

Benessere aziendale e nuove generazioni al lavoro



Abbiamo chiesto ad oltre 200 giovani della Gen Z di descrivere il loro rapporto con il lavoro

L'obiettivo della ricerca è stato conoscere i **bisogni** delle nuove generazioni al lavoro e quali sono i principali **driver** che li guidano nella scelta del loro futuro datore di lavoro.

Trainect e Joinrs: Innovazione, benessere e giovani al lavoro

Trainect, la soluzione per aumentare il wellbeing e l'engagement aziendale, ha realizzato insieme a **Joinrs**, il punto di incontro tra giovani laureati e aziende, un'osservatorio che analizza le nuove generazioni e, in particolare, il ruolo del benessere sul luogo di lavoro come driver di **attraction e retention**.

I giovani stanno cambiando il mondo del lavoro

Oggi convivono in azienda fino a **4 generazioni diverse**: i cosiddetti Baby Boomer (nati tra il 1946 e il 1960), i Gen X (nati tra il 1961 e il 1979), i Millennials (nati tra il 1980 e il 1996) e i **Gen Z** (nati tra il 1997 e il 2012).

Generazioni cresciute in momenti storici e contesti sociali che attraversano quasi un secolo, con aspettative, valori, modi di lavorare e stili di apprendimento diversi.

In Italia i membri della Gen Z sono circa 8.6 milioni e di questi 79 mila sono già attivi nel mondo del lavoro. Rappresentano oltre un quarto dei lavoratori italiani (26,6%),

e il loro peso specifico può solo aumentare. La Gen Z, la prima generazione totalmente **nativa digitale**, porta nel mondo del lavoro una ventata di novità e cambiamento.

E lo fa a gran voce.

Oggi la funzione HR si trova davanti a una sfida piuttosto complessa: quella di riuscire a far dialogare mondi diversi.

Ma quali sono i bisogni delle nuove generazioni al lavoro?

E quali sono le leve per attrarli nella propria organizzazione?

I principali takeaway

La Gen Z è caratterizzata da una mentalità diversa rispetto alle precedenti, mettendo al centro dell'attenzione valori come **l'autenticità, l'equilibrio tra vita lavorativa e personale e il benessere generale.**

Il lavoro non è più considerato solo un mezzo per guadagnarsi da vivere, bensì un **aspetto cruciale per il loro benessere complessivo.**

I giovani cercano un ambiente lavorativo che promuova la loro felicità, soddisfazione e sviluppo personale. Desiderano un lavoro che dia un senso di scopo e realizzazione, permetta loro di utilizzare le proprie competenze e talenti,

e offra opportunità di crescita professionale. Anche la **flessibilità e lo smart working** risultano leve chiave per attrarre le nuove generazioni e tenerle ingaggiate nel tempo.

Pertanto, è fondamentale che leader ed HR riconoscano l'importanza di creare un ambiente lavorativo che promuova il benessere per **attrarre, coinvolgere e trattenere i giovani talenti.**

Il benessere per i giovani è importante sia nella vita privata che nella vita lavorativa.

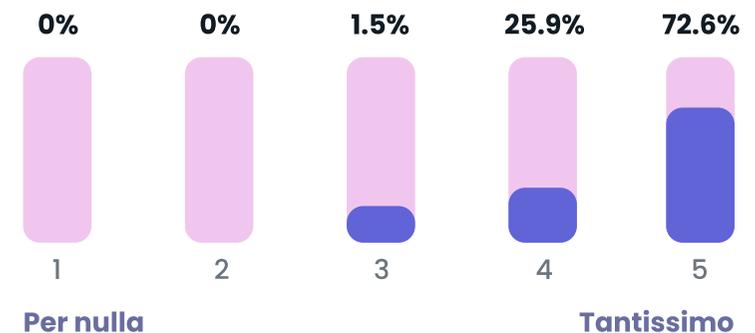
Il concetto di work life balance viene superato da quello di work life integration. In un mondo ibrido e fluido i confini tra vita privata e professionale sono molto più labili e si ricerca il benessere in ogni ambito.

Benessere al lavoro: mai più senza

Il benessere è ritenuto un aspetto fondamentale nel luogo di lavoro: **il 99% dei giovani** lo ritiene fondamentale. E' finita l'era in cui "lavoro e sofferenza" potevano essere un binomio accettabile.

Per i giovani è fondamentale vivere in **luoghi di lavoro sani** con una cultura sostenibile dove il benessere venga considerato una priorità strategica. E come **HR e leader**, è bene tenerlo a mente.

Benessere aziendale e nuove generazioni al lavoro.
Quanto è importante per te il benessere nel luogo di lavoro?



Osservatorio 2023 | joinrs TRAINECT

Trainect Tips: Creare cultura del benessere

Occuparsi del benessere dei lavoratori significa lavorare sulla cultura aziendale. La Gen Z è particolarmente attenta alle incoerenze e richiede alti livelli di trasparenza. **Per questo le iniziative di welfare non bastano più.** Se si professa il benessere, lo si deve anche praticare, tramite i comportamenti quotidiani, che partono dal vertice e coinvolgono tutti i lavoratori e le lavoratrici.

In Trainect crediamo che la **cultura del benessere** si costruisca con passi concreti:

1. Parti dall'**ascolto** dei bisogni delle persone
2. Coinvolgi i **leader** e il top management
3. Accorcia le **distanze** tra vertice e periferia organizzativa
4. Individua agenti di **cambiamento**
5. Rendi i servizi legati al benessere una **priorità strategica**
6. Insegna ai manager a diventare **coach**
7. **Misura**, analizza, migliora

**La pandemia ha
peggiorato lo stato di
salute dei giovani.**

50%

Quasi il 50% dichiara che il proprio stato di salute è peggiorato dopo il COVID-19.

Stress, una costante

Lo stress è la risposta psicofisica ad una quantità di compiti emotivi, cognitivi o sociali percepiti dalla persona come **eccessivi**.

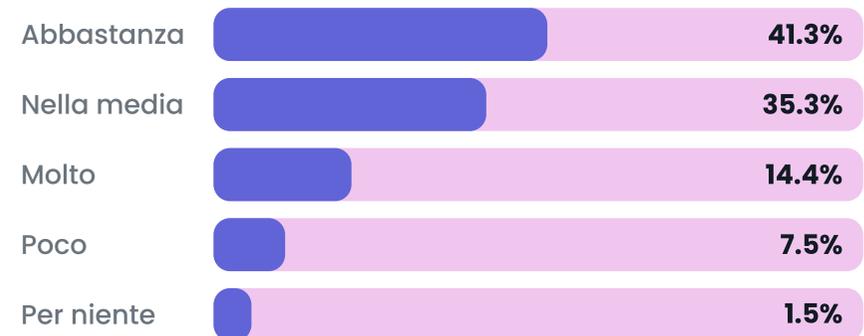
Nel mondo di oggi, definito dagli esperti **BANI** (fragile, ansioso, non lineare, imprevedibile), lo stress è una costante.

La conferma arriva proprio dai giovani: più del **57%** dichiara di vivere una condizione di stress alta o costante, che si somma al **35%** che vive invece una condizione di stress "nella media".

E' come se ci fossimo **abituati a considerare lo stress una costante**, parte integrante della vita di oggi.

Senza considerare gli effetti negativi che uno stato di stress prolungato può portare.

Pensi di vivere in una condizione di stress?



Trainect Tips: Stress sano e stress cattivo

Ci sono due forme di stress:

Eustress

Stress positivo, indispensabile nella vita e induce l'organismo a reagire al meglio ad un evento esterno.

Distress

Stress cattivo, correlato a emozioni e reazioni fisiologiche negative.

La sindrome da **burnout**, che in senso letterale significa "bruciato, fuso, esaurito", deriva da una risposta prolungata e intensa allo stress da lavoro. Uno degli errori più frequenti che si riscontra fra gli Executives è sottovalutare il fatto che lo stato di stress e pressione eccessiva deve essere **temporaneo** (ovvero legato a periodi particolarmente intensi e di sforzi particolari).

Accettare che si protragga, sottovalutandone le conseguenze e/o pensando che sia "normale" non è affatto una buona idea e mette a repentaglio pesantemente **creatività ed efficacia**, che ne risultano enormemente indebolite.

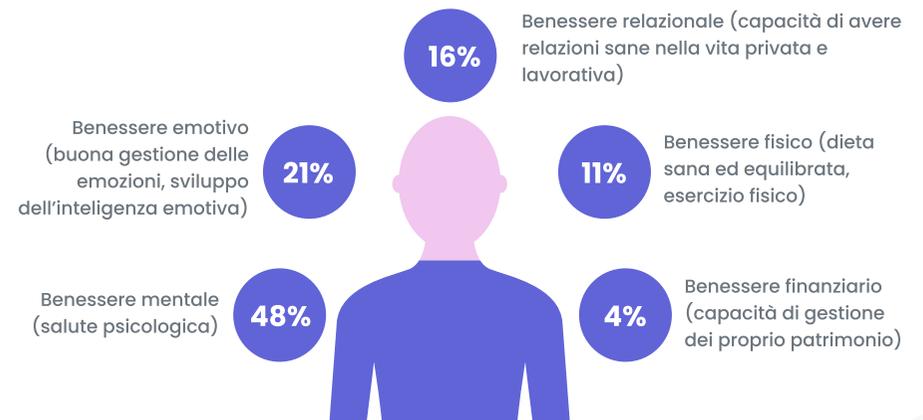
È il benessere psicologico la priorità per i giovani

Se fino a qualche anno fa parlare di **salute mentale ed emozioni al lavoro era considerato un tabù**, con la Gen Z queste risultano essere oggi una priorità.

La crescente consapevolezza dell'importanza del benessere psicologico dimostra che i giovani lavoratori desiderano un ambiente di lavoro che non solo si preoccupi del loro benessere fisico, ma anche della loro salute mentale e emotiva.

Questa generazione è più aperta a discutere di questioni legate alla salute mentale, come lo **stress, l'ansia e la gestione delle emozioni**, e richiede un supporto adeguato da parte delle organizzazioni in cui lavorano.

Quale è l'area del benessere su cui ritieni più importante investire energie e tempo per migliorarla?



Trainect Tips: Benessere olistico

In Trainect approcciamo al benessere aziendale dal punto di vista olistico considerando l'essere umano nella sua interezza e proponendo soluzioni diversificate per ogni area del benessere e customizzate sui bisogni dei singoli lavoratori.

- **Benessere mentale:** come la riduzione dello stress, la prevenzione del burnout , il supporto psicologico.
- **Benessere fisico:** come il mantenimento di una dieta equilibrata, l'esercizio fisico regolare, la prevenzione di malattie e infortuni.

- **Benessere finanziario:** come la gestione delle proprie risorse, la creazione di un fondo emergenza.
- **Benessere sociale:** come la promozione della collaborazione e del lavoro di squadra, la creazione di un ambiente inclusivo, l'offerta di opportunità per sviluppare relazioni sociali.
- **Benessere emotivo:** come la consapevolezza del proprio stato emotivo, la gestione e la regolazione delle emozioni

Il benessere è una leva strategica per attrarre e trattenere la Gen Z in azienda.

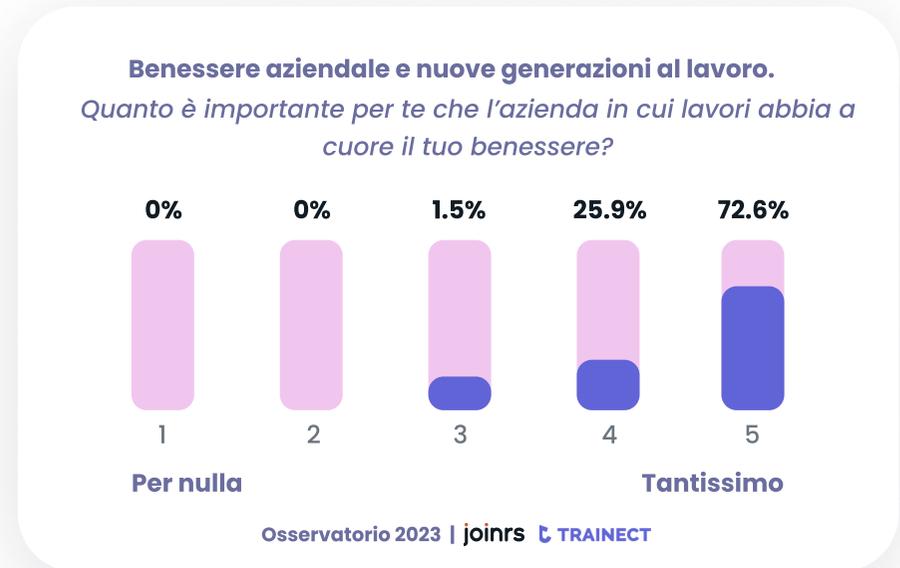
Benvenuti quindi nell'era della **people centricity**, dove non è più possibile tralasciare l'importanza dei bisogni umani nel luogo di lavoro.

Benessere come must have

Per trattenere e ingaggiare i talenti è fondamentale puntare sul benessere.

Il **100%** dei giovani intervistati si aspettano che l'azienda per cui lavorano abbia a cura il benessere delle persone.

Le aziende che investono nel benessere al lavoro per la Gen Z non solo beneficeranno della **retention** dei dipendenti, ma anche della **produttività** migliorata e della reputazione positiva che ne deriva.

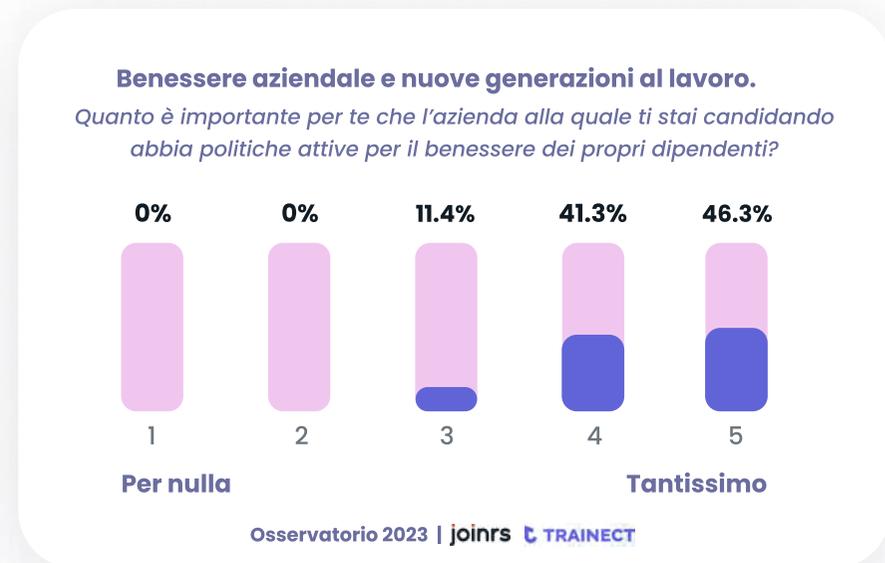


Benessere come leva di talent attraction

Se si vogliono attrarre i giovani talenti è fondamentale investire in politiche attive per il benessere: più dell'**80%** predilige aziende attente al benessere nella scelta del futuro datore di lavoro.

Il benessere è un tema culturale ma può essere utilizzato anche come leva di **employer branding**, sempre mantenendo una coerenza tra il professato e l'agito. Comunicare esternamente la propria cultura sana e il proprio impegno sui temi del benessere permette alla funzione HR di attrarre in modo più efficace giovani talenti.

Ricordati di inserire sempre nell'annuncio di lavoro le keyword relative al wellbeing aziendale.



Joinrs Tips: Benessere come leva di talent attraction

E' bene ricordare come l'annuncio di lavoro è il bigliettino da visita dell'azienda: è importante, in questo senso, inserire al suo interno tutte quelle informazioni che sono di interesse per il potenziale candidato.

Ma quindi, cosa dovrebbe esserci all'interno di un annuncio di lavoro per renderlo attrattivo nei confronti della Gen Z?

Analizzando cosa stanno cercando oltre 300k studenti e giovani laureati ogni giorno su joinrs, scopriamo che:

1. Il 71,6% cerca un'azienda che gli permetta di lavorare, anche in parte, in Smart Working;

2. Il 55,5% vorrebbe lavorare in un'azienda attenta al "work life balance" dei lavoratori;

3. Il 43,3% si candida solamente in aziende che danno priorità al Benessere aziendale

4. Il 42,6% vorrebbe continuare a formarsi in azienda tramite il Training on the Job'

“La mia azienda ideale investe sul benessere”

La GenZ, non lavora più solo per denaro. Sono imprenditori e sognatori ambiziosi, disposti a dedicare tempo ed energia al loro lavoro a patto che si tratti di una realtà attenta al **benessere**, **aperta** e in cui ci sia possibilità di **crescita**.

La gen Z è cresciuta con la tecnologia digitale e la connettività costante e ciò ha influenzato le loro aspettative in termini di **flessibilità lavorativa**. La possibilità di lavorare da remoto, avere orari flessibili e conciliare i propri impegni personali è diventata una priorità.

La mia azienda ideale:



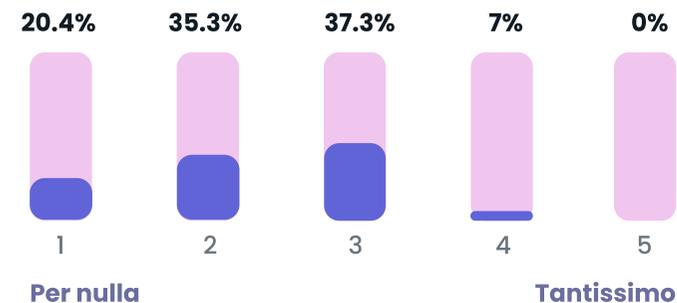
Una generazione esigente e con le idee chiare

La Gen Z ha le idee chiare ed è anche piuttosto esigente: quasi il **60%** ritiene che le aziende non si occupino sufficientemente del benessere dei lavoratori.

Emerge una **discrepanza tra le aspettative dei lavoratori più giovani e le azioni che le aziende intraprendono** per promuovere il benessere dei dipendenti. La generazione Z cerca un ambiente di lavoro che metta al centro il benessere e si preoccupi della salute fisica, mentale ed emotiva dei lavoratori. Tuttavia, sembra che molte aziende non abbiano ancora affrontato in modo adeguato queste preoccupazioni.

Questo dato richiama l'attenzione sulle **sfide** che le aziende devono affrontare nel rispondere alle esigenze e alle aspettative dei giovani lavoratori.

Benessere aziendale e nuove generazioni al lavoro.
Ritieni che le aziende oggi si occupino in modo adeguato del benessere dei propri dipendenti?



Osservatorio 2023 | joinrs TRAINECT

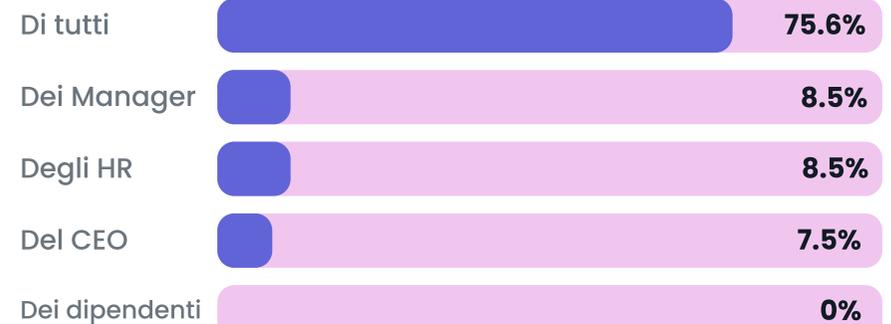
Partecipazione e responsabilità diffusa

Se da un lato la Gen Z è esigente e ha le idee chiare, è anche consapevole che il benessere è una **responsabilità di tutti** (per il 75% dei rispondenti).

Questo dato riflette una consapevolezza diffusa riguardo al ruolo di **tutti gli attori** all'interno di un'organizzazione nel promuovere e sostenere il **benessere complessivo** dei lavoratori.

Questa prospettiva può essere un punto di partenza prezioso per sviluppare **strategie e politiche aziendali** volte a promuovere il benessere e a creare un ambiente lavorativo sano e appagante per tutti i membri dell'organizzazione.

Di chi è la responsabilità del benessere in azienda?



Trainect Tips: Benessere responsabile

In Trainect crediamo che il benessere aziendale debba essere **condiviso, responsabile e circolare**.

La responsabilità del wellbeing aziendale non dovrebbe quindi essere solo dei manager o del reparto HR, ma dovrebbe coinvolgere l'intera organizzazione, dal top management ai singoli dipendenti. Un approccio lungimirante al corporate wellbeing, infatti, dovrebbe superare il **people caring** tipico di alcune culture organizzative paternalistiche che tendono a de-responsabilizzare l'individuo relegandolo ad una dimensione di passività.



I giovani cercano servizi di benessere aziendali differenziati

I giovani chiedono servizi di benessere personalizzati e differenziati capaci di rispondere alle diverse esigenze con flessibilità:

- Lezioni e corsi in presenza come masterclass di yoga o incontri con nutrizionisti.
- Contenuti digitali come video pillole o podcast da fruire quando si preferisce.
- Innovazione e tecnologia come APP gamificate per vivere il benessere in modo divertente.

- Percorsi personalizzati one to one con psicologi, coach, personal trainer.
- Consapevolezza del proprio stato di salute grazie a test ed assessment per conoscersi sempre di più.

Le soluzioni “One Size Fits All” valide per tutti semplificano la realtà e non sono più efficaci. Serve differenziare i servizi offrendo una gamma completa di proposte per rispondere ai bisogni, non solo delle nuove generazioni al lavoro.

Conclusioni

1. Il wellbeing è una priorità

Dentro e fuori dal contesto lavorativo il benessere è fondamentale per la Gen Z che cerca un ambiente lavorativo che promuova la loro felicità, soddisfazione e sviluppo personale.

2. Lo stress c'è: Bisogna investire

Normalizzare una condizione di stress prolungato porta a gravi conseguenze come il burnout, e i giovani ne sono colpiti per la grande maggioranza. Le aziende possono e devono fare molto in tal senso per creare ambienti di lavoro sostenibili.

Conclusioni

3. Severi, ma giusti

I giovani ritengono che le aziende non stiano investendo in modo sufficiente sul benessere dei lavoratori. Quelle che lo fanno, al contrario, risultano più attrattive e desiderabili come futuro datore di lavoro.

4. Wellbeing e dream company

Il benessere è al primo posto nella ricerca di un nuovo lavoro, un dato utile per leader ed HR nel capire come direzionare le energie, inserendo il wellbeing nelle priorità di business.

Pensi di poter ancora scegliere?

Dalla ricerca emerge chiaramente come il benessere sia una leva per **attrarre e trattenere** i giovani in azienda. L'era della people centricity vede emergere **nuovi bisogni** che non possono più essere ignorati.

Perchè?

Perchè il benessere impatta sul **business**, influenzando alcuni andamenti come il **turnover** per esempio. Ogni volta che un'impresa sostituisce un dipendente, spende in media da 6 a 9 mesi di stipendio in più all'anno. Per un manager che guadagna 50.000 dollari l'anno, si tratta dunque di circa 30-40.000 dollari in spese ulteriori di ricerca personale e formazione (*Society for Human Resource Management*).



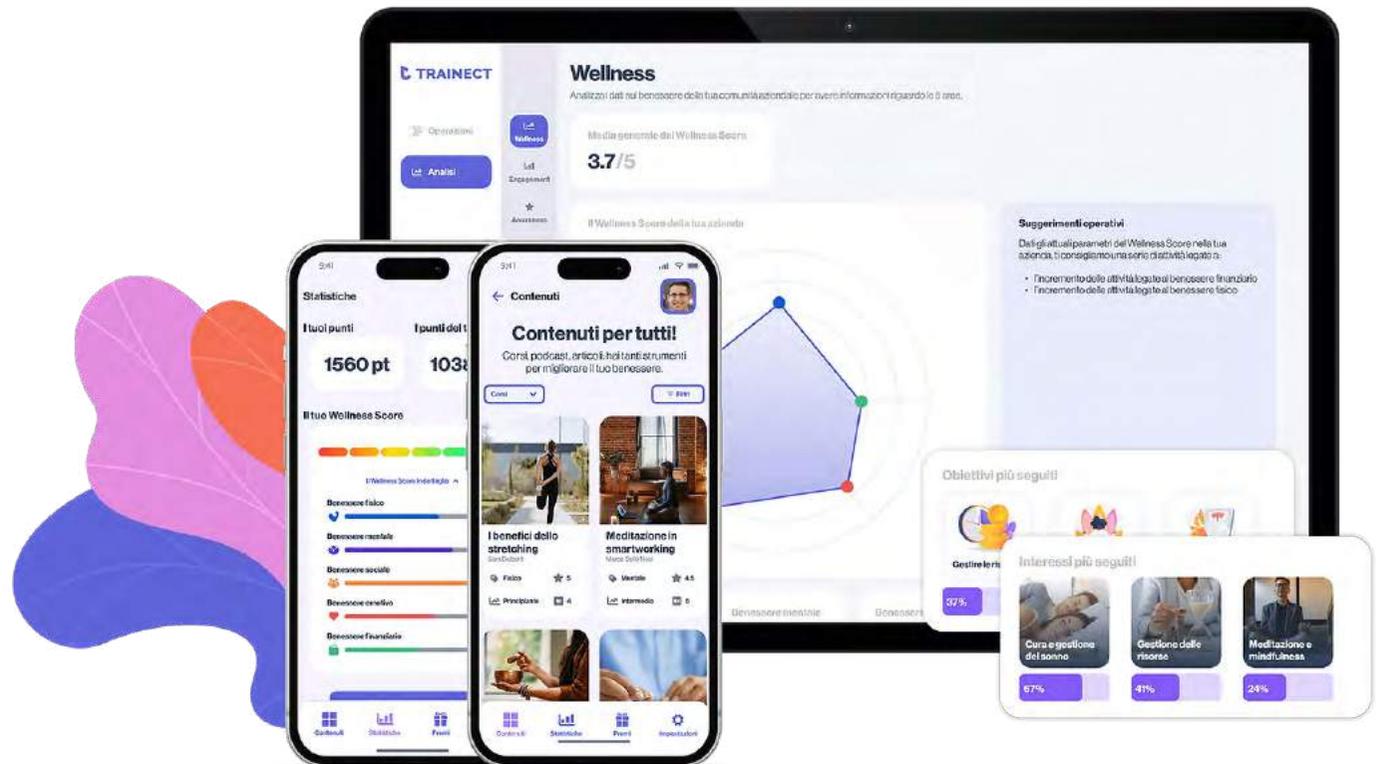
Gli strumenti di trainect

Wellbeing Assessment

Il Wellbeing Assessment di Trainect misura le 5 dimensioni chiave del benessere permettendo alle persone di partire dalla consapevolezza del proprio stato di salute

Wellbeing Dashboard

La Wellbeing Dashboard di Trainect restituisce a leader ed HR una visione completa dello stato di salute dell'azienda per decidere le aree più strategiche su cui intervenire



Benessere aziendale e nuove generazioni al lavoro: Osservatorio 2023



Prova l'app dedicata a tuo lavoratori aziendali! Clicca [qui](#) per una demo gratuita.



Vuoi trovare i talenti giusti per la tua azienda?
www.joinrs.com