

Projekt Zagri život, istraživanje 2017.

Ovim istraživanjem ispitana je razina stresa na radnom mjestu u sklopu projekta Zagri život koji ima za cilj skretanje pozornost na važnost prevencije stresa u suvremenom društvu kako bi se zaštitilo i unaprijedilo mentalno zdravlje pojedinca. U istraživanju je sudjelovalo 11 odgojno-obrazovnih, socijalnih i zdravstvenih institucija/ustanova/sluzbi, od toga 2 osnovne (OŠ Tučepi i OŠ Stjepana Ivičevića Makarska) i 2 srednje škole (Turističko- ugostiteljska škola Split i Škola likovnih umjetnosti Split) i jedna zdravstvena ustanova NZJZ Splitsko-dalmatinske županije (Služba za mentalno zdravlje, Služba za školsku i adolescentnu medicinu, Služba za zdravstvenu ekologiju, Služba za epidemiologiju kroničnih bolesti, Služba za mikrobiologiju) i 2 institucije za rad s osobama s teškoćama (COO Slava Raškaj Split i COO Juraj Bonači). Službe NZJZ-a koje nisu sudjelovale u istraživanju su: Epidemiologija zaraznih bolesti, Služba za zajedničke poslove i Služba za javno zdravstvo. Provedeni upitnik namijenjen je u prvom redu *individualnoj* samo procjeni razine stresa na skali od 1-5 (1 - nikada, 2- rijetko, 3- povremeno, 4 - često, 5 - uvijek), te su ispitanici/-ice po završetku ispunjavanja upitnika imali uvid u to je li im razina stresa na radnom mjestu *niska, srednja ili visoka* kao i to u kojem od ispitivanih područja doživljavaju najveću razinu stresa. U ovom istraživanju stres na radnom mjestu operacionaliziran je kroz 11 područja s ukupno 55 pitanja: (kategorije označenim crvenom bojom predstavljaju izvor stresa za najveći broj ispitanika/-ica)

1. Neslaganje i neodlučnost na poslu
2. Pritisak na poslu
3. Proturječnosti u obavljanju poslova
4. Komunikacija i podrška nadređenih
5. Zabrinutost za zdravlje u vezi s radom
6. Preveliko radno opterećenje
7. Premalo radno opterećenje
8. Dosada na poslu
9. Nesigurnost posla
10. Vremenski rokovi/pritisci
11. Zapreke na poslu

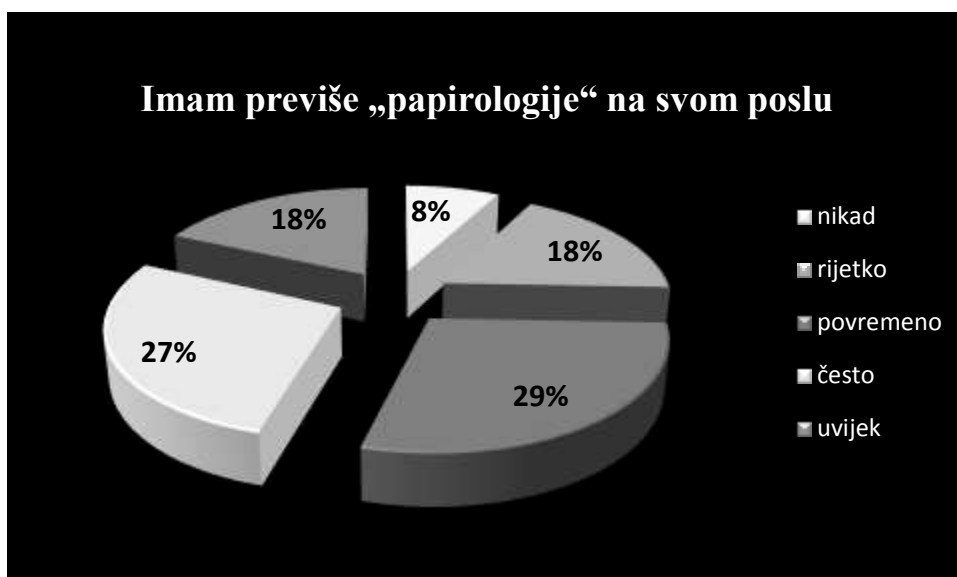
Iako je upitnik konstruiran u prvom redu za individualnu procjenu, napravljena je i grupna obrada podataka kako bi se vidjelo koja su područja radnog okruženja mogući najveći izvor stresa. Tako su podaci obrađeni (1) ukupno za sve institucije/ustanove/sluzbe, (2) po

područjima djelovanja institucija/ustanova/sluzbi te (3) pojedinačno po ustanovama/institucijama/sluzbama.

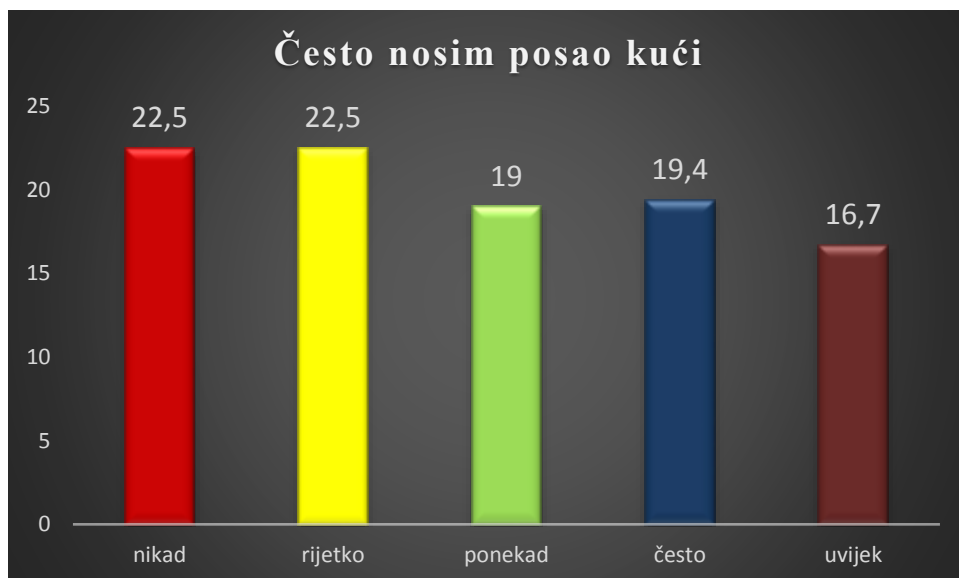
Rezultati su pokazali da u institucijama/ustanovama/sluzbama uključenim u istraživanje generalno nije prisutna visoka razina stresa na radnom mjestu. Odnosno ispitanike/ce možemo smjestiti u **srednju razinu stresa** zato što su dobiveni odgovori su u najvećoj mjeri grupirani oko kategorija *nikad*, *rijetko* ili *ponekad* što okvirno predstavlja srednju razinu stresa, dok je tek nekoliko područja *često* ili *uvijek* izvor stresa i to ne u postotku većem od **23%** od ukupnog broja ispitanika/ca).

Ispitanici/ce navode „*pritisak na poslu*“ kao izvor stresa i to ponajviše zbog (1) istovremenog obavljanja nekoliko poslova (često ili uvijek 38%), zbog potrebnog (2) brzog obavljanja pojedinih poslova (povremeno ili uvijek, 52%) i (3) prevelike količine „*papirologije*“ na radnom mjestu (često ili uvijek 45%).





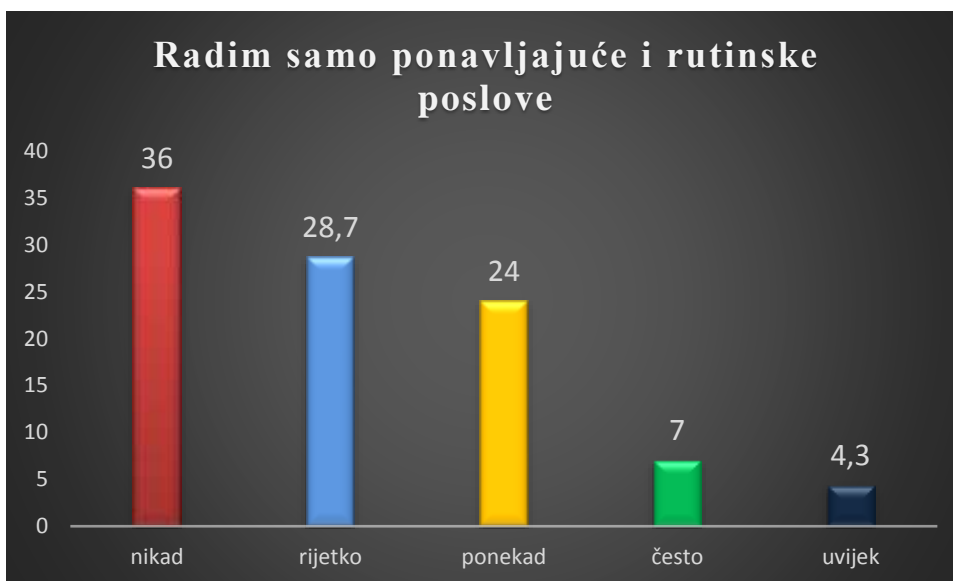
Sljedeća kategorija koja se izdvaja je „preveliko radno opterećenje“. Naime, samo 22% ispitanika/-ica nikada *ne nosi posao kući* dok ih oko 40% to radi često ili uvijek.



Dakle, s jedne strane ispitanici osjećaju prevelik pritisak na radnom mjestu zbog previše posla, papirologije, obavljanja više poslova odjednom, a s druge strane imaju *malu mogućnost za napredovanjem* (30% često ili uvijek), što zasigurno stvara određenu frustraciju ili nezadovoljstvo, odnosno izvor stresa.

Nadalje, (1) ponavljajući i rutinski poslovi, (2) činjenica da ne uče ništa novo na poslu te (3) to što ne vide krajnji rezultat svog posla za oko četvrtinu (povremeno) predstavlja izvor stresa.





Vremenski rokovi i pritisci zaposlenicima/icama ne predstavljaju problem, osim *prebrzog ritma rada* koji za nešto manje od polovine ispitanih najmanje povremeno predstavlja izvor stresa, što bi se moglo svrstati i pod kategoriju pritisak na poslu, koja se među kategorijama već istaknula kao izvor stresa.

A od svih ispitivanih potencijalnih izvora stresa na radnom mjestu – **ograničena mogućnost za napredovanje i povišicu** u kategoriji zapreke na poslu, predstavlja najveći izvor stresa, povremeno za 20% te često ili uvijek za oko 40%.



U spomenutoj kategoriji još se može istaknuti 30% ispitanika za koje je povremeno izvor stresa to što njihov posao ostaje nezapažen.

S druge strane, važno je naglasiti da značajan broj promatranih područja velikom broju ispitanika/ica ne predstavlja *nikakav* stres.

Ta područja su:

1. odnos s kolegama i nadređenima
2. proturječnosti u obavljanju poslova
3. komunikacija i podrška nadređenih
4. zabrinutost za zdravlje u vezi s radom.

Ispitanici/-ice iskazuju zadovoljstvo po pitanju odnosa s kolegama i nadređenima. Naime, 81% ispitanih uvijek ili često ima priliku razgovarati s nadređenima te 85% šef/ica nikada ili tek rijetko kritiziraju. Nadalje, *razilaženje u idejama o provođenju određenih poslova između ispitanika/ca i njihovih nadređenih* povremeno predstavlja izvor stresa za 31,8% ispitanih.

Što se tiče odnosa s kolegama, 72% ispitanih svoje kolege često ili uvijek smatra učinkovitima, te 93% ispitanih nije nikada/rijetko doživjelo neugodne prijetnje kolega/ica. *Proturječnosti u obavljanu poslova* kao što su: (1) ne dobivanje dovoljno informacija za uspješno obavljanje posla, (2) nedostatak ovlasti za uspješno izvršavanje radnih zadataka, (3) nelagoda u slučaju obavljanja radnih zadaća suprotno uvjerenjima tek za oko četvrtinu ispitanih tek povremeno predstavlja izvor stresa.

Naposljetku, većina ispitanika/ica smatra da uvjeti rada ne ugrožavaju njihovo zdravlje, ipak, nezanemariva petina (22%) smatra da je često ili uvijek na radnom mjestu vlada nedovoljna briga za zdravlje i sigurnost.



Nadalje, odlazak na bolovanje u ispitanim institucijama/ustanovama/službama prema mišljenjima (61%) ispitanika se ne smatra nepoželjnim. Stoga možemo reći da kategorija zabrinutosti za zdravlje u vezi s radom ne predstavlja velik izvor stresa većini ispitanika/ica.

Prilikom interpretacije dobivenih podataka važno je imati u vidu da su ispitanici/-ice zaposlenici u državnim službama što im osigurava sigurne radne uvjete što automatski utječe nanižu razinu stresa na radnom mjestu. Stoga se *nesigurnost posla* se ne ističe kao kategorija koja potencijalno uzrokuje stres tako se većina ispitanih (86,4%) *ne boji otkaza* ali ih s druge strane njih 37% brine *niska mirovina (često ili uvijek 37%)* te njih 31% *egzistencija zbog male plaće*.





Ipak, određeni podaci ukazuju na dvojnosti koje se uočavaju u kategoriji *nesigurnost na poslu* i to na pitanju zabrinutost za budućnost zbog niske mirovine i za zabrinutost za egzistenciju zbog niske plaće. Prilikom interpretacije dobivenih podataka potrebno je uzeti u obzir organizacijske, društvene i osobne izvore stresa. U istraživanju fokus je bio na organizacijskim i društvenim izvorima zbog mogućnosti preciznijeg mjerenja indikatora stresa u tim izvorima nego što je to slučaj u društvu u cjelini. Ipak, prilikom interpretacije potrebno je imati u vidu i društvenu razinu. Stoga se uočene kontradiktornosti potencijalno mogu objasniti činjenicom da spomenute dvojnosti (činjenica da zaposlenici uživaju određenu sigurnost rada u državnim službama, a s druge strane zabrinuti su za budućnost, konkretnije, nisku mirovinu i egzistenciju zbog niske plaće) moguće nadilaze organizacijske okvire kao izvor stresa i rezultat su društvene klime i zbivanja u hrvatskom društvu u cjelini.

Iz svega navedenog, vidljivo je kako radno okruženje analiziranih službi/institucija/ustanova pretežno nije izvor visoke razine stresa iako postoje određena područja koja ostavljaju prostora za poboljšanje organizacijskih strategija ali i razvijanje osobnih strategija upravljanja stresom. Presjek navedenih podataka upućuje na potrebu za dodatnim istraživanjem osobnih i organizacijskih strategija upravljanja stresom na radnom mjestu što zahtijeva procjenu parametara kvalitete i učinkovitosti obavljanja radnih zadataka kako bih se mogli stimulirati ili sankcionirati po dobivenim parametrima kako ne bi mogućnosti za napredovanje i povišicu bile ograničene, odnosno predstavljale velik izvor stresa, što je dobiveno u kategoriji zapreke na poslu. Što se tiče osobnih strategija upravljanja stresom

potrebno bi bilo istražiti ih detaljnije zato što dobiveni podaci ostavljaju dojam o razvijenim mehanizmima obrane kao osobnoj strategiji upravljanja stresom. Ispitanici/ce moguće ne prepoznaju dugoročne posljedice stresa te negiraju i izoliraju izvore stresa i zauzimaju ravnodušan pristup istom, s jedne strane prihvaćanjem postojeće situacije, s druge negiranjem postojanja stresa (u nekim područjima) uopće.

Tablica 1. Popis službi/institucija/ustanova koje su sudjelovale u istraživanju

<i>Ime službe</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
Epidemiologija kroničnih bolesti	7	2,7
Služba za mentalno zdravlje	10	3,9
COO Juraj Bonači	28	10,9
Škola likovnih umjetnosti Split	37	14,3
Služba za mikrobiologiju	16	6,2
Turističko ugostiteljska škola Split	49	19,0
OŠ Stjepana Ivčevića –Makarska	45	17,4
Školska i adolescentska medicina	15	5,8
COO Slava Raškaj	22	8,5
Služba za zdravstvenu ekologiju	16	6,2
OŠ Tučepi	13	5,0
<i>Ukupno</i>	258	100

Tablica 2. Službe/institucije/ustanove grupirane po područjima djelovanja

<i>Područje djelovanja</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
Školstvo	148	57,4
Socijalne službe	50	19,4
Javno zdravstvo	60	23,3
<i>Ukupno</i>	258	100

Tablica 3. Neslaganje i neodlučnost na poslu

<i>Neslaganje i neodlučnost na poslu</i>	<i>nikada</i>		<i>rijetko</i>		<i>povremeno</i>		<i>često</i>		<i>uvijek</i>	
	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
nisam siguran što kolege od mene očekuju	59	22,9	117	45,3	67	26,0	12	4,7	3	1,2
kolege na poslu imaju negativan odnos prema meni	91	35,3	130	50,4	31	12,0	6	2,3	/	/
ne slažem se s uputama poslodavca o načinu na koji trebam obavljati zadane poslove	64	24,8	105	40,7	70	27,1	16	6,2	3	1,2

ne mogu ispuniti proturječne zahtjeve svojih nadređenih za određeni posao	77	29,8	108	41,9	54	20,9	17	6,6	2	0,8
imam problema kad odbijam raditi prekovremeno	200	77,5	44	17,1	7	2,7	4	1,6	3	1,2
<i>Ukupno</i>	258	100	258	100	258	100	258	100	258	100

Tablica 4. *Pritisak na poslu*

<i>Pritisak na poslu</i>	<i>nikada</i>		<i>rijetko</i>		<i>povremeno</i>		<i>često</i>		<i>uvijek</i>	
	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
istovremeno moram obavljati nekoliko poslova	31	12,0	54	20,9	73	28,3	61	23,6	39	15,1
nadređeni me previše kontroliraju pri obavljanju poslova	93	36,0	128	49,6	23	8,9	9	3,5	5	1,9
moj posao previše utječe na moj privatni život	42	16,3	78	30,2	67	26,0	50	19,4	21	8,1
obavljam poslove koji se moraju obaviti na brzinu	36	14,0	73	28,3	93	36,0	42	16,3	14	5,4
imam previše „papirologije“ na svom poslu	20	7,8	46	17,8	74	28,7	71	27,5	47	18,2
<i>Ukupno</i>	258	100	258	100	258	100	258	100	258	100

Tablica 5. *Proturječnosti u obavljanju poslova*

<i>Proturječnosti u obavljanju poslova</i>	<i>nikada</i>		<i>rijetko</i>		<i>povremeno</i>		<i>često</i>		<i>uvijek</i>	
	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
nisam siguran/na što su moji radni zadaci i odgovornosti	102	39,5	104	40,3	34	13,2	14	5,4	4	1,6
nameću mi previše timskog rada	93	36,0	109	42,2	42	16,3	9	3,5	5	1,9
ne dobivam dovoljno informacija za uspješno obavljanje posla	45	17,4	107	41,5	73	28,3	22	8,5	11	4,3

nemam dovoljno ovlasti za uspješno izvršavanje radnih zadataka	74	28,7	88	34,1	58	22,5	28	10,9	10	3,9
osjećam nelagodu kada moram obavljati radne zadatke suprotno uvjerenjima	57	22,1	75	29,1	66	25,6	21	8,1	39	15,1
<i>Ukupno</i>	258	100	258	100	258	100	258	100	258	100

Tablica 6. *Komunikacija i podrška nadređenih*

<i>Komunikacija i podrška nadređenih</i>	<i>nikada</i>		<i>rijetko</i>		<i>povremeno</i>		<i>često</i>		<i>uvijek</i>	
	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
moje ideje o načinu i provođenju poslova razlikuju se od ideja nadređenih	39	15,1	105	40,7	82	31,8	28	10,9	4	1,6
nemam priliku razgovarati s nadređenima	157	60,9	53	20,5	31	12,0	11	4,3	6	2,3
ne mogu predvidjeti reakcije svojih nadređenih	73	28,3	112	43,4	55	21,3	14	5,4	4	1,6
nadređeni mi daju premalo povratnih informacija o tome kako obavljam svoje poslove	62	24,0	88	34,1	68	26,4	27	10,5	13	5,0
nadređeni me previše kritizira	138	53,5	83	32,2	28	10,9	5	1,9	4	1,6
<i>Ukupno</i>	258	100	258	100	258	100	258	100	258	100

Tablica 7. *Zabrinutost za zdravlje u vezi s radom*

<i>Zabrinutost za zdravlje u vezi s radom</i>	<i>nikada</i>		<i>rijetko</i>		<i>povremeno</i>		<i>često</i>		<i>uvijek</i>	
	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
nedovoljna briga za zdravlje i sigurnost na radu	84	32,6	71	27,5	44	17,1	41	15,9	18	7,0
povećan je rizik od fizikalnih štetnosti, ali to nikoga ne brine	117	45,3	59	22,9	46	16,7	23	8,9	16	6,2

obavljanje teških fizičkih poslova na neprimjeren način	179	69,4	42	16,3	17	6,6	12	4,7	8	3,1
neugodne prijetnje kolega	207	80,2	34	13,2	10	3,9	6	2,3	1	0,4
nepoželjno je ići na bolovanje	159	61,6	44	17,1	26	10,1	16	6,2	13	5,0
<i>Ukupno</i>	258	100	258	100	258	100	258	100	258	100

Tablica 8. *Preveliko radno opterećenje*

<i>Preveliko radno opterećenje</i>	<i>nikada</i>		<i>rijetko</i>		<i>povremeno</i>		<i>često</i>		<i>uvijek</i>	
	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
ne stižem se savjetovati s kolegama	95	36,8	83	32,2	69	26,7	9	3,5	2	0,8
kolege su neučinkoviti	101	39,1	87	33,7	52	20,2	13	5,0	5	1,9
često nosim posao kući	58	22,5	58	22,5	49	19,0	50	19,4	46	16,7
odgovoran sam za prevelik broj ljudi i radnih zadataka	86	33,3	67	26,0	49	19,0	39	15,1	17	6,6
nemam pomoć kad mi zatreba	95	36,8	87	33,7	46	17,8	22	8,5	8	3,1
<i>Ukupno</i>	258	100	258	100	258	100	258	100	258	100

Tablica 9. *Premalo radno opterećenje*

<i>Premalo radno opterećenje</i>	<i>nikada</i>		<i>rijetko</i>		<i>povremeno</i>		<i>često</i>		<i>uvijek</i>	
	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
imam premalo odgovornosti na poslu	164	63,6	67	26,0	22	8,5	3	1,2	2	0,8
previše sam kvalificiran za posao koji obavljam	129	50,0	50	19,4	40	15,5	29	11,2	10	3,9
malá je šansa za napredovanjem	63	24,4	56	21,7	58	22,5	38	14,7	43	16,7
trudim se "djelovati" zaposlano	117	68,6	50	19,4	11	4,3	14	5,4	6	2,3
nisam potican raditi više	101	39,1	70	27,1	55	21,3	19	7,4	13	5,0
<i>Ukupno</i>	258	100	258	100	258	100	258	100	258	100

Tablica 10. *Dosada na poslu*

<i>Dosada na poslu</i>	<i>nikada</i>		<i>rijetko</i>		<i>povremeno</i>		<i>često</i>		<i>uvijek</i>	
	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>

radim samo ponavljajuće i rutinske poslove	91	35,3	65	25,5	64	24,8	23	8,9	15	5,8
ne učim ništa novo na poslu	93	36,0	74	28,7	62	24,0	18	7,0	11	4,3
ne vidim krajnji rezultat svojega truda	91	35,3	69	26,7	66	25,6	25	9,7	7	2,7
posao mi je prelagan	150	58,1	68	26,7	29	11,2	5	1,9	5	1,9
često sanjarim na poslu	207	80,2	38	14,7	7	2,7	5	1,9	1	0,4
<i>Ukupno</i>	258	100	258	100	258	100	258	100	258	100

Tablica 11. Nesigurnost posla

<i>Nesigurnost posla</i>	<i>nikada</i>		<i>rijetko</i>		<i>povremeno</i>		<i>često</i>		<i>uvijek</i>	
	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
bojim se da ću dobiti otkaz	151	58,5	72	27,9	22	8,5	6	2,6	7	2,7
brinem zbog niske mirovine	58	22,5	47	18,2	55	21,3	52	20,2	46	17,8
zabrinut/a sam za egzistenciju zbog male plaće	68	26,4	52	20,2	57	22,1	44	17,1	37	14,3
kod mog poslodavca je za napredovanje potrebna veza	134	51,9	50	19,4	30	11,6	17	6,6	27	10,5
bojim se otkaza bez opravdanog razloga	171	66,3	51	19,8	18	7,0	11	4,3	7	2,7
<i>Ukupno</i>	258	100	258	100	258	100	258	100	258	100

Tablica 12. Vremenski rokovi/pritisци

<i>Vremenski rokovi/pritisци</i>	<i>nikada</i>		<i>rijetko</i>		<i>povremeno</i>		<i>često</i>		<i>uvijek</i>	
	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
stalno me podsjećaju na rokove u kojima moram završiti poslove	77	29,8	103	39,9	50	19,4	16	6,2	12	4,7
radno vrijeme je fiksno pa ne mogu završiti poslove	136	52,7	74	28,7	28	10,9	13	5,0	7	2,7
zbog jednoličnog posla često kasnim s rokovima	167	64,7	69	26,7	15	5,8	5	1,9	2	0,8
nema dovoljno pauza za obrok ili odmor	113	43,8	66	25,6	36	14,0	25	9,7	18	7,0
ritam rada je prebrz	70	27,1	68	26,4	71	27,5	32	12,4	17	6,6
<i>Ukupno</i>	258	100	258	100	258	100	258	100	258	100

Tablica 13. Zapreke na poslu

<i>Zapreke na poslu</i>	<i>nikada</i>	<i>rijetko</i>	<i>povremeno</i>	<i>često</i>	<i>uvijek</i>
-------------------------	---------------	----------------	------------------	--------------	---------------

	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
ograničena je mogućnost za napredovanje i povišicu	43	16,7	45	17,4	55	21,3	54	20,9	61	23,6
na poslu postoji spolna/dobna diskriminacija	193	74,8	37	14,3	16	6,2	8	3,1	4	1,6
nisam prikladan za posao koji obavljam (školska sprema, radne vještine, fizičke i psihičke karakteristike)	200	77,5	35	13,6	15	5,8	3	1,2	5	1,9
posao mi osobno ništa ne znači	194	75,2	39	15,1	17	6,6	3	1,2	5	1,9
moj posao ostaje nezapažen	76	29,5	71	27,5	77	29,8	28	10,9	6	2,3
<i>Ukupno</i>	258	100	258	100	258	100	258	100	258	100