

العودة إلى الدوام بعد الإجازات الطويلة



الشارقة: زكية كردي

بعد الإجازة الطويلة والنوم حتى الظهر، والسفر والاستمتاع بالتسوق ورفقة العائلة والأصدقاء، أو الاسترخاء أمام التلفاز والتخلص من إيقاع الوقت المعتاد، يدق جرس العودة إلى الدوام ليعلن عودة روتين العمل واستئناف أيام الدوام بكل تفاصيلها ومتطلباتها التي تبدو مهمة شاقة ومتعبة وصعبة في اليوم الأول.

يبدو الأمر أشبه بإعادة تشغيل الكمبيوتر وتحديث البرامج بالنسبة إلى ريم علي، موظفة حكومية، إلا أنه يأخذ وقتاً أطول بكثير بالنسبة إليها، وتقول: «أعتقد أن الأمر يتوقف على مدى الاستمتاع بالإجازة، خاصة إذا سافرنا خلالها وكانت العودة من السفر قبل الدوام بيوم واحد، هنا تكون استعادة القدرة على العمل والانسجام مع روتين الدوام أصعب، لهذا «أحاول عادة أن أهين نفسي قبل يومين على الأقل

موضوع السفر خلال الإجازة يعد من أهم العوامل التي تجعل استعادة روتين العمل أصعب، حسب ريتا قناعة، معلمة،

وتقول: «أشعر بعد العودة من السفر بأنني بحاجة إلى إجازة للراحة، خاصة مع تعب الأطفال خلال السفر ومحاولة إيساعدهم قدر الإمكان، لهذا أحاول أن أعود من السفر قبل الدوام بيومين أو ثلاثة على الأقل لأتمكن من استعادة أنفاسي وإعادة ترتيب أمور المنزل قبل مباشرة الدوام، لكن مع هذا تبقى الأيام الأولى في الدوام مرهقة، خاصة مع ضغط العمل». ومحاولة تنظيم الأمور خلال الأسبوع الدراسي الأول

لكن الأمر يعتمد على الراحة النفسية التي يشعر بها الشخص في العمل، حسب عمر إبراهيم الأحمد، موظف حكومي، ويقول: «بالعموم تعد العودة من الإجازة الطويلة صعبة بسبب الاعتياد على روتين مختلف، كالسهر حتى الصباح والنوم حتى وقت متأخر، الاعتياد على التخفف من المسؤوليات، الاعتياد على نظام الراحة والترفيه والخروج مع العائلة والأصدقاء، لهذا يحتاج الإنسان إلى فترة ليتمكن من تنظيم نفسه واستعادة قدرته على النوم باكراً، والعودة إلى المكتب، لهذا في البداية يكون الإنجاز أقل من المتوسط، وقد يستغرق الأمر من أسبوع حتى عشرة أيام ليستعيد حيويته في العمل». كما السابق



عمر الأحمد

ولعل الملل يعد من أفضل الأشياء التي تجعل المرء ينتظر العودة إلى الدوام بلهفة»، حسب كنان أبو سلمان، مدير محل مبيعات، ويقول: «عندما لا أسافر أشعر بأنني أنتظر انتهاء الإجازة لأملأ وقتي بالعمل وأستعيد روتيني المعتاد، حتى وإن كنت قد بدأتها وقد وصلت إلى مرحلة التعب من الأيام المكررة، لكن البقاء في المنزل أصعب من الدوام، خاصة أن جميع الأصدقاء يكونون مسافرين أو في أعمالهم، لهذا أجد صعوبة في ملء الوقت، أبدأ بالشعور بالملل من التلفاز والأفلام والمشاريع التي وضعتها للإجازة، وأشعر بالتححرر عند العودة إلى الدوام، لكن مع هذا يبقى اليوم الأول في الدوام مربكاً بعض الشيء، فيضيع في استعادة البرمجة السابقة بالتدريج، وأقضي معظمه في تبادل الأحاديث والأخبار». مع الزملاء، إلى أن أتمكن من مباشرة العمل بالتدريج

ويختلف الأمر بين العودة إلى الدوام بعد إجازة طويلة، وبين العودة إلى الدوام بعد فترة من الانقطاع عن العمل حسب عدنان فندي، موظف في شركة تجارة عامة، ويقول: «تركت عملي لأنشئ مشروع خاص ولم ينجح المشروع، فدخلت في دوامة البحث عن عمل استمرت عدة أشهر، لهذا تكون مشاعر العودة إلى الدوام مختلفة بالنسبة إلى شخص عاش شعور الملل والقلق والانتظار، ومن الطبيعي أن يكون متحمساً للعمل وسعيداً بعودته إلى الدوام، لكن لا شك يكون». هناك القليل من القلق من القدرة على تغيير الروتين في الفترة الأولى، وإثبات الذات في العمل الجديد



كنان أبو سلمان

وتوافقته الرأي للال زكور، مصممة جرافيك، وتقول: «اضطرت إلى ترك عملي بعد إنجاب طفلي الأول، وجلست في البيت لفترة تقارب سنة ونصف، وعدت إلى العمل قبل أشهر، لم تكن العودة إلى العمل سهلة رغم حماسي الشديد للأمر، خاصة مع صعوبة إيجاد فرصة عمل بعد الانقطاع، وأذكر أنني في الأيام الأولى كنت متوترة جداً للابتعاد عن ابني أولاً، ولتغيير نظام النوم ثانياً، لدرجة أنني غفوت في المكتب عدة مرات لشدة التعب، وهذا لأنني كنت أحاول تعويض ابني وقت غيابي، فأقضي وقتاً أطول معه ولا أنام بالقدر الكافي، لكن بالتدريج استطعت أن أعتاد الروتين الجديد وأستعيد

«قدرتي على تنظيم وقتي والإنجاز في عملي

وبالحديث عن الإنجاز يرى محمد الجابر، مدير محل، أن العودة إلى العمل محكومة باستعادة القدرة على الإنجاز وتجاوز فترة الراحة والاسترخاء، حيث تختلف هذه الفترة بين موظف وآخر، ويقول: «البعض يحتاج إلى بضع ساعات فقط ليستعيد عاداته في العمل وقدرته في التعاطي مع المهام المطلوبة منه، بينما يحتاج البعض الآخر إلى عدة أيام حتى يعود كالسابق بشكل كامل، ويعيد هذه الاختلافات إلى طبيعة كل شخص وحبه للعمل الذي يقوم به وشعوره بالانتماء إليه، أو شعوره بأنه يحقق ذاته من خلاله، ويضيف أن معظم الناس يعملون لأجل الراتب ولا يشعرون بأن الوظيفة التي يقومون بها تلبي طموحاتهم الشخصية، لهذا يفتقدون للشغف تجاه عملهم ويشعرون بالتعب، وبأن قلة قليلة منهم يشتاقون للعمل وقت الإجازة

ويعتبر رواد دعبوس، مدير شركة دراسات تسويقية، نفسه من هذه القلة القليلة التي تشتاق للعمل وقت الإجازة، حتى إن من حوله يصفونه بأنه مدمن على العمل، ويقول: «لا أذكر آخر مرة حصلت فيها على إجازة طويلة حقاً، حتى عندما أسافر، لا تتخطى إجازتي العشرة أيام، لأنني سرعان ما أشعر بالرغبة في العودة إلى العمل بدافع القلق والشعور بالمسؤولية، وقد قطعت إجازتي بالفعل إحدى المرات وعدت لأشرف على العمل بنفسي، ويعتقد أن الشعور بالنفور من العمل مشكلة يجب أن يتوقف عندها الناس ليراجعوا طريقتهم في التفكير، فالعمل متعة وهو مصدر القيمة والشعور بالقدرة على التقدم لكل إنسان، لهذا يرى أن كل شخص يجد صعوبة في العودة إلى العمل، إما أن لديه عادات تفكير «تشجعه على الكسل، أو أنه لا يحب العمل الذي يقوم به ولا يشعر بأنه يحقق له طموحه

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024