

## Od czego zależy satysfakcja zawodowa?

Dr Jeremy Dean z University College London podkreśla jak ważna jest satysfakcja zawodowa dla jakości całego życia człowieka. Opisuje on 10 elementów, które według niego mają znaczący wpływ na to, jak czujemy się w pracy. Są to:

1. *Drobne problemy – są to codzienne niedogodności ignorowane przez pracodawców z powodu innych ważniejszych i pilniejszych kwestii. Nie utrudniają one w znaczący sposób pracy, ale mocno wpływają na zadowolenie zawodowe. Zlikwidowanie ich często okazuje się najprostszym sposobem na poprawę satysfakcji w całej firmie.*
2. *Przekonanie o sprawiedliwym traktowaniu – zadowolenie pracownika rośnie, gdy czuje się odpowiednio wynagradzany za swoją pracę. Jeśli pensja jest proporcjonalna do poziomu wynagrodzenia innych osób na podobnych stanowiskach i z podobnym zakresem obowiązków, wtedy uczucie satysfakcji jest zaspokojone.*
3. *Osiągnięcia – ludzie cieszą się ze swoich osiągnięć. Radość sprawiają im wszystkie widoczne postępy w pracy. Pracownik nie widzący efektów i nie znajdujący sensu czynności wykonywanych każdego dnia ma dużo mniejszą satysfakcję zawodową.*
4. *Informacja zwrotna – może być pozytywna lub negatywna. Najważniejsze, aby jakakolwiek się pojawiła. Błędy zawsze można poprawić, jeśli jest się ich świadomym, a każdy pracownik chce wiedzieć jak odbierana jest jego praca.*
5. *Złożoność i różnorodność pracy – jednostajna praca szybko powoduje znudzenie, dlatego ważne jest, aby proponować pracownikom nowe i ambitne zadania. Takie możliwe do zrealizowania wyzwania motywują. Praca staje się ciekawsza, przez co rośnie satysfakcja z jej wykonywania.*
6. *Kontrola – narzucony sposób wykonywania pracy oceniany jest jako stresujący. Najlepiej zatem kierować się prostą zasadą: „powiedz mi co mam zrobić, ale pozostaw mi wybór, w jaki sposób to zrobić”. Dzięki temu pracownik zachowa możliwość kontrolowania realizowanych przez siebie zadań.*
7. *Wsparcie organizacji – firma może wpływać na nastrój swoich pracowników m.in. przez odpowiednie traktowanie, docenienie, świadczenia. Takie działania silnie wiążą się z satysfakcją zawodową, ponieważ dają odczucie bycia istotną częścią organizacji.*
8. *Sprawy prywatne – problemy dotyczące życia prywatnego negatywnie oddziałują na sprawy zawodowe. Powodują zmniejszenie efektywności pracownika oraz brak lub osłabienie satysfakcji z pracy.*
9. *„Miesiąc miodowy” i „kac” – pojęcia odnoszą się do: okresu zaraz po przyjęciu do nowej pracy lub zmianie stanowiska oraz negatywnych odczuć związanych z poprzednim miejscem zatrudnienia. Im większy „kac”, tym bardziej intensywny „miesiąc miodowy”, czyli zwiększona fascynacja, aktywność i satysfakcja pracownika.*

*10. Jednostkowe predyspozycje – najtrudniejszą zależnością w odczuwaniu lub nie odczuwaniu przez pracownika satysfakcji zawodowej są jego indywidualne cechy osobowe. Dzięki nim niektórym ludzi łatwiej zadowolić, a innym trudniej. Istnieje jednak pewna stała w tym bardzo zmiennym zbiorze elementów - wiek. Starsi pracownicy są zazwyczaj bardziej zadowoleni z pracy jaką wykonują. Związane jest to prawdopodobnie z doświadczeniem i realistycznym spojrzeniem na zatrudnienie.*

Źródło: <http://rynekpracy.pl/artykuly/co-wplywa-na-satysfakcje-zawodowa>