

<https://quifinanza.it/lavoro/lavoro-stop-alle-grandi-dimissioni-la-tendenza-ora-e-il-quiet-thriving/698917/>

QF QuiFinanza BORSE ECONOMIA RISPARMIO FISCO E TASSE INFO UTILI GREEN LIFESTYLE PMI ALTRO ACCEDI

Temi Caldi: Rincari alimentari • ChatGPT e Intelligenza Artificiale • Bonus fiscali 2023

Home > Lavoro > Lavoro, stop alle "grandi dimissioni": la tendenza ora è il "quiet thriving"

Lavoro, stop alle "grandi dimissioni": la tendenza ora è il "quiet thriving"

Un nuovo approccio zen al lavoro: più benessere e meno stress, per vivere al meglio le ore trascorse in ufficio

26 Marzo 2023 15:16



Smart working, come funziona il rimborso connessione internet

Se durante la pandemia, la maggior parte delle imprese ha registrato un aumento delle dimissioni e un conseguente innalzamento del tasso di turnover, ora si cercano nuovi stimoli, relazioni migliori con manager e colleghi e condivisione degli obiettivi per crescere professionalmente. Se "quiet quitting" e "grandi dimissioni" hanno

Lavoro, stop alle "grandi dimissioni": la tendenza ora è il "quiet thriving"

Un nuovo approccio zen al lavoro: più benessere e meno stress, per vivere al meglio le ore trascorse in ufficio

Se durante la pandemia, la maggior parte delle imprese ha registrato un aumento delle dimissioni e un conseguente innalzamento del tasso di turnover, ora si cercano nuovi stimoli, relazioni migliori con manager e colleghi e condivisione degli obiettivi per crescere professionalmente. Se **"quiet quitting"** e **"grandi dimissioni"** hanno caratterizzato il mercato del lavoro per tutto lo scorso anno, il **2023** sembra, dunque, essere contrassegnato da un maggiore ottimismo che potrebbe concretizzarsi in quello che è stato definito **"quiet thriving"**, il prosperare silenziosamente. Questo il quadro che emerge da un recente studio di EasyHunters, società di ricerca e selezione di personale qualificato.

Cos'è il "quiet thriving". Coniato da una psicoterapeuta americana il termine "quiet thriving" potrebbe essere descritto come la tendenza a **cambiare il proprio approccio al lavoro**,

cercando nuovi stimoli, migliorando le relazioni professionali con colleghi e manager e dandosi **obiettivi condivisi e stimolanti** per crescere professionalmente.

“A tutti, prima o poi – spiega Francesca Contardi, managing director di EasyHunters – è balenata nella testa l’idea di mollare il proprio posto di lavoro, anche senza avere una valida alternativa già pronta. Ma dobbiamo essere onesti, questa idea non è quasi mai attuabile e questo, a lungo andare, può generare frustrazione e malessere nelle persone che, come accaduto diffusamente nei mesi scorsi, possono mettere in pratica quello che abbiamo imparato a conoscere come quiet quitting e che, tuttavia, non è una strada da percorrere all’infinito. Ed è proprio qui che subentra il quiet thriving, la **tendenza a rincorrere quella prosperità silenziosa** che ci consente di vivere al meglio le ore che trascorriamo in ufficio”.

Stare bene in ufficio è davvero possibile? Secondo EasyHunters la risposta è sì. Indipendentemente dal nome che vogliamo dare a questo trend, l’aspetto davvero importante è legato al radicale cambio di approccio che, dopo **anni segnati dal lavoro a distanza** e da relazioni sociali ridotte al minimo, le persone in ufficio stanno mettendo in atto. **Ritrovare l’interesse** nei confronti del proprio lavoro e tornare ad impegnarsi giova non soltanto – come è ovvio – alle aziende, ma anche ai lavoratori che vivranno, alla scrivania, ore più serene e, soprattutto, senza ansia e stress eccessivi.

Come si riesce a mettere davvero in pratica il quiet thriving? “Il primo obiettivo – spiega Contardi – è riuscire a sentirsi più coinvolti dal proprio lavoro, identificando, ad esempio, gli aspetti e le attività che si ritengono più soddisfacenti e stimolanti. Il quiet thriving, però, è anche legato alla qualità delle relazioni con manager e colleghi: il miglioramento della soddisfazione, infatti, passa anche attraverso la **qualità delle relazioni con le persone** con cui si trascorre una parte importante della quotidianità. Promuovere un atteggiamento più propositivo porta inevitabilmente benefici perché, non dimentichiamolo, non c’è niente di più deleterio, anche a livello di business, di un ambiente lavorativo stressante, senza stimoli e ricco di conflitti”.

I tre ingredienti per il benessere delle risorse. Tra gli elementi che possono aiutare a preservare il benessere delle risorse figurano l’ascolto, la buona comunicazione e la formazione. Essere sempre pronti all’ascolto è fondamentale perché aiuta a individuare repentinamente eventuali problemi e quindi risolverli e, inoltre, crea un clima di fiducia nel quale le persone condividono obiettivi e piani futuri. Anche la formazione è determinante per il successo perché, in un momento di grandi cambiamenti e innovazione, avere a bordo competenze aggiornate può davvero fare la differenza.