

## Sondaj BestJobs: Nivelul de stres s-a dublat în timpul pandemiei de coronavirus pentru unul din patru angajați români. Cei mai mulți au ajuns deja la epuizare



**Peste 70% dintre angajații români care au participat la un sondaj efectuat de platforma de recrutare BestJobs afirma ca nivelul de stres la locul de munca a crescut de la începerea pandemiei de coronavirus, iar mai mult de un sfert dintre aceștia apreciază ca nivelul de stres chiar s-a dublat.**

Dupa 10 luni de pandemie, copleșiți de sarcini la serviciu, teama, incertitudine și izolare sociala, aproape 30% dintre respondenți admit ca deja au ajuns la burnout. Oboseala resimțita în urma unui program solicitant îi face pe alți aproape 20% dintre angajați sa creadă ca în cel mult o jumătate de an vor ajunge la epuizare, dacă stresul se va menține la același nivel, în timp ce aproape 16% estimează ca vor ajunge la epuizare în cel mult un an.

Mediul de lucru dezorganizat și haotic (31,6%), supraîncărcarea (26,6%) și noile responsabilități care ies din aria lor de competențe (24,6%) reprezintă principalii trei factori de stres invocați de angajații care au răspuns sondajului BestJobs. Alți 23,8% dintre respondenți explica stresul ridicat prin faptul ca nu găsesc un echilibru între viața personală și cea profesională, iar 21% sunt stresați pentru ca sunt nevoiți sa preia din responsabilitățile colegilor.

Alți factori de stres importanți pentru mai bine de jumătate dintre respondenții la sondajul BestJobs sunt tergiversarea deciziilor importante de către superiorii direcți (15,6%), posibilitatea pierderii jobului (14,8%), lipsa interacțiunii directe cu colegii și managerul direct (13,7%) sau timpul mult prea mare alocat meeting-urilor online (8,6%).

### **Angajații vor sa se întoarca la birouri**

Pandemia a adus o schimbare uriașă în ceea ce privește modalitățile de lucru. Unii angajați s-au adaptat rapid lucrului de acasă (24%), alții mai puțin. Cert este ca cei mai mulți angajați ar prefera sa se întoarca la birou (35%), în timp ce alți peste 30% ar opta pentru un program hibrid - în care sa poata lucra până la 5 zile pe luna de acasă.

În cea mai complicată perioadă de după criza financiară din 2009, angajații nu au doar nevoie sa se întoarca la birouri, ci vor sa simta și ca munca lor este apreciată și ca angajatorul investește în dezvoltarea lor. Angajații români spun ca au nevoie acum mai mult decât oricând de cursuri pentru noi specializări în domeniul lor de activitate (53,5%), de cursuri de reconversie profesională (34,8%) sau de cursuri de management al schimbării (26,6%).

"Vestea bună este ca observăm deja tot mai multe companii care își dau seama ca nivelul de implicare și de satisfacție al angajaților a avut de suferit în contextul actual și încep sa adopte noi măsuri care vin sa repare

dezechilibrul care s-a creat. Am vazut asta și prin platforma Avocado.red, care conecteaza utilizatorii cu terapeuți, coachi și alte tipuri de specialiști și care este susținuta de BestJobs, unde au fost desfășurate peste 400 de sesiuni online de consiliere individuala, iar tendința este de creștere", declara Ana Visian, Marketing Manager la BestJobs.

Un rezultat neașteptat în contextul crizei actuale este intenția declarata de peste jumătate (56.3%) dintre respondenții studiului BestJobs de a lua în calcul o schimbare de job în următoarele 6 luni.

"În condițiile în care trecem printr-o perioada marcata de multe incertitudini, ne-am fi așteptat sa vedem mult mai puțini angajați dispuși sa ia în calcul o schimbare de job, cel puțin până când lucrurile se mai așează și depășim macar criza epidemiologica. Însa observam o nemulțumire individuala profunda în piața și o dorința mult mai mare din partea angajaților de a fi fericiți în ceea ce fac. Probabil aceasta pandemie și masurile de distanțare sociala i-au facut pe mulți sa-și reevalueze nevoile și așteptările în raport cu jobul și angajatorul. De aceea, tot mai mulți angajatori ar trebui sa se uite în aceasta perioada și la soluții prin care sa ofere angajaților servicii de life & business coaching, consiliere sau psihoterapie, ca beneficiu extra salarial", spune Ana Visian, Marketing Manager la BestJobs.

*Sondajul BestJobs a fost efectuat în perioada 20 noiembrie - 5 decembrie, pe un eșantion de 1.421 de utilizatori de internet.*