

Produktives Arbeiten zu Hause - 15 Praxistipps

Es hat viele Vorteile, wenn man - wie ich - sein Büro zu Hause hat. Aber es ist nicht immer einfach, mit diesen Freiheiten umzugehen.

Wenn Sie diese 15 Tipps aus meiner eigenen Praxis beachten, werden Sie produktiver arbeiten und dafür sorgen, dass auch Ihre Freizeit nicht zu kurz kommt:

1. Beginnen Sie Ihren Arbeitstag mit einer Aufgabe, die einfach ist, Spass macht oder Sie besonders interessiert. Das hilft Ihnen, Schwung für den ganzen Tag zu holen.
2. Halten Sie sich wann immer möglich an einen geregelten Tagesablauf. Gestalten Sie Ihren Arbeitstag so, wie Sie einen "normalen" Job in einem Unternehmen hätten.
3. Setzen Sie sich Termine und halten Sie sich daran. Auch dann, wenn diese gar nicht nötig wären. Planen Sie Ihre Woche und setzen Sie sich Wochenziele.
4. Irgendwann geht auch Ihr Arbeitstag zu Ende - machen Sie Feierabend. Versuchen Sie, sich dabei an fixe Zeiten zu halten. Achten Sie auf eine ausgewogene Balance zwischen Arbeits- und Freizeit.
5. Sorgen Sie dafür, dass Sie auch unter der Woche Zeit mit Ihrer Familie und Ihren Freunden verbringen. Gönnen Sie sich das Wochenende.
6. Beseitigen bzw. vermeiden Sie Ablenkungen. Sorgen Sie dafür, dass auf Ihrem Pult nur das liegt, was Sie für die aktuelle Aufgabe benötigen.
7. Trennen Sie Arbeits- und Wohnbereich. Das gilt auch für das Telefon und wenn möglich den Computer.
8. Vereinbaren Sie Spielregeln mit Ihrer Familie - so kann z.B. eine geschlossene Bürotür bedeuten: "Jetzt bitte nicht stören."
9. Kleiden Sie sich business-mässig, um business-mässig denken zu können. Im Pyjama werden Sie kaum erfolgreich geschäftliche Dinge erledigen können ;-)
10. Pflegen Sie Ihr Netzwerk. Vor allem dann, wenn Sie keine Mitarbeiter haben, ist der Austausch mit anderen Menschen wichtig.
11. Bitten Sie Ihre Kunden um Feedback. Das hilft Ihnen, Fehler zu erkennen und hilft Ihnen, Ihr Angebot fortlaufend weiter zu entwickeln.
12. Machen Sie ab und zu einen Spaziergang, setzen Sie sich ans Seeufer, treffen Sie Leute zum Mittagessen. Egal was - Hauptsache, Sie gehen regelmässig raus.
13. Machen Sie Pausen. Stehen Sie zwischendurch auf, am besten jede Stunde für 5 Minuten. Gönnen Sie sich auch eine grössere Mittagspause - essen Sie z.B. zusammen mit Ihrer Familie.
14. Wenn Sie einen schlechten Tag haben und es Ihnen nicht läuft, dann seien Sie nicht zu streng mit sich selbst. Machen Sie einfach einen halben Tag frei.
15. Belohnen Sie sich, wenn Sie etwas Bedeutendes geschafft oder ein Projekt erfolgreich beendet haben.