లీవ్ మీ!

- జెన్ జెడ్ సెలవు రాగం

కార్పొరేట్ కొలువులకు.. సెలవుల రోగం పట్టుకున్నది. కార్యాలయాల్లో పని ఒత్తిడి.. ఉద్యోగులను ఉక్కిరిబిక్కిరి చేస్తున్నది. అనారోగ్యం, మానసిక ఆందోళన.. బర్న్ అవుట్‌కు దారి తీస్తున్నది. ఫలితంగా.. 'సిక్ లీవ్స్' పెట్టేవారి సంఖ్య భారీగా పెరుగుతున్నది. ఈ పరిణామం ఉత్పాదకతపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపుతున్నది. ఈ విషయంలో సంస్థలు స్పందించి.. కార్మికులు, ఉద్యోగుల ఆరోగ్యంపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపాల్సిన అవసరం ఏర్పడుతున్నది.

2023 ఆగస్టు. బెర్లిన్‌లోని టెస్లా గిగా ఫ్యాక్టరీలో 17 శాతం మంది కార్మికులు 'సిక్‌లీవ్' పెట్టడం అప్పట్లో ఓ సంచలనం. అక్కడ దాదాపు 12వేల మందికిపైగా పనిచేస్తుండగా.. ఒకే నెలలో 2040 మంది అనారోగ్యం పాలయ్యారు. దాంతో వారంతా విధులకు గైర్హాజరు కాగా.. సంస్థ కాస్త కఠినంగానే వ్యవహరించింది. ఈ చర్య.. ఎన్నో విమర్శలకు దారితీసింది. అయితే, ఇలాంటి ఘటనలు టెస్లాకు మాత్రమే పరిమితం కావడంలేదు. అనారోగ్యంతో ఆఫీసులకు సెలవు పెడుతున్నవారి సంఖ్య ఇటీవలి కాలంలో భారీగా పెరుగుతున్నది. మానసిక సమస్యలు, బర్న్ అవుట్ కూడా ఇందులో ప్రధాన పాత్ర పోషిస్తున్నాయి. 'జర్నల్ ఆఫ్ సైకియాట్రీ రీసెర్చ్' ఇటీవల ప్రచురించిన ఓ అధ్యయనంలో పలు ఆసక్తికర విషయాలను బయటపెట్టింది. 2012–14లో 39,793 మంది (3.6 శాతం), 2016 – 18లో 46,708 మంది (3.8 శాతం), 2020–22లో 50,721 మంది (3.6 శాతం) ఉద్యోగులు.. పని ఒత్తిడితో బర్న్ అవుట్ అయినట్లు వెల్లడించింది. 2023 ఫిబ్రవరి నుంచి 40 శాతం మంది ఉద్యోగులు బర్న్ అవుట్ కారణంగా సెలవులు తీసుకున్నట్లు 'మెట్‌లైఫ్ యూకే' రిపోర్ట్ చెబుతున్నది. 2009 మందితో చేసిన ఈ సర్వేలో.. 30శాతం మంది ఉద్యోగుల్లో పని ఒత్తిడి, మానసిక ఆరోగ్య సమస్యలు పెరుగుతున్నట్లు తేలింది. అగ్రరాజ్యం అమెరికాలోనూ ఈ ట్రెండ్ స్పష్టంగా కనిపిస్తున్నది. ఇక్కడ 2019తో పోలిస్తే.. 2023లో అనారోగ్య సెలవులు 55శాతం పెరిగినట్లు వెల్లడైంది. భారతదేశంలోనూ ఈ పరిణామం ఆందోళన కలిగిస్తున్నది. ఈ ఏడాది మే నెలలో చోటు చేసుకున్న 'ఎయిర్ ఇండియా' సంఘటనే అందుకు ఉదాహరణ. ఇక్కడ ఒకే నెలలో 300 మంది ఉద్యోగులు సామూహికంగా సెలవు పెట్టేశారు. ఫోన్‌లనూ స్విచ్ ఆఫ్ చేసుకున్నారు. పని ఒత్తిడి, సంస్థపై అసంతృప్తితో వీరంతా సెలవు పెట్టగా.. దాదాపు 90 విమాన సర్వీసులను 'ఎయిర్ ఇండియా' రద్దు చేసింది.

శతకోటి కారణాలు..

ఆరోగ్య సమస్యలతో ఆఫీసులకు రాలేక పోతున్నవారి సంఖ్య క్రమంగా పెరుగుతున్నది. అందులోనూ జనరేషన్–జెడ్‌గా పిలుచుకునే నవతరమే ఎక్కువగా 'సిక్ లీవ్స్' పెడుతున్నది. ఇందుకు కారణాలు అనేకం. ఈ సమస్యను పరిష్కరించాలంటే.. ముందుగా ఆ కారణాలను అర్థం చేసుకోవాలి.

- 2020లో ప్రపంచాన్ని వణికించిన కరోనా.. ప్రజల్లో ఆరోగ్య స్పృహను పెంచింది. ఉద్యోగుల్లోనూ ఎన్నో మార్పులు తీసుకొచ్చింది. పని ప్రదేశాలను ఓ కొత్త కోణంలో చూసేలా చేసింది. వ్యక్తిగత ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుచుకోవడం, తోటి ఉద్యోగులకు వ్యాపించకుండా చూసుకోవడంపై దృష్టి పెరిగింది. దాంతో.. సెలవులు పెట్టడం అనివార్యంగా మారింది.
- ఉద్యోగులు భారీగా గైర్హాజరు కావడంలో వారి మానసిక ఆరోగ్యం కూడా కీలకంగా మారుతున్నది. ముఖ్యంగా జెనరేషన్ జెడ్‌లో! వాల్టన్ ఫౌండేషన్ అధ్యయనం ప్రకారం.. నేటితరం ఉద్యోగుల్లో 42శాతం మంది ఎప్పుడూ నిరాశ – నిస్పృహల్లోనే ఉంటున్నారట. నిన్నమొన్నటి దాకా స్టూడెంట్ లైఫ్‌ను ఎంజాయ్ చేసినవారంతా.. ఇప్పుడు ఉద్యోగులుగా ఒత్తిడిని తట్టుకోలేక పోతున్నారట. దాంతో మానసిక ఆందోళనకు గురవుతున్నారట. వీరిలో చాలామంది వ్యక్తిగత సంరక్షణ కోసమే సిక్‌లీవ్స్ పెడుతున్నారట.
- పని ప్రదేశాల్లో ఇబ్బందులు కూడా.. ఉద్యోగులను సిక్ లీవ్స్ దిశగా అడుగులు వేయిస్తున్నాయి. బెర్లిన్‌లోని టెస్లా ప్లాంట్ ఘటనే ఇందుకు ఉదాహరణ. అక్కడ ఉద్యోగులపై అధిక పనిభారం, పని ప్రదేశాల్లో రక్షణ లేకపోవడమే వారితో మూకుమ్మడి సెలవులు పెట్టించేలా చేసిందట. అంతేకాకుండా.. ఏళ్లకేళ్లుగా ఒకే ఆఫీసులో, అధిక ఒత్తిడితో పనిచేస్తున్న ఉద్యోగులు కూడా బర్న్ అవుట్ అవుతున్నారు.

పని ప్రదేశాల్లో ఇబ్బందులు కూడా ఉద్యోగులను సిక్ లీవ్స్ దిశగా అడుగులు వేయిస్తున్నాయి. బెర్లిన్‌లోని టెస్లా ప్లాంట్ ఘటనే ఇందుకు ఉదాహరణ. అక్కడ ఉద్యోగులపై అధిక పని భారం, పని ప్రదేశాల్లో రక్షణ లేకపోవడమే వారితో మూకుమ్మడి సెలవులు పెట్టించేలా చేసిందట.

కిం కర్తవ్యం..

ఇప్పుడున్న పరిస్థితుల్లో ఉద్యోగుల గైర్హాజరీని పూర్తిగా తగ్గించడం సాధ్యంకాదు. మంచి పని వాతావరణం కల్పించడం, ఉద్యోగులపై ఒత్తిడిని తగ్గించడం ద్వారా.. సెలవుల శాతాన్ని తగ్గించవచ్చు.

- ఎక్కువగా పనిచేసే ఉద్యోగులు అనారోగ్యానికి గురయ్యే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. అలాంటి వారిని గుర్తించాలి. వారిపై పనిభారం తగ్గించేలా చర్యలు తీసుకోవాలి.
- ఉద్యోగుల్లో మానసిక ప్రశాంతత పెరిగేలా, ఒత్తిడి తగ్గేలా ప్రత్యేక కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలి. వారికి అనుకూలమైన పని షెడ్యూల్‌ను అందించాలి. వెల్‌నెస్ సెషన్లు నిర్వహిస్తూ ఉద్యోగులకు మద్దతుగా నిలవాలి.
- 'వర్క్ ఫ్రమ్ హోమ్, 'రిమోట్ వర్కింగ్ సిస్టమ్' లాంటివి ఉద్యోగులపై పనిభారాన్ని తగ్గిస్తాయి. ఉద్యోగం–వ్యక్తిగత జీవితం రెండిటినీ బ్యాలెన్స్ చేస్తాయి. ఫలితంగా వారిలో మానసిక ప్రశాంతత పెరిగి.. అనారోగ్య సమస్యల నుంచి దూరం కావొచ్చు. 'రిమోట్ వర్కింగ్'కు అనుకూలంగా ఉండేవారు ఇటు ఆఫీస్ పని చేసుకుంటూనే, వ్యక్తిగత ఆరోగ్యంపైనా దృష్టిపెట్టే అవకాశం ఉటుంది. ఫలితంగా.. కొలువుకు సెలవులు తగ్గుతాయి. ■