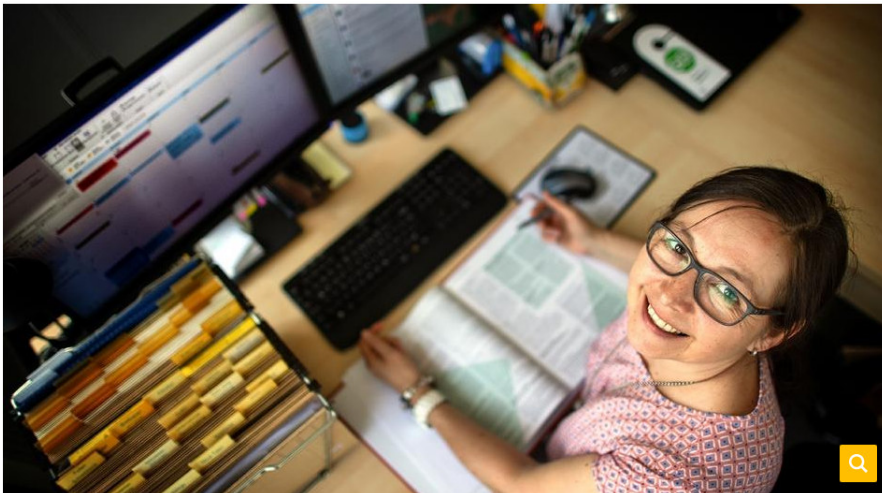


## „So tun, als ginge man zur Arbeit“

30. April 2020 um 21:15 Uhr | Lesedauer: 3 Minuten



Annette Jochmann aus Langenfeld hilft mit ihrem Unternehmen „freitisch“ mittelständischen Firmen beim Büromanagement. Foto: Matzerath, Ralph (rm)/Matzerath, Ralph (rm-)

**Langenfeld.** Annette Jochmann systematisiert Abläufe im Büro und ordnet Unterlagen, „damit ihr Büro/Unternehmen läuft wie ein Schweizer Uhrwerk“ verspricht sie auf ihrer Website. Mit ihrem Unternehmen „freitisch“ hilft sie beim Büromanagement. Wir wollten von ihr wissen, ob sie auch Vorschläge für die vielen Menschen hat, die jetzt im Homeoffice sitzen.



*Frau Jochmann, wurden Sie in diesen Wochen schon zu Leuten gerufen, die im Homeoffice verzweifeln?*

**Jochmann** Meine Kunden sind eher Handwerker, die normal arbeiten und nicht im Homeoffice sitzen. Aber mein Mann und mein Sohn arbeiten derzeit von zu Hause aus. Da haben wir schon einige Punkte durchgesprochen.

### INFO

#### Hilfe für Firmen in Bürofragen

**Wer** Annette Jochmann ist dreifache Mutter und seit 1994 selbständig. Gemeinsam mit einem Geschäftspartner hatte sie eine Heizung- und Sanitärfirma inklusive Bäderstudio in der Nähe von Schwerin aufgebaut.

**Was und wie** Mit ihrem Langenfelder Unternehmen „Freitisch“ an der Hausinger Straße 6 unterstützt sie Firmen in Spitzen- oder Ausfallzeiten in Bürofragen.

*Viele haben sich einen Zustand wie derzeit immer gewünscht, nämlich, dass sie selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden arbeiten können. Wieso fällt das den Menschen in der derzeitigen Corona-Krise dann doch oft so schwer?*

**Jochmann** Wir sind es gewohnt, dass wir morgens mit der Tasche in die Firma gehen. Dieses Muster ist auf einmal nicht mehr da. Das kann verwirren. Ganz wichtig ist es deshalb, dass ich so tue, als würde ich zur Arbeit gehen: Wecker stellen, waschen, anziehen, eventuell schminken, als müsste ich gleich das Haus verlassen. Ruhig einen Coffee to go mitnehmen oder eine Flasche Wasser, dass ich nicht immer zwischendurch aufstehe. Und auch abends so zu Bett gehen, als müsste ich morgens um 8 Uhr am Arbeitsplatz sein.

*Was sollte man gar nicht machen?*

**Jochmann** Man sollte sich nicht verrückt machen. Ich muss nicht auf einmal den Tag mit Sport beginnen, weil das andere tun. Es gibt Menschen, die sprudeln derzeit über vor Energie. Wir sollten uns aber ganz auf uns konzentrieren. Wer im Homeoffice sitzt, arbeitet ja und erfüllt seinen Job. Da darf ich nachher auch mal auf der Terrasse chillen ohne schlechtes Gewissen. Das habe ich mir verdient. Und vor allem: das Lachen nicht verlieren! Wir erleben derzeit Video-Konferenzen, in die Kinder reinplatzen oder Katzen plötzlich hoch erhobenen Schwanzes über Computer-Tastaturen laufen. Darüber zu lachen, ist gesund und motivierend.

Google Anzeigen

Diese Werbung blockieren

Warum sehe ich diese Werbung? ▷