

Home office x isolamento social

As expressões [“home office”](#), “trabalho em casa” e “trabalhar de casa” nunca foram tão buscadas no Google como em março deste ano. Pelo gráfico da plataforma é como se o índice, que foi de 25 até agora, saltasse para 100.

A corrida repentina por essas informações é o reflexo da pandemia mundial da covid-19, mas também prova que, a maioria dos trabalhadores foi pega de surpresa com a nova forma de trabalho.

Não que muitas empresas já não estivessem aderindo ao serviço remoto, mas isso sempre foi mais restrito a nichos e funções específicas e com públicos mais familiarizados com a tecnologia.

Para quem é marinho de primeira viagem, calma! A gente te dá uma ajudinha!

Quer saber como trabalhar em casa durante o isolamento social? Então, não perca nossas informações!

De repente home office

A primeira dificuldade para quem nunca trabalhou em casa é a tecnologia, já que, o mínimo que você vai precisar é de um computador, um celular e uma internet com uma velocidade razoável.

Mas o problema são as dúvidas com relação à operação de programas, aplicativos, etc. Já que o funcionário da TI não vai estar na sua casa para te ajudar, é importante saber com a empresa como fica esse suporte remoto, os custos e/ou fornecimento da estrutura.

Espaço e organização

Depois de resolver os problemas técnicos é hora de organizar o espaço. Parece que não tem muita importância, mas faz toda a diferença ter um lugar determinado para suas atividades. Uma mesa com uma cadeira confortável e com seus materiais à mão economiza tempo.

Como estamos em isolamento, é bom que seja perto de uma janela, um lugar claro, iluminado e arejado. Quando for fazer uma pausa- item obrigatório- dá para relaxar e apreciar a paisagem e até repor a vitamina D.

Distrações

Aqui é onde mora o perigo. Quando você está em casa tudo acontece: é a família que te requisita toda hora, a pia da cozinha que dá problema ou aquela mensagem no e-mail que te seduz para a nova temporada da sua série favorita.

Resista às tentações! Converse com a família sobre seu horário de trabalho. Ignore os grupos de WhatsApp enquanto estiver produzindo e deixe a série para assistir quando acabar.

Tudo tem limite

Mas atenção! Home office não significa ficar disponível a qualquer hora. Converse com a empresa para entrar em acordo com relação ao seu horário de expediente. Não é porque você está em casa que vai trabalhar 24/7.

Os horários devem respeitar o que diz o seu contrato, a única diferença é que a atividade vai ser desenvolvida de forma remota. Isso não é motivo para atender ligações fora de hora ou mesmo responder e-mails ou mensagens sem restrições de dia e horário.

O que isso tem de bom?

Tudo que é novo assusta no começo, mas é sempre uma oportunidade de aprendizado. Funcionários passam a ter contato com outras dinâmicas. Gestores exercitam a criatividade para conduzir processos à distância e manter os índices de produtividade.

Até porque a mudança dá sinais de que realmente veio para ficar. E se isso acontecer, a mão de obra estará qualificada para o futuro do trabalho, tão discutido, mas que ninguém poderia prever que teria essa guinada repentina provocada por uma pandemia.

Se cuide!

Independente de estar trabalhando ou não, o isolamento social em si já é uma tarefa difícil para nós. Ficar em casa assistindo a tudo o que está acontecendo pode provocar transtornos mentais. Mas podemos lutar contra isso.

Reserve um tempo para fazer o que te faz bem. Pode ser curtir a família, assistir a filmes, fazer atividade física. Se estiver sozinho, abuse de vídeo chamadas com familiares e amigos. Podemos estar perto sem

estar junto.

E não esqueça #fiqueemcasa e #laveasmãos

Texto: [Luciana Cavalcante](#)

Gostou do nosso post? Quer receber outras dicas em primeira mão? Então, não se esqueça de se inscrever em nossa newsletter e fique por dentro dos próximos artigos!