

HOME OFFICE

Empresas & Colaboradores

GUIA DE BOAS PRÁTICAS



Olá!

Neste momento onde as recomendações são muito severas quanto necessidade de se manter em isolamento social, empresas e colaboradores, se vêem na contingência de implementar o trabalho remoto sem ter experiência nessa prática.

Para quem não está acostumado com Home Office, isso representa um grande desafio, tanto para os Empresários e Gestores quanto para os Colaboradores.

Pensando nisso, elaboramos este pequeno guia de boas práticas que pode transformar essa contingência desafiadora em uma experiência positiva e de bons resultados.



CONSIDERAÇÕES INICIAIS

Não há método, ou recurso material ou físico que dê certo por si só, é fundamental que junto com isso, haja um comportamento adequado.

Por essa razão além das dicas práticas e ambientais é fundamental construir ações, atitudes e comportamentos positivos e adequados.



PREPARE SEU AMBIENTE

Escolha em sua casa, um local de pouca circulação, evitar interferências, barulho e interrupções é fundamental para concentração e produtividade.



Cuide de sua postura



A mesa onde vai trabalhar deve ter uma altura confortável e ter lugar para colocar as pernas embaixo

Iluminação adequada é essencial



Preferencialmente escolha um lugar com luz natural e boa ventilação.

Isso ajuda a manter boa disposição. Lugares escuros e sem ventilação provocam cansaço e desânimo.



Implementando as condições de trabalho

Se houver janela posicione a mesa de trabalho de modo que a luz entre pela esquerda se você for destro e à direita se for canhoto, essas posições também são mais favoráveis para uso do computador pois evitam reflexo na tela.



Infraestrutura

Observe se há tomadas e se a voltagem é compatível com os equipamentos que pretende utilizar.



110v

• •

220v

Seja prudente, não ligue muitos aparelhos numa mesma tomada, evite sobrecarga ou curtos circuitos.



Organização

Neste módulo vamos sugerir procedimentos simples que ajudarão a obter bons resultados com a simples organização de seus pertences.



Antes de iniciar, verifique itens como caneta, papel para rascunho, material com as anotações do assunto que vai trabalhar, computador e assessórios, enfim, tudo que vai precisar deverá estar no mesmo ambiente.



Evitar se deslocar para pegar itens que estejam em outro cômodo.



Procure manter os horários de café, de descanso e de refeições iguais aos que faz quando está na empresa. Além do seu organismo agradecer, pois está acostumado com esse ritmo, inconscientemente seu psíquico vai entender que nada mudou, e isso te ajudará a ser mais disciplinado.

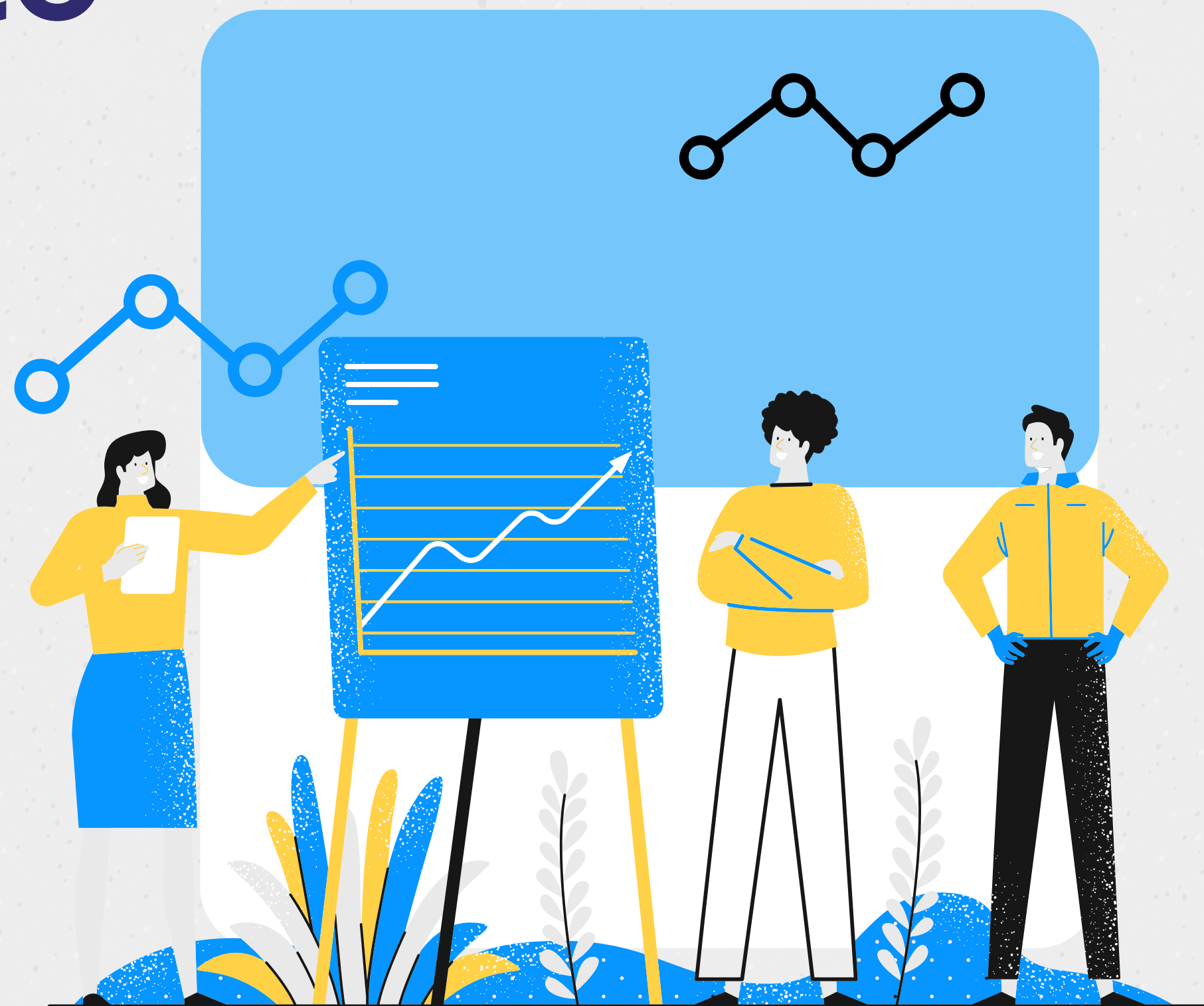


Atenção!

Perceba que, quando está em home office, deslocar-se para outros ambientes é muito diferente do que quando está na empresa. Em casa, seu encontro com cônjuge, filhos, familiares, ou seu bichinho de estimação, vai desviar sua atenção e isso é o suficiente para perder o foco, ou dissipar uma boa ideia, então sua produtividade terá ido para a lixeira.

Comportamento

Este módulo trata da necessidade de que suas atitudes e comportamentos estejam alinhados com seu trabalho.



Comportamento



ATENÇÃO!!!
ATENÇÃO!!!

Comportamento

O “trabalho em casa” deve ser entendido como estar no trabalho, e não como estar em casa. Se não colocar isso na cabeça, o fracasso é certo!

Traga para o seu nível de consciência, a missão de que você é um profissional e tem um dever a cumprir, e independente de onde esteja, deverá fazê-lo com excelência.

É fundamental que sua mente, corpo e atitude estejam em sintonia com a sua atividade. Assim como não dorme de roupa social, não trabalhe de pijama. Procure vestir uma roupa confortável, porém adequada.



Comportamento

Acorde num horário adequado para cumprir sua rotina matinal, vista-se de acordo e faça tudo, de modo que, inevitavelmente, esteja sentado em seu home office no mesmo horário em que estaria na empresa.

Converse com os familiares e peça a colaboração de todos, para que você possa trabalhar com tranquilidade e sem interrupções.

Na medida do possível não mude sua rotina de horários de descanso, café e refeições, porém, se for necessária uma mudança para adaptar-se à casa, crie novos horários e cumpra-os rigorosamente.



Considerações Finais

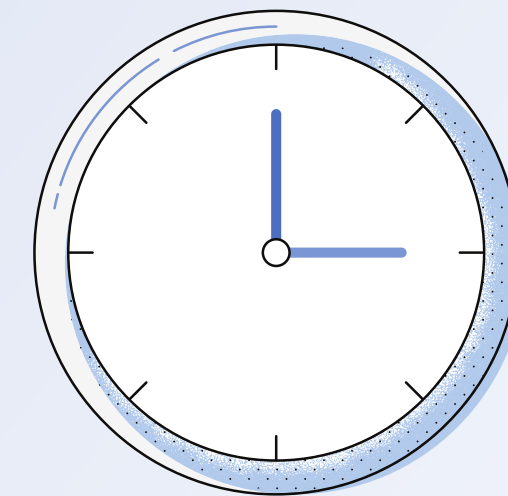


Desenvolvimento: A circunstância da obrigatoriedade do trabalho em casa, se bem sucedida poderá trazer muitos benefícios no futuro, tanto para a empresas quanto para os profissionais.

No caso de dúvidas e sugestões entre em contato com seu Sindicato ou Associação



Em breve



O assunto de nossa próxima edição
será sobre a regulamentação e as
exigências para o trabalho remoto.

NÃO PERCA!



SIETEX



Realização

