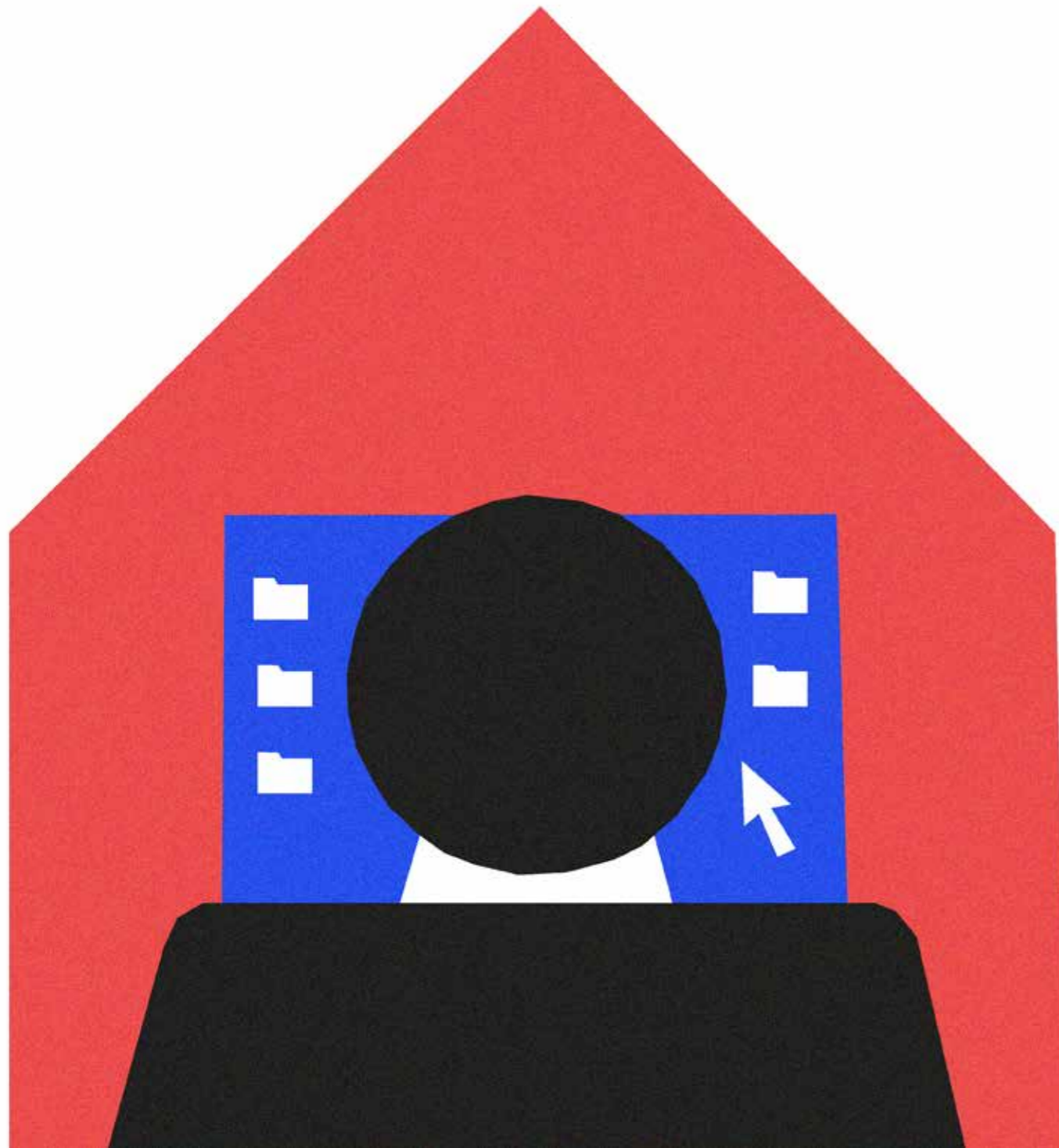
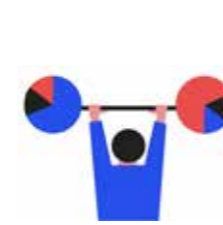


Tipps für das Homeoffice

Das Coronavirus zwingt die deutsche Wirtschaft zu einem Selbstversuch. Viele Unternehmerinnen und Unternehmer ermöglichen ihren Beschäftigten die Arbeit im Homeoffice. Was die Ausbreitung der Pandemie eindämmt und somit unsere physische Gesundheit schützt, kann die psychische Gesundheit herausfordern. Wie Unternehmerinnen und Unternehmer sowie Führungskräfte ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in dieser neuen Situation stärken können. Und was wir alle für uns selbst tun können.



Unternehmen können ihre Beschäftigten im Homeoffice aus der Ferne unterstützen. So sorgen Sie als Führungskraft dafür, dass wenig Frust entsteht:



Stiften Sie Sinn

Machen Sie Ihren Beschäftigten deutlich, dass ihre Arbeit für das Unternehmen wichtig ist, und erläutern Sie, wo die derzeitigen Prioritäten liegen. Bleiben Sie in Ihren Erwartungen realistisch und berücksichtigen Sie durch das Homeoffice entstehende Einschränkungen.



Halten Sie Kontakt

Zeigen Sie Ihren Beschäftigten, dass Sie für sie da sind, auch wenn sie sich aktuell nicht täglich persönlich begegnen. Vermitteln Sie zudem Vertrauen. Ein freundlich gemeinter Anruf kann jedoch schnell als Kontrolle aufgefasst werden. Hier ist Fingerspitzengefühl gefragt.



Hören Sie zu

Die Infrastruktur, die Ihre Beschäftigten benötigen, um gut durch den Tag zu kommen, umfasst viele Bereiche. Funktioniert die Technik? Wie sind die Kinder versorgt? Im Dialog finden Sie heraus, wie Sie ihnen optimal unter die Arme greifen können.



Krempeln Sie nicht alles um

Manch feste Strukturen und Abläufe, die sich im Unternehmen bewährt haben, lassen sich auch vom Homeoffice aus aufrechterhalten – gegebenenfalls in etwas abgewandelter Form. Diese Routinen sorgen für Kontinuität, die gerade in Krisenzeiten besonders wichtig ist.

Beschäftigte können die Gestaltung ihres Berufsalltages im Homeoffice aktiv in die Hand nehmen. So gelingt es:



Sehen Sie Chancen

Das plötzliche Mehr an Handlungsspielraum kann stressen. Es bietet aber auch die Möglichkeit, die eigenen Aufgaben nach eigenem besten Wissen zu priorisieren. Daraus kann eine Menge neue, positive Energie entstehen.



Halten Sie Zeiten ein

Auch wenn die Selbstisolation einen Ausnahmezustand darstellt, müssen Sie nicht immer erreichbar sein. Kommunizieren Sie per E-Mail oder Telefon, wann Sie arbeiten und wann Sie Ihre Ruhe benötigen.



Werden Sie Ihr eigener Manager

Versuchen Sie, Ihren Arbeitsplatz zu Hause möglichst frei von privaten Gegenständen zu halten. Denken Sie an regelmäßige Pausen und gestalten Sie diese erholsam, machen Sie kleine körperliche Übungen oder gehen Sie spazieren



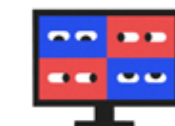
Kommunizieren Sie effizient

Klären Sie mit Ihrer Führungskraft und den Kolleginnen und Kollegen, wie Sie Fragen und Informationen bündeln können und wie Kommunikationsprozesse so ablaufen, dass Sie sich gegenseitig nicht überstrapazieren.



Schaffen Sie Strukturen

Effizientes Arbeiten bedeutet vor allem, Störungen und Unterbrechungen zu minimieren. Besprechen Sie mit allen Familienmitgliedern, wie dies möglich ist, und probieren Sie verschiedene Vorschläge aus.



Kümmern Sie sich umeinander

Ein virtuelles Treffen mit den Kolleginnen und Kollegen ist vielleicht nicht ganz so schön wie im persönlichen Kontakt, aber allemal besser als kein Austausch.