



**51 proc. pracowników w Unii Europejskiej odczuwa stres w miejscu pracy. Im wyższe stanowisko, tym większy stres. 4 na 5 menedżerów jest zestresowanych w związku z wykonywaną przez siebie pracą, a 61 proc. kobiet pełniących funkcje kierownicze ma problemy ze snem. Stres odbija się niekorzystnie także na kondycji finansowej firm. Aż 60 proc. wszystkich nieobecności pracowników w pracy to skutek stresu w pracy i zagrożeń psychospołecznych. Problem stresu związanego z pracą pogłębił się jeszcze w momencie wybuch pandemii koronawirusa.**

W związku z narastającym problemem stresu spowodowanego pracą Europejska Konfederacja Związków Zawodowych rozpoczyna kampanię na rzecz przyjęcia rozwiązań prawnych w UE mających na celu walkę ze stresem związanym z pracą.

„Stres związany z pracą stał się epidemią już przed zamknięciem, stanowiąc ponad połowę wszystkich straconych dni roboczych w UE. Nowe dane Eurostatu pokazują, że jeden na trzech pracowników zawsze lub często pracuje pod presją czasu, co jest główną przyczyną stresu” - czytamy w komunikacie EKZZ.

Według badań ONZ ograniczenia spowodowane pandemią spowodowały, że poziom stresu w Europie „znacznie wzrósł”. Osoby pracujące w domu są dwukrotnie bardziej narażone na pracę powyżej 48 godzin i częściej cierpią na powtarzające się zakłócenia snu. Jednym z negatywnych skutków długotrwałego stresu może być depresja, która według Światowej

Organizacji Zdrowia (WHO) jest jedną z głównych przyczyn i niezdolności do pracy na świecie oraz najczęściej spotykanym zaburzeniem psychicznym. Choruje na nią w ciągu całego życia kilkanaście procent populacji osób dorosłych. Choroba ta dotyka dwa razy częściej kobiety.

Z okazji Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego ONZ, związki zawodowe rozpoczynają kampanię EndStress.EU, której celem jest przyjęcie przez UE dyrektywy zapobiegającej stresowi w miejscu pracy.

W walce ze stresem nie można liczyć na dobrą wolę pracodawców, dla których, jak wynika z badań, w przeważającej części (89 proc.) głównym powodem zarządzania bezpieczeństwem i higieną pracy, są obowiązujące przepisy. A tylko tylko kilka państw członkowskich posiada przepisy dotyczące stresu związanego z pracą.

Kampania EndStress.EU jest prowadzona przez EKZZ (ETUC) i Eurocadres, związek zawodowy reprezentujący profesjonalistów i menedżerów, i jest wspierana przez Mental Health Europe oraz ponad 20 krajowych związków zawodowych.

Zdaniem zastępcy sekretarza generalnego EKZZ Per Hilmersson stres związany z pracą osiągnął już poziom epidemii jeszcze przed zamknięciem spowodowanym koronawirusem, ale praca w domu stworzyła nową presję, która negatywnie wpłynęła na zdrowie psychiczne ludzi. - Zajęcie się kryzysem stresu związanego z pracą w Europie jest pilniejsze niż kiedykolwiek, a badania własne UE pokazują, że pracodawcy podejmują działania wyłącznie w wyniku prawodawstwa. Nadszedł czas, aby Komisja Europejska pokazała, że traktuje zdrowie psychiczne równie poważnie jak zdrowie fizyczne, przedstawiając dyrektywę mającą na celu zwalczanie epidemii stresu w pracy - powiedział Per Hilmersson.

Stres związany z pracą, jest reakcją, jaką mogą mieć ludzie, gdy pojawiają się wymagania i naciski związane z pracą, które nie są dopasowane do ich wiedzy i umiejętności i które stanowią wyzwanie dla ich zdolności radzenia sobie. Stres związany z pracą może być spowodowany złą organizacją pracy, złym planowaniem pracy słabym zarządzaniem, niezadowolającymi warunkami pracy i brakiem wsparcia ze strony kolegów i przełożonych.

*Małgorzata Kuźma*