

مزایای دورکاری در حفظ تعادل کار و زندگی

صبح برخی روزها بلند شدن از تختخواب، رفتن به محل کار و سپری کردن تمام ساعت روز در اداره غیر ممکن به نظر می‌رسد ...



صبح برخی روزها بلند شدن از تختخواب، رفتن به محل کار و سپری کردن تمام ساعت روز در اداره غیر ممکن به نظر می‌رسد، از این رو نتایج تحقیقات کارشناسی از مزایای دورکاری در حفظ تعادل کار و زندگی پرده برداشته است. به گزارش خبرگزاری مهر، براساس اظهارات یک کارشناس در دانشگاه آلاباما در بیرمینگهام، اگر کار کردن در بیرون از خانه یک گزینه بود مزایای کارکردن در خانه برای برخی کارمندان در حفظ تعادل زندگی و کار خود قابل توجه خواهد بود.

در اوایل سال 2013 اطلاعیه یاهو به کارمندان خود نشان می‌داد که این شرکت سیاستهای دورکاری خود را تغییر داده و علت آن را قربانی شدن سرعت و کیفیت کار از منزل عنوان کرده بود.

این درحالی است که اسکات بویار استادیار دپارتمان مدیریت، سیستمهای اطلاعاتی و روشهای کمی در دانشگاه آلاباما در بیرمینگهام اظهار داشت: چنین استدلالی نادرست است.

وی اظهار داشت: موفقیت کارمندی که در خانه کار می‌کند به فرد، به محل کار و به آموزشهایی بستگی دارد که سازمان برای افراد به منظور دورکاری فراهم می‌کند. وقتی موضوع دورکاری به میان می‌آید یک سازمان مسئولیتهای زیادی دارد، اما از سوی دیگر مسئولیتهای بیشتری برعهده کارکنان است. آنها باید پرسشهایی را از این قبیل از خود بپرسند: آیا دورکاری با شخصیت من و اولویتهای من برای ادغام کار در فضای خانه سازگار است؟ آیا می‌توانیم وقت خود را تنظیم کرده و برای کارکردن در طول روز با انگیزه بمانم؟ آیا می‌توانیم در مقابل وسوسه فرار از کار طی روز دور بمانم؟

اگر پاسخ به پرسشهای زیر مثبت بود، دورکاری می‌تواند گزینه عالی برای کارمندی باشد که به دنبال ایجاد تعادل بهتر برای زمان سپری شده در خانه و زمان سپری شده برای انجام کار باشد.

این کارشناس یادآور شد: در منزل عوامل منحرف کننده حواس بسیار متنوع هستند اما اگر برخی مرزها و برخی قوانین تعیین شوند دورکاری بسیار ساده می‌شود. برای مثال افراد دارای فرزند می‌توانند کار خود را صبحها زمانی آغاز کنند که کودکان در خواب هستند، یا کودکان در مدرسه حضور دارند.

براساس نتایج تحقیقات انجام شده توسط بویار مزایای دورکاری دربرگیرنده کاهش هزینه های حمل و نقل، کاهش اثرات زیست محیطی و صرفه جویی در زمان. اگر این امر به طور مناسب برنامه ریزی شود کار با وقفه های کمتری نسبت به محل کار انجام می‌شود.