

Sommerferien trues

Arbeidstakere jobber også i ferien viser den siste undersøkelsen fra Regus

Klarer du ikke å slå av PCen på hytta? Halvparten av norske arbeidstakere (51 %) kommer ikke til å slappe av ordentlig i sommerferien, men heller prøve å snike inn opptil tre timers arbeid hver dag i stedet for å slappe av på stranden eller tilbringe tid med familie og venner. Blant arbeidstakerne som ikke klarer å slå PCen helt av, finnes en liten gruppe arbeidsnarkomane. 20 % kommer til å arbeide mer enn tre timer per dag i ferien og prioritere jobben fremfor sine nære og kjære. Dette er noen av de foruroligende funnene i den siste undersøkelsen som Regus har utført blant over 16 000 spurte i mer enn 80 land.

Ikke bare tar norske arbeidstakere med seg altfor mye jobb på ferie, men altfor mange av dem - hele 46 % - sier at de kommer til å bruke smarttelefonen og nettbrettet mye og ha det som kan kalles en noe redusert "vanlig arbeidsdag" der de sitter i solstolen. Så i stedet for å nyte fritiden med sine nærmeste må de takle en stressende jobb i tillegg til en partner som er irritert og barn som er skuffet.

Det å ta fri fra jobben er ikke bare viktig for å pleie nære forhold og slappe av, men det kan også bety forskjellen mellom en sunn arbeidstaker og en utbrent arbeidstaker. Rapporter viser at hvis man er stresset, kan det føre til angst,^[1] og det er derfor viktig at arbeidstakere tar seg skikkelig fri innimellom og gir slipp på alle tanker knyttet til jobben.

Olivier de Lavalette, Europasjef på Regus sier, "Utviklingen innen teknologien innebærer at arbeidstakere alltid kan være tilkoblet, og da kan man lett bli fristet til å sjekke e-post og gjøre jobber i forbindelse med det. Nå som man har smarttelefoner, nettbrett og internettforbindelse overalt, kan det være vanskelig å frigjøre seg helt fra jobben, men det å ta seg litt fri og bruke tiden på hvile og være sammen med venner og familie, er avgjørende for å ta vare på helsen.

"Det å arbeide sent på kvelden i et forsøk på å få presset inn jobb samtidig som man tar aktivt del i ferien sammen med familien, er gjerne en dårlig løsning og kan føre til utbrenthet. For at ansatte skal forbli fornøyde, sunne og produktive, er det viktig at bedrifter ser på hvordan de kan øke effektiviteten og produktiviteten for å forhindre at ansatte tar med seg jobben inn i privatlivet. Ved å introdusere større fleksibilitet og gjøre det mulig for de ansatte å arbeide nærmere der de bor og kutte ned på reiseveien, kan bedriftene bli mer effektive, slik at de ansatte virkelig kan legge fra seg jobben når de er på ferie."

Pressekontakt:

Eric Ugglå, mail eric@bondpremea.com, telefon +46 704 151525

[1] http://www.nytimes.com/2009/08/18/science/18angier.html?_r=2

Om Regus

Regus er verdens største leverandør av innovative kontorløsninger. Regus tilbyr alt fra fullt utstyrte kontorer til profesjonelle møterom, business lounges og videokonferanserom. Regus tilbyr en ny måte å arbeide på, enten det er hjemmefra eller fra kontoret. Selskaper som Google, GlaxoSmithKline og Nokia samt tusenvis av små og mellomstore bedrifter i vekst drar nytte av å outsource sine kontorer og arbeidsplasser til Regus. Over 1 000 000 kunder bruker Regus' kontorer daglig. Regus finnes på til sammen 1200 steder i 550 byer i 95 land. Det gjør det mulig for kunder og bedrifter å arbeide hvor som helst, når som helst og på hvilken som helst måte. For mer informasjon se www.regus.no