Praha, 16. října 2025

KOMENTÁŘ KATEŘINY King KRIST,

PERSONÁLNÍ ŘEDITELKY BNP PARIBAS CARDIF POJIŠŤOVNY

**Stres v práci pociťuje většina zaměstnanců. Větší míru jistoty mohou přinést firmy i finanční zajištění**

Stres spojený s prací patří dlouhodobě mezi nejčastější zátěžové faktory v životě lidí, potvrzují to i aktuální výsledky BNP Paribas Cardif indexu jistoty. Až 73 % lidí se alespoň občas stresuje kvůli své práci, přičemž nejčastěji hledají oporu u kolegů nebo se snaží lépe plánovat svůj čas. Zajímavé ale je, že největší obavy ohledně práce zažívají lidé od 25 do 34 let.

Z výše uvedeného výzkumu zároveň vyplývá, že 61 % lidí je se svou prací spokojeno, byť zároveň 14 % aktivně hledá nové zaměstnání a 16 % po zkušební době zvažuje odchod. To jsou čísla, která potvrzují, že stabilita a jistota pracovních vztahů není samozřejmostí.

Pro firmy je to jasný signál, že psychická pohoda zaměstnanců by měla být stejně důležitá jako jejich výkon. V praxi to znamená podporu otevřené komunikace, větší flexibilitu či umožnění sladění pracovního a soukromého života. Jen tak lze dlouhodobě udržet motivaci a loajalitu zaměstnanců.

Na pracovní stres se navíc často nabalují i finanční obavy. Třetina zaměstnanců má ke své hlavní práci přivýdělek a téměř pětina dalších ho plánuje. Lidé tak hledají jistotu v podobě finanční rezervy pro nečekané situace. I proto hraje velkou roli prevence, nejen v podobě dobrého vedení a podpory zaměstnavatele, ale také ve finančním zajištění.

Právě zde může pomoci naše pojištění schopnosti splácet, které v případě ztráty zaměstnání, pracovní neschopnosti nebo invalidity kryje splácení finančních závazků a umožňuje lidem soustředit se na zvládnutí těžké situace, aniž by se museli obávat existenčních problémů. Tím se významně snižuje tlak, který lidé cítí v období životní nejistoty, ale i v průběhu pracovního výkonu.

Závěrem bych chtěla zdůraznit, že stres v práci nikdy nevymizí úplně – patří k modernímu životu. Můžeme ho ale zmírňovat, ať už kvalitní firemní kulturou, podporou duševního zdraví, nebo právě dobře zvoleným pojištěním. A čím více dokážeme lidem ukázat, že v tom nejsou sami, tím větší jistotu a klid do budoucna jim poskytneme. Protože vizitkou každé úspěšné firmy jsou zdraví a spokojení zaměstnanci.

Kontakt pro média:

Alena Šopov

Brand & Communication Manager   
BNP Paribas Cardif Pojišťovna, a.s.

Boudníkova 2506/1, 180 00 Praha 8

Tel.: +420 773 632 270

E-mail: [alena.sopov@cardif.com](mailto:alena.sopov@cardif.com)

Jana Papoušková  
Account Manager  
Stance Communications, s.r.o.

Jungmannova 750/34, 110 00 Praha 1  
Tel.: +420 602 434 733  
E-mail: jana.papouskova@stance.cz