

疫情之下的“应急之策”悄悄改变打工人的生活—— 居家“闭关”如何高效办公？

居住的小区或楼栋封控，居家办公；单位大楼封控，没进单位的员工也只能居家办公；家和单位都没有封控，但公司为了防控疫情，同意甚至鼓励员工居家办公……近期，“居家办公”成了绝对的高频词。

把生活和工作“混”在一起，几家欢乐几家愁？这种办公方式，是疫情之下的“权宜之策”还是会演变成一种“长久之计”？



▲▲ 张睿在家校对书稿，10岁的大女儿自己上网课，让她省心不少

采访对象供图



▶ 花桥沪昆通勤族中不少人居家办公
本报记者 杨硕 摄

两次被封控 生活工作两不误

张睿是沪上一家出版社的编辑，她近期的经历有点“魔幻”。上周三傍晚，单位被临时封控，她和几位同事一起吃住在出版社了；上周六晚，出版社解封，她回到罗秀路附近的家里，第二天一早醒来，小区也被封控了！

“之前因为我被困在单位，老公就把3岁的小女儿送到亲戚家照顾了，现在10岁的大女儿跟我们夫妻两个住在封控小区里。每天大女儿上网课，我在家办公，老公负责照顾我们两个，除了想念小女儿，我觉得一切都挺好！”张睿说。

小区里的菜市场照常营业，加上家里本来的“囤货”，这几天他们吃得挺好，“还可以自己做几顿火锅解解馋”。读四年级的大女儿自己上网课，还每天在家练舞，很少让爸爸妈妈操心。张睿从单位带回两本待编辑的书，还清空电脑装了专业编辑软件，居家办公时间内打算“吃下”这两本书的编辑工作……

张睿觉得这样的安排已经非常幸运了，因为她也看到朋友圈有人抱怨居家办公。有人玩笑道：“居家亲子关系我倒是没担心过，毕竟孩子是自己生的，但是夫妻关系就堪忧了，昨天居家第一天，我瞟了老公12次，用拳头揍了他8次，用腿踢了他7次，还骂了他N次。N天后会不会民政局见？”也有人感叹：“我怀念出去上班的日子，我怀念娃去学校的日子……”

只要有事做 居家也不能“划水”

在互联网公司工作的小舒，对于居家办公就更加“驾轻就熟”了：“我们平时出差或者在上海出外勤，也是带电脑的；2020年初，我们也曾经有两三个月全部居家办公，所以上周末公司宣布，本周开始，公司几千人全部居家办公，大家都挺能适应的。”

在小舒看来，要更好地居家办公，公司在平时就应该完善远程办公的软件和机制建设，“我们是互联网公司，这方面比较强大，现在居家办公，开视频会跟平时几乎没差别；我有事

情需要同事协作，一个共享文档就可以解决大部分问题。有人觉得居家了可以‘划水’了，但只要分工明确，就是‘事情推着走’，效率还是有保证的。”

小舒觉得，居家办公虽然能省下往返两个小时通勤时间，但毕竟与同事不是面对面，沟通的成本更高，所以可能一天在工作上的时间反而要更长些。“同事之间也比较自觉，上午9点大家都‘在岗’了，晚上6点半之后，如果不是特别急的事情，都会留到明天再说。”

各方多谋划 居家也能高效率

网上有人这样形容居家办公的状态：“今日状态：呼吸正常、体温正常、饮食正常、精神失常、体重异常”。要避免这种“副作用”，一方面，用人单位要充分信任并适度关怀居家办公员工，同时也要提供与之匹配的管理流程、设备支持等。

另一方面，居家办公的员工也可以自己想些办法，比如有网友支招：1. 有条件的话配备人体工学椅、电脑支架（挽救脆弱的颈椎）；2. 尽量隔开工作区域和休息区域，避免生活工作过度交叉；3. 添置一个咖啡机或者手冲套组，咖啡香气提神醒脑且心情愉悦；4. 找个时间做运动，吃更健康的食物。

其实，居家办公不仅仅是当前疫情下的权宜之策，更可能是未来很多公司常态化、制度化的办公方式。国际上，亚马逊、谷歌、微软、苹果等头部高科技公司，每周只要求员工来公司1-3天。国内，携程从3月1日起推行混合办公制度，员工可申请每周三、周五中，选择1-2天在家或咖啡厅、度假酒店等地方上班。

根据携程此前的实验，“居家办公”提高了员工13%的绩效，员工具有更高的满意度，工作离职率下降了50%。作为倡导者的携程董事局主席梁建章认为，混合办公制度的推广是企业、员工和社会的多赢，不仅在不影响效率的情况下提升员工的满意度，还有利于减少交通堵塞、环境保护；缓解高房价和地区间差异；有利于家庭和谐、女性职业发展和提高生育率。

本报记者 金志刚

调查①

沪昆通勤族 牺牲自由度 省去奔波苦

周钰在上海南京西路商圈上班，家住江苏苏州花桥，而像她这样的沪昆通勤族，在花桥数以万计。本周一凌晨，花桥将沪昆通勤人员的防疫政策从原来的“3+11”升级为“7+7”，即居家7天、健康观察7天。

此前因为苏州疫情，当地政府要求出花桥的人员需要提供48小时核酸检测阴性证明，这让周钰两天就要去附近医院做一次核酸。更令她觉得疲惫的是原本就漫长的通勤时间被拉长了一倍。苏州疫情发生后，上海地铁方面暂停了轨交11号线花桥三站的运营，周钰只能从家先乘公交车至沪苏交界处，然后再步行至11号线安亭站乘地铁，“以前来回需要3个小时多，这以后就变成了接近6个小时，太累了。”

作为一名外企采购，周钰需要跟全球各地客户沟通，打电话和视频会议沟通是她每天的基本操作。“这份工作其实并不会因为办公地点的改变而影响太多。”居家办公后，周钰现在早上起来跑步，8时就可以开始工作了，比在办公室提前一个小时，反而提升了工作效率。

此外，居家办公后，她有了更多的时间陪伴从老家来的父母。由于她家的楼栋紧挨着吴淞江，与青浦隔河相望，因此父母行程卡上一直显示到过上海，可实际情况却是他们从未到过上海。最后父母打电话给运营商提出要求核实信息，得以成功摘去星星。“这样的好处就是，我们家有一个可以到小区对门的超市买菜购物的人了，因为小区只允许行程码不带星的人出入小区。”

本报记者 杨硕

调查②

85后小夫妻 办公又带娃 也很从容

深夜12时，郝文彬和妻子双双合上笔记本电脑，结束了一天的居家办公。他走到厨房，打开一瓶气泡水，一口气灌下，“不敢喝可乐，最近去不了健身房，会胖。”

上周末，这对85后小夫妻接到各自公司的邮件，从本周一开始居家办公，“二拖一”的宅生活就此启动。昨天早上，妻子到家门口的小菜场买好两三日所需的蔬菜，郝文彬负责烧早饭，喂饱女儿。

时针指向9时，在医药公司从事数字化管理的妻子抱着笔记本电脑走进书房，开始视频会议。郝文彬则留在客厅，一边登录办公软件，一边指导3岁的女儿打开学习机。“让她看看有声绘本、认认字，还有背古诗，然后跟着念英语儿歌、写写数字，小朋友注意力集中的时间不是很长，所以要不断地派任务给她。”他必须“一心二用”，既要关注女儿的各种需求，又要盯着工作群和邮箱，先处理简单的事务。

午饭简单吃过，女儿午休，夫妻俩继续工作到下午5时许。接下来直到晚上9时许女儿进入梦乡，都是家庭时间，而高强度、系统性的工作都留给了深夜。唯有此时，作为船舶设备工程师的郝文彬才能画好一张复杂的设备原理图。

“2020年初，我们就居家办公过一段时间。有了那段经验，现在从容多了，其实就是把工作化整为零。”他说，昨天和海外同事开会时，韩国同事说他们一家四口都染上了新冠，目前正在恢复中。“相比之下，我们能够健康地居家办公，已经是一种幸福。” 本报记者 张钰芸

调查③

10086客服 在父母家 辟临时客服间

3月1日，陆彬所在的小区因发现一例确诊病例，进入封闭管理模式。他是上海移动10086的客服工作人员，平时在海伦西路上的上海移动在线客服服务中心工作。“公司早做好了疫情工作预案，已经提前为我配备了居家办公所需要的设备，以及强有力的后端支撑团队。现在客服人员电脑里都有为用户服务的系统，经过快速的调试、测试，我们迅速无缝切换。”

让陆彬感到安心的是，父母和自己同住一个小区。“我和老婆都居家办公，小孩才2岁。为了不影响我的工作，每天父母就过来带孩子，负责烧饭；我就到父母家，专门辟一个房间做了一个‘临时客服间’。”陆彬笑言，如果没有父母帮衬，一家三口的生活可能“招架不住”。

疫情期间，通信方面的咨询问题特别多。“比如，有客户反映家里宽带有问题，孩子上网课有卡顿、掉线情况。客户非常着急，我都是先电话指导，解决了不再迅速请团队支持，以最快速度赶到居民家中现场确认。”陆彬直言，居家办公的话，原来可以与同事当面沟通确认的，现在也可以通过电话联系或是云视讯视频沟通，但工作环境不如在公司安静。“小区封控期间，我们做了5次核酸，工作会被打断，我也积极调整心态，乐观面对，将影响降到最低。”

3月15日，陆彬所在的小区解封。父母一大早就到了附近的菜市场，买回大包小包好多菜。尽管网上买菜并没有影响全家人的伙食，但菜市场里热腾腾的烟火气还是让人心生欢喜。由于近期疫情防控形势依然严峻，陆彬将继续居家办公。

本报记者 叶薇