

20 dicas para trabalhar de casa (home-office).

A partir de março de 2020, mais pessoas do que nunca começaram a trabalhar de casa. Organizações e indivíduos não tiveram tempo de preparar-se para o trabalho remoto ou pensar nas melhores maneiras de fazer a transição de equipes, processos e cultura para um ambiente somente online. Ninguém sabia (ou ainda sabe) quanto tempo a pandemia de COVID-19 e, portanto, o trabalho remoto obrigatório durariam. Diante disso, o autor infere, a partir de sua experiência pessoal e profissional, dicas para aumentar a performance e a qualidade de vida do Profissional *Home-Office*. Detalharei os itens abaixo.

1. Manter o horário regular. Ter diretrizes claras sobre o tempo em que dedica-se ao trabalho ajuda muitos trabalhadores remotos a manter o equilíbrio entre trabalho e vida pessoal. Um dos melhores benefícios do trabalho remoto é a flexibilidade, quando o trabalho permite. Aplicativos como o RescueTime, permitem que você verifique se está aderindo à sua agenda.
2. Criar uma rotina matinal. O que na sua rotina matinal indica que você está prestes a começar a trabalhar? Utilize o mesmo processo para o fim do dia (Item 20).
3. Defina regras básicas com outras pessoas em sua casa ou que compartilham seu espaço quando você trabalha.
4. Agende pausas. Se você trabalha para uma organização, conheça a política de intervalos.
5. Compense os horários de Pausa, caso precise.
6. Saia de casa. Saia de casa e mova seu corpo.
7. Não hesite em pedir o que você precisa.
9. Mantenha um número de telefone profissional.
10. Use uma VPN sempre que estiver conectado a uma rede que não controlar.
11. Socialize com colegas.
- 12/13. Seja notado em ambientes de Reunião.
14. Procure oportunidades de treinamento e aprendizado.
16. Supercomunique-se. Trabalhar remotamente requer que todos se comuniquem.
17. Seja positivo.
18. Aproveite vantagens.
19. Não seja muito difícil para si mesmo ou para os outros.
20. Referido acima (item 2)

