

KAROSHI **ili kako se ubiti prekomjernim radom**

Elvira Koić, Daša Poredoš

prim.mr.sc. Elvira Koić, spec. psihijatar
uža specijalizacija: socijalna psihijatrija i psihijatrija u zajednici
e-mail: elvirakoic@gmail.com
web: www.suicidi.info; www.psihijatrija.com, www.mobbing.hr

mr.sc. Daša Poredoš, dipl.soc. radnik
e-mail: dasa.poredos@sk.t-com.hr.

Sažetak:

Karoshi je pojam kojim se označava ekstremni negativni stres i izgaranje na poslu koje rezultira iznenadnom smrću, a što se povezuje sa prekomjernim radom kompliciranim previsokim zahtjevima koji se postavljaju radniku i izostankom adekvatne socijalne podrške, a često se povezuje i sa sindromom mobinga.

Srčani ili moždani udar ili suicidalni izlaz uzrokovani nakupljenim negativnim stresom zbog "predoziranja poslom", najčešća su posljedica. Iznenadnoj smrću često prethodi kronični umor, depresivni poremećaj, te latentna ili manifestna suicidalnost, pa se karoshi ponekad doživljava i kao samoubojstvo poslom.

Ključne riječi: karoshi, suicid, rad, stres, mobing, burn-out sindrom, smrt.

Karoshi (Kah /previše/+roe /rad/+she /smrt/) je fenomen koji opisuje sindrom iznenadne smrti uslijed insuficijencije srčane funkcije, subarahnoidalnog krvarenja ili suicida, a bez prethodnih upadljivih znakova bolesti, najčešće kod osoba u četrdesetim i pedesetim godinama, a povezuje se sa prekomjernim radom. Ta pojava je prvo prepoznata u Japanu još 1969. godine, a službeno priznata 1987. godine, no posljednjih godina uočena je u U.S.A. i u zemljama Europske unije. U Koreji, gdje se radi šest dana u tjednu i svakodnevno prekovremeno, ovaj fenomen zove se "Gwarosa", a u Kini "Gualosi".

Prema procjenama rizična zona za pojavu karoshi sindroma je rad koji uključuje 80, a većina osoba koje su liječene ili umrle zbog karoshija radile su i preko 100 prekovremenih sati mjesečno.

Radno vrijeme tijekom 19. stoljeća iznosilo je oko 12 sati u šesterodnevnom radnom tjednu, a potom se u 20. stoljeću sve do 1970. godine progresivno smanjuje do 48 ili 42 sata tjedno uz slobodnu subotu, nedjelju i praznike, što je dovelo do povećanja produktivnosti. Međutim, od 1970. godine, postepeno ponovno dolazi do povećanja broja radnih sati, nepravilno produljenih, brisanih i neprikazanih inspekcijama rada, počesto i neplaćenih, a sve češće susrećemo pojavu tzv. "kliznog radnog vremena", bez pravila i satnice. To se događa mada su ekonomski napredne zemlje (ali ne sve, a neke samo deklarativno) ratificirale konvencije, norme i preporuke ILO (Međunarodne organizacije rada), vezane uz radne sate i plaćene dopuste, kao jedno od osnovnih prava, i prema Međunarodnoj deklaraciji o ljudskim pravima, svima je zajamčeno pravo na poštovanje radnih uvjeta, uključujući i razumno ograničenje radnih sati i plaćeni dopust. Postoji i Međunarodni pakt o ekonomskim i socijalnim pravima, kao i zahtjevi prema kojima vlade zemalja moraju propisati utvrditi i maksimalni broj dodatnih (prekovremenih) radnih sati. Npr. Japanska vlada je postavila ograničenje, koje iznosi za žene maksimalno 150 sati godišnje, ali nije napravila takve propise za muške

radnike. Premije za prekovremeni rad trebale bi biti više od 25% u odnosu na normalnu plaću, a prema ILO Konvenciji godišnje bi trebalo osigurati plaćeni dopust koji ne smije biti manji od tri radna tjedna, a dva tjedna od toga neprekinut. Međutim, npr. u Japanu je procijenjeno da je to dodatni trošak te da dopust ne smije biti manji od 10 dana i da može biti prekinut. U 1988. godini, dopust se koristio u svega 50.5% poduzeća s više od 30 radnika, a broj predviđenih dana pao je 7,9 dana godišnje.

Prema izvješću Međunarodne organizacije rada (ILO) iz 2004. godine, 28.1% tj. svaki treći japanski radnik je radio oko 50 sati tjedno više nego 2001. godine. Intervencijom ministarstva zdravstva ta brojka se spustila 2005.g na 1.800 sati, još iznad prosjeka u drugim razvijenim zemljama. Međutim, istraživanja su pokazala da japanski muški radnici ipak i dalje rade i do 2700 sati godišnje, a npr. zaposleni u "Fuji Bank" i do 3000 sati, sa preko 700 sati neplaćenog rada. To je znatno više nego npr. u Francuskoj ili Njemačkoj (1.440 sati godišnje). No, i u francuskoj automobilskoj industriji "Renault" 2006. godine su zabilježene tri smrti zbog karoshi sindroma, i to suicidom, nakon ekstremnog pritiska i kratkih rokova koje su zaposlenici pretrpjeli dolaskom novog direktora. Prema američkim radnim statistikama oko 20% Amerikanaca radi više od 49 sati tjedno, a njih 8% više od 60 sati. U Indoneziji se događa da radnici rade i do 11 sati dnevno, ali i nedjeljom. Podrazumijeva se da se svakodnevno "redovno" rade barem dva prekovremena sata dnevno, od čega se ne izuzimaju ni slučajevi kada je radnik bolestan, sve dok ne kolabira na stroju.

Od karoshi sindroma, najčešće stradaju poslovni rukovoditelji, liječnici, novinari, profesionalni vozači i drugi izloženi ekstremnim psihološkim pritiscima i prekomjernom profesionalnom odgovornošću. Oni često rade prekovremeno bez obzira je li im taj rad bio plaćen ili ne. U Japanu se na to gleda slično kao na "ponos Samuraja" i podrazumijeva se, jer bi suprotno bilo nečasno i dovelo do sramoćenja jer bi značilo nelojalnost kompaniji. Tako "radnici - ratnici-Samuraji" rade vrlo teško, ne govore o tome, ne žale se, a stres je zabranjena riječ. Bez obzira na radni napor, izražavaju visok stupanj odanosti prema kompaniji u kojoj su zaposleni. Kompanijski pritisak se kombinira i sa ego-pritiskom, uz kulturnu predispoziciju za radoholizam, pa radnik više podsjeća na korporacijskog slugu, a ne na zaposlenog. Tipični japanski radnik koji živi u Tokyu često provodi tri sata u putu do radnog mjesta i nazad do kuće, kamo kreće oko 19 ili 20 sati uvečer. Nije rijedak slučaj da ostaje u uredu i preko noći, jer su im uredi možda bolje opremljeni od stana u koji samo povremeno svraćaju. Nije rijedak primjer vidjeti ih kako spavaju u vagonima podzemne željeznice, sjedeći ili stojeći, gdje u snu i dalje izvode automatske radnje rukama, koje su od jutra bezbroj puta ponavljali poput Charlie Chaplina u filmu "Moderna vremena".

Prema japanskim statistikama, tijekom 2006/2007. godine oko 355 radnika je oboljelo od predoziranja poslom, a od toga ih je 147 umrlo, uglavnom zbog srčanog udara ili cerebralnog inzulta. Zbog toga je osnovana posebna komisija odvjetničkog vijeća i Ministarstva rada koja prati tu pojavu. Procjenjuje se da je od 1990.g. preko 10.000 ljudi umrlo od karoshija.

Raditi deset ili dvanaest sati dnevno šest do sedam dana u tjednu, iz godine u godinu, uvažavajući i način radnog angažmana uz povišeni negativni stres, ne može proći bez tjelesnih i psihičkih posljedica. Rizik je naglašen kod radnika iznad četrdesete i pedesete godine života, koji imaju male mogućnosti za drugi posao, a u strahu od gubitka postojećeg, pristaju na sve. Posljednjih godina rizik je podjednak i za žene i za muškarce. Nakon ekstremno prekovremenog rada osoba se više ne može odmoriti, pa kada i dođe vrijeme za odmor više ga ne zna iskoristiti, ne zna što bi sa sobom. Od obitelji su otuđeni, a često im je odlazak na posao bio zapravo jedini izlazak. Uglavnom se nepravilno hrane, ponekad prekomjerno opijaju, a nerijetko troše amfetaminske preparate da bi mogli duže i više izdržati. Posebno je opasna razina povećanog stresa zbog nagomilanih frustracija, u

nemogućnosti postignuća nerealnih ciljeva realizacije koje postavlja kompanija, što se najbolje može vidjeti u trgovini. Na primjer, ekonomska recesija izaziva pad prodaje proizvoda ili usluga, a kompanija zahtijeva veću prodaju i bolje rezultate, pa zaposlenici usprkos težem radu imaju manje uspjeha. Posebno je teško kada se insistira na stopi rasta, koja u konkurenciji tržišta podrazumijeva restrukturiranje poduzeća smanjivanjem broja zaposlenih - uz povećanje normi onima koji su ostali, kako bi se povećala produktivnost. Tada lako dolazi do radnog iscrpljivanja, posebno kod rukovoditelja koji moraju izvršiti naloge kompanije, stavljeni su u sendvič odgovornosti za učinke radnika i njihovih realnih mogućnosti i protesta. U takvim okolnostima lako dođe i do strateškog mobinga, kada poslodavac svjesno pribjegava maltretiranju kako bi radnici "samovoljno" dali otkaz, čime se oslobodi viška, a ne mora isplatiti ni otpremninu. Dolazi i do zlouporabe ljudskih prava, pa čak i nasilničkog ponašanja, prisilnih ostavki, umirovljenja ili gubitka radnih mjesta. Radnici koji su godinama vjerno služili postanu očajni. U tom kontekstu, jedan od uzroka za pojavu karoshija je i zapošljavanje honorarne radne snage, koja donosi uštedu i fleksibilnost, jer se lakše može otpuštati, a što je znatno različito od "doživotnog" zapošljavanja kako je bilo ranije. U odnosima između radnika koji su zaposleni na neodređeno i onih na određeno vrijeme razvija se konkurencija i potreba za dokazivanjem, a koja često znači i preuzimanje dodatnih poslova. Čak i pokret kojim se briše znoj s lica smatra se gubljenjem vremena, "pa treba poraditi na tome da se on izostavi". Zaposleni se u svakom trenutku mora odazvati zahtjevu za dodatnim radom pa i na godišnjem odmoru. Odbije li raditi i jedan sat prekovremeno, dobiva otkaz. Ma koliko da je ostao na poslu, "uvijek se nađe i nešto za ponijeti kući", tek toliko da se kod kuće ne dosađuje. Predaha nema, a za posustale nema milosti, pa 46 - 66 % rukovoditelja smatra da će stradati od karoshija.

Još više od zaposlenih uplašeni su njihovi najbliži, o čemu svjedoče djelatnici zaposleni na "Karoshi telefonu", koji su osnovali pravnici i liječnici 1988. godine. Često zovu udovice radnika koji su uslijed preopterećenosti umrli ili su počinili suicid. Nacionalna policijska agencija iznijela je podatak da "ne manje od nekoliko tisuća, a ne više od deset tisuća" godišnje počinji suicid.

Glavni cilj Hotline je pružiti podršku za obitelji poginulih kroz savjete o tome kako dobiti naknadu tj. obeštećenje, u svezi sa stradanjem na poslu. Od lipnja 1988. do lipnja 2000. godine primili su 5777 poziva, od čega je više od dvije trećine bilo zbog smrti ili bolesti u svezi sa prekomjernim radom. Od toga je 390 poziva bilo u svezi sa suicidom radnika. U samo 21% slučajeva koji su evidentirani pri "Karoshi Hotline", radnik je posjetio psihijatra prije nego je počinio suicid. To se događa uglavnom zbog snažne stigme duševnih bolesnika. Svake godine se podnese oko 1000 zahtjeva za naknadom nakon smrti zbog karoshija, što je vrlo skromno, tek oko pet posto.

Međutim, pravo na obeštećenje srodnici stječu tek ako je žrtva prije smrti radila ukupno duže od 24 sata. Ako je više dana prije toga radila i po 20 sati, slučaj se ne priznaje. Isto pravo stječe se i kod sedam uzastopnih dana s radom dužim od 16 sati dnevno. Ako je u tih sedam dana bio i jedan dan odmora, pravo se gubi, pa makar je žrtva ostale dane radila i po 20 sati. Tako se naknada vrlo rijetko, gotovo izuzetno uspijeva isposlovati. Ipak, Okružni sud u Nagoyi presudio da je radnik zaposlen u "Toyoti" kao menadžer za kontrolu kvalitete, koji je 2002. godine umro na radnom mjestu u četiri sata ujutro (a službeno je radio u prvoj smjeni) doista umro uslijed karoshija, kako je u tužbi navela njegova udovica. Prethodno je pola godine radio i po 80 prekovremenih sati mjesečno, što su poslodavci smatrali dobrovoljnim – dakle – radom koji nisu platili. .

Kako bi se spriječila stopa suicida, svakako je između ostalog potrebno smanjiti radno vrijeme, regulirati noćni rad i adekvatno nagraditi prekovremeni rad i rad tijekom blagdana, te spriječiti zlouporabu radnika, jer se napredak ne može postići na osnovi žrtvovanja onih koji

su osnova za napredak. Također treba brinuti i o nezaposlenima, jer stopa suicida je u svezi sa stopom nezaposlenosti, te socijalnom nesigurnošću i siromaštvom koje ono nosi.

Brojni su primjeri slučajeva karoshi sindroma opisani u literaturi. Npr. dvadeset dvogodišnja medicinska sestra doživjela je kardijalni infarkt nakon dežurstva od 34 sata, koje je redovno obavljala pet puta mjesečno. Njen šef je rekao: " Mlada Joshida svijetli je primjer kolektivu, tako trebaju svi raditi, iskoristimo do kraja energiju mladosti.". Od srčanog udara je umro i radnik u tvornici hrane, u 34. godini, nakon što je radio oko 110 sati tjedno, a također i vozač kamiona, koji je tijekom 11 godina radnog staža ostvarivao oko 5700 radnih sati godišnje. Njegova obitelj nije dobila odštetu jer je Inspektor rada obrazložio kako je "to česta satnica u tom poslu". Supruga službenika za kontrolu kvalitete i reklamacije, nakon zahtjeva za odštetom dobila je odgovor "da je svakom radniku čast umrijeti za svoje poduzeće".

Umjesto zaključka, ilustrativan je članak objavljen u U.S.A. tisku: George Turklebaum, 51 g., koji je oko 30 godina bio zaposlen kao lektor u istoj novinskoj kući u New Yorku, stradao je od kardijalnog infarkta u uredu koji dijeli s 23 druga radnika. Umro je u ponedjeljak i ostao za svojim stolom a da to nitko nije primijetio sve do čistačice u subotu u jutro nakon tjedan dana. Njegov šef, Elliot Wachiaski je rekao: "George je uvijek dolazio prvi svakog jutra i posljednji odlazio u noć, pa nitko nije smatrao neobičnim vidjevši ga stalno za njegovim stolom. Uvijek je bio zadubljen u svoj posao i nije razgovarao.". Autor tog novinskog članka nudi i pouku priče: Nije loše povremeno barem gurnuti svog suradnika. Nemojte previše raditi. Nitko to i onako ne primjećuje.

Literatura:

1. Iwasaki K, Takahashi M, Nakata A. Health problems due to long working hours in Japan: working hours, workers' compensation (Karoshi), and preventive measures. *Ind Health*. 2006;44(4):537-40.
2. Kawane H. Karoshi and smoking. *CMAJ*. 1993;(1);148(1):14.
3. Uchiyama S, Kurasawa T, Sekizawa T, Nakatsuka H. Job strain and risk of cardiovascular events in treated hypertensive Japanese workers: hypertension follow-up group study. *J Occup Health*. 2005;47(2):102-11.
4. Pompili M, Lester D, Innamorati M, De Pisa E, Iliceto P, Puccinno M, Nastro PF, Tatarelli R, Girardi P. Suicide risk and exposure to mobbing. *Work*. 2008;31(2):237-43.
5. Taoda K, Nakamura K, Kitahara T, Nishiyama K. Sleeping and working hours of residents at a national university hospital in Japan. *Ind Health*. 2008;46(6):594-600
6. Woo JM, Postolache TT. The impact of work environment on mood disorders and suicide. Evidence and implications. *Int J Disabil Hum Dev*. 2008;7(2):185-200.
7. Aleck O, Stefania M, James T, James D, Ruth H, Lisa C, Amber L, Clyde H. The impact of fathers' physical and psychosocial work conditions on attempted and completed suicide among their children. *BMC Public Health*. 2006 Mar 27;6:77.
8. Wikipedia. URL: <http://en.wikipedia.org/wiki/Kar%C5%8Dshi>.
9. Baltezarević V. Karoshi – Smrt zbog predoziranja poslom. Zbornik sažetaka: 1. Međunarodni kongres - Era nove ekonomije i novih zanimanja STRES i MOBING. Split, hotel Le Meridien Lav, 7.- 9. studenog 2008. str. 49.
10. Lee S., Colditz G., Berkman L, Kawachi I. A prospective study of job strain and coronary heart disease in US women. *International Journal of Epidemiology*. 2002; 31:1147-1153.
11. Karoshi Hotline. The office of the National Defence Counsel for Victims of KAROSHI Kawahito Law Office. Tokyo. URL: <http://karoshi.jp/english/overwork.html>.
12. Totsuka E., Ueyanagi T. Prevencija smrti od prekovremenog rada i lijekovi za žrtve . Ženeva, kolovoz 1991.

13. Klein A. Spielzeug made in China - Bausteine für den Unterricht Auszüge aus dem Arbeitsheft: alle sollen gewinnen. FÜR FAIRE REGELN in der Spielzeugproduktion. Überarbeitung: MISEREOR 2006., gualosi, str. 22.
14. Chinanews.cn. Overwork kills 600,000 Chinese. Gwarosa. Updated: 2006-06-30. URL: http://www.chinadaily.com.cn/bizchina/2006-06/30/content_630082.htm.
15. Chaplin Ch. Modern Times. 1936. URL: <http://www.charliechaplin.com/en/categories/9-Modern-Times/articles/6-Modern-Times>.
16. Entwistle L.A. Dealing With Absence. Worker Dead at Desk for 5 Days. Wright, Johnston & Mackenzie LLP. 2005. URL: http://urbanlegends.about.com/library/bl_george_turklebaum.htm.