

TÜKENMİŞLİK SENDROMU

Nedir?

Tükenmişlik sendromu, sadece yoğun çalışmaktan yorulmak değildir. Uzun süreli baskı, kontrol kaybı ve sürekli yetişme hissiyle ortaya çıkan zihinsel ve duygusal tükenmedir.



Çalışan işe gelir ama enerjisi yoktur.



Toplantıya girer ama katkı vermez.



Eskiden kolay yaptığı işler bile zor gelmeye başlar.



En büyük belirtileri; motivasyon düşüşü, sinirlilik, odak kaybı ve kopukluk hissidir.

**Sorun
çalışanlarda değil,
sürdürülemeyen
iş düzenindedir.**

TÜKENMİŞLİK BELİRTİLERİ



Motivasyon
Düşüşü



Sinirlilik



Odak Kaybı



Kopukluk Hissi



HRCompass
Sözlüğü

İK Dünyasının
Yeni **Buluşma**,
Öğrenme ve
Çözüm Noktası.

SESSİZ İŞTEN ÇIKARMA *Nedir?*



Sessiz işten çıkarma, çalışana doğrudan "ayrıl" demeden onu sistemin dışına itmektir.



Gelişim fırsatı vermemek, görünmez kılmak, anlamsız işlerle doldurmak, geri bildirim vermemek ve ilerleme yolunu kapatmaktır.



Çalışan zamanla değersiz hissetmeye başlar ve kendi isteğiyle ayrılır.



Bu yöntem kısa vadede sessiz görünür, uzun vadede kültürü zehirler.



İnsanlar şirketten değil, hissettirildikleri değersizlikten ayrılır.



GELİŞİM FIRSATI
VERMEMEK



GÖRÜNMEZ
KILMAK



ANLAMSIZ İŞLERLE
DOLDURMAK



İLERLEME YOLUNU
KAPATMAK



GERİ BİLDİRİM
VERMEMEK



İnsanlar şirketten değil,
hissettirildikleri **değersizlikten**
ayrılır.

hrcompass.com.tr

[HRCompassTR](https://www.instagram.com/HRCompassTR)

[HrcompassTr](https://www.facebook.com/HrcompassTr)

[@HRCompassTR](https://www.youtube.com/@HRCompassTR)

[HRCompassTR](https://www.linkedin.com/company/HRCompassTR)

[hrcompasstr](https://www.instagram.com/hrcompasstr)



HRCompass
Sözlüğü

İK Dünyasının
Yeni **Buluşma**,
Öğrenme ve
Çözüm Noktası.

SESSİZ İSTİFA

Nedir?



Sessiz istifa... aslında
işten ayrılmak değildir.



Çalışanın sadece görev tanımında yazanı
yapması, ekstra çaba göstermemesi ve
duygusal olarak işten kopmasıdır.



Yani kişi fiziksel olarak işte kalır,
zihinsel olarak çoktan gitmiştir.



Bunun en büyük nedenleri; takdir eksikliği,
kötü yönetici deneyimi ve gelişim
fırsatlarının olmamasıdır.



Sessiz istifa çoğu zaman maaş problemi
değil, yönetim problemidir.



Çalışanlar şirketi değil,
hissettiklerini terk eder.



**Fiziksel olarak işte,
zihinsel olarak uzakta.**



hrcompass.com.tr



HRCompassTR



HrcompassTr



@HRCompassTR



HRCompassTR



hrcompasstr



HRCompass
Sözlüğü

İK Dünyasının
Yeni **Buluşma**,
Öğrenme ve
Çözüm Noktası.

QUIET HIRING

Nedir?



Quiet Hiring, yeni çalışan almadan mevcut ekip içinden yeni ihtiyaçları karşılamaktır.



Yani terfi, geçici görev, proje liderliği veya yeni beceri kazandırma ile boşlukları içeriden doldurmaktır.



Doğru uygulandığında çalışanlara fırsat yaratır ve hız kazandırır.



Yanlış uygulandığında ise aynı maaşa daha fazla iş yüklemek gibi algılanır.



Quiet Hiring stratejiyle yapılırsa fırsat, plansız yapılırsa risk olur.

YENİ ÇALIŞAN ALMADAN,
MEVCUT EKİP İÇİNDEN ÇÖZÜM.



İÇERİDEN
YETENEK



TERFİ &
GEÇİCİ GÖREV



PROJE
LİDERLİĞİ



YENİ BECERİ
KAZANDIRMA



HIZ &
VERİMLİLİK



Quiet Hiring stratejiyle yapılırsa
fırsat, plansız yapılırsa risk olur.

hrcompass.com.tr

[HRCompassTR](#)

[HrcompassTr](#)

[@HRCompassTR](#)

[HRCompassTR](#)

[hrcompasstr](#)



HRCompass
Sözlüğü

İK Dünyasının
Yeni **Buluşma,**
Öğrenme ve
Çözüm Noktası.

PSİKOLOJİK GÜVENLİK

Nedir?



Psikolojik güvenlik, çalışanların fikirlerini korkmadan söyleyebildiği çalışma ortamıdır.



Hata yaptığında küçük düşürülmemek, soru sorduğunda yargılanmamak ve farklı düşündüğünde dışlanmamaktır.



Böyle ekiplerde insanlar daha çok fikir üretir, sorunları erken söyler ve yenilik yapar.



Sessiz ekipler uyumlu görünebilir ama çoğu zaman sadece korkuyordur.



İnsanlar konuşamıyorsa, şirket öğrenemez.



**İnsanlar konuşamıyorsa,
şirket öğrenemez.**

hrcompass.com.tr

[HRCompassTR](https://www.linkedin.com/company/hrcompasstr)

[HrcompassTr](https://www.facebook.com/hrcompasstr)

[@HRCompassTR](https://www.youtube.com/channel/UC...)

[HRCompassTR](https://www.instagram.com/hrcompasstr)

[hrcompasstr](https://www.instagram.com/hrcompasstr)