



**ΟΠΑ**  
**ΑΥΕΒ**

ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ  
ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ

# «Ο ρόλος της Θετικής Ψυχολογίας στη διαδικασία αναζήτησης και εξεύρεσης εργασίας

ΝΑΝΤΙΝ ΓΕΩΡΓΙΟΥ & ΙΩΆΝΝΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΥ

Οικονομικό Πανεπιστήμιο Αθηνών

2<sup>η</sup> Ημερίδα Θετικής Ψυχολογίας

# Το «Πρόβλημα»

2

Αναζήτηση εργασίας σε περίοδο οικονομικής κρίσης



Ανεργία: ένας διαπιστωμένος κίνδυνος

Έμφαση στις αρνητικές πτυχές

Αναγνώριση θετικών πτυχών που διευκολύνουν την αναζήτηση εργασίας

Θετική ψυχολογία - Ανάπτυξη  
**Ψυχολογικού Κεφαλαίου**



ΟΠΑ  
ΑΥΕΒ

# Σε ποιο Κεφάλαιο να επενδύσω;

## Ανθρώπινο κεφάλαιο

### Τι ξέρεις

- Εμπειρία
- Εκπαίδευση
- Δεξιότητες
- Γνώση
- Ιδέες



## Κοινωνικό κεφάλαιο

### Ποιον ξέρεις

- Σχέσεις
- Δίκτυο επαφών
- Φίλοι



## Θετικό ψυχολογικό κεφάλαιο

### Ποιος είσαι

- Εμπιστοσύνη
- Ελπίδα
- Αισιοδοξία
- Ανθεκτικότητα



ΟΠΑ  
ΑΥΕΒ

# Ψυχολογικό Κεφάλαιο

4

- Το Ψυχολογικό Κεφάλαιο (*Psychological Capital / PsyCap*) αποτελεί μια θετική ψυχολογική κατάσταση ανάπτυξης του ατόμου:
  - Αυτεπάρκεια (*self-efficacy*)
  - Αισιοδοξία (*optimism*)
  - Ελπίδα (*hope*)
  - Ανθεκτικότητα (*resilience*)
  
- Επηρεάζει:
  - Στάσεις & συμπεριφορές στην εργασία
  - Απόδοση (εργασία, σπουδές)
  
- Συνιστά: Κατάσταση > Χαρακτηριστικό (*state-like*)
  - Ανοιχτό σε αλλαγή & ανάπτυξη
  - Εκπαιδευτικές παρεμβάσεις σε εργασία & σπουδές



ΟΠΑ  
ΑΥΕΒ

# Ευκαιρία για Έρευνα

5



**Έλλειψη ερευνών για το ρόλο του ψυχολογικού κεφαλαίου στην αναζήτηση εργασίας**

**1<sup>ο</sup> Ερευνητικό Ερώτημα:**

Ψυχολογικό Κεφάλαιο → Συμπεριφορές αναζήτησης εργασίας → Αποτελέσματα αναζήτησης εργασίας

**2<sup>ο</sup> Ερευνητικό Ερώτημα:**

Ανάπτυξη Ψυχολογικού Κεφαλαίου στα πλαίσια της αναζήτησης εργασίας



ΟΠΑ  
ΑΥΕΒ

# Μεθοδολογία

6

## 1<sup>η</sup> Έρευνα

- Σχέση Ψυχολογικού Κεφαλαίου με Συμπεριφορές & Αποτελέσματα Αναζήτησης Εργασίας
  - ▣ Skywalker.gr
    - N= 574 (Time1)
    - ↓
    - **N=447** (Time2)

## 2<sup>η</sup> Έρευνα

- Ανάπτυξη Ψυχολογικού Κεφαλαίου
  - ▣ Πριν (Time0) - μετά (Time1) πειραματικό σχεδιασμό
  - ▣ Career office ΟΠΑ & ΕΚΠΑ
    - N = **220** (πειραματική ομάδα)
    - N = **141** (ομάδα ελέγχου)



ΟΠΑ  
ΑΥΕΒ

# Εκπαιδευτική Παρέμβαση

7



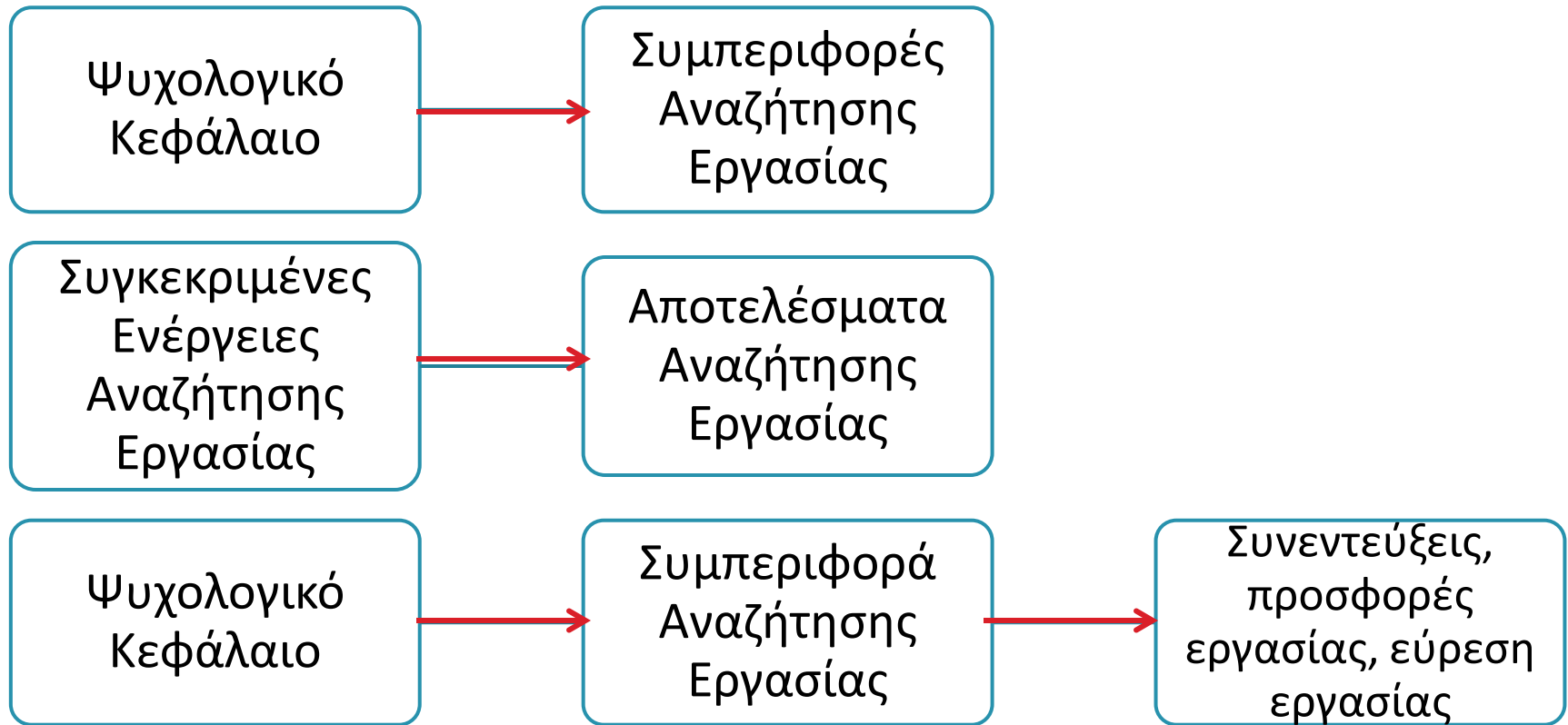
→ Psychological Capital Intervention (PCI) training model  
(Luthans et al., 2007)



ΟΠΑ  
ΑΥΕΒ

# Ο ρόλος του Ψυχολογικού Κεφαλαίου στην Αναζήτηση Εργασίας

8



ΟΠΑ  
ΑΥΕΒ



# Ανάπτυξη Ψυχολογικού Κεφαλαίου σε νέα πλαίσια!

9

- Επιτυχής εφαρμογή μοντέλου PCI σε άτομα που αναζητούν εργασία
- PsyCap πειραματικής ομάδας > PsyCap ομάδας ελέγχου

	Πειραματική Ομάδα	Ομάδα Ελέγχου
<b>Μ.Ο. T0 (τ.α.)</b>	3.72 (.552)	3.70 (.505)
<b>Μ.Ο. T1 (τ.α)</b>	3.96 (.543)	3.80 (.507)
<b>Τιμή <math>t</math></b>	10.06	3.49
<b>Τιμή <math>p</math></b>	.00	.00
<b>Μέγεθος Επίδρασης <math>d</math></b>	0.44	0.20
<b>Μέγεθος Επίδρασης <math>r</math></b>	0.21	0.10



ΟΠΑ  
ΑΥΕΒ

# Επαγγελματική Αποκατάσταση

10

- Εύρεση Εργασίας
  - Πειραματική Ομάδα (50%) > Ομάδα Ελέγχου (29%)

<b>Independent Sample Test</b>					
	<b><i>Group</i></b>	<b><i>N</i></b>	<b><i>Mean</i></b>	<b><i>SD</i></b>	<b><i>Std. Error Mean</i></b>
Empl. Status	Control (survey)	447	,29	,456	,022
	Treatment	220	,50	,501	,034
$t(400.9) = 5.164, p < .001$					

- Προσφορές Εργασίας
  - Πειραματική Ομάδα > Ομάδα Ελέγχου
- Συμπεριφορά Αναζήτησης Εργασίας (T2)
  - Πειραματική Ομάδα < Ομάδα Ελέγχου



ΟΠΑ  
ΑΥΕΒ

# Πρακτικές Εφαρμογές: Άτομα σε Αναζήτηση Εργασίας

11



# Πρακτικές Εφαρμογές: Σύμβουλοι Καριέρας

12

Αναγνώριση χαρακτηριστικών και συμπεριφορών που οδηγούν στην επιτυχία της αναζήτησης εργασίας



Εστίαση στην ανάπτυξη θετικών ψυχολογικών πόρων που υποστηρίζουν την αναζήτηση & εύρεση εργασίας, π.χ.:

Στόχοι αναζήτησης εργασίας - τρόποι επίτευξης (hope)

Εμπόδια αναζήτησης εργασίας – ενέργειες αντιμετώπισης (optimism)

Αυτογνωσία πλεονεκτημάτων (ταλέντα, δεξιότητες, κοινωνικά δίκτυα, κλπ.) & αξιοποίηση (resilience)



ΟΠΑ  
ΑΥΕΒ

# Επαγγελματική Επιτυχία

13

το  
ψυχολογικό  
κεφάλαιο  
βοηθά τους  
εργαζ/νους:

- να καταπολεμήσουν το εργασιακό άγχος
- να έχουν ικανοποίηση από την εργασία, οργανωσιακή δέσμευση, ψυχολογική ευεξία
- να διευκολύνουν τις οργανωσιακές αλλαγές στους οργανισμούς
- να εμφανίζουν λιγότερες αντιπαραγωγικές εργασιακές συμπεριφορές

το  
ψυχολογικό  
κεφάλαιο  
οδηγεί σε:

- Εργασιακή απόδοση
  - Αυτοαξιολόγηση
  - Αξιολόγηση προϊσταμένου
- Ομαδική απόδοση



ΟΠΑ  
ΑΥΕΒ

# Σύμβουλοι / Στελέχη ΔΑΔ

14

- Εκπαιδευτικές παρεμβάσεις (π.χ. PCI) → ανάπτυξη ψυχολογικού κεφαλαίου → βελτίωση απόδοσης
  - Σε διαφορετικά εργασιακά περιβάλλοντα και σε διαπολιτισμικά πλαίσια
  - Μέσω σύντομων παρεμβάσεων (1-2 ώρες)
  - Μέσω διαδικτύου (on-line training intervention)



ΟΠΑ  
ΑΥΕΒ

# Συνοψίζοντας...

15

- «Οι θετικοί ψυχολογικοί πόροι, όπως η ελπίδα ή η ανθεκτικότητα, κάποτε θεωρούνταν προνόμιο των χαρισματικών ανθρώπων, σήμερα έχουμε την εμπειρική υποστήριξη ότι μπορεί να αναπτυχθούν» (Fred Luthans et al., 2008, p. 219)

Ανθρώπινο + Κοινωνικό + Ψυχολογικό Κεφάλαιο



Πλεονέκτημα στην Απόδοση στην Αναζήτηση  
Εργασίας και την ίδια την Εργασία!



ΟΠΑ  
ΑΥΕΒ

# ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΠΟΛΥ!



**ΟΠΑ**  
ΑΥΕΒ

ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ  
ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ