

Εργασιακό άγχος και ψυχοκοινωνικοί κίνδυνοι στην εργασία: σχετικά στοιχεία

- Πάνω από το 50 % των ευρωπαίων εργαζομένων αναφέρει το εργασιακό άγχος ως σύνθετος φαινόμενο στον χώρο εργασίας τους.
- Περίπου τέσσερις στους δέκα εργαζόμενους θεωρούν ότι η αντιμετώπιση του εργασιακού άγχους δεν είναι αυτή που θα έπρεπε στον χώρο εργασίας τους.
- Οι εργαζόμενοι είναι πιθανόν να χρειάζεται να μείνουν για σημαντικό χρονικό διάστημα μακριά από την εργασία τους όταν υποφέρουν από εργασιακό άγχος και άλλα ψυχολογικά προβλήματα που σχετίζονται με την εργασία τους, ενώ ακόμα και αν επιστρέψουν στην εργασία τους δεν είναι σε θέση να λειτουργήσουν τόσο αποτελεσματικά όσο πριν.
- Οι ψυχοκοινωνικοί κίνδυνοι και το εργασιακό άγχος συνεπάγονται σημαντικό κόστος τόσο για τις επιχειρήσεις όσο και για τις εθνικές οικονομίες.
- Το συνολικό κόστος των διαταραχών ψυχικής υγείας στην Ευρώπη (είτε συνδέονται με την εργασία είτε όχι) εκτιμάται στα 240 δισεκατομμύρια ευρώ ετησίως.
- Οι ψυχοκοινωνικοί κίνδυνοι που σχετίζονται με την εργασία μπορούν να αξιολογούνται και να αντιμετωπίζονται με τον ίδιο συστηματικό τρόπο όπως και οι λοιποί κίνδυνοι για την ΕΑΥ.
- Η αντιμετώπιση του άγχους και των ψυχοκοινωνικών κινδύνων στην εργασία αξίζει τον κόπο: τα οφέλη για την επιχείρηση υπερβαίνουν το κόστος εφαρμογής των αναγκαίων μέτρων.

Το εργασιακό άγχος είναι οργανωτικό ζήτημα, όχι προσωπική αδυναμία.

Αποστολή του **Ευρωπαϊκού Οργανισμού για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία (EU-OSHA)** είναι να καταστήσει τους χώρους εργασίας στην Ευρώπη ασφαλέστερους, υγιέστερους και παραγωγικότερους. Ο Οργανισμός ερευνά, αναπτύσσει και διανέμει αξιόπιστη, ισορροπημένη και αμερόληπτη πληροφόρηση σχετικά με την ασφάλεια και την υγεία στην εργασία και οργανώνει πανευρωπαϊκές εκστρατείες ευαισθητοποίησης. Ιδρύθηκε από την Ευρωπαϊκή Ένωση το 1996 και έχει την έδρα του στο Μπιλμπάο της Ισπανίας. Φέρνει σε επαφή εκπροσώπους της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, των κυβερνήσεων των κρατών μελών, των οργανώσεων των εργοδοτών και των εργαζομένων, καθώς και κορυφαίους εμπειρογνώμονες από το σύνολο των κρατών μελών της ΕΕ και άλλων χωρών.

Η εκστρατεία για τους ασφαλείς και υγιείς χώρους εργασίας υποστηρίζεται από τις προεδρίες του Συμβουλίου της ΕΕ, το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο, την Ευρωπαϊκή Επιτροπή και από τους Ευρωπαίους Κοινωνικούς Εταίρους, ενώ συντονίζεται σε εθνικό επίπεδο από το δίκτυο των εθνικών εστιακών πόλων του Οργανισμού (www.healthy-workplaces.eu/fops).

Το εργασιακό άγχος συνεπάγεται σημαντικό κόστος για τις επιχειρήσεις και την κοινωνία.



Ευρωπαϊκός Οργανισμός για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία

C/Santiago de Compostela 12, 48003 Μπιλμπάο, ΙΣΠΑΝΙΑ
E-mail: information@osha.europa.eu
www.healthy-workplaces.eu

doi:10.2802/65260 ISBN 978-92-9240-131-3

Η ασφάλεια και η υγεία στους χώρους εργασίας μας αφορά όλους. Οφέλη για εσένα προσωπικά. Οφέλη για τις επιχειρήσεις.

Διαχείριση του άγχους σε Ασφαλείς και Υγιείς Χώρους Εργασίας

αντιμετωπίστε το άγχος στην εργασία

#EUMangeStress

www.healthy-workplaces.eu





© Shutterstock, Inc. / Andriev



© EU-OSHA / Emmanuel Bliard

Η εκστρατεία

Το άγχος αποτελεί το δεύτερο σημαντικότερο πρόβλημα υγείας που συνδέεται με την εργασία και το οποίο αναφέρεται συχνότερα από τους εργαζόμενους στην Ευρώπη, ενώ μαζί με άλλους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους θεωρείται ότι ευθύνεται για περισσότερο από το ήμισυ του συνόλου των χαμένων εργατοημερών (50–60 %). Ένα προβληματικό ψυχοκοινωνικό περιβάλλον εργασίας μπορεί να έχει σημαντικές αρνητικές συνέπειες για την υγεία των εργαζομένων.

Η προαγωγή της διαχείρισης του εργασιακού άγχους και των ψυχοκοινωνικών κινδύνων και, κατά συνέπεια, η πρόληψη των σημαντικών αρνητικών επιπτώσεων που μπορούν να έχουν για τους εργαζόμενους, τους εργοδότες και τις κυβερνήσεις αποτελούν τον βασικό στόχο αυτής της εκστρατείας. Η αποτελεσματική αντιμετώπιση των ψυχοκοινωνικών κινδύνων δημιουργεί ένα περιβάλλον εργασίας στο οποίο οι εργαζόμενοι παραμένουν υγιείς, ενώ βοηθά επίσης στη διαμόρφωση μιας θετικότερης εργασιακής νοοτροπίας, με αποτέλεσμα να βελτιώνονται οι επιδόσεις της εκάστοτε επιχείρησης ή οργανισμού.

Οι ψυχοκοινωνικοί κίνδυνοι μπορούν να εμφανιστούν σε κάθε χώρο εργασίας, μπορούν ωστόσο να αξιολογηθούν και να αντιμετωπιστούν αποτελεσματικά ακόμη και με τη διάθεση περιορισμένων πόρων. Η συγκεκριμένη εκστρατεία παρέχει στήριξη και καθοδήγηση προς τους εργαζόμενους και τους εργοδότες για την αντιμετώπιση του εργασιακού άγχους και των ψυχοκοινωνικών κινδύνων που σχετίζονται με την εργασία και προάγει τη χρήση πρακτικών και εύχρηστων εργαλείων για τη διευκόλυνση αυτού του έργου.

Η εκστρατεία «Διαχείριση του άγχους σε ασφαλείς και υγιείς χώρους εργασίας» είναι μια πανευρωπαϊκή εκστρατεία υπό τον συντονισμό του Ευρωπαϊκού Οργανισμού για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία (EU-OSHA). Οι εκστρατείες για τους «Ασφαλείς και υγιείς χώρους εργασίας» είναι οι μεγαλύτερες στο είδος τους παγκοσμίως και αποτελούν σημαντικούς παράγοντες αλλαγής και βελτίωσης των συνθηκών ασφάλειας και υγείας στους χώρους εργασίας.

Ένα υγιές εργατικό δυναμικό είναι απαραίτητη προϋπόθεση για την επιτυχία της επιχείρησής σας.

Ποιος μπορεί να συμμετάσχει;

Στην εκστρατεία «Διαχείριση του άγχους σε ασφαλείς και υγιείς χώρους εργασίας» καλούνται να συμμετάσχουν επιχειρήσεις, οργανισμοί και ιδιώτες που δραστηριοποιούνται σε τοπικό, εθνικό ή ευρωπαϊκό επίπεδο. Η εκστρατεία είναι ανοιχτή σε:

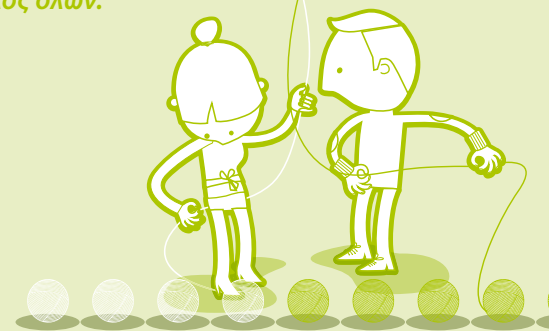
- εργοδότες από τον δημόσιο και τον ιδιωτικό τομέα
- διευθυντικά στελέχη, επόπτες και εργαζόμενους
- συνδικάτα και εκπροσώπους για θέματα ασφάλειας και υγείας στην εργασία
- επιχειρήσεις, οργανισμούς ή ιδιώτες που ασχολούνται ενεργά με τη βελτίωση της ασφάλειας και υγείας στην εργασία.

Πώς μπορείτε να συμμετάσχετε;

Μπορείτε να συμμετάσχετε στην εκστρατεία του 2014/15 για τους ασφαλείς και υγιείς χώρους εργασίας με τους εξής τρόπους:

- διαδίδοντας και προβάλλοντας ενημερωτικό υλικό της εκστρατείας για την ανάδειξη του ζητήματος της επαγγελματικής ασφάλειας και υγείας (σχετικό υλικό διατίθεται μέσω του δικτυακού τόπου της εκστρατείας, www.healthy-workplaces.eu).
- διοργανώνοντας εκδηλώσεις και δραστηριότητες, όπως π.χ. σεμινάρια και εργαστήρια.
- αξιοποιώντας και προάγοντας τα πρακτικά εργαλεία που διατίθενται για την αντιμετώπιση του εργασιακού άγχους και των ψυχοκοινωνικών κινδύνων που σχετίζονται με την εργασία.
- συμμετέχοντας στον διαγωνισμό για τα Ευρωπαϊκά Βραβεία Καλής Πρακτικής, μέσω του οποίου αναγνωρίζεται η συνεισφορά επιχειρήσεων και οργανισμών στην προαγωγή της ασφάλειας και της υγείας στην εργασία.
- λαμβάνοντας μέρος στις Ευρωπαϊκές Εβδομάδες για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία, τον Οκτώβριο του 2014 και του 2015.
- με την ιδιότητα του επίσημου εταίρου της εκστρατείας σε πανευρωπαϊκό ή σε εθνικό επίπεδο.

Δουλεύοντας μαζί, εργοδότες, διοικητικά στελέχη και εργαζόμενοι μπορούν να αντιμετωπίσουν το εργασιακό άγχος και τους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους που σχετίζονται με την εργασία προς όφελος όλων.



Βασικές ημερομηνίες

- Έναρξη της εκστρατείας: Απρίλιος 2014
- Ευρωπαϊκές Εβδομάδες για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία: Οκτώβριος 2014 και 2015
- Τελετή για τα Ευρωπαϊκά Βραβεία Καλής Πρακτικής: Απρίλιος 2015
- Ευρωπαϊκή Διάσκεψη για τους Ασφαλείς και Υγιείς Χώρους Εργασίας: Νοέμβριος 2015

www.healthy-workplaces.eu

