

# **PRVI HRVATSKI INTERDISCIPLINARNI SIMPOZIJ - »STRES NA RADNOM MJESTU«**

Zagreb, 13. do 14. listopada, 2006.

Prvi hrvatski interdisciplinarni simpozij pod naslovom *Stres na radnom mjestu* održan je u Zagrebu 13. i 14. listopada 2006. godine u organizaciji Instituta za kvalitetu i razvoj ljudskih potencijala i Hrvatskog društva za medicinu stresa, a pod pokroviteljstvom Ministarstva zdravstva i socijalne skrbi, Ministarstva gospodarstva, rada i poduzetništva, Ureda za zdravstvo, rad, socijalnu zaštitu i branitelje Grada Zagreba te Hrvatske gospodarske komore. Riječ je o prvom simpoziju na temu stresa na radnom mjestu organiziranog u Hrvatskoj, na kojem su sudjelovali predstavnici različitih profesija. Stoga je cilj ovog simpozija bio okupiti stručnjake iz raznih disciplina kao što su: psihologija, medicina, pravo, ekonomija i socijalni rad, te dati pregled dosadašnjih spoznaja o razmjerima ovog problema u Hrvatskoj danas i upoznati sudionike s načinima kontrole i prevencije neželjenih posljedica stresa na radnom mjestu. Simpozij je započeo pozdravnim govorima državnih dužnosnika, nakon kojih su slijedila izlaganja i rasprave više od pedeset sudionika. Izlaganja sudionika su tijekom dva dana bila podijeljena u nekoliko sekcija: »Zdravstvene, društvene i ekonomske posljedice stresa«, »Mobbing«, »Stres u raznim profesijama«, »Antistres prezentacijski blok«, »Stres, procjene i intervencije« i »Prevencija stresa na radnom mjestu«.

Stres na radnom mjestu danas predstavlja globalni javnozdravstveni problem i jedan od najvećih uzroka profesionalnih bolesti i bolovanja u Europi i u svijetu, te je ujedno i među vodećim problemima gospodarstva razvijenih zemalja. Prema zajedničkom izvješću Europske komisije i Međunarodne organizacije rada iz 2000. godine stres je na drugom mjestu ljestvice zdravstvenih tegoba zaposlenika u Europskoj uniji, a prema izvješću Europske agencije za sigurnost na radu i zaštitu zdravlja, stres na radnom mjestu prisutan je kod svakog trećeg zaposlenika EU te se godišnje bilježi milijun radnih dana gubitka koji se procjenjuju na minimalno 20 milijardi eura gubitka. Prema rezultatima istraživanja, od 50 do 60% svih izgubljenih radnih dana posljedica su stresa na radnom mjestu, a stres je istodobno i »krivac« za 5 milijuna nesreća na poslu. Na ove, kao i na ostale društvene, zdravstvene i ekonomske posljedice ukazao je u svojem izlaganju unutar prve sekcije dr. Herman Vukušić izdvojivši pritom primjere nekih zemalja, npr. Švicarske koja troši 1,5 bruto nacionalnog dohotka na probleme uzrokovane stresom na radnom mjestu i Japana koji ima poseban termin »karoshi« za bolesti izazvane stresom od kojih danas obolijeva tisuće Japanaca. Naglašena je važnost različitih razina intervencija kod prevladavanja stresa koje bi se trebale simultano odvijati na organizacijskom, socijalnom i individualnom planu. O zdravstvenim posljedicama stresa, odnosno djelovanju imunološkog sustava i negativnim učincima profesionalnog stresa na njega ukazala je dr. Katja Gotovac. Na specifičnosti radnika u sektoru trgovine u smislu malih plaća, nepostojanja osnovnih radničkih prava te neplaćenog prekovremenog rada kao postojećih izvora stresa i posljedica koje može imati na fizičko i mentalno zdravlje ukazao je mr. sc. Vice Batarelo naglasivši pritom važnost nedjelje kao neradnog dana aludirajući na obiteljsko zajedništvo i solidarnost, konstatirajući da je ono pod utjecajem transformacije oblika rada, visoke stope nezaposlenosti i loših radnih uvjeta prilično narušeno. Na kraju sekcije, prof. dr. sc. Dean Ajduković izložio je teorijski prikaz profesionalnog stresa, interakcijski model stresa kao i načine procjene i suočavanja sa stresom. S obzirom da se kao najznačajniji izvori profesionalnog stresa javljaju činitelji radnog okruženja, neminovno je da je odgovornost u rješavanju profesionalnog stresa kao i smanjenju njegovih negativnih učinaka raspodijeljena između pojedinca i sustava, što je bio i završni zaključak ovog predavanja.

U drugoj sekciji raspravljalo se o *mobbingu* koji je relativno novi fenomen u Hrvatskoj. Dr. Elvira Koić nas je upoznala s problemom *mobbinga* objasnivši njegove oblike, uzroke i posljedice, kao i načine njegova sprječavanja koji bi obuhvaćali: edukaciju, istraživanje i procjenu, prevenciju i strategije pomoći i samopomoći. Po prvi puta je od strane prof. dr. sc. Nade Bodiroge-Vukobrat javno predstavljen radni predložak zakona o sprječavanju *mobbinga* na radnom mjestu. Prikazane su i dosadašnje spoznaje koje su pokazale da je u 75 % slučajeva počinitelj *mobbinga* bio nadređeni, a da su 2/3 žrtava žene. Rezultati istraživanja u Primorsko-goranskoj županiji ukazali su na probleme *mobbinga* kod nas, ali ujedno i dali smjernice za daljnje djelovanje, budući da su žene više izložene *mobbingu* nego muškarci, te da su najviše *mobbingom* pogođene osobe niske i niže stručne spreme.

## Prvi hrvatski interdisciplinarni simpozij - »Stres na radnom mjestu«

Za kraj sekcije predstavljena su i iskustva Udruge za pomoć i edukaciju žrtava *mobbinga* te je najavljeno otvaranje ambulante za žrtve *mobbinga* u Gradu Zagrebu pri Gradskom uredu za zdravstvo, rad, socijalnu zaštitu i branitelje.

Vrlo je malo istraživanja u Hrvatskoj o temi profesionalnog stresa, stoga je sekcija na temu »Stres u raznim profesijama« bila vrlo značajna i zanimljiva jer su unutar nje većim dijelom predstavljeni rezultati empirijskih istraživanja kod različitih profesija. Tako su tijekom izlaganja predstavljeni rezultati utjecaja profesionalnog stresa na fizičko i psihičko zdravlje kod novinara, izvori profesionalnog stresa kod socijalnih radnika u psihijatriji te moguće stresne situacije kod zaštitara. Vrlo zanimljiv je bio prikaz rezultata istraživanja o zdravstvenom ponašanju domaćica i umirovljenih žena koji je pokazao da su domaćice lošijeg zdravstvenog statusa i lošije kvalitete života. Na kraju su prikazane dosadašnje spoznaje o profesionalnom stresu kod nastavnika u razvijenim zemljama, te je ukazana potreba za sustavnim istraživanjima ovog fenomena i kod nas, budući da je riječ o visokostresnoj profesiji.

Nakon teorijskih prikaza profesionalnog stresa, kao i rezultata nekih istraživanja, u četvrtoj sekciji »Antistres prezentacijski blok« predstavljeni su neki od načina suočavanja sa stresom, te su prikazani primjeri iz prakse unutar pojedinih radnih organizacija.

Zajedničko svim izlaganjima bilo je isticanje edukacije i prevencije u smanjenju organizacijskog stresa putem različitih oblika djelovanja, npr. preventivnim menadžerskim pregledima, proaktivnim pristupom rješavanja stres i sl..

Drugog dana su održane dvije sekcije na temu »Stres, procjene i intervencije« i »Prevencija stresa na radnom mjestu«. U prvoj sekciji iznesena su pozitivna iskustva u preveniranju negativnih posljedica stresa za vrijeme određenih restrukturiranja organizacije (npr. Elektra- Zagreb d.o.o.) i prilikom pripremanja i suočavanja radnika s tranzicijskim stresom (npr. SUPER KARIJERA- priprema izdvojenog osoblja MORH-a u tranziciji i novu karijeru). Vrlo zanimljivo izlaganje imao je dr. Špiro Janović koji je preko primjera rada sa žrtvama oružane pljačke prikazao načine i mogućnosti korištenja različitih psihoterapijskih intervencija i ujedno ukazao na mogućnost javljanja traumatskog stresa na radu.

Posljednja sekcija odnosila se na prevenciju stresa na radnom mjestu gdje su doc. dr. sc. Mijo Nikić i dr. Herman Vukušić prikazali neke od mogućih oblika. Doc. dr. sc. Nikić tijekom svog izlaganja ukazao je na danas pomalo zanemarenu duhovnu dimenziju u čovjekovu životu koja može imati značajnu ulogu u nadvladavanju stresa, dok s druge strane zablokirana duhovna dimenzija generira mnoge probleme koji su većinom psihosomatske naravi. Isti autor predložio je i niz tehnika koje nam mogu pomoći u našem svakodnevnom životu u prevladavanju stresa. Na kraju je dr. Vukušić istaknuo važnost meditacije koja može imati važnu ulogu u postizanju homeostaze na tjelesnom i psihičkom planu, posebice prilikom utjecaja brojnih stresogenih činitelja.

S obzirom na dosadašnja iskustva, Hrvatska ne prati dovoljno smjernice i preporuke EU vezane za pitanje stresa na radnom mjestu. Stoga je istaknuta potreba za sustavnim

**Ljetopis socijalnog rada 2007., 14 (1), 261-264 str.**

istraživanjima ove problematike kako bi se obogatile i proširile dosadašnje spoznaje, donošenjem nacionalne strategije za prepoznavanje i prevenciju stresa na radnom mjestu kao i za većom koordinacijom službi. Raznolikost tema, područja i zaključaka iznesenih na ovom simpoziju ukazuju na moguće smjernice djelovanja kako u prevenciji tako i u nadvladavanju stresa na radnom mjestu putem ravnopravnog dijaloga pojedinaca, organizacijskih struktura i državnih vlasti.

**Priredile: Jelena Ogresta i Silvia Rusac**