

78% россиян назвали свои результаты работы в январе не самыми показательными: исследование Нетологии

В начале февраля образовательная компания Нетология провела опрос среди 5899 человек по всей России, которых попросили рассказать, как они провели новогодние праздники и как это повлияло на их результаты работы в январе.

15,3% респондентов отметили, что им еще на праздниках не терпелось поскорее вернуться к работе, а кто-то начал заниматься рабочими задачами в выходные. В 17% случаях этому способствовали любовь и интерес к работе, интересные проекты и задачи, настрой.

Для кого-то фокусироваться на рабочих задачах, работая из дома на праздниках, мешали домочадцы (муж или жена, дети) и домашние животные (1,3%). Люди отмечали, что поскорее выйти на работу их мотивировало и то, что спустя год работы на удаленке им хотелось наконец выехать из дома и поработать в офисе (0,6%). Также среди респондентов оказались и те, для кого начало рабочих дней стало способом выйти из депрессии, плохого состояния, проблем личного характера (0,5%).

Большинство участников опроса не почувствовали никакой разницы между праздничными и рабочими днями — одни занятия плавно сменились другими — 56,4%. Этому в 34% случаев способствовали навыки самодисциплины, соблюдение режима, ответственность и здоровый образ жизни. Каждый третий респондент отметил, что ему было очень трудно войти в рабочее состояние, не получалось сфокусироваться на задачах и хотелось всё бросить — всего 28,3% от общего числа участников опроса.

В целом по окончании месяца 78,2% участников опроса оценили его как не самый показательный, но им было за что себя похвалить, а 6,1% назвали январь ужасным — им не удалось сделать ничего из запланированного. Основными причинами, которые прямо или косвенно повлияли на такие результаты, стали тревожность и стресс из-за приближения дедлайнов, срочные задачи и отчеты, которые нужно сдать в начале года (13,6%).

Также среди причин отмечалось отсутствие мотивации или желания работать, из-за чего люди испытывали апатию, тревожность и стресс (24,6%). Кому-то мешали проблемы и конфликты на работе (12,2%), нелюбимая работа или профессия (10,2%) и усталость (8,5%), а также ковидные форс-мажоры (4,3%).

Только 15,7% ответили, что в первый же месяц смогли достичь отличных результатов в работе.

Кто из россиян быстрее всего вернулся в рабочее состояние в зависимости от активности на праздниках

62,9% участников ответили, что совмещали активную жизнь с пассивной — встречи с близкими, прогулки, приготовление еды, чтение, рисование, занятия рукоделием или другим домашним хобби. 17,5% респондентов провели длинные выходные активно — путешествовали, занимались спортом, ходили в гости и на мероприятия, занимались ремонтом или генеральной уборкой дома. 19,6% провели время пассивно — отдыхали дома, ничего не делали и смотрели сериалы, заказывали доставку еды вместо готовки, не посещали никаких вечеринок.

Лучшие показатели по тому, насколько участникам опроса удалось в течение января вернуться в прежний рабочий режим, оказались у тех, кто активно проводил новогодние праздники и при этом с нетерпением ждал их окончания, чтобы вернуться к работе — 97%. Среди них только 3% не смогли вернуть привычную продуктивность в работе в течение января.

Худшие показатели оказались у тех респондентов, кто **в первую рабочую неделю с трудом входили в рабочее состояние и не могли сфокусироваться на работе**. Среди них больше всего людей, которые в течение января не смогли собраться с силами и вернуться в рабочее состояние — 27 и 28% среди тех, кто проводил праздники активно и совмещал активную жизнь с пассивной соответственно. **Наихудший показатель среди всех трех сегментов у тех, кто пассивно проводил длинные выходные — 38%.**

Как россияне оценили свои результаты за январь в зависимости от активности на праздниках

По оценке результатов в работе за январь наихудшие показатели оказались среди тех респондентов, которые пассивно проводили время в праздничные выходные и с трудом могли работать в первую рабочую неделю января. Среди них самый высокий показатель по невыполнению запланированного (20%) и самый низкий показатель по достижению отличных результатов в работе за месяц (4%).

Самый высокий показатель по достижению плана месяца продемонстрировали респонденты, которые активно провели новогодние праздники и при этом стремились поскорее вернуться к работе и начали первую рабочую неделю активно — 38%. Среди них только 2% отметили, что не смогли достичь поставленных результатов в январе.

На втором месте по этому показателю оказались респонденты, которые во время праздников совмещали активную жизнь с пассивной и при этом хотели вернуться к работе — 26%. Среди них также самый лучший показатель по невыполнению плана января — всего 1,5%.