

HOME OFFICE: COMO MANTER A PRODUTIVIDADE EM TEMPOS DE COVID-19

Por questões de segurança relacionadas ao novo coronavírus, adotar o trabalho remoto nas próximas semanas será fundamental para quem pode usufruir dessa alternativa.

Embora muitos países já estejam acostumados com a prática, a maioria dos brasileiros não cultiva a cultura do home office, tornando as mudanças desafiadoras.

Já sabe como manter a produtividade e a qualidade das entregas do seu trabalho?



ENTENDA A SITUAÇÃO

Infelizmente, nem todos possuem o privilégio de trabalhar remotamente. Por isso, entenda que o afastamento tem a ver com segurança e responsabilidade social. Muitas pessoas confundem o home office com férias. Não! Sua rotina de trabalho deve ser mantida exatamente da mesma forma. Para garantir a produtividade, tenha em mente que as distrações da sua casa não devem ser desculpa para um mau desempenho.

MANTENHA A ROTINA

Permanecer de pijama e trabalhar com o notebook na cama pode ser tentador, mas são práticas que acabam atrapalhando – e muito! – a sua produtividade. Por isso, mantenha sua rotina diária normalmente: levante no horário de costume, tome banho, escove os dentes, vista-se como se fosse ao escritório. Dessa forma, seu cérebro vai entender que o dia de trabalho começou, mesmo que você não tenha saído de casa. Aplique essa regra ao restante do dia, também, incluindo manter os horários habituais para o almoço, bem como para a pausa do cafezinho.



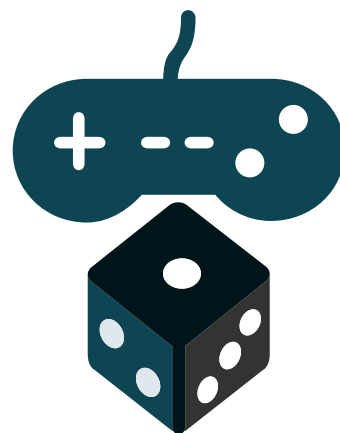
ORGANIZE SEU ESPAÇO DE TRABALHO



O sofá também não é o local ideal onde se trabalhar em casa. No escritório, você trabalha sentado à frente do computador, então, em casa, deve fazer o mesmo. Qualquer mesa (incluindo a da cozinha) pode ser adaptada temporariamente para abrigar seu computador. Caso a cadeira não seja lá muito confortável, uma almofada pode aliviar a situação até que você possa retornar ao escritório.

RESPEITE SUA VIDA PESSOAL

Um erro que muitos dos que trabalham em home office cometem é trabalhar o tempo todo. É preciso respeitar sua vida pessoal mesmo quando se trabalha em casa, finalizando as atividades profissionais do dia tal qual aconteceria caso estivesse saindo do escritório. Terminou de trabalhar? Fique off-line nas ferramentas de comunicação corporativa, o que pode ser encarado como um substituto do "bater o ponto da saída".



NÃO ALIMENTE "NEURAS"



Estar fisicamente distante de seus colegas de trabalho pode render algumas "neuras", que não devem ser alimentadas. Sabe quando você começa a achar que estão falando a seu respeito pelas costas, mesmo sem motivos concretos para tal? Então! Livre-se desses pensamentos inconvenientes que surgem só porque os membros da equipe estão mais quietos do que o normal em um determinado dia – eles talvez estejam apenas focados no trabalho, tentando se adaptar à rotina do home office tanto quanto você.

CONTE COM FERRAMENTAS DE COMUNICAÇÃO

O trabalho à distância exige que a comunicação entre a equipe aconteça virtualmente. Há quem acabe usando mensageiros como o WhatsApp para isso, mas, para não misturar vida pessoal e profissional, o ideal é contar com ferramentas on-line dedicadas à comunicação corporativa. Slack e Microsoft Teams estão entre os mais populares entre uma vasta gama de serviços com essa finalidade – gratuitos ou pagos.



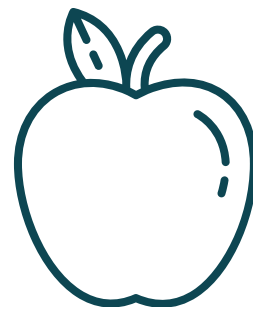
NÃO SE PERCA EM MEIO ÀS TAREFAS



Assim como ferramentas on-line permitem a boa comunicação entre membros de uma equipe, o mesmo conceito é aplicado à gestão de tarefas. Se, no escritório, você depende de um superior para organizar seu fluxo de trabalho, vale abraçar alguma ferramenta de gestão de projetos, como Trello ou Asana. Assim, sua lista de afazeres fica bem organizada, sem risco de que algo importante deixe de ser feito no prazo.

ALIMENTE-SE BEM

Se no local de trabalho você tem o hábito de fazer algumas pausas ao longo do dia para "beliscar" uns petiscos, certamente sentirá a mesma necessidade ao trabalhar em casa. Você pode (e deve!) manter esse costume no home office, mas tente resistir ao desejo de devorar pacotes inteiros de bolacha só porque ninguém está vendo. E que tal, além de comer bem, economizar uma grana com o almoço, preferindo preparar uma refeição fresquinha e saudável em vez de apelar para os apps de delivery? Caso não tenha o tempo necessário para cozinhar na hora do almoço mesmo, uma opção é preparar um jantar em dobro, esquentando a "marmitta" no dia seguinte.



PRIORIZE A HIGIENE



Home office não é bagunça, e muito menos sujeira! Certamente você não se sente bem trabalhando em uma empresa empoeirada e desorganizada, mas, na sua casa, quem fica responsável por manter tudo limpo e em ordem é você mesmo. Lembre-se também que estamos em meio a uma pandemia do novo coronavírus; então, cuidado redobrado com a higiene. Lave bem as mãos com ainda mais frequência, use e abuse do álcool gel ao longo do dia, mantenha seus equipamentos de trabalho (como teclado, mouse, celular, etc.) devidamente higienizados, e não deixe a faxina para depois.