

**28 апреля 2016 год Всемирный день охраны труда**

## **«Стресс на рабочем месте: коллективный вызов»**

Международная организация здоровья причисляет стресс к главным заболеваниям, угрожающим здоровью человека в нынешнем веке. Все больше работников подвергаются воздействию психосоциальных рисков, возникающих в организации труда и в трудовых отношениях из-за усиления напряженности современной трудовой жизни. Последствием таких рисков являются производственный стресс, чувство беспокойства и тревоги, депрессия и другие нарушения психического здоровья.



**Педагогические работники** в наибольшей степени подвержены профессиональному стрессу, который может принести ущерб здоровью не только самому учителю, но и нанести вред ученикам, а также поставить под угрозу качество и эффективность образовательного процесса.

Изучение особенностей профессиональной деятельности педагогов свидетельствует о том, что в качестве негативных факторов, кроме превышения рабочего времени (36 часов в неделю), имеют место такие, как высокое нервно-психическое напряжение, длительное вынужденное положение тела, интенсивная голосовая нагрузка, значительное напряжение органов зрения и другие факторы.

Особое внимание обращает на себя внимание симптомы, характеризующие «эмоциональное выгорание», такие как головная боль (70,4%), раздражительность (56,3%), нарушение сна (50,5%), депрессивное состояние (48,1%), повышенное давление (47,3%). Наличие симптомов «эмоционального выгорания», негативные факторы профессиональной среды, конфликты на рабочем месте способствуют тому, что 72,3% педагогов отмечают сегодня ухудшение своего здоровья, 56,2% - ухудшение зрения, 49,8% - высокое артериальное давление, 74,8% - частые простудные и хронические заболевания. Это требует более серьезного отношения к сохранению здоровья учителей, преподавателей и поиску путей их оздоровления. По данным различных источников профессиональными заболеваниями голосового аппарата страдают от 32,6 до 53,2% преподавателей.



### **ПРОФКОМ! КОНТРОЛЬ!**

- ✓ Специальная оценка условий труда (СОУТ) на рабочих местах образовательных организаций.
- ✓ Обязательные медицинские осмотры работников организаций.

### **КОЛЛЕГИ!**

**Внимательно относитесь к своему здоровью!**

**Требуйте специальной оценки своих рабочих мест!**

**Не пренебрегайте медицинскими осмотрами!**

**Своевременно проходите обследование!**