

Δαμάζοντας τις αλλαγές

Έρευνα σε δείγμα εργαζομένων **407**

Έρευνα: Women in Business (WIB) Committee Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής



The Readiness to Change Project

65%

Των εργαζομένων έχει χρειαστεί να αντιμετωπίσει αλλαγές στην καριέρα συχνά ή πολύ συχνά

72%

Αναφέρει ότι είχε επαρκή ετοιμότητα για τις αλλαγές αυτές

Ωστόσο σε άλλη ερώτηση εξομολογείται ότι σε μεγάλο βαθμό δυσκολεύτηκε.

Η παραδοχή ότι δεν είσαι επαρκώς έτοιμος για αλλαγές στο χώρο δουλειάς σου είναι «ταμπού» τελικά!



Δύο είναι οι αλλαγές που περισσότερο από κάθε τι άλλο επιβαρύνουν και δυσκολεύουν:

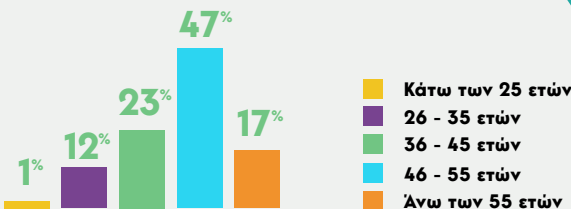
1. Η διαχείριση της αβεβαιότητας και της ασάφειας.

2. Η αντιμετώπιση της αλλαγής στο εισόδημα, που επηρεάζει άμεσα τον τρόπο ζωής.

Ο φόβος για το άγνωστο

Η ασάφεια και η αβεβαιότητα σε μια αλλαγή προβληματίζουν ανεξαρτήτως ηλικίας, εμπειρίας ή μόρφωσης. Η αβεβαιότητα φοβίζει επειδή δημιουργεί την απαίτηση για νέες λύσεις σε μη οικείες και γνώριμες συνθήκες

Ο φόβος για το άγνωστο επηρεάζει περισσότερο ανθρώπους στη μέση ηλικία, που έχουν περισσότερα να χάσουν



Οι τρεις δεξιότητες που αναφέρονται ότι περισσότερο θα κάνουν τη διαφορά στην αντιμετώπιση των αλλαγών είναι:

Η ψυχική ανθεκτικότητα (66%)
Η αντοχή στην αβεβαιότητα (58%)
Η ικανότητα να ζητάς υποστήριξη (55%)

Και αυτά που θα ήταν περισσότερο χρήσιμα σε μια περίοδο αλλαγών είναι:

Σαφείς στόχοι και στρατηγική (64%)
Συγκεκριμένο πλάνο δράσης (53%)
Καλή σχέση με την ομάδα (32%)