

A photograph of a person sitting at a desk, working on a laptop. The person is wearing a grey sweater and is holding a yellow cup. The desk has a red folder and some papers. The background is blurred, showing a warm, indoor setting. The text '在家工作' is overlaid in blue.

在家工作

作者：徐豫
心得分享：敖興邦

前言

只是不想再去辦公室，只是單純的不想再回去當上班族過集體生活而已，開始經營御姊愛個人品牌及各式增加收入的方法、探聽各種可能的機會，從接案者到成為發案人，一直都是使用遠端工作的方式與團隊聯繫。遠端工作難的時常不是工作本身，而是建立有效的溝通方式。

為什麼你需要讀這本書呢？是時候嘗試一種新的生活方式了。

作者在本書裡將透過自身過來人的視角，分析全球在家工作的趨勢、案例與現況，並提供可實踐的務實建議。

剛好在寫這本書的時間遇上新冠肺炎，世界各國大規模要求員工在家工作也加速作者完成此書與大家分享。

從今天起全家都在家工作

因為新冠疫情爆發，迫使人們開始搶購民生用品食物等，一般企業宣布讓員工在家工作，什麼時候可以再回到辦公室，沒有人有答案。

受薪階級在家工作爆炸性成長

並非因為新冠疫情影響，而是趨勢。

在家工作族群大致分為幾種類型：

1. 接案者
2. 小型創業者
3. 居住地位於他處的企業員工
4. 加班的企業員工
5. 擁有多職的斜槓者

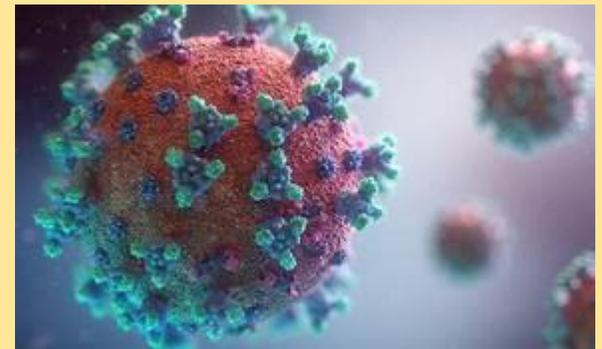


全球企業正在進行中的一場大型實驗

以下何者領導公司數位轉型

1. CEO
2. CTO
3. Covid-19

遠端工作的能力不是想要而是必要
節省企業成本



日本的考驗：為何科技大國卻做不到遠距工作

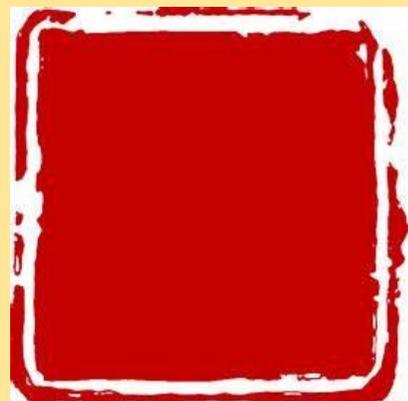
高科技大國，低科技職場

網路設備不足依賴傳真機

印章的約束

特殊的職場倫理

管理層世代與新科技的脫節



在家工作兩大難題： 起床瓶頸 & 永遠無法真正下班

賴床

在家工作面臨的考驗（wifi、分心、孤單、忽略下班時間）

自律不夠還需要對他人劃下界線（避免非上班時間被打擾）



請自己建立獨一無二的儀式感

成功人士的習慣、想成功先做到...、根本沒有用

透過儀式感建立起ON/OFF心裡疆界

好好吃完早餐

維持桌上一杯熱飲

為專業裝扮

工作專屬氣氛

關閉電腦和手機通知

觸發工作開關的生活習慣



工作家事一把抓？ 在家工作者容易陷入主婦困境

主動建立被尊重的身份

設立清楚的時間界線

設定地域的界線

主動宣布下班

列出清楚的家務工作



在家工作時間管理的秘密： 維持高效生產力的四種作法

三種常見的效率工作術：

蕃茄時間管理法

G T D 方法

賽恩菲德策略

作者日夜分段管理法



一人公司如何三頭六臂？ 小公司必備的後援合作團隊

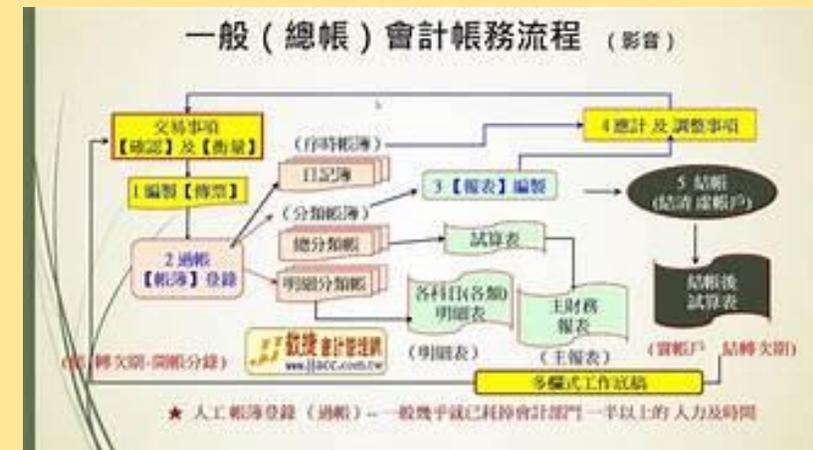
財稅服務：公司登記、記帳

法律服務：合約擬定、訴訟、專利申請

視覺設計：商標、名片、主視覺、包裝、宣傳品與網站

商標申請

第三方倉儲管理：倉儲、物流、包裝



開創遠端工作的新局 原來還有這些工作可以做！

虛擬整合的健身教練

線上英語教學

不要等別人幫你搭舞台，若沒有舞台，就自己建一個



結語

本書出版的即時，反應全世界面臨疫情在家工作時企業及員工應該具備何種工具、能力、應該有的態度、家人的分界、企業成本，藉由本書分享給現在這時代的人們。

如同本書倒數第二頁所說，作者無法像人力資源網站告訴你哪裡有適合的在家工作職位，呼喊你趕快來應徵。因為如果在讀完本書之後，已經做好在家工作的心理準備，我相信勇敢突破現狀的你，必然擁有獨立解決問題的能力。

