

# V práci v pohodě?

Zmapovali jsme, jak firmy v IT pečují o duševní zdraví zaměstnanců a které problémy v souvislosti s prací nejčastěji lidé v IT řeší.

## PÉČE O DUŠEVNÍ ZDRAVÍ VE FIRMÁCH

Osobní rozvoj a péče o psychické zdraví jsou v IT důležité faktory při výběru zaměstnavatele



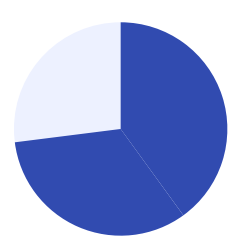
U **76 %** lidí hrála **podpora osobního rozvoje** roli při náboru do aktuální firmy u **44 %** velkou či zásadní

U **37 %** lidí hrála **péče o duševní zdraví** roli při náboru do aktuální firmy u **15 %** velkou či zásadní

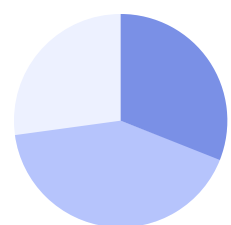
Téměř

**1/2**

lidí v IT už někdy **zažila vyhoření**  
**16 %** dokonce už několikrát



**73 %** lidí v IT by uvítalo **terapii jako zaměstnanecký benefit**



**31 %** by jej využilo určitě  
**42 %** by o tom uvažovalo



## NEJVĚTŠÍ VLIV NA PRACOVNÍ VÝKON MAJÍ



**Stres**

60 %



**Osobní problémy**

50 %



**Vyhoření**

47 %



**Úzkosti**

43 %

## FIREMNÍ BENEFITY

Firmy zavádí **péči o duševní zdraví zaměstnanců jako benefit**.

Nejčastěji:



**vzdělávání** v oblasti duševního zdraví a well-beingu



**terapii**

**Záleží vám na duševním zdraví vašich lidí?** Dopřejte svému týmu špičkovou péči díky programu [Terapie.cz pro firmy](https://www.terapie.cz).

**Terapie.cz**

Průzkum se účastnilo 137 respondentů z firem všech velikostí, působících v IT oboru. Sběr dat probíhal v srpnu 2021.