

Ευρωπαϊκή Εκστρατεία για την Ασφάλεια και Υγεία στην Εργασία 2014-2015

«Διαχείριση του Άγχους σε Ασφαλείς και Υγιείς Χώρους Εργασίας»

Βασικά στοιχεία για την εκστρατεία



□ Υπό το συντονισμό του Ευρωπαϊκού Οργανισμού για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία (EU-OSHA)

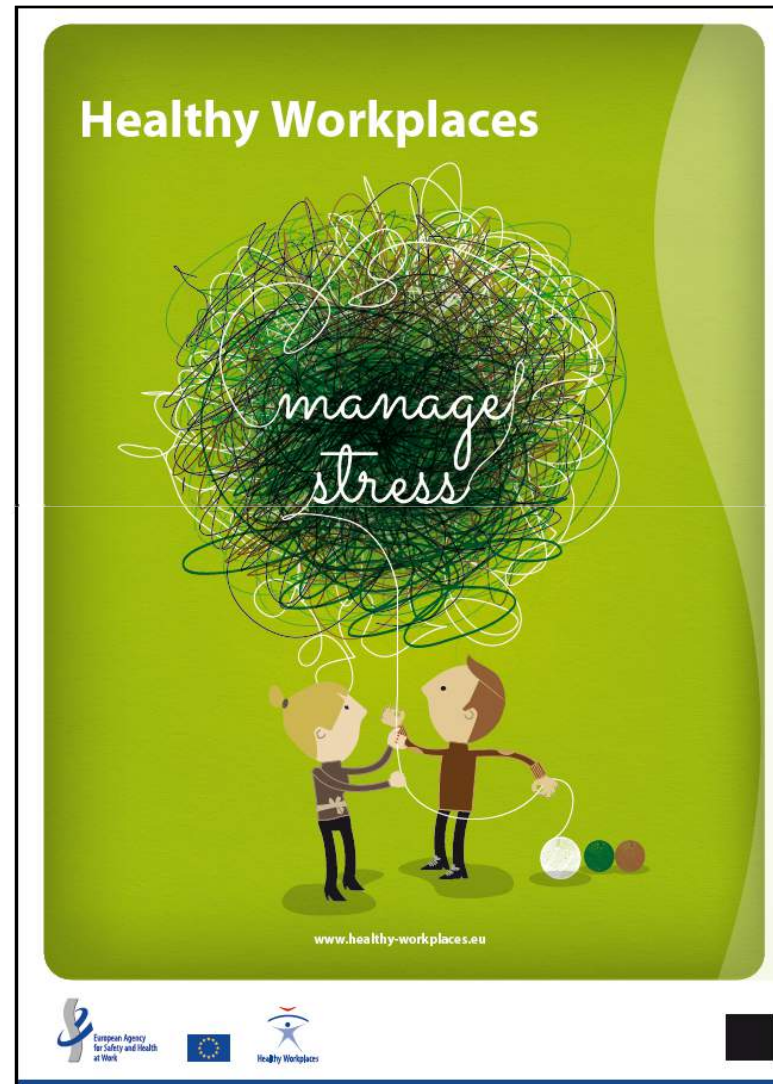
□ Διοργάνωση σε περισσότερες από 30 χώρες

□ Υποστήριξη από ένα δίκτυο εταίρων:

- Εθνικοί Εστιακοί Πόλοι
- Κοινωνικοί εταίροι
- Επίσημοι εταίροι εκστρατείας
- Enterprise Europe Network
- Θεσμικά όργανα της ΕΕ



Οπτική Απεικόνιση



Οπτική Απεικόνιση

- ❑ Τα νήματα της μπάλας από μαλλί αντιπροσωπεύουν διαφορετικές **πτυχές της επαγγελματικής ζωής**, οι οποίες, όταν μπλέκονται, μπορούν να οδηγήσουν σε **άγχος**.
- ❑ Δύο άτομα **εργάζονται μαζί** για να ξεμπλέξουν τα νήματα, παρομοιάζοντας τη συνεργασία μεταξύ των εργαζομένων και των εργοδοτών.
- ❑ Το επίκεντρο της απεικόνισης είναι το **«κουβάρι από μαλλί»**, όχι τα πρόσωπα, τα οποία ως εκ τούτου παρουσιάζονται ως ουδέτεροι χαρακτήρες.



Βασικό Μήνυμα της Εκστρατείας



«Διαχείριση του Άγχους σε Ασφαλείς και Υγιείς Χώρους Εργασίας»

□ Παρά την ευαίσθητη φύση τους, το άγχος και οι ψυχοκοινωνικοί κίνδυνοι στην εργασία, **μπορούν επιτυχώς να μειωθούν και να αντιμετωπιστούν** με την ίδια λογική και συστηματικό τρόπο όπως και άλλα θέματα ΕΑΥ.

□ Η αντιμετώπιση του άγχους στον χώρο εργασίας **αξίζει τον κόπο**. Οδηγεί στη βελτίωση της ευημερίας των εργαζομένων και στην καλύτερη οργάνωση και απόδοση της εργασίας.

Τα οφέλη από την διαχείριση των ψυχοκοινωνικών κινδύνων που σχετίζονται με την εργασία



- Περισσότερη ευεξία των εργαζομένων και ικανοποίηση από την εργασία τους
- Ένα υγιές, ενθουσιώδες και παραγωγικό εργατικό δυναμικό
- Βελτιωμένη συνολική απόδοση και παραγωγικότητα
- Περιορισμός των ποσοστών απουσίας από την εργασία και των ποσοστών διατήρησης του προσωπικού
- Περιορισμός του κόστους και του φόρτου που βαραίνει την κοινωνία εν γένει
- Συμμόρφωση με τη νομοθεσία



Τρόποι διαχείρισης του άγχους & των ψυχοκοινωνικών κινδύνων που σχετίζονται με την εργασία



- ❑ Ακόμη και με περιορισμένους πόρους, οι ψυχοκοινωνικοί κίνδυνοι μπορούν να αξιολογηθούν και να αντιμετωπιστούν αποτελεσματικά.
- ❑ Η προληπτική αντιμετώπιση και η ύπαρξη ενός σχεδίου για την πρόληψη των προβλημάτων είναι ο πλέον αποτελεσματικός τρόπος για την αντιμετώπιση των ψυχοκοινωνικών κινδύνων στον χώρο εργασίας.
- ❑ Μια διαδικασία εκτίμησης κινδύνων είναι απαραίτητη για τον εντοπισμό των κινδύνων και των κατάλληλων λύσεων.
- ❑ Υπάρχουν διαθέσιμα πρακτικά εργαλεία και καθοδήγηση για τη διευκόλυνση της αποτελεσματικής διαχείρισης των ψυχοκοινωνικών κινδύνων.

Πρακτικά εργαλεία για τη διαχείριση του άγχους και των ψυχοκοινωνικών κινδύνων



- ❑ Για την έναρξη της συγκεκριμένης εκστρατείας ο EU-OSHA ανέπτυξε ορισμένα εργαλεία με σκοπό την καλύτερη ευαισθητοποίηση της κοινής γνώμης και την κατανόηση του εργασιακού άγχους και των ψυχοκοινωνικών κινδύνων.
- ❑ Κατά τη διάρκεια του δεύτερου έτους της εκστρατείας ο EU-OSHA έχει αναπτύξει έναν πολύγλωσσο οδηγό ο οποίος παρέχει απλές και τεκμηριωμένες πληροφορίες σχετικά με τους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους και απευθύνεται στους εργοδότες μικρών και πολύ μικρών επιχειρήσεων.
- ❑ Όλα τα εργαλεία που θα δούμε πιο κάτω βρίσκονται στην επίσημη ιστοσελίδα της εκστρατείας:

<https://www.healthy-workplaces.eu/en>

Πρακτικά εργαλεία για τη διαχείριση του άγχους και των ψυχοκοινωνικών κινδύνων



□ Εργαλειοθήκη για την επιθεώρηση των ψυχοκοινωνικών κινδύνων στην εργασία

▪ **Πάροχος:** Η Επιτροπή Ανώτερων Επιθεωρητών Εργασίας (SLIC)

▪ **Γλώσσες:** Αγγλικά (EN) + 22 γλώσσες της ΕΕ

- Οδηγός για τους επιθεωρητές εργασίας

- Εκτίμηση ψυχοκοινωνικών κινδύνων, φυλλάδιο

- Ψυχοκοινωνικοί κίνδυνοι στην εργασία, Ιστορικό πλαίσιο

- Εργαλεία για την επιθεώρηση των ψυχοκοινωνικών κινδύνων

στην εργασία:

* Εργαλείο καθοδήγησης για νοσοκομεία

* Εργαλείο καθοδήγησης για ξενοδοχεία και εστιατόρια

* Εργαλείο καθοδήγησης για τη μεταφορά εμπορευμάτων

* Ερωτηματολόγιο

* Κατάλογος ελέγχου - Άγχος στην εργασία

Πρακτικά εργαλεία για τη διαχείριση του άγχους και των ψυχοκοινωνικών κινδύνων



□ 'Stop it!' («Σταματήστε το!») Preventing third party violence in commerce - A toolkit (Πρόληψη της βίας που ασκείται από τρίτους στο εμπόριο - Εργαλειοθήκη)

- Πάροχος: *EuroCommerce*
- Γλώσσες: Αγγλικά (EN), Γερμανικά (DE), Γαλλικά (FR)

Μια εργαλειοθήκη που προορίζεται να βοηθήσει άμεσα τους εργαζόμενους και τους εργοδότες στη βελτίωση της ασφάλειας στον χώρο εργασίας. Στηρίζεται σε βέλτιστες πρακτικές από ολόκληρη την Ευρώπη σχετικά με τον τρόπο αντιμετώπισης του ζητήματος της βίας από πελάτες στον χώρο εργασίας.

Πρακτικά εργαλεία για τη διαχείριση του άγχους και των ψυχοκοινωνικών κινδύνων



□ Σημεία ελέγχου για την πρόληψη του άγχους στην εργασία (Stress prevention at work checkpoints)

- *Πάροχος: Διεθνής Οργάνωση Εργασίας (ΔΟΕ)*
- *Γλώσσες: Αγγλικά (EN)*

Ένας πρακτικός οδηγός για την πρόληψη του άγχους στον χώρο εργασίας. Περιλαμβάνει μια σειρά από εύχρηστα σημεία ελέγχου για τον εντοπισμό των παραγόντων που προκαλούν το άγχος στον εργασιακό χώρο και τον μετριασμό των επιβλαβών επιπτώσεών τους.

Τα 50 σημεία ελέγχου και οι ενέργειες βελτίωσης που προτείνονται από αυτά τα σημεία ελέγχου στηρίζονται στις πρακτικές εμπειρίες και έχουν αποδειχτεί κατάλληλα και εφαρμόσιμα σε πραγματικούς χώρους εργασίας.

Πρακτικά εργαλεία για τη διαχείριση του άγχους και των ψυχοκοινωνικών κινδύνων



□ Εργαλείο μέτρησης των ψυχοκοινωνικών κινδύνων και των επιπτώσεών τους στον εργασιακό χώρο (PRIWA)

- Πάροχος: *Hellas EAP Ltd.*
- Γλώσσα(-ες): *Αγγλικά (EN), Ελληνικά (EL)*

Το P.R.I.W.A. (Psychosocial Risks & Impacts in the Workplace Assessment), αποτελεί το πρώτο ελληνικό εργαλείο μέτρησης των ψυχοκοινωνικών κινδύνων και των επιπτώσεών τους στον εργασιακό χώρο. Κατασκευάστηκε από την Hellas EAP σε συνεργασία με καθηγητές από το Πανεπιστήμιο Αθηνών και συμβάλει τόσο στην πρόληψη-προάγοντας την ευαισθητοποίηση στο εργασιακό περιβάλλον-, όσο και στη διαχείριση των ψυχοκοινωνικών κινδύνων, μέσω σχεδιασμού και υλοποίησης στοχευμένων παρεμβάσεων.

Πρακτικά εργαλεία για τη διαχείριση του άγχους και των ψυχοκοινωνικών κινδύνων



□ Πρακτικός ηλεκτρονικός οδηγός για τη διαχείριση του άγχους και των ψυχοκοινωνικών κινδύνων

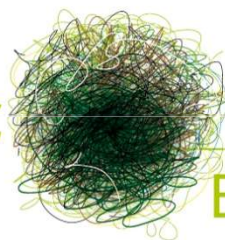
- Πάροχος: *EU-OSHA*
- Γλώσσα(-ες): 25 γλώσσες

Ο ηλεκτρονικός οδηγός σχεδιάστηκε για να καλύψει τις ανάγκες των εργοδοτών και των εργαζομένων μικρών επιχειρήσεων, οι οποίοι αρχίζουν να προσεγγίζουν τους ψυχοκοινωνικούς κινδύνους στον χώρο εργασίας και χρειάζονται καθοδήγηση στα πρώτα τους βήματα, όπως, μεταξύ άλλων:

- απλές επεξηγήσεις του άγχους και των ψυχοκοινωνικών κινδύνων που συνδέονται με την εργασία
- επιπτώσεις σε επιχειρήσεις και εργαζόμενους
- πρακτικά παραδείγματα πρόληψης και αντιμετώπισης ψυχοκοινωνικών κινδύνων
- παραπομπές στην εθνική νομοθεσία
- πληροφορίες σχετικά με εθνικούς πόρους και πρακτικά εργαλεία

Ευχαριστώ για την προσοχή σας

Διαχείριση του
άγχους
σε Ασφαλείς
Χώρους



και Υγιείς
Εργασίας



Έλενα Ναούμ - Λοϊζίδου
Επιθεωρήτρια Εργασίας
Τμήμα Επιθεώρησης Εργασίας
Υπουργείο Εργασίας, Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων