العمل من المكتب أفضل من أجل الإنتاجية والنمو الوظيفي

كتبه تراسي براور | 12 أكتوبر ,2020

ترجمة وتحرير نون بوست

عندما بدأ الوباء كنت منتجًا وفعالًا، كنت تسعى لتطوير حياتك بجد وتتخذ منهجًا حاسمًا لتحقيق ذلك، لكن مع استمرار الوباء أصبحت تواجه الكثير من العقبات، فقد تأثرت إنتاجيتك وتضررت مهنتك أيضًا.

عند التفكير في الإنتاجية والمهنة ستعلم أن الأمر لا يتعلق فقط بالعمل بجد، لكنه يعكس بعض العناصر الرئيسية لعملك وفريقك وذاتك لتصبح أفضل، بالإضافة إلى ذلك، فبينما قد تحب العمل من مكتبك بالمنزل – فمن لا يحب ارتداء السراويل المريحة وتجنب المواصلات – ربما ينتقص ذلك من إنتاجيتك ونموك المهني.

هناك عدة طرق يمكن من خلالها أن نكون أكثر إنتاجية وإستراتيجية فيما يتعلق بالتقدم المهني، ويعد العمل من المكتب أحد هذه الطرق، عندما تقرر إذا ما كنت ستذهب للعمل من المكتب أم لا ضع في اعتبارك طبيعة العمل والفريق وأسلوبك الخاص، وهذه النقاط ستساعدك في الذهاب إلى العمل وفقًا لما هو أكثر أهمية بالنسبة لك.

العمل

التعقيد والضغط: وجد بحث جديد من جامعة ماستريكت وجامعة إراسموس أنه عند القيام بعمل روتيني فإن الجهود الإلكترونية تكون مرضية، ومع ذلك عندما تصبح المواقف أكثر تعقيدًا وضغطًا وتحتاج إلى سرعة، فوجودك شخصيًا في مكان العمل يعد أفضل.

> تلهم طاقة المجموعة وعاطفة الجمهور أعضاء الفريق مما ينتج عنه تطور في النشاط

فجزء من مفتاح الإنتاجية يكمن في التصميم في العمل ومعرفة أن نوع العمل الذي تقوم به سيتأثر بموقفك، عندما يصبح العمل أكثر تعقيدًا وكثافة أو يتطلب اتخاذ قرارات سريعة ومفاجئة، اختر أن

فريق العمل

زملاؤك: وجدت دراسة رئيسية أخرى نشرتها مجلة "Journal of Labor Economics" تأثيرًا إيجابيًا في الأداء، ركزت الدراسة طويلة المدى على 656 لاعبًا في الدوري الأمريكي لكرة السلة للمحترفين "NBA" لمدة 4 سنوات ووجدت أن اللاعبين لهم تأثير قوي على بعضهم البعض فيما تعلق بإحراز النقاط، ما أدى إلى زيادة النتائج الإجمالية للمباريات.

يشبه ذلك الظاهرة الاجتماعية المسماة "تأثير العربة" (Bandwagon Effect) حيث تلهم طاقة المجموعة وعاطفة الجمهور أعضاء الفريق مما ينتج عنه تطور في النشاط، وجودك بذاتك في العمل قد يجعلك أكثر إنتاجية حيث تكتسب الطاقة من الآخرين، كما يمكنك أن تؤثر بشكل إيجابي في زملاء العمل كذلك بحضورك وعملك الجاد، هذا الأمر مفيد كذلك لحياتك المهنية حيث تلفت الانتباه لك نظرًا لفعاليتك.

التنوع: يمكننا أن نتعلم درسًا من داروين ونتبنى حقيقة أن المزيد من التنوع يؤدي إلى ازدهار الأنواع، فقد وجد بحث في جامعة تورنتو أنه عندما يكون النظام الإيكولوجي الطبيعي متنوعًا بشكل أكبر فإن النباتات تميل إلى الازدهار على نطاق أكبر.

> ستحقق إنتاجًا أفضل عندما تهتم بالتفاعل المشترك وتخطط لعملك وفقًا لذلك

الأمر كذلك بالنسبة لمكان العمل، لكي تحقق أفضل ما لديك يجب أن تكون متصلًا بالأفكار الجديدة المختلفة والبدائل المتنوعة، من السهل تحقيق هذا الاتصال في المكتب لأنه يسهل محادثات الرواق والنقاشات التي تحدث صدفة في مقهى العمل.

ذاتك

ديناميات العمل: انتبه لتفضيلاتك في العمل، لكن لا تفترض أنها ثابت، فهناك إفراط في التعميم كأن يقول البعض "أفضل العمل وحدي لذا أسعى للحصول على وقت بمفردي لإنجاز جميع المهام" أو "إنني أحب الناس لذلك كلما كنت أعمل مع الآخرين كان ذلك أفضل".

في الحقيقة ترتبط الإنتاجية والفعالية بشكل فعال مع مهامك وشخصيتك، فبعض الأعمال يمكنك

أن تنجزها بشكل أفضل بمفردك وبعضها تنجزها بشكل أفضل مع الآخرين، عادة سيكون هناك مزيج بينهم، لكنك ستحقق إنتاجًا أفضل عندما تهتم بالتفاعل المشترك وتخطط لعملك وفقًا لذلك.

الرفاهية: من النادر أن يمر يوم دون أن تظهر دراسة تتحدث عن تراجع الرفاهية وارتفاع نسبة الاكتئاب والقلق ومشكلات الصحة النفسية نتيجة العزلة الاجتماعية خلال الجائحة، كذلك تُظهر الدراسات أن إنتاجية الأشخاص تتراجع بسبب الاكتئاب لكنها تعود للتحسن عند معالجته، لذا فالذهاب إلى المكتب وقضاء الوقت وجهًا لوجه مع زملائك جيد لصحتك النفسية وله تأثير إيجابي على إنتاجيتك.

رأس المال الاجتماعي: إذا كنت ترغب في بناء علاقات تساعدك في النمو والتعلم والإنجاز والتقدم في حياتك المهنية، فإنك ستقوم بذلك بشكل أفضل وجهًا لوجه، يمكنك بناء رأس مال اجتماعي افتراضيًا لكن علاقاتك لن تكون بنفس القوة والثقة.

> من السهل الانغماس والمشاركة بشكل كامل عندما تكون موجودًا بذاتك، ومن دون مشكلات تقنية أو إلهاءات منزلية يمكنك العمل مع زملائك لتحقيق أهداف مشتركة وبذلك تصبحون أكثر إنتاجية

يتمتع التواصل الشخصي بقدرة فريدة على تقوية الروابط لأننا نصبح أكثر معرفة بالآخرين ونستطيع قراءة لغة الجسد بشكل أفضل ونفسر التعبيرات الصغيرة بشكل أكثر دقة، يساعد رأس المال الاجتماعي بدوره على زيادة الإنتاج لأنك ستصبح على دراية بطريقة إنجاز الأشياء عبر شبكتك الاجتماعية.

المشاركة: وجد بحث لرابطة العلوم النفسية أن هناك علاقة بين المشاركة والرضا والإنتاجية مع قدرتهم على تعزيز بعضهم البعض، عندما تكون أكثر مشاركة فإنك تصبح أكثر رضًا وإنتاجية، وعندما تصبح أكثر إنتاجية فإنك تشارك وتصبح أكثر رضًا بشكل أفضل.

هذا السبب يدفعك للعمل من المكتب، فمن السهل الانغماس والمشاركة بشكل كامل عندما تكون موجودًا بذاتك، ومن دون مشكلات تقنية أو إلهاءات منزلية يمكنك العمل مع زملائك لتحقيق أهداف مشتركة وبذلك تصبحون أكثر إنتاجية.

ربما يكون العمل من المنزل أمرًا رائعًا لكنه ليس حلًا سحريًا ويمكنك تحقيق إنتاجية أكبر وتعزيز نموك المهني بالذهاب إلى المكتب، على الأقل لجزء من الوقت، عندما تقرر مكان العمل ضع في اعتبارك نوع العمل الذي ستقوم به ومدى تعقيده أو ارتفاع الضغط.

ضع في اعتبارك أيضًا زملاء العمل والطاقة التي يمكنك أن تقدمها وتحصل عليها، بالإضافة إلى تنوع الأفكار التي تساعدك على التفكير بشكل أفضل، وفي النهاية حدد تفضيلاتك في العمل ورفاهيتك

ورأس مالك الاجتماعي ومشاركتك.

كل هذه الأمور مفيدة لإظهار نجاحك المهني وإنتاجيتك واتخاذ قرار مدروس بشأن مكان العمل وكيف يمكنك أن تحقق تأثيرًا أكبر.

المصدر: فوربس

رابط المقال : https://www.noonpost.com/38571/