

Japonia traci na niewyspanych pracownikach

5 marca 2017

Z najnowszych badań wynika, że Japonia traci blisko 138 miliardów dolarów rocznie z powodu niewyspanych pracowników. Problem nadmiaru godzin nadliczbowych i braku minimalnego czasu na odpoczynek jest jedną z największych bolączek trzeciej największej światowej gospodarki.

W ostatnich latach pracownicy coraz bardziej skarżą się na brak odpowiedniej ilości snu i zbyt dużą liczbę nadliczbowego czasu pracy. Jeszcze w 2007 r. niecałe 28 proc. Japończyków twierdziło, iż śpi mniej niż sześć godzin dziennie, natomiast dwa lata temu współczynnik ten urósł już do ponad 40 proc. Zdaniem ekonomisty Junko Sakuyamy z Dai-Ichi Life Research Institute w Tokio, przyczyna tkwi w kulturze pracy, która obfituje właśnie w nadliczbowe godziny spędzane w pracy.

Część firm postanowiła wprowadzić z tego powodu minimalną liczbę godzin, które pracownik musi poświęcić na odpoczynek od pracy, a regulacje te oscylują między ośmioma a dziewięcioma godzinami. W Japonii nie istnieją jednocześnie odgórne regulacje, ale rząd chce przeznaczyć równowartość 3,5 miliona dolarów na zachęty dla pracodawców, aby wprowadzały minimalny czas wypoczynku.

Duża ilość godzin spędzonych w pracy wcale nie służy gospodarce, ponieważ niewypoczęty pracownik jest dużo mniej efektywny. Badanie przeprowadzone przez RAND Corp. wskazuje, iż Japonia traci z tego powodu blisko 138 miliardów rocznie (blisko 2,92 proc. całego PKB kraju), tymczasem wydłużenie czasu minimalnego wypoczynku z 6 do 7 godzin mogłoby dać dodatkowe 75,7 mld dolarów wzrostu PKB.

Warto przypomnieć, że w Japonii po raz pierwszy w 1969 r. użyto pojęcia „karōshi”, a więc przypadku nagłej śmierci z

powodu przepracowania i stresu. Szacuje się, iż w ten sposób rocznie życie traci blisko 20 tys. japońskich pracowników.

Na podstawie: Kariera.pl, Bloomberg.com

Źródło: [Autonom.pl](https://autonom.pl)