

Home Office

Muitas empresas decidiram não parar e pediram para que seus funcionários trabalhassem de casa, o famoso Home Office. Mas... será que você sabe realmente como deve ser esse tipo de trabalho?



Para muitos, é uma situação nova e como sempre, tudo que é novo, assusta... mas fique calmo. Seguindo algumas regrinhas, você vai tirar de letra (alguém ainda usa essa expressão? Bom, eu uso rsrs).

Tire o pijama – não precisa colocar terno e gravata, nem aquele salto alto. Uma camiseta e uma calça confortável já está bom, só não pode ser pijama. Pois seria o mesmo que trabalhar na cama.

Nada de cama/sofá – acredito que é explicativo por si só, né? Escolha um lugar confortável e principalmente tranquilo, onde

não será constantemente atrapalhado.

Sem distração – eu sou movida a música e me concentro melhor ouvindo, eu não me incomodo se tiver uma música ambiente baixinha. Mas nada de TV e se puder feche a porta do cômodo e avise as pessoas da casa (se morar com alguém) que está em “modo trabalho”.

Pausa para o cafezinho – ok, ok não é apenas para o café nem ir ao banheiro. Mas de tempos em tempos, dê uma pausa para relaxar. Brinque com o cachorro, fale com alguém da casa.. algo que te distraia um pouco para voltar mais energizado para o trabalho.

Tenha hora para começar e terminar – siga em casa como no escritório. “Bata o ponto” normalmente. Se não conseguiu finalizar algo nesse tempo, desconecte e espero o outro dia. Simples assim!

Está bem, no começo é meio estranho mesmo. Mas vamos ver o lado cheio do copo? Não nos estressamos com o trânsito, não passamos horas nos arrumando (mais mulheres, no caso) e o mais importante no momento. Ficamos em casa, isolados e podemos conter a pandemia.