

Vaimse tervise raport 2020

HeBA

HeBA kliiniku partnerettevõtete töötajate tervisemonitooringu tulemused - 2000 töötaja terviseküsimustiku vastused 2020. aasta vältel

2020. aasta oli erakordne. Viimastel aastakümnetel ei ole ükski ülemaailmne sündmus nii ulatuslikult nagu COVID-pandeemia mõjutanud ettevõtete käekäiku ja inimeste elu- ning töökorraldust.¹ Kõigile jagus väljakutseid ja proovikivisid.

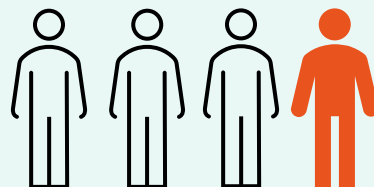
Meile on ettevõtete tervisepartnerina väga oluline, et inimesed naudiksid oma tööd, oleksid terved ja rahulolevad. Oleme koostöö käigus näinud, et ettevõtted peavad suureks väärtuseks neid käsitlusviise, mis toetavad töötajate head tervist ja kaitsevad läbipõlemise või teiste soovimatute tagajärgede eest. 2020. aasta vaimse tervise raport loob pildi HeBA partnerettevõtete töötajate vaimset tervist ja tööheaolu väljendavatest näitajatest kogu aasta vältel – et näha, mis on saavutatud ja näha, kuhu liikuda.

HeBA partnerettevõtete töötajatel on väga suur rahulolu ja motivatsioon oma töö suhtes

94 % töörahulolu
97 % töömotivatsioon
91 % hea töövõime

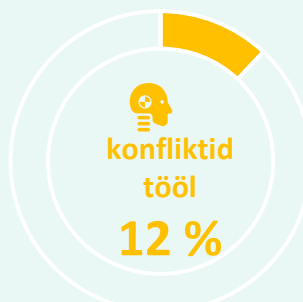
Tööstress

28%



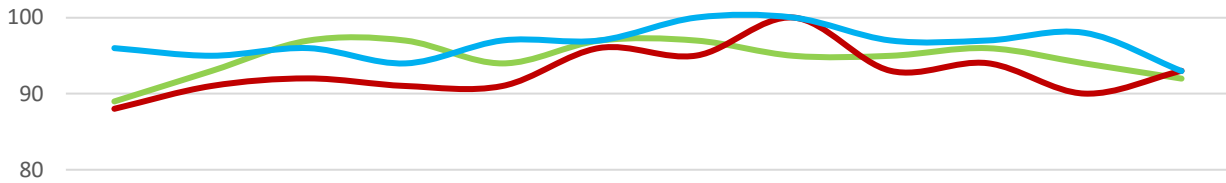
Tööstress on väga levinud
Püsib Eestis 10 aastat sarnasel tasemel²

Igas ettevõttes on vaimse tervise riske, mida tasub jälgida ja aktiivselt juhtida

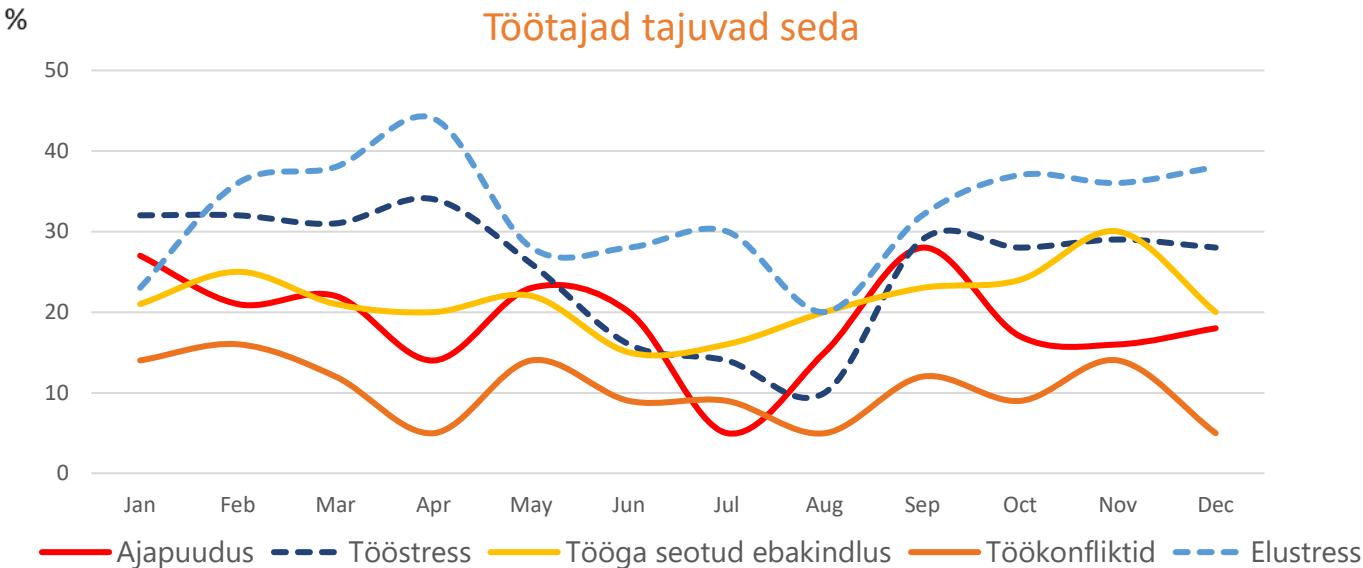


Mis toimus aastal 2020?

Tööga rahulolu Väärtustatud Töömotivatsioon



Head tööandjad toetavad töötajaid keerulisel ajal
Töötajad tajuvad seda



Keskmine **tööstressi** tase oli 2009. aastal Eestis 32%
Samaga numbriga algas 2020. aasta

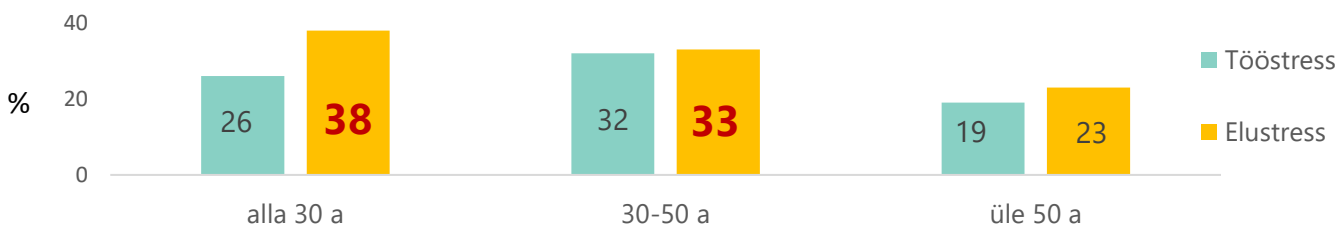
Ajapuudus, ebakindlus ja töökonfliktid liiguvad sünkroonselt

Pandeemia suurendas nn **elustressi 2 x**
Stressitase muutus piirangutega samas rütmis

Stressi põhjused võivad olla nii tööl kui kodus – töösooritust mõjutavad mõlemad

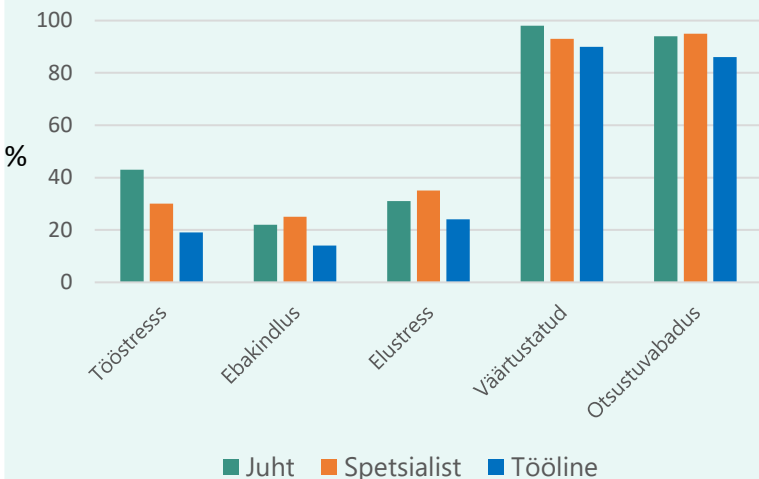
Tööandja saab mõjutada tööstressi ning arvestada elustressiga

Noored teadvustavad elustressi, keskealised tööstressi (%)

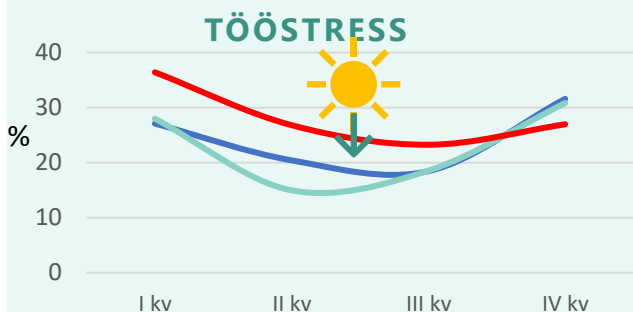


Vaimne tervis eri ametites ja sektorites

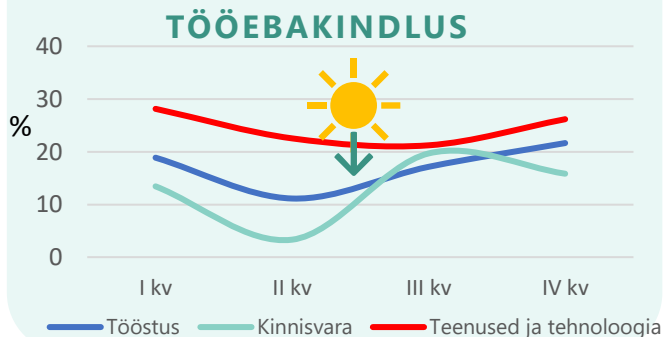
AMETITE ERINEVUSED



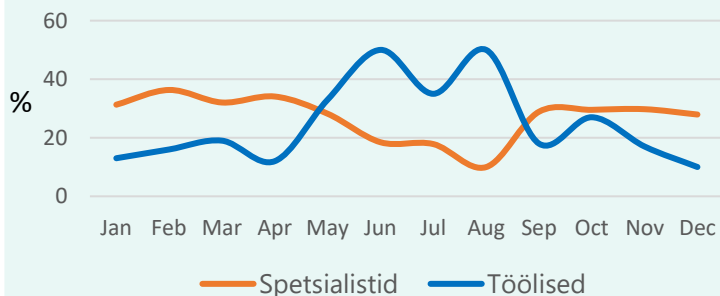
Tööstressi ja tööga seotud ebakindlust – oskuste, hakkamasaamise, töökoha püsivuse osas – tajutakse enim nõ **mittetootvas sektoris**: teenused, tehnoloogia, haridus, meditsiin



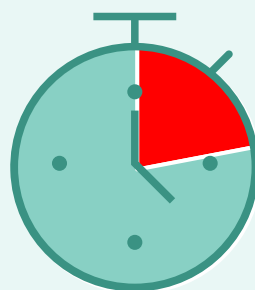
Tööstressi kõrval tuleb jälgida ka teisi (töö)elukvaliteedi näitajaid **Spetsialistid ehk "valgekraed" on enim läbipõlemise ohus - suurem tajutav elustress, ebakindlus ning väärtustatuse küsimus**



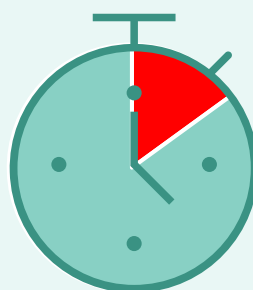
2020.A ERIPÄRA: SUVINE TÖÖSTRESS



AJAPUUDUS on suurim tööandja poolt mõjutatav tööstressi allikas



Muud sektorid
22%



Tööstus
15%

Töökorralduse muutused mõjuvad erinevalt Koroonakriis tingis paljudes ettevõtetes puhkuste "sunnitud" kasutamise kevadel, mistõttu töötamise vajadus suvel oli tavapärasest suurem Raskemad töötingimused suvel koos väiksema otsustusvabadusega oma töö aja ja koha üle suurendasid näiteks tööliste hulgas teistega võrreldes tööstressi

Väljakutse 2021. aastaks

TÖÖSTUS

MUUD
SEKTORID

13 %

5 %

vähe väärtustatud

↑ väärtustatum tunne



↑ töömotivatsioon

Oluline väljakutse 2021. aastaks: tööga seotud ebakindluse vähendamine:

- oma töötajatele kommunikatsioon ettevõtte plaanidest ja tulevikust
- töötaja oskuste ja eelduste kokkuviimine

Ärevad ja pingelised ajad nõuavad juhtidelt tugevust olla töötajatele toeks. Millist tuge töötajad ootavad?³

1

Küsi, kuidas töötajal läheb. 3 töötajat 5-st ootavad seda.

Töötajad soovivad huvi ülesnäitamist **vahetu juhi** või **töökaaslaste** poolt enam, kui alluvate, personalijuhi või ettevõtte juhi poolt.

2

Kuula töötajat. Inimesed ei ootagi alati lahendust vaid pigem mõistmist.

3

Ole järjepidev – 90% töötajatest soovib iganädalast kommunikatsiooni ettevõtte poolt.

4

„Hoia silm peal“ – jälgi stressinäitajaid – üksustes, meeskondades. Nii saad õigel ajal lahendusi pakkuda.

5

Paku ettevõtte poolt võimalusi ja kontakte saada professionaalset vaimse tervise tuge.

3. How CEOs can support employee mental health in a crisis. R Smith. Harvard Business Review, 2020