# 2024年假期后有效恢复工作状态的方法

来源：网络 作者：悠然小筑 更新时间：2024-06-26

*2024年假期后有效恢复工作状态的方法恢复工作状态的方法1.提前一小时到公司如果不是太累的话，可以提前一小时到公司，利用这段时间，你可以把放假期间以及之前积压邮件处理一下。这段时间是属于你自己的，完全不受打扰的时间。相信一旦到了正式上班的点...*

2024年假期后有效恢复工作状态的方法

恢复工作状态的方法

1.提前一小时到公司

如果不是太累的话，可以提前一小时到公司，利用这段时间，你可以把放假期间以及之前积压邮件处理一下。这段时间是属于你自己的，完全不受打扰的时间。相信一旦到了正式上班的点，很多同事一定会互相寒暄，问你假期去哪里，玩得如何。这时候，如果你反而埋头去干活，则有两方面的问题，第一，应该社交的时间却独自一人，第二，即使你埋头干活，也会有压力，而无法全力投入。所以，我们可以提前一些到办公室整理自己的资料以及收拾一下自己的心情，以免带来不必要的压力。

当然，如果要舒舒服服的提前一小时到公司，你需要提前一小时起床，你也需要提前一小时睡觉。

2.告诉自己慢慢恢复

上班的第一天开始，不要太着急，不要想着一下子回复到过去的鸡血状态。开过车的人都知道，良好的驾驶习惯要求你无论是加速还是刹车都要慢慢来。机器如此，人更是如此。慢慢来，别着急，用一周来恢复状态不是过分的事情。

3.和朋友分享旅途照片与见闻

早晨在我们五一后的第一次团队例会上，我和大家分享了我在云南的见闻以及因此而读得好几本历史书。同事们也分享了自己在各地的见闻和感想。这个小小的环节，不仅能促进大家的感情，让所有人都能更加适应办公室的氛围，也能让我们对自己假期生活有一个满意的总结。

另外，晚上抽空把你假期的照片整理一下，整理出大约XX%的值得去保留和分享的照片。或者放在网上和家人朋友共享，或者打印出来自己看，都是让自己心情不错的做法。

4.别忘了和你的老板与同事打招呼、聊天

五一前我回复过一个朋友的来信，他是对自己的年终绩效和加薪结果不太满意，觉得不符合预期。我当时指出他的问题很可能是平时都是“埋头”(真正的埋头啊)干活，而疏于和同事、老板的交流与沟通。而春节后的第一周，正好是social

time!简单的寒暄会让彼此都更近一些。这时候，少埋头，多抬头是一个好习惯。

5.合理处理邮件

6.收拾书桌、办公桌和书架

当你不知道该如何开始工作的时候，不妨先放下手里的工作，整理一下办公桌，把桌面上的文件整理分类，已经做完的工作文件整理到柜子里面，未开始的工作放在电脑前的文件夹里面，把本周的工作做一个计划。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找