**Ментальное здоровье офисных сотрудников в Республике Корея в XXI в.**

***Чёрная Евгения Алексеевна***

*Студент (аспирант)*

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Институт стран Азии и Африки, Москва, Россия

*E-mail:* [*d.e.ch@ya.ru*](mailto:d.e.ch@ya.ru)

Данная работа посвящена анализу состояния ментального здоровья офисных сотрудников в Республике Корея и тому, как влияет на него общество. Корея является одной из стран с самым высоким уровнем самоубийств и психических заболеваний. Возрастает количество сотрудников, обращающихся за помощью, однако корейское "чувство стыда" по-прежнему мешает признаться в наличии проблем и вовремя начать лечение. Психическое здоровье работников является важной проблемой, которая затрагивает не только отдельных людей и их семьи, но также рабочие места и сообщества. В данном исследовании выделены основные причины роста психических проблем среди работников и попытки правительства улучшить ситуацию. Анализируя различные источники рассматриваемого периода, стоит говорить о том, что ключевых мер по улучшению ситуации именно среди работников пока не предпринимается.

Исследование строилось на анализе научных статей по рассматриваемой проблематике [1-4], статистических данных [5] и новостных статей [6].

\* \* \*

В ходе исследования было выявлено, что основной причиной роста психических заболеваний среди работников является продолжительность рабочей недели, которая по-прежнему является самой длинной в мире, от 52 до 69 часов. Длинный рабочий день – наряду с высоким уровнем образования и ростом числа женщин, поступающих на работу – когда-то широко считался фактором, способствующим выдающемуся экономическому росту страны после Корейской войны в 1950-х годах, когда она превратилась из бедной экономики в одну из самых богатых в мире. Интересным представляется тот факт, что в последние годы среднегодовое рабочее время в странах Организации экономического сотрудничества и развития (ОЭСР) неукоснительно сокращается, в то время как в Республике Корея несмотря на сокращения это время все равно велико по сравнению с другими странами. По данным ОЭСР, в 2021 году южнокорейцы отработали в среднем 1915 часов, что намного выше среднего показателя по ОЭСР (1716) и среднего показателя по Америке (1767). Также для Кореи характерны переработки и ненормированный рабочий график, дискриминация и буллинг на рабочем месте из-за строгой иерархической системы.

Все это, согласно многочисленным исследованиям, проведенным не только корейскими, но и иностранными учеными, становится большим риском появления ментальных заболеваний у работников. У них уже наблюдается высокий уровень стресса, депрессии, проблемы со сном. Количество самоубийств не значительно, однако за период 2010-2017 гг. 353 сотрудника из разных категорий по причинам большой продолжительности рабочего дня, нерегулярного графика, проблем с алкоголем и изменения психического климата на работе, покончили жизнь самоубийством.

По решению вопроса переработок правительство не принимает глобальных мер. В начале 2023 г. было решено увеличить количество рабочих часов в неделю до 69-ти в связи с недостатком рабочей силы, что вызвало волну недовольства среди молодежи. Юн Сок Ёль сообщил, что мера будет пересмотрена, поскольку изначально они заинтересованы в защите прав и интересов молодого поколения. В ноябре было заявлено, что будут сохранены нынешние 52 часа в неделю, однако это будет действовать только для некоторых отраслей. В остальном все будет решаться посредством социального диалога. Однако помимо этой меры, других изменений не происходит, поэтому сложно говорить об улучшении ситуации в ближайшее время.

Настоящая ситуация является примером того, как различные ситуации стрессового характера на рабочем месте влияют на психическое здоровья работающего населения. Меры, которые стоит принять для изменения ситуации, не только ответственность правительства, но скорее даже работодателей. В Республике Корея для этого придется изменить устои общества, поскольку старшее поколение не заинтересовано в изменениях. Тем не менее, это может стать для Российской Федерации хорошим примером того, что стоит уделять внимание психическому здоровью сотрудников в любых отраслях.

**Источники и литература**

1. Heo K., Lee S., Jeong J. 1224 Stress and mental health due to workplace conflicts in Korean workers. Occupational and Environmental Medicine 2018; 75: A607.
2. Jang J., Kim I., Kim Y., Song J. Comparison of Work-Related Stress in Cluster of Workers’ Suicides in Korea: Analysis of Industrial Accident Compensation Insurance, 2010–2017. Int. J. Environ. Res. Public Health 2022, 19, 3013.
3. Kim H.R. Associations Between Workplace Violence, Mental Health, and Physical Health among Korean Workers: The Fifth Korean Working Conditions Survey. Workplace Health Saf. 2022 Mar; 70(3):161-172.
4. Lee H.E., Kim M.H., Choi M., Kim H.R., Kawachi I. Variability in daily or weekly working hours and self-reported mental health problems in Korea, Korean working condition survey, 2017. Arch Public Health. 2021 Feb 27; 79(1):25.
5. OECD, Average annual hours actually worked per worker.: <https://stats.oecd.org/index.aspx?DataSetCode=ANHRS>
6. This country wanted a 69-hour workweek. Millennials and Generation Z had other ideas. CNN, 19.03.2023.: <https://edition.cnn.com/2023/03/18/asia/south-korea-longer-work-week-debate-intl-hnk/index.html>