Наша Газета
nashagazeta.ch

Опубликовано на Швейцария: новости на русском языке (https://nashagazeta.ch)

Я устал, я ухожу | Je suis fatigué, je m’en vais

Author: Заррина Салимова, Берн , 22.02.2019.

Иногда хочется, чтобы тебя просто никто не трогал…Фото: Kevin Grieve, Unsplash

Член Социалистической партии Матиас Рейнард предложил признать синдром эмоционального выгорания профессиональным заболеванием. Однако парламентская комиссия по вопросам здравоохранения отклонила эту инициативу.

|

Le socialiste Mathias Reynard a proposé de reconnaître le syndrome d’épuisement professionnel (burn-out) comme maladie professionnelle. Mais la commission de la santé du National a rejeté cette initiative.

Je suis fatigué, je m’en vais

Согласно исследованию Job Stress Index 2018, каждый четвертый работающий швейцарец испытывает стресс, а около 30% опрошенных чувствуют себя истощенными в эмоциональном плане. Причем число людей, жалующихся на то, что проблемы на работе влияют на их личную жизнь и психическое здоровье, растет с каждым годом. Стрессовые ситуации негативно сказываются на производительности труда сотрудников и ведут к миллиардным убыткам для компаний. По оценке организации Promotion Santé Suisse, последствия стресса обходятся швейцарским работодателям примерно в 6,5 миллиардов франков в год.

Психологи все чаще говорят о том, что эмоциональное выгорание (burn-out) представляет собой серьезную проблему, но политики не спешат принимать меры. Недавно валезанский парламентарий от Социалистической партии Матиас Рейнард попытался изменить ситуацию, предложив внести синдром эмоционального выгорания в список профессиональных заболеваний. В обосновании своей инициативы он подчеркнул, что за последние десятилетия рынок труда претерпел значительные изменения, что привело к возросшему психологическому давлению на работников. Речь идет не только о стрессе, но и страхе остаться без работы, моббинге (травле на рабочем месте), сексуальных домогательствах, хронической усталости и многом другом. Все это привело к тому, что люди стали чаще страдать от синдрома burn-out, причем это расстройство свойственно представителям всех без исключения профессий. По мнению депутата, если бы эмоциональное выгорание было признано профессиональным заболеванием, то стоимость терапии и реабилитации покрывалась бы страховкой от несчастных случаев, что облегчило бы лечение, упростило социальную адаптацию и помогло предотвратить многие проблемы. К тому же, сейчас симптомы burn-out часто диагностируются как депрессия, что не позволяет вести отдельный учет этого заболевания и увидеть полную картину, считает Рейнард. Немаловажно и то, что официальное признание burn-out сняло бы стигму с психических расстройств: многие люди просто стесняются рассказать о ментальных проблемах и боятся идти к врачу из-за возможной негативной реакции общества.

Перед всеми замученными на работе швейцарцами забрезжила надежда, но в конце прошлой недели парламентская комиссия по вопросам здравоохранения отклонила инициативу Рейнарда, сославшись на то, что не всегда можно с точностью определить, чем был спровоцирован синдром burn-out – профессиональной деятельностью или личными проблемами.

Дело в том, что, согласно швейцарскому законодательству, заболевание признается профессиональным, если установлено, что оно появилось исключительно или преимущественно в процессе осуществления профессиональной деятельности, например, при взаимодействии с вредными веществами. Другими словами, нужно установить прямую связь между ухудшением состояния здоровья и рабочими обязанностями, но в случае с психологическими заболеваниями это сделать трудно. Как, к примеру, можно доказать, что бессонница появилась «исключительно или преимущественно» из-за работы?

Добавим, что в соответствии с Законом о труде швейцарские компании несут ответственность за защиту физического и психического здоровья своих сотрудников, а инспекторы по охране труда могут проверить, какие меры принимает работодатель по предупреждению психосоциальных рисков.

Онлайн-тест на определение стадии эмоционального выгорания можно пройти на сайте Noburnout.ch, где собрана информация об этом заболевании и перечислены контакты психологов. При появлении таких симптомов, как бессонница, усталость, раздражительность, невозможность сконцентрироваться, фрустрация, беспокойство, чувство разочарования или ощущение невостребованности, стоит обратиться к врачу.

здоровье

Статьи по теме

Такая же болезнь, как и другие

Как связаны лишний вес, стресс, усталость и эмоциональные расстройства?

Послеродовая депрессия: как справиться с кризисом

Мужская депрессия: советы женевского психиатра

Самые депрессивные люди живут на берегах Женевского озера

Стресс на работе – враг здоровья гельветов

Source URL: *https://nashagazeta.ch/news/sante/ya-ustal-ya-uhozhu*