الاستمتاع بالإجازة



يُعدّ العمل من الأُمور الأساسية في حياتنا، وهو جزء من الروتين الذي نقبل عليه بصورة يومية دون رفض أو محاولة للتغيير، فهو تماماً مثل متطلّبات الحياة الأساسية، ولكن قد يكون أخذ استراحة مؤقته منه، ولفترة محدودة مفيداً في مختلف النواحي الشخصية والعائلية والعملية، وحتى تجني كلّ هذه الفوائد، عليك أن تتبع بعض النصائح التي تساعدك في الاستمتاع بها قدر الإمكان:

اختيار وقت مناسب للإجازة

يُعدّ أهم ما يمكن أن يساعدك في قضاء إجازة ممتعة، تحس بقيمة كلّ دقيقة فيها، هو اختيار الوقت المناسب لها، فلا تطلب إجازة وأنت تعلم أنّ هناك بعض الأُمور المعلّقة في العمل، مثل مشروع يشغل تفكيرك، أو حتى تغيير في الكوادر، أو موعد لتتقيم السنوي، أو غير ذلك، ممّا من شأنه جعلك في حالة تفكير دائمة في العمل تنغص عليك إجازتك.

تخصيص ميزانية للإجازة

تحتاج للقيام بنشاطات ترفيهية خلال الذهاب في إجازة من العمل، سواء كانت بمفردك أو مع أفراد عائلتك، ممّا يجعل أيّام الإجازة تحتاج لميزانية أعلى من أيّام العمل، لذلك كن مستعداً بتوفير بعض المال لإنفاقه خلالها من أجل أن تسمتع بها جيّداً.

عدم التحدّث عن العمل

حتى و لو كنت ممّن يحيون عملهم ويفخرون به، لذلك يتحدّثون عنه بشكل دائم، فعليك التوقف عن ذلك خلال الإجازة، ممّا سيجعلك تصبح أصفى ذهناً، وأقدر على رؤية جوانب أُخرى من الحياة غير مرتبطة

بالعمل.

تحديد وقت لمتابعة أُمور العمل

حين يكون من ضرورات عملك متابعة بعض التقارير أو الردّ على بعض الرسائل الإلكترونية حتى في الإجازة، فعليك تخصيص ساعة محدّدة لذلك، ويفضّل أن تكون أمّا في نهاية اليوم أو بدايته، أنّ اختيار ساعة محدّدة سيجعلك لا تفكّر في العمل في باقي أوقات النهار، التي ستمتلكها بمجرّد حصر وقت العمل في ساعة محدّدة.

حاول عدم لقاء زملاء العمل في الإجازة

حين تخطّط لمشروع ترفيهي، مثل الذهاب لتناول العشاء أو حضور فلم سينما، فلا تحاول أن تتشارك به مع زملاء العمل، فهذا سيجعلك تعود إلى جوّ العمل بطريقة أو بأُخرى، وسيتقاطع التفكير في العمل مع أي نشاط تقوم به، وخصوصاً أنّ أكثر ما يربطك بهؤلاء الأشخاص من مواضيع مشتركة هو العمل.

لا تخطط لكلّ دقيقة من الإجازة

الإجازة هي وقت مفتوح، نحتاج أن نعيشه بحرّية، ولكنّنا كثيراً ما نتعامل معه بنفس نهج العمل، فنضع وقت محدّد لإنهاء حتى الأعمال الترفيهية، مثل الخروج للمشي في الطبيعة أو زيارة الأهل وغيرها، ممّا يجعلنا نعيش بنفس نمطية العمل التي تحدّد موعداً لكلّ مهمّة تقوم بها.

اختر الأنشطة التي لا يمكنك فعلها أبداً خلال العمل أو عطل نهاية الأسبوع

تحتاج بعض هواياتنا ونشاطاتنا الترفيهية إلى أوقات أطول من المتاح بعد يوم عمل، أو حتى عطلة نهاية الأسبوع، فهذا النوع من النشاطات يحتاج للإجازات الطويلة، لذلك عليك ترتب أولوياتك على هذا الأساس، فمثلاً قد تكون هذه الإجازة مناسبة للذهاب للتخيم أو السفر إلى مكان ما.

حاول تنسيق وقت إجازتك مع الأخرين

إذا كان في حياتك بعض الأصدقاء الذين تشعر بالسعادة حين تشاركهم في أي مشروع ترفيهي، فحاول أن تنسق معه لاختيار وقت الإجازة، حتى تتمكن من قضاء بعض الوقت المسلي معهم.