



Valsts darba
inspekcija

Preventīvās kampaņas «Psihoemocionālie riski darba vidē» rezultāti un secinājumi

Sandra Zariņa, Darba aizsardzības nodaļas vadītāja

25.02.2020., Rīga



Valsts darba
inspekcija

KĀPĒC ?

-Ikdienā mēs visi esam pakļauti stresam;

-Arvien biežāk VDI saņem darbinieku jautājumus: jūtos pazemots, negribu nākt uz darbu, ko man darīt?

-Pieaug arodslimnieku skaits, kur arodslimību izraisījuši psihosociālie riska faktori (atbildība par darbu, augstas darba prasības, varmācības draudi, ļoti ātrs, intensīvs darba temps u.c.)



Valsts darba
inspekcija

KUR MĒS GĀJĀM?

Uz valsts un pašvaldību iestādēm,
kuru funkcija ir uzraudzība un kontrole,
darbs ar cilvēkiem, klientiem;



Valsts darba
inspekcija

KO DARĪJĀM ?

- Septembrī tika izsūtīta interneta tiešsaiste ANONĪMĀS ANKETAS aizpildīšanai, kuru darba devēji pārsūtīja saviem darbiniekiem;
- Inspektori mācījās;
- Apkopojām rezultātus;
- Oktobrī devāmies uz iestādēm ar rezultātiem!
- Stāstījām, prezentējām, diskutējām;
- Likām aizdomāties, aicinājām neklusēt, mudinājām par šo problēmu runāt;

- Nevienu NESODĪJĀM!

- Rezultātus prezentējām Valsts Kancelejā, VID, Arodbiedrībās ;



Valsts darba
inspekcija

KO JAUTĀJĀM ?

1. Darba organizācija

- Vai Jums bieži sanāk strādāt vairāk nekā Jums noteikts un jāpaliek pēc darba laika?
- Vai ikdienā Jums nākas iekļauties īsos laika termiņos vai strādāt ļoti intensīvi?
- Vai pēdējā gada laikā Jums ir pieaudzis darba apjoms?
- Vai Jūs tiekat galā ar darba apjomu?
- Vai Jums ir liela atbildība par veicamo darbu?
- Vai Jūsu darbs ir vienmuļš/monotons?
- Vai darba uzdevumi tiek uzdoti skaidri un saprotami?
- Vai Jums tiek izvirzītas neizpildāmas vai pretrunīgas darba prasības?
- Vai, pildot darba uzdevumus, Jūs atrodaties sociālā izolācijā (strādājat vienatnē)?
- Vai Jūs varat ietekmēt savu darba kārtību (piemēram, kārtību kādā Jūs izpildāt veicamos darbus, patstāvīga darba laika plānošana)?
- Vai, saskaņojot atvaļinājumus, pēc iespējas tiek ņemtas vērā Jūsu vēlmēs?
- Vai Jūs saredzat karjeras iespējas Jūsu darba vietā?



Valsts darba
inspekcija

KO JAUTĀJĀM ?

2. Vardarbība un apdraudējums

Vai Jūs saņemat pastāvīgu, nepamatotu kritiku no vadības?

-Vai Jūs saņemat pastāvīgu, nepamatotu kritiku no kolēģiem?

-Vai darba vietā notiek Jūsu aprunāšana (baumošana) vai ņirgāšanās no kolēģu un -vadības puses?

-Vai Jūs saņemat mutiskus draudus no vadības (piemēram – par algas samazināšanu, atbrīvošanu no darba, prēmijas neizmaksu, u.c.)?

-Vai pret Jums tiek vērsti emocionāli uzbrukumi no vadības?

-Vai pret Jums tiek vērsti emocionāli uzbrukumi no kolēģiem?

-Vai vadītājs kādreiz Jums ir seksuāli uzmācies?

-Vai kāds kolēģis kādreiz Jums ir seksuāli uzmācies?

-Vai pastāv iespēja, ka Jūs var apdraudēt klienti (ar apvainojumiem, draudiem, fizisku uzbrukumu, uzmākšanos)?

-Vai Jūs kādreiz esat cietis/cietusi no klientu uzbrukuma (gan fiziska, gan emocionāla)?

-Vai izjūtat, ka pret Jums ir atšķirīga attieksme no vadības vai kolēģu puses?

-Vai esat novērojis veselības stāvokļa pasliktināšanos, kas Jūsaprāt, varētu būt saistīta ar pārslodzi darbā?



Valsts darba
inspekcija

KO JAUTĀJĀM?

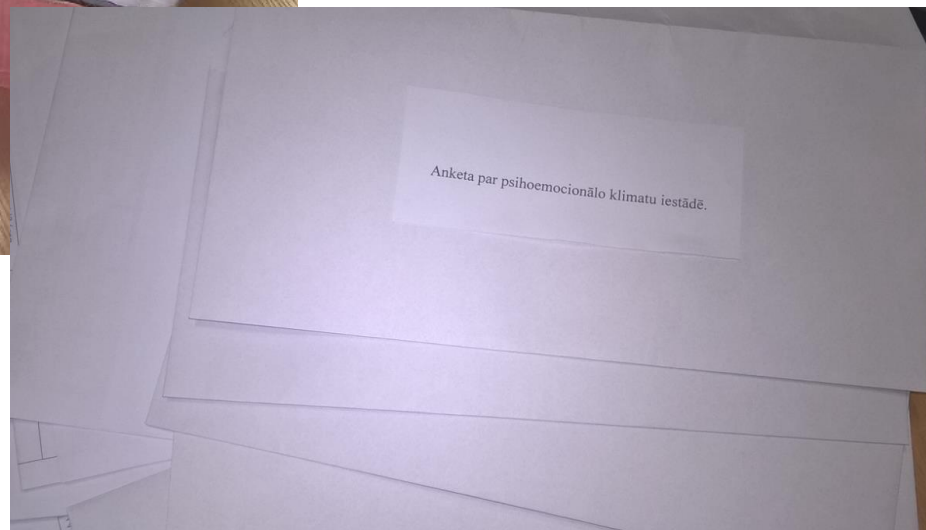
3. Darba vadība

- Vai Jums ir emocionāls atbalsts no kolēģu puses?
- Vai Jūs par savu darbu saņemat atgriezenisko saiti?
(gan pozitīvu, gan negatīvu)
- Vai Jūs saņemat atzinību par labi paveiktu darbu?
- Vai situācijās, kad esat pieļāvis kļūdu, Jūs baidāties
no vadības reakcijas?
- Vai darba jautājumos tiek traucēts ārpus darba
laika vai atvaļinājumā?
- Vai vadība uzklausa un cenšas risināt darbinieku
sūdzības vai ierosinājumus?

- Brīvais komentārs: *Vai gribat vēl ko pateikt?*



Valsts darba
inspekcija





Valsts darba
inspekcija

Anketas aizpildīja:

4989

darbinieki

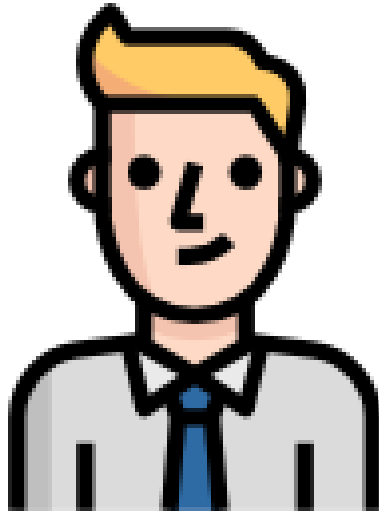
Rīgā-2438

Reģionos-2551

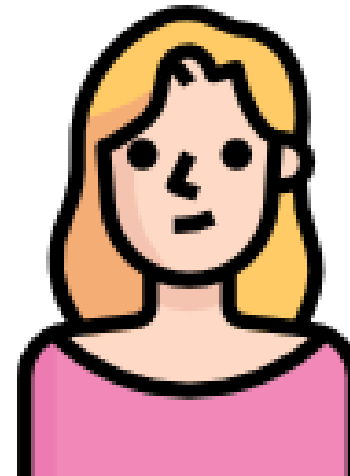


Valsts darba
inspekcija

Respondentu dzimums



694
vīrieši

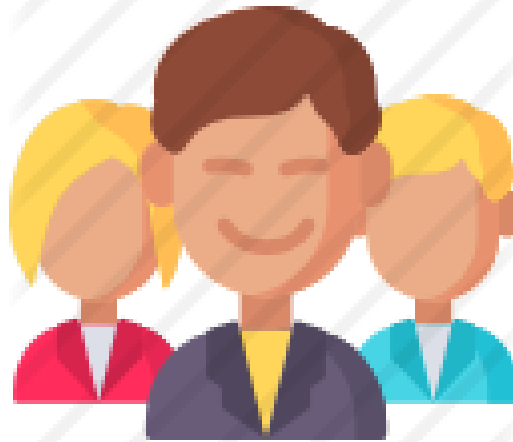


4295
sievietes



Valsts darba
inspekcija

Respondentu amati



Darbinieki- 4265

Vidējā līmeņa vadītāji- 659

Augstākā līmeņa vadītāji- 65



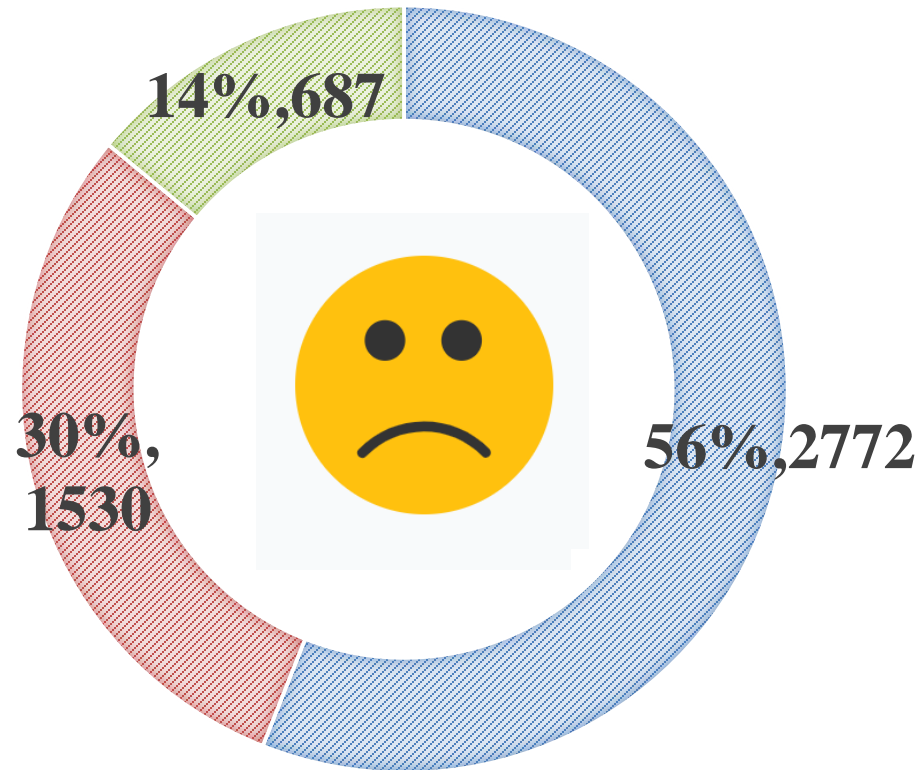
Valsts darba
inspekcija

1. Darba organizācija



Valsts darba
inspekcija

Vai pēdējā gada laikā Jums ir pieaudzis darba apjoms (%) ?



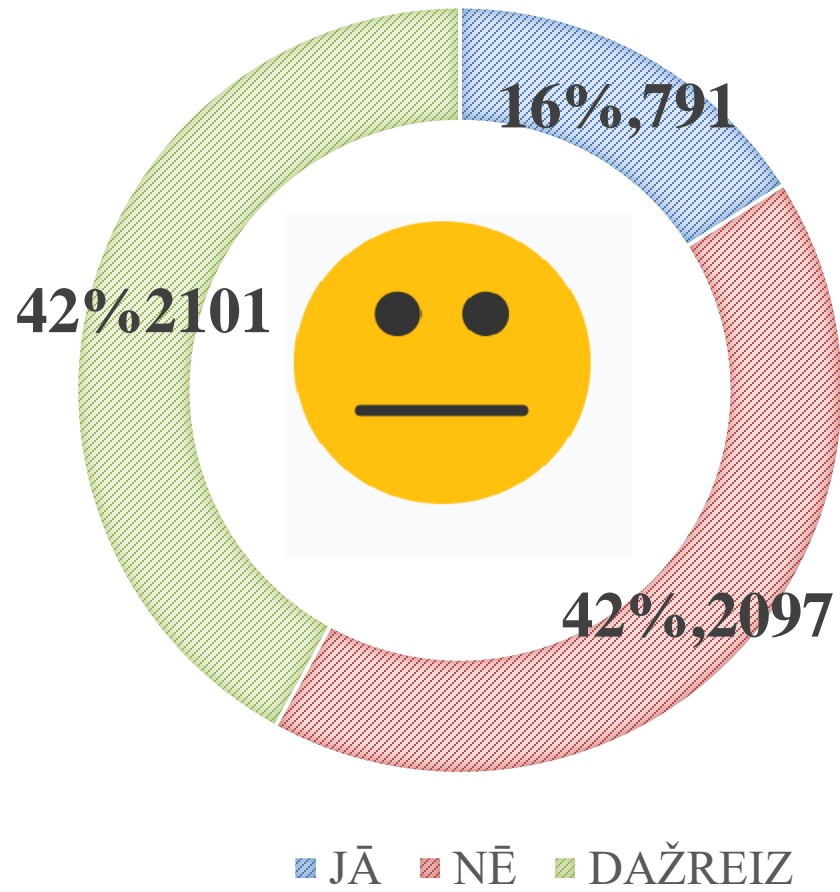
■ JĀ ■ NĒ ■ DAŽREIZ

Rīga-62%, reģioni-48%



Valsts darba
inspekcija

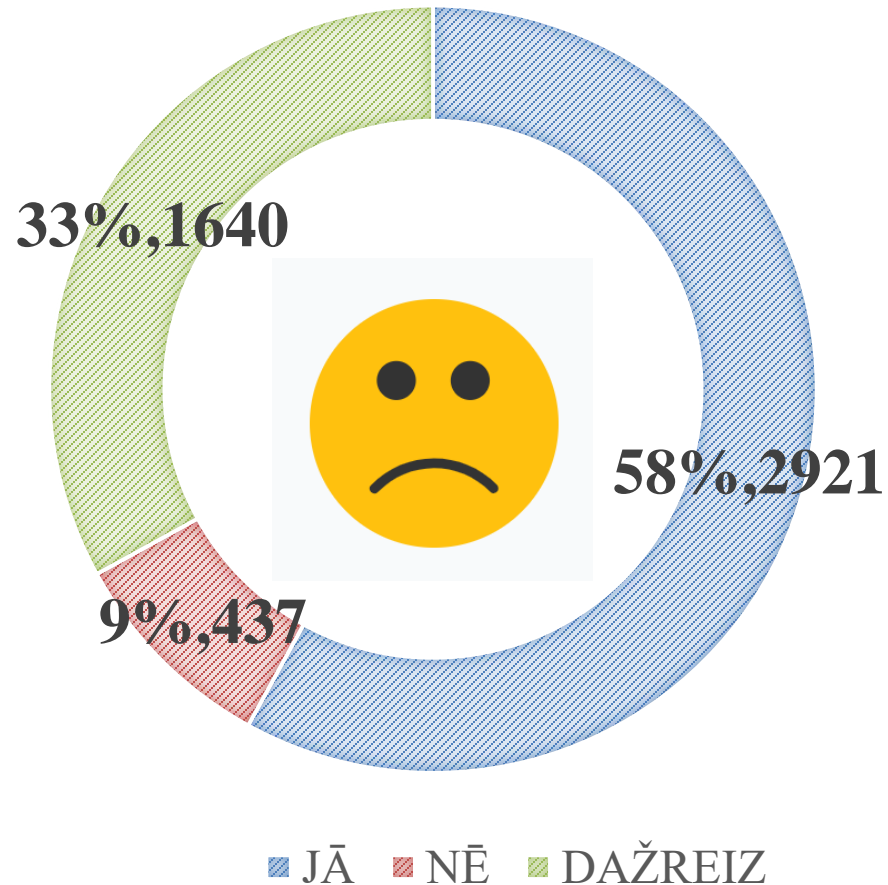
Vai bieži sanāk strādāt vairāk kā noteikts un Jums jāpaliek pēc darba (%)?





Valsts darba
inspekcija

Vai ikdienā nākas iekļauties īsos laika termiņos un strādāt intensīvi (%)?

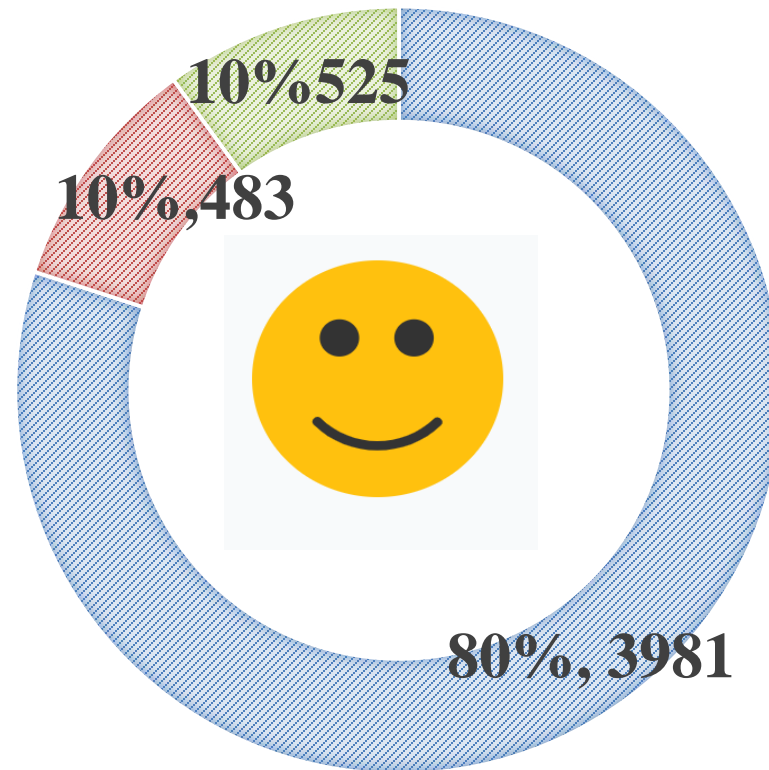


Rīga-71%, reģioni-47%



Valsts darba
inspekcija

Vai tiekat galā ar darba apjomu (%) ?

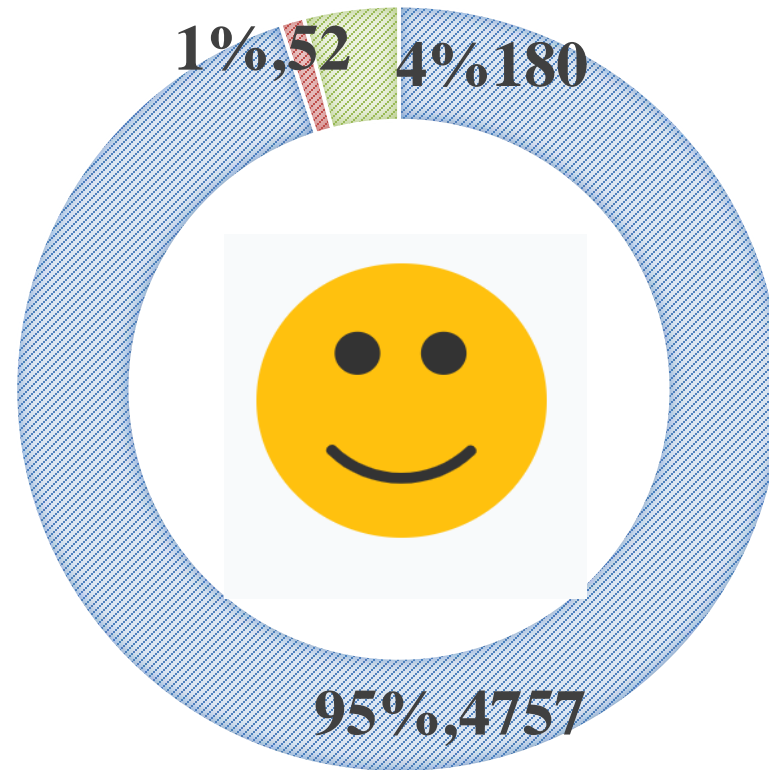


■ JĀ ■ NĒ ■ DAŽREIZ



Valsts darba
inspekcija

Vai Jums ir liela atbildība par veicamo darbu (%) ?



■ JĀ ■ NĒ ■ DAŽREIZ



Valsts darba
inspekcija

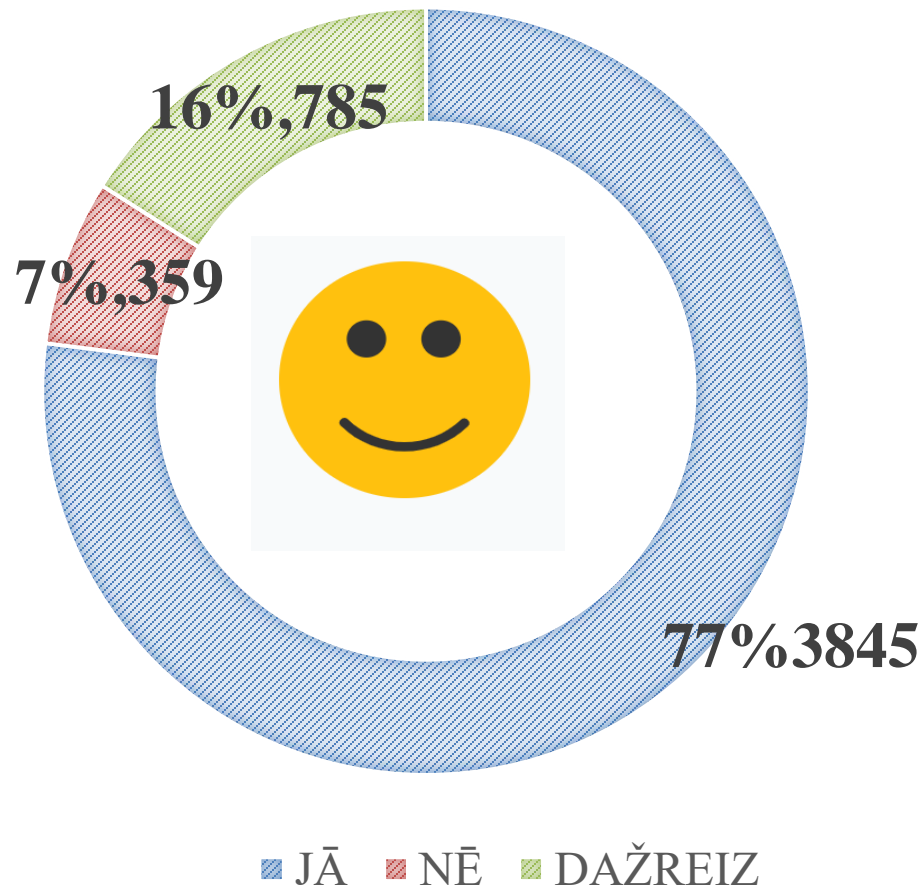
Ko darīt?

- Nosakiet prioritātes!
- Šķirojiet darbus pēc svarīguma:
 - 1.Svarīgas un steidzamas lietas;
 - 2.Svarīgas, bet ne tik steidzamas lietas;
 - 3.Mazāk svarīgas, bet steidzamas lietas;
 - 4.Mazāk svarīgas un ne tik steidzamas lietas.
- Runājiet par grūtībām laicīgi, nebaidieties lūgt padomu vai palīdzību;
- Neuzņemieties vairāk kā spējat!



Valsts darba
inspekcija

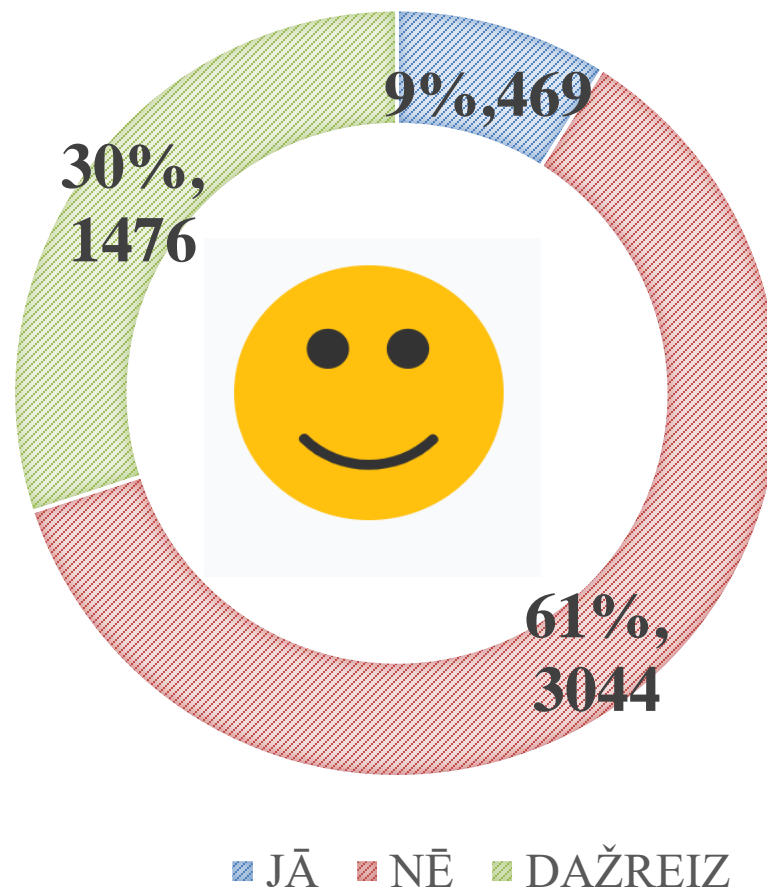
Vai darba uzdevumi tiek uzdoti skaidri un saprotami (%) ?





Valsts darba
inspekcija

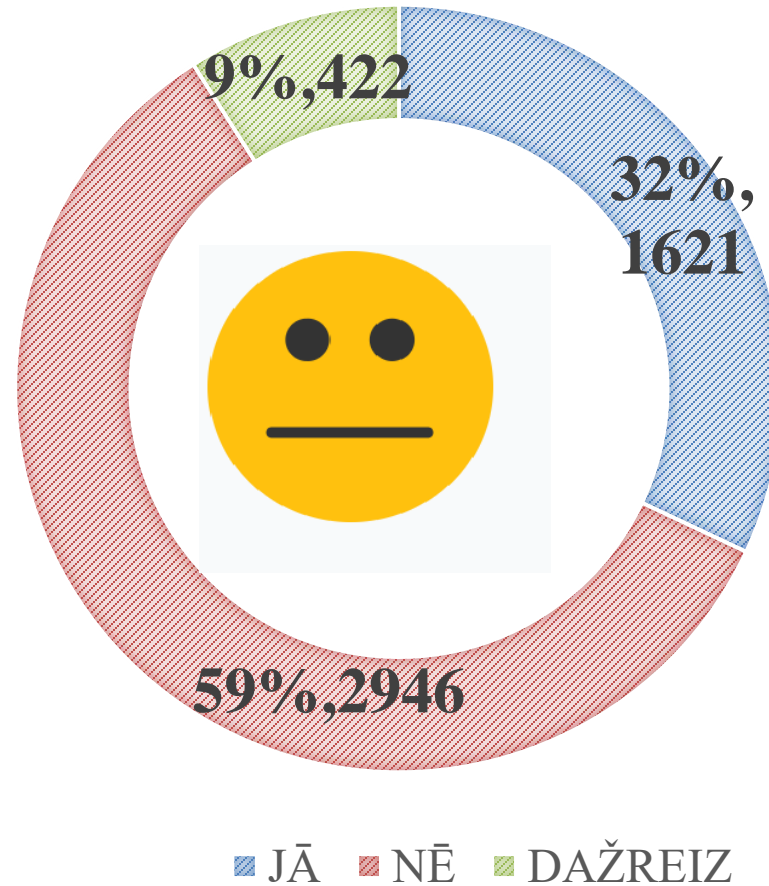
Vai Jums tiek izvirzītas neizpildāmas vai pretrunīgas darba prasības (%) ?





Valsts darba
inspekcija

Vai Jūs saredzat karjeras iespējas darba vietā (%) ?

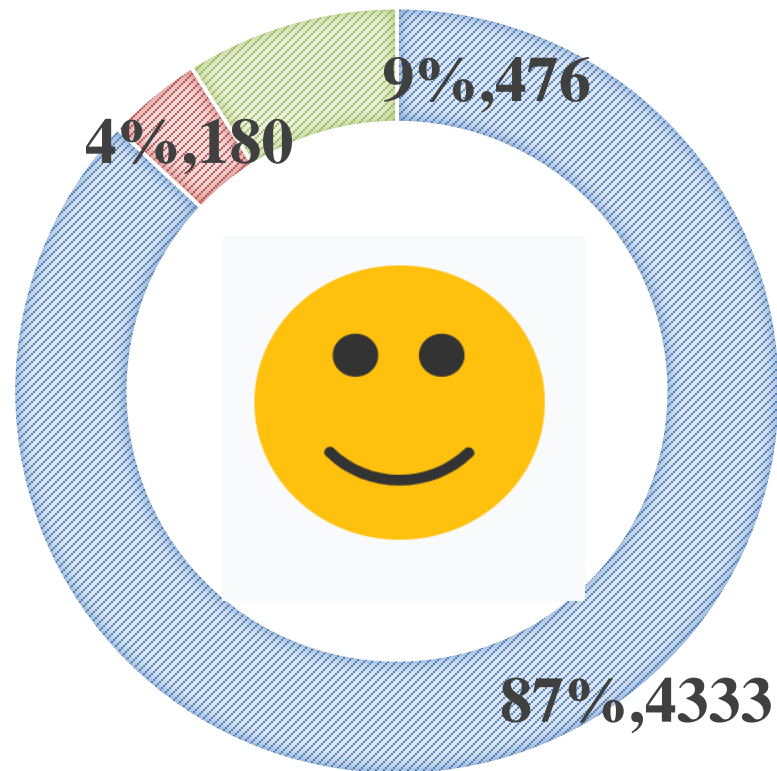


Rīga-12%, reģioni-6%



Valsts darba
inspekcija

Vai, saskaņojot atvaļinājumu, tiek ņemtas vērā Jūsu vēlmes (%) ?



■ JĀ ■ NĒ ■ DAŽREIZ



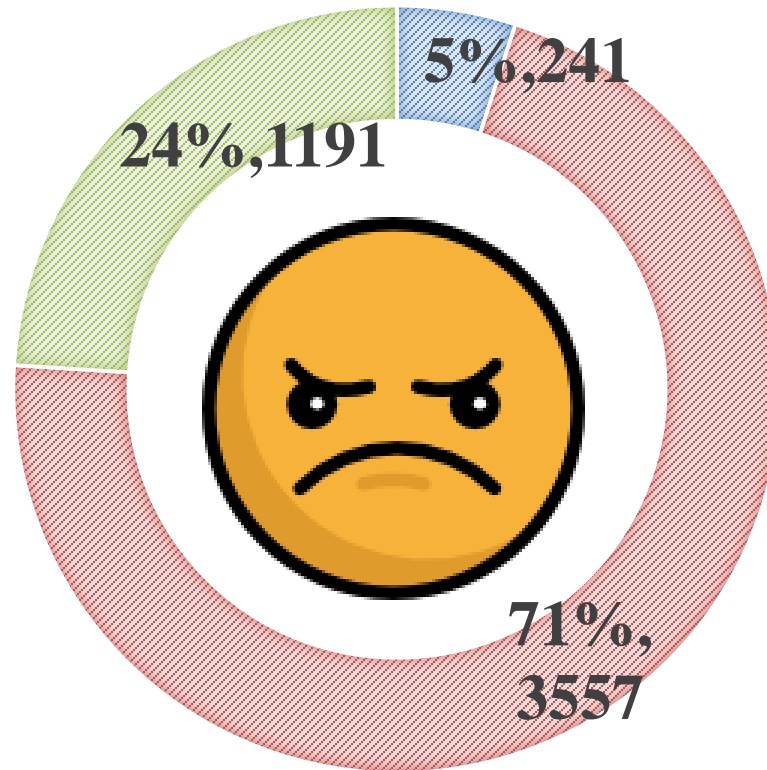
Valsts darba
inspekcija

2.Vardarbība un apdraudējums darbā



Valsts darba
inspekcija

Vai Jūs saņemat patstāvīgu, nepamatotu kritiku no VADĪBAS(%) ?

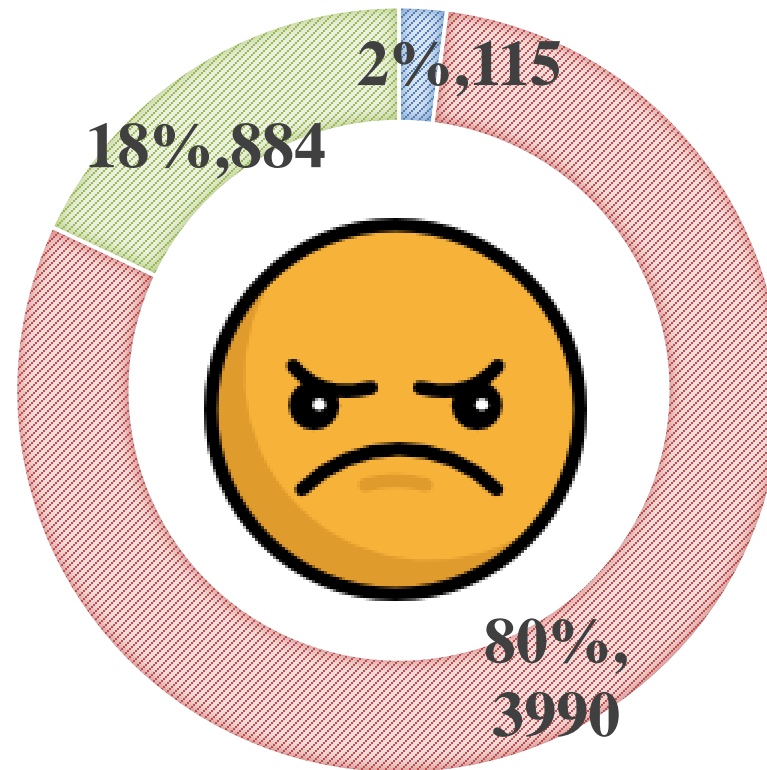


■ JĀ ■ NĒ ■ DAŽREIZ



Valsts darba
inspekcija

Vai Jūs saņemat patstāvīgu, nepamatotu kritiku no KOLĒĢIEM (%) ?

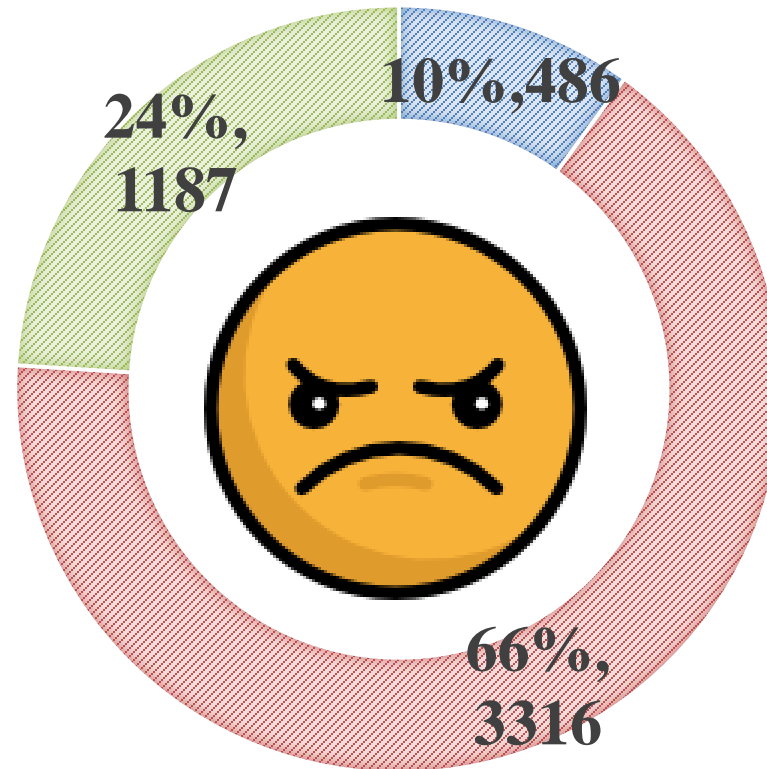


■ JĀ ■ NĒ ■ DAŽREIZ



Valsts darba
inspekcija

Vai darba vietā notiek Jūsu aprunāšana vai ģirgāšanās no kolēģu puses (%) ?



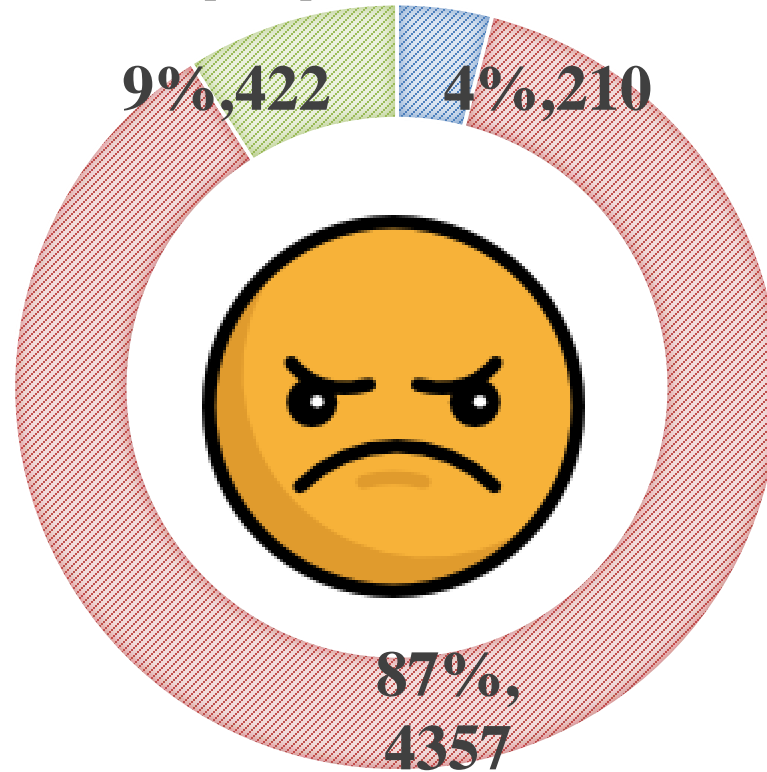
■ JĀ ■ NĒ ■ DAŽREIZ

Rīga-12%, reģioni-8%



Valsts darba
inspekcija

Vai Jūs saņemat mutiskus draudus no vadības (par algas samazināšanu, atbrīvošanu no darba, prēmijas neizmaksu (%)) ?

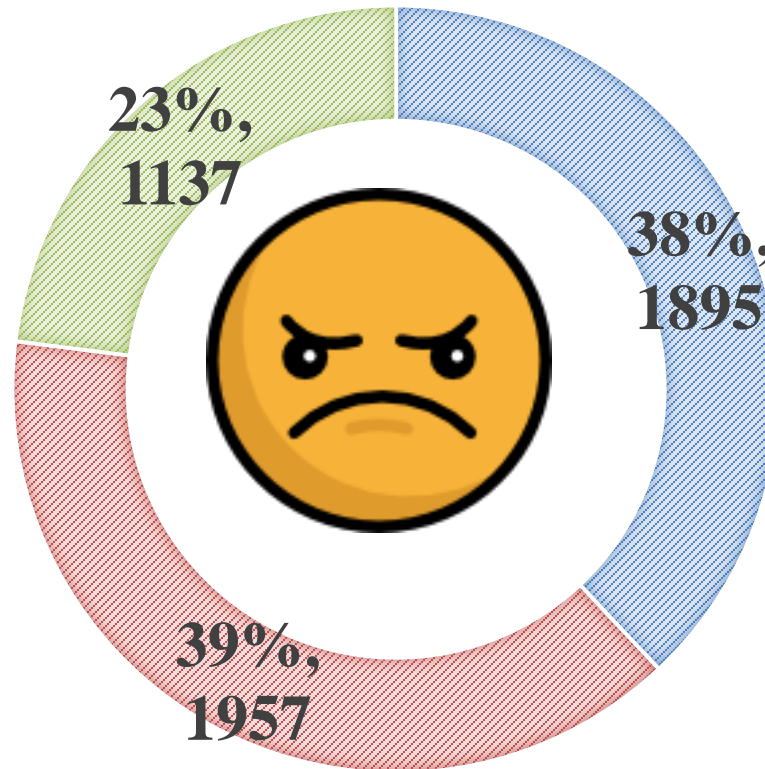


■ JĀ ■ NĒ ■ DAŽREIZ



Valsts darba
inspekcija

**Vai pastāv iespēja, ka Jūs var
apdraudēt klienti (mutiski draudi,
apvainojumi, fiziski uzbrukumi)
(%) ?**

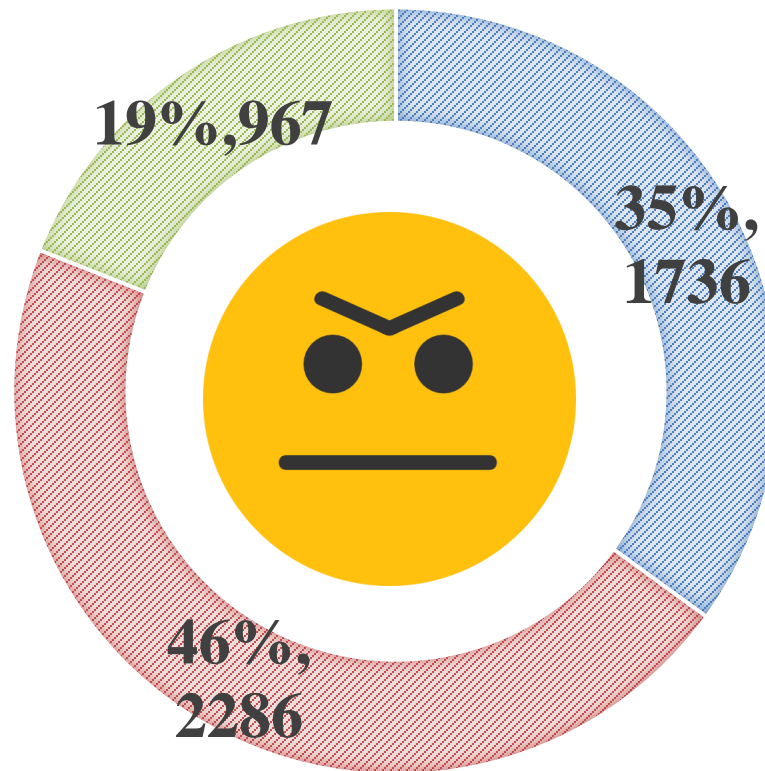


■ JĀ ■ NĒ ■ DAŽREIZ



Valsts darba
inspekcija

Vai kādreiz esat cietis no klientu uzbrukuma (gan fiziska, gan emocionāla)(%) ?

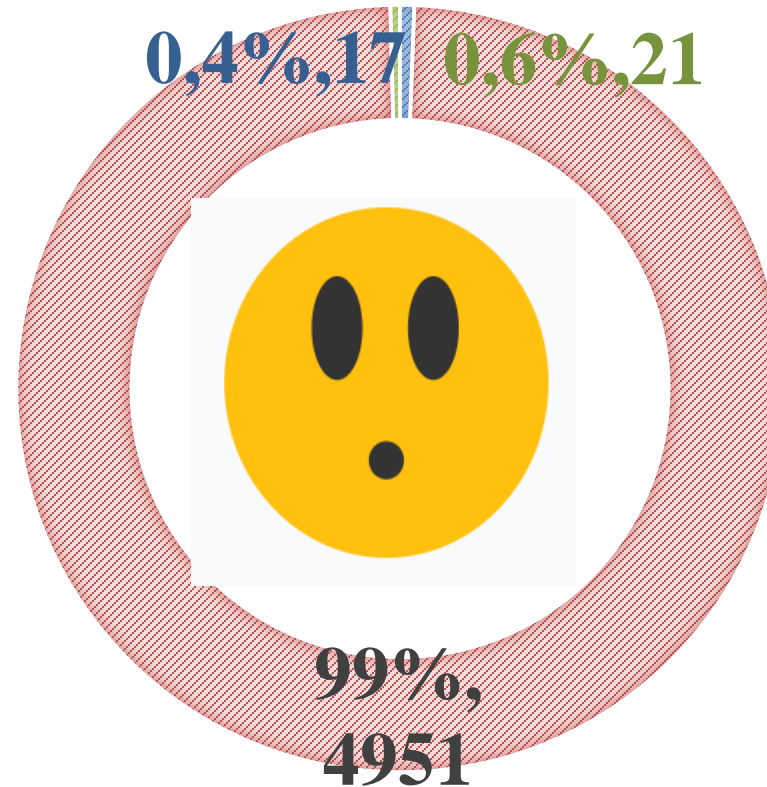


■ JĀ ■ NĒ ■ DAŽREIZ



Valsts darba
inspekcija

Vai vadītājs kādreiz Jums ir seksuāli uzmācies (%) ?

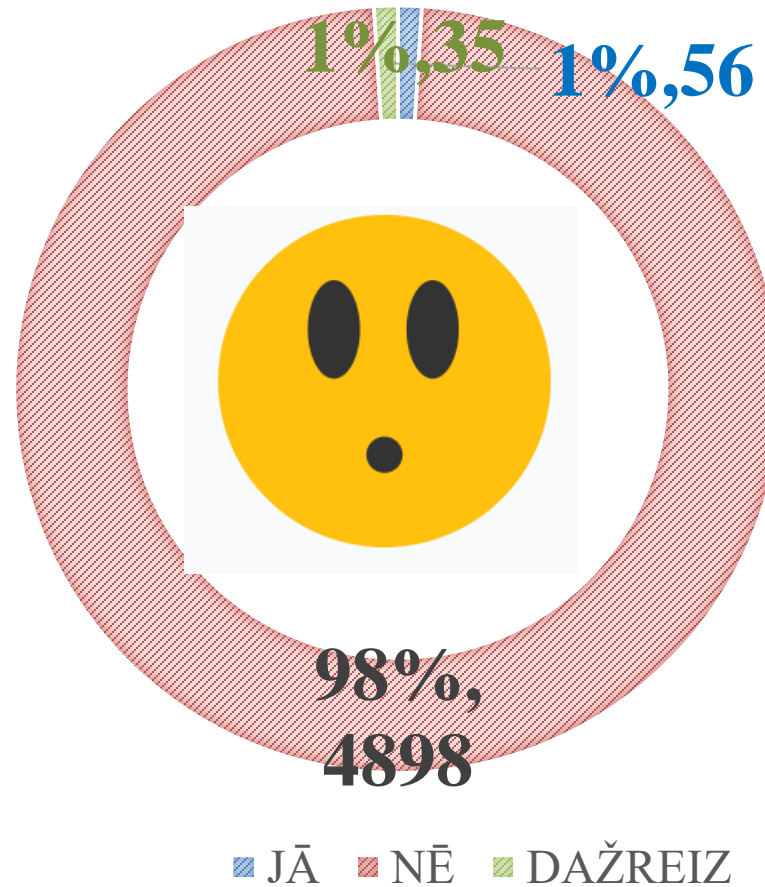


■ JĀ ■ NĒ ■ DAŽREIZ



Valsts darba
inspekcija

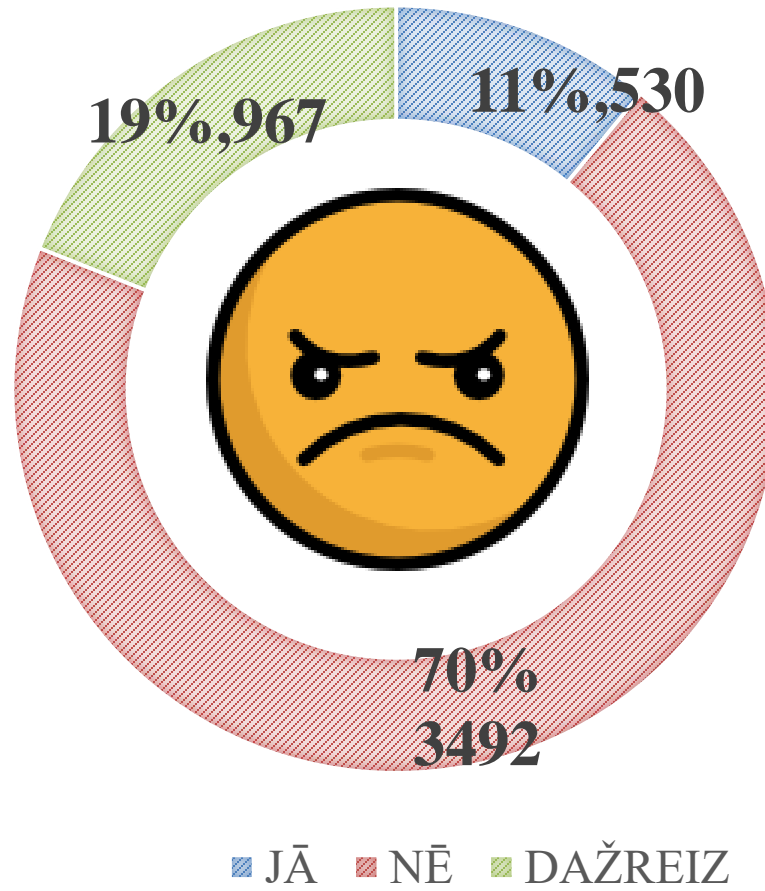
Vai kāds kolēģis Jums ir seksuāli uzmācies (%) ?





Valsts darba
inspekcija

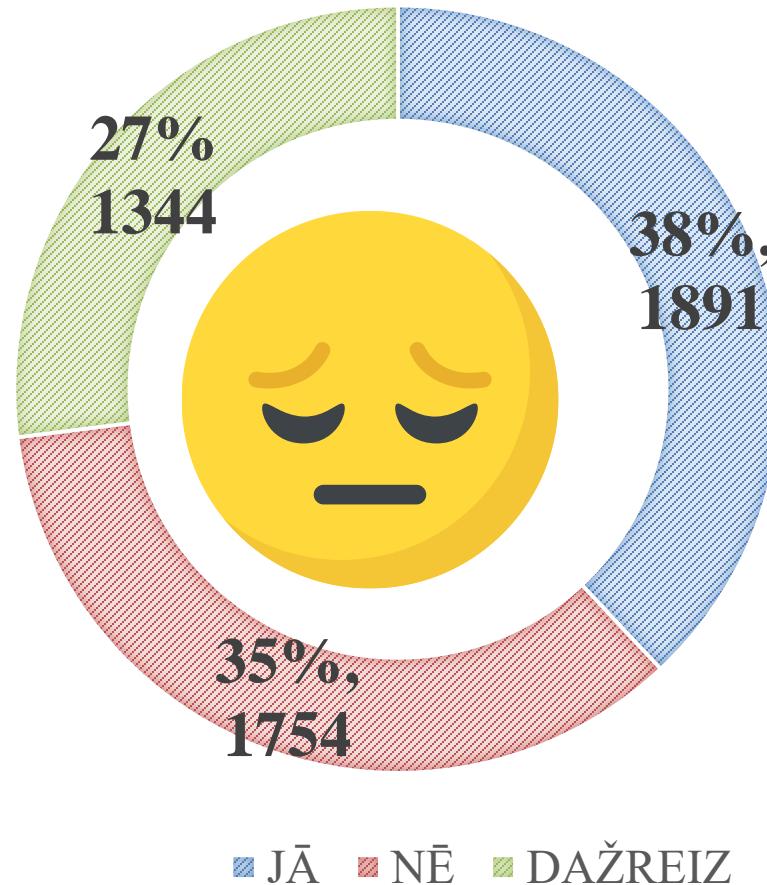
Vai izjūtat, ka pret Jums ir atšķirīga attieksme no vadības vai kolēģu puses (%) ?





Valsts darba
inspekcija

Vai esat novērojis veselības stāvokļa pasliktināšanos, kas varētu būt saistīta ar pārslodzi darbā(%) ?



Rīga-47%, reģioni-29%



Valsts darba
inspekcija

Kā ar to cīnīties!

- Neklusēt!
- Pastāstīt par to kolēģiem, kuriem uzticaties, un lūgt viņu viedokli, padomu!
- Pamanīt!
- Zināt kā rīkoties krīzes situācijās (trauksmes poga, policija, ...)
- Speciālista palīdzība;
- Mācieties pateikt un pieņemt pamatotu «Nē» (kamēr paši neko nedarīsim, sistēma nemainīsies);
- Traumas dziedināšanai vajag vairāk laika nekā tās iegūšanai!!!!!! (L.Bērziņa)



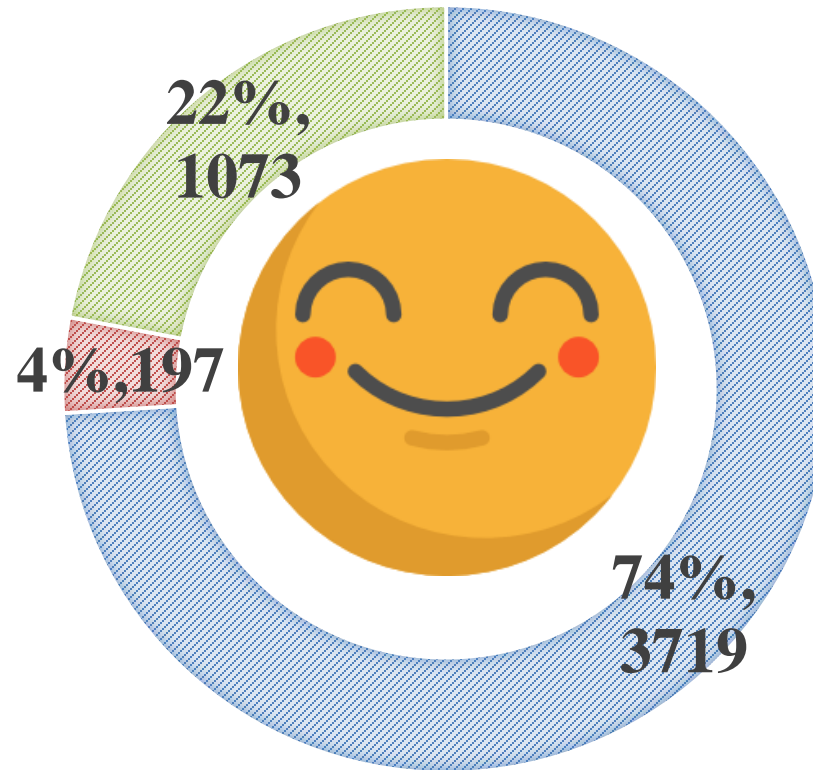
Valsts darba
inspekcija

3. Darba vadība



Valsts darba
inspekcija

Vai Jums ir emocionāls atbalsts no kolēģu puses (%) ?

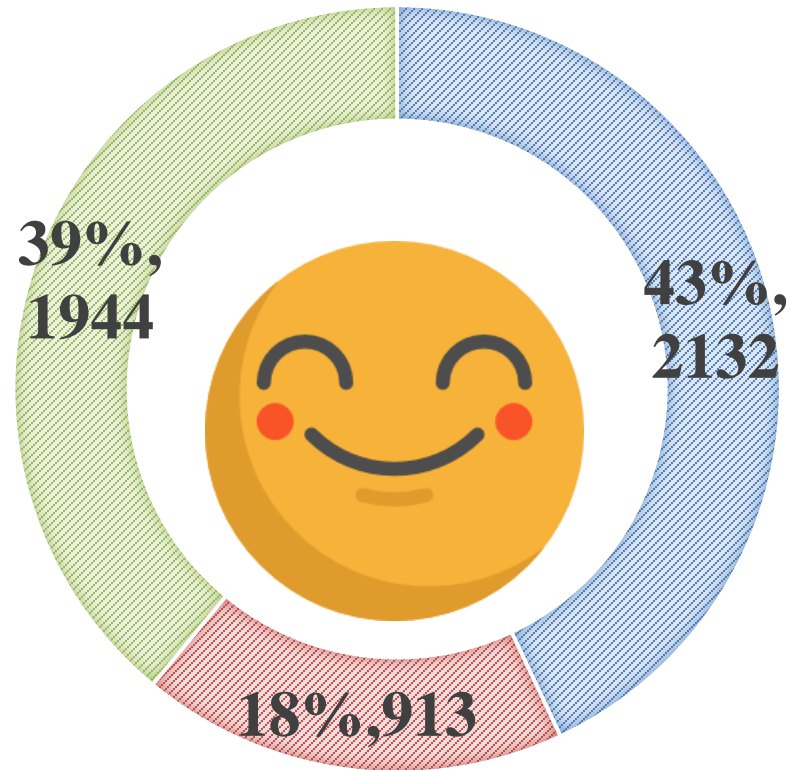


■ JĀ ■ NĒ ■ DAŽREIZ



Valsts darba
inspekcija

Vai Jūs saņemat atzinību par labi paveiktu darbu(%) ?



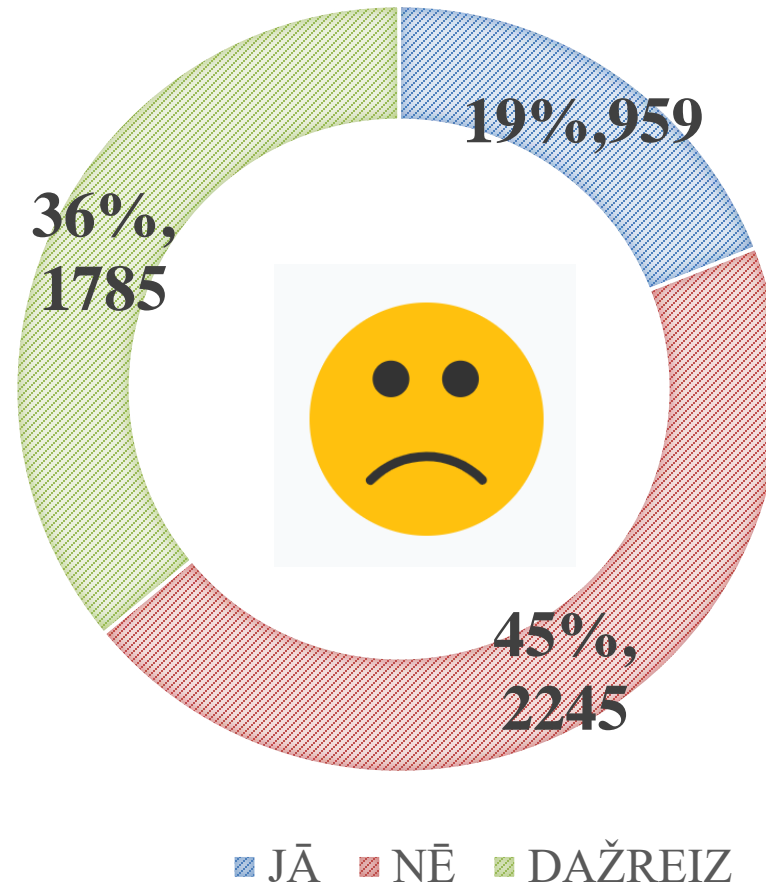
■ JĀ ■ NĒ ■ DAŽREIZ

Rīga-58%, reģioni-67%



Valsts darba
inspekcija

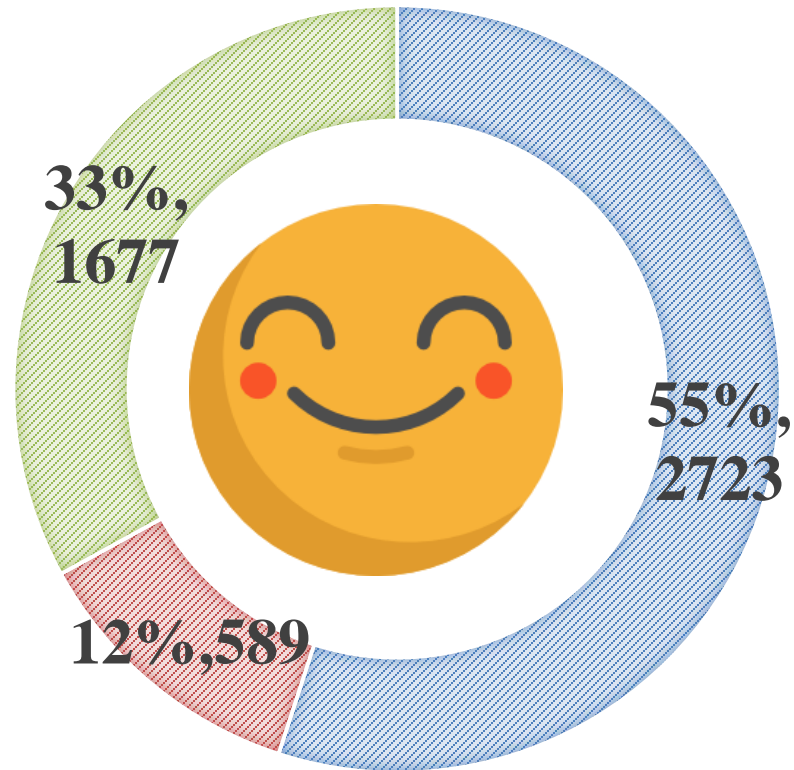
Vai darba jautājumos tiek traucēts ārpus darba laika vai atvaļinājumā(%) ?





Valsts darba
inspekcija

Vai vadība uzklausa un cenšas risināt darbinieku sūdzības, ierosinājumus (%) ?



■ JĀ ■ NĒ ■ DAŽREIZ

Rīga-45%, reģioni-64%



Valsts darba
inspekcija

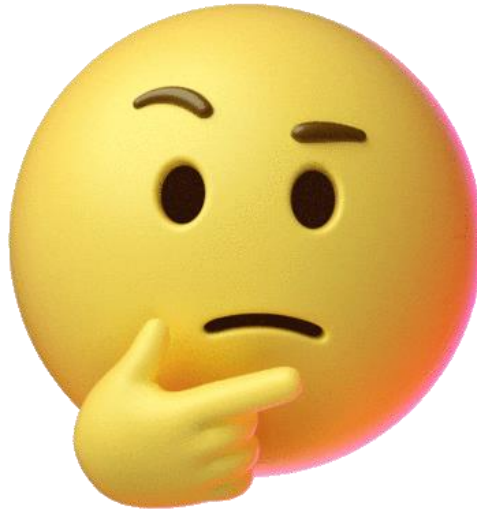
Ko darbinieki vēl minēja komentāros:

- Būtu labi, ja darba vietā būtu pieejams psihologs,
- Vēlētos apmācības darbam ar agresīviem klientiem;
- Traucē biežās reorganizācijas un vadītāju nomaiņas;
- Vadītāji būtu jāmāca elementārai pieklājībai;
- Slodze darbā ir tik intensīva, ka mājās atgriežos kā izspiests citrons;
- Liela apjoma darbi ar mazu izpildes termiņu;
- Lai ar darba apjomu tiktu galā, nāku strādāt brīvdienās!
- Man ļoti patīk mans darbs un man ir lieliska vadītāja!



Valsts darba
inspekcija

Apsekojumu rezultāti-Neviens darba devējs, iepazīstoties ar rezultātiem un sarunās ar inspektoriem, nebija vienaldzīgs!





Valsts darba
inspekcija

Ko darīsim tālāk tālāk?

- Rezultātu kopsavilkums ir publicēts VDI mājas lapā;
- Šodien visām anketētajām iestādēm rīkojam atsevišķu semināru;
- 2020. gada nogalē atkal jautāsim :
«VAI PIE JUMS KAUT KAS IR MAINĪJIES?»



Valsts darba
inspekcija



Darba vidē jājūtas ērti un labi,
jo Tu tur pavadi lielāko dienas
daļu, tur esi visilgāk!

Darba vidi veido ikviens un visos
līmeņos!



Valsts darba
inspekcija

PALDIES!

25.02.2020. Rīga