



## **Как эффективно работать дома**

Общие рекомендации, основанные на реальном опыте

По статистике только 10% людей хорошо самоорганизованы и могут работать дома так же эффективно, как в офисе. Поэтому, хотя вы не будете тратить время на дорогу и кофе с коллегами, работать эффективнее получается далеко не всегда.

Мы собрали некоторые полезные советы, основанные на реальном опыте наших сотрудников, для тех, кто обычно работает в офисе, а сейчас будет вынужден какое-то время работать дома.

### **1. Заранее подумайте, какое оборудование вам нужно для удаленной работы**

- Купите то, чего не хватает (в некоторых случаях работодатель может обеспечивать вас необходимым);
- Обеспечьте дома нормальный интернет.

### **2. Обсудите заранее со своим руководителем порядок взаимодействия**

- Какие программы и утилиты использовать для удаленной работы, как будет организован доступ к офисным сетевым ресурсам, к кому обращаться по техническим вопросам;
- Как до вас будет доводиться срочная информация (например, по корпоративной электронной почте, вы должны ее читать не реже чем раз в два часа, или вам пришлют сообщение в определенный мессенджер);
- Как будут выстроены коммуникации, например, если раньше были ежедневные планерки, будут ли они продолжаться, с помощью какого-то инструмента удаленного общения;
- Как будет проводиться постановка задач и прием результатов;
- Как фиксировать рабочее время и писать отчеты;
- Если нужна работа с бумажными документами: как ее быстро реорганизовать в безбумажный документооборот, или передать коллегам в офисе, а себе забрать часть безбумажных обязанностей других коллег и т.д.

Важен ваш психологический настрой. Вы дома, но вы – на работе, в команде, у вас есть коллеги и задачи, от вас ждут выполнения ваших обязанностей.

### **3. Оборудуйте дома рабочее место, обеспечьте безопасность работы**

- Подумайте, какие контакты вам нужны, соберите их в одно место;
- Зарядите мобильный телефон;
- Стол, стул, розетка рядом или удлинитель, освещение, отсутствие лишних предметов на столе – помогает рабочей обстановке;
- Поверьте, полулежать с ноутбуком на коленях или сидеть в мягком кресле – совсем не так удобно, как кажется. Стул со спинкой, самый удобный из имеющихся дома - лучший выбор;
- Не включайте телевизор, музыку в качестве фона, проверено – производительность снизится;

- Домашних животных тоже на время работы лучше не пускать в свое рабочее помещение;
- Если дома кроме вас есть кто-то еще – обязательно установите пароль на компьютер и блокируйте его при каждом отходе от рабочего места.

#### **4. Прием пищи во время работы**

- Заготовьте заранее и поставьте себе рядом термос с чаем, кружку, перекус – чтобы не отвлекаться во время работы;
- По возможности не работайте на кухне, желание налить чая и что-то перекусить на кухне приходит чаще.

#### **5. Рабочий распорядок**

- Начинайте рабочий день в то же время как в офисе, и заканчивайте примерно также. Если нужно отклониться – согласовывайте с руководителем. Обычный «офисный» график дисциплинирует;
- Оденьтесь для работы почти «по офисному», это тоже дисциплинирует;
- Меньше отвлекайтесь на новости в интернете, мессенджеры и социальные сети;
- Используйте рабочие чаты только для обсуждения простых/организационных вопросов, сложные фиксируйте в почте, чтобы потом остались следы;
- Старайтесь коротко фиксировать письменно результаты звонков, видеоконференций, представляйте, что это было обычное совещание и надо зафиксировать – кто, что, в какие сроки должен сделать по итогам этого совещания;
- Если дома, кроме вас, кто-то есть - объясните им, что вы на работе, отвлекать в такие-то промежутки времени нельзя;
- Если ваш супруг/супруга тоже работает дома, лучше разойтись по разным помещениям, заранее договориться о времени обеда и в остальное время друг друга не отвлекать;
- Раз в час вставайте со стула и делайте мини-зарядку, иначе с непривычки будет болеть спина. Одновременно проветривайте помещение;
- Настоятельная рекомендация – обед приготовить в «нерабочее» время, стирать, мыть посуду, быстро сбежать в магазин под домом и т.п. – тоже, не совмещайте это с работой, в том числе с рабочим разговором по телефону.

#### **6. Особенности работы, если в доме дети**

- Если вы остались дома с маленьким ребенком и им некому заниматься кроме вас – мало кто может полноценно работать в этой ситуации;
- По опыту наших коллег, с детьми от 7 лет можно договориться, что в такое-то время мама/папа работают, отвлекать родителя нельзя, расписать ребенку режим занятий, включить для этого необходимые устройства, маме/папе отвлекаться только на кормление обедом;
- С детьми младше 7 лет обычно такое не получается (мы же не хотим, чтобы ребенок каждый день 8 часов подряд сидел в гаджетах и нас не беспокоил), поэтому обсудите с руководителем – работать часть дня, или взять отпуск: ежегодный или за свой счет.