دراسة: ضغوط العمل أكبر مسبب لإكتئاب الموظفين

كشفت دراسة جديدة، اليوم الأربعاء، أن ضغوط العمل هي الآن أكبر مسبب لاكتئاب الموظفين ودفعهم للإكثار من تناول المشروبات الروحية وتعاطي المخدرات.

ووجدت الدراسة، التي نشرتها صحيفة "ديلي ميل"، أن 30% من البريطانيين يعتبرون ضغوط العمل الجزء الأكثر اجهاداً من حياتهم، فيما اعترف 57% بالإكثار من شرب الكحول بعد العمل، و14% خلال فترات النهار.

وقالت إن 7% من البريطانيين البالغين أقروا بأنهم فكروا بالإنتحار بسبب الإجهاد المرتبط بالعمل، فيما اعترف آخرون بأنه أكثر وطأة من القلق الناجم عن المال والصحة.

واضافت الدراسة أن 6 من كل 10 بريطانيين يقدمون على الشرب بكثرة بعد العمل وواحد من كل 10 خلال النهار جراء ضغوط العمل، والتي دفعت 7% منهم للتفكير بالانتحار وكان 10% منهم من الفئة العمرية 18 إلى 24 عاماً.

واشارت إلى أن ضغوط العمل أثّرت أيضاً على الشركات، كونها أجبرت 19% من موظفيها على الحصول على اجازات مرضية طويلة لعدم قدرتهم على التكيف مع متطلبات وظائفهم، ودفعت 9% للاستقالة، و25% للتفكير على نحو جدي بترك وظائفهم.

وقالت إن 34% من البريطانيين حمّلوا العمل مسؤولية الإجهاد الذي يعانون منه، و30% المشاكل المالية، و17% المخاوف الصحية، ودفعهم لاستخدام أقراص النوم أو مضادات الاكتئاب أو الاقدام على التدخين.