

СТРЕС НА РОБОЧОМУ МІСЦІ – ІНДИКАТОР СТАЛОСТІ ПСИХОСОЦІАЛЬНИХ РИЗИКІВ

Манжелей А.О., НУЦЗУ
НК – Шароватова О.П., к.пед.н., доц., НУЦЗУ

Будь-який ризик, пов'язаний із небезпеками, що виникають у процесі організації робіт, внаслідок соціальних факторів та аспектів виробничого середовища, визначається як психосоціальний ризик.

В організаційному контексті психосоціальними ризиками є певні моделі взаємодії між людиною та її оточенням, які збільшують шанси на погіршення її психологічного самопочуття, що певним чином відбивається на якості та кількості її роботи. За статистикою, саме психосоціальними ризиками зумовлені близько 30 % лікарняних серед працівників.

Психосоціальні ризики з позицій психічного та фізичного здоров'я робочої сили компанії можуть перерости у відносно різноманітні проблеми та розлади: порушення сну, невдале управління гнівом та дратівливістю, психосоматичні розлади, напади паніки, страх перед проблемами спілкування, хронічну втому, знижений настрій, вигорання тощо. При цьому існує психологічний феномен, який одночасно присутній у всіх інших станах – це стійкий і надмірний стрес.

Одними з основних факторів, що викликають стрес на робочому місці, фахівці називають:

- ✓ занадто велике (або занадто маленьке) робоче навантаження;
- ✓ нерозумні терміни виконання поставлених завдань;
- ✓ незрозуміло поставлені робочі завдання та нечіткі стратегії управління;
- ✓ не визнання добре виконаної працівником роботи або невідповідність наданої оцінки його очікуванням;
- ✓ відсутність можливості поскаржитися або неналежний розгляд і вирішення питань поданої скарги;
- ✓ зavelика відповідальність при відсутності можливості контролю чи свободи прийняття рішення;
- ✓ керівництво, підлеглі або співробітники, що не виявляють підтримки або готовності до співпраці;
- ✓ відсутність контролю за своїм результатом роботи;
- ✓ невизначеність щодо роботи та своєї посади, у тому числі знедоленість;
- ✓ певні забобони, пов'язані із віком, статтю, расою, національністю, релігією тощо;
- ✓ можливе насильство, залякування чи знуцання;
- ✓ неприємне або небезпечне робоче середовище;
- ✓ відсутність можливості реалізації своїх талантів або здібностей;
- ✓ усвідомлення неприпустимості незначної помилки або втрати уваги, що можуть призвести до суттєвих негативних наслідків.

Таким чином, психологічне здоров'я працівників та ефективність компанії – це елементи, які існують пліч-о-пліч, і саме ті суб'єкти, що реалізують заходи щодо запобігання психосоціальних ризиків, мають суттєві переваги в ефективності функціонування не лише системи управління охороною праці, а й реалізації економічної діяльності як такої. Однією з таких технологій управління є створення дружнього до психічних проблем робочого середовища.