Наша Газета
nashagazeta.ch

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

Стресс на работе – враг здоровья гельветов | Stress au travail traque les Suisses

Автор: Лейла Бабаева, Женева , 11.05.2012.

Как справиться со стрессом на работе? (couleurgeek.fr)

Швейцарцы все чаще становятся жертвами перенапряжения и стресса на работе. По мнению специалистов, пора бить в набат, психосоматические расстройства превращаются в эпидемию на фоне бездействия властей и владельцев предприятий и страха сотрудников перед безработицей.

|

Les Suisses souffrent de surménage et de stress au travail de plus en plus. Les spécialistes sont fortement inquiets.

Stress au travail traque les Suisses

Столь безрадостные явления наблюдаются в то время, как глобальная программа работы Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) подразумевает для каждого служащего возможность получить консультацию врача на работе. Однако в Швейцарии такое благо еще не везде достигнуто.

С одной стороны, Гельвеции сегодня есть чем похвастаться: уровень безработицы составляет всего 3,2%, страна – впереди всей планеты по конкурентоспособности, и

государственного долга у нее почти нет, что еще больше усиливает контраст с остальной Европой. За швейцарцами водится репутация усидчивых работников, они, к их чести, дорожат своей экономической моделью.

Но, с другой стороны, и у роз бывают шипы. Сегодня больше трети гельветов жалуются на переутомление на работе, их число подскочило за десять лет на 7%, по данным Государственного секретариата по вопросам экономики (SECO). Хронический стресс – дело нешуточное, и его последствия для здоровья современного человека серьезны: депрессия, истощение, сердечно-сосудистые заболевания, проблемы с мышцами и суставами - список можно продолжать. Немудрено, что упомянутые напасти увеличивают число прогулов, а негативное влияние на производительность труда видно невооруженным глазом.

По оценкам, которые SECO счел реалистичными, такие проблемы могут означать для предприятий и общества рост затрат до 10 миллиардов в год. Неспроста в своем отчете за 2010 год Федеральное управление статистики говорит о психосоциальных рисках, которые подстерегают служащих на работе, и которые обогнали физические риски по своим показателям: 41% респондентов жалуются на сильное психическое напряжение во время пребывания на работе.

Директор Университетского института гигиены труда в Лозанне Бригитта Данусер прокомментировала ситуацию информационному агентству Swissinfo: «Ситуация имеет критический характер вот уже около десяти лет, но еще больше ухудшилась с 2008 года».

Специализирующийся в медицине труда женевский психиатр Давор Комплита не менее встревожен: «Клиническое состояние приходящих на консультацию часто весьма сложное. Это констатируют и мои коллеги, как доктора узкого профиля, так и терапевты».

Конкретные причины вызванных работой хворей включают давление конкуренции, обобщение работы в офисах, где сотрудники заполняют собой большие открытые пространства, конфликты между сослуживцами, технологические инновации и многое другое…

Параллельно примерно один из двух служащих страдает от чрезмерных эмоциональных вложений в работу. Бригитта Данусер говорит: «Наше общество полностью организовано вокруг работы. Реализоваться на работе стало обязанностью, но, вопреки тому, что говорят работодатели, такую возможность предоставляют только 10-20% должностей». Поневоле вспомнишь цитаты из объявлений о вакансиях: «Требуется молодой, энергичный, амбициозный, стрессоустойчивый, креативный, способный работать в команде, нацеленный на результат…». Не стоит удивляться, что такие обстоятельства порождают разочарование и фрустрацию, которые могут повлечь за собой профессиональное истощение.

Психиатры считают, что патогенной стала сама организация работы. Как отмечает Давор Комплита: «Всего за одно-два поколения мы добились небывалых личных свобод и признания прав человека. Но при этом отношения на работе стали еще более иерархичными, авторитарными. Это можно видеть в частном секторе, но особенно - в госучреждениях».

К сожалению, правды не утаить: Швейцария не готова сегодня полноценно бороться с описанными проблемами. Еще раз слово Бригитте Данусер: «В нашей стране всего-навсего 150 врачей-инспекторов гигиены труда, и большинство специализируются на классических физических рисках (отравление, рак и т.д.)». Мы уже говорили, к чему стремится ВОЗ, а Университетский институт гигиены труда в Лозанне, тоже ориентируясь на сегодняшние реалии, открыл в прошлом году консультационный центр – по примеру Франции, где это в практике уже с десяток лет (а в Германии и вовсе имеется хорошо разработанная структура медицины труда). «К нам уже записываются в очередь, это доказывает, что мы удовлетворяем реальную потребность»,- отметила исследовательница.

Казалось бы – впору хвататься за голову, но парламентские выступления на эту тему можно пересчитать за последнее десятилетие по пальцам одной руки.

«Во Франции, - поясняет Давор Комплита, - решение о создании органа по медицине труда было принято Национальным собранием. В Швейцарии же мысль движется только в индивидуальном и бюджетном направлении, в то время как здоровье представляет собой богатство и источник дохода для предприятий».

Федеральное законодательство почти ничего не скажет нам о психосоциальных рисках, которые Национальная швейцарская касса страхования несчастных случаев (SUVA) не признает профессиональными заболеваниями. «Проблему решили просто: сочли, что ее не существует», - комментирует Давор Комплита.

В стране наблюдается также рост числа специализированных клиник, в которых ведется борьба с истощением. Но Бригитта Данусер на это отвечает: «Лечить людей, стараться вернуть им вкус к жизни – прекрасно. Но если кто-то получил травму на войне, то принимаются усилия по устранению самого корня проблемы, а не только лечение прогулками по лесу. Так же необходимо действовать и в сфере профессиональных заболеваний».

Если обратить взыскательный взор на предприятия, то их усилия в последнее время выглядят для специалистов в области охраны здоровья неубедительно. Естественно, процветают всевозможные семинары по мотивации, стимулированию командного духа и обучению персонала, но что в результате? «Эффект не длится долго, и солидарность заброшена, как только встает вопрос, кому достанется выгодная должность», - разоблачает ущербность такого подхода Брижитта Данусер.

Давор Комплита настроен более сурово: «Это – способ нанести еще больший вред индивидуумам, вынуждая их нормализоваться в системе». Также он добавляет, что современные методы менеджмента, основанные на конкуренции и небезопасности, выходят предприятиям боком: «Компании добиваются видимого роста производительности, но в перспективе оказываются в проигрыше. Люди отмалчиваются, они больше не солидарны, быстро меняют работу, что порождает существенную потерю производственного мастерства. Чтобы заставить функционировать все более детализированные, но часто нереализуемые процедуры, необходимо мобилизовать ресурсы, имя которым – солидарность, усердие, изобретательность и личный вклад в работу. Но сегодня многие трудящиеся отказались от борьбы».

А вот для справки краткие портреты психосоциальных расстройств:

Хронический стресс – результат нарушения равновесия между напряжением, которое чувствует работник, и его внутренними ресурсами, которые помогают ему противостоять.

Истощение – последствие пребывания в состоянии длительного стресса, которое находит выражение в физической, умственной и эмоциональной сфере. Антоним этого явления - скука на работе, когда сотруднику не хватает задач, и он не получает удовлетворения в профессиональном плане.

Присутственность, презентеизм – работник опасается за свое место и ходит на работу во что бы то ни стало.

Немного статистики. Между 2000 и 2010 годами количество людей, мучимых хроническим стрессом, выросло с 26,6% до 34,4%, о чем говорит нам исследование SECO. Число тех, кто не чувствует или почти не чувствует стресса, сникло с 17,4% до 12,2% за тот же срок.

При этом авторы исследования не обнаружили никакой разницы в связи с отраслью экономики, профессиональной группой или полом. Вот только молодым сотрудникам (в возрасте от 15 до 34 лет) несладко: число оказавшихся в лапах стресса превышает среднее значение.

Эксперты считают, что больше 90% обращений к терапевту вызваны стрессом.

А вот Организация Promotion Santé Suisse провела более практичное исследование: у находящегося в состоянии стресса сотрудника снижена производительность труда, что может привести к убыткам до 8000 франков в год.

Что ж, мы все так или иначе работаем (кроме тонкой прослойки населения, которая, в основном, катается на белоснежных яхтах), и такие сведения в лучшем случае настораживают. Многие сотрудники могли бы сами написать очень интересное и живое исследование на тему стресса на работе, основываясь на достоверном материале собственных треволнений и поведении коллег. Не будем валить всю вину на работодателей, ведь проблема наверняка более сложна, чем кажется, но хотелось бы, чтобы все менее жизненным становился афоризм: требуются менеджеры не старше 35-ти лет с сорокалетним опытом работы.

стресс на работе
Статьи по теме
Плохое воспитание – главный источник стресса
Как швейцарские парламентарии справляются со стрессом?
Швейцарские коровы работают без стресса
Швейцарцы работают на треть меньше и устают вдвое больше

Source URL: *https://nashagazeta.ch/news/13519*