

Teszteld magad: jól nyaraltál?



tulajdonos-ügyvezető
Karrier és Stílus

Összeállítottam egy rövid – divatos szóval – score cardot, amit érdemes őszintén kitölteni. A kérdések és a válaszok egyszerűek, csak igen és nem a megoldás – pipával vagy x-szel jelöljük az általunk kiválasztott variációt. Tehát lássunk neki:

Tombol a nyár, sehol egy felhő, hóguta, lézengő kollégák, légkondicionált álmirodák. Ezek is jellemzik 2012 nyarát, és szerencsés, aki a ma már kötelező két hetet kellemes környezetben töltheti. A nyári szabadságról visszatérő kollégát kérdezzetük a munkatársak: milyen volt? Tényleg: mitől függ, hogyan sikerül a nyári feltöltődés?



A tervezett, jól előkészített szabadság, pihenés része az éves munkatervnek, amelyre érdemes készülni

	IGEN YES	NEM NO
1. Tervezted-e a szabadság időpontját? <i>Did you plan the date of your holiday?</i>		
2. A főnököd utasított-e, hogy menj szabadságra? <i>Did your boss instruct you to go on holiday?</i>		
3. A szabadság előtti napon már készülődöttél? <i>Were you already preparing before the first day of your holiday?</i>		
4. Állandóan aggódsz, hogy minden rendben lesz-e a munkahelyen? <i>Do you keep worrying about how things will work out at your workplace?</i>		
5. Elolvastál-e egy regényt a szabadság alatt? <i>Have you read a novel during your holiday?</i>		
6. Naponta megnézted az e-mailjeidet, és válaszoltál rájuk? <i>Did you check your e-mails every day and did you answer them?</i>		
7. Rácsodálkoztál-e, mennyit változtak a gyerekeid? <i>Were you surprised to see how much your children changed?</i>		
8. Emlékszel-e a párod kedvenc fürdőruhájának színére? <i>Do you remember the colour of your wife's/husband's favourite swimsuit/swimming trunks?</i>		
9. Sikerült ellazulnod, feltöltődnöd a szabai ideje alatt? <i>Did you manage to relax and recharge your batteries?</i>		
10. Várod-e a következő nyarat? <i>Are you already waiting for the next summer?</i>		
11. Mesélsz-e élményeidről a kollégáidnak? <i>Will you share your holiday experiences with your colleagues?</i>		

Amennyiben 11 igen válaszod van, akkor érdemes elgondolkodnod, mi a fontosabb: a család vagy a munka? Kellő egyensúlyt fektetsz mindkettőre? Az optimális arány a 7-8 igen és 3-4 nem válasz, ami azt jelzi, hogy mindkét területre figyelsz.

A tervezett, jól előkészített szabadság, pihenés része az éves munkatervnek, amelyre érdemes készülni. Pláne, ha külföldre megyünk, a hely és nyelvismeret gazdagabbá teheti az élményt.

Ha szabadságra küldenek, és nem Te választhatsz, mikor mész, az már kényszerrel jelent, és, bár szabadságon vagy, fel kell tenned magadban a kérdést: jó helyen, jó cégnél dolgozol-e?

Át kell gondolni a jövőbeni karrierutat. A jó főnök és a megfelelő vállalati kultúra lehetővé teszik, hogy az ott dolgozók ne

csak a munkából, hanem a pihenésből is részesüljenek.

Ha megmondják, mikor vedd ki a szabadságodat, ez zavaró tényező lehet.

Persze nem az átgondolt, kollégákkal átbeszélt tervezési folyamatra gondolok, amikor a munka folytonosságának biztosítására időterv készül, hanem az egyenesen utasító, a te érdekeidet figyelmen kívül hagyó esetekre.

Olvasás, család, partnerrel való törődés, gyerekekkel töltött idő – mind része

a feltöltődésnek, hiszen azért dolgozunk, hogy jobban éljünk partnerünkkel, családtagjainkkal együtt. Játék, szórakozás, aktívan együtt töltött idő – ezek teszik emlékezetessé a pihenést. Később az ilyen pillanatokra való emlékezés, a nosztalgizálás segíthet a munkahelyi feladatok, nehézségek megoldásában.

Az ellazulás egyik feltétele, hogy kikapcsoljunk, és ne a munkahelyi feladatok megoldása töltse be a pihenés szerepét. A jó főnök távolléte alatt a munkatársak teljesítménye fokozódik, mivel dolgozik bennük az ambíció, hogy bebizonyítsák, mire képesek az ő távollétében. A bizalom, a munkatársak reális ismerete vezető erények, amelyek megléte segíti a teljes pihenést a szabadság napjaiban.



Az ellazulás egyik feltétele, hogy kikapcsoljunk, és ne a munkahelyi feladatok megoldása töltse be a pihenés szerepét

Egy jól megtervezett szabadság után, akár egy jól sikerült projektet követően, értékelhetjük, milyen is volt, majd ebből tanulva készülhetünk a következő fázisra. ■

Test yourself: did you have a good holiday?

If you have 11 'yes' answers, you should ask yourself: Which is more important, family or work? The optimal case is if you have 7 or 8 'yes' and 3 or 4 'no' on your score card – it means that you pay attention to both family and work. A well-planned and well-prepared holiday is an integral part of the annual work agenda. A good boss does not instruct you when to go on holiday, it is you who should decide. We work for living a better life with our partner or family members. Spending quality time with them when on holiday can recharge our batteries. We really have to take a break from what is happening at the workplace. After an enjoyable holiday we can return to work rejuvenated, ready for new projects and tasks. ■