

Kampanja za zdrava mjesta rada za razdoblje 2026. – 2028. „Zajedno za mentalno zdravlje na radu”

Marina Prelec, Ministarstvo rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike

Zagreb, 23. listopada 2026.

Ciljevi i svrha kampanje

Podizanje svijesti o:

- učinku **dobrog radnog okruženja na mentalno zdravlje i dobrobit**
- važnost **procjene, prevencije i upravljanja psihosocijalnim rizicima**.

Radi poticanja:

- **umrežavanja među dionicima**
- suradnje sa **svim partnerima na mjestu rada**
- Promicanja **poticajnog**, **uključivog** i **mentalno zdravog radnog okruženja**
- **povezivanja psihosocijalnih rizika sa širim postupcima u vezi sa** sigurnošću i zdravljem **na radu** kako bi se osigurao sveobuhvatan pristup.



Šira slika: perspektiva radnika

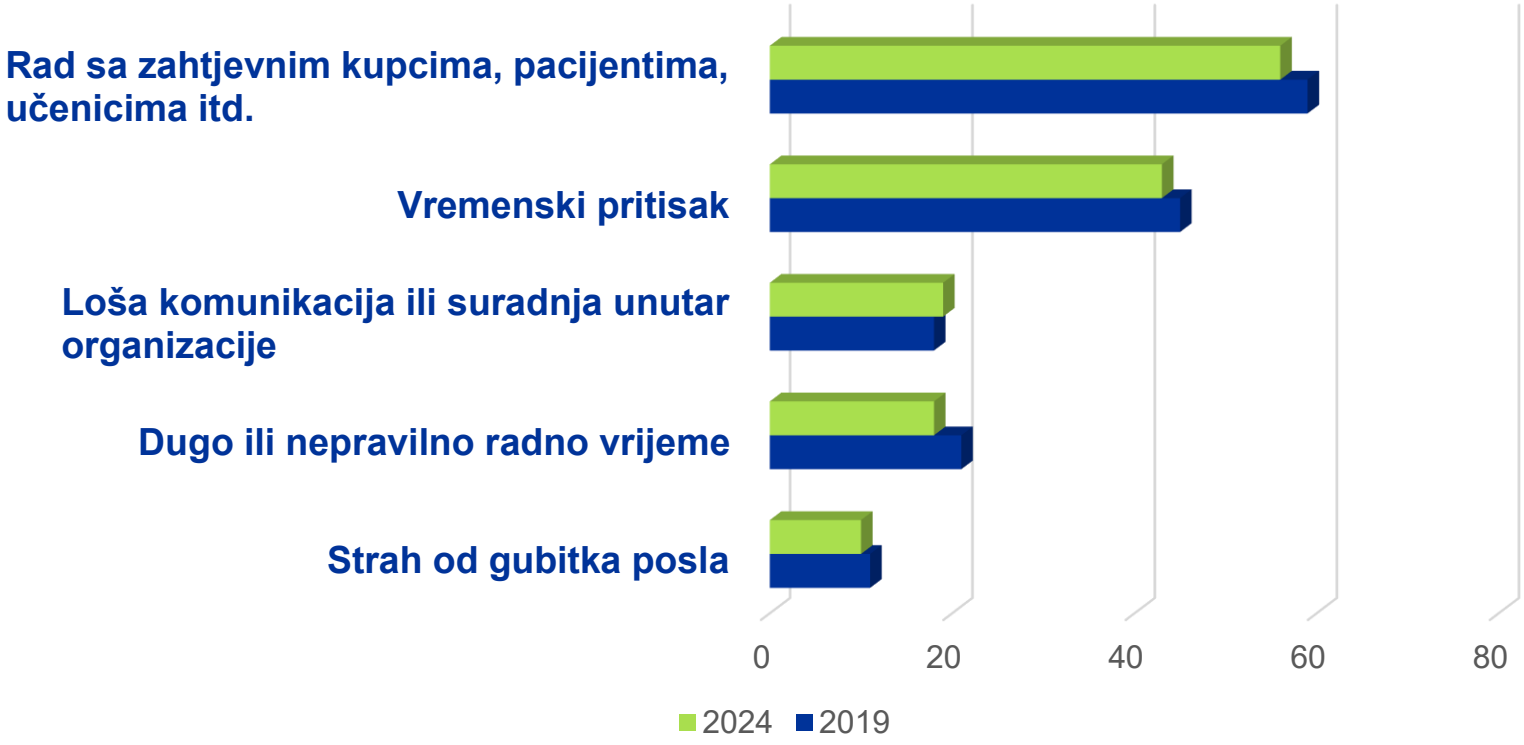
- Prema istraživanju OSH Pulse za 2025. **provedenom među radnicima,** više **od 4 na 10 radnika diljem EU-a (44 %)** izjavilo je da su izloženi **velikom vremenskom pritisku** ili **prevelikom radnom opterećenju.**

- **Mnogi radnici navode da posao negativno utječe na njihovo zdravlje:**
  - 37 % radnika osjeća opći umor.
  - 29 % radnika u EU-u pati od stresa, depresije ili tjeskobe.



Šira slika: perspektiva organizacija

Psihosocijalni rizici prisutni u organizacijama:



Izvor: ESENER iz 2024. – Osnova: Poslovni nastan u zemljama EU-27.

Plan djelovanja: pet prioritetnih područja kampanje

1. PRIORITETNO PODRUČJE: *veljača – svibanj 2027.*	**Procjena i upravljanje psihosocijalnim rizicima**
2. PRIORITETNO PODRUČJE: *lipanj – rujan 2027.*	**Maltretiranje, seksualno uznemiravanje i nasilje**
3. PRIORITETNO PODRUČJE: *listopad 2027. – siječanj 2028.*	**Fizički rizici i mentalno zdravlje**
4. PRIORITETNO PODRUČJE: *veljača – svibanj 2028.*	**Psihosocijalni rizici u sektoru zdravstva i socijalne skrbi**
5. PRIORITETNO PODRUČJE: *lipanj – rujan 2028.*	**Podrška mentalnom zdravlju na radu**



1. prioritet: Procjena i upravljanje psihosocijalnim rizicima -1-

Trenutačno stanje

- Poslodavci imaju **zakonsku obvezu zaštititi zdravlje radnika**, a to uključuje i **mentalno zdravlje**.
- Samo **39 % poduzeća** navodi da imaju **akcijski plan za borbu protiv stresa povezanog s radom**.
- Organizacije mogu prepoznati psihosocijalne rizike, ali često im **nedostaju** sustavne, formalizirane **mjere za njihovo učinkovito rješavanje**.
- Dokazi pokazuju da se razina osviještenosti i primjena **preventivnih mjera razlikuju među sektorima i zemljama**.



https://healthy-workplaces.osha.europa.eu

Zdrava mjesta rada

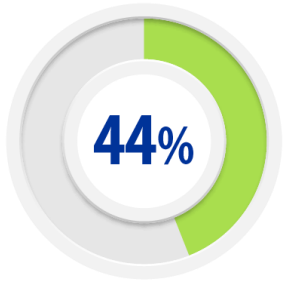
1. prioritet: Procjena i upravljanje psihosocijalnim rizicima -2-

Glavne poteškoće o kojima su izvijestila poduzeća u rješavanju psihosocijalnih rizika:





Nesklonost otvorenom razgovoru o tom pitanju



Nedostatak stručnosti ili podrške stručnjaka



Nedostatak osviještenosti o problemu među osobljem



Nedostatak osviještenosti o problemu među rukovodstvom

- Istraživanja pokazuju da se manja poduzeća psihosocijalnim rizicima češće bave na *ad hoc* način umjesto da primjenjuju strukturiran pristup.
- Međutim, postoje obećavajući pristupi nadležnih tijela i sektora kako bi se poduzećima pružila potpora u rješavanju psihosocijalnih rizika.

1. prioritet: Procjena i upravljanje psihosocijalnim rizicima -3-

Preventivne mjere

- **Procijeniti i upravljati psihosocijalnim rizicima u** okviru cjelokupnog procesa upravljanja rizicima u **području sigurnosti i zdravlja na radu**.
- Primjenjivati hijerarhiju **prevencije** i davati prednost mjerama kojima se otklanjaju uzroci rizika na samom izvoru.
- Osmisliti i **organizirati rad s izvedivim zahtjevima**, jasnim ulogama i odgovarajućim resursima.
- **Spriječiti nasilje**, uznemiravanje i drugo antisocijalno ponašanje.
- Osigurati **informacije, osposobljavanje** i **podršku**, uključujući mjere za smanjenje stigme vezane uz mentalno zdravlje.

Hijerarhija prevencije psihosocijalnih rizika na radu:



3 **Pojedinačne mjere kao krajnja mjera.**

2 **Organizacijske i tehničke mjere koje treba uspostaviti.**

1 **Prepoznati i eliminirati uzroke rizika na samom izvoru.**

2. prioritet: Maltretiranje, seksualno uznemiravanje i nasilje -1-

Žene češće prijavljuju neprimjereno društveno ponašanje na radu.

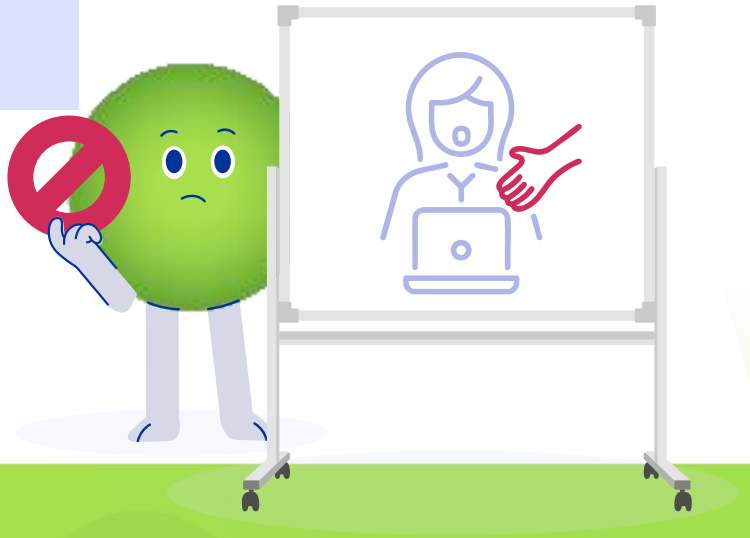


EU GENDER-BASED VIOLENCE SURVEY

eurostat

FRA EUROPEAN UNION AGENCY FOR FUNDAMENTAL RIGHTS

European Institute for Gender Equality



30,8 %

žena je tijekom života doživjelo **seksualno uznemiravanje na radu.**

4,3 %

žena je u **posljednjih 12 mjeseci doživjelo** seksualno uznemiravanje **na radu**.

7,4 %

žena je doživjelo **seksualno uznemiravanje muškog šefa/nadređene osobe**.

2. prioritet: Maltretiranje, seksualno uznemiravanje i nasilje -2-

Sudjelovanje i vodstvo radnika od ključne su važnosti.



Preventivne mjere

- Razjasnite što je prihvatljivo, a što nije.
- Razmotrite temeljne uzroke ili čimbenike koji tome doprinose.
- Omogućite radnicima da izraze svoje mišljenje ili prijave incidente na povjerljiv način.
- Pružite odgovore na pošten i dosljedan način.
- Planirajte strategije za smirivanje situacije i mogućnosti povlačenja kako bi se osoblje zaštitilo od nasilja trećih strana.

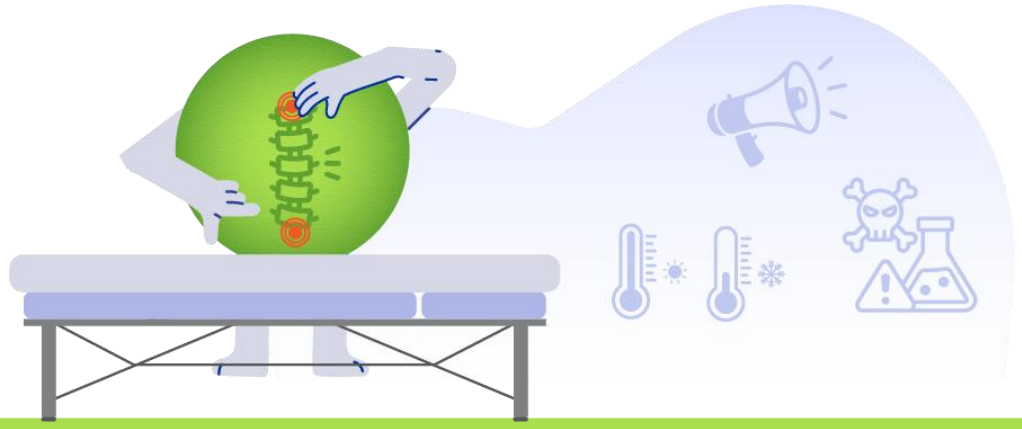
3. prioritet: Fizički rizici i mentalno zdravlje -1-

Trenutačno stanje

Kampanja će se usredotočiti na međusobnu povezanost psihosocijalnih rizika i:

- **fizičkog radnog opterećenja i mišićno-koštanih poremećaja**
- **čimbenika radnog okruženja** (npr. buka, temperatura, dizajn)
- **nesreća na radu** i **uspješnosti u zaštiti na radu**.

Fizički i psihosocijalni rizici zajednički utječu na mentalno zdravlje i sigurnost.





Europska agencija za sigurnost i zdravlje na radu

Zdrava mjesta rada

3. prioritet: Fizički rizici i mentalno zdravlje -2-

Kako riješiti problem kombinirane izloženosti?

- osiguravanjem cjelovitog pristupa prema sigurnosti i zdravlju na radu i **uključivanjem psihosocijalnih i fizičkih rizika**
- osiguravanjem **ciljane prevencije mišićno-koštanih poremećaja** i fizičkog opterećenja
- uzimanjem u obzir **utjecaja fizičkog radnog okruženja na dobrobit radnika**
- pružanjem posebne pozornosti sektorima visokog rizika **te ranjivim skupinama** u primjeni preventivnih pristupa.



Europska agencija za sigurnost i zdravlje na radu

Zdrava mjesta rada

4. prioritet: Psihosocijalni rizici u sektoru zdravstva i socijalne skrbi -1-

Trenutačno stanje

- Taj je sektor **ključan za europsko društvo i zapošljava 21,5 milijuna radnika**, što čini 11 **% radnika u EU-u.**
- **Više razine izloženosti nekolicini psihosocijalnih rizika u usporedbi s drugim sektorima.**
- **Ukupno 31 % zdravstvenih i socijalnih djelatnika iskusilo je stres, depresiju ili tjeskobu** uzrokovanu njihovim radom ili su se zbog rada **pogoršali** u posljednjih 12 mjeseci.

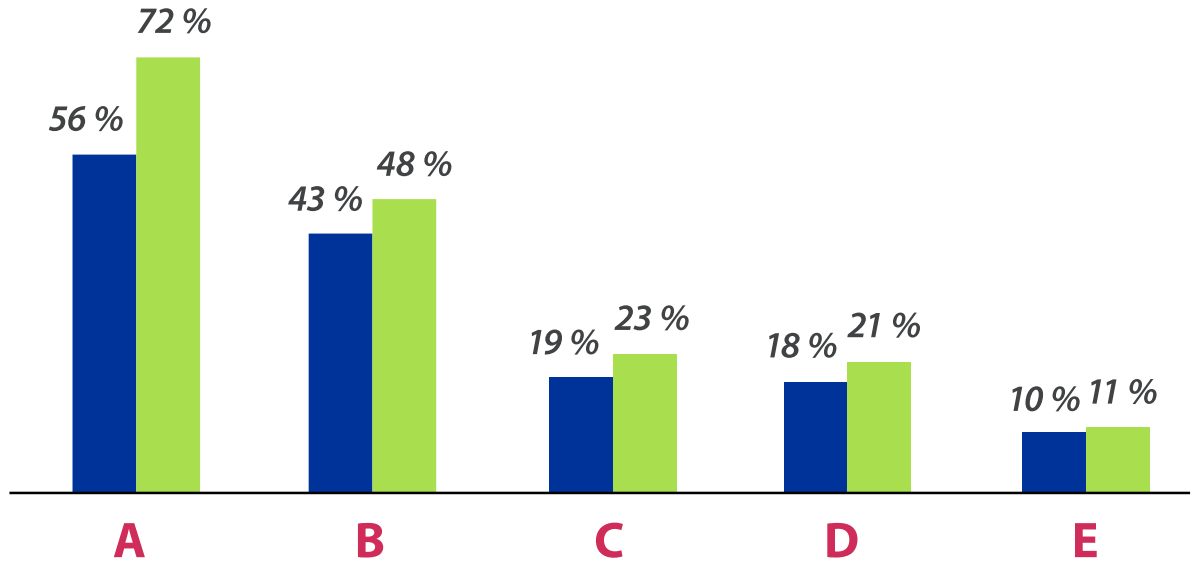


https://healthy-workplaces.osha.europa.eu

Zdrava mjesta rada

4. prioritet: Psihosocijalni rizici u sektoru zdravstva i socijalne skrbi -2-

Postotak radnih mjesta na kojima je zabilježena prisutnost psihosocijalnih rizika u sektoru zdravstva i socijalne skrbi i prosjek zemalja EU-27 u svim sektorima (2024.).



A. Rad sa zahtjevnim kupcima, pacijentima, učenicima itd.
B. Vremenski pritisak
C. Loša komunikacija ili suradnja unutar organizacije
D. Prekovremeni rad ili rad s nepravilnim radnim vremenom
E. Strah od gubitka posla

EU-27

Djelatnosti zdravstvene zaštite i socijalne skrbi

Izvor: ESENER iz 2024. – Osnova: poslovni nastan u zemljama EU-27.

Europska agencija za sigurnost i zdravlje na radu

https://healthy-workplaces.osha.europa.eu

Zdrava mjesta rada

4. prioritet: Psihosocijalni rizici u sektoru zdravstva i socijalne skrbi -3-

Preventivne mjere specifične za sektor:

- Promicanje autonomije na radnom mjestu prilikom pružanja skrbi
- Uključivanje radnika u donošenje odluka o radnom okruženju i skrbi
- Priznavanje i odgovarajuća naknada za rad u sektoru skrbi
- Participativno planiranje smjena
- Odgovarajuće upravljanje osobljem i radnim opterećenjem
- Osiguravanje adekvatnog odmora i poboljšanje ravnoteže između poslovnog i privatnog života

Dobra radna okruženja ne koriste samo radnicima u zdravstvu i socijalnoj skrbi, već poboljšavaju i kvalitetu skrbi te sigurnost pacijenata.



5. prioritet: Podrška mentalnom zdravlju na radu -1-

Trenutačno stanje



Gotovo polovica radnika u EU-u smatra da bi otkrivanje poteškoća s mentalnim zdravljem na mjestu rada negativno utjecalo na njihovu karijeru, dok se jednak udio s time ne slaže.

OSH Pulse 2025.



Gotovo 50 % stanovništva EU-a navodi da je u posljednjih dvanaest mjeseci doživjelo emocionalni ili psihosocijalni problem, poput osjećaja depresije ili tjeskobe.

Istraživanje Eurobarometra 2023.:

5. prioritet: Podrška mentalnom zdravlju na radu -2-

Preventivne mjere

- **Jednako primjenjujte načela sigurnosti i zdravlja na radu na mentalno i fizičko zdravlje**: rana podrška, razumne prilagodbe, nediskriminacija.
- **Ponudite praktičnu podršku**: prilagodite zadatke, radno vrijeme ili okruženja kako bi se radnicima olakšao ostanak na radu ili povratak na posao.
- **Promičite poticajnu kulturu bez stigmatizacije kroz** podizanje svijesti, uključivanje radnika te stvaranje okruženja u kojem se potiče sigurno povjeravanje o problemima i traženje pomoći.

Ne zaboravite: djelotvorna prevencija počinje rješavanjem temeljnih uzroka psihosocijalnih rizika na mjestu rada.

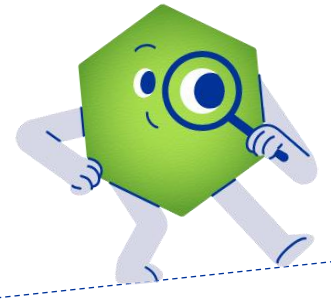


Materijali kampanje: sve što vam je potrebno na jednom mjestu

Započnite s našim **mrežnim stranicama kampanje**.

Pogledajte naš **vodič za kampanju** kako biste saznali više o kampanji.

Pogledajte naše **publikacije** kao što su naše infografike, informativni članci i drugo.







https://healthy-workplaces.osha.europa.eu

Zdrava mjesta rada

Napo u tehnostresu

https://www.napofilm.net/hr/napos-films/napo-technostress

#EUhealthyworkplaces

