

## Stres związany z pracą i zagrożenia psychospołeczne: fakty

- Ponad połowa pracowników w Europie twierdzi, że stres związany z pracą jest częstym zjawiskiem w ich miejscu pracy.
- Około czterech na dziesięciu pracowników uważa, że w ich miejscu pracy nie reaguje się odpowiednio na stres związany z pracą.
- Pracownicy cierpiący na stres związany z pracą lub inne problemy psychologiczne, wykazują wysoki poziom absencji chorobowych lub pojawiają się w pracy w kondycji, która nie pozwala w pełni sprawnie funkcjonować.
- Zagrożenia psychospołeczne i stres związany z pracą powodują znaczne koszty zarówno dla organizacji, jak i dla budżetu państwa.
- Ogólne koszty zaburzeń zdrowia psychicznego w Europie (na tle zawodowym i innym) szacuje się na 240 mld euro rocznie.
- Zagrożenia psychospołeczne mogą podlegać takiej samej systematycznej diagnozie i kontroli jak inne zagrożenia dla bezpieczeństwa i zdrowia pracowników.
- Warto kontrolować stres i zagrożenia psychospołeczne w pracy – korzyści dla firmy przeważają nad kosztami.

*Stres związany z pracą wynika z kwestii organizacyjnych, a nie jest winą pracownika.*

### Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia

**w Pracy (EU-OSHA)** stawia sobie za cel uczynienie Europy bezpieczniejszym, zdrowszym i wydajniejszym miejscem pracy. Agencja wyszukuje, opracowuje i upowszechnia rzetelne, wyważone i bezstronne informacje dotyczące bezpieczeństwa i zdrowia w pracy, a także organizuje ogólnoeuropejskie kampanie informacyjne poświęcone temu tematowi. EU-OSHA, ustanowiona przez Unię Europejską w 1996 r. z siedzibą w Bilbao (Hiszpania), skupia przedstawicieli Komisji Europejskiej, rządów państw członkowskich, organizacji pracodawców i pracowników oraz wiodących ekspertów ze wszystkich państw członkowskich UE i spoza niej.

Kampanię na rzecz zdrowych i bezpiecznych miejsc pracy wspierają prezydencje Rady UE, Parlament Europejski, Komisja Europejska oraz europejscy partnerzy społeczni, a na szczeblu krajowym koordynuje ją sieć krajowych punktów centralnych Agencji (*focal points*):

<http://www.healthy-workplaces.eu/en/about/focal-points>

***Koszty stresu związanego z pracą są wysokie zarówno dla przedsiębiorstw, jak i dla społeczeństw.***



### Europejska Agencja Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy

C/Santiago de Compostela 12  
48003 Bilbao, HISZPANIA  
e-mail: [information@osha.europa.eu](mailto:information@osha.europa.eu)  
[www.healthy-workplaces.eu](http://www.healthy-workplaces.eu)

doi:10.2802/6822 ISBN 978-92-9240-147-4

Bezpieczeństwo i zdrowie w pracy dotyczy każdego.  
Jest dobre dla ciebie. Dobre dla firmy.

**Stres w pracy?**

**Nie, dziękuję!**

[www.healthy-workplaces.eu](http://www.healthy-workplaces.eu)

#EUMangeStress





© Shutterstock, Inc./Andres



© EU-OSHA/Emmanuel Biard

## Kampania

**Stres jest w Europie drugim najczęściej wskazywanym powodem problemów zdrowotnych związanych z pracą. Uważa się, że wraz z innymi zagrożeniami psychospołecznymi odpowiada za ponad połowę (50–60%) wszystkich utraconych dni pracy. Nieodpowiednie warunki psychospołeczne w środowisku pracy mogą zaś negatywnie odbijać się na zdrowiu pracowników.**

Głównym celem kampanii jest promowanie zarządzania stresem i zagrożeniami psychospołecznymi związanymi z pracą, a tym samym zapobieganie negatywnym skutkom, jakie niosą ze sobą dla pracowników, pracodawców, a w dłuższej perspektywie również dla gospodarki. Skuteczna kontrola zagrożeń psychospołecznych prowadzi do stworzenia środowiska pracy, w którym pracownicy są zdrowsi, a kultura bezpieczeństwa pracy ma wysoki poziom, co przekłada się na lepsze wyniki firmy.

Zagrożenia psychospołeczne występują w każdym miejscu pracy, ale nawet dysponując ograniczonymi zasobami, można je skutecznie kontrolować. Kampania zapewnia pracownikom i pracodawcom wsparcie i doradztwo w zakresie zarządzania stresem i zagrożeniami psychospołecznymi związanymi z pracą oraz promuje stosowanie do tego celu praktycznych, przyjaznych użytkownikowi narzędzi.

„Stres w pracy? Nie, dziękuję!” to ogólnoeuropejska kampania koordynowana przez Europejską Agencję Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy (EU-OSHA). Kampanie na rzecz zdrowego i bezpiecznego miejsca pracy są największymi tego typu przedsięwzięciami na świecie – inicjują zmiany w postrzeganiu kwestii dotyczących zdrowia i bezpieczeństwa pracy oraz wpływają na ich poprawę.

**Zdrowi pracownicy są warunkiem sukcesu firmy**

### Kto może wziąć udział w kampanii?

W kampanii „Stres w pracy? Nie, dziękuję!” mogą wziąć udział wszystkie organizacje i osoby indywidualne na szczeblu lokalnym, krajowym i europejskim. Uczestnikami mogą być:

- pracodawcy z sektora publicznego i prywatnego,
- menedżerowie, przełożeni i pracownicy,
- specjaliści ds. bhp i przedstawiciele związków zawodowych,
- wszystkie organizacje i osoby zajmujące się i zainteresowane poprawą bezpieczeństwa pracy.

### Jak można wziąć udział w kampanii?

W kampanii na rzecz zdrowych i bezpiecznych miejsc pracy, realizowanej w latach 2014–2015, można wziąć udział:

- publikując i upowszechniając materiały kampanii, po to by podnosić świadomość w zakresie bezpieczeństwa pracy (materiały można pobrać ze strony internetowej kampanii): [www.healthy-workplaces.eu](http://www.healthy-workplaces.eu)
- organizując takie przedsięwzięcia, jak konferencje, seminaria czy warsztaty,
- stosując i promując praktyczne narzędzia do zarządzania stresem i zagrożeniami psychospołecznymi związanymi z pracą,
- biorąc udział w Europejskim Konkursie Dobrych Praktyk, w ramach którego organizacje nagradzane są za działania na rzecz kształtowania i promowania bezpieczeństwa i zdrowia w pracy,
- angażując się w Europejskie Tygodnie Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy, które zaplanowano na październik 2014 i 2015 r.,
- uzyskując oficjalny status partnera kampanii na poziomie ogólnoeuropejskim lub krajowym.

**Współpracując ze sobą, pracodawcy, menedżerowie i pracownicy mogą przeciwdziałać stresowi zawodowemu i zagrożeniom psychospołecznym, z korzyścią dla wszystkich zainteresowanych stron.**



## Kalendarium wydarzeń kampanii

- Rozpoczęcie kampanii: kwiecień 2014 r.
- Europejskie Tygodnie Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy: październik 2014 i 2015 r.
- Ceremonia rozdania nagród w Konkursie Dobrych Praktyk: kwiecień 2015 r.
- Konferencja podsumowująca kampanię „Zdrowe i bezpieczne miejsce pracy”: listopad 2015 r.

[www.healthy-workplaces.eu](http://www.healthy-workplaces.eu)

