

Pea pooli töötajaid vaevab stress

Kristel Plangi

arenduse peaspetsialist ja EU-OSHA Eesti koordinatsiooni keskuse juht

Eesti on tööstressi tajumiselt Euroopas esirinnas koos teiste uute liikmesriikidega. Peamiseks põhjuseks on asjaolu, et oleme üles kasvanud ühiskonnas, kus töölkäimine oli tähtsam kui töötegemine, pikka aega töötati ühes ja samas kohas ning individuaalne algatusvõime ei olnud teretulnud.



Foto: Shutterstock

Aastakümnetega on olukord ja hoiakud muutunud. Töötajatelt nõutakse rohkem, enam pööratakse tähelepanu enesetäiendamisele ning juhtimisstiil ja tööpoliitika lähtub sageli lühiajalistest eesmärkidest. Tänapäevase töötervishoiu suurimaid väljakutseid ongi tööalane stress, vägivald, kehvemad töötulemused, sagedasem töölt puudumine, õnnetuste sagenemine jne.

Euroopa elu- ja töötingimuste parandamise fondi andmetel on tööga seotud stress üks peamisi töötajate nimetatud haiguse põhjusi, mis mõjutab rohkem kui 40 miljonit inimest üle Euroopa. Tööstressiga seotud terviseriskid on Euroopa Liidus tööga

seotud terviseprobleemidest luu- ja lihaskonnahaiguste järel teisel kohal.

Tööinspektsiooni kahe aasta tagusest uuringust selgus, et stressis on üle 40% Eesti töötajatest. Sarnaseid tulemusi näitavad ka Euroopa ettevõtete uusi ja tekkivaid riske hõlmav küsitlus (ESENER) ning mitmed teised uuringud. Märtsi lõpu-nädalal ilmunud Euroopa töötervishoiu ja tööohutuse agentuuri üleeuroopalisest rahvaküsitlusest tööohutuse ja töötervishoiu kohta ilmses, et 71% eestlastest usub stressis inimeste arvu suurenemist järgneva viie aasta jooksul. Tõenäoliselt on need tulemused seotud riigi majandusolukorraga, sest enim muretsevad tööstressi taseme pärast kreeklased 83% ning vähim norralased 16%.

Eestis on peamisteks stressiallikeks tööalased suhted, töötempo ja -koormus ning töö ja kodu tasakaal. Enesetunnet mõjutavad nii ülemuste kui kaastöötajate toetuse ja tunnustuse vähesus organisatsioonis ning napp oskus teha koostööd, suhelda ja konflikte lahendada. Teiseks ebaühtlaselt jaotuv töökoormus, kõrged nõudmised, lühikesed tähtajad, suurenev töö hulk jne. Eestis keskendutakse kiirele kasumi tootmisele, tähelepanu pööratakse pigem ebaõnnestumistele ning edusammud jäävad tähelepanuta. Töötajaid kasutatakse pigem vahendina edu saavutamisel, mitte niivõrd koostööpartneritena. Tööd võetakse tihti koju kaasa.

Aina konkurentsitihedamas maailmas tuleb leida lahendusi, mis lubavad meil tagada euroopaliku elukvaliteedi. Suhtumine ja hoiakud muutuvad aeglaselt, selle kiirendamine on meie kõigi kättes.