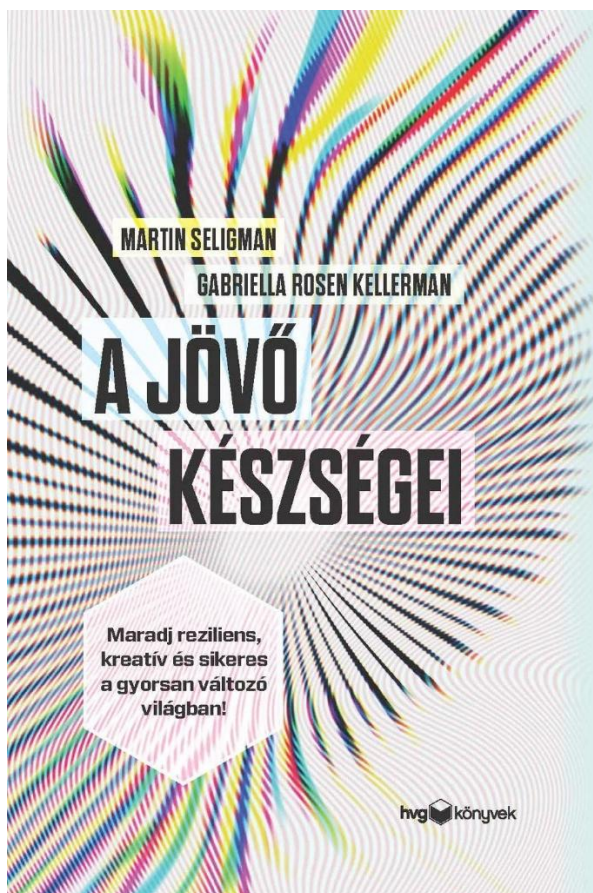


A jövő készségei



A változást nem tudjuk megállítani, ám áldozatává sem kell válnunk. *Hogyan lehetünk sikeresek a folyamatosan változó világában? Hogyan maradhatunk rugalmasak, és mentálisan erősek? Miként őrizhetjük meg, hogy fontosnak és értelmesnek éljük meg a tevékenységeinket? Vajon mit jelent a kapcsolatok sikeres ápolása a távmunkában töltött életünkben?* E kérdésekre ad választ **Martin Seligman**, a pozitív pszichológia atyja és **Gabriella Rosen Kellerman**, a munkahelyi mentális egészség szakértője a HVG Kiadó révén megjelent *A jövő készségei – Maradj reziliens, kreatív és sikeres a gyorsan változó világban!* c. könyvükben. Számtalan írás született már arról, hogyan fogja a „munka jövője” átalakítani az üzleti életet, de kevés szó esik arról, miként fog megváltoztatni minket, és hogyan kerülhetünk ki győztesen ebből az átalakulásból. A szerzők tudományos kutatásokra és gyakorlati példákra építve azonosítják a kulcsképeket – köztük a rezilienciát, a kreativitást, a kapcsolatépítést és az előrelátást –, amelyekkel sikeresen navigálhatunk a folyamatosan változó környezetben. Útmutatójukból megtudhatjuk, miként használhatjuk ezeket az erősségeinket arra, hogy kifejlesszük a „jövőtudatot”, amely segítségével megfelelően tervezhetünk, reagálhatunk a kedvezőtlen fordulatokra, kiteljesítve a bennünk rejlő lehetőségeket. Legyen szó egyéni, csapat- és szervezetfejlesztésről, munkahely-váltásról vagy a mindennapi kihívások kezeléséről, ez a kötet gyakorlati tanácsokat nyújt munkavállalóknak és cégvezetőknek egyaránt, hogy mentálisan erősebbé válhassanak, valódi kapcsolatokat építsenek, és megteremtsék a munkahelyi jóllétet a jövő munkaerőpiacán.