

Warszawa, 13.10.2014 r.

Nerwowe rozmowy o podwyżce **– Pracuj.pl o emocjach związanych z negocjowaniem zarobków**

Rozmowa o podwyżce u 41% pracujących Polaków wywołuje zdenerwowanie. Denerwujemy się w trakcie rozmowy, ale i przed nią – co piąty pracownik przyznaje, że obawa o nerwową reakcję szefa powstrzymuje go przed zainicjowaniem rozmowy o wynagrodzeniu. Co więcej, 70% z nas uważa, że aby otrzymać podwyżkę, trzeba mieć dobre relacje z szefem, wynika z raportu Pracuj.pl „Podwyżka bez tabu”.

Po co te nerwy? Rozmowa o podwyżce a emocje Polaków

Nie ulega wątpliwości, że rozmowy o podwyżce nie należą do najprostszych - prawie połowie Polaków (41%) towarzyszy wtedy zdenerwowanie; częściej takie emocje występują u kobiet (49%) niż u mężczyzn (35%). Co ciekawe, najczęściej do zdenerwowania podczas rozmowy przyznają się osoby z wyższym wykształceniem (45%), a najrzadziej te z zasadniczym zawodowym (35%). Wyniki badania przeprowadzonego na zlecenie Pracuj.pl pokazują, że rozmowy o podwyżce mogą wywoływać jednak również pozytywne emocje. Część pracowników traktuje negocjowanie podwyżki jako wyzwanie, a nie tylko stresującą ostateczność - co czwarty respondent przyznaje, że podczas rozmowy o zarobkach ze swoim przełożonym odczuwa ekscytację, a 23% - radość.

Co piąty pracownik obawia się nerwowej reakcji szefa

Dbanie o pozytywne stosunki z szefem przekładają się na większą szansę na podwyżkę? Tak właśnie uważa większość badanych Polaków. Blisko 70% respondentów twierdzi, że aby otrzymać podwyżkę, niezbędne są dobre relacje z przełożonym. Co więcej, aż 21% pracowników przyznaje, że nie inicjuje rozmowy o wyższym wynagrodzeniu w obawie o zdenerwowanie szefa. Lęk o reakcję szefa potęguje się wraz wiekiem; tylko 16% pracujących Polaków w wieku do 40 roku życia, ale już prawie 30% respondentów w wieku powyżej 50 lat odwleka rozmowę o podwyżce ze względu na obawę przed reakcją szefa.

Brak pewności siebie i wiedzy – to nas blokuje przed otwartą rozmową o podwyżce

Co więcej, jak pokazuje raport Pracuj.pl, co czwarty (25%) Polak nie inicjuje rozmowy o podwyżce z powodu braku wiedzy na temat możliwych zarobków na analogicznym stanowisku, a także generalnego przekonania, że „i tak podwyżki się nie dostanie” (37% badanych). Brak pewności siebie może więc często wynikać z niewiedzy lub braku argumentów, które pozwalałyby wierzyć, że można negocjować korzystniejsze wynagrodzenie. *„Brak punktu odniesienia skutecznie utrudnia dużej części z nas określenie wartości swoich kompetencji, umiejętności i doświadczenia – tłumaczy Maciej Bąk, Ekspert ds. Raportów Wynagrodzeń Grupy Pracuj. „Rozmawiając o zmianie płac, nikt nie chce zaproponować kwoty, która mogłaby zostać uznana za wygórowaną, bo od razu zostanie odrzucona. Jednocześnie, jeśli prosząc o podwyżkę wymienimy kwotę zbyt małą, pracodawca może się zacząć zastanawiać, dlaczego wyceniliśmy się tak nisko. Dlatego tak istotne jest zdobycie wiedzy o tym, jak rynek wycenia aktualnie nasz profil zawodowy. To pozwoli nam nie tylko pewniej podchodzić do rozmów o zarobkach, lecz także pomoże w określeniu naszego miejsca na rynku pracy” – wyjaśnia ekspert.*

W odpowiedzi na potrzeby wskazywane przez pracowników, Pracuj.pl stworzył narzędzie, które ułatwi rozmowę z przełożonym o wynagrodzeniu. Serwis zarobki.pracuj.pl umożliwia sprawdzenie, czy nasza pensja jest odpowiednia względem doświadczenia i stanowiska.

Cytowanie danych za podaniem źródła: Raport Pracuj.pl: „Podwyżka bez tabu” na podstawie badań TNS Polska.

Raport Pracuj.pl: „Podwyżka bez tabu” został opracowany na podstawie badań przeprowadzonych przez TNS na zlecenie Pracuj.pl w dniach 10-15 września 2014 r. na reprezentatywnej grupie pracujących Polaków (n=1000). Metodologia: wywiady telefoniczne wspomagane komputerowo (CATI).

Pracuj.pl to wiodący polski serwis rekrutacyjny skierowany do specjalistów i menedżerów. Specjalizuje się w rekrutacji przez Internet oraz w kształtowaniu wizerunku pracodawców, wspierając firmy w pozyskiwaniu najlepszych kandydatów do pracy. Kandydatom dostarcza codziennie ponad 20 tysięcy oferty pracy od atrakcyjnych pracodawców, a także porady specjalistów dotyczące poszukiwania pracy, rozwoju kariery zawodowej oraz zdobywania dodatkowych kwalifikacji. Portal powstał w 2000r. i należy do Grupy Pracuj, będącej właścicielem wiodących marek na rynku rekrutacji on-line w Polsce i na Ukrainie. Pracuj.pl jest także członkiem - założycielem największego na świecie sojuszu niezależnych serwisów rekrutacyjnych The Network, zrzeszającego serwisy działające w ponad 70 krajach świata. www.pracuj.pl

Kontakt dla mediów:

Anna Częścik
Grupa Pracuj
tel. (22) 373 75 15; 666 357 923
anna.czescik@pracuj.pl

Joanna Sobieska
Havas PR Warsaw
Tel. (22) 444 0 547; 512 905 001
joanna.sobieska@havasww.com