

Vpliv trpinčenja na delovnem mestu na duševno in telesno zdravje

Mirjana Damej, dr. med.,
spec. psihiatrije

Duševno dogajanje ob doživljanju TDM

- Tesnoba, strah, zaskrbljenost
- Ogorčenje
- Jeza
- Nemoč
- Potreba po samoobrambi
- Padec koncentracije in pozornosti !
- Nespečnost, nemir
- Povečana mišična napetost – bolečine v križu, mišicah in sklepih, glavoboli
- Zatekanje k psihoaktivnim snovem !
- Indirektno samouničevalno vedenje
- Psihiatrične motnje (PTSD, depresija – celo samomorilnost !, anksioznost)
-

The brain under stress: structural remodeling

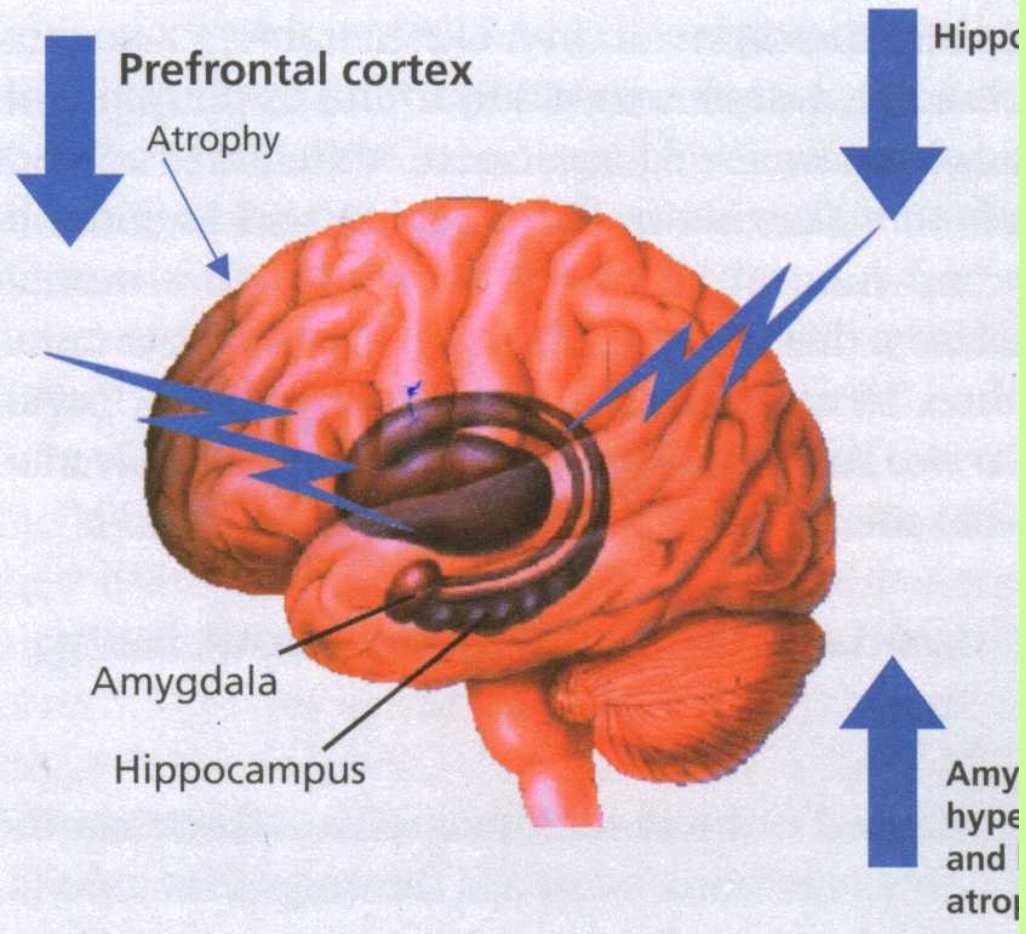


Figure 4. Brain regions that are involved in perception and response to stress, and which show structural remodeling as a result.

Ocena stresnih situacij po težini

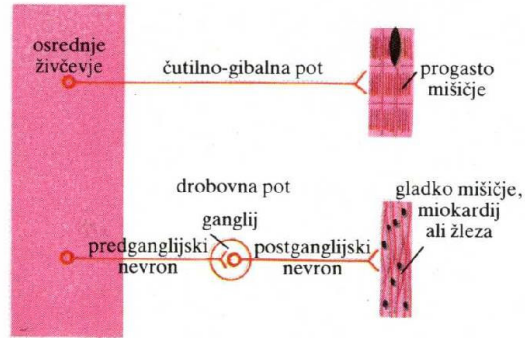
1.	Smrt partnerja	100	12.	Nosečnost	40
2.	Ločitev	73	13.	Spolne motnje	39
3.	Ločeno življenje	65	14.	Otrok	39
4.	Zapor	63	15.	Poslovne	
5.	Smrt v družini	63		spremembe !	39
6.	Bolezen, poškodba	63	16.	Fizične spremembe	38
7.	Poroka	50	17.	Smrt prijatelja	37
8.	Izguba zaposlitve !	47	18.	Sprememba dela !	36
9.	Sprava po sporu	45	19.	Konflikt v zakonu +-	35
10.	Upokojitev !	44	20.	Večji kredit	31
11.	Zdravje v družini	44	21.	Kredit plačan	30
			22.	Sprememba odgovornosti pri delu !	29

23. Prazno gnezdo	29	35. Sprememba družbenih	
24. Spor s prijatelji	29	aktivnosti	18
25. Izreden os.uspeh	28	36. Manjši kredit	17
26. Partner – služba !	26	37. Sprememba spanja	16
27. Začetek ali konec šolanja	26	38. Sprememba družinskih	
28. Sprememba življ. pogojev	25	stikov	15
29. Sprememba življ. navad	24	39. Sprememba prehrabnenih	
30. Spor s šefom !	23	navad	15
31. Sprememba del.		40. Dopust	13
časa ali del. pogojev !	20	41. Božič, Novo leto	12
32. Selitev	20	43. Prekrški (promet...)	11
33. Sprememba šole	20		
34. Sprememba rekreativnih			
navad	19		
		1 LETO: 150 točk – 50%	
		300 točk – 100%	

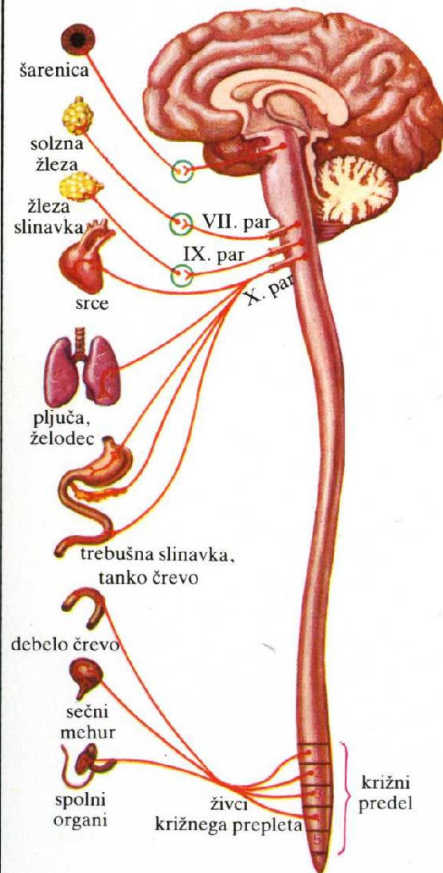
Ali trpinčenje na delovnem mestu lahko povzroči telesno bolezen?

- Zaznava TDM - čustvena reakcija
- Obvestilo o dogodku iz skorje v hipotalamus
- Avtonomno živčevje, hormonalna dejavnost
- Vpliv na kardiovaskularni sistem
(kap – srčna ali možganska, povišan RR)
- Povečanje presnove (diabetes, ščitnica)
- Spremenjen imunski odziv (infekti, avtoimune bolezni, rak)

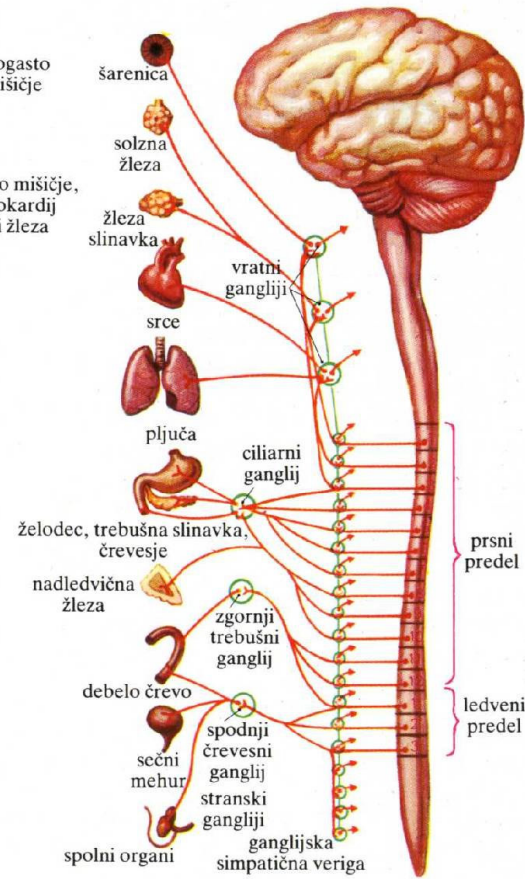
Avtonomno živčevje



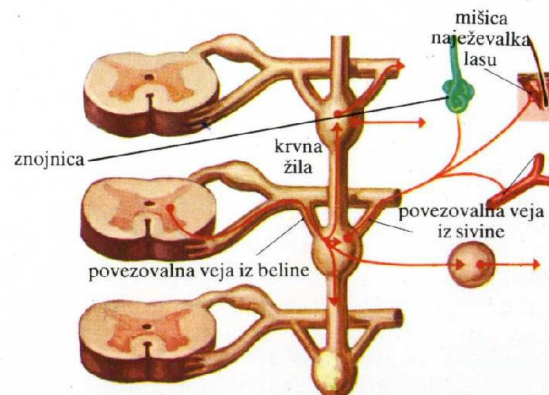
1. Razlikovanje med telesnimi in drobovnimi gibalnimi potmi



3. Prikaz parasimpatičnega živčevja

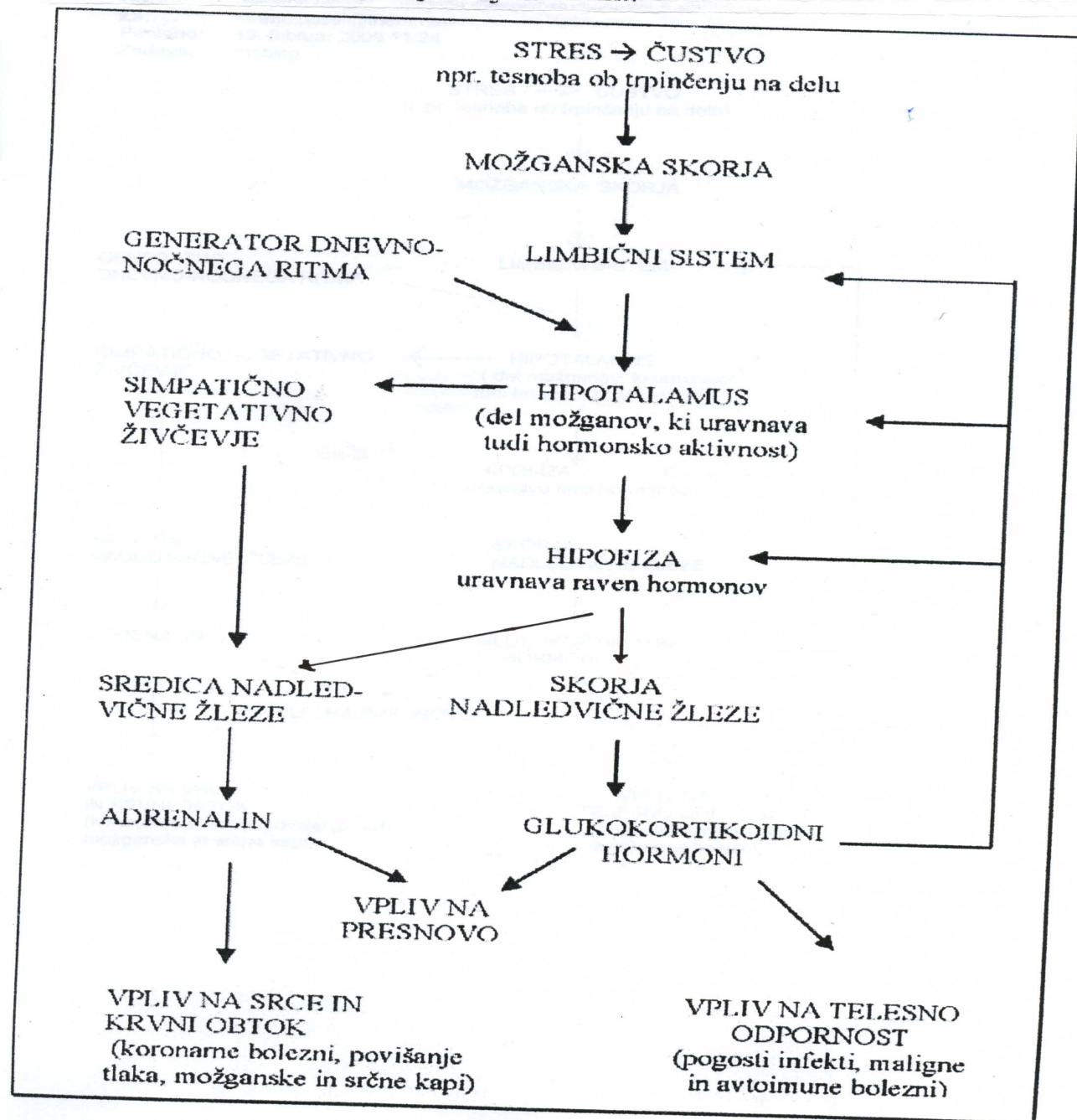


2. Shematski prikaz simpatičnega živčevja



4. Možne poti porazdelitve predganglijskega simpatičnega nevrona

ne bolezen, ki jo štejemo za psihosomatsko. Ta proces zelo
nostavljeno prikazuje spodnja shema.



Možne psihosocialne posledice TDM za posameznika

- Nezmožnost za delo
- Znižanje ekonomskega statusa
- Razbitje socialne mreže, družine
- Drsenje proti družbenemu obrobju
- Razne oblike socialne patologije
- Samomor

Posledice TDM za podjetje

- slabi občutek pripadnosti podjetju
- slabi motivacija ter medsebojno sodelovanje
- pojavljajo se vedenjski izpadi, napake pri delu, sabotáže
- narašča bolniški stalež
- moten je delovni proces
- sledi zmanjšana produktivnost in konkurenčnost podjetja

Posledice TDM za družbo

- ekonomsko breme zaradi obolevanja ter odsotnosti z dela, stroškov zdravljenja zdravstvenih posledic, invalidnosti, eventuelne odvisnosti od PAS
- degradacija družbenega življenja zaradi izgube življenjske samostojnosti dela populacije ter posledične marginalizacije, širjenja odvisnosti, večanja socialne patologije, razpada družin, samomorov...
- razpad vrednot in kontrolnih mehanizmov družbe

