

Istraživački rad

## **Utjecaj pandemije i potresa na zdravlje i materijalni status novinara i urednika**

### **Autori rada:**

- Iva Boban Valečić
- Tanja Ivančić Belošević
- Nataša Vlašić Smrekar
- Petra Maretić Žonja

2022

## **Istraživanje u hrvatskim redakcijama: Utjecaj pandemije i potresa na zdravlje i materijalni status novinara i urednika**

### **Uvod**

Pandemija je izazvala brojne poteškoće u novinskim redakcijama diljem svijeta, ne samo zbog izvještavanja o COVID-19 nego i zbog toga što je ekonomska kriza koja se javila kao posljedica pandemije pojačala uobičajenu egzistencijalnu nesigurnost u ovoj djelatnosti, ubrzala radni tempo novinara, povećala broj dezinformacija kao i uvreda i prijetnji kojima su izloženi. U Hrvatskoj su se u otprilike istom razdoblju otkad se pojavila pandemija koronavirusa dogodila i dva razorna potresa o kojima se također iscrpno izvještavalo i još izvještava o njihovim posljedicama. Kako je sve to utjecalo na novinare i urednike? Poznato je da je Hrvatska jedna od zemalja s najvišom stopom smrtnosti od korone, a u kombinaciji s dva potresa u rasponu manjem od godinu dana, jasno je da su novinari bili izloženi visokim razinama stresa. Poznato je također da su uvjeti u kojima rade nerijetko daleko od idealnih. Glavna svrha ovog projekta stoga je bila otkriti kako su pandemija bolesti COVID-19 i potresi te ekonomska kriza povezana s pandemijom utjecali na psihičko i fizičko zdravlje hrvatskih novinara i urednika te na njihov materijalni status, kao i jesu li i na koji način redakcije, odnosno poslodavci osigurali fizičku zaštitu kolegama unutar redakcija i kad izlaze na teren. Uz to, svrha je ovog istraživanja bila ispitati kako je organiziran svakodnevni način rada te postoji li socijalna podrška u redakcijama, kao i eventualna psihološka pa i financijska pomoć na potresom razorenim područjima.

### **Iskustva i istraživanja**

Niz je istraživanja provedeno u svijetu vezanih uz novinare i pandemiju koronavirusa na različite teme: o tome kako su novinari izvještavali o samoj pandemiji i kako su se borili protiv dezinformacija vezanih uz pandemiju i cijepljenje. Dio istraživača bavi se i zdravljem novinara, uglavnom onih kolega koji su neposredno izvještavali o ovoj bolesti, većinom njihovim psihološkim zdravljem, ali i stupnjem socijalne podrške koji su dobivali u svojim redakcijama i novim oblicima rada poput rada na daljinu.

Jedna od prvih takvih studija, istraživanje Sveučilišta Columbia (2020.) provedeno na 1400 medijskih djelatnika iz 125 zemalja pokazalo je da su najteži aspekti izvještavanja o COVID-19 psihološki utjecaj krize i strah od gubitka posla. Odmah zatim, čak 85 posto

ispitanika u ovom istraživanju požalilo se da nije dobilo psihološku podršku u redakcijama i 64 posto njih na intenzivniji radni tempo.

Studija G. Tyson i J. Wild sa Sveučilišta Oxford "Posttraumatski stresni poremećaj kod novinara koji su učestalo izvještavali o COVID-19" (2021.) usmjerena je isključivo na novinare koji su neposredno pokrivali priče povezane s ljudskom patnjom. Prema ovom istraživanju, ova je skupina kolega pokazala značajno jače simptome psihološkog stresa i PTSP-a, ali ne i simptome depresije, u usporedbi s novinarima koji nisu izvještavali o COVID-19. Ruminacija (ponovno proživljavanje emocionalno intenzivnih situacija, op.a.) i emotivna umrtvljenost kao odgovor na neželjena sjećanja prediktor su simptoma PTSP-a i mogu biti čimbenici rizika za PTSP u novinarskoj populaciji, pokazalo je ovo oxfordsko istraživanje.

U istraživanju "Kako je na novinare psihološki utjecalo izvještavanje o pandemiji COVID-19?" (2020.) autora J. Osman, M. Selva i A. Feinstein, u kojem je sudjelovalo više od stotinu novinara iz dvije međunarodne novinske organizacije u Europi i Sjevernoj Americi, 26 posto novinara pokazalo je klinički značajnu anksioznost, 20,5 posto depresiju, 9,6 posto PTSP i 82,2 posto psihološki stres. Zaključak je ove studije da novinari koji su izvještavali o pandemiji doživjeli razine tjeskobe i depresije slične onima koje se viđaju kod drugih profesija koji su bili na prvoj crti doticaja s ovom bolešću.

Posebno je zanimljiva studija provedena u Norveškoj i Finskoj (2022.) Klasa Backholma i Trond Idås "Novinari i koronavirus. Kako su promjene u radnom okruženju utjecale na psihičko zdravlje tijekom pandemije" jer ova studija kao čimbenik rizika nije uzela samo izloženost koronavirusu nego i rad na daljinu i nedostatak socijalne podrške na radnom mjestu. Ovo istraživanje pokazalo je da je između 74 i 77 posto novinara iskusilo neki oblik uznemirenosti u barem određenoj mjeri, a od 28 do 47 posto imalo je ozbiljne probleme povezane s jednom ili više podtipova uznemirenosti. Osjećaj izoliranosti, tjeskobe ili iscrpljenosti bili su najčešći. Uznemirenost različitih podtipova bila je značajno češća kod žena. Od 61 do 83 posto sudionika ovog istraživanja oba spola izjavilo je da odrađuju više dodatnih sati kada rade na daljinu, a od 66 do 93 posto njih smatra da je razlika između radnih sati i neradnih sati zamagljena. Između 31 i 37 posto novinara teže se usredotočilo na radne zadatke nego inače, a od 26 do 42 posto nije imalo dovoljno radne opreme pri radu na daljinu. Kad je riječ o socijalnoj podršci na radnom mjestu, od 79 do 92 posto ispitanika imalo je dobar kontakt sa svojim najbližim šefovima u svakodnevnom radu i njih od 75 do 88 posto kad su komunicirali s kolegama. U vezi s pitanjima izravno povezanim s pandemijom: od 78 do 90 posto smatralo je da mogu razgovarati sa svojim voditeljem ako je to potrebno i njih od

80 do 92 posto da to isto mogu ostvariti s kolegom. Regresijske analize pokazale su da je primanje manje socijalne podrške vezane uz posao bilo povezano s većim psihološkim stresom.

Pri tome, treba imati na umu da je ovdje riječ o nordijskim zemljama u kojima su mediji tradicionalno neovisni i osiguravaju relativno stabilne radne uvjete za svoje zaposlenike. Velika većina novinara u Norveškoj i Finskoj ima status stalnog zaposlenja, a uvjeti zapošljavanja regulirani su nacionalnim i regionalnim sporazumima između tvrtki i zaposlenika. Osim toga, norveški i finski novinari – kao i svi drugi tamošnji građani – imaju dobar pristup zdravstvenim uslugama u zajednici i na radnom mjestu u okviru sustava društvene skrbi u zemljama.

Rezultati ovog nordijskog istraživanja u skladu su s drugim međunarodnim studijama na tu temu (International Federation of Journalists 2020.; Posetti, Bell i Brown 2021.) u kojima je između 78 i 82 posto sudionika iskusilo barem jedan od izmjerenih simptoma psihološkog stresa.

Zaključak je većine studija kako potencijalno traumatsko izlaganje virusu samo djelomično objašnjava izazove za novinare, i to ne samo zbog toga što nisu svi novinari izravno izvještavali o COVID-19, nego i zato što su organizacijski stresori barem jednako tako bitni kao sama izloženost virusu. Tijekom pandemije središnji stresor bilo je redefiniranje svakodnevne novinarske radne prakse i uvođenje praktičnih ograničenja u društvenim interakcijama (Hoak 2021.; Međunarodna federacija novinara 2020.; Monteiro, Marques Pinto i Roberto 2016.).

## **Metodologija**

Ključni istraživački alat ove studije anketni je upitnik sastavljen od ukupno 39 pitanja namijenjen isključivo novinarima i urednicima u hrvatskim novinarskim redakcijama: print i web izdanjima te televizijskim i radijskim ekipama. Pitanja u upitniku isključivo su zatvorenog tipa i pokrivaju ukupno četiri područja: odnos poslodavca prema pandemiji i radni tempo novinara i urednika (u posljednje dvije godine); radni i društveni status novinara i urednika; pandemiju, potres i radnu sredinu; pandemiju, potres i fizičko zdravlje i, na kraju, pandemiju, potres i psihičko zdravlje. Premda se većina svjetskih istraživanja ovog tipa bavi psihičkim, a ne i fizičkim zdravljem, mi smo odlučili istražiti i tjelesno zdravlje jer svi dostupni podaci pokazuju kako je hrvatska populacija lošijeg fizičkog zdravlja od populacije većine drugih europskih zemalja pa ima razloga istražiti i taj aspekt zdravlja kod novinara i urednika.

Uz anketu, u istraživanju smo primijenili metodu intervjua s predstavnicima poslodavaca te stručnjacima iz područja organizacijske psihologije. Predstavnike izdavača propitali smo o reorganizaciji radnih procesa tijekom pandemije, problemima na koje su nailazili i rješenjima koje su pronalazili kao i tome kako su odolijevali ekonomskim pritiscima - je li bilo otkaza, smanjivanja plaća, dodavanja radnih zadataka... Organizacijski psiholozi i psihijatri, pak, komentirali su rezultate ovog istraživanja o utjecaju pandemije i potresa na zdravlje i materijalni status novinara i urednika, značenje detektiranih razina straha, stresa, tjeskobe i depresije, kao i fizičkih oboljenja kod medijskih djelatnika te donijeli preporuke izdavačima i novinarima za bolje organizacijske i komunikacijske strategije unutar redakcija.

### **Ciljevi projekta**

Kako su hrvatski novinari i urednici psihički i fizički podnijeli izazove COVID-krize i potresa te jesu li se ovi događaji odrazili na njihov materijalni i socijalni položaj. Imaju li simptome psihičkih poteškoća, primjerice tjeskobe, depresije ili PTSP-a te traže li pomoć psihologa ili psihijataru češće nego ranije. Detektirat ćemo i jesu li se kod njih pojavile ili pojačale neke fizičke tegobe, akutnog ili kroničnog karaktera, te posjećuju li liječnika učestalije nego prije kao i jesu li u slučaju potrebe tražili i dobili neku vrstu pomoći od redakcije.

Na koji su se način u ovoj izazovnoj situaciji postavile i što su poduzele izdavačke kuće, jesu li uspjele obraniti materijalni i društveni status novinara ili su teret krize prebacile na svoje zaposlenike.

Želimo saznati kakav je status psihičkog zdravlja pripadnika novinarske profesije koja je i bez pandemije izložena velikim pritiscima i zbog prirode posla i zbog nesigurnog statusa na tržištu rada. Cilj nam je definirati kritične točke: kad i zbog kojih razloga novinari i urednici “pucaju” psihički ili fizički te što bi se moglo promijeniti u svakodnevnoj praksi u redakcijama da se te kritične točke izbjegnju.

### **Analiza dobivenih rezultata (sažetak)**

Istraživanje o utjecaju pandemije i potresa na zdravlje i materijalni status novinara provedeno je na uzorku od 108 novinara koji su na pitanja odgovarali online, na temelju pozivnica poslanih elektroničkom poštom. U anketi su sudjelovali novinari i urednici u dobi od 18 do više od 60 godina, pri čemu je najveća dobna skupina ona između 40 i 49 godina života. Većina (60,2 posto) su žene, a po stupnju obrazovanja 66,7 posto ih je s visokom, 20,4 posto s višom, a 12 posto sa

srednjom stručnom spremom te jedan doktor znanosti. 50,5 posto anketiranih su novinari, 15,9 posto urednici, a 33 posto ih kombinirano obavlja i novinarske i uredničke poslove.

Sudeći po rezultatima koje smo dobili, pandemija je, kao i kod većine drugih zanimanja, značajno utjecala na način na koji novinari obavljaju svoj posao, pri čemu je na značaju dobio rad od kuće. Onima koji su morali na teren ili u redakcije poslodavci su u većini slučajeva osiguravali zaštitna sredstva, onima s kroničnim oboljenjima omogućavali su prilagodbu rada kako bi manje bili izloženi riziku od zaraze. Većina poslodavaca službeno je izvještavala radnike o pojavi virusa, a u većini slučajeva u kojima su tražili pomoć suočeni sa zdravstvenim krizama ili traumatičnim događajima poslodavci su im uglavnom izlazili u susret. Ipak, nezanemariv je broj slučajeva u kojima poslodavac nije vodio računa o novim izazovima s kojima se njegovi radnici susreću, a posebno začuđuje podatak da prema 18,7 posto novinara koji su se izjasnili da su se susreli sa smrću bliske osobe od posljedica COVID-19 poslodavac nije pokazao razumijevanje ni interes. S ovom vrstom traume suočilo se 15 posto anketiranih.

Kad je riječ o radnom statusu novinara, prikupljeni podaci pokazuju kako se on u većini slučajeva nije mijenjao, kao ni visina plaće. No, gotovo polovica anketiranih primjećuje da je u koroni porastao opseg posla koji obavljaju, a više od polovice njih pritom se žali na simptome burnouta (pregorijevanja zbog posla), poput iscrpljenosti, umora i nemogućnosti nošenja sa stresom. Promjene u svom psihičkom stanju od izbijanja pandemije nije osjetilo manje od trećine ispitanih, a većina onih koji su ih osjetili govore kako se ne radi o konkretnim tegobama poput anksioznosti, depresije ili psihosomatskih teškoća, ali kako se općenito osjećaju lošije nego prije. Na tjeskobu koja im predstavlja problem u radu žali se 6,2 posto ispitanih, a nešto manje od 10 posto govori o depresivnim stanjima. Pomoć stručnjaka, psihologa ili psihijatra u ovom razdoblju je zatražilo 7,4 posto ispitanih, a nešto manje od tri posto ih je posegnulo za psihoterapijom ili lijekovima.

Po pitanju posljedica pandemije na fizičko zdravlje novinara, koronu je preboljelo nešto manje od polovice anketiranih, a kod nešto više od 15 posto onih koji su je preboljeli bolest je ostavila trajne posljedice, koje su u najvećem broju slučajeva lakše i povremene.

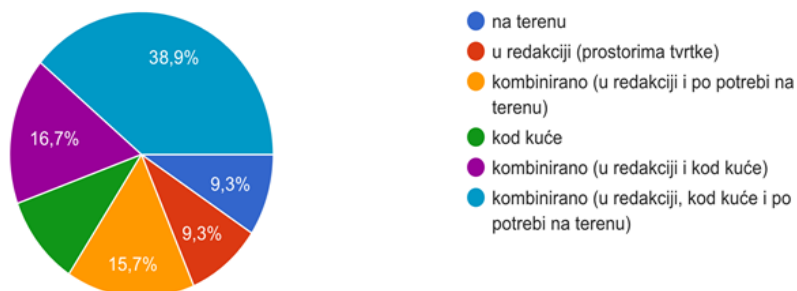
Da su im u ovom razdoblju dijagnosticirana kronična oboljenja poput visokog tlaka, povišenog šećera ili kolesterola u krvi i sl. Izjasnilo se 15,7 posto anketiranih, a kod 4,6 posto dijagnosticirano je teško oboljenje, poput infarkta, karcinoma, autoimunog poremećaja itd.

## Odnos poslodavaca prema pandemiji i radni tempo novinara i urednika

Većina anketiranih izjašnjava se da od izbijanja pandemije rade kombinirano, dijelom u redakciji, dijelom na terenu, a dijelom doma (38,9 posto). Da radi isključivo kod kuće izjašnjava se 10,1 posto ispitanih, a isključivo na terenu radilo je 9,3 posto anketiranih.

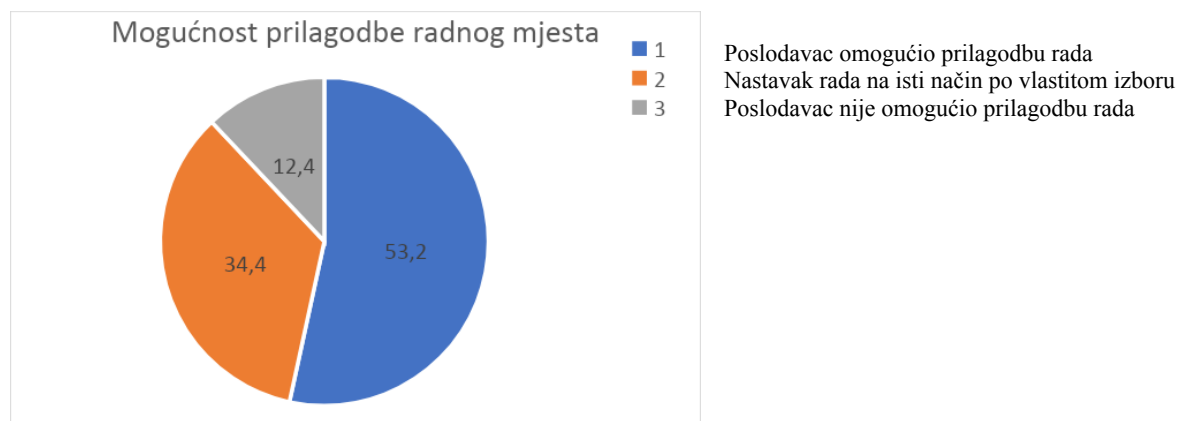
6. Ovisno o tome jeste li novinar ili urednik, te kakve radne zadatke obavljate, radite:

108 odgovora



Velikoj većini onih koji, stalno ili po potrebi, rade na terenu poslodavac je osigurao zaštitna sredstva (maske, dezinfekcijska sredstva itd.), no 27,6 posto kolega “terenaca” izjašnjava se kako takvu pomoć od poslodavca nije dobilo, što znači da su maske, bez kojih većinu vremena nisu mogli ući ni na jedan događaj, morali kupovati vlastitim novcem. Nešto manje od 30 posto anketiranih vidi se u skupini koja ima kroničnu zdravstvenu poteškoću zbog koje je u povećanom riziku od korone (visoki tlak, dijabetes, pretilost, imunokompromitirano stanje...), a posao im uključuje rad na terenu.

Za više od polovice, točnije 53,2 posto onih koji se vide u toj skupini poslodavac je u vrijeme pandemije omogućio da prilagode način rada ili radno vrijeme kako se ne bi izlagali riziku. 34,4 posto novinara s kroničnom zdravstvenom poteškoćom nastavilo je raditi na isti način po vlastitom izboru, dok je 12,4 posto njih to učinilo jer im nije ponuđena alternativna opcija.



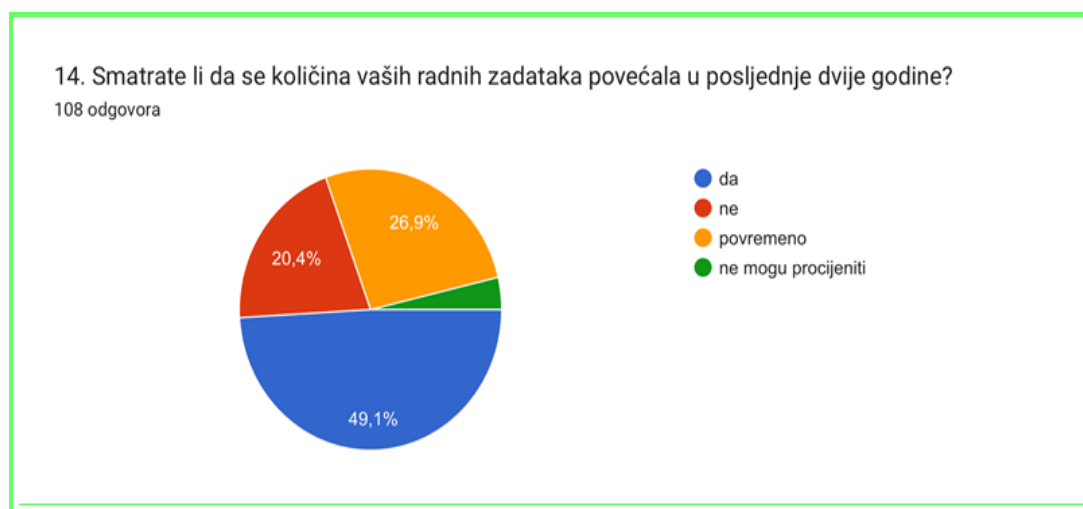
Među onima koji su posao obavljali isključivo u redakciji, velika većina (79,5 posto) se izjašnjava kako im je poslodavac osigurao sve propisane epidemiološke mjere – maske, dezinficijence i distancu. Za 19,3 posto onih koji su radili u redakciji osiguran je samo dio mjera (np. samo maske), a tek nešto više od jedan posto ih se izjašnjava kako im poslodavac nije osigurao ni zaštitna sredstva ni distancu.

Većina poslodavaca potrudila se službeno obavijestiti novinare o pojavi koronavirusa u redakciji. Da su redovito bili obavještavani o tome izjasnilo se 65,4 posto kolega. Njih 15 posto kaže da su obavijesti o zarazi u redakciji dobivali samo ponekad, dok 12,1 posto ispitanih redakcije uopće nisu izvještavale o zarazi. Broj onih koji kažu da u njihovim redakcijama nije bilo pojave koronavirusa ispod je jedan posto.

Kad je riječ o komunikaciji ispitanika s nadređenima, ona se u većini slučajeva nije promijenila. Da je komunikacija ostala jednaka kao prije pandemije izjasnilo se 71,3 posto sudionika ankete. Pogoršanja u komunikaciji s nadređenima primijećuje njih 18,5 posto, dok je za 10,2 posto ispitanih pandemija tu komunikaciju poboljšala.

Velika većina ispitanih smatra da im pandemija nije utjecala ni na komunikaciju s kolegama i suradnicima. Da je ona ista kao i prije kaže 68,2 posto njih. 21,5 posto primjećuje pogoršanja u komunikaciji s kolegama, dok ih 10,3 posto kaže kako se ona u pandemiji poboljšala.

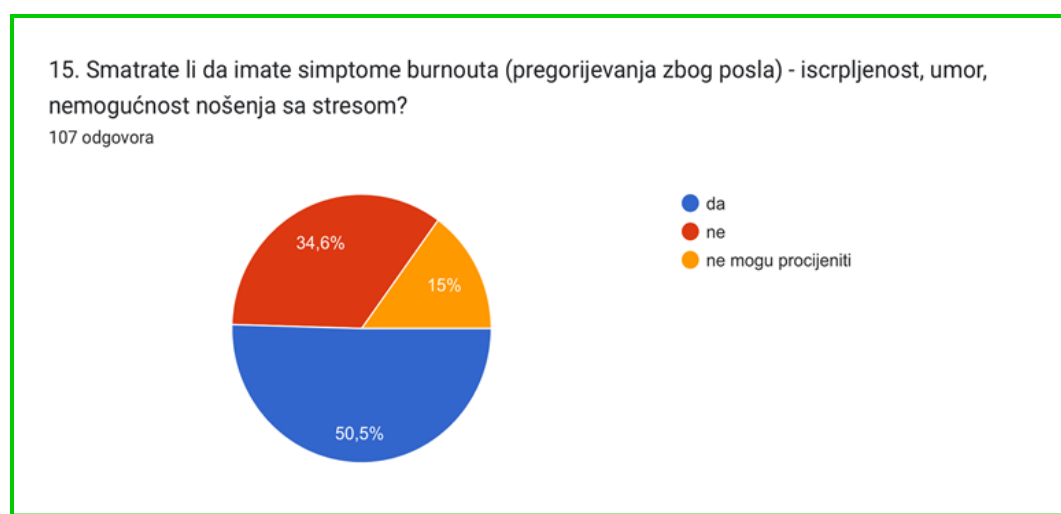
Gotovo polovica sudionika ankete smatra da je pandemija povećala opseg posla koji obavljaju. Konkretno, da rade više u posljednje dvije godine smatra 49,1 posto ispitanih, a 26,9 posto njih odgovara kako im je količina radnih zadataka u tom razdoblju povremeno bila povećana. Za 20,4 posto količina posla nije se mijenjala, dok ostali ne mogu procijeniti.





Više od polovice novinara koji su se odazvali anketi žali se na simptome burnouta (pregorijevanja zbog posla). Iscrpljenost, umor i nemogućnost nošenja sa stresom primijećuje 50,5 posto njih. 34,6 posto nema takvih simptoma, dok ih 15 posto odgovara kako to ne može procijeniti.

Gotovo polovica (47 posto) onih koji osjećaju burnout kaže kako su im se simptomi pojavili ili pojačali od izbijanja pandemije. 27 posto njih odgovara kako ne mogu procijeniti jesu li im se ovi simptomi dodatno pogoršali u posljednje dvije godine, a 26 posto kaže kako im pandemija nije utjecala na razinu sagorijevanja na poslu u odnosu na predpandemijsko razdoblje.



### Radni i društveni status novinara i urednika

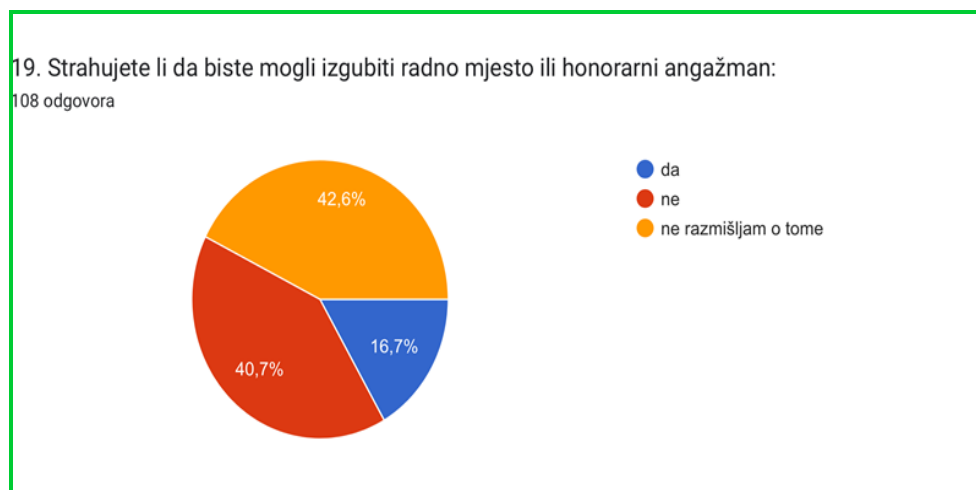
Kad je riječ o radnom statusu anketiranih, većina ih je vezana uz redakciju nekom vrstom ugovora (na određeno ili neodređeno vrijeme te RPO status), a manje od 10 posto je "freelancera", odnosno slobodnih novinara. Pritom se 16 posto anketiranih ne vidi ni u jednoj od ovih skupina.

Među onima koji imaju neku od navedenih vrsta ugovora s redakcijama ili su u statusu slobodnog novinara, radni statut većine anketiranih (83,5) posto, u ovom se razdoblju nije promijenio. Otkaz ih je dobilo 5,5 posto, a jednako toliko ih je i promijenilo poslodavca. 9,9 posto ih je promijenilo radno mjesto unutar tvrtke u kojoj rade, 4,4 posto njih počelo je raditi kao freelancer.

Među onima koji rade kao freelanceri (ukupno 9,9 posto anketiranih), 15,4 posto ih je u posljednje dvije godine izgubilo stalni honorarni posao, a jednako toliko ih je izgubilo i privremene honorarne poslove. Da su u koroni barem jednom izgubili i pronašli novi

honorarni angažman izjašnjava se 30,77 posto freelancera, a 38,5 posto njih u koroni je pronašlo honorarni posao.

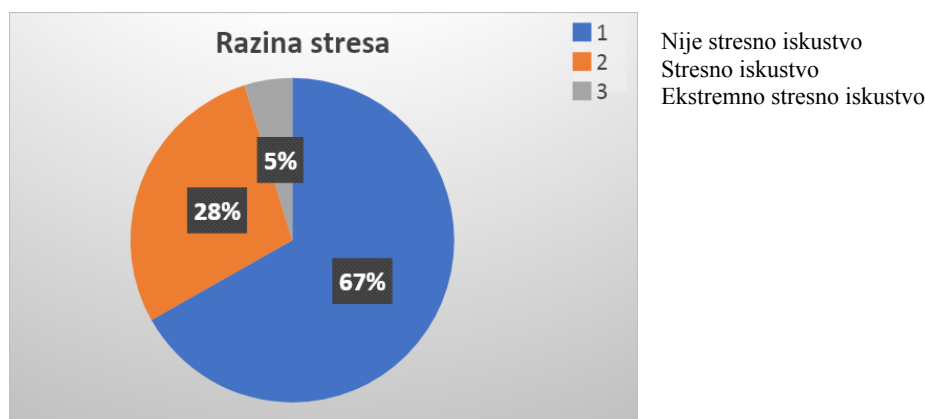
16,7 posto anketiranih novinara strahuje da bi moglo izgubiti radno mjesto ili honorarni posao, 40,7 posto ih ne strahuje od takvog scenarija, a 42,6 posto se izjašnjava kako uopće ne razmišlja o takvoj mogućnosti.



Što se tiče novinarskih i uredničkih plaća, one se u većini slučajeva u razdoblju pandemije nisu mijenjale. 62 posto ispitanih imalo je jednaku plaću kao i ranije, 24,1 posto njih bilježi povišicu, dok su plaće 13,9 posto njih smanjene.

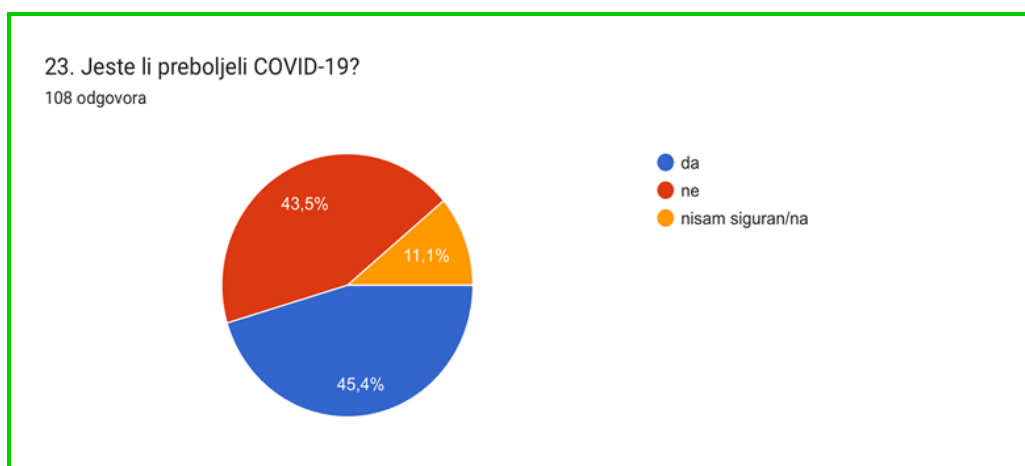
Situacija se u većini slučajeva nije mijenjala ni kad je riječ o visini honorara. Kod 60 posto anketiranih koji primaju honorare njihov je iznos ostao jednak kao u predpandemijskom razdoblju. Manje honorare dobivalo je 13,3 posto njih, kod 11,1 posto honorar je povećan, dok se 8,9 posto njih izjašnjava da im se iznos honorara stalno mijenja. 6,7 posto ih je izgubilo honorar.

Većina anketiranih pri u radu nije bila neposredno izložena visokoj mogućnosti zaraze. Izvještavanje iz bolnica i slične zadatke koji bi ih mogli izložiti zarazi obavljalo je 39,3 posto anketiranih, no većina njih (67 posto) zbog toga nije osjetila povišenu razinu stresa. 28,5 posto onih koji se izjašnjavaju da su pri izvještavanju bili izloženi mogućnosti zaraze odgovara da im je to bilo stresno iskustvo, a ekstremno stresnim takve zadatke je doživjelo njih 4,8 posto.



### Pandemija, potres i radna sredina

COVID je preboljelo 45,4 posto anketiranih novinara, da ga nisu preboljeli izjašnjava se njih 43,5 posto, dok ih 11,1 posto nije sigurno. Među onima koji su ga preboljeli ili su ga možda preboljeli, 15,7 posto kaže kako im je preboljenje ostavilo trajne posljedice, dok posljedice ne osjeća više od polovice ispitanih (54,3 posto). 29,7 posto ih na ovo pitanje odgovara kako nisu sigurni.



Kod većine onih koji osjećaju trajne posljedice COVID-a (53,1 posto) radi se o povremenim i lakšim posljedicama. Da su one ozbiljne i da im utječu na svakodnevno funkcioniranje izjašnjava se 5,6 posto njih, dok 41,25 posto odgovara kako posljedice osjeća, ali uz njih mogu funkcionirati.

Većinu anketiranih koji su se razboljeli (gotovo 78 posto) šefovi su pitali kako se osjećaju, dok su u 44,9 posto slučajeva zaposleniku ponudili i pomoć. Ipak, u 22,5 posto slučajeva, nadređeni se uopće nisu raspitali kako su im zaposlenici.

Čak 15 posto anketiranih doživjelo je smrt bliske osobe (obitelj ili prijatelji) od posljedica COVID-19, a prema većini njih poslodavac je pokazao razumijevanje i ponudio pomoć. Ipak, razumijevanje i interes poslodavca izostao je u visokih 18,7 posto ovakvih slučajeva.

Uz pandemiju COVID-19, 6,5 posto novinara suočilo se i s teškim oštećenjima svojih kuća ili stanova usljed razornih potresa u Zagrebu i Petrinji. Većini njih (71 posto) poslodavac je

ponudio materijalnu pomoć, dok u 29 posto slučajeva poslodavci nisu pokazali interes za novinare koji su se našli u ovoj teškoj situaciji.

### **Pandemija, potres i fizičko zdravlje**

Kad je riječ o posljedicama pandemije na fizičko zdravlje novinara, velika većina njih (72,2) se izjašnjava kako u zadnje dvije godine nisu primijetili češće poboljšanje od viroza, upala i drugih lakših bolesti. 17,6 posto ih primjećuje češće poboljšanje, dok ih 10,2 posto ne može procijeniti.

Velikoj većini anketiranih (75,9 posto) od izbijanja pandemije nisu dijagnosticirane ni kronične bolesti poput visokog tlaka, povišenog šećera ili kolesterola u krvi i sl. Takve su bolesti u zadnje dvije godine dijagnosticirane kod 15,7 posto ispitanih, dok ih se 8,3 posto izjasnilo kako upravo provode pretrage.

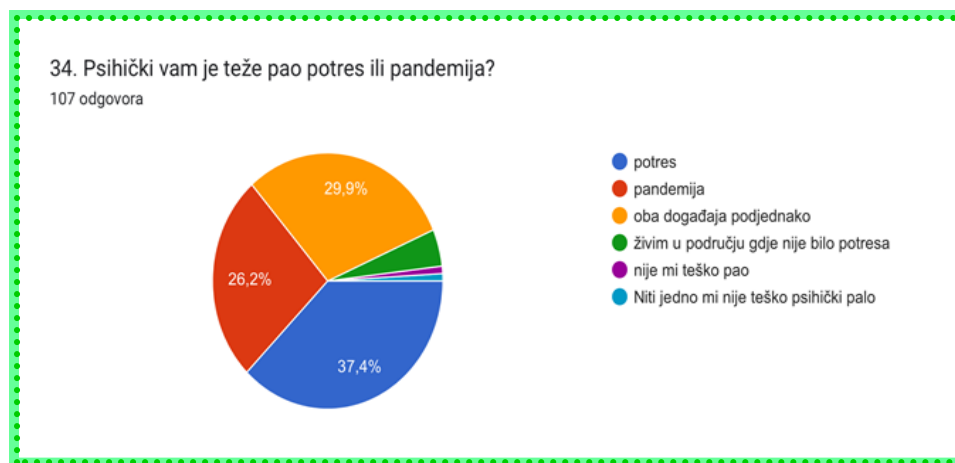


Češće posjete liječniku u istom razdoblju bilježi 26,4 posto anketiranih novinara. Kod 4,6 posto ispitanih u međuvremenu je dijagnosticirano teško oboljenje, poput infarkta, karcinoma, autoimunog poremećaja itd.

### **Pandemija, potres i psihičko zdravlje**

Kad je riječ o psihičkim posljedicama pandemije, 40,7 posto ispitanih odgovara kako u zadnje dvije godine nije primijetilo psihičke poteškoće koje nisu ranije imali. One su se pojavile kod 38 posto anketiranih, dok ih 21,3 posto odgovara kako ne može procijeniti.

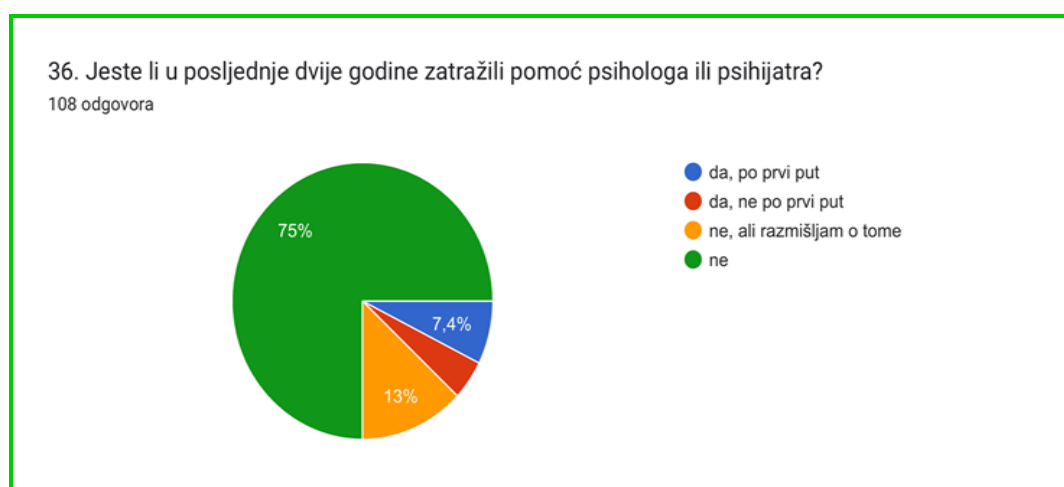
37,4 posto ispitanih odgovara kako im je potres psihički teže pao nego pandemija. Za 26,2 teža je bila pandemija, a da su im obje pošasti jednako teško pale odgovara ih 29,9 posto. Samo jedan ispitanik izjasnio se kako mu niti jedan niti drugi događaj nisu teško pali.



25,9 posto anketiranih od izbijanja pandemije nije primijetilo promjene u svom psihičkom statusu. Među onima koji ih osjećaju, više od polovice (52,5 posto) izjašnjava se da nije primijetilo konkretne psihičke teškoće poput anksioznosti, depresije ili psihosomatskih tegoba, ali se općenito osjećaju lošije nego ranije. 28,7 posto ih primijećuje anksioznost koja ih ne ometa u svakodnevnom poslu, dok 6,2 posto odgovara kako im tjeskoba predstavlja problem u radu.

Depresivnost pogađa nešto manje od 10 posto anketiranih koji prijavljuju psihičke poteškoće, 12,6 posto ih svjedoči kako su neprestano zaokupljeni traumatičnim događajima, dok ih 11,2 posto trpi razne psihosomatske tegobe, poput probavnih smetnji, glavobolja i sl.

Većina ispitanih (75 posto) u zadnje dvije godine nije tražila pomoć psihologa ni psihijatar. Njima se po prvi put u tom razdoblju obratilo 7,4 posto anketiranih, a 13 posto ih razmišlja o tom koraku.



Psihoterapiji ili lijekovima u tom se razdoblju podvrgnulo 2,9 posto ispitanih. Ove vrste

liječenja povremeno koristi njih 1,9 posto, a isti broj se izjašnjava kako su počeli pa prekinuli terapiju.

Većina onih koji su se u razdoblju pandemije suočili s psihičkim krizama za pomoć se nije obratila poslodavcu, u većini slučajeva zato što svoje probleme ne žele otkrivati poslodavcu. Pomoć poslodavca u psihičkoj krizi zatražilo je pet posto onih koji su se s krizom suočili, a većina onih koji su je zatražili (56 posto) i dobila je traženu potporu, dok su se preostalima poslodavci oglušili na molbe.

## **Osvrt stručnjaka za organizacijsku i industrijsku psihologiju**

Pandemija koronavirusa značajno je promijenila način na koji novinari i urednici obavljaju svoj svakodnevni posao, stresan i bez ovih novih utjecaja. Do promjena je došlo i kad je riječ o kolegama koji su unatoč opasnosti morali na teren, i kad se radi o novinarima koji su u vrijeme epidemije svakodnevno dolazili na posao do mnogih koji su morali naučiti raditi od kuće, što su kompanije uglavnom i dopuštale kako bi radnici bili što manje izloženi riziku od zaraze.

Međutim, novi načini rada, na koji novinari ranije nisu navikli, doveo je i do niza negativnih pojava. Ne čudi stoga podatak iz istraživanja prema kojemu je gotovo polovica anketiranih izjavila kako primjećuje da im je u koroni porastao opseg posla ili podatak, koji posebno zabrinjava, da se više od polovice ispitanih žali na simptome burnouta (pregorijevanja zbog posla) koji prate iscrpljenost, umor i nemogućnost nošenja sa stresom. Pomoć stručnjaka za mentalno zdravlje, psihologa ili psihijatra, u ovom razdoblju zatražilo je 7,4 posto ispitanih, a nešto manje od tri posto njih posegnulo je za psihoterapijom ili lijekovima. Na što sve dobiveni podaci ukazuju, jesu li alarmantni, što za sebe mogu napraviti novinari i urednici, a kako bi se, s obzirom na rezultate istraživanja, trebali postaviti poslodavci samo su neka od pitanja na koja smo odgovor potražili od Tanje Purete, ugledne psihologinje, specijalistice organizacijske i industrijske psihologije s dugogodišnjim radnim iskustvom. Ona ovakav tip istraživanja i općenito takve sustave provjere smatra važnima s obzirom da smo, kako je kazala, svakodnevno svjedoci toga da se ljudi žale na razne simptome, naročito psihičke prirode, pa je važno ustanoviti radi li se o pojedinačnim slučajevima ili je riječ o masovnijoj pojavi. Ako se ustanovi da je riječ o učestalijoj pojavi (što je, na žalost, istraživanje i pokazalo), rezultati studije mogu dati dragocjene smjernice što napraviti kako bi se nagomilane poteškoće sustavno riješile, poručila je Pureta.

Ključni je rezultat istraživanja, naglasila je, činjenica da su se poslodavci u pravilu držali uputa kriznog stožera te zaposlenicima u novinarskoj struci omogućili maksimalnu fizičku zaštitu od zaraze koronavirusom. Međutim, kako su izostale upute kriznog stožera o važnosti i načinima psihičke zaštite, ni poslodavci o tome aspektu zdravlja nisu vodili sustavnu brigu, što je rezultiralo time da su fizičke posljedice krize minimizirane, dok su psihičke posljedice iznimno velike. Čak više od dvije trećine ispitanika navodi da se njihovo psihičko stanje promijenilo na lošije, što je jako zabrinjavajuće, ističe psihologinja. Ipak, najviše zabrinjava podatak da se više od polovice anketiranih novinara i urednika žali na simptome burnouta, odnosno pregorijevanja na poslu. Pureta taj podatak smatra alarmantnim, a sukladno odgovorima novinara i urednika koji se žale na iscrpljenost, umor i nemogućnost nošenja sa stresom, zaključuje da se radi o istinskom burnoutu ili mentalnoj sagorjelosti. To pokazuje, ističe, da je psihološki aspekt krize bio duboko zanemaren na početku i tijekom trajanja krize, kad se trebalo sustavno planirati prevenciju.

Istraživanja poput ovog su, kazala je Pureta, važna i kako bi poslodavci osvijestili da se ne radi o pojedinačnim i sporadičnim slučajevima, već o svojevrsnoj pandemiji burnouta nakon krize. Ona se može riješiti jedino pomno osmišljenim pristupom, kako bi se spriječile dugoročno nepovoljne posljedice i za zaposlenike i za organizacije - kaže Tanja Pureta.

Objašnjava kako je burnout stanje potpune energetske iscrpljenosti do kojeg dolazi kada smo dugotrajnije pritisnuti brojnim zahtjevima okoline. U tom stanju nemamo više kapaciteta reagirati adekvatno niti na najjednostavnije i najzanimljivije zadatke. Imamo, kaže, osjećaj da zahtjevi okoline neprekidno dolaze i zatrpavaju nas, a mi više nemamo snage ni za disanje. To je vrlo ozbiljno stanje koje zahtijeva ozbiljan pristup.

Pureta naglašava kako je sa stajališta poslodavca stoga iznimno važno redovito i pomno pratiti parametre stresa kod zaposlenika, kako bi se na sustavan način spriječila pojava burnouta, naročito masovnijeg opsega.

Podatak o 50 posto ispitanika koji doživljavaju burnout je toliko alarmantan, nastavlja, da bi svako njegovo ignoriranje moglo dovesti do ozbiljnih posljedica kako po zdravlje zaposlenika, tako i za opstanak poslodavca. Naime, kad su ljudi u burnoutu, tvrdi Pureta, oni imaju ozbiljne poteškoće u funkcioniranju: nemaju energije ni za osnovne zadatke, događaju im se česte greške u prosuđivanju, emocionalno su iznimno razdražljivi te imaju veliki otpor prema poslu, koji ih potiče da ga izbjegavaju koliko je god to moguće. Takvi zaposlenici, ako se odmah ne krenu oporavljati, mogu i sebi i poslodavcu uzrokovati više štete nego koristi.

Podatak koji bi trebao zabrinjavati je i onaj da je više od 12 posto anketiranih neprestano zaokupljeno traumatičnim događajima. Kako naglašava Pureta, novinari su u tom kontekstu vrlo osjetljivi jer je njihov cilj stalno traganje za informacijama o pojavama koje potencijalno ugrožavajuće utječu na društvo, samim time stalno su izloženi takvim informacijama, što već samo po sebi može dovesti do nakupljanja traumatičnog iskustva.

Drugi problem je, dodaje psihologinja, što novinari često, kad objave neke informacije, očekuju povratnu informaciju nadležnih. Ako ona izostane, mogu se osjećati dodatno odgovorno, vjerujući da nisu napravili dovoljno kako bi pobudili željenu reakciju. To im budi i osjećaj bespomoćnosti.

Poslodavci itekako mogu i trebaju pomoći, a prema Pureti trebali bi sustavno raditi u tri smjera. Prvi je organizirati za zaposlenike sustavno usvajanje znanja i vještina za uspješno nošenje sa stresom u kontekstu novinarske struke. Drugi je stalno podsjećati novinare na važnost i plemenitost njihove struke, u smislu da već pronalaženjem i objavljivanjem relevantnih informacija daju svoj maksimum unapređenju društva. U tom kontekstu trebali bi ih odmicati od preuzimanja odgovornosti i osjećaja tjeskobe za područja na koja nemaju utjecaj (kao npr. izostanak reakcije nadležnih službi). Treće, trebali bi stalno mjeriti razinu stresa na svim organizacijskim razinama te poduzimati redovite korake s ciljem smanjenja zahtjeva posla i povećanja resursa zaposlenika.

Zato je posebno zanimljiv i podatak iz istraživanja prema kojemu gotovo polovica ispitanih tvrdi da su im se simptomi burnouta pojavili ili pojačali od izbijanja pandemije, a isto tako gotovo polovica ispitanih smatra da im se i opseg posla u to vrijeme povećao. Pureta naglašava kako opseg posla neposredno utječe na pojavu burnouta. Dakle, te su dvije pojave međusobno usko povezane. Psihologinja objašnjava kako postoji puno razloga zbog kojih je moglo doći do osjećaja povećanog opsega posla kod novinara. Moguće je da se, zbog rada od kuće, kod mnogih pojavio konflikt miješanja raznih uloga (radnih i privatnih), za koji se zna da iznimno opterećuje resurse osobe. Moguće je i, kaže, da su, zbog nedostatka neposrednog timskog rada mnogi novinari bili prisiljeni samostalno tragati za informacijama koje bi, u okolnostima rada u uredu, dobivali puno brže i lakše.

- Kod rada od kuće izostaje i sustavna podrška kolega i voditelja u suočavanju s problemima i pronalaženju rješenja. Moguće je i da su nadređeni imali osjećaj da zaposlenici od kuće rade manje nego u uredu, pa su im davali više posla. Moguće je i da su novinari stalno izvještavanje o krizama doživjeli emocionalno zahtjevnijim, pa su zbog toga imali osjećaj da



više rade. Sve su to pretpostavke koje bi bilo jako važno ispitati, jer se osjećaju povećanog opsega posla treba pristupiti ozbiljno kako bi se sustavno riješio - kaže Pureta.

Psihologinja se osvrnula i na podatak iz istraživanja koji je pokazao kako, unatoč velikom postotku onih koji tvrde da imaju simptome burnouta, većina ispitanih (75 posto) nije u posljednje dvije godine tražila psihološku pomoć. Psihologu ili psihijatru po prvi se put u tom razdoblju javilo 7,4 posto anketiranih. Više je razloga, naglašava Pureta, zbog kojih ljudi ne traže pomoć kod psiholoških tegoba. Drži da bi se na razini zdravstvenog sustava trebali napraviti protokoli za pomoć ljudima koji se javljaju zbog stresa. Tako bi oni imali mogućnost dobiti pravi psihološki oporavak od traumatskog događaja, kao i adekvatnu psihoedukaciju za buduće lakše nošenje sa stresom.

No ništa manje nije zanimljiv i podatak da se više od polovice ispitanih nije obratilo za pomoć svom poslodavcu, odnosno da je samo pet posto ispitanih zatražilo pomoć poslodavca u psihičkoj krizi. Razlog tako slabom odazivu, smatra Pureta, leži u tzv. efektu kuhanja žabe. Kako su zaposlenici gotovo svakodnevno bili izloženi sve zahtjevnijim situacijama, dobili su osjećaj da je to "novo normalno", na koje se samo trebaju naučiti. Međutim, za učenje su, nastavlja, potrebna nova znanja i vještine jer se mnoge nove situacije ne mogu pokriti starim obrascima ponašanja. To je i pokazalo ovo istraživanje, gdje se polovici ispitanika dogodio burnout.

- Zanimljiv je i način na koji ga opisuju - ne mogu konkretno reći što im je, već samo da se njih dvije trećine općenito osjeća lošije nego prije. Ta nemogućnost opisivanja tegoba je također svojstvena potiskivanju ili efektu kuhanja žabe. Ne znaju točno što je sve pridonijelo povećanju temperature, ne mogu reći kad su osjetili (i jesu li) da je situacija nenormalna te koji je bio prijelomni trenutak kad su se "skuhali". Ne znaju konkretno opisati ni kako se sad osjećaju – znaju samo da su općenito u burnoutu, odnosno "skuhani" - kaže Pureta koja smatra kako bi zato u kriznim i postkriznim situacijama redoviti razgovor s psihologom trebao biti obaveza.

Ne treba zanemariti ni činjenicu kako su se i život i način rada, ali i sami ljudi promijenili u protekle dvije godine i mnogima je danas nezamisliv povratak "na staro". Rad u uredu, naglašava Pureta, ima brojne prednosti i neke izazove, a rad od kuće brojne izazove i neke prednosti zbog kojih, smatra Pureta, često nismo svjesni većih nedostataka rada od kuće.

- S druge strane, rad u uredu ima brojne prednosti, poput odvajanja poslovne i privatne uloge,

boljih fizičkih uvjeta za rad, veće dostupnosti informacija, brže i lakše interakcije s kolegama i voditeljem, općenitih dobrobiti rada s ljudima (lakšeg održavanja odnosa, boljeg raspoloženja, kvalitetnije suradnje), veće fleksibilnosti, otvorenosti i inovativnosti u pristupu poslu i sl. Međutim, kako u radu u uredu postoje i brojni izazovi, poput nejasnih radnih uloga, neriješenih konflikata, nekompetentnog menadžmenta, loše suradnje i sličnog, mnogi osjećaju i svojevrsno olakšanje ako nisu neposredno izloženi takvim situacijama - komentira Pureta.

Zato, smatra, kod donošenja odluka o novim modelima rada, nikako ne bi trebalo kretati od općenitih i nedovoljno ispitanih želja i preferencija zaposlenika (ili poslodavca). Najprije bi trebalo pomno ispitati sve dobrobiti i izazove svakog modela rada. Zatim bi trebalo sustavno rješavati sve izazove rada, posebice u uredima, kako bi zaposlenici stvarno i mogli osjetiti sve dobrobiti rada u njemu. Dobro bi bilo modele prilagođavati konkretnim trenutnim zahtjevima posla zaposlenika. Pogrešno je stvarati neki mehanički model, u smislu tri dana rada od kuće, a dva u uredu, jer to možda u mnogim situacijama neće biti primjenjivo. Dodatno, svakako je važno osvijestiti ljudima i brojne poteškoće rada od kuće kojih nisu svjesni, a koje u velikoj mjeri pridonose njihovom osjećaju burnouta, kako bi dominantni povratak u ured stvarno doživjeli kao dobro rješenje.

Unatoč brojnim promjenama, zanimljivo je da gotovo polovica ispitanika smatra da im pandemija nije utjecala na komunikaciju s kolegama i suradnicima. Pureta kaže kako je moguće da su svi bili dominantno usmjereni prema vanjskim izvorima opasnosti (COVID-19, potresi), pa su bili manje usmjereni na promišljanja o odnosima i komunikaciji, odnosno na traženje problema (i rješenja) u njoj. Naglašava, u tom kontekstu taj podatak treba promatrati s posebnim oprezom. Sa smanjenjem osjećaja vanjske objektivne opasnosti, fokus će se nužno vratiti na odnose, a to znači da se s povratkom na intenzivnije oblike zajedničkog rada mogu pojaviti sukobi i nesuglasice koje treba znati adekvatno tretirati, kako bi iz njih izrasli motivirani i produktivni zaposlenici i timovi.

U svakom slučaju, najvažnija je lekcija pandemijske krize, ističe psihologinja, da svakoj budućoj krizi treba pristupiti uzimajući u obzir i psihološku stranu zdravlja, jer je ona iznimno važna kako za uspješan izlazak iz krize tako i za što uspješniji oporavak ljudi i organizacija nakon nje. Isto tako, treba sustavno planirati postkrizno razdoblje, jer bi stihijski pristup mogao dodatno produbiti posljedice krize, umjesto da ih sanira.

Treća lekcija je da je svaka kriza ujedno i prilika. Zato bi, zaključila je Pureta, bilo dobro ispitati i osvijestiti što su sve pozitivno donijele krize povezane s pandemijom COVID-19 i

potresom te to integrirati u nove načine ponašanja, od osobne razine do razine organizacije.

## Što su poduzeli poslodavci

Kroz razgovore s predstavnicima poslodavaca i izdavača doznali smo da su svi uglavnom zadovoljni svojom prvom reakcijom na pojavu koronakrize i na potres. Jer, kažu, prirodno je da novinarstvo u krizi brzo reagira i reorganizira se. Korona i lockdown stavio je pred njih novi izazov u pogledu obavljanja posla od kuće i tehničkih izazova koji su postali preduvjet za produkciju sadržaja. No, kako kazuju poslodavci, a tijekom koronakrize moglo se i primjeriti, da je u audiovizualnim uradcima prevladavao novi oblik priloga na daljinu, odnosno da se TV program uživo umjesto gostiju u studiju odvijao putem nekih od video servisa, poput Zooma, Teamsa, Skypea.... Kada se pak radi o pisanim medijima, produkcija tu nije zastala, dapače, u počecima se i povećala. Što se tiče potresa, novinari su tu reagirali kao i na svaku takvu iznenadnu krizu, odmah su i unatoč koroni (za zagrebačkog potresa), bili na terenu.

Kad je riječ o organizaciji posla, poslodavci i izdavači reagirali su tako da su poslu pristupili u skladu s uputom Stožera da svi koji to mogu rade od kuće. Pritom su one koji su zbog prirode posla morali fizički dolaziti i raditi posao podijelili u grupe, odnosno timove koji su se izmjenjivali. Kada se radi o komunikaciji, fizički kolegiji, odnosno redakcijski sastanci pretvorili su se u zoom kolegije ili pak razgovore telefonom. Teret posla poslodavci su nastojali ravnomjerno podijeliti, no prema rezultatima ankete među novinarima i urednicima to im baš i nije potpuno uspijevalo, jer su mnogi odgovorili da su u krizi uglavnom više radili, no to se djelomično može opravdati prirodom posla. Jer, valja razlikovati one koji su, primjerice na HRT-u, zaposleni u informativnom programu od onih koji se nalaze u magazinskom dijelu bilo novina bilo radija ili televizije, takozvanim sporovoznim, odnosno periodičkim emisijama ili prilozima. Ipak, neovisno o tome o kojoj se dinamici obavljanja posla radi, koronakriza bila je izazov za poslodavce, kao i za novinare i urednike, budući da svaki taj dio nosi svoje specifičnosti i izazove u 'normalnim' uvjetima, koji su se u krizi svakako uvećali.

Ono što su poslodavci mahom odradili jest to da su opskrbili dezinficijensima i maskama svoje zaposlene te pokušali odijeliti prostor i fizički rasporediti ljude na prihvatljive udaljenosti, kako su nalagale mjere. Jednako tako, posebice veće redakcije organizirale su cijepljenje, docjepljivanje i testiranje u svojim prostorima. S tim da svi ističu kako je bilo nepisano pravilo da se posebno pazi na kolege osjetljive zbog imunokompromitiranosti ili pak

uvjerenja. Što se tiče plaća i materijalne sigurnosti novinara i urednika, zaposleni su uglavnom radili u stabilnim uvjetima. Te nitko od onih u stalnom radnom odnosu, za razliku od freelancera i honoraraca, nije morao brinuti o redovitosti plaće niti o mogućnosti otkaza tijekom pandemije.

Kada se, pak, radi o pojačanim problemima vezanim uz zdravlje novinara i urednika koji bi bili iskazani kroz povećanje bolovanja to, kažu poslodavci, nije bilo vidljivo. Odnosno broj bolovanja nije uvećan, što se može tumačiti i radom od kuće, jer uz blaže oblike bolesti nisu bila potrebna. One koji su imali težih problema nije se tražilo da otvaraju bolovanja, dok su oni koji su bolovali od drugih bolesti radom od kuće posao ipak mogli lakše obavljati.

Posebna psihološka pomoć unutar organizacija uglavnom ne postoji. Ipak, u nekim je organizirana, uglavnom kao vanjska pomoć. Razlog tome djelomično je u financijskom položaju medija, odnosno cjelokupne industrije koja nema dovoljno prihoda da bi to sustavno omogućila, ali i u nevoljkosti novinara i urednika da takvu pomoć koriste osim u vlastitom aranžmanu, što pokazuju i rezultati ankete među novinarima i urednicima.

Do ovih zaključaka došli smo temeljem razgovora s urednicima koji su uglavnom bili zaduženi za organizaciju posla i u većini redakcija predstavljaju i poslodavce. A kako bismo dodatno potkrijepili te tvrdnje odabrali smo dvije najveće medijske kuće, Styriju te Hrvatsku radioteleviziju.

U Styriji smo razgovarali s Andrejom Dorušak, iz Odjela upravljanja ljudskim potencijalima Večernjeg lista i Poslovnog dnevnika, koja nam je kazala kako je tijekom pandemije svima omogućen rad od kuće i komunikacija putem online kanala, telefona i mailova. Kako navodi, u početku, dok još nisu imali jasnu sliku s čime se nose, pri pojavi prvog pozitivnog slučaja svi zaposleni su poslani kući. Podijelili su i brze testove ili omogućili testiranje u nadležnim institucijama. "Rad od kuće većina je novinara prihvatila pozitivno, a veći dio redakcije ima isti stav i danas. Zaposlenicima koji su izrazili želju raditi u uredu, odnosno u redakciji, to je i omogućeno, pri čemu se vodilo računa da svi budu smješteni na propisanoj udaljenosti radi smanjenja kontakta. Nakon prolaska kriznih valova, pokušali smo uvesti rad u grupama, ali se to pokazalo neuspješnim jer većina novinara i dalje želi ostati raditi od doma, smatrajući da im je to jednostavnije, lakše i produktivnije. Novinari tvrde da su pri radu od kuće slobodniji u komuniciranju sa strankama, pisanju i sl. Posebno razumijevanje imali smo za zaposlenike koji se na posao voze javnim prijevozom ili u kući imaju rizične skupine (starije ili bolesne)", pojasnila je A. Dorušak te istaknula kako do početka rujna nije uveden obvezan povratak u redakcije, već se testiraju razne varijante hibridnog rada koje bi povećale produktivnost.

Inače, kazuje A. Dorušak, Večernji list, odnosno Styria, bio je među prvim poslodavcima koji

su omogućili cijepljenje protiv korona virusa u svojim prostorima svim trima dozama, a uz to je bilo organizirano i cijepljenje protiv gripe. Od početka pandemije dijelili su maske, dezinficijense, rukavice. To rade i danas. Dodatno, Večernji list je na mjesečnoj bazi uveo takozvane „zdrave paketiće“, koji se sastoje od proizvoda za jačanje imuniteta, vitamina i minerala, meda. Tu su i čajevi i razni zdravi pripravci, a na tjednoj bazi, za one koji dolaze u redakciju uveli su i doze svježeg voća.

Od pojave virusa komunikacija je bila usmjerena na prevenciju zaraze korona virusom. Slale su se smjernice što činiti i kako se ponašati, kome se obratiti ako se pojave simptomi ili sumnja na zarazu. Uprava je redovno komunicirala vezano uz podršku pri radu od kuće, izazovima s kojima su se zaposleni suočavali u novonastalim okolnostima i trudu koji cijeli kolektiv poduzima. Putem maila su javljali o slučajevima zaraze, a posebno u početku, dok je bilo više ljudi u redakciji.

Kad se radi o besplatnoj i anonimnoj psihološkoj pomoći, Večernji list je nudi bez obzira na navedene situacije, već više od 5 godina. "Tijekom potresa i pandemije odaziv je bio veći, ali ne možemo znati je li došlo do povećanja broja onih koji traže pomoć ili se povećao intenzitet onih koji su već obavljali razgovore" napomenula je A. Dorušak te nastavila: "Organizirali smo i online radionice na razne psihološke teme. Također, omogućili smo webinare i brošure o radu od kuće te kako se nositi s pandemijom, kako se nositi s radom od kuće, i kako balansirati rad i privatni život, osobni razvoj, emocije stres i mentalno zdravlje itd", naglašava Dorušak.

Tijekom pandemije nije bilo ozbiljnijih slučajeva i bolovanja nisu otvarana. Svi koji su bili pozitivni i to prijavili bili su pošteđeni rada, a kako je omogućen rad od kuće, nije postojala ni potreba dolaziti fizički na posao, stoga ni potreba za otvaranjem bolovanja. Tako da u se u konačnici nije dogodio povećan broj bolovanja tijekom pandemije, kao ni u narednom periodu. Neovisno o pandemiji, Večernji list svojim zaposlenima omogućava besplatne sistematske preglede već godinama i tako se nastavlja i dalje (nažalost, dosta zaposlenih ne koristi tu uslugu). Dostupna je i mamografija za žene, mini sistematski u suradnji s Crvenim križem – sve su to aktivnosti koje se provode već godinama, a jednako tako subvencioniramo i sportske aktivnosti poput teretana i ostalih aktivnosti, govori Dorušak..

Kad je riječ o posljedicama novog načina rada, Dorušak komentira: "Mislim da se način rada za većinu promijenio na bolje, samim time što se osjećaju slobodnije jer rade od kuće i kreiraju sami svoje radno vrijeme (uz posao koji se mora odraditi i rokove koje imaju). Urednici dolaze na posao i, prema njihovom stavu, nedostaje im onaj dio svakodnevnih kolegija uživo i razgovora o pojedinim temama jednih s drugima. Vjerujem da se svi koji rade

od kuće osjećaju ipak pomalo isključenima, što je za neke dobro, za neke ne, ali kako je to njihov osobni odabir, vjerujem da im to u jednu ruku odgovora. Mislim da je dobro da se ljudi vrate u urede jer se polako gubi osjećaj pripadnosti kolektivu, slabi komunikacija među kolegama, a to sve nosi neke nove posljedice i po pitanju organizacije posla i produktivnosti. Također, rad od kuće automatski povlači osjećaj „bezvremenskog roka“ jer se stapa privatno i poslovno i dolazi do osjećaja većeg opsega posla i dužeg rada nego što bi to bio slučaj da rade iz ureda”, ističe A. Dorušak.

“Novinari i urednici Hrvatske radiotelevizije korona krizu i potrese odradili su po mojoj procjeni više nego dobro s obzirom na okolnosti i neizvjesnosti s kojom se suočavao cijeli svijet, a ne samo mi”, kazuje pak Nela Gudelj, voditeljica Odjela ljudskih potencijala HRT-a te dodaje kako je na sve svoje kolege i kolegice jako ponosna. Pritom ističe da kada govorimo o novinarima i urednicima na HRT-u, moramo ujedno govoriti i o tehnici i produkciji, odnosno svima onima bez čijeg rada u timu ne bi bilo ni novinarskih priloga ni javljanja s terena niti programa iz studija, jednako kao što bez stručnih službi ne bi bilo niti odrade bitnih popratnih procesa, zbog čega je doprinos svakog radnika uvijek bitan.

Kada se radi o opskrbi maskama, dezinficijensima i ostalim zaštitnim sredstvima te provedbi mjera Stožera, za to je bila zadužena cijela organizacijska jedinica HRT poslovanja, RJ Logistika, koja se inače, pored ostalih procesa, bavi i važnim segmentom zaštite na radu. Tako da su, zaključuje N. Gudelj, svi zaposleni na HRT-u imali sve potrebno, koliko god su okolnosti to omogućavale, pogotovo u samim počecima pandemije, a poslije je ujednačeno i redovito osigurano sve što je potrebno s razine preporučene zaštite i preventive, uključujući i upute kako se ponašati. Mjere su se prilagođavale, odnosno pooštravale u skladu s mjerama Stožera, a svima je omogućeno cijepljenje, docjepljivanje i testiranje u prostorima HRT-a. Posebno se, kaže, nastojalo voditi računa o svima koji su zdravstveno osjetljivi.

Što se tiče organizacije rada, N. Gudelj ističe kako su tu bitnu ulogu imali rukovoditelji pojedinih odjela, odnosno redakcija. “Upute su glasile da se ondje gdje je moguće organizira rad o kuće, no kao što je poznato, veliki dio ljudi, posebice informativnog programa, radio je intenzivno i na terenu i u redakcijama, pogotovo što smo se osim pandemije suočili i s dva razorna potresa. Hrvatska radiotelevizija je doista odmah bila na licu mjesta i pravovremeno izvješćivala tako da, zahvala još jednom svim našim kolegama i kolegicama na profesionalnoj odradi tako zahtjevnih zadataka”, dodaje Gudelj te ističe: “Budući da je koronakriza donijela svima puno neizvjesnosti, ono što je bilo dobro kada govorimo o poslodavcu jest da je pružao stabilnost u isplati plaća i ostalih naknada svim zaposlenim radnicima HRT-a”.

## Zaključak

Ovim istraživanjem ispitali smo koliko su pandemija korone kao i razoran potres koji je pogodio Zagreb, Sisak i okolicu utjecali na zdravlje novinara i urednika. Ispitali smo i kako su te dvije pojave utjecale na materijalni status zaposlenika u hrvatskim redakcijama, ali i kako su se u cijeloj toj potpuno novoj situaciji postavili poslodavci; jesu li im izišli u susret, jesu li im osigurali zaštitu unutar redakcija i na terenu, ali i jesu li im osigurali socijalnu, psihološku i financijsku podršku. Istraživanjem smo također ispitali i na koji su način redakcije organizirale svakodnevni rad.

Kako bismo dobili odgovore na ova pitanja, koristili smo se anketnim upitnikom kao istraživačkom metodom koji su, anonimno, ispunjavali, kolege iz medija. Anketom smo obuhvatili novinare i urednike koji rade u tisku, na televiziji, radiju i portalima. Dobiveni rezultati pokazali su kako je pandemija značajno utjecala na način na koji novinari rade svoj posao. Rad od kuće postao je svakodnevnicom za veliku većinu novinara, a poslodavci su im u većini slučajeva osigurali sva potrebna zaštitna sredstva te ih obavještavali o pojavi virusa u redakciji. Istraživanje je isto tako pokazalo da se za vrijeme pandemije u većini slučajeva nije mijenjao radni status novinara i urednika, kao ni visina njihovih plaća. Međutim, zabrinjavajuć je podatak da je gotovo polovica anketiranih ocijenila kako im je u koroni porastao opseg posla, a na alarm poziva rezultat istraživanja koji pokazuje da se više od polovice anketiranih žali na simptome bournouta, odnosno pregorijevanja zbog posla; iscrpljenost, umor i nemogućnost nošenja sa stresom. Pozitivno je da velika većina ispitanih smatra da im pandemija nije utjecala na komunikaciju s kolegama i suradnicima. Začuđuje podatak da se u 22,5 posto slučajeva nadređeni uopće nisu raspitali kako su im zaposlenici koji su se razboljeli od korone. Istraživanje je pokazalo i kako je za 37,4 posto ispitanih potres bio veći psihički izazov od pandemije.

U istraživanje smo uključili i uglednu psihologinju, specijalicu organizacijske i industrijske psihologije s dugogodišnjim radnim iskustvom Tanju Puretu koja je poručila kako je najvažnija lekcija iz proteklog dvogodišnjeg kriznog razdoblja da svakoj budućoj krizi treba pristupati uzimajući u obzir i psihološku stranu. Naglasila je i potrebu sustavnog planiranja postkriznog razdoblja jer bi, dodala je, stihijski pristup mogao dodatno produbiti posljedice krize umjesto da ih sanira. Trebalo bi, kazala je, i dobro ispitati i osvijestiti što je sve

pozitivno donijela ova kriza te to integrirati u radne i poslovne procese, od osobne razine do razine organizacije.

I samim poslodavcima dali smo priliku u istraživanju da kažu kako oni vide svoju ulogu u vrijeme pandemije, što misle da su napravili dobro, a gdje su mogli napraviti više. Generalno, uglavnom su zadovoljni svojom prvom reakcijom na pojavu korona krize i potrese te drže da su se dobro snašli u organizaciji novih oblika rada, bilo da je riječ o radu od kuće ili organizaciji posla na daljinu putem nekih od video servisa. Kao pozitivan doprinos ističu i napore da se plaće i materijalna sigurnost novinara i urednika uglavnom nisu mijenjali.