

การเป็นผู้นำทีมและการบริหาร ทีมงานที่ทำงานจากบ้านใน ระหว่างสถานการณ์โควิด-19



การระบาดใหญ่ของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 (โควิด-19) ทำให้บริษัทต่าง ๆ ต้องให้พนักงานทำงานจากที่บ้าน ในฐานะผู้จัดการ การบริหารทีมงานที่ทำงานจากบ้านอาจเป็นสิ่งที่คุณไม่เคยทำมาก่อน เพราะฉะนั้น คุณควรทำอย่างไรจึงจะสามารถนำทีมงานของคุณให้ทำงานจากที่บ้านได้อย่างมีประสิทธิภาพเหมือนกับการทำงานในที่ทำงาน

ขั้นแรก สำรวจตัวเองก่อน

ก่อนที่จะเริ่มวางแผนจัดการทีมงานของคุณที่ทำงานจากที่บ้าน เป็นสิ่งสำคัญที่คุณควรสำรวจสุขภาพของตัวเองก่อน ใช้เวลาสักครู่ เพื่อสังเกตความคิดและความรู้สึกที่กำลังเกิดขึ้นในขณะนี้ สังเกตความรู้สึกที่เกิดขึ้นในส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย รับรู้และอยู่กับความรู้สึกนั้น ไม่ว่าจะเป็นอย่างไอก็ตาม

อาจเป็นการดี ถ้าคุณสามารถหาคำพูดมาอธิบายอารมณ์ที่คุณกำลังรู้สึกอยู่นั้นได้ เช่น คุณอาจกำลังรู้สึกกระวนกระวายหรือวิตกกังวล ตื่นเต้นหรือกลัว หรือทั้งสองอย่าง

ก่อนเริ่มงานแต่ละวัน ลองใช้เวลาสักสองหรือสามนาทีในการเจริญสติของคุณ เพื่อให้คุณพร้อมที่จะเริ่มต้นทำงานในแต่ละวันอย่างมีสมาธิและมีประสิทธิภาพ

ฝึกเมตตาตนเอง

การเมตตาตนเองหมายถึงการเปิดใจยอมรับความคิดและความรู้สึกต่าง ๆ ของคุณ โดยไม่ตัดสินใด ๆ ทั้งสิ้น นอกจากนี้ ยังหมายถึงการตระหนักว่าคุณก็เป็นมนุษย์ปุถุชนธรรมดาคนหนึ่งที่มีความรู้สึกทั้งด้านดีและไม่ดี เช่นเดียวกับกับคนอื่น ๆ

ขณะนี้ เราทุกคนต่างก็กำลังเสียสมดุลชีวิตจากการแพร่ระบาดของโควิด-19 และเรากำลังพยายามทำทุกอย่างเพื่อป้องกันและกัน นอกจากการลดโอกาสของตัวเองในการติดเชื้อไวรัสโคโรนาแล้ว เรายังพยายามป้องกันคนอื่นจากการติดเชื้อไวรัสด้วยเช่นกัน ดังนั้น การทำงานจากที่บ้านจึงเป็นการกระทำที่แสดงออกถึงความเมตตา ทั้งต่อตัวเองและคนอื่น

พนักงานจำนวนมากดีใจที่สามารถทำงานจากที่บ้านได้ นี่เป็นโอกาสให้พนักงานทำงานอย่างดีที่สุดตามลำพังและร่วมกันเป็นทีม และเป็นโอกาสที่พนักงานจะแสดงความสามารถของตัวเองออกมาได้อย่างเต็มที่

และในช่วงเวลาแห่งความอึดอัดและไม่แน่นอนนี้ ทีมงานของคุณต้องการผู้นำที่มีสติ เยือกเย็น และมีเป้าหมายที่ชัดเจน ขณะที่คุณเปลี่ยนไปทำงานจากที่บ้าน ทีมงานของคุณจำเป็นต้องรู้สึกว่าการติดต่อพูดคุยกันอยู่เสมอระหว่างคุณและทุกคนในทีม

"ความไม่แน่นอนเป็นภูมิทัศน์ที่ถาวรอย่างหนึ่งของการเป็นผู้นำ และเป็นสิ่งที่ไม่มียุติไป" – Andy Stanley

เคล็ดลับสิบข้อในการบริหารทีมงานที่ทำงานจากที่บ้าน

1. ติดต่อพูดคุยกับทีมงานแต่ละคนเป็นประจำ ถามไถ่เรื่องงาน และสอบถามว่าแต่ละคนต้องการความช่วยเหลืออะไรบ้างหรือไม่
2. กำจัดสิ่งรบกวนต่าง ๆ เพื่อที่คุณจะได้ตั้งใจฟัง แสดงความเห็นอกเห็นใจ และให้ความช่วยเหลือที่จำเป็นได้
3. ติดต่อพูดคุยกันเป็นทีม สมาชิกในทีมต่างก็ต้องการกันและกัน และจำเป็นที่จะต้องรู้สึกว่าเป็นทีมเดียวกัน จึงจะบรรลุเป้าหมายของทีมได้
4. บอกเล่าความรู้สึกที่แท้จริงของคุณให้ทีมงานฟัง แม้จะไม่ชัดเจนนักก็ตาม อนุญาตให้ตัวเองรู้สึกอ่อนแอได้ การบอกเล่าถึงความรู้สึกไม่แน่นอนหรือความอึดอัดของคุณ เป็นหนทางหนึ่งในการสร้างความไว้วางใจและความผูกพันกับทีมงาน
5. บอกความคาดหวังให้ทีมงานทราบอย่างชัดเจน และตรวจสอบความคืบหน้าของงาน
6. รู้สึกไว้เสมอว่าทีมงานของคุณมีความคิดสร้างสรรค์และมีความสามารถที่จะทำงานจากที่บ้านได้ ทักษะและจุดแข็งที่หลากหลายของทีมงานเป็นสิ่งที่มียุติในขณะนี้
7. สื่อสารให้มากกว่าปกติ ไม่ว่าจะทางอีเมล SMS โทรศัพท์ หรือไลน์แบบเห็นหน้ากัน ใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสมกับงานนั้น ๆ และอย่าลืมส่งคำขอบคุณถึงทีมงาน เมื่อทีมงานสร้างผลงานที่ดี
8. ใช้ทรัพยากรที่จำเป็น เช่น ขอความช่วยเหลือจากบุคลากรแผนกไอทีเพื่อให้อุปกรณ์พร้อมสำหรับการทำงานจากที่บ้าน
9. ปลุกฝังวัฒนธรรมการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง จอห์น เอฟ. เคนเนดี กล่าวว่า "ผู้นำและการเรียนรู้เป็นสิ่งที่ขาดกันไม่ได้" ความคล่องแคล่วในการเรียนรู้หมายถึงการเปิดรับความคิดและระบบใหม่ ๆ การมองความผิดพลาดเป็นโอกาสในการเรียนรู้
10. ดูแลเอาใจใส่ตัวคุณเอง การดูแลสุขภาพของคุณเองจะทำให้คุณมีสติและเป็นผู้นำที่ดีขึ้นของทีมงานของคุณ

วิธี STOP เพื่อลดความกระวนกระวายใจ

เทคนิคการเจริญสตินี้ หรือที่เรียกว่า STOP ใช้เวลาเพียงนาทีเดียวเท่านั้น เทคนิคนี้จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง เมื่อคุณกำลังรู้สึกวุ่นวายหรือกระวนกระวายใจ และจะช่วยคุณในการตัดสินใจและเดินหน้าต่อไปได้อย่างเยือกเย็นและชัดเจน

S (หยุด) พักสักครู่

T (สุด) ลมหายใจเข้าออกลึก ๆ

O (สังเกต) ความรู้สึกของคุณโดยไม่ตัดสินใด ๆ ทั้งสิ้น

P (ดำเนินการ) ทำสิ่งที่จำเป็นที่สุดในขณะนั้น

ทีมงานที่มีประสิทธิภาพสูง

ทีมงานที่มีประสิทธิภาพสูงจะทราบเป้าหมายของทีมอย่างชัดเจน ทุกคนในทีมมีความไว้วางใจซึ่งกันและกันและในตัวเองหัวหน้าทีม และรู้สึกสบายใจที่จะแสดงความรู้สึกและความคิดของตนออกมา

ผู้นำที่ดีที่สุดจะสร้างความสามัคคีในทีมงาน สร้างแรงบันดาลใจและให้การสนับสนุนทีมงาน ความเอาใจใส่และห่วงใย ความเมตตา และความเป็นผู้นำอย่างเชี่ยวชาญของคุณจะส่งเสริมให้ทีมงานของคุณทำงานอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด และทำให้ทีมงานของคุณแสดงความสามารถของตนออกมาได้อย่างเต็มที่ในช่วงเวลาอันไม่แน่นอนและท้าทายที่ทำให้คุณและทีมงานต้องทำงานจากที่บ้านนี้

เขียนโดย Kathleen Jones 

ไม่ควรรีไปโปรแกรมนี้สำหรับภาวะฉุกเฉินหรือในกรณีที่คุณจำเป็นต้องได้รับการดูแลรักษาอย่างเร่งด่วน ในกรณีฉุกเฉิน โทรศัพท์ถึง 911 หากคุณอยู่ในสหรัฐอเมริกา หากคุณอยู่นอกสหรัฐอเมริกา โทรศัพท์ถึงหมายเลขบริการฉุกเฉินของประเทศนั้น หรือไปที่สถานพยาบาลเคลื่อนที่หรือห้องฉุกเฉินที่อยู่ใกล้ที่สุด โปรแกรมนี้ไม่สามารถใช้แทนการดูแลจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญได้ เนื่องจากความเป็นไปได้ที่จะเกิดการทับซ้อนของผลประโยชน์ขึ้น จะไม่มีการให้คำปรึกษาทางกฎหมายแก่เรื่องนี้อาจทำให้เกิดการฟ้องร้องทางกฎหมายแก่ Optum หรือบริษัทในเครือ หรืออสังหาริมทรัพย์ที่ผู้โทรกำลังได้รับการช่วยเหลือโดยตรงหรือโดยอ้อมอยู่ (เช่น ผู้ว่าจ้างหรือแผนสุขภาพ) อาจไม่มีโปรแกรมนี้และส่วนประกอบทั้งหมดของโปรแกรมนี้ในบางพื้นที่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งบริการสำหรับสมาชิกในครอบครัวที่มีอายุต่ำกว่า 16 ปี และโปรแกรมนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ทุกเมื่อโดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า ระดับประสบการณ์และ/หรือการศึกษาของเจ้าหน้าที่ของโปรแกรมช่วยเหลือพนักงานอาจแตกต่างกันไปตามข้อกำหนดในสัญญาหรือข้อกำหนดในกฎระเบียบของประเทศนั้น ๆ อาจมีข้อยกเว้นและข้อจำกัดด้านการคุ้มครองด้วย

© 2020 Optum, Inc. สงวนลิขสิทธิ์ทุกประการ WF998385 202406-042020 OHC