

# Práce z domova a jak se na ni připravit



**EY**

Building a better  
working world

Před nedávnem jsme se na semináři o Digital Future of Work bavili o možnostech, které nám přinášejí moderní technologie. Shodli jsme se, že obecný odpor lidí ke změně je jednou z hlavních bariér většího využití technologií zaměstnanci a HR oddělení by se proto měla zaměřit na rozvoj nových dovedností a kompetencí, aby lidé nové technologie uměli naplno využít.

Současná karanténa představuje pro mnohé zaměstnance i firmy „kvantový skok“. Z pohledu změnového řízení je to ale ideální situace - firmy i zaměstnanci zjišťují, že pracovat z domova je možné i v oblastech, o kterých ještě včera ani neuvažovali, nebo dokonce i u činnostech, kde si byli stoprocentně jistí, že to nepůjde. To ale neznamená, že normální člověk ze dne na dne odhodí pracovní návyky z kanceláře a nahradí je novými pracovními návyky z prostředí domov.

Pojďme si ukázat na zjednodušeném příkladu, jak může změna na práci z domova probíhat. Po prvním oznámení, že budeme pracovat z domova, se nemusí stát nic. Řešíme spoustu každodenních starostí, jsme zavaleni zprávami a toto je jen jedna z dalších. Krátce nato se může objevit fáze úvodního nadšení. Máme radost, že konečně budeme moci sladit pracovní a osobní život. Budeme víc doma, zvládneme spoustu věcí, ušetříme čas za dojíždění, odpadnou nudné porady, konečně vyřídíme věci, na které nebyl v každodenním shonu čas, pořádně se vyspíme. Jakmile ale reálně začneme pracovat z domova, začnou se pomalu objevovat problémy.

Jsme sami doma a „do práce“ se nám jednoduše ani trochu nechce. Úkoly, které jsme v kanceláři zvládali za krátký čas, se nám doma dlouho vlečou a je obtížné je dokončit, protože je prokládáme nezbytným mytím nádobí, sledováním aktuální zpráv nebo hraním her. Může se nám stát, že nám začnou chybět i kolegové, se kterými se v práci ani moc nebavíme. Dostáváme se do „údolí zoufalství“.

A tady dochází k obratu. Až do této fáze jsme víceméně pokračovali v našich starých stereotypch. Vše, co jsme se naučili a co nám v kanceláři fungovalo stále používáme, i když to pro práci z domova nemusí být dostačující. Teď je potřeba se podívat do budoucna a začít upravovat pracovní návyky tak, aby odpovídaly aktuální situaci. Stačí malá vítězství - jako třeba začít používat jednu novou technologii. Jestli je to využití WhatsAppu nebo Teams přitom není rozhodující. Důležité je začít zkoušet nové věci a nebát se dělat chyby. A postupně k tomu přidávat další položky.

Máme pro Vás několik tipů, jak lépe zvládnout práci z domova, a jak z novinek udělat nedílnou součást budoucího pracovního života.

## ■ Pro zaměstnance

### Vymezte si pracovní prostor

- ▶ Pokud máte domácí kancelář, je to ideální. I když ale pracujete doma u kuchyňského stolu, vymezte si prostor, který bude využívat jen pro práci – třeba část stolu bude od 9 do 17 hodin pracovní. Pak se může opět změnit na jídelní stůl. Pomůže Vám to mentálně se nastavit na to, že jste v práci.

### Zachovejte si rytmus

- ▶ V pracovní dny vstávejte stejně, jako kdybyste šli normálně do práce. Přispat si můžete o víkendu. Ušetřený čas za dojíždění můžete aktivně využít na jinou činnost. Klid domova Vám dává ideální příležitost k hluboké mentální práci. Proto si práci rozdělte do několika bloků, abyste soustředěnou práci zbytečně netříštili emaily nebo telefonáty.

### Dělejte pauzy

- ▶ Mezi jednotlivými bloky si dejte pauzu. Pokud můžete na chvíli vyjít na čerstvý vzduch, udělejte to. Pokud se u toho stihnete i trochu protáhnout, Vaše tělo Vám poděkuje. 10 minut chůze pomůže Vašemu organismu víc než káva. Můžete zkusit i krátkou meditaci.

### Práce s dětmi, které jsou doma

- ▶ Pracujete z domova, kde jsou díky zavřeným školám i Vaši potomci. Využijte toho. Ukažte jim, jak pracujete z domova, zkoušejte s nimi různé styly učení. Máte jedinečnou možnost podílet se na rozvoji svých dětí. Ostatně jedna z neefektivnějších metod seberozvoje je, pokud vy sami učíte někoho dalšího.

### Sám, ale ne osamělý

- ▶ Při práci z domova se občas můžete cítit osamělí. Nenechte tento pocit rozrůst. Pokud Vás přepadne osamělost, zavolejte svým kolegům. Můžete se domluvit i s týmem a stanovit si pravidelný čas na „kuchyňkový pokec“ on-line. Pokud to nevyjde, zavolejte alespoň někomu z rodiny nebo známým.

## ■ Pro vedoucí

### Vyjasněte si očekávání

- ▶ Nutnost práce z domova přišla rychle a nestihli jste se na ni pořádně připravit. Vaši podřízení jsou na tom stejně. Proto je důležité, abyste se z pozice vedoucího chopili iniciativy a se svými podřízenými si vyjasnili, co od nich budete při práci z domova očekávat. Jak mají být dostupní třeba na telefonu nebo emailu.

### Komunikujte

- ▶ Využijte komunikační prostředky, které máte k dispozici. Pokud budete jen psát emaily a esemesky, bude chybět nonverbální komunikace. Snažte se alespoň občas využívat video hovorů, abyste nahradili chybějící vizuální kontakt.

### Pracujte s týmem

- ▶ Nastavte si pravidelné porady on-line. Frekvence může být různá, ale pokud jste se všichni najednou octli na „home officu“, je dobré se minimálně jednou týdně spojit s každým členem týmu samostatně a pak ještě udělat týmovou radu. Počítejte s tím, že to může být i častěji, hlavně v prvních dnech a týdnech.

### Pečujte o své zákazníky

- ▶ Stejně jako o své podřízené pečujte o své zákazníky. Řada z nich teď také pracuje z domova. Propojte se s nimi a podpořte svůj business i v on-line rovině. Využijte úkoly a informace z těchto on-line schůzek a úkoly pravidelně delegujte na své podřízené. Práce se zákazníkem tak zprostředkovaně podpoří vaši pravidelnou komunikaci s podřízenými.

### Nezapomínejte na humor

- ▶ Nezapomínejte na humor. Pomůžete sami sobě i vašim kolegům odbourat stres a lépe se vyrovnat s obtížnou situací.

## ■ Pro firmy

### Zdraví na prvním místě

- ▶ Zajištění chodu firmy je jistě důležité, ale zdraví vašich lidí má prioritu.

### Vytvářejte podmínky pro práci z domova

- ▶ Přestože situace přišla rychle a nemohli jste se na ni připravit, pokuste se vytvořit podmínky pro práci z domova tam, kde to jde. Zeptejte se svých lidí, jak by mohli svoji práci dělat z domova. Kreativní nápady jednotlivců mohou pomoci najít řešení, které bude vhodné pro celou firmu.

### Využijte technologií

- ▶ Využijte, co máte k dispozici. I kdybyste měli použít jen telefon a své lidi pravidelně obvolávat, udělejte to. Je to lepší řešení než firmu zavřít. Postupně můžete začít přidávat vyspělejší technologie. Pokud už technologie využíváte, zapojte do jejich využití co nejvíc lidí a nechte je vyzkoušet všechny funkce, které jsou k dispozici.

### Vzdělávejte zaměstnance on-line

- ▶ Připravte pro své zaměstnance on-line vzdělávání podle jejich potřeb. Ať už se bude týkat využití komunikačních technologií, virtuální práce v týmu nebo odborné kvalifikace zaměstnanců. Teď máte šanci rozvíjet své lidi pro příležitosti, které přijdou, až krize pomine.

### Bezpečnost dat

- ▶ Nezapomínejte na to, aby využití technologie nebo procesy, který nastavíte pro práci z domova zajišťovaly bezpečnost vašich dat. Kybernetičtí zločinci ohledy na současnou situaci neberou.

Pro všechny z nás je tato situace nová a učíme se za pochodu. Každá krize nebo změna je pro nás ale současně příležitostí naučit se nové věci a dále se rozvíjet.



**Ivo Novotný**

ivo.novotny@cz.ey.com  
+420 225 335 813  
+420 731 627 095