

8 Tanda Orang yang Memilih Tetap Bekerja Saat Liburan Menurut Psikologi

Category: Gaya Hidup

written by Redaksi | 30/12/2024



ORINEWS.id – Pada dasarnya, liburan adalah momen untuk santai, menikmati suasana, serta menjauhkan diri dari gangguan pekerjaan atau urusan lainnya.

Khususnya pada momen liburan akhir tahun ini semua orang menikmati hari-hari bersama keluarga, pasangan, ataupun teman setelah sibuk dalam kegiatan sehari-hari.

Namun ada juga beberapa orang yang memilih tetap bekerja saat liburan, dilansir dari laman Small Business Bonfire pada (30/12), biasanya mereka menunjukkan 8 tanda halus ini.

1. Sangat mandiri

Orang-orang ini adalah tipe orang yang menetapkan tujuannya sendiri dan mengejanya tanpa henti, mereka tidak membutuhkan tekanan, atau penghargaan dari luar untuk memotivasi setiap tindakannya.

Mereka selalu mencari cara untuk menjadi produktif, dan jika mereka harus bekerja saat liburan, akan melakukannya. Ini

bukan berarti tidak tahu cara untuk bersantai atau bersenang-senang, hanya saja menemukan kepuasan dalam bekerja.

Dorongan mereka tulus dan sering kali menghasilkan pencapaian tingkat tinggi. Tapi ingat, keseimbangan adalah kuncinya. Bekerja saat liburan tidak boleh mengorbankan relaksasi dan pemulihan.

2. Seorang multitasker

Multitasking bukan untuk semua orang. Hal ini membutuhkan kontrol kognitif dan ketangkasan mental tingkat tinggi. Tapi mereka yang bisa melakukannya dengan efektif, seringkali memilih bekerja pada saat liburan.

Mereka dapat beralih antara mode relaksasi dan bekerja dengan mudah, serta mampu memanfaatkan kedua dunia semaksimal mungkin.

3. Memiliki toleransi yang tinggi terhadap stres

Orang yang memilih bekerja sambil berlibur seringkali memiliki kapasitas yang tinggi dalam menangani stres. Hal ini tidak berarti kebal terhadap stres, tapi telah mengembangkan strategi untuk mengelolanya secara efektif.

Sebuah studi yang dilakukan oleh American Psychological Association menemukan bahwa orang-orang yang dapat mengatasi tingkat stres yang lebih tinggi tanpa berdampak negatif terhadap kesehatan atau produktivitas, sering kali merasa nyaman bekerja selama waktu istirahat mereka.

4. Bersemangat dengan pekerjaannya

Orang yang memilih bekerja saat liburan sering kali menyukai sesuatu yang mereka lakukan. Mereka bekerja bukan karena terpaksa, melainkan karena keinginannya.

Bagi orang-orang ini, mengerjakan sebuah proyek atau membalas email penting tidak terasa seperti sebuah tugas, meskipun mereka sedang berlibur. Sebaliknya, mereka menganggap hal itu sangat memuaskan dan menarik.

5. Menghargai kebebasan

Orang yang memilih bekerja saat liburan sering kali memiliki rasa kemandirian yang mendalam dan menghargai kebebasannya. Mereka senang bisa mengatur jadwalnya sendiri dan bekerja sesuai kecepatannya, meskipun itu berarti bekerja saat orang lain sedang istirahat.

Mereka menyukai fleksibilitas karena dapat beristirahat di tengah hari untuk berenang atau mendaki, dan kemudian kembali bekerja ketika mereka sudah segar dan terinspirasi.

6. Selalu belajar

Mereka terus mencari peluang untuk belajar dan berkembang, meskipun itu berarti menggunakan waktu liburan untuk mengikuti tren industri atau mempelajari keterampilan baru.

Keinginan mereka untuk belajar tidak padam hanya karena sedang berlibur. Sebaliknya, menggunakan waktu ini sebagai kesempatan untuk memperluas pengetahuan dan keterampilan, yang pada akhirnya dapat membuat mereka lebih efektif dalam bekerja.

Meskipun istirahat dan melepas penat itu penting, ada manfaatnya memanfaatkan waktu senggang untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan pribadi. Ingatlah untuk menyeimbangkannya dengan istirahat dan relaksasi yang sebenarnya.

7. Disiplin

Memilih bekerja saat liburan membutuhkan disiplin cukup tinggi. Sangat menggoda untuk melepaskan sepenuhnya dan meninggalkan semua pekerjaan, tapi mereka yang memilih untuk

mempertahankan tingkat komitmen kerja saat berlibur menunjukkan tingkat pengendalian diri yang tinggi.

Mereka mengatur waktu secara efektif, menetapkan jam kerja tertentu, dan memastikan bahwa jam kerja tersebut tidak mengganggu waktu relaksasi atau eksplorasi mereka.

Disiplin mereka lebih dari sekedar bekerja. Hal ini mungkin juga tercermin dalam bidang lain, seperti menjaga rutinitas olahraga teratur atau menjalankan pola makan sehat.

8. Fokus terhadap masa depan

Orang yang bekerja saat liburan sering kali berpikir jauh ke depan. Mereka memiliki visi yang jelas tentang masa depan dan memahami bahwa pekerjaan yang dilakukan hari ini, bahkan saat liburan, berkontribusi terhadap tujuan jangka panjang.

Mereka melihat lebih dari sekedar kepuasan langsung dari relaksasi total dan memahami manfaat menggunakan sebagian waktu senggang untuk perencanaan strategis, mengejar ketertinggalan, atau maju.

Dikutip dari laman Superlive, orang yang memilih bekerja saat liburan menunjukkan sikap loyalitas dan dedikasi yang tinggi terhadap perusahaan. Tapi itu semua belum tentu baik karena otak perlu istirahat, menyia-nyiakan waktu kebersamaan dengan orang terkasih, dan hidup yang tidak seimbang.

Maka ada kalanya untuk mempertimbangkan hal tersebut, karena belum tentu kita memiliki waktu yang banyak untuk lebih mengenal diri sendiri atau orang-orang tersayang.[]