

**VÝSLEDKY PRŮZKUMU
PÉČE O DUŠEVNÍ ZDRAVÍ VE FIRMÁCH
(IT SEKTOR)**

Terapie.cz

Kontext průzkumu

Průzkum pořádala nezisková organizace #delamcomuzu, provozující portál Terapie.cz v srpnu 2021.

Sběr dat probíhal prostřednictvím online dotazníku skrze sociální sítě Facebook, LinkedIn, Instagram a Twitter.

Zúčastnilo se celkem 881 respondentů, z toho 179 členů managementu firem a HR manažerů, kteří mají na starosti well-being zaměstnanců. Z IT oboru se zúčastnilo 137 respondentů.

Průzkum cílil na zaměstnance, management i majitele společností všech velikostí. Cílem bylo zjistit, jestli a jak firmy pečují o duševní zdraví zaměstnanců, a vysledovat souvislosti mezi psychickým stavem a problémy zaměstnanců a jejich pracovními výkony.

Pečují IT firmy o duševní zdraví zaměstnanců?

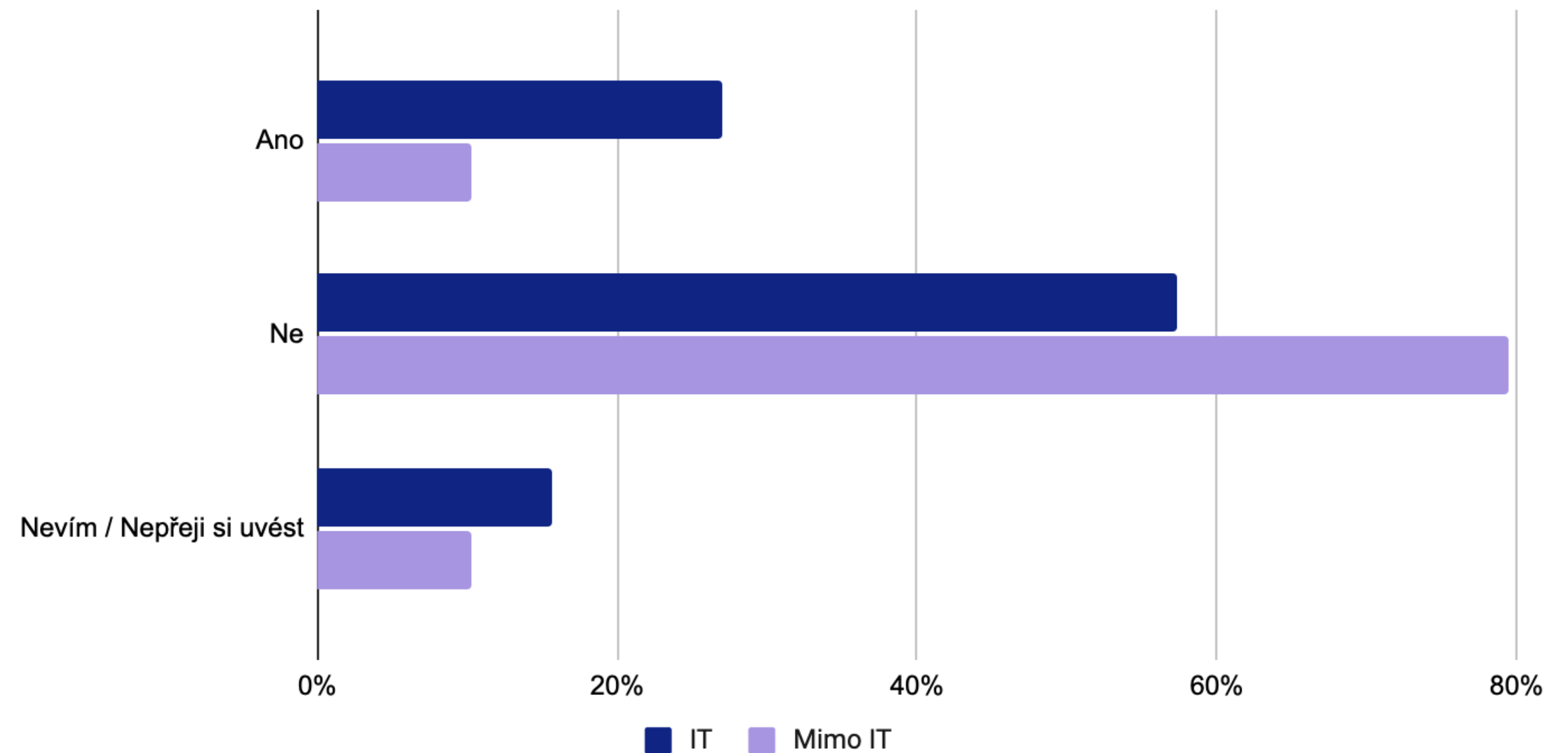
Průzkum ukázal, že v IT segmentu je péče o duševní zdraví zaměstnanců běžnější než v jiných oborech. Zatímco u ostatních oborů pouze 10 % zaměstnanců uvedlo, že jejich firma pečuje o jejich duševní zdraví, v IT to bylo 27 %.

Lidé pracující v IT segmentu také častěji uvádějí, že o své duševní zdraví sami pečují – 72, 5 % oproti 55 % z jiných oborů. U žen je to přes 77 %, u mužů 60 %.

Manažeři IT firem, které o duševní zdraví svých lidí pečují, jako nejčastější motivaci uvádějí, že chtějí, aby se zaměstnanci cítili dobře (30 %) a že jde o součást firemní kultury (27, 1 %). Až na čtvrtém místě je jako motivace vysoký pracovní výkon zaměstnanců (12, 15 %)

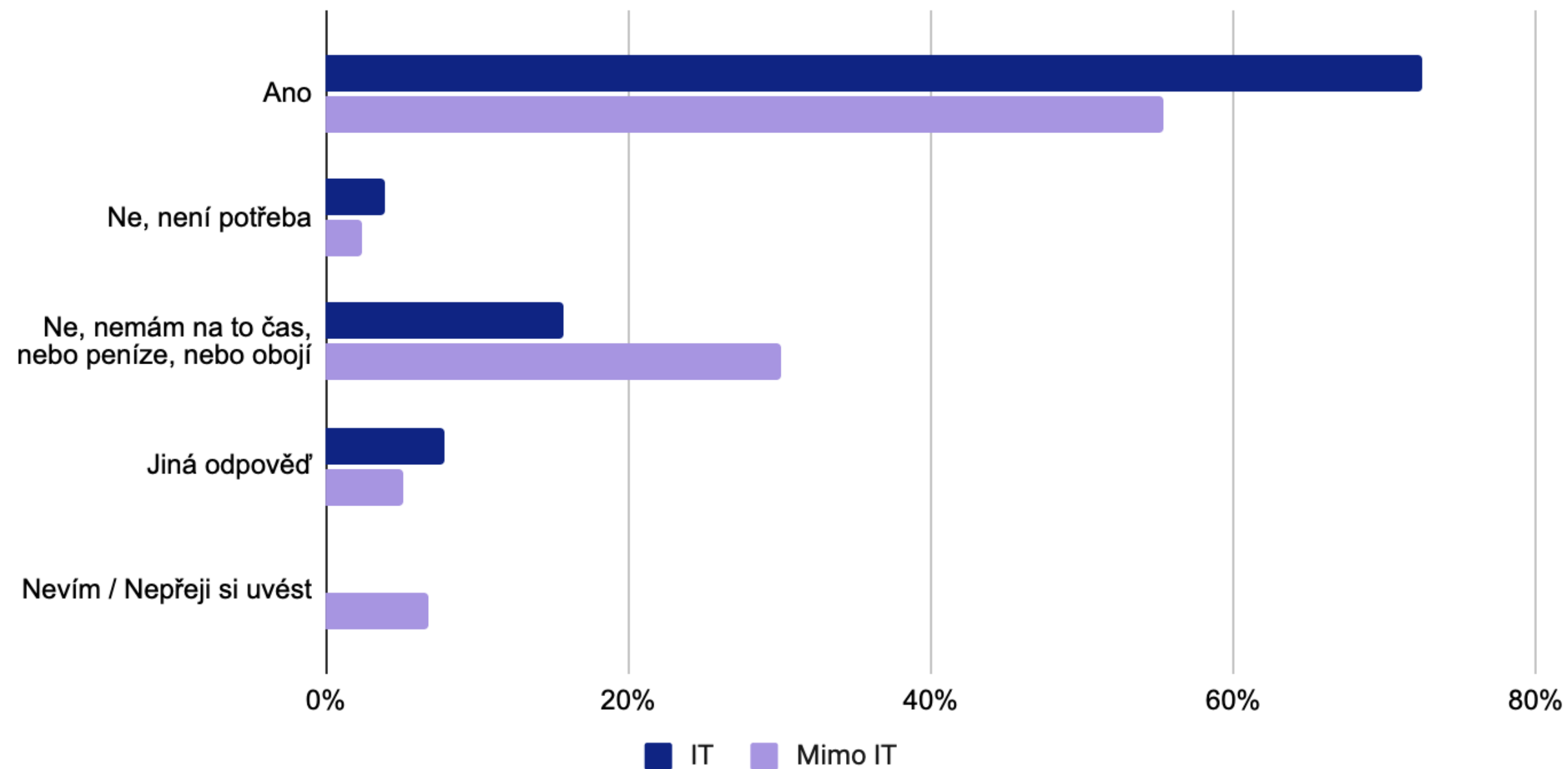
Pečuje firma, ve které pracujete, o duševní zdraví zaměstnanců?

výběr jedné z možností

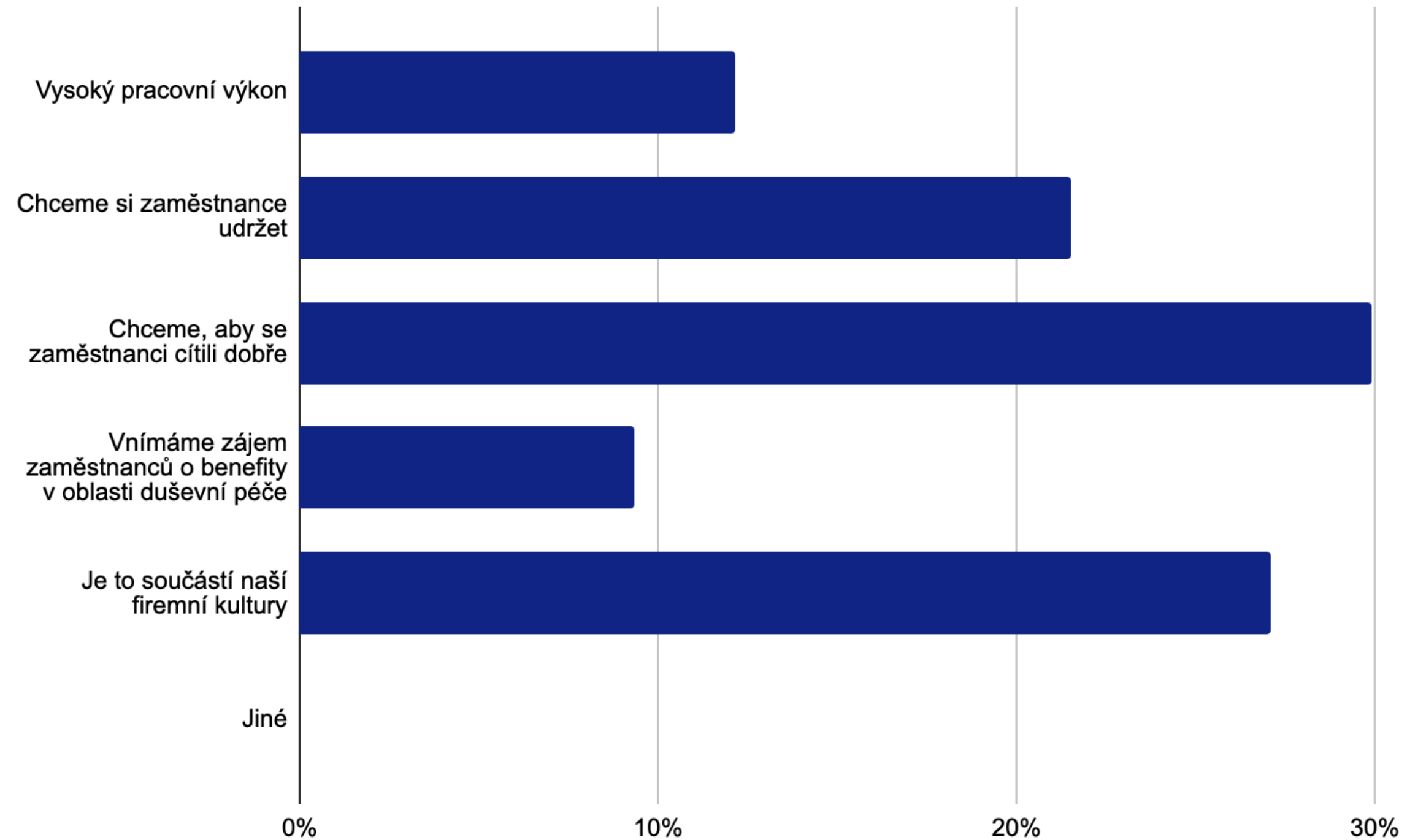


Pečujete Vy osobně o své duševní zdraví?

výběr jedné z možností



**Co je pro Vaši
firmu motivací,
aby pečovala o
duševní zdraví
zaměstnanců?**
výběr více možností



Vliv psychických problémů na pracovní výkon - celkové výsledky

Duševní pohoda zaměstnanců má výrazný vliv také na pracovní výkon.

Největší dopad má podle celkových výsledků průzkumu stres – 73 % zaměstnanců uvedlo, že má velmi velký, velký nebo střední vliv na jejich výkon. Další v pořadí bylo vyhoření (50 %), úzkosti (45 %) a osobní problémy (43 %).

34,4 % zaměstnanců přitom zažívá v práci denně zvýšený stres, dalších 36,9 % jednou či několikrát týdně. Velmi vysoká jsou také čísla u vyhoření.

Vliv psychických problémů na pracovní výkon – IT sektor

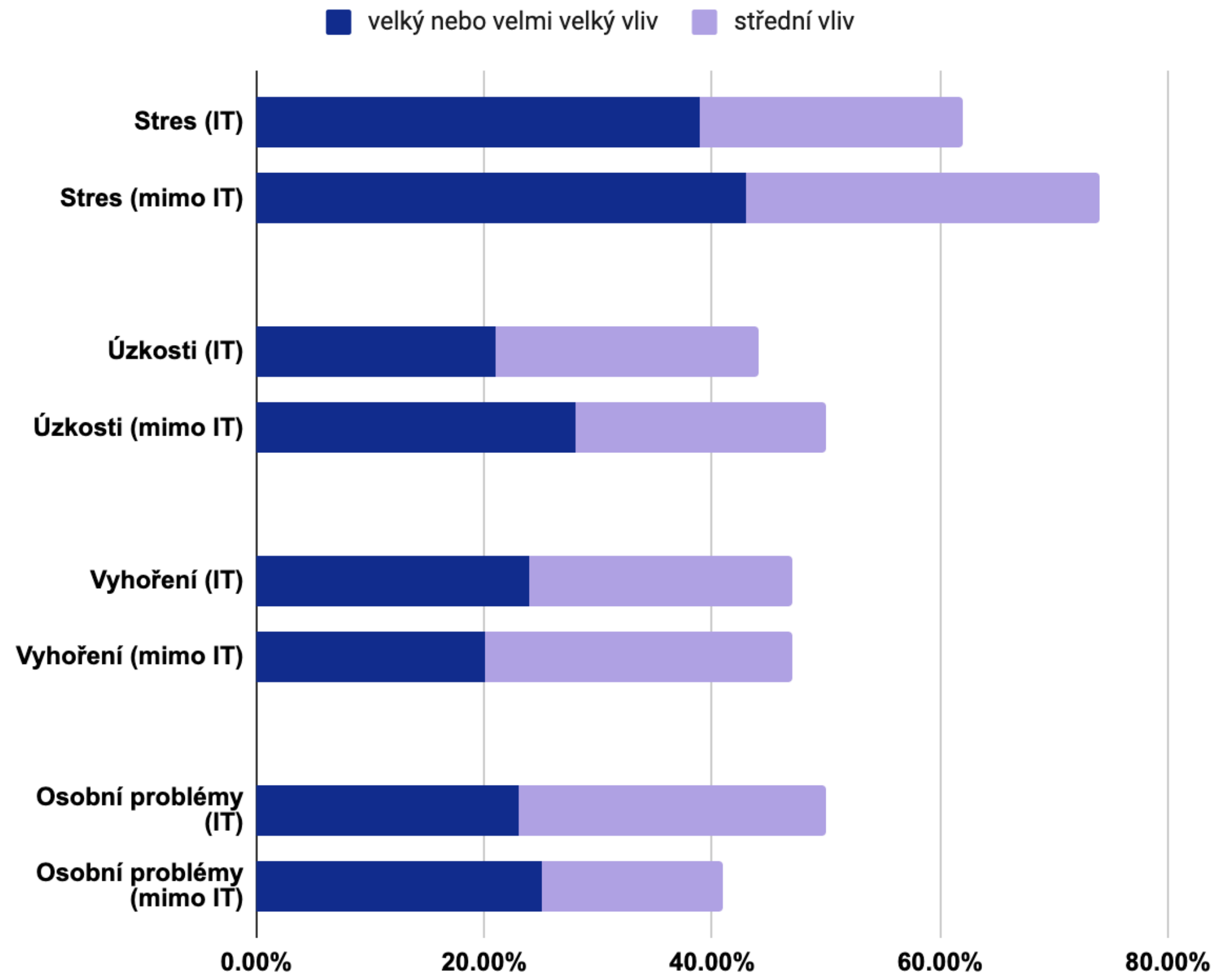
V IT segmentu odpovědi v podstatě kopírují celkové výsledky, výjimkou je větší vliv osobních problémů, který u IT segmentu uvádí 49, 44 % respondentů.

O něco odolnější jsou naopak lidé působící v IT sektoru vůči vlivu stresu – velmi velký, velký nebo střední vliv na jejich výkon uvádí 60, 7 % z nich.

Zároveň ho však zažívají méně často – 18 % denně, 25, 8 % jednou nebo několikrát týdně, 31, 46 % jednou nebo několikrát měsíčně.

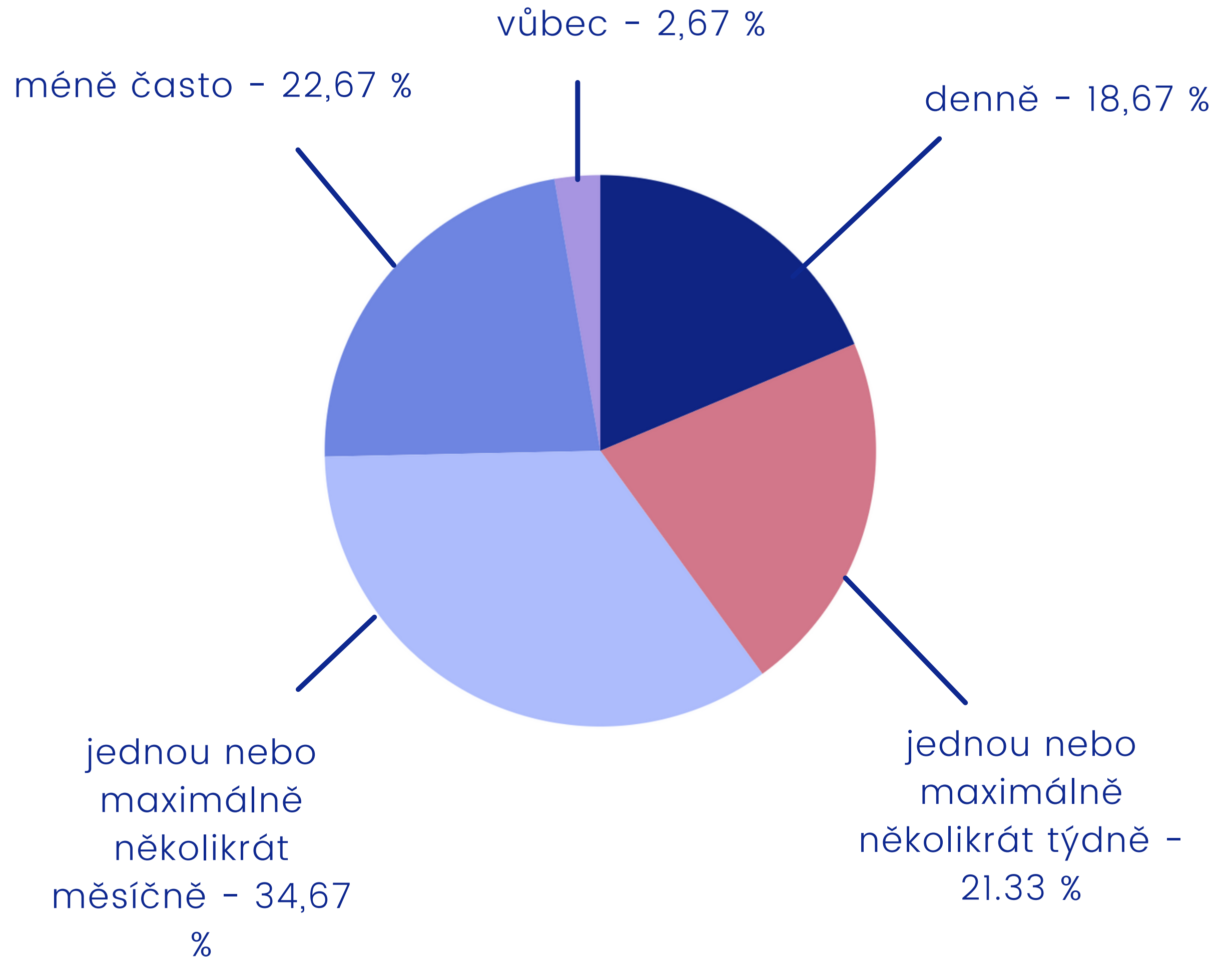
Jaký vliv mají následující problémy na váš pracovní výkon?

výběr jedné z možností



Jak často v práci zažíváte zvýšený stres?

výběr jedné z možností



Vyhoření zažila více než půlka respondentů

Více než polovina respondentů průzkum uvedla, že už někdy vyhořeli, 22 % dokonce několikrát.

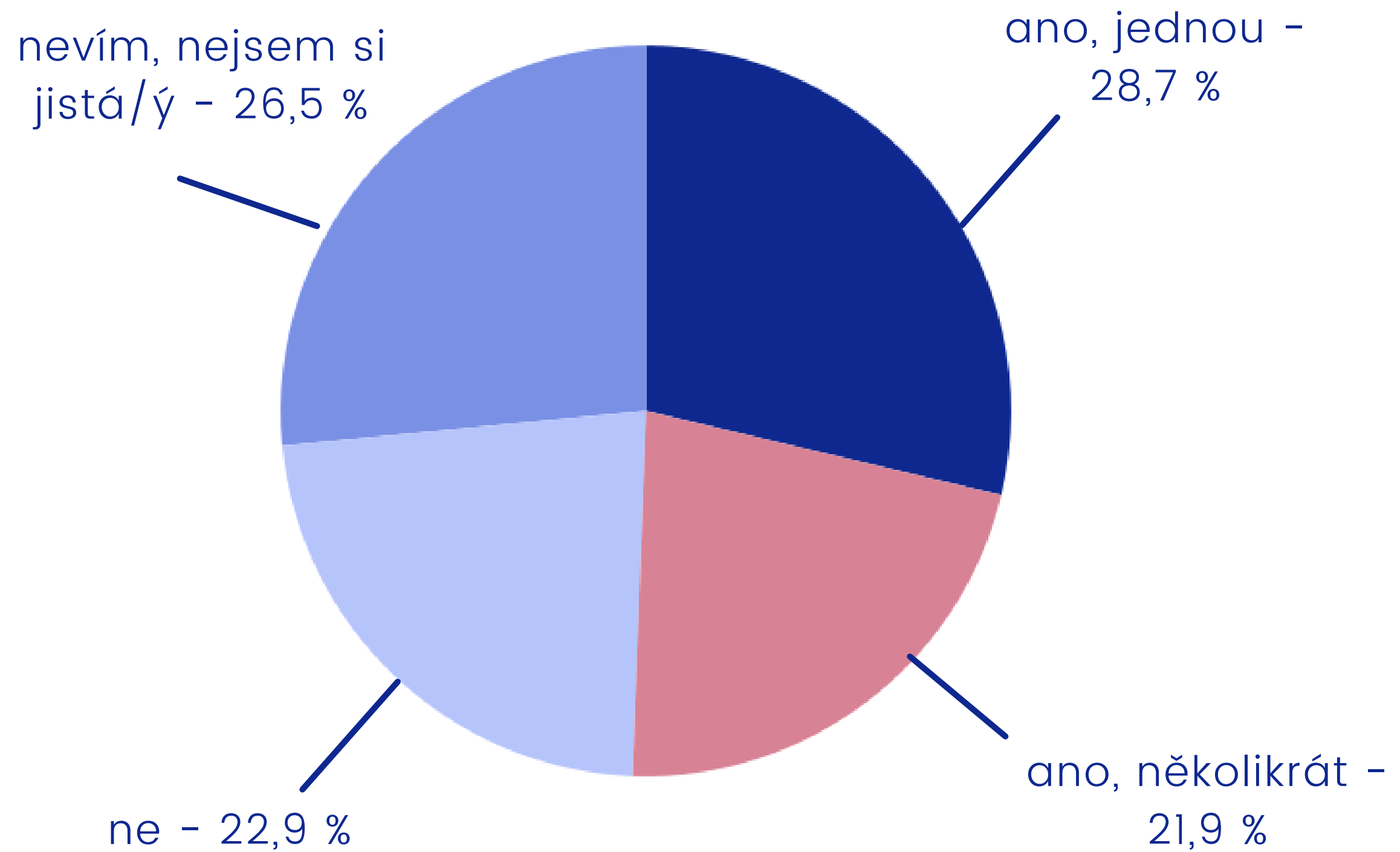
Za pozornost stojí také fakt, že alespoň jednou vyhořelo téměř 38 % respondentů do 30 let. U respondentů do 40 je to 52, 17 %.

V IT segmentu není významný rozdíl oproti celkovým výsledkům.

Výrazný rozdíl přitom není mezi muži a ženami.

Vyhořel/a jste někdy v práci?

výběr jedné z možností



Vliv pandemie na psychiku

Ptali jsme se také na vliv pandemie na psychickou pohodu v práci, motivaci, výkonnost a práci v týmu.

Téměř 70 % zaměstnanců uvádí zhoršení psychické pohody v práci kvůli pandemii Covid-19, v IT segmentu jsou výsledky lepší – tam je to cca 60 %.

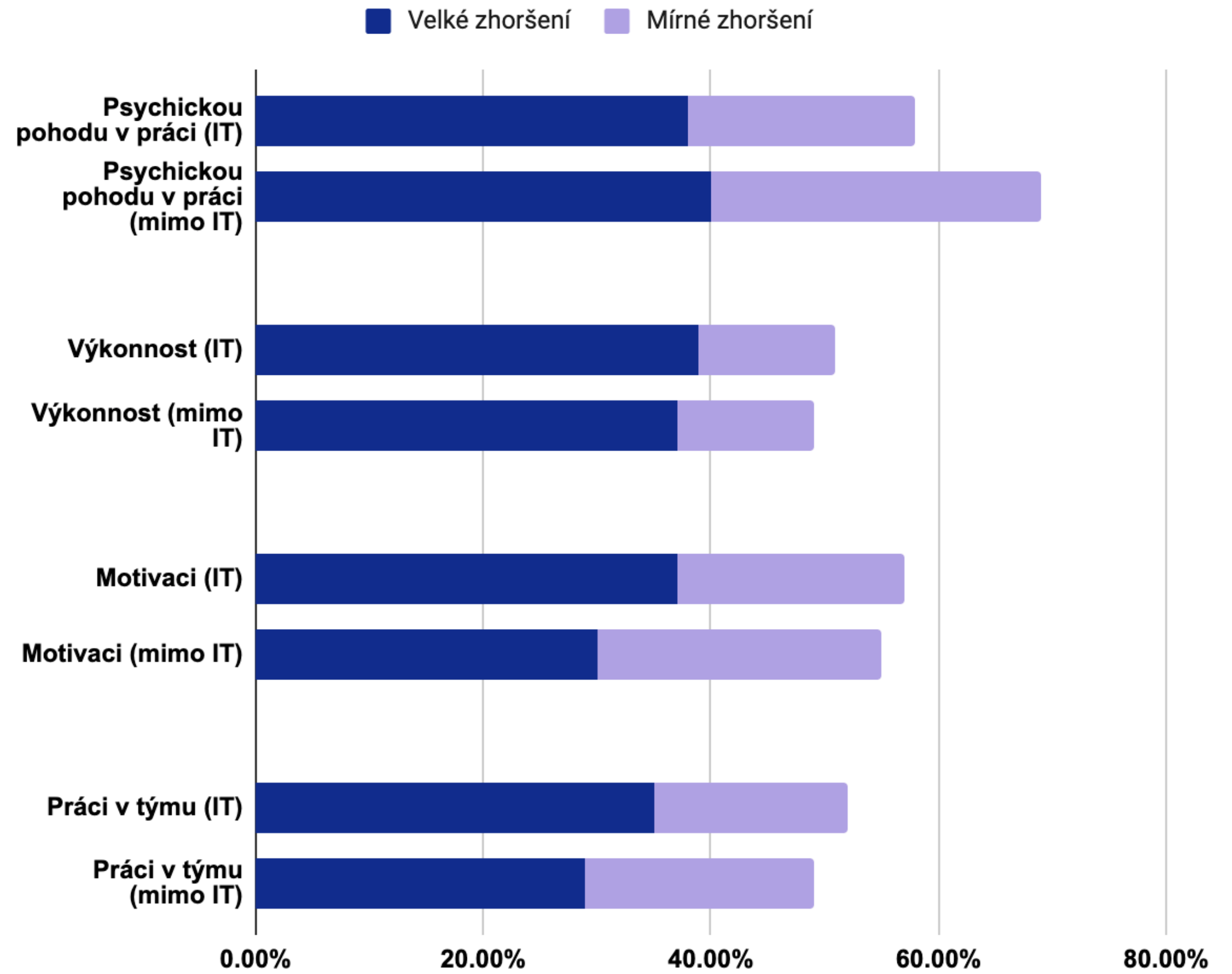
Zhoršení pracovní výkonnosti kvůli pandemii uvádí téměř polovina zaměstnanců, negativní vliv na motivaci pak 57,86 %. Zhoršení práce v týmu pocítuje 53,32 % zaměstnanců.

V IT sektoru se narozdíl od jiných oborů častěji objevovalo naopak zlepšení výkonnosti, a to u téměř 8 % respondentů "velké" a u 16, 85 % "mírné". Pozitivní dopad pandemie je v IT segmentu častěji zmiňovaný i u ostatních odpovědí.

Jak hodnotíte vliv pandemie covid-19 na vaši:

zaměstnanci, výběr z odpovědí

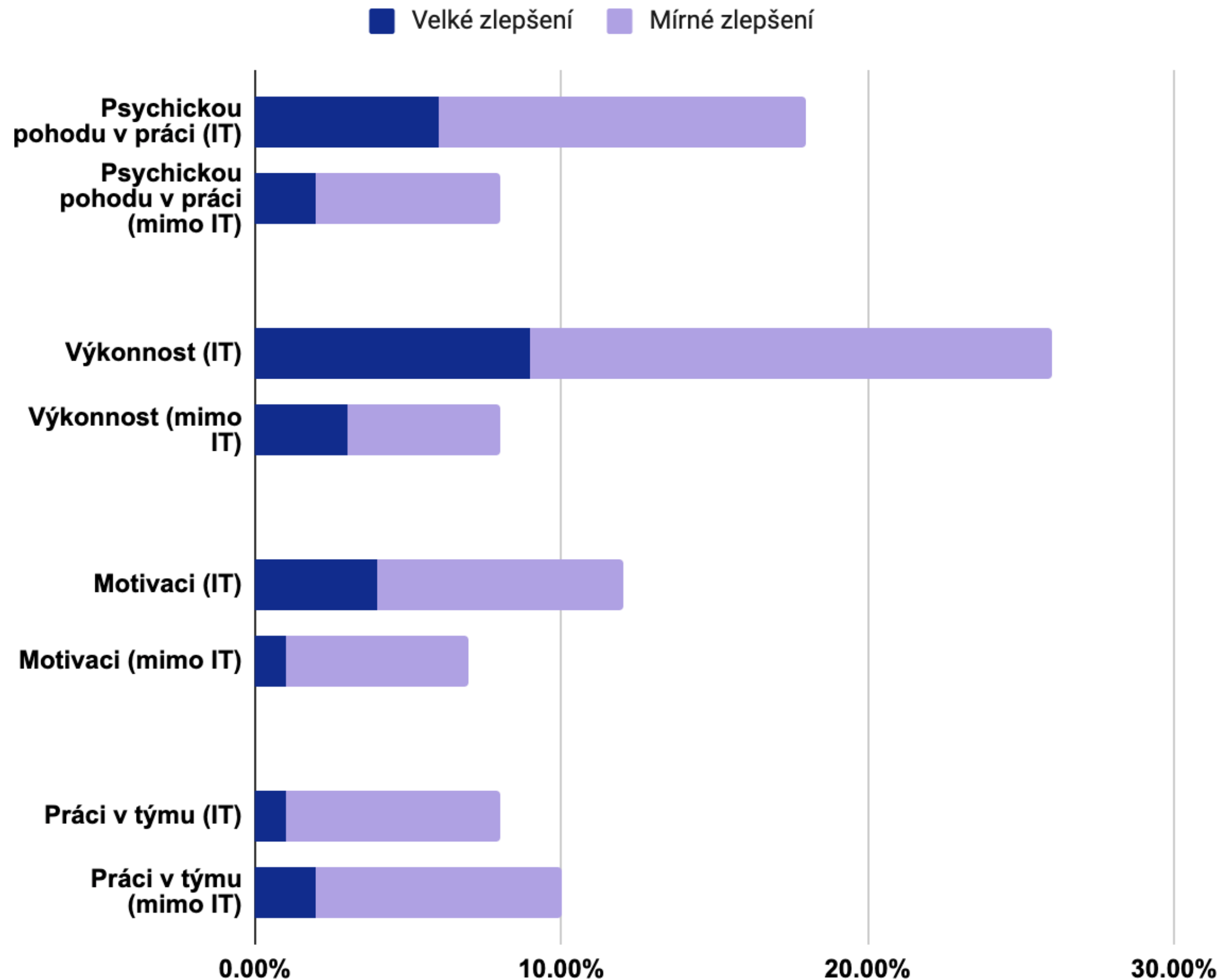
- velké zlepšení
- mírné zlepšení
- žádný
- mírné zhoršení
- velké zhoršení



Jak hodnotíte vliv pandemie covid-19 na vaši:

zaměstnanci, výběr z odpovědí

- velké zlepšení
- mírné zlepšení
- žádný
- mírné zhoršení
- velké zhoršení



Změny ve firmách a péče o duševní zdraví jako benefit

Většina firem se na situaci snaží reagovat a během pandemie zavedla řadu změn, které mají na duševní zdraví zaměstnanců dopad. Mezi nejčastěji zmiňované změny v této oblasti patří např. vzdělávání v oblasti duševního zdraví a well-beingu, terapie pro zaměstnance či krizová linka.

O benefity v oblasti duševního zdraví je přitom mezi zaměstnanci vysoký zájem. Terapie se dokonce zařadila na druhé místo v seznamu benefitů, které firma dotazovaným nenabízí, ale měli by o ně zájem (62,5 %). Před tímto benefitem skončilo jen "pěkné prostředí, relax zóny apod." (64,5 %). Na třetím a čtvrtém místě pak byly "edukativní obsah v oblasti duševního zdraví" (54,5 %) a "podpora osobního rozvoje" (55 %)

Změny ve firmách a péče o duševní zdraví jako benefit

V IT firmách častěji proběhly v souvislosti s Covidem změny v oblasti work-life balance. Právě work-life balance je přitom oblast, kterou zaměstnanci v IT sektoru vnímají oproti ostatním oborům častěji jako problém (9, 73 % vs. 3, 99 %).

Ve srovnání s jinými obory je v IT sektoru daleko běžnějším benefitem koučink, zároveň ale vysoké procento zaměstnanců uvedlo, že jej nevyužívá, i když jej firma nabízí (20, 2 %).

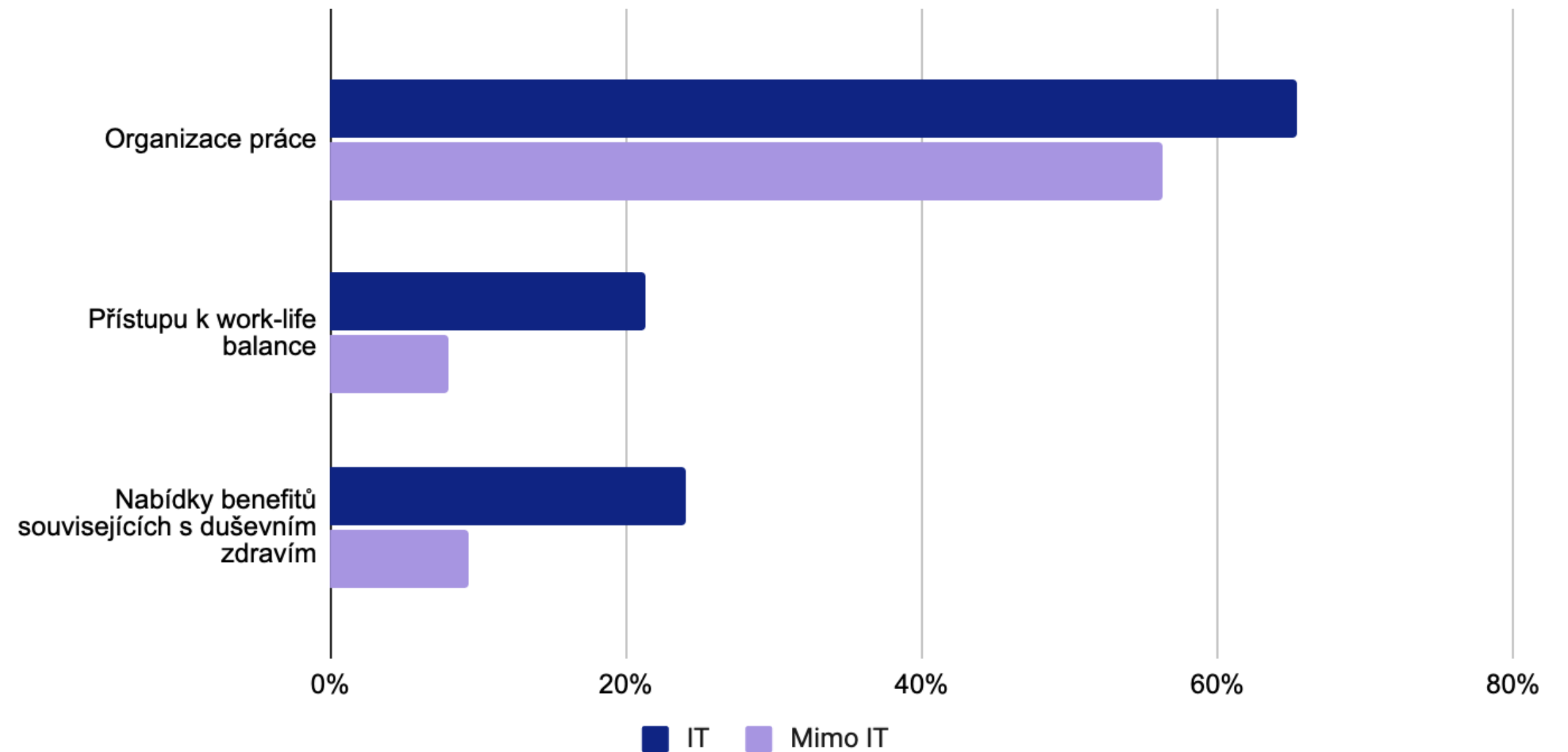
Změny ve firmách a péče o duševní zdraví jako benefit

Výrazně vyšší je v IT firmách zájem také o podporu osobního rozvoje ze strany firmy – 48, 3 % respondentů uvádí, že tento benefit firma nabízí a oni jej využívají, dalších 29, 2 % uvádí, že by o něj měli zájem, ale firma jej nenabízí.

S tím koresponduje také fakt, že v IT sektoru se o tento typ benefitů zajímá výrazněji více lidí už během náboru. U většího počtu lidí byly tyto benefity také významným faktorem při rozhodování o nástupu do stávající firmy.

Zavedla firma, ve které pracujete, v souvislosti s pandemií nějaké změny, týkající se..

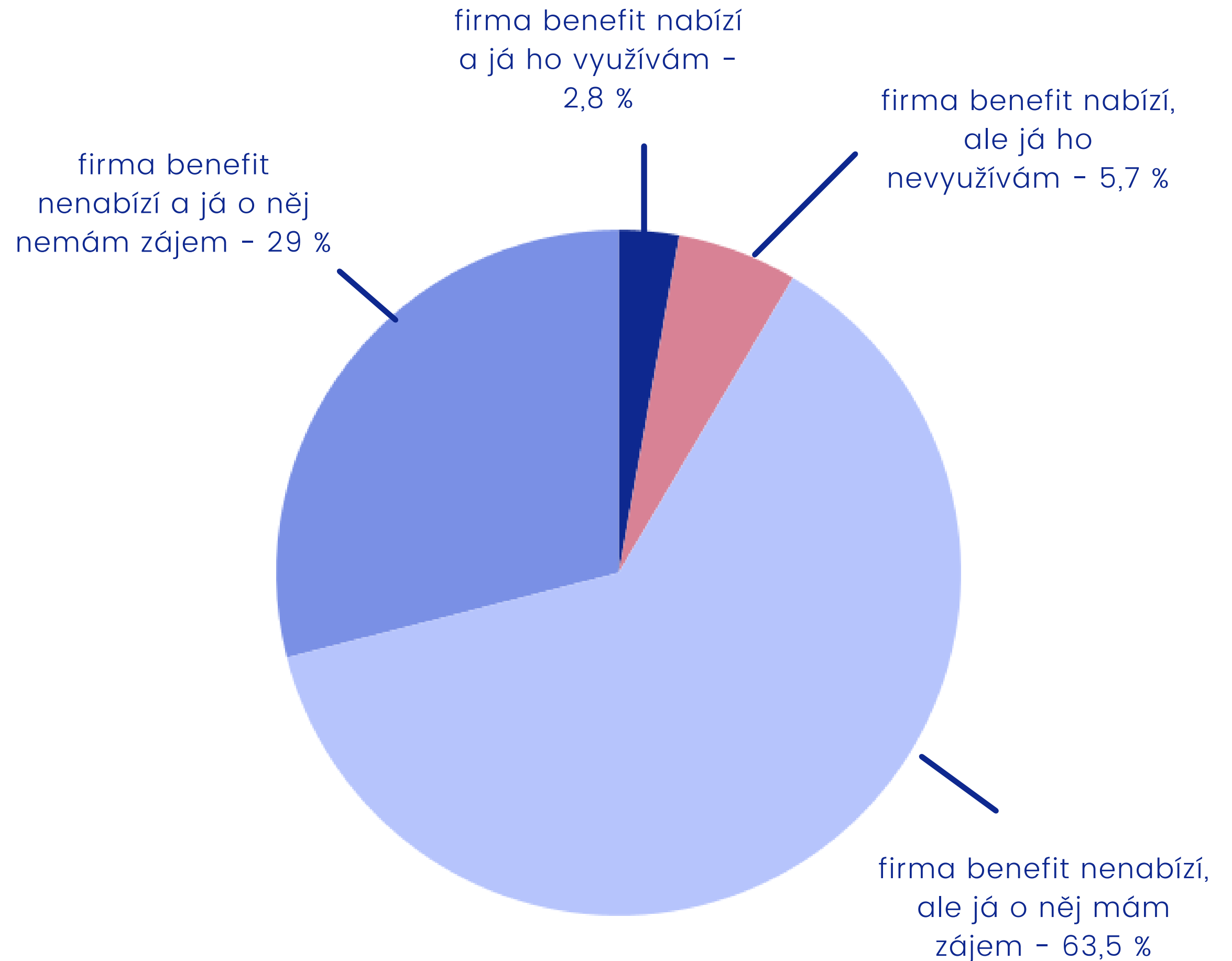
výběr jedné z možností
ano, ne, nevím/nepřeji si
uvést



Jaký je Váš postoj k následujícím benefitům?

výběr jedné z možností u výčtu benefitů: koučink, psycholog nebo terapeut, edukativní obsah v oblasti duševního zdraví (semináře, knihy apod.), sportovní a wellness aktivity, podpora osobního rozvoje, časová flexibilita, pěkné prostředí, relax zóny apod., teambuldingy, homeoffice, možnost pracovat odkudkoliv, extra dovolená, sabatikl (možnost delšího volna)

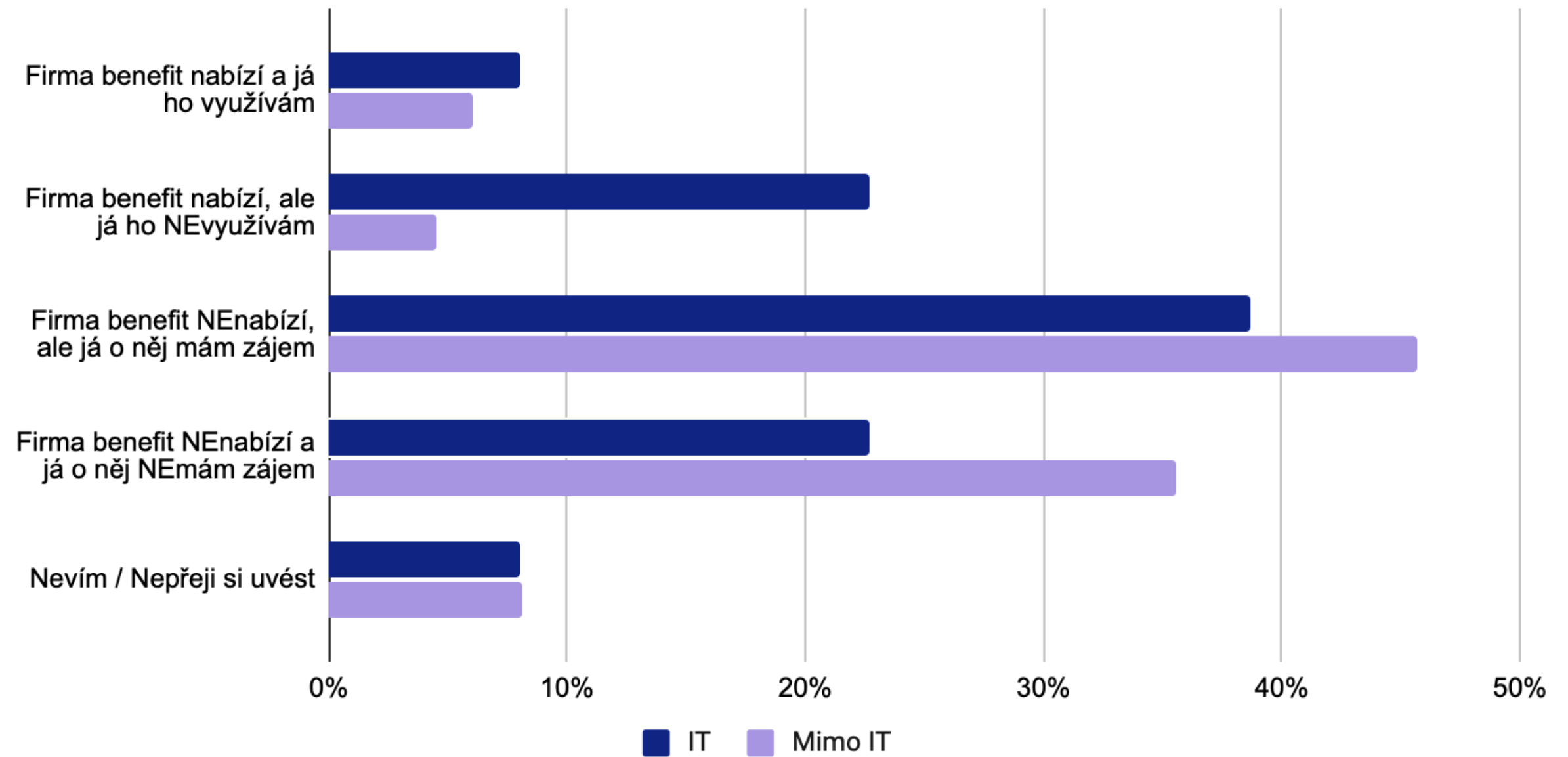
Psycholog nebo terapeut



Jaký je Váš postoj k následujícím benefitům?

výběr jedné z možností u výčtu benefitů: koučink, psycholog nebo terapeut, edukativní obsah v oblasti duševního zdraví (semináře, knihy apod.), sportovní a wellness aktivity, podpora osobního rozvoje, časová flexibilita, pěkné prostředí, relax zóny apod., teambuldingy, homeoffice, možnost pracovat odkudkoliv, extra dovolená, sabatikl (možnost delšího volna)

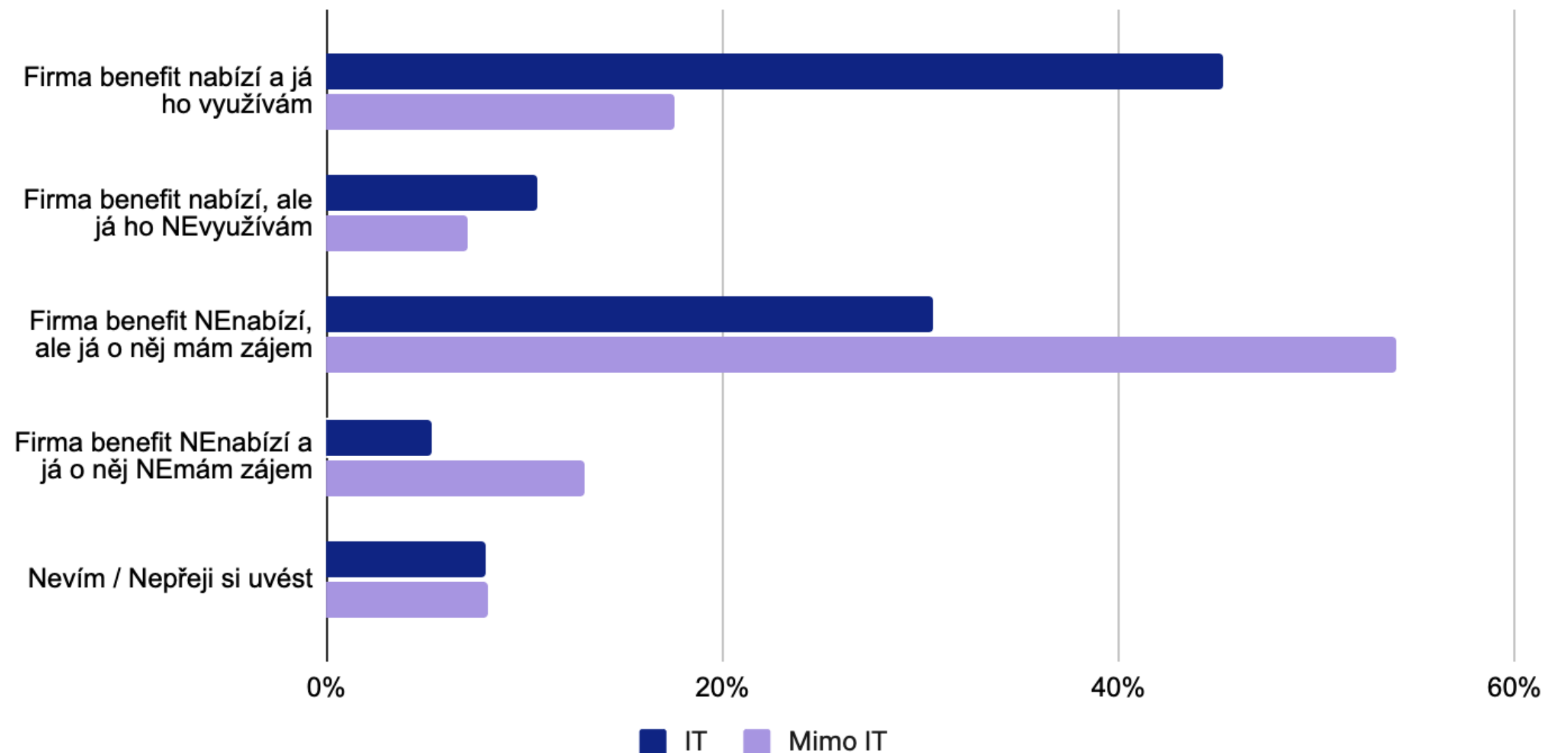
Koučink



Jaký je Váš postoj k následujícím benefitům?

výběr jedné z možností u výčtu benefitů: koučink, psycholog nebo terapeut, edukativní obsah v oblasti duševního zdraví (semináře, knihy apod.), sportovní a wellness aktivity, podpora osobního rozvoje, časová flexibilita, pěkné prostředí, relax zóny apod., teambuldingy, homeoffice, možnost pracovat odkudkoliv, extra dovolená, sabatiki (možnost delšího volna)

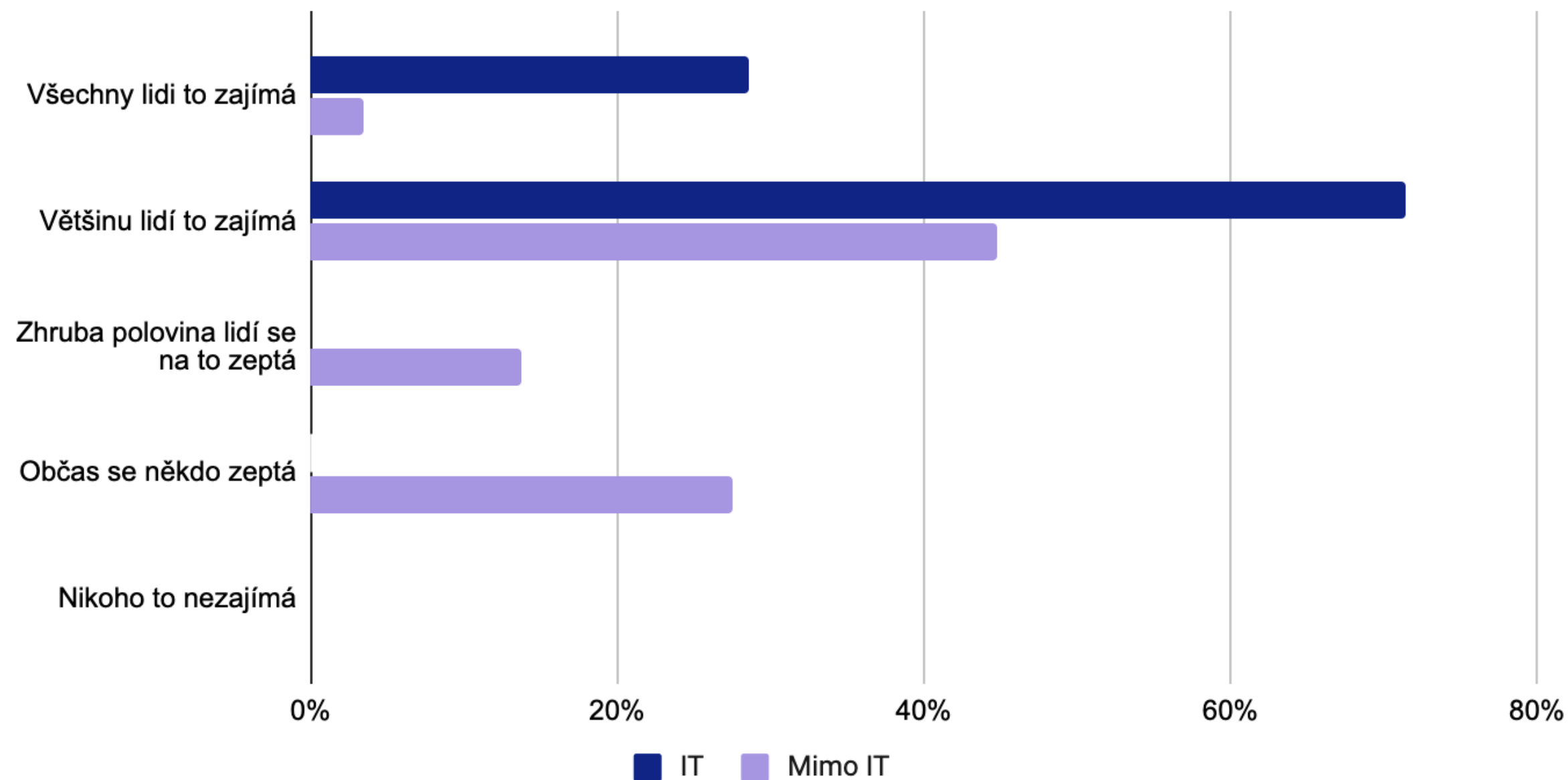
Podpora osobního rozvoje



Jaký je zájem o následující benefits během náboru?

IT sektor

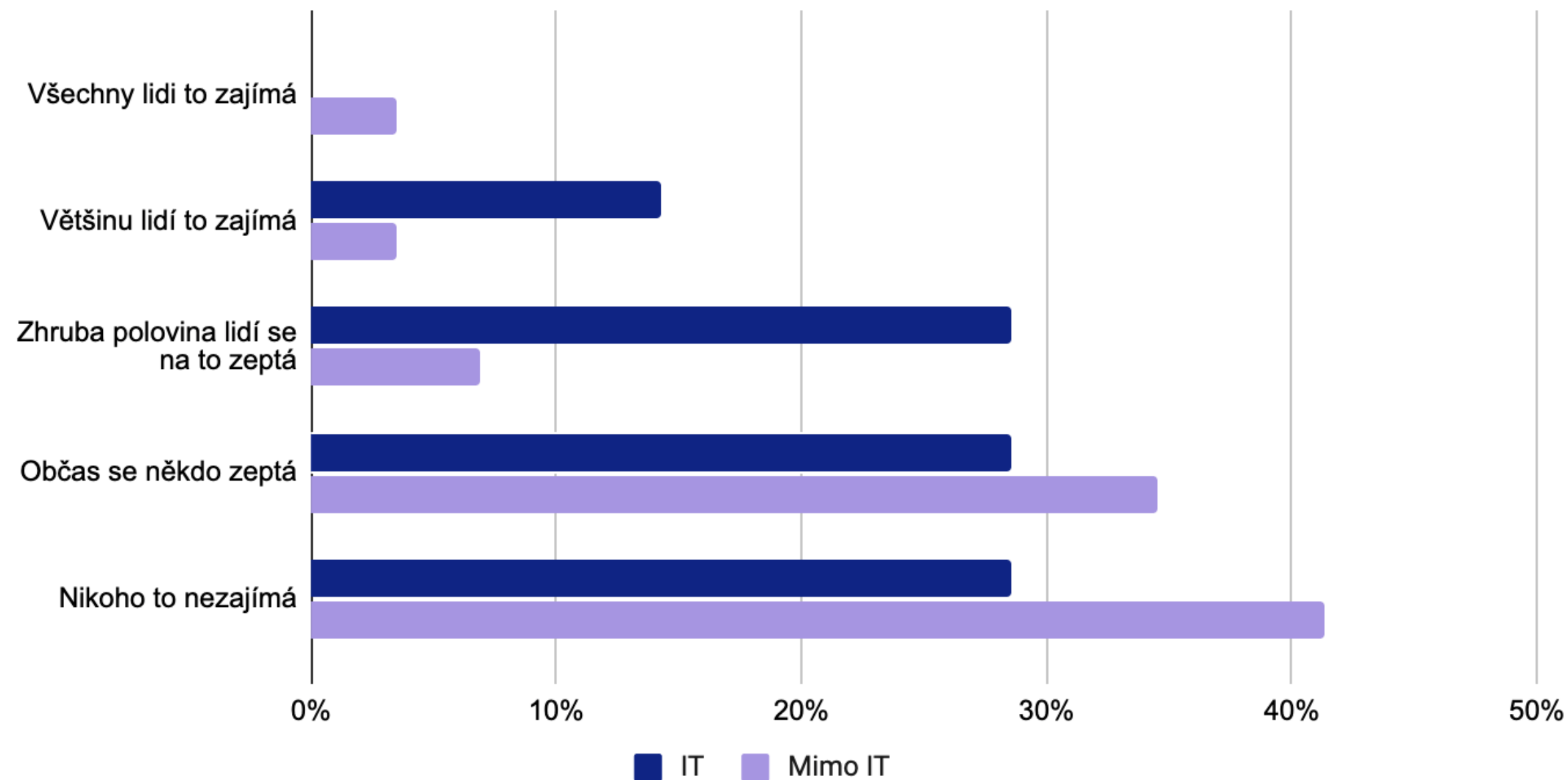
Podpora osobního rozvoje



Jaký je zájem o následující benefits během náboru?

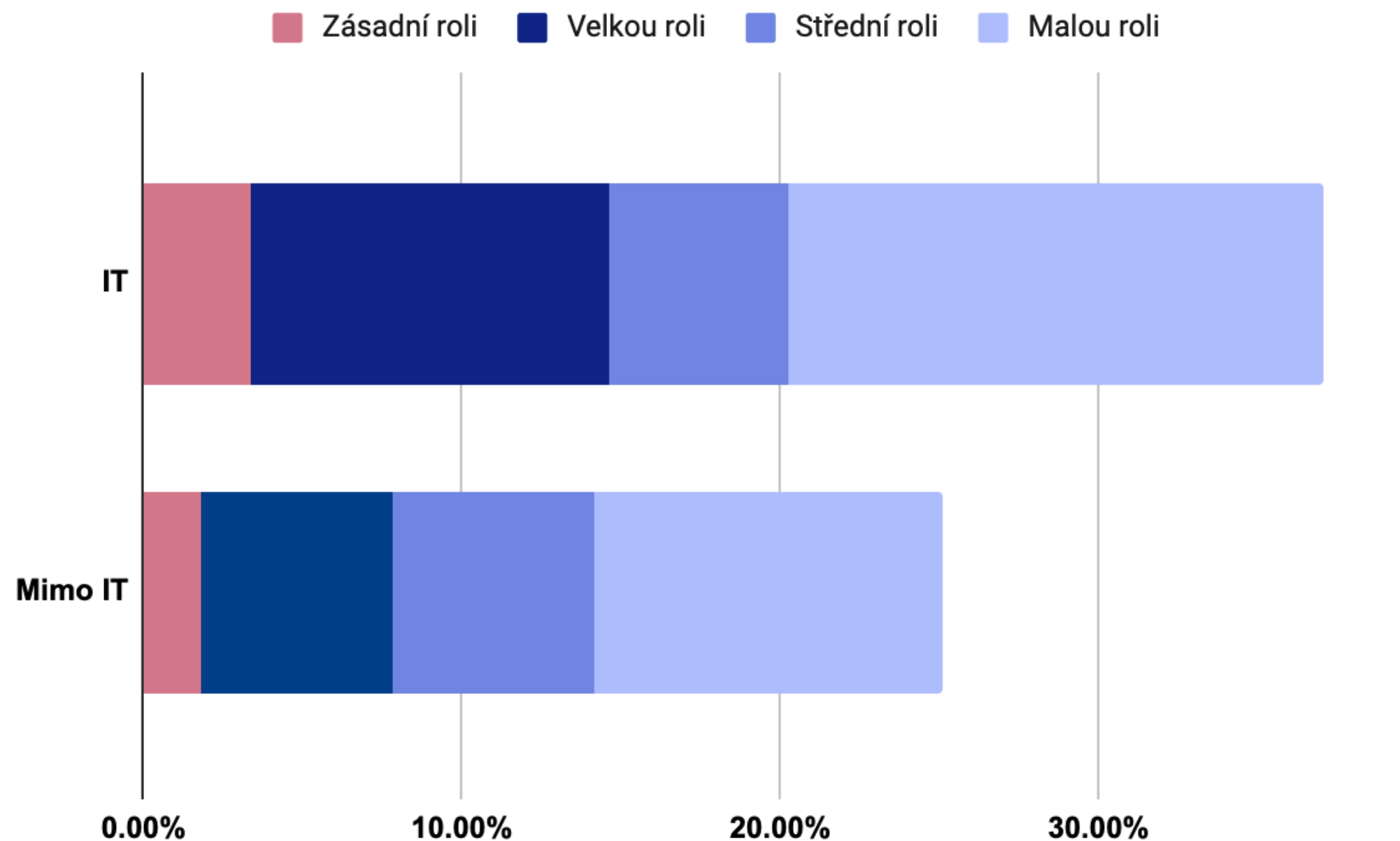
IT sektor

Péče o psychické zdraví

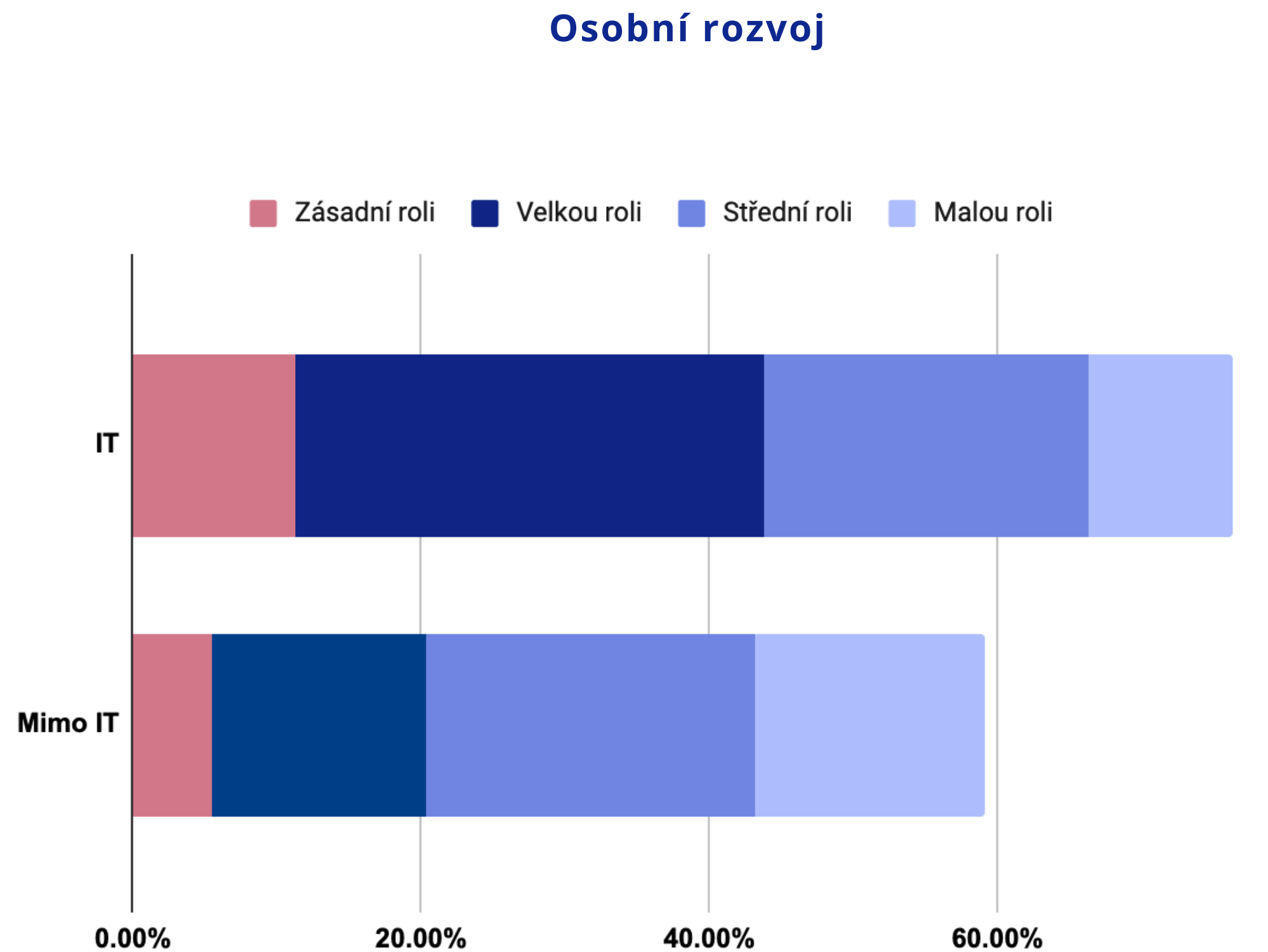


**Jakou roli hrály
následující
benefity během
náboru do Vaší
aktuální práce?**

Péče o psychické zdraví



**Jakou roli hrály
následující
benefity během
náboru do Vaší
aktuální práce?**



Psycholog či terapeut jako benefit

Největší zájem o psychologa či terapeuta jako firemní benefit byl ve skupině respondentů do 25 let – z nich přes 71 % uvedlo, že by tento benefit uvítali, ale firma jej nenabízí.

Zjišťovali jsme také, jaký by byl postoj zaměstnanců k tomuto benefitu, pokud by jej jejich firma zavedla. Téměř 40 % by jej určitě využilo, přes 32 % by o tom uvažovalo, u 12 % by panovaly obavy, že se o jejich terapii dozví kolegové nebo nadřízený. Tyto obavy přitom byly nejčastější u zaměstnanců z velkých firem na 250 zaměstnanců (téměř 15 % oproti necelým 9 % u lidí z malých firem do 50 zaměstnanců).

V IT segmentu zde nebyly významné rozdíly oproti jiným oborům.

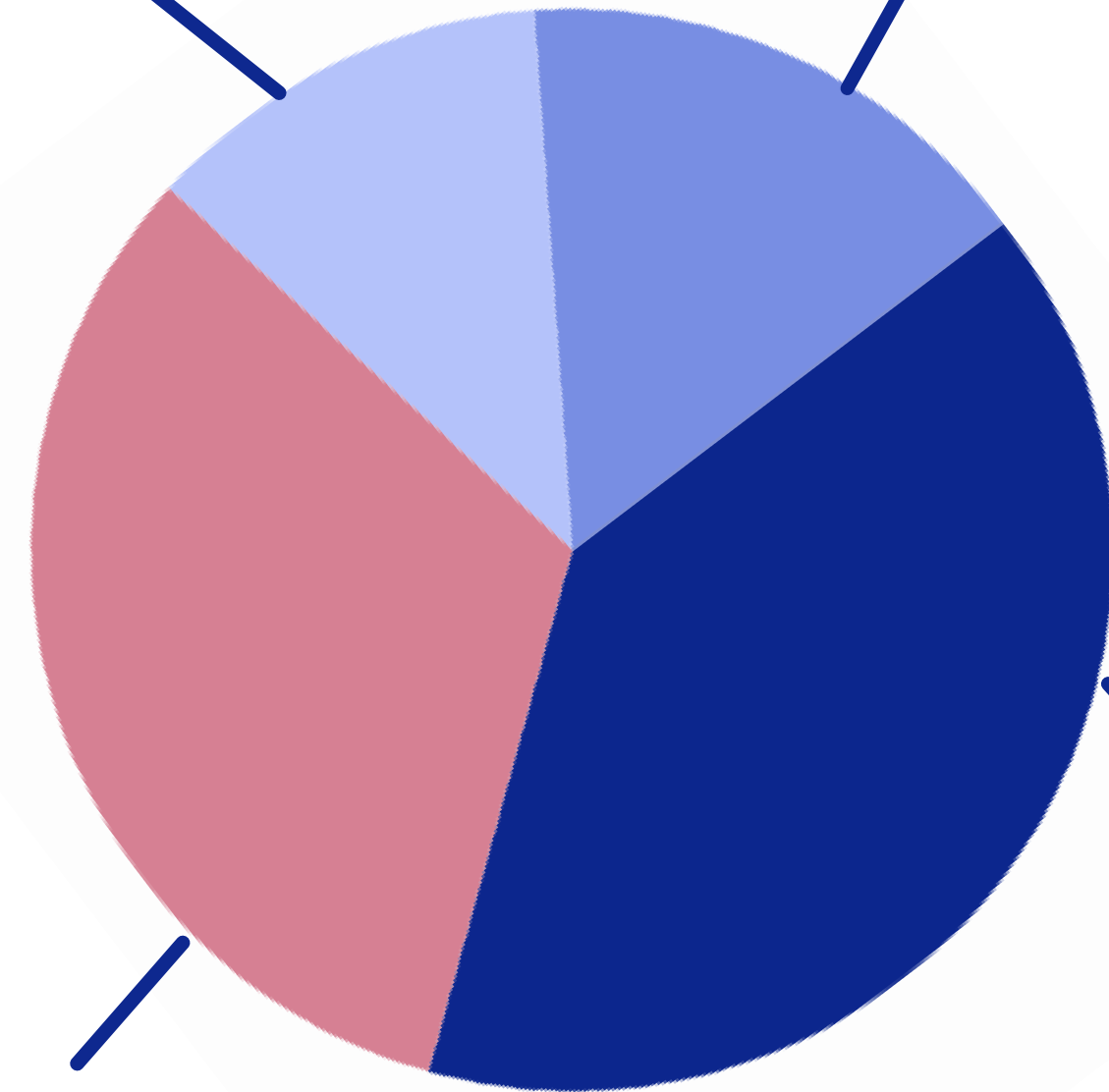
**Představte si, že
Vaše současná
firam poskytne
od příštího
měsíce všem
zaměstnancům
benefit ve formě
terapie zdarma.
Se kterým
výrokem
souhlasíte?**

obávám se, že se to dozví
ostatní (šéf, kolegové
apod.) - 12,26 %

preferuji jiné
benefity, terapii
nevyužiju - 15,78 %

budu uvažovat o využití
tohoto benefitu - 32,33 %

určitě tento benefit
využiju - 39,4 %



**Ozvěte se nám,
máte-li
k průzkumu
jakékoliv otázky**

O Terapie.cz

Portál Terapie.cz provozuje nezisková organizace #delamcomuzu, která vznikla v reakci na složitou pandemickou situaci na jaře 2020. Portál Terapie.cz usnadňuje lidem najít toho správného psychoterapeuta. Sdružuje 100+ ověřených terapeutů, ze kterých si může každý snadno vybrat dle svých preferencí. Pomáhá také firmám, které mají zájem se starat o psychickou pohodu svých zaměstnanců. Zároveň poskytuje terapeutickou pomoc i lidem, kteří by si ji nemohli dovolit, a to díky sbírce #hlavunadvodou.

Kontakty:

Pavel Pařízek

info@terapie.cz

+ 420 737 916 756

Jana Dolejšová

jana.dolejsova@terapie.cz

+ 420 606 632 024

Eva Kozáková

eva.kozakova@terapie.cz

+ 420 702 937 014



www.terapie.cz

www.donio.cz/hlavunadvodou

