

## Как вернуть рабочий настрой после праздников

Автор: Анна Советина, Надо.ua  
13.01.2014 19:25

---



Не секрет, что вернуть рабочий настрой после праздников - нелегко. Особенно тем, кто отдыхал две недели и больше. Как же облегчить возвращение на работу после отпуска или праздников и быть продуктивной, давай разберемся.

Если ты вернулась на работу после праздников или отпуска, чтобы быстро вернуть рабочий настрой специалисты рекомендуют следовать таким советам:

### **Займись планированием**

По возвращению к работе, чтобы быстрее адаптироваться, следует начать с планирования. Уточни у коллег, что изменилось за период твоего отсутствия, вспомни, что ты планировала сделать в первую очередь по возвращению. Набросай план действий на ближайшие дни и обнови приоритеты задач.

### **Наверстай упущенное**

Проверь почту, которая накопилась за период твоего отсутствия. Удали спам и письма не по теме. Обязательно ответь партнерам и коллегам.

### **Не бери на себя слишком много**

## Как вернуть рабочий настрой после праздников

Автор: Анна Советина, Надо.ua  
13.01.2014 19:25

---

Первый день своего возвращения на работу постарайся посвятить изучению рабочей ситуации. А до того, как разберешься с тем, что пропустила, не взваливай на себя слишком много, ограничь телефонные звонки по работе и уходи домой вовремя.

### **Возьмись за новый проект**

Как уверяют специалисты, чтобы быстро погрузиться в рабочую атмосферу, нужно заняться новым проектом или попробовать себя в новом направлении. И это позволит тебе не тратить время на то, чтобы вникнуть в суть событий, которые ты пропустила.

### **Найди время для общения с коллегами и друзьями**

Возможность пообщаться с коллегами и друзьями, а также поделиться полученными впечатлениями, поможет тебе получить удовольствие от возвращения на работу, что, в свою очередь, будет оказывать положительное влияние на твою продуктивность.

### **Откорректируй свой график сна и питания**

Не менее важным аспектом по возвращению на работу является баланс между трудовой жизнью и личной. Если ты хочешь прекрасно себя чувствовать и все успевать, следи за тем, чтобы твой ночной отдых был полноценным. Если ты будешь высыпаться, возвращение к рабочим будням ты перенесешь гораздо легче.

Кроме этого следует также подумать о питании. Пока ты не полностью не включишься в рабочий процесс, приносить обед лучше из дома, это сэкономит время на заказ и доставку еды или выход в магазин.

[Источник](#)