkplezier thuis te kunnen werken.

Het is uiteraard voor iedereen heel persoonlijk hoe we hiermee omgaan. Er is geen one-size-fits-all. Zelfleiderschap is geen vanzelfsprekende kwaliteit. Er komen veel factoren bij kijken, intrinsieke motivatie, ontwikkeling, zit je op de juiste plek in je functie enz.

POSITIEVE ENERGIE LEIDT TOT POSITIEVE RESULTATEN

SLIMMER THUISWERKEN

- # Om slim om te kunnen gaan met het nieuwe werken is het nodig dat medewerkers bewust worden van hoe ons lichaam en brein efficiënt functioneren. Dit vraagt meer aandacht voor onze softskills.
- # Slimmer Thuiswerken zorgt ervoor dat medewerkers kunnen functioneren in hun 'zone of genius'.
- # Positieve betrokken medewerkers zijn efficiënter en ervaren meer werkgeluk.
- # Intrinsieke motivatie realiseert blijvende gedragsverandering en vitale medewerkers
- # Positieve impact die aanstekelijk werkt voor mensen, teams, organisatie en hun omgeving



Probleem	Oplossing	Resultaat
• Thuiswerken vraag om nieuwe competenties • Veel veranderingen waar richting aan gegeven moet worden • Altijd-aan' syndroom en Multitaskcultuur	• Workshops voor medewerkers • Workshops voor team leads • In-company Slimme ambassadeur / collega-coach	• Gelukkige medewerkers • Betere resultaten: meer focus, creativiteit en efficiëntie • Focus op softskills, vitaliteit en zelfleiderschap

“*Investeren in Slimmer Thuiswerken zorgt voor gelukkige medewerkers*”

HET PROGRAMMA

Het 10 weken Slimmer Thuiswerken programma is ontwikkeld voor teams en heeft als doel medewerkers meer tools in handen te geven, vaardigheden te ontwikkelen en te laten kijken naar het eigen gedrag waardoor zij met meer plezier, focus en efficiëntie, nu en in de toekomst, thuis kunnen werken. Het programma wordt volledig online gegeven.

Als organisatie kun je er ook voor kiezen om het programma in te zetten voor team-leads / teamleiders, die naast het ontwikkelen van nieuwe vaardigheden, zich ook ontwikkelen op het gebied van leidinggeven op afstand.

Er kunnen maximaal 20 mensen deelnemen aan het programma. Om ervaring op te doen van buitenaf en te leren van anderen, laten we hetzelfde programma bij verschillende organisaties gelijktijdig lopen, waarbij we zoveel mogelijk kijken naar diversiteit binnen de deelnemende partijen. We creëren op deze manier heterogene groepen (van max 20 personen) die in vaste samenstelling deelnemen aan de workshops.

We starten en eindigen het 10 weken programma met de eigen organisatie. De workshops worden in het begin van de werkweek gepland en de emails worden op vaste momenten verstuurd. Door een vaste structuur in te bouwen weten deelnemers wat ze kunnen verwachten en hier een routine van maken.



COMMITMENT

Vanuit het management is commitment nodig zodat er tijd vrijgemaakt kan worden voor het volgen van de workshops.

Wanneer dit gewenst is kan SmartLife Academy een sessie voor het management verzorgen waarin we het belang van het programma en de meerwaarde voor de organisatie uiteen zetten.

We willen er naar streven dat iedere deelnemer alle workshops bij kan wonen om optimaal resultaat te realiseren.

TIJDSINVESTERING

Deelnemers:

12,5 uur (podcast uren zijn hierin niet opgenomen en zijn dan ook optioneel)

Extra uren collega-coach:

1,5 uur, excl. de tijd die besteed wordt aan de individuele collega-vragen.

WORKSHOPS

Tijdens de workshops richten we ons op het ontwikkelen van nieuwe vaardigheden en het aanleren van nieuw gedrag om op een vitale manier thuis te kunnen werken.

We steken in op efficiëntie, focus, werkplezier en zelfleiderschap.

EMAILS

De emails die we twee keer per week sturen nemen max 5 minuten leestijd in beslag. De tools, tips & tricks en ervaringen uit de workshops worden in de emails verwerkt. Dit kan d.m.v een geschreven bericht, filmpje of podcast.



PODCAST

SmartLife Academy maakt podcasts. Deze zijn voorlichtend en informatief, soms in vorm van een interview en worden aangeboden vanaf Google podcasts, Apple podcast en Spotify.

Vanaf week vijf in het programma zijn deze te volgen. Ook na het 10 weken Slimmer Thuiswerken programma zijn de podcasts beschikbaar. Ze zijn optioneel te beluisteren als aanvulling op de inhoud van de workshops of voor het verkrijgen van achtergrondinformatie. De podcasts duren maximaal 30 minuten. Onderwerpen die aan bod komen zijn o.a. slimme wandeling, welke invloed heeft jouw smartphone op jou, slimmer slapen, ervaringen met stress en burnout, hoe onze biologie functioneert, slim ademen, verbinden en veel meer.

COLLEGA-COACH

De rol van de collega-coach of Slimmer Werken ambassadeur is het implementeren van de kennis binnen de organisatie. Daarnaast fungeert de collega coach als sparringspartner en luisterend oor voor vragen, én is hij of zij binnen de organisatie ambassadeur van het Slimme Werken.

INHOUD

week 1

- Intro 10 wk Slimmer Thuiswerken programma met eigen organisatie
- 0- meting
- Benoemen van een ambassadeur / collega-coach
- 2 emails (introductie en eigen gedrag inzichtelijk krijgen)
- communicatie intern (intranet omgeving)
- sessie collega-coaches (30 minuten, gemengd)

Week 2

- Workshop (zelf)leiderschap op afstand (gemengd)
- 2 emails (tools (zelf)leiderschap op afstand)

Week 3

- 2 emails (tools (zelf)leiderschap op afstand + reflectie op eigen gedrag)



INHOUD

Week 4

- Slimmer thuiswerken workshop 2 uur (gemengd)
- 2 emails (tools en voornemens)

Week 5

- 2 emails (ervaringen van deelnemers + reflectie op eigen gedrag)
- Link naar podcast

Week 6

- workshop 2 uur Slimmer Thuiswerken in de praktijk, ervaringen, tips delen + waar loop je tegenaan + tussen evaluatie. (gemengd)
- 2 emails (tips uit workshop + herhaling tools)

Week 7

- 2 emails (herhaling tools + ervaringen van deelnemers + reflectie op eigen gedrag)



INHOUD

Week 8

- workshop Bouwen aan jezelf 2 uur (gemengd)
- 2 emails (tips, tools en voornemens uit workshop)

Week 9

- workshop 1 uur ambassadeurs / collega-coaches om voortgang te continueren (gemengd)
- 2 emails ervaringen ophalen.

Week 10

- Evaluatie afsluiting eigen organisatie 2 uur
- Survey (1-meting)
- 2 emails (ervaringen)
- Iets leuks (mok, magazine..)

Week 11-12

- Evaluatie rapport