

Doar 27% dintre angajati sunt fericiti la locul de munca; 55% sustin ca angajatorii nu îi sprijina suficient(studiu)

Ponderea angajatilor români care se simt fericiti si împliniti la locul de munca, în 2026, a scazut cu 8% fata de anul anterior, la 27% din total, în timp ce peste jumatate dintre salariați (55%) afirma ca angajatorii nu le ofera suficiente masuri de sprijin, releva un studiu de specialitate, dat publicitatii joi.

Conform datelor centralizate de Reveal Marketing Research, doua treimi dintre respondenti (66%) spun ca schimbarile economice, sociale si politice din ultimul an au crescut nivelul de stres la locul de munca.

În acelasi timp, dificultatile financiare afecteaza mai puternic nivelul de stres al angajatilor (41%, comparativ cu 29% în 2025), iar schimbarea locului de munca câstiga teren ca solutie (29% vs 21%).

Totodata, doar 27% dintre angajati se simt fericiti si împliniti la locul de munca, în timp ce peste jumatate (57%) se autoevalueaza ca având un nivel mai ridicat de stres profesional comparativ cu anul trecut

Cercetarea arata ca nivelul de stres la locul de munca este mai ridicat în rândul persoanelor cu vârste între 25 si 34 de ani (72%).

Principalele aspecte ale contextului actual care afecteaza nivelul de stres includ: cresterea costului vietii (62%), scaderea puterii de cumparare (56%), instabilitatea economica si teama de pierdere a locului de munca (44%) si incertitudinea legata de viitor (36%). În acest context, 55% dintre angajati sunt de parere ca angajatorii nu le ofera suficiente masuri de sprijin.

Potrivit sursei citate, la nivel intern, angajatii identifica factorii principali ai stresului la locul de munca: volumul ridicat de munca (58%), preluarea prea multor responsabilitati (49%) si dificultatile financiare întâmpinate (41%).

Rezultatele studiului evidentiaza ca principalele strategii de combatere a nivelului ridicat de stres la locul de munca ramân concediul de odihna (52%) si activitatile relaxante în timpul liber (47%).

De asemenea, proactivitatea angajatilor în prevenirea fenomenului de epuizare este în scadere. Astfel, 52% iau masuri antistres (fata de 60%, în 2025), iar comportamentul continua sa fie mai pronuntat în rândul tinerilor încadrati în intervalul de vârsta 18-24 de ani (74%).

La nivel general, schimbarea locului de munca a devenit mai frecventa ca strategie de gestionare a stresului la locul de munca, cu 29% dintre români care fac acest pas, în 2026, în comparatie cu 21%, anul precedent.

Studiul Reveal Marketing Research s-a derulat online, în perioada 9 - 13 martie 2026, pe un esantion de o mie de respondenti, iar eroarea maxima de esantionare este +/-3,1%, la un nivel de încredere de 95%.