

100 IDEER TIL HJEMMEARBEJDE

Ritualer, der indrammer arbejdsdagen

1. Skab overgangsritualer, når du "går på arbejde". Og når du "kommer hjem".
2. Vælt ikke direkte fra sengen og over til computeren.
3. Tjek ikke mails i sengen.
4. Vent med at møde til du plejer, selvom du ikke har transporttid.
5. Bliv ikke længere "på arbejde", end du plejer.
6. Gå en tur med en podcast i ørerne, inden du møder.
7. Læs et kapitel i en roman, når ungerne er ude af døren. Stearinlys og god kop kaffe.
8. Sæt høj musik på, hvis din hjerne lige skal sættes i gear.
9. Tag arbejdstøj på, når du "møder" – det gør nok også lidt for dine online-møder.
10. Brug dit arbejdskrus. Det du kun drikker halvdårlig, kold kaffe af. Ting trigger tanker.
11. Ring til din mor, når du har fri, nu hvor du ikke skal sidde i myldretidstrafik. Gode gerninger og kærlighed er godt bare fordi.
12. Lav en fast gåturs-aftale ved fyraften, så du kan komme "hjem fra arbejde". Man kan naturligvis også tage cyklen.
13. Hold fri med god samvittighed.

Et lille hjemmekontor

14. Find en fast plads i hjemmet, hvor du altid arbejder. Gerne et sted med en dør, der kan lukkes. [Sengen anbefales vist ikke af fysioterapeuter].
15. Tænk i skønhed og stimulerende omgivelser. Ikke kun i arbejdsmiljø. Tillad f.eks. dig selv at købe en buket blomster om ugen, som du kan nyde på hjemmekontoret.
16. Skab et professionelt miljø og plads til dit hjemmekontor og flyt så hyppigt på dig i korte pauser. Skift i arbejdsstilling.
17. Bord, stol, lys, tastatur, skærm. Høretelefoner?
18. God akustik i dit arbejdsrum, gør dine online-møder lettere, og du bliver mindre forstyrret af andre lyde.
19. Skal der bygges et skur i haven eller indrettes et lokalt kontor-fællesskab?
20. Du behøver ikke at dele alt. Det er ok at have en professionel og en privat personlighed.
21. Overvej, om der er steder i hjemmet, hvor du ikke ønsker kamera?
22. Overvej, om der er arbejde, du ikke ønsker at udføre hjemme? Faglige skænderier eller svære samtaler måske?
23. Hjemmearbejde betyder vel bare "ikke på kontoret"? I naturen, på et bibliotek, på en cafe?

Fordybelsestid

24. Fokus. Du kan udrette mere på et par timer med arbejdsro end på en hel dag, hvor du også laver lektiehjælp eller skal lytte til kærestens online-møder.
25. Skab arbejdsro. Fysisk og mentalt. Støj og afbrydelser fra andre mennesker og digitale dimser gør det sværere at koncentrere sig, og man bliver lettere stresset.
26. Ruhe-tage [ja, det er et tysk ord, det bruges nogle steder for en ugentlig formiddag, hvor alle i afdelingen har arbejdsro til at læse faglitteratur, sætte sig ind i komplicerede arbejdsopgaver mv].
27. Stilletimer, 1-2 timer som markeres i kalenderen til individuel fordybelse. Hvor man altså ikke er tilgængelig på mail og telefon.
28. Sæt autosvar på, når du ikke er tilgængelig i længere tid.
29. Hjernen arbejder fint uden wi-fi. Gå eventuelt en tur, mens du overvejer en faglig udfordring eller læg din i en hængekøje.
30. Gør også livet lettere for dine kolleger at fordybe sig. Er det sikker på, at de skal cc på den næste mail?
31. Deadlines er godt. Så prioriterer man i kaos.
32. Og så er det tid til en pause.

Pauser er power

33. Hold pauser. Især hvis du holder mange onlinemøder. Ellers tænker du som en småsnaldret type sidst på eftermiddagen.
34. Læg pauserne ind i din kalender for at få dem holdt.
35. Tænkearbejde er hårdt. Så tænk ikke for meget i pausen, men slå gerne græsset eller sæt en vask over.
36. Sæt autosvar på i frokostpausen, så kunder og kolleger har ro i maven. Og du selv ligeså.
37. Lav din egen kantine: Fyld køleskabet op med lækre snacks.
38. Frokostdans med din hjemmearbejdende bedre halvdel. Måske i hvert jeres rum, hvis I lige trænger til at turde det i starten...
39. Synkron-work out med kollegerne. Tre, to, en... nu
40. Nyd at du kan gå ud i den friske luft og endda opleve dagslys om vinteren.

Hyggesnak om kaffemaskinen

41. Fælles digital kaffepause med max fire andre fra teamet (man skal ikke være flere, for så flyder online-samtalen dårligt). Strukturér det således, at I holder kaffepause i forskellige grupper hver uge, så alle får talt med alle over tid.
42. Styr din teknologi-begejstring. Suppler med levende mennesker.

43. På den anden side: Tænd din teknologi-begejstring og opdag, hvordan man kan lege og være uformel digitalt.
44. "Gæt et hjem". En kollega sørger for at indsamle billeder, som andre så skal gætte.
45. "Kend din kollega": Send close up-billeder [ikke på den metoo-agtige måde], som de andre skal gætte, hvem er.
46. Ring til folk i stedet for automatisk at maile. F.eks. fast hver dag kl. 10.00, mens du brygger en kop te/kaffe.
47. Kollega-rouletten: Træk lod om, hvem der skal på co-walking sammen denne uge. Evt. med et ugens tema eller bare faglig sparring.
48. Find noget rigtigt at mødes om. Et projekt, frivilligt arbejde, et fælles spanskursus?
49. Vær ærlig. Hvis I ikke mødtes til fredagsbar og banko før corona, er der så brug for at opfinde det nu?

Inspiration udefra

50. Book inspirerende online-foredrag (eller fysisk, hvis man må det), så man får en fælles oplevelse og nye ideer på tværs af hele organisationen.
51. Efterskole-morgen: Diskuter dagens nyheder ude fra verden kl. 9.00-9.15 hver dag. Så er I klar til dagen.
52. Læseklub. Læs en bog, som diskuteres på et online-møde eller fysisk.
53. Online-konferencer. Det vælter med gratis konferencer og foredrag.
54. Faglige online-fora, hvor man nærder med folk uden for arbejdspladsen.
55. Faglig sparring og sociale relationer behøver ikke kun at komme fra kolleger. Måske er det en anledning til at finde ud af, hvad andre i dit netværk ved og kan?
56. Hold et 10-15 minutters online præsentation for dine kollegaer om et emne du brænder for. I bliver kloge fælles og du får træning i online præsentationsteknik. Og du kan optage det og måske bruge oplægget i andre sammenhænge?

Nærværende ledelse – på afstand

57. Tænk ikke på dét, du gør nu, som ren corona-overlevelse. Tænk bæredygtigt hjemmearbejde på den lange bane. Hvordan skal det fungere?
58. Tag tid til ledelse. Nu kan man ikke klare den ved at gå en runde på kontoret. [Det kunne man måske heller ikke før].
59. Fokuser på kvalitet i arbejdet i stedet for, om folk sidder ved skærmen. Vis tillid. Den mest effektive medarbejder kan være den, der har slukket telefonen for at koncentrere sig.

60. Vær særlig opmærksom på nyansatte, tilflyttere og løstansatte, som ikke har stærke relationer på forhånd.
61. Systematisk sikring af hyppige samtaler med afsæt i autentisk og i visse henseender coachende karakter. Det mindsker afstanden, og der skabes forbindelse, fællesskabsfølelse, meningsfuldhed og retning.
62. I et stort hus med masser er plads og uden småbørn, er det lettere at arbejde hjemme. Hvad kan I gøre for dem, der har sværere ved det?
63. Spørg dine medarbejdere, hvad der virker for dem. Det har de ganske givet tænkt en del over, så man kunne jo spørge?
64. Forkæl medarbejderne med en hjemmearbejds-goodie-bag med lækkerier: chokolade, lakrids, god kaffe/te, ristede løg [som alle jo ved kan pifte en kedelig frokost op], en stueplante... Find selv på mere. Brug de penge I har sparet i kantine, på konferencer og produktfejring.
65. Åbent-hus-møde uden dagsorden som online-møde. Det giver mulighed for at dine medarbejdere kan spørge dig om alt det der foregår i organisationen, som de ikke kan følge med i på distancen.
66. Nedsæt en mini-tænk tank i temaet eller organisationen, der hjælper med at finde på gode ideer til at øge trivsel og motivationen. Det behøver ikke kun være et ledelsesanliggende.
67. Mødepligt på kontoret en eller to dage om ugen, så man er fysisk sammen. [Hvis man kan må]. Lav noget sammen disse dage.

Veloplagte online møder og workshops

68. Online-møder er bare møder. Det der gælder i den virkelige verden, gælder stadig. Husk en mødeleder, en dagsorden, en opsamling.
69. Planlæg og forbered dig grundigt. Test.
70. Involvering, engagement og variation er de tre vigtigste nøgleord.
71. Korte pauser – og MANGE korte pauser. Minimum 5-10 minutter pr. time.
72. Alle skal have tændt for deres kamera. Det kan ikke siges nok. Video styrer. Det handler om tillid.
73. Brug et nedtællingsur [ikke bare et almindeligt ur] i pauserne og bed folk om at 'blive' i mødet, men med slukket lyd og kamera. Bigtimer.net virker godt.
74. Igen: Variation er nøglen til at holde længere møder eller workshops online. Skift mellem oplæg med slides, uden slides, gruppearbejde i break-out-rooms, plenumdiskussioner, præsentationer af gruppearbejde, gåtursgrupperarbejde [særskilt møde bookes med f.eks. 3-4 deltagere. Deltagerne logger på via mobil, tager head-set på og går imens de drøfter emnet].

75. Brug hele tiden forskellige formater. F.eks. for fælles diskussioner: man kan stille spørgsmål løbende, ræk hånden op, spørg i chatten etc.
76. Spis frokost sammen 3-5 personer i break-out-rooms. Det giver mulighed for uformel snak.
77. Sørg for at besætte tre vigtige roller ved online workshops: facilitator, chatbestyreren og IT-eksperter.
78. Sørg for at inkludere alle i den uformelle snak rundt om møderne, også hvis nogen arbejder hjemme, og nogen er samlede.
79. Ved online heldags-workshop: Send en pose med frokost og/eller snacks hjem til alle deltagere. Det starter samtaler, siger dem, der har prøvet det.
80. Sæt tid af til small talk i starten af mødet – eller log ind på mødet et par minutter før, og tal med dem, der har gjort det samme.
81. Hold online-møder, når det giver mening – ellers giv øjnene og hjernen en pause.
82. Brug smarte samarbejdsværktøjer til involvering og engagement: Mentimeter eller bare Menti: Den seriøse fætter til Kahoot – god til afstemninger, word clouds etc. Miro.com: fælles whiteboard hvor man kan brainstorme og alt muligt andet sammen. Slack/Yammer: fælles, enkelt og letanvendelig kommunikationsværktøj.

Glimmer på hverdagen

83. Overfør 10-20 kr. til dine kollegaer/medarbejdere på om fredagen til bland-selv-slik.
84. Online koncert, som alle ansatte (+familier) kan lytte med på.
85. Lav Bring Sally Up Squat Challenge. Med kamera, naturligvis [Youtube er din ven].
86. Lad være med at prøve at lave fælles-sang. Det er afprøvet. Det er akavet.
87. Hjemmekontor-udstyrsbingo.
88. Online ølsmagnings-fredagsbar. Send en kasse med øl hjem til folk og få en professionel fra et bryghus til at guide jer igennem.
89. Det samme som ovenfor – bare med chokolade.
90. Online Escape Room [google er din ven].
91. Lav Tegn & Gæt online. Fx på Skribbl.io.
92. Brug kolleger til at sætte fokus på de små energigivende sejre – kåring af månedens bedste ide.
93. Onsdagsbanko med fede præmier. [En plade skulle række].
94. Hvis alle kaster lidt glimmer på hinanden, så bliver det sjovere for alle, end hvis der kun er én glimmeransvarlig. Når det er sagt: nogle vil have mere lyst til og sans for det end andre.

Det mentale skub

95. Accepter, at du ikke kan være effektiv hele tiden. [Det var du nok heller ikke på kontoret, men sshyy].
96. Nu har du chancen for at blive helt skarp til at arbejde hjemme. Det var en trend allerede inden corona, som kun er blevet taget endnu mere til sig af virksomhederne.
97. Du kan ikke spise frokost med din kollega, men din nabo er sikkert hjemme. Voilá. Nye tider, nye muligheder, nye mennesker.
98. Sparet tid på skjortestrykning og transport. Den tid skal da bruges på noget livskvalitet?
99. Masser af mennesker vælger helt frivilligt hjemmearbejde, fordi de på den måde laver noget fedt. Oversættere, forfattere, selvstændige af alle slags. Måske har de fat i noget?
100. Send en tanke til dem, som står i samfundets frontlinjer, mens du har kunnet læse denne artikel med en kop kaffe i hånden og helt uden visir.