

# WFH

Working-from-home

Effektiv und Effizient Arbeiten –  
von zu Haus aus

**Suman Lederer**

© 2020 Suman Lederer

Autor: Suman Lederer

Umschlaggestaltung, Illustration: Suman Lederer

Verlag & Druck: tredition GmbH, Halenreihe 40-44, 22359 Hamburg

ISBN: 978-3-347-04269-8 (Paperback)

ISBN: 978-3-347-04270-4 (E-Book)

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.



# 1. Ich

Ich bin eigentlich kein Morgenmensch – ich stehe nicht gern früh auf, habe Schwierigkeiten sofort aus dem Bett zu kommen; wenn mein Mann (und unser 7-jähriger Sohn) trotz des Weckers mich nicht zwei bis dreimal noch aufwecken würden, schlafe ich meistens wieder ein; ich versuche immer, bis zu der letzten Minute im Bett zu bleiben, bis ich weiss, dass es ohnehin fast zu spät ist, für was-auch-immer ich danach vorhabe. Aber das hat nichts mit dem Büro oder mit der Arbeit zu tun, oder was-auch-immer ich nach dem Aufstehen vorhabe. Es ist einfach grundsätzlich so!

Als ich noch im Büro gearbeitet habe, habe ich mich irgendwie dafür fertiggemacht, und mich aus dem Haus hinausgeschleppt. Aber kaum war ich draussen, war plötzlich der Schlaf weg; ich war dann wach und munter; nur reden wollte ich nicht wirklich. Ich habe auch nicht gern gehabt, wenn ich Bekannte oder ArbeitskollegInnen auf dem Weg in die Arbeit im Zug, und anschließend in der Strassenbahn oder U-Bahn getroffen habe, die so sehr wach und munter waren, dass sie die ganze Zeit geredet haben. Sie haben den Hinweis auch nicht verstanden, als ich nichts wirklich geantwortet habe, ausser, ja, aha, achso, schön, hmmm... halb lächeln! Aber ich war schon immer ein netter höflicher Mensch, was hätte ich sonst sagen sollen! Aber all das hatte nichts mit der Arbeit oder mit dem Büro zu tun.

Ich habe schon immer sehr gern in Büros gearbeitet. Ich mochte einfach die Unruhe in Büros – die Menschen, die sehr streng schauend hin und hergehen, als ob die ganze Menschheit davon abhängt; Menschen, die sich eine Tasse Kaffee oder für die gesundheitsbewußten eine Tasse Grüntee aus der Küche holen und auf dem Weg in ihr Büro sind; KollegInnen, die mit einem Ordner aus dem Büro der Chefin oder des Chefs ganz ernst hinauskommen; Menschen, die man irgendwo im Gang trifft, und dann ganz Ernst über diese oder jene Aufgabe oder irgendein Projekt befragt oder bespricht, die berühmten „Ganggespräche“ oder „Korridorgespräche“. Ich mochte es, mit

Seit nun knapp vier Jahren arbeite ich ausschließlich von zu Haus aus, das Working-from-home oder kurz gesagt, WFH. Meistens finde ich es toll, diese Flexibilität zu haben (zumindest gedanklich), mir meine Zeit frei einteilen zu können (irgendwie ja, und irgendwie nein), morgens aufzustehen, wann ich will (theoretisch ja, praktisch auch nicht wirklich), zu arbeiten ob und wann ich will (theoretisch ja, praktisch....hmmmm...), aber auf jeden Fall, zwischendurch unseren Sohn von der Schule abzuholen, ihn zu den ausser-schullischen Sportaktivitäten zu begleiten, ihm am Abend eine warme Kleinigkeit vorzubereiten, ihn ins Bett zu bringen, und bei Bedarf danach ein wenig wieder an meinem Bericht zu basteln.

Wenn wir ab und zu an Wochenenden auf Kurzurlaub fahren wollten, und ich eine Einreichfrist beachten musste, habe ich das Büro, sprich meinen Laptop, einfach mitgenommen. Mir hat es nichts ausgemacht, dass sich meine beiden Männer es im Meer gut gehen liessen, und ich am Strand sitzte und arbeitete. Es war einfach toll; und bei einem solcher Kurzurlaube auf Lombok in Indonesien ist das Coverbild entstanden!

Und so ging das Leben weiter, bis sich der Coronavirus entschied, es den Menschen Heim zu zahlen, beziehungsweise, den Menschen das Gefühl zu geben, dass nun Zahltag gekommen ist, denn es gibt leider viele andere Krankheiten und Viren, an denen viel mehr Menschen sterben; aber das plötzliche Auftauchen des COVID-19, die schnelle Ausbreitung zuerst in China und anschliessend in Europa, die vergleichsweise hohe Sterberate, hat alles dazu beigetragen, dass die Menschen plötzlich von Karma gesprochen haben; die Rache der Natur, der Tiere an den Menschen. Ich möchte es nicht verharmlosen, vor allem nicht den Schmerzen derjenigen, die jemanden daran verloren haben, die selber daran leiden; dennoch wenn man sich die Zahlen der Sterbenden aus anderen Ursachen ansieht, ist der Coronavirus eher harmloser im Vergleich. Naja, wie man es so nimmt!

Auf jeden Fall gibt es Auswirkungen auf wirklich alles – Leute fliegen nicht mehr so viel herum; viele Fluggesellschaften haben ihre Mitarbeiter auf Teilzeit umgestellt; die meisten Flughäfen auf der Welt waren leer, bis sich die Länder ihre eigenen Bürger überall aufgerufen

### **3. Fixe Anfangszeit festlegen**

Ich hätte unseren Sohn um 8:30 in den Kindergarten bringen, und einfach irgendwann später mit der Arbeit beginnen können. Aber wenn man lange trödelt, sinkt die Motivation gleichzeitig, und man verliert das Interesse. Es fällt einem schwerer und schwerer, sich hinzusetzen und anzufangen. Aus diesem Grund hatte ich mir eine fixe Uhrzeit überlegt, am Anfang 8:30 Uhr. Ich wollte unseren Sohn in den Kindergarten bringen, spazierengehen, Brötchen holen, zu Haus frühstücken und um 8:30 den Laptop einschalten. Als ich es die ersten zwei Tage gut geschafft habe, trotz der Schwierigkeiten mit dem Aufstehen, habe ich mir überlegt, dass ich das Ganze um dreissig Minuten vorverlege, damit ich bis 13 Uhr volle fünf Stunden zu arbeiten habe. Zu dem Zeitpunkt hat es gereicht, fünft Stunden am Tag zu arbeiten, die Aufgaben zu erledigen, die für den Tag vorgesehen waren.

Die Anfangsuhrzeit festlegen habe ich auch seitdem durchgehalten, auch wenn es nicht immer 8 Uhr war. Je nach Bedarf und Aufgaben des Tages habe ich mir immer eine fixe Uhrzeit für den nächsten Tag überlegt, wann ich mit der Arbeit beginnen wollte. Das war immer sehr hilfreich, eine Struktur in den Tag hineinzubringen. Ich habe es auch meistens geschafft!

Als wir nach Jakarta kamen, war die Anfangszeit zwischendurch dann 9:30; ich bin sogar zum Fitness gegangen und habe erst 9:30 mit der Arbeit begonnen. Wir sind innerhalb von Jakarta umgezogen und wohnen jetzt in der Nähe der Schule. Auf dem Weg zur Arbeit bringt mein Mann unseren Sohn in die Schule und fährt dann weiter. Ich bin normalerweise erst dann aufgestanden, habe mein Frühstück geholt, und mich gleich, im Schlafanzug noch, an den Laptop gesetzt; es hat mir nichts ausgemacht. Ich konnte sofort mit dem Schreiben beginnen. Erst später dann mich fertiggemacht, um unseren Sohn von der Schule abzuholen.

## **13.Nichts wie WFH**

Zum Schluss kann ich nur sagen, das WFH hat sehr viele Vorteile – Zeitersparnis durch weniger hin- und herfahren, effizienter arbeiten, eventuell und idealerweise trotz des Aufenthaltes zu Haus mehr Bewegung haben, hoffentlich etwas gesünder essen, wachsendes Vertrauen des Unternehmens einem gegenüber, und mehr Zeit für die Familie haben. Man sollte nicht vergessen, dass man Glück hat, dass man einen Job hat – viele haben nicht das Glück, dass das Unternehmen auf grosses Vertrauen setzt, und nicht enttäuscht werden sollte, dass das WFH ein riesen Potenzial und viele Vorteile hat, aber dass gewisse Disziplin sehr wohl dazu gehört.

**Auf erfolgreiches WFH!**