

# Il mondo del lavoro sta cambiando: i dati e qualche dritta utile

Negli Stati Uniti la chiamano "Great Resignation": le cifre sono incerte, ma si stima che tra i 4.2 e i 4.5 milioni di persone, principalmente tra i 30 e i 45 anni, avrebbero deciso di dimettersi e cambiare lavoro, se non vita. Il fenomeno potrebbe arrivare anche in Europa e in Italia: la pandemia ha innescato nuove domande, necessità, obiettivi.

[CVapp.it](#), dopo aver aiutato oltre 14 milioni di persone a crescere professionalmente, vuole esplorare questo trend 2022, tra dati e qualche dritta decisiva.

L'infografica ["Come cambiare lavoro ed essere felice"](#) parte dal quadro generale: in Italia si lavora 33 ore/settimana, 3 ore in più rispetto alla media europea, e il 26% dei dipendenti è insoddisfatto della propria occupazione, dal momento che trascorre l'80% circa delle sue ore lavorative in attività di basso valore professionale.

Se da una parte si può pensare a trovare un corretto work-life balance, dall'altra parte non bisogna aver paura di guardarsi intorno, partendo dai fondamentali. Come ottimizzare la propria giornata lavorativa? E soprattutto, cosa fare concretamente per provare a cambiare lavoro? Spoiler: aggiornare e adeguare il CV alle nuove aspettative è praticamente obbligatorio!