

Arbejde og ferie – undgå at blive stresset

Af: *Susanne Teglkamp, Ledelsesrådgiver i Teglkamp & Co. www.tegkamp.dk*



Så er det ved at være ferietid. Selv om ferien i år nok bliver lidt anderledes for manges vedkommende på grund af Coronakrisen, så ændrer ikke det ved, at forholdet mellem arbejde og ferie også i år kan være udfordret. Derfor får du lige et par gode råd med på vejen, så du har større chance for at undgå stress op til og efter din ferie og så du kan nyde ferien uden dårlig samvittighed.

Planlæg de sidste 14 dage op til ferien

Selvom man ikke kan planlægge alt i detaljer og at der næsten altid kommer noget uforudset, så kan det svare sig et par uger før ferien, at laver sig et overblik over, hvilke opgaver der ligger på ens bord. Del opgaverne op efter, hvilke der skal være løst inden ferien, hvilke der også kommer til at rulle under ferien og hvilke, der kan vente til efter ferien.

Sæt tid af i kalenderen til at løse de opgaver, du skal have klaret inden ferien – realistisk tid. Lad være med at forfalde til den generelle tidsoptimistiske tilgang – ting tager næste altid længere tid, end man umiddelbart regner med.



De opgaver, der også kommer til at rulle under din ferie, skal du gøre klar til at overdrage til kollegaer, der ikke skal på ferie samtidig med dig. Sørg for at klæde dine kollegaer ordentlig på og lad være med at vente til sidste øjeblik med at overdrage opgaverne. Der skal være tid til at kollegaerne kan vende tilbage med spørgsmål til opgaverne, inden du går på ferie.

Læg de opgaver til rette, som kan vente til efter din ferie. Sæt tid af i kalenderen efter din ferie til at arbejde med dem.

Undgå så vidt muligt aftaler den sidste dag op til din ferie

Den sidste dag skal du bruge på at få lukket og overdraget de sidste ting, inden du går på sommerferie. Hvis du den sidste dag har kalenderen fuldt af møder, så før du ikke i ro og mag overdraget og risikerer så at skulle bruge de første dage af de ferie til lige at få lukket og slukket. Det er ingen tjent med, hverken dig selv, dine kollegaer eller din familie.

Lav en aftale om, hvor meget du er på i ferien

Det kan godt være, at det af forskellige grunde ikke er realistisk, at du trækker stikket helt og slet ikke er til at træffe i ferien. Selvom det nu nok er mere realistisk end du selv tror. Men er det vigtigt, at din chef, dine medarbejdere og/eller dine kollegaer kan få fat i dig, så lav en aftale om, at du kan træffes via SMS, hvis det ikke kan vente, men at du ikke ellers læser dine mails.

Slå mailnotifikationen fra på din telefon

Lad nu være med at læse dine arbejdsmails hele tiden under din ferie. Det er en dårlig vane og sjældent nødvendigt. Som det første skal du slå mailnotifikationen fra på din mobil. Alene de

små bip og antallet af mails kan jo friste en over evne til lige at tjekke. Og så hænger man jo på den.

Og hvis du har lavet en aftale med din arbejdsplads om at de sender dig en SMS, hvis der er noget du skal forholde dig til, så giver det sig selv. Jeg kender chef, der gør det og de får til deres overraskelse ikke en eneste SMS under deres ferie.

Undgå så vidt muligt at lave aftaler den første uge efter ferien

Lige så vigtigt det er at planlægge dit arbejde op til en ferie er det at planlægge din start efter ferien. Hvis det overhovedet er muligt, så lad være md selv at lægge møder ind den første uge efter ferien. Den første uge skal du bruge at samle op med din chef, dine kollegaer og medarbejdere og til lige at få overblikket over, hvad der er sket, mens du har været væk og til at tage fat på de vigtigste opgaver.

Rigtig god sommerferie!

Susanne Teglkamp er selvstændig konsulent og ledelsesrådgiver. Hun er uddannet jurist og reserveofficer med rang af oberstløjtnant. Hun har taget flere lederuddannelser senest Executive Board Programme på INSEAD. Hun har siddet i flere bestyrelser, bl.a. i Tænk tanken Atlantsammenslutningen. Derudover er hun ekstern censor i faget ledelse på Forsvarsakademiet.

Susanne Teglkamp har tung ledelsesmæssig erfaring og har bl.a. været kommunaldirektør, HR-direktør i to forskellige it-virksomheder og udviklingschef. Hun er aktiv debattør og skribent omkring ledelse og har udgivet flere ledelsesbøger. Læs mere på www.tegkamp.dk

Skal ledergruppen have lidt opmærksomhed?



Hvorfor sidder vi egentlig her i ledergruppen?
Kan vi bidrage bedre både som enkeltpersoner og i fællesskab?
Kan vi optimere vores ledermøder?

Brug lidt tid på at vende blikket indad i forhold til ledergruppearbejdet.

Læs mere om nogle af de forskellige muligheder her:
<https://www.tegkamp.dk/Ledergruppeudvikling.htm>