

15 TAJNIKÓW PRODUKTYWNEJ PRACY ZDALNEJ: Pracuj w stałych godzinach



Praca zdalna to świetne rozwiązanie – dla osób niepełnosprawnych, młodych mam oraz wszystkich tych, którzy wolą pracować samodzielnie – w zaciszu własnego domu. Praca w systemie „home – office” wymaga jednak dużej samodyscypliny, motywacji. W naszym cyklu publikacji przedstawiamy 15 tajników produktywnej pracy zdalnej. Zachęcamy do lektury!

Pracuj w stałych godzinach!

Praca zdalna bez wątpienia daje poczucie wolności. Możesz pracować kiedy chcesz i gdzie chcesz. Swobodnie łączyć życie rodzinne, opiekę nad dzieckiem z pracą. Możemy też wyskoczyć w środku dnia na zakupy czy szybką kawę z koleżanką. Brzmi świetnie? Jasne, że tak! Elastyczny czas pracy może się sprawdzać świetnie – może też być pułapką. Zlecenia, które byśmy w pracy, w biurze wykonali w 7 godzin – w domu wykonujemy w 10. Ilość rozpraszaczy, innych spraw, które gdzieś tam mamy do zrobienia może działać demotywująco.

Z tego też powodu mimo elastycznego czasu pracy warto ustalić sobie stałe godziny pracy. Warto ustalić je tak, aby były zgodne z naszym wewnętrznym zegarem biologicznym. “Ranne

ptaszki” powinny wykorzystywać na maksa swoją poranną produktywność. “Nocne marki” powinny z energią pracować w godzinach wieczornych.

Zawsze pisz plan dnia, rozpisuj co masz do zrobienia. Planuj nie tylko czas pracy, ale również przerwy czy czas na posiłki. To sprawi, że będziesz miał kontrolę nad czasem. Wiadomo, że czasem zdarzają się wyjątki jak pilny wyjazd, gorsze samopoczucie – warto jednak pracować w stałych godzinach i nie przekraczać ich. Będziemy wtedy bardziej produktywni i więcej czasu zostanie nam na wypoczynek, czas z rodziną.