

Как внутриком и выход в офис могут помочь сохранить work-life balance

Татьяна Мощагина

Руководитель по продвижению бренда работодателя
и внутренним коммуникациям сервиса Работа.ру

Татьяна Мощагина

Руководитель по продвижению бренда работодателя
и внутренним коммуникациям сервиса Работа.ру



Более 7 лет занимаю руководящую позицию, развиваю партнерские отношения с крупными и ключевыми клиентами, имею опыт работы с международными рынками.

С 2019 года работаю в команде Работа.ру, сейчас занимаюсь продвижением бренда работодателя и внутренними коммуникациями.

Специализируюсь на комплексных решениях для поддержки сотрудников, улучшаю и внедряю новые внутренние и внешние HR-процессы.

О чем поговорим?



Work-life balance

Что мы о нем знаем?



Про подход

Современный подход
к работе и офису:
чего ждут сотрудники?



Статистика

Сколько человек увольняется
из-за выгорания, как переработки
влияют на выгорание



Опыт Работа.ру

Что мы делаем сейчас
и как это влияет
на сотрудников

Work-life balance vs Профессиональное выгорание



Work life balance vs высокая зарплата

36%

россиян **готовы отказаться от отпусков** ради высокой з/п

23%

готовы работать без выходных ради з/п выше 250 000 рублей

24%

россиян **готовы к систематическим переработкам** ради з/п 250 тыс. и выше

10%

россиян **готовы отложить планирование семьи** ради высокой з/п

Профессиональное выгорание

15%

россиян **уволились** из-за выгорания на работе*

13%

сменили профессию из-за профессионального выгорания**

24%

россиян **перешли на фриланс** из-за выгорания***



* <https://press.rabota.ru/rabota-ru-vyyasnila-glavnye-prichiny-uvolneniy-rossiyan>

** <https://press.rabota.ru/66-rossiyan-rabotayut-ne-po-spetsialnosti>

*** <https://press.rabota.ru/18-rossiyan-pereshli-na-frilans-v-god-koronavirusa>

Причины выгорания

100%

Все участники исследования с симптомами выгорания отмечают **ненормированный рабочий день** и большую загрузку на работе*



*Исследование «Факторы возникновения синдрома эмоционального выгорания у молодых работников»
<https://vestnik.guu.ru/jour/article/download/2411/1866>

48% россиян регулярно перерабатывают

Еще 37% респондентов рассказали, что иногда задерживаются на рабочем месте

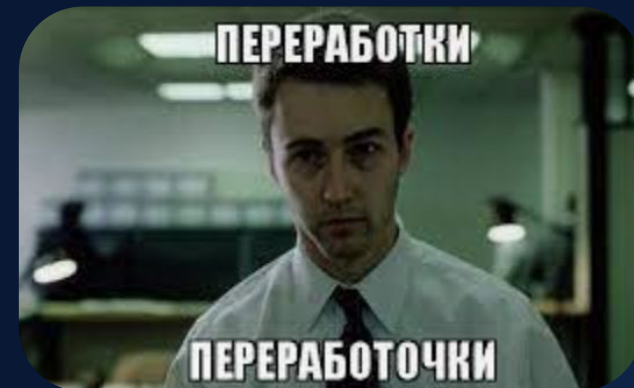
Основные причины переработок:



Респонденты перерабатывают:

24% – менее 3 часов в неделю
29% – от 3 до 5 часов в неделю
22% – от 5 до 10 часов
25% — более 10 часов в неделю.

Негативные последствия

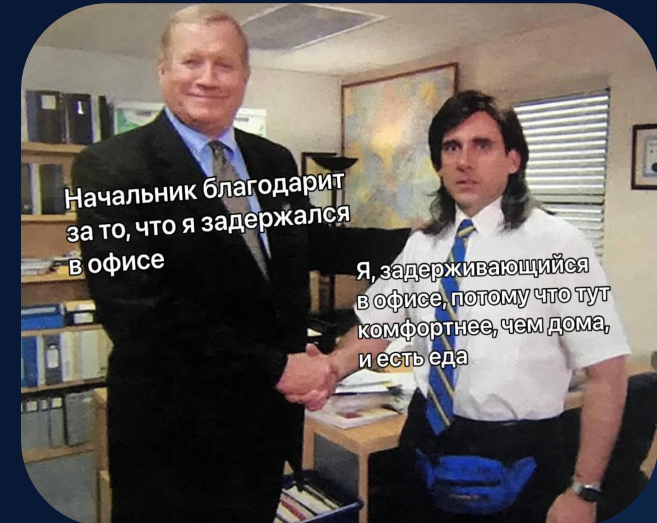


Источник: опрос сервиса Работа.ру, более 6000 респондентов, ноябрь 2021 года

Work-life balance to Well-being



Сколько провели
времени на работе



Как провели
время на работе

Что такое well-being?

Well-being — это комплексный подход для повышения благополучия сотрудников, удержания и вовлечения.

Концепция well-being помогает создавать среду для достижения удовлетворенности, которая позволит сотруднику процветать и полностью раскрывать свой потенциал на благо себя и своей компании.

Аспекты влияния программ well-being

- 1 Продуктивность
- 2 Клиентоориентированность
- 3 Командный и моральный дух
- 4 Репутация, привлечение и удержание сотрудников

well-being

Примеры реализации

Карьерный рост	Мотивация, целеполагание, продуктивность, ценности	Доступ к образовательным платформам, корпоративное обучение, работа с внутренними карьерными консультантами
Финансовое благополучие	Планирование будущего, сбережения, пенсия	Программы финансовой грамотности для сотрудников, работа с внутренними финансовыми консультантами
Физическое состояние	Сон, питание, рабочая среда, физическая активность	Компенсация занятий спортом, возможность удаленной работы, гибкий график, расширенный ДМС
Социальные связи	Отношения, поддержка руководства, эмоциональный интеллект, поддержка коллег	Корпоративный нетворкинг, тимбилдинги, клубы по интересам (киноклуб, книжный клуб и т.д.)
Психологическое состояние	Ментальное здоровье, уверенность в себе, управление стрессоустойчивостью	Корпоративный психолог, психологические тренинги, комфортная рабочая среда

Про комфорт

77% представителей российских компаний уверены, что лучше сосредоточиться на работе штату позволяет **комфортная атмосфера на работе**

Из чего состоит «**комфортная атмосфера на работе**»:

- ✓ корпоративная культура и ценности
- ✓ well-being
- ✓ комфортные условия труда
- ✓ взаимоотношения в компании

Инструменты для комфорта



Ежегодные
eNps-опросы



Персональный
подход



Performance
Review



Развитие
сотрудников



Пульс-опросы



Формальные
и неформальные
формы общения



Программы
well-being для
сотрудников



Скидки и/или
бесплатные сеансы
у психолога



Отслеживание
графика отпусков



ДМС

Кейс сервиса Работа.ру



Что мы делаем сейчас?

1

Well-being

- Пульс-опросы
- ДМС
- Психологическая помощь
- Спорт
- Льготная ипотека
- Гибридный график
- График отпусков
- Корп. скидки
- Программы для детей

Что мы делаем сейчас?

1

Well-being

- Пульс-опросы
- ДМС
- Психологическая помощь
- Спорт
- Льготная ипотека
- Гибридный график
- График отпусков
- Корп. скидки
- Программы для детей

2

Вовлеченность

- eNPS
- Страт. сессии
- Фасилитация
- Митапы
- Breaking news
- Амбассадоры
- Интервью
- Открытая сцена

Что мы делаем сейчас?

1

Well-being

- Пульс-опросы
- ДМС
- Психологическая помощь
- Спорт
- Льготная ипотека
- Гибридный график
- График отпусков
- Корп. скидки
- Программы для детей

2

Вовлеченность

- eNPS
- Страт. сессии
- Фасилитация
- Митапы
- Breaking news
- Амбассадоры
- Интервью
- Открытая сцена

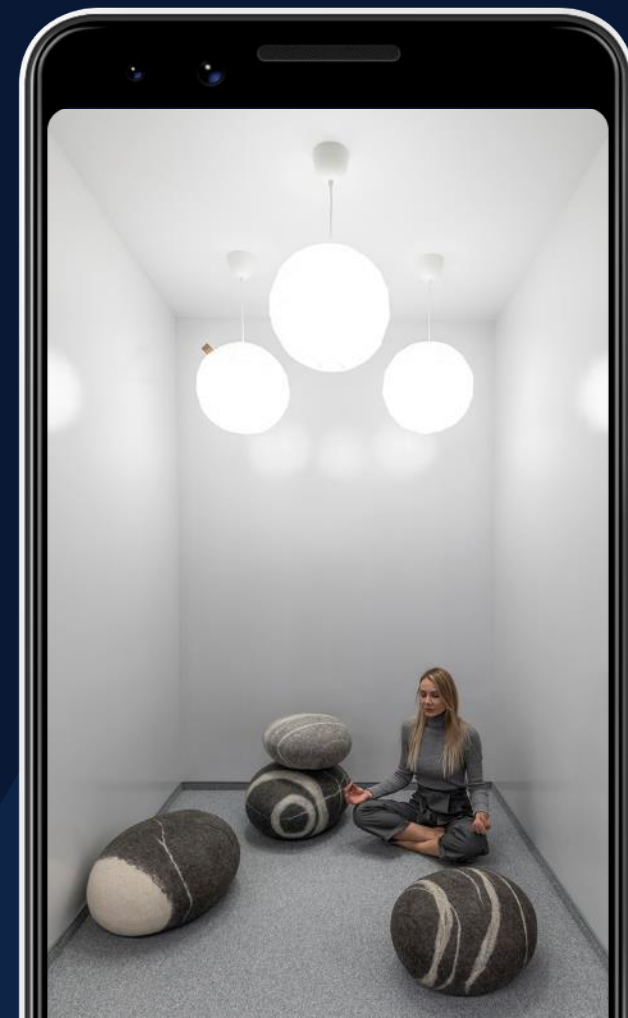
3

Неформальности

- Киноклуб
- Настольные игры
- Свой tg-канал
- Герой года
- Игровая зона

Наши пространства

- 📍 Зона развлечений
- 📍 Библиотека
- 📍 Ланч-зона
- 📍 Переговорные зоны
- 📍 Амфитеатр для выступлений
- 📍 Образовательная зона
- 📍 Входная группа и уголки уюта
- 📍 Опенспейс и коворкинги



И какой результат?

19%

сотрудников Работа.ру
чувствуют себя отлично

49%

сотрудников Работа.ру **чувствуют себя хорошо и нормально**

21%

сотрудников Работа.ру **немного переживают**

11%

сотрудников Работа.ру
испытывают тревогу



* Результаты пульс-опроса Работа.ру, в котором приняли участие более 2/3 сотрудников

Спасибо за внимание!

Татьяна Мощагина,

Руководитель по продвижению бренда работодателя
и внутренним коммуникациям сервиса Работа.ру

Пишите мне!

e-mail: t.moschagina@rabota.ru

Telegram: +7 (906) 046-76-65

