

## Добро пожаловать на работу! | Bienvenu au travail!

Auteur: Татьяна Гирко, [Берн](#), 30.08.2016.



(DR)

Пора отпусков осталась позади, и швейцарцы возвращаются к трудовым будням. Каждый четвертый испытывает стресс и изнурен своей работой, свидетельствует исследование Job Stress Index.

|  
Fini les vacances, les Suisses se retournent au boulot. Une personne sur quatre est stressée ou épuisée par son travail, montre l'enquête «Job Stress Index».

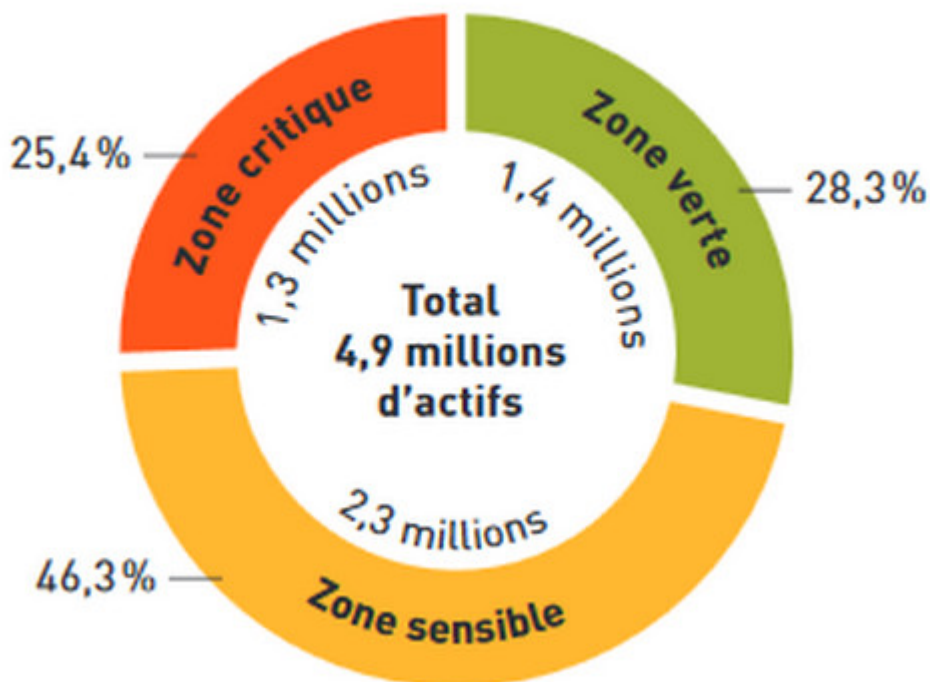
Bienvenu au travail!

Кто-то за время отпуска успеваешь хорошенько отдохнуть и вернуться к коллегам полным сил и новых идей, другим переход от расслабленного времяпрепровождения к жесткому распорядку дня дается намного труднее. Как бы то ни было, рано или поздно каждый четвертый работающий швейцарец начинает испытывать стресс и моральное истощение. К такому выводу пришли авторы исследования, результаты которого, словно предупреждение об опасности, были опубликованы на прошлой неделе (как раз к возвращению после летних каникул).

Фонд Promotion Santé Suisse публикует «Индикатор рабочего стресса», который составляется в сотрудничестве с Университетом Берна и Высшей школой прикладных наук Цюриха, уже в третий раз. Эти наблюдения позволяют рассчитать три основных показателя, которые могут иметь негативные последствия для всей швейцарской экономики. Нынешнее исследование подтверждает результаты двух предыдущих, говорится в пресс-релизе Promotion Santé Suisse. Таким образом, значительных успехов в борьбе со стрессом на работе – проблемой, которой сегодня уделяется все больше внимания, – пока не наблюдается.

Итак, согласно последним данным, 25,4 % работающих швейцарцев, то есть около 1,3 млн человек, страдают от стресса на работе. Это означает, что человек испытывает недостаток ресурсов, которые позволили бы справиться с оказываемым на него давлением. Почти половина респондентов (46,3 %) находятся в «зоне риска» – их возможностей едва хватает на то, чтобы решить все поставленные задачи.

### Job Stress Index chez les actifs (extrapolation)



25,4% испытывают стресс, 46,3% - в "зоне риска" и лишь 28,3% чувствуют себя совершенно комфортно (© promotionsante.ch)

Кроме того, четверть участников исследования признали, что чувствуют себя полностью опустошенными после работы. Примечательно, что молодые сотрудники (возрастная категория от 25 до 39 лет) чаще страдают от этих проблем, сталкиваясь не только со снижением производительности, но и с ухудшением здоровья. Еще одно необычное наблюдение: руководители, несущие большой груз ответственности, испытывают меньший стресс, чем их подчиненные. Вполне ожидаемо те, кто работают на полную ставку, устают больше, чем их коллеги, отдающие работе меньше 40-45 часов в неделю.

Все это, по оценкам авторов исследования, в конечном счете обходится швейцарским работодателям в 5,7 млрд франков в год. При этом финансовые потери связаны как с «[презентеизмом](#)» (феноменом, при котором работник приходит на работу даже в том случае, когда состояние здоровья позволяет ему остаться дома), так и с «[абсентеизмом](#)» (поведенческой моделью, при которой работник систематически отсутствует на рабочем месте и избегает своих обязанностей).

Кстати, финансирование фонда, проводящего исследования на эту тему, осуществляется за счет кантонов и взносов медицинского страхования: каждый плательщик ежемесячно перечисляет в пользу Promotion Santé Suisse 20 сантимов, говорится на сайте организации. На эти средства и была проведена оценка ситуации, а теперь остается выяснить, каким образом швейцарские работодатели могут сэкономить 5,7 млрд франков, потерянные в результате стресса, который испытывают их сотрудники.

В докладе Promotion Santé Suisse конкретных рекомендаций не содержится. Однако с подобной проблемой сталкиваются не только швейцарские компании, и поиск ее решения ведется в разных странах. Недавно лидер Лейбористской партии Великобритании Джереми Корбин заявил, что готов обсудить возможность введения шестичасового рабочего дня. К этой мысли его подтолкнул опыт Швеции, где некоторые компании уже начали испытывать подобную модель ведения бизнеса, не сокращая при этом зарплаты. По данным газеты Independent, сервисные центры Toyota в Гетеборге практикуют шестичасовой рабочий день уже 13 лет. Помимо того, что сотрудники чувствуют себя более счастливыми, в компании уменьшилась текучесть кадров и выросла прибыль.

Впрочем, и швейцарские политики в этом вопросе не отстают от своих иностранных коллег. Напомним, что весной этого года член молодежного крыла Социалистической партии Тамара Фуничелло [выступила](#) с предложением о введении 25-часовой рабочей недели. Правда, основной аргумент автора этой инициативы заключается в том, что в результате роста производительности за счет механизации труда «работы на всех не хватает». Интересно, как отреагируют швейцарцы на это предложение, если такой вопрос – в лучших швейцарских традициях – будет вынесен на референдум. Напомним, что не так давно граждане Конфедерации [отказались](#) от получения безусловного основного дохода в размере 2500 франков, чем немало удивили жителей других стран, судя по реакциям в СМИ.

[стресс на работе](#)  
[работа в Швейцарии](#)

Статьи по теме

[А не сократить ли нам рабочую неделю до 25 часов?](#)

[«Презентеизм» – новая болезнь века?](#)

[Швейцарским работникам не хватает душевного покоя](#)

[Стресс на работе – враг здоровья гельветов](#)

[Цюрихские медики нашли оригинальный способ одолеть депрессию](#)

---

**Source URL:** <https://nashgazeta.ch/news/sante/dobro-pozhalovat-na-rabotu>