

IZZIVI IN PASTI DELA OD DOMA

1. del – pasti dela od doma za sodelavce
dr. Sergeja Planko



www.eu-skladi.si



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI STRUKTURNI IN
INVESTICIJSKI SKLADI
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST

DELAMO OD DOMA – KATERE SO PRVE REAKCIJE IN POMISLEKI



- PSIHIČNE DILEME – dvomi in osebni strahovi (stres ob odločitvi da se bo delalo od doma, ali imam prave kompetence, kako jih nadgraditi, ali sem podjetju sploh še potrebna, bodo kar ukinili moje delovno mesto, ali to sploh zmorem, se da moje delo sploh opravljati od doma).
- FIZIČNI PROSTOR – kje si bom lahko uredila domačo pisarno (ali imam miren prostor in pogoje- ustrezen računalnik, dovolj hiter internet).
- KOMUNIKACIJA S SODELAVCI – kako bo potekala komunikacija s sodelavci.
- USKLAJENOST DELA IN DOMA – kako bo to potekalo znotraj družinskega življenja.



DELAMO OD DOMA – KAKO SE PRIPRAVIMO

- PRIDOBIMO OZ. NADGRADIMO USTREZNE VEŠČINE, ZNANJA (nova orodja, pristopi, pripomočki)
- UREDIMO SI DELOVNI KOTIČEK (pazimo na hrup, kamero)
- ČASOVNI OKVIR (s podjetjem se določijo pravila, časovna okna komunikacije in realizacije rokov)
- ORGANIZIRANOST (s podjetjem si pravočasno uredimo dostope do podatkov, datotek, zaprosimo za potrebne pripomočke, ipd.)
- KOMUNIKACIJA S SODELAVCI (dogovorimo način in dinamiko usklajevanj, sestankov)
- USKLAJENOST DELA IN DOMA (z družinskimi člani naredimo urnik in načrt za dosegljivost in službene obveznosti, določimo najbolj kritične situacije, ko se partner z otroki umakne, mi imamo SOS lokacijo, kjer je mir..)



PASTI DELA OD DOMA

- Zaradi **socialne distance** se lahko počutimo osamljene in **izolirane** ter izključene od dogajanja v podjetju.
- Imamo občutek, da **nismo naredili dovolj** – ker se prepletajo službene in družinske obveznosti.
- Imamo **slabo vest** in slab občutek, da bi si **vzeli prosti čas** in imamo občutek, da moramo biti konstantno na razpolago.
- Zaradi drugačnega načina dela in pričakovanja nadrejenih smo v **večjem stresu**, posebej, če imamo težave z usklajevanjem družinskega in službenega dela. Tudi tukaj lahko **pregorimo**.
- Družinski odnosi so na veliki preizkušnji.



PREDNOSTI DELA OD DOMA

- Prihranimo čas, ki bi ga porabili za fizični приход na delo.
- Čas med različnimi obveznostmi si vseeno lahko malo bolj sami razporedimo in načrtujemo tudi druge aktivnosti.
- Vzpostavimo si svoj bioritem za delo (zjutraj/zvečer).
- Delovno okolje si lahko uredimo čisto po svojih željah in potrebah.
- Ko se ponovno srečamo s sodelavci, smo jih iskreno veseli in željni družbenih interakcij.



DELAMO OD DOMA – NEKAJ NAGIMGOV ZA OPTIMALNO DELO OD DOMA



- Za predstavitev novih pristopov dela prosimo neformalne kontakte in najprej v neformalnih krogih preizkusimo kako deluje informacijska tehnologija. Tako bomo v odnosu do podjetja in formalnih aktivnosti bolj samozavestni in pogumni.
- Če imamo spletne sestanke (zoom, timse, skype) si poskusno vklopimo kamero in preverimo svetlobo, pozicijo, kot pod katerim se vklapljamo, kaj vse se na kameri vidi v ozadju...
- Če komuniciramo interno s sodelavci, je lahko garderoba nekoliko manj formalna in ležernejša, nikakor pa ne neurejena. Sicer pa se uredimo tako, kot če bi šli v službo (frizura, makeup, britje). Bodimo takšni, kot so nas sodelavci sicer vajeni v službi.



DELAMO OD DOMA – NEKAJ NAGIMGOV ZA OPTIMALNO DELO OD DOMA



- Tudi če nimamo strogega časovnega okvirja, si sami postavimo urnik, kjer ločimo čas za delo in čas za privatno sfero. Med delom se izogibamo kradljivcem časa (družbena omrežja, ipd.)
- Svoj delovni kотиček si poskušamo urediti ergonomsko ustrezno, se opremimo z vodo, vmes vstanemo, naredimo vaje, ipd.
- Če pogrešamo druženje s sodelavci, se dogovorimo za kratka redna on-line srečanja, ki so namenjena neformalnemu stikom.
- S partnerjem in starši naredimo načrt za uspešno izvajanje dela od doma, z vključenimi interventnimi vložki, ki jih aktiviramo po potrebi.



HVALA ZA POZORNOST

Združenje delodajalcev obrti in podjetnikov Slovenije
Celovška 71, 1000 Ljubljana
www.zdops.si