

## Как управлять удаленным коллективом во время пандемии COVID-19



Возрастающая напряженность, связанная с пандемией COVID-19 (коронавируса), заставляет предприятия переводить сотрудников на работу на дому, но управление удаленным коллективом может оказаться для вас новой задачей. Как тактично, но эффективно руководить другими при работе в этих новых условиях?

### **Прежде всего, подумайте о своем состоянии**

Прежде чем заняться практической стороной управления удаленным коллективом, важно подумать о своем благополучии. Остановитесь на минуту. Обратите внимание на мысли и эмоции, которые у вас сейчас возникают. Обратите внимание на физические ощущения. Примите и заметьте то, что испытываете.

Может быть полезно дать имена тем эмоциям, которые вы испытываете. Возможно, это ощущение дискомфорта или ошеломления. Может, вы испытываете восторг или ужас — или и то, и другое.

Попробуйте начинать каждый день с нескольких минут осознанности — фундаментальной практики, которая позволит вам подготовиться к тому, чтобы начинать каждый день с ощущением спокойствия и ясности.

### **Проявите сочувствие**

Сочувствие к себе означает, что вы открыто и без осуждения принимаете свои мысли и чувства. Оно также подразумевает, что некоторые эмоции присущи всем людям и что не вы одни их испытываете.

Все мы чувствуем себя не в своей тарелке из-за вспышки COVID-19 и несем друг перед другом ответственность защищать друг друга. Мы не только уменьшаем свою вероятность заражения, но и работаем на общее благо. Удаленная работа — это проявление сочувствия.

Многие сотрудники ценят возможность работать удаленно. Для них это возможность показать наилучшие результаты как индивидуально, так и в коллективе и проявить свои способности. В это непростое, неоднозначное время вашему коллективу нужно, чтобы вы подходили к руководству осознанно.

Работникам нужно ваше спокойное присутствие и чувство ясности и сосредоточенности. По мере перехода на удаленную работу ваши сотрудники должны оставаться на связи с вами и друг с другом.

«Неизвестность — постоянная составляющая руководства.  
Она никогда не исчезает», — Andy Stanley

### Десять советов по управлению удаленным коллективом

1. Регулярно связывайтесь с сотрудниками в индивидуальном порядке. Спросите, как у них идут дела и какая поддержка им требуется.
2. Устраните отвлекающие факторы, чтобы уделить все свое внимание тому, чтобы слушать, проявлять эмпатию и сочувствие.
3. Будьте на связи всем коллективом. Члены коллектива необходимы друг другу. Нужно, чтобы они чувствовали себя сплоченными общей целью.
4. Будьте откровенны, даже если не уверены. Позвольте себе проявлять уязвимость, делиться чувством неуверенности или дискомфорта, чтобы завоевать доверие и сблизиться с коллегами.
5. Четко выражайте свои ожидания и осуществляйте проекты по расписанию.
6. Помните, что ваш коллектив изобретателен и способен преодолеть это испытание. Разнообразные таланты и сильные стороны сотрудников в настоящее время бесценны.
7. Как можно больше общайтесь с помощью электронной почты, СМС, звонков по телефону и видеозвонков. Подбирайте технологии, наиболее подходящие для каждой задачи. Возможно, стоит отправить по почте благодарственные письма, написанные от руки.
8. По мере необходимости подключайте ресурсы, например IT-специалиста, который может проконсультировать сотрудников по переходу на удаленную работу.
9. Создайте культуру непрерывного обучения. Джон Фицджералд Кеннеди сказал: «Лидерство и обучение неразрывно связаны друг с другом». Гибкость в обучении означает, что вы готовы рассмотреть новые идеи и системы и относиться к ошибкам как к возможностям чему-то научиться.
10. Позаботьтесь о себе. Обеспечив собственное благополучие, вы будете лучше справляться с обязанностями и руководить сотрудниками, которые на вас рассчитывают.

### Практикуйте технику СТОП для снижения напряженности

Эта техника осознанности под названием СТОП занимает не более минуты. Она особенно полезна, когда вам кажется, что вы не справляетесь с нагрузкой, и поможет вам принимать решения и продолжать работу с чувством спокойствия и ясности.

**СДЕЛАЙТЕ** небольшую паузу.

Сделайте глубокий вдох и наберитесь **ТЕРПЕНИЯ**.


**ОСМОТРИТЕСЬ** вокруг, не осуждая происходящее.

**ПРИСТУПАЙТЕ** к действию, наиболее необходимому на данный момент.

### Эффективный коллектив

Эффективный коллектив четко осознает свою общую цель. Коллеги доверяют друг другу и своему руководителю и свободно делятся чувствами и идеями.

Лучшие руководители сплывают, вдохновляют и поддерживают свой коллектив. Ваше чуткое, умелое руководство поможет коллективу добиться самых высоких результатов и проявить себя с наилучшей стороны в это непростое время.

Автор: Kathleen Jones 

Данная программа не оказывает экстренную и неотложную медицинскую помощь. В экстренной ситуации звоните в службу 911, если находитесь в США; в местные экстренные службы, если вы за пределами США; либо обращайтесь в ближайшее амбулаторное учреждение или отделение скорой помощи. Данная программа не является заменой медицинского обслуживания, предоставляемого врачом или специалистом. Ввиду возможного конфликта интересов юридические консультации не предоставляются по вопросам, которые могут повлечь судебные иски против компании Optum, ее филиалов и любой организации, в которой заявитель непосредственно или косвенно получает данные услуги (например, работодатель или план медицинского страхования). Данная программа и ее компоненты, в частности услуги, предоставляемые членам семьи в возрасте до 16 лет, могут быть доступны не во всех регионах; возможны изменения без предварительного уведомления. Взаимодействие и образовательные уровни программы помощи сотрудникам могут различаться в зависимости от контрактных условий или законодательства страны. Могут применяться ограничения покрытия.

© 2020 Optum, Inc. Все права защищены. WF998385 202406-042020 ОНС