



Von zuhause arbeiten ist manchmal gar nicht so leicht. Mit unseren Tipps schaffen Sie sich auch in den eigenen vier Wänden eine angenehme Arbeitsatmosphäre.

11.04.2020 09:00 CEST

Deutschland im Home-Office: 5 Tipps für effektives Arbeiten

Viele Menschen sind derzeit gezwungen, aus dem Home-Office zu arbeiten – und das

womöglich zum ersten Mal. Manchen von Ihnen fällt es mit Sicherheit schwer, Arbeit und Privatleben zu trennen und effizient zu arbeiten. Diese 5 Tipps sollen Ihnen helfen, Struktur in den Arbeitstag zu bringen.

Aufgrund der [Corona-Krise](#) arbeiten derzeit viele Arbeitnehmer von Zuhause aus. Das mag für den einen überhaupt kein Problem sein, andere stehen vor einigen Herausforderungen – insbesondere, wenn der Nachwuchs nebenher betreut werden muss. Wir haben die besten Tipps, die Ihnen helfen sollen, die Home-Office-Zeit möglichst effizient zu gestalten.

Tipp 1: Den Arbeitsplatz richtig einrichten

Es steckt eigentlich bereits im Begriff „Home-Office“: Gestalten Sie zumindest einen Bereich in Ihrem Zuhause zu einem Office um. Richten Sie Ihren Arbeitsplatz so ein, dass er für Ihre Zwecke ideal geeignet ist. Neben einem Schreibtisch, einem bequemen Bürostuhl und einem Computer bzw. Laptop ist natürlich auch die entsprechende Software notwendig. Besprechen Sie mit Ihrem Unternehmen, ob Sie diesbezüglich unterstützt werden können.

Tipp 2: Eine Morgenroutine etablieren

Wer das erste Mal aus dem [Home-Office](#) arbeitet, kann sich morgens möglicherweise nicht motivieren, aufzustehen. Immerhin ist es ja egal, ob ich 8.45 Uhr oder 9.30 Uhr anfangen, oder? Nicht ganz. Für Menschen, die von Zuhause aus arbeiten, ist eines unerlässlich: Eine Morgenroutine zu etablieren. Beginnen Sie Ihren Tag im Idealfall immer um dieselbe Uhrzeit, wie Sie das auch getan hätten, wenn Sie ins Büro gefahren wären.

Der geregelte Ablauf am Morgen hilft Ihnen, gut in den Arbeitstag zu kommen. Sie vermeiden auf diese Weise Entscheidungsmüdigkeit. Machen Sie sich eine Kanne Tee oder Kaffee, möglicherweise auch ein kleines Workout und halten sich an die konkreten Arbeitszeiten. Machen Sie sich einen guten Zeitplan – das hilft, um sein Arbeitspensum effektiv abzuarbeiten.

Tipp 3: Struktur im Arbeitsalltag schaffen

Sie sind nun routiniert in den Morgen gestartet: Behalten Sie auch die Struktur im Arbeitsalltag bei. Denn die Arbeit aus dem [Home-Office](#) bietet viel Raum für Ablenkungen. Aufgaben, die man schon immer mal machen wollte, fallen einem besser ins Auge, je länger man Zuhause ist. Aus diesem Grund ist es umso wichtiger, sich Zeitfenster und Aufgabenlisten für den Tag oder die Woche zu erstellen. Sprechen Sie auch mit Ihrem Partner ab, in welchen Zeiten er für die Kinderbetreuung zuständig ist, damit Sie konzentriert weiterarbeiten können.

Tipp 4: Regelmäßig aufstehen und für Bewegung sorgen

Das A und O in puncto Home-Office ist es, auch Pausen einzuplanen. Auch wenn Sie bequem sitzen: Stehen Sie pro Stunde (ja, jede Stunde!) für ein paar Minuten von Ihrem Stuhl auf und nutzen Sie die Bewegung, um z.B. Telefonate zu tätigen oder sich eine Tasse Tee zu machen. Auch die Mittagspause sollten Sie nicht komplett ausfallen lassen. Nutzen Sie die Zeit lieber, um eine Runde um den Block zu drehen, oder sich eine halbe Stunde auf das Fahrrad zu setzen. Das ist derzeit auch noch möglich in Deutschland, solange keine Ausgangssperre gilt. Potenzielle Frischlufteinheiten können Sie auch am Morgen einplanen, um mit frischem Kopf in den Tag zu starten.

Tipp 5: Kleine Belohnungen für die Arbeit

Sie haben Ihren Arbeitsplatz gut eingerichtet und eine Morgenroutine und Struktur in den Arbeitsalltag etabliert, sodass Sie effizient arbeiten können? Dann belohnen Sie Ihre Erfolge, um weiterhin konzentriert bei der Arbeit zu bleiben und um einen Motivationsschub zu bekommen. Das kann ein Stück Schokolade, ein frisch gepresster Saft oder ein schöner Spaziergang am Abend sein. Hauptsache Sie belohnen sich für Ihre Arbeit – und zeigen damit, dass Sie das Beste aus der Situation machen!

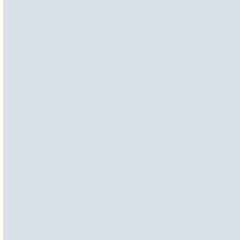
Das 1997 in Behringen (Thüringen) gegründete Unternehmen Town & Country Haus ist die führende Massivhausmarke Deutschlands. Im Jahr 2019 verkaufte Town & Country Haus mit über 300 Franchise-Partnern 4.367 Häuser und erreichte einen Systemumsatz-Auftragseingang von über 957 Millionen Euro. Mit 3.006 gebauten Häusern 2019 und deutlich mehr als 37.000 gebauten Häusern insgesamt ist Town & Country Haus seit 2009 Deutschlands meistgebautes Markenhaus.

Mehr als 40 Typenhäuser bilden die Grundlage des Geschäftskonzeptes, die durch ihre Systembauweise preisgünstiges Bauen bei gleichzeitig hoher Qualität ermöglichen. Für neue Standards in der Baubranche sorgte Town & Country Haus bereits 2004 mit der Einführung des im Kaufpreis eines Hauses enthaltenen Hausbau-Schutzbriefes, der das Risiko des Bauherrn vor, während und nach dem Hausbau reduziert.

Für seine Leistungen wurde Town & Country Haus mehrfach ausgezeichnet: So erhielt das Unternehmen zuletzt 2013 den „Deutschen Franchise-Preis“. Für seine Nachhaltigkeitsbemühungen wurde Town & Country Haus zudem mit dem „Green Franchise-Award“ ausgezeichnet. 2014 wurde Town & Country Haus mit dem Preis „TOP 100“ der innovativsten Unternehmen im deutschen Mittelstand ausgezeichnet. Zudem wurde Town & Country Haus bei zahlreichen

Wettbewerben nominiert und erhielt im Jahr 2017 den Hausbau-Design-Award für das Doppelhaus „Aura 136“ in der Kategorie „Moderne Häuser“ und im Jahr 2018 für den "Bungalow 131" in der Kategorie "Bungalows". Auch 2019 konnte Town & Country Haus einen Hausbau Design Award für den „Bungalow 110“ (1. Platz in der Kategorie Bungalows) gewinnen.

Kontaktpersonen



Isabell Hering

Pressekontakt

Redaktion & Content Management bei Town & Country Haus

presse@tc.de

03625475282