

Nạp nhanh năng lượng, tăng tốc làm việc mùa cao điểm

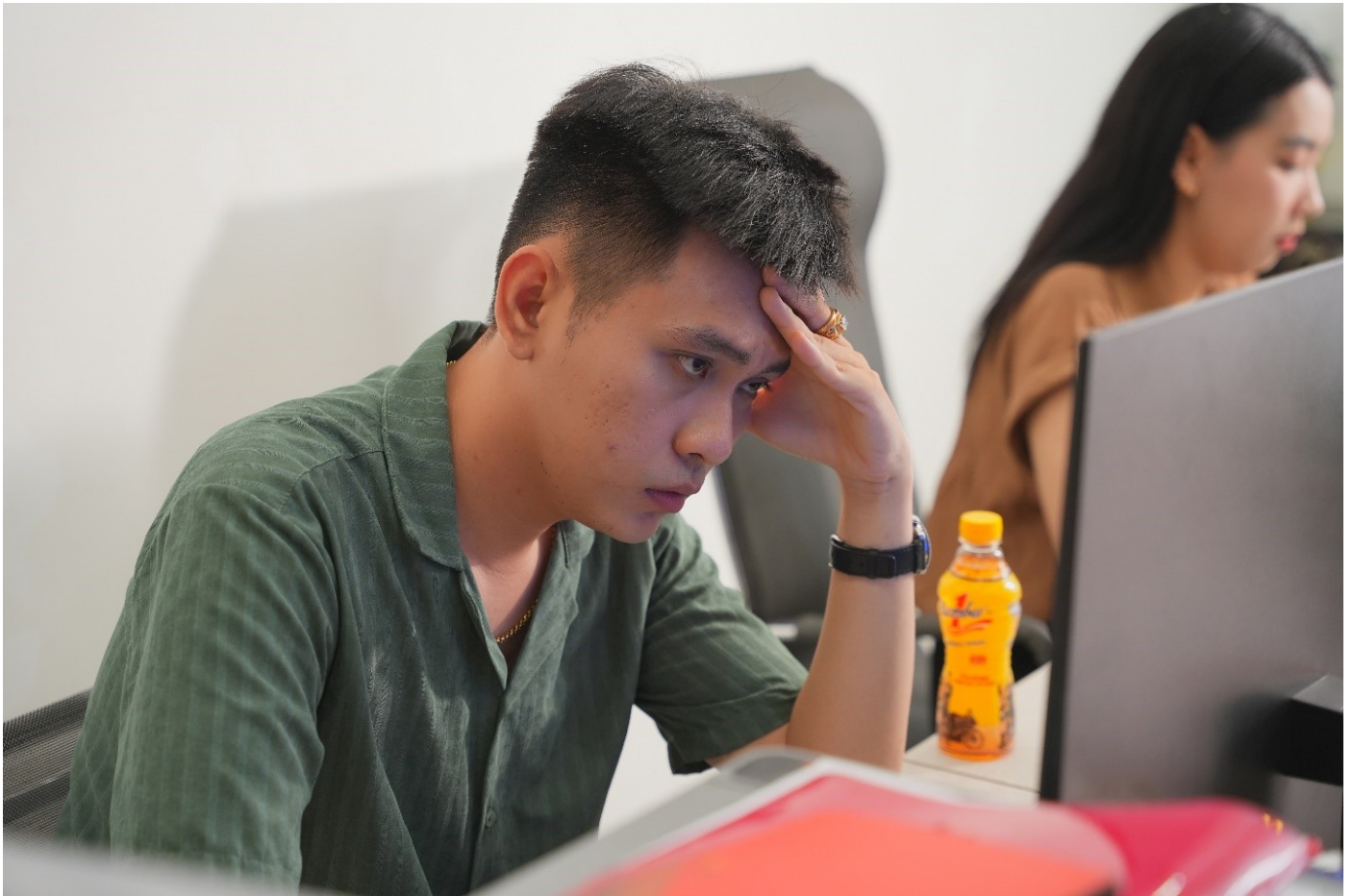
08:46 28/08/2024

Tác giả: Đang cập nhật

Áp lực công việc vào những mùa cao điểm khiến không ít người lao động rơi vào tình trạng mất tập trung và mệt mỏi. Tuy nhiên, đây lại là lúc họ cần tăng tốc làm việc để khẳng định năng lực và bản lĩnh cá nhân. Vậy làm thế nào để sẵn sàng năng lượng làm việc bứt phá trong những giai đoạn này?

Trong thời đại của nền kinh tế tri thức, giá trị lao động của cá nhân được đánh giá không dựa vào thời gian họ ngồi ở văn phòng mà nằm ở chất lượng công việc họ đóng góp cho tổ chức, doanh nghiệp. Chất lượng sẽ tạo nên số lượng và là chìa khóa giúp họ khẳng định được giá trị và năng lực của bản thân.

Chất lượng lao động phụ thuộc rất lớn vào khả năng tập trung của mỗi người. Thế nhưng, thực tế não bộ con người không thể hoạt động hết 100% công suất cả ngày, việc cố gắng tập trung trong thời gian dài có thể khiến não bộ bị quá tải, không thể đưa ra những quyết định chuẩn xác trong công việc.



Mùa cao điểm với deadline dồn dập khiến nhiều nhân viên văn phòng mệt mỏi, mất tập trung

Mất tập trung là tình trạng nhiều nhân viên văn phòng gặp phải vào những mùa deadline cao điểm hiện nay, trong đó có anh Quốc Kha (kế toán, làm việc tại TP. HCM). Công việc thường xuyên tiếp xúc với số liệu đòi hỏi sự tập trung và tính toán chuẩn xác. “cuối tháng, cuối quý là những giai đoạn cao điểm nhất của bộ phận Kế toán. Không chỉ thời gian xử lý công việc nhân đôi mà sự tập trung cũng cần tỷ lệ thuận để kịp hoàn thành deadline và không để bất kỳ sai sót nào xảy ra. Giai đoạn này, ai nấy đều trong tình trạng quá tải và mệt mỏi”, anh Kha cho biết.

Tần suất cuộc gọi tư vấn và chăm sóc khách hàng liên tục mỗi ngày cũng khiến chị Phùng Nhật Minh (làm việc tại Hà Nội) gặp phải tình trạng mệt mỏi tương tự. “Tôi gắn bó với công việc chăm sóc khách hàng tính đến nay là 4 năm nhưng phải thừa nhận là không dễ để duy trì năng lượng và sự tập trung làm việc cả ngày dài. Không chỉ gọi điện thoại liên tục, tôi còn phải đáp ứng các tiêu chí về tỷ lệ cuộc gọi, tỷ lệ hài lòng của khách, tỷ lệ giải quyết vấn đề... Mệt mỏi là điều không thể tránh khỏi”, chị Minh chia sẻ.



Năng lượng là yếu tố quan trọng để làm việc trong điều kiện cường độ và áp lực cao

Vận động thường ngày vốn đã tiêu tốn năng lượng, làm việc trong điều kiện cường độ và áp lực cao lại càng tiêu tốn năng lượng nhiều hơn. Nếu không được bổ sung năng lượng kịp thời, cơ thể rất nhanh sẽ rơi vào tình trạng đuối sức, mất tập trung. Lâu dài, điều này sẽ ảnh hưởng trực tiếp đến công việc và sức khỏe của họ. Bổ sung năng lượng đầy đủ khi làm việc không chỉ thúc đẩy tối đa tập trung mà còn góp phần nâng cao năng suất, hiệu quả làm việc.

“Những giai đoạn cao điểm, nhân viên bộ phận kế toán như tôi đều phải tăng ca, làm thêm giờ. 8 tiếng không bao giờ là đủ. Mọi người không còn thời gian để nghỉ trưa, thậm chí còn phải thức đêm để xử lý tại nhà. Sự tập trung là yếu tố quan trọng để rút ngắn deadline vào những giai đoạn này nên tôi thường chọn sử dụng nước tăng lực Number 1 để bổ sung năng lượng và duy trì sự tỉnh táo khi làm việc. Hương vị thơm ngon mang lại cảm giác sảng khoái, thúc đẩy tinh thần làm việc ngay tức thì” anh Kha chia sẻ thêm.

Nước tăng lực Number 1 cũng là thức uống yêu thích của chị Nhật Minh, đồng hành tiếp năng lượng cho chị từ những năm đầu gắn bó với công việc chăm sóc khách hàng. “lúc mới vào nghề, tôi

đã nhiều lần muốn nghỉ việc vì quá mệt mỏi. Nhưng sau khi đã bắt nhịp với công việc và có cho mình giải pháp bổ sung năng lượng với nước tăng lực Number 1, tôi đã có thể chạy đua với công việc”, chị Minh cho biết.



Nước tăng lực Number 1 được nhiều người lao động lựa chọn bổ sung năng lượng và lấy lại sự tập trung làm việc

Ra đời từ năm 2001, đến nay nước tăng lực Number 1 vẫn giữ vững vị trí được ưa chuộng hàng đầu trong phân khúc thức uống bổ sung năng lượng. Được sản xuất bằng công nghệ chiết lạnh vô trùng Aseptic của Đức, nước tăng lực Number 1 là sản phẩm 7 lần liên tiếp đạt Thương hiệu quốc gia. Sản phẩm nổi bật với hương vị thơm ngon mang lại cảm giác sảng khoái cùng khả năng bổ sung năng lượng, lấy lại sự tỉnh táo một cách nhanh chóng. Đây cũng là yếu tố giúp nước tăng lực Number 1 nhận được sự tin tưởng của đông đảo người lao động, không chỉ giúp họ rút ngắn thời gian, nâng cao hiệu suất làm việc mà còn thúc đẩy cảm hứng đóng góp trong công việc, từ đó tự tin tạo nên những giá trị riêng biệt của bản thân.

Minh Hiếu

Link bài viết: <https://nguoilambao.vn/nap-nhanh-nang-luong-tang-toc-lam-viec-mua-cao-diem>