

Jobb i gode omgivelser

Trenger du litt motivasjon i hverdagen? Lag en god arbeidssone hjemme!



Noen konsentrerer seg best med musikk på øret, andre må ha det helt stille rundt seg. Noen jobber godt i åpne landskap, mens andre stenger seg helst inne på et kontor. Hva som fungerer for hver enkelt varierer. Sånn er det også med interiøret. Hva som får deg til å konsentrere deg og få motivasjon til å jobbe kan være noe helt annet enn hva som fungerer for naboen. Finn ut hva du trenger for å få en god arbeidsøkt og lag deg en ny arbeidssone hjemme!



MOTIVASJON: Noen får energi av at det skjer mye rundt seg. Da kan et småmønstret tapet være en idé. (Foto: Borge)

En egen plass

Det er mange som tar med jobben hjem, og da gjør du lurt i å fikse en ordentlig arbeidsplass. Ikke ta med dataen i senga eller papirarbeidet i sofaen. La de områdene brukes til det de er ment for. La soverommet være et sted for avslapping, ikke et sted du forbinder med jobb. Med en egen arbeidssone blir det enklere å holde jobben separert fra privatlivet, selv om du faktisk sitter hjemme. Det er også bedre for kroppen at du har et skikkelig sted å sitte.

Så enten du har et eget rom eller bare en liten del av et rom som kan gjøres om til et hjemmekontor, gjør du lurt i å la det få sin egen plass med sin helt egne funksjon.



SONE: Lag en avgrenset sone med maling der du kan få arbeidsro og finne motivasjon. Gult kan virke oppløftende og gi energi, og for mange kan det virke som en god farge for en arbeidssone. (Foto: Nordsjö)

Finn ut hva du trenger

Skal du arbeide kreativt eller med papirarbeid? Trenger du mye plass til å boltre deg på eller bare en liten flekk til dataen? Er du avhengig av godt lys eller vil sollyset være mer forstyrrende på skjermen? Og motiveres du av mye farger og spreke mønstre eller trenger du rolige omgivelser for å konsentrere deg? Du må finne ut hva som er viktig for deg på en arbeidsplass og ta utgangspunkt i det.

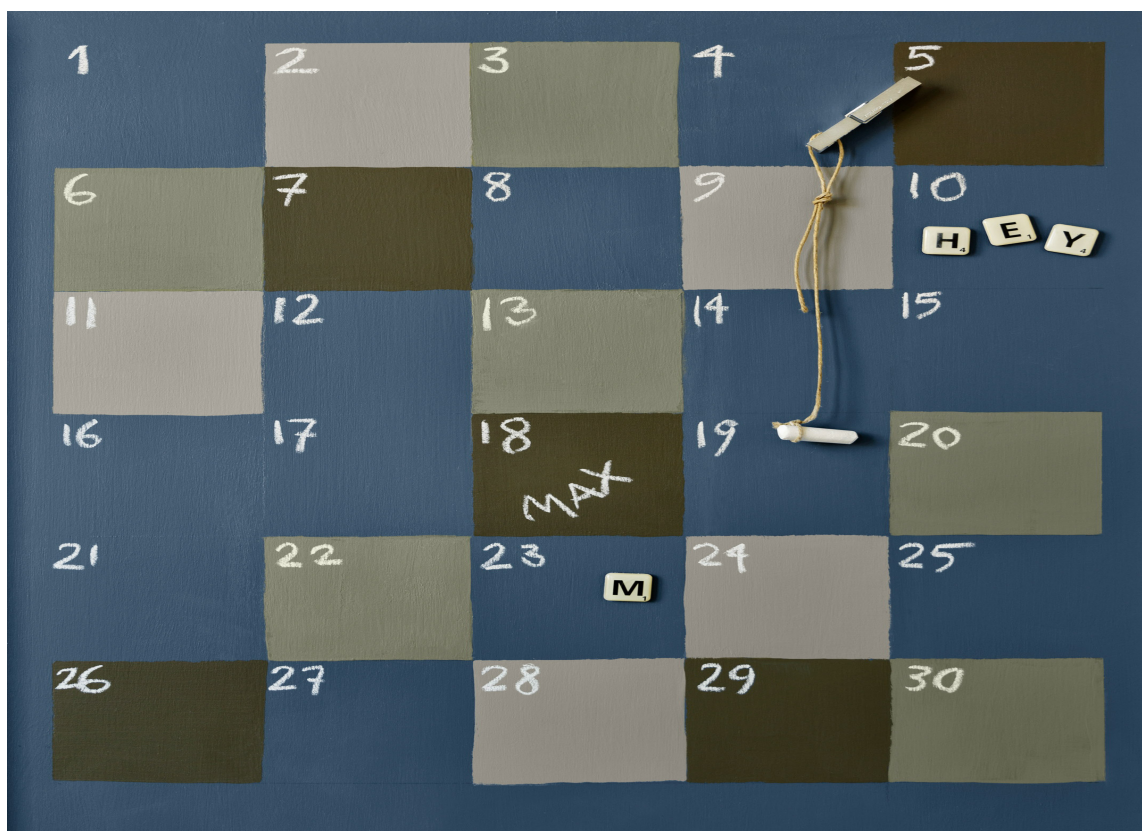


LYS: Har du en vegg inn mot et vindu som er ledig? Det kan være en god plass for et hjemmekontor. Her får du dagslyset inn, som hjelper deg med energien. Men pass på hvis du skal jobbe på en PC, for lyset kan være plagsomt på skjermen! (Foto: Borge

Hold orden

Når vi arbeider er det viktig å holde orden i sakene. Det er mange måter å gjøre det på. Et smart tips er å bruke tavlemaling. Du kan male rett på veggen eller male en plate du henger opp. Mal en kalender for å holde styr på avtalene dine eller skriv opp huskelister og gjøremål til deg selv. Når du er ferdig med en oppgave er det bare å stryke den bort fra tavlen!

Bruk også gjerne magnetmaling under tavlemalingen, så kan du henge opp viktige lapper eller visittkort over skrivebordet.



RYDDIG: Mal en tavle på veggen med tavlemaling. (Foto: Beckers)



ORANSJE: Oransje sies av noen å være en farge som gir mye energi. Derfor kan den egne seg godt i arbeidsrom. Ønsker du å stimulere til aktivitet og kreativitet, kan oransje være fargen for deg. (Foto: Fantasi Interiør)



ROLIG: Konsentrerer du deg best i roligere omgivelser? La veggen være rolig i bakgrunnen, og heng heller opp ting som gir deg inspirasjon i arbeidet. (Foto: Borge)



TURKIS: Er du glad i blått som farge, men trenger noe som gir litt mer energi enn en dus sotet blåfarge? Et mønstre tapet med turkis bunnfarge er et herlig innslag til hjemmekontoret. (Foto: Storeys)



*ENKELT: Noen jobber best når omgivelsene er enkle og rene, og du kan gi din fulle oppmerksomhet til arbeidet du har foran deg.
(Foto: Forestia)*