



Apa Saja Tahapan Dalam Adaptabilitas Karier?

Tahapan beradaptasi dalam karier/dunia kerja adalah:

Tahap 1: Merasa tidak nyaman

Tahap 2: Mencoba memahami perubahan

Tahap 3: Belajar hal-hal baru

Tahap 4: Mulai terbiasa dan bisa beradaptasi



Pikirkan dan Jawablah Pertanyaan Berikut Ini!

Kiki telah bekerja di pabrik pengolahan selama 10 tahun. Suatu hari, ia memiliki atasan baru yang ingin melakukan beberapa perubahan di tempat kerja. Kiki harus beradaptasi dengan berbagai hal baru, seperti pergantian atasan, perubahan jadwal kerja, dan instruksi kerja yang berbeda dari biasanya. Perubahan-perubahan ini membuat Kiki merasa stres, marah, dan tidak nyaman.

Langkah Adaptasi

Kiki masih berada di **Tahap 1**, yaitu merasa tidak nyaman. Apa yang bisa Kiki lakukan supaya perasaannya lebih tenang dan siap menghadapi perubahan?



Jawaban

Kiki ingin sampai ke **Tahap 2**, yaitu mulai memahami perubahan. Menurutmu, apa yang bisa Kiki lakukan supaya lebih paham dengan perubahan yang terjadi?


