

Raportul studiului Noul Mod de a Lucra

Principalele rezultate și constatări ale Fellowes Brands

Tranziția forțată la munca de acasă a avut un efect negativ asupra angajaților?

Răspunsul care a reieșit în urma sondajului nostru realizat pe 7000 de angajați din toată Europa care lucrează la birou și care în ultimele luni au lucrat de acasă, a fost un „da” răsunător.

Studiul Fellowes Brands realizat pe angajați din Franța, Germania, Italia, Olanda, Polonia, Spania și UK - care au lucrat cu toții de acasă timp de cel puțin patru luni din cauza pandemiei de Covid-19 - ne înfățișează o imagine îngrijorătoare a problemelor cu care s-au confruntat mulți dintre aceștia în ultimele luni.

Răspunsurile celor intervievați ne arată că a stației de lucru și a echipamentelor de birou prea mulți dintre angajatori nu își îndeplinesc obligația de diligență. De la evaluarea de risc a stației de lucru și echipamente de birou până la pauze și înțelegerea drepturilor pe care le au la locul de muncă, se pare că mulți dintre angajați nu beneficiază încă de tot ceea ce este necesar pentru a le merge bine în biroul de acasă. Dacă angajatorii nu iau măsuri pentru a corecta acest lucru, sănătatea fizică și mentală a angajaților poate fi pusă serios în pericol.

Iată câteva dintre rezultatele studiului:

- O treime dintre lucrătorii la domiciliu (35%) s-au confruntat cu stres și anxietate
- Mai mult de 1 din 3 (37%) au suferit de dureri de spate, acute sau difuze
- Mai mult de două treimi (71%) au cumpărat echipamente pentru biroul de acasă din banii lor

Dat fiind faptul că majoritatea participanților cred că angajatorilor le pasă mai mult de productivitate, rezultate și de profit decât de bunăstarea angajaților, companiile trebuie să facă mai mult pentru a arăta că sănătatea și starea de bine a acestora reprezintă o prioritate pentru organizațiile lor.

Pandemia de Covid-19 a accelerat tendința de a lucra de acasă și majoritatea angajaților nu se așteaptă la o revenire la modalitatea tradițională de a lucra sau la o întoarcere completă la birou.

Mai bine de 4 din 5 respondenți speră să lucreze de acasă pe termen lung, iar 35% prevăd o abordare hibridă în viitor.

Pentru ca această tranziție să se efectueze cu succes pe termen lung, este necesar ca angajații să lucreze în mod sănătos și productiv. Ameliorarea stării de bine a angajaților, în toate scenariile, trebuie să constituie în mai mare măsură o prioritate.

Acestea sunt domeniile principale care trebuie abordate pentru ca bolile profesionale și problemele de sănătate legate de munca de acasă să nu devină o problemă și mai mare în lunile și anii care urmează:

Confort fizic

Confortul pentru cei care lucrează de acasă pare să fie un obiectiv greu de atins, o parte semnificativă dintre ei suferind de dureri și disconfort cauzate de configurația stației de lucru.

Un procent foarte mare, de 41% au suferit de ochi oboseți, iar mai bine de 1 din 3 (37%) au raportat dureri de spate, în timp ce 30% au suferit de torticolis și 39% de dureri de cap.

Întrucât peste jumătate (52%) dintre cei intervievați au afirmat că stațiile lor de lucru de acasă le-au cauzat mai multă durere, disconfort și tensiune decât stațiile de lucru din birourile de la firmă, se pare că nu s-au depus suficiente eforturi pentru a-i ajuta pe angajați să-și amenajeze acasă stații de lucru care să respecte standardele de sănătate și securitate.

Peste jumătate dintre lucrători au suferit de mai multe dureri și contracturi musculare lucrând de acasă față de biroul din cadrul companiei.

Drepturile lucrătorilor la domiciliu

Când este vorba despre drepturile lucrătorilor la domiciliu pe teritoriul Europei, legislația și liniile directoare par să fie învechite și să nu reflecte practicile de lucru moderne, în special în situația în care milioane de persoane au lucrat de acasă în timpul pandemiei.

Cu toate că este posibil ca munca la domiciliu să fie temporară, din cauza pandemiei în curs, legislația privind sănătatea și siguranța se aplică și muncii de acasă, iar angajatorii au responsabilități legate de sănătatea și securitatea angajaților care lucrează de acasă.

Angajatorii au de asemenea datoria să se îngrijească de sănătatea mentală și bunăstarea angajaților lor, fie că aceștia lucrează de acasă sau de la birou. Lucratul de acasă poate cauza stres legat de muncă și poate afecta sănătatea mentală și starea de bine, pentru că este dificil pentru angajați să obțină un suport adecvat.

În timp ce 45% dintre respondenți afirmă că își înțeleg drepturile la un mediu de lucru de acasă sigur și sănătos, alți 42% știu că au drepturi, dar nu înțeleg pe deplin care sunt acestea. Un procent semnificativ, de 13% dintre participanți nu își înțelege drepturile la un mediu de lucru de acasă sigur și sănătos.

Atunci când este vorba despre cum ar trebui reglementat mediul de lucru de acasă, 65% dintre respondenți cred că guvernele ar trebui să se ocupe de această reglementare.

52% dintre lucrători nu au beneficiat de analiza de risc a spațiului de lucru de acasă

În conformitate cu Directiva UE 90/270/CEE, angajatorii au obligația legală de a face evaluări de risc regulate pentru angajații care lucrează de la birou și pentru cei care lucrează permanent de acasă, dar liniile directoare referitoare la cei care lucrează temporar de acasă sunt mai puțin clare.

Peste jumătate dintre respondenți (52%) nu au beneficiat de o evaluare de risc a mediului de lucru de acasă. O evaluare a stației de lucru poate părea un lux, dar poate face diferența când este vorba de sănătatea și securitatea lucrătorilor.

Verificând dacă angajații lucrează în siguranță și confortabil, o evaluare de risc a stației de lucru poate ajuta la prevenirea îmbolnăvirii sau rănirii angajatului la locul de muncă și-i poate îmbunătăți starea de sănătate și confortul. Această evaluare stabilește de asemenea dacă angajatul are nevoie de instrumente ergonomice pentru a lucra în siguranță și eficient, cum ar fi un scaun de birou reglabil pe înălțime, un suport pentru spate, un suport pentru monitor sau laptop.

Aspecte psihologice

Nu este o surpriză pentru nimeni faptul că anul care ne-a adus Covid-19 a fost de asemenea unul care a pus presiune pe sănătatea mentală a angajaților de pe întreg cuprinsul Europei.

Aproximativ o treime dintre lucrătorii la domiciliu (35%) s-au confruntat cu stres și anxietate, 43% s-au simțit oboseți și fără energie, iar 36% au afirmat că s-au simțit singuri sau izolați.

Fiind acasă, le-a fost de asemenea mai greu să își încheie ziua de lucru: 52% dintre ei au afirmat că au lucrat mai multe ore de acasă pe durata pandemiei.

Atunci când lucrează de acasă, 40% dintre respondenți au afirmat că au simțit că trebuie să fie disponibili permanent, iar 32% au simțit că nu pot separa casa de birou. Alți 30% au considerat că au fost prea ocupați ca să ia o pauză.

Trei sferturi (74%) au afirmat că un mediu mai bun de lucru acasă i-ar ajuta să se simtă mai motivați și mai productivi.

În timp ce mulți dintre respondenți au spus că munca de acasă este mai bună datorită flexibilității și echilibrului între serviciu și viața personală pe care le oferă, majoritatea au fost de acord că este mai probabil ca în biroul din cadrul companiei să se simtă mai motivați și mai productivi.

Pauzele

Pauzele regulate fac parte integrantă dintr-o zi de lucru sănătoasă, iar la birou ar fi în mod normal încurajate. Aproximativ doi din trei respondenți au afirmat că angajatorul i-a încurajat să facă pauze în alt loc decât cel în care lucrează de acasă pe parcursul zilei, dar numai unul din cinci (19%) a raportat că angajatorul l-a încurajat adesea să facă acest lucru.

Persoanele din studiul nostru și-au luat în medie 66 de minute de pauză de la stațiile de lucru de acasă, iar 51% au afirmat că au avut mai multe oportunități de a face o pauză și de a face mișcare atunci când au lucrat de acasă.

O mână de ajutor

Le-au dat angajatorii o mână de ajutor angajaților pentru a face trecerea către lucrul de acasă?

Puțin peste jumătate (55%) din respondenții noștri au afirmat că angajatorul i-a sprijinit în amenajarea unui mediu de lucru de acasă sănătos, iar 59% au primit echipamente de birou pentru a-i ajuta să gestioneze trecerea la munca de acasă.

Pentru alții au solicitat echipamente de birou însă, situația nu a fost la fel de fericită; 13% nu au primit niciun răspuns după ce au solicitat echipamente, iar 8% au fost refuzați direct.

Mai mult de 1 din 5 lucrători la domiciliu au avut solicitările de echipament de birou refuzate sau ignorate

Probabil că de aceea mulți dintre lucrătorii la domiciliu au apelat la finanțele proprii pentru a-și face munca de acasă mai confortabilă și mai productivă, iar 71% dintre respondenți au spus că au investit personal în echipamente pentru biroul de acasă.

În timp ce majoritatea respondenților (74%) cred că angajatorului îi pasă de sănătatea și starea lor de bine fizică și mentală, ei nu cred că aceasta ar fi una dintre prioritățile companiilor la care lucrează. Majoritatea respondenților au afirmat că sănătatea și starea lor de bine au fost mai jos pe lista de priorități a angajatorului decât productivitatea, rezultatele, profitul și munca de calitate în echipă.

Dintre echipamentele de birou pe care lucrătorii la domiciliu le apreciază cel mai mult, scaunul de birou pare să ocupe locul întâi. Un sfert dintre respondenți au spus că ceea ce le lipsește cel mai mult de la companie este scaunul de birou, iar 34% speră la unul nou.

Alți 33% dintre respondenți au spus că le-ar plăcea să aibă un suport pentru spate mai bun când stau pe scaun. **Suporturile pentru spate**, care se fixează pe scaunele de birou cu elastic sau curelele reglabile, sunt proiectate pentru a elimina durerile de spate și pentru a îmbunătăți postura acestuia, sprijinind tot spatele sau zona lombară. 28% dintre lucrătorii la domiciliu își doresc să poată să stea mai des în picioare, preferând să petreacă mai puțin timp așezați în timp ce lucrează. O soluție pentru această problemă este **stația de lucru sit-stand**, care poate transforma rapid un birou într-un spațiu de lucru dinamic, ajutând angajații să rămână activi în timp ce lucrează.

Ce urmează?

Gândindu-se la viitorul muncii de acasă, 88% dintre cei intervievați au afirmat că le-ar plăcea să lucreze de acasă pe termen lung, dar 51% dintre aceștia speră să lucreze de acasă doar două zile pe săptămână.

Descriind calea de urmat, 35% dintre respondenți anticipează o abordare hibridă a activității profesionale, în care angajații lucrează de acasă câteva zile pe săptămână și câteva zile la birou.

În jur de o treime (33%) dintre angajați prevăd că ne vom baza mai mult pe tehnologie și pe mediul virtual, iar o altă treime se așteaptă la mai multă flexibilitate din partea angajatorilor.

Angajații de nivel superior pun flexibilitatea sporită pe primul loc în topul lor (35%), urmată de munca în sistem hibrid (32%) și de o utilizare în mai mare măsură a tehnologiei (30%)

Pe măsură ce tendința de a lucra de acasă, accelerată de pandemie este probabil să devină o caracteristică de durată a activității profesionale, pare destul de evident că angajatorii trebuie să facă mai mult pentru sănătatea și starea de bine a lucrătorilor la domiciliu. Acest lucru va deveni probabil tot mai important pentru a păstra și atrage angajații cei mai talentați în lunile și anii care urmează.

Pentru mai multe informații și idei despre munca sigură de acasă, **Fellowes Brands vă oferă o evaluare rapidă și gratuită a stației de lucru. Accesați Evaluare stație de lucru - Fellowes®**

Abordarea pe 4 Zone de la Fellowes este o modalitate utilă de a evalua nevoile angajaților în spațiile lor de lucru de acasă. Aceasta tratează cele patru probleme principale care îi pot împiedica pe angajați să lucreze la capacitate maximă - tensionarea spatelui, presiunea asupra încheieturilor mâinilor, tensionarea gâtului și inactivitatea.

Produsele care vă pot ajuta să reduceți aceste probleme includ suporturile pentru picioare, suporturile pentru spate, suporturile pentru încheieturi, brațele pentru monitor, suporturile pentru laptop și stațiile de lucru sit-stand de așezat pe birou.