



## ΠΑΡΟΧΗ ΚΙΝΗΤΡΩΝ ΣΤΟΥΣ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΥΣ ΓΙΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΟΥΣ ΣΕ ΔΡΑΣΕΙΣ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ: ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗΣ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗΣ

### Εισαγωγή

Σύμφωνα με το επίσημο κείμενο της Διακήρυξης του Λουξεμβούργου, η προαγωγή της υγείας στους χώρους εργασίας (ΠΥΕ) είναι η συνδυασμένη προσπάθεια εργοδοτών, εργαζομένων και κοινωνίας για τη βελτίωση της υγείας και της ευεξίας των ατόμων στο εργασιακό τους περιβάλλον. Ο στόχος αυτός μπορεί να επιτευχθεί με τη βελτίωση της οργάνωσης της εργασίας και του περιβάλλοντος εργασίας, την προαγωγή της ενεργού συμμετοχής όλων των ενδιαφερόμενων μερών στην όλη διαδικασία και με την ενθάρρυνση της προσωπικής εξέλιξης των εργαζομένων. Είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι η προαγωγή της υγείας στους χώρους εργασίας λειτουργώντας υποστηρικτικά, αποσκοπεί στην ενίσχυση της διαχείρισης των επαγγελματικών κινδύνων και δεν την υποκαθιστά. Η σωστή διαχείριση των επαγγελματικών κινδύνων αποτελεί θεμελιώδη συνιστώσα για ένα επιτυχημένο πρόγραμμα προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας. Σε ό,τι αφορά τη συμμετοχή σε δράσεις προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας, από την βιβλιογραφία προκύπτει ότι κατά την ουσιαστική εφαρμογή ενός προγράμματος ΠΥΕ, ο αριθμός των συμμετεχόντων τείνει συχνά να είναι αρκετά χαμηλός. Ως εκ τούτου, είναι απαραίτητο να διερευνηθεί ο τρόπος με τον οποίο οι επιχειρήσεις μπορούν να κινητοποιήσουν τους εργαζομένους τους ώστε να συμμετέχουν ενεργά σε δράσεις προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας, τόσο βραχυπρόθεσμα όσο και μακροπρόθεσμα. Παράλληλα, πρέπει να λαμβάνεται υπόψη ότι η συμμετοχή των εργαζομένων σε δράσεις προαγωγής της υγείας είναι αποκλειστικά προαιρετική επιλογή (εθελοντική βάση).

Στόχος της έκθεσης που συνοψίζεται στο παρόν ενημερωτικό δελτίο είναι η ανασκόπηση της διαθέσιμης βιβλιογραφίας για τον εντοπισμό των παραγόντων που κινητοποιούν τους εργαζομένους ώστε να συμμετέχουν ενεργά σε δράσεις προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας. Το υλικό αυτό μπορεί να αξιοποιηθεί για τη βελτίωση των προγραμμάτων και, κατ' επέκταση, της συμμετοχής στον συγκεκριμένο τομέα. Τα πορίσματα της έκθεσης παρατίθενται σε δύο σκέλη. Στο πρώτο περιγράφονται ορισμένα από τα βασικά ευρήματα της βιβλιογραφικής ανασκόπησης σχετικά με τους παράγοντες που κινητοποιούν τους εργαζομένους ώστε να συμμετέχουν ενεργά σε δράσεις προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας. Στο δεύτερο εξετάζεται ο ρόλος που μπορεί να διαδραματίσει η πολυμορφία του εργατικού δυναμικού στην προσέλκυση και στη συμμετοχή των εργαζομένων στις σχετικές δράσεις.

### Τι ενθαρρύνει τη συμμετοχή των εργαζομένων σε δράσεις προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας;

Τα βασικά ευρήματα της βιβλιογραφικής ανασκόπησης ήταν τα εξής:

- Η σαφής δέσμευση των εργοδοτών και των ανώτερων διοικητικών στελεχών στην προαγωγή και την προστασία της υγείας και της ευεξίας των εργαζομένων, έχει διαπιστωθεί ότι συνδέεται με αυξημένη δέσμευση και συμμετοχή των εργαζομένων σε πρωτοβουλίες προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας.
- Η ενεργός συμμετοχή των εργαζομένων είναι ζωτικής σημασίας για τον σχεδιασμό, την εφαρμογή και την αξιολόγηση των προγραμμάτων προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας. Οι εργαζόμενοι είναι περισσότερο πιθανό να συμμετάσχουν σε προγράμματα προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας, εάν εργάζονται σε



επιχειρήσεις όπου είτε οι εκπρόσωποί τους είτε οι συνάδελφοί τους υιοθετούν και συμμετέχουν ενεργά σε τέτοιου είδους προγράμματα.

- Η προσαρμογή των μέτρων και των δράσεων προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας στις ιδιαίτερες ανάγκες των εργαζομένων, έχει παρατηρηθεί ότι αποτελεί μια επιτυχή προσέγγιση στο θέμα, καθώς ενθαρρύνει τους εργαζόμενους να συμμετέχουν σε τέτοιου είδους προγράμματα και μέτρα. Ένα πρώτο βήμα προς την ανάπτυξη ενός προσαρμοσμένου στις ανάγκες των εργαζομένων προγράμματος ΠΥΕ είναι η αξιοποίηση διαθέσιμων δεδομένων για τον προσδιορισμό τομέων ή θεμάτων προτεραιότητας.
- Η συμμετοχή των εργαζομένων μπορεί να ενισχυθεί εάν κατά τη διαδικασία σχεδιασμού διασφαλιστεί η ευχέρεια προσβασιμότητας στις δράσεις προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας. Αυτό σημαίνει ότι πρέπει να ληφθούν υπόψη ο χρόνος (η διάρκεια της δράσης και η διάρκεια της εργάσιμης ημέρας) που προβλέπεται για τη συμμετοχή των εργαζομένων, η ευκολία πρόσβασης στην τοποθεσία που πραγματοποιούνται οι εν λόγω δράσεις, καθώς και τα σχετικά έξοδα για κάθε εργαζόμενο.
- Είναι σημαντικό να χρησιμοποιηθεί μια ολιστική προσέγγιση όσον αφορά την προαγωγή της υγείας στους χώρους εργασίας, η οποία θα περιλαμβάνει οργανωτικές αλλαγές και εξατομικευμένα μέτρα. Η καθιέρωση οργανωτικών δομών για την προαγωγή της υγείας φαίνεται ότι ενθαρρύνει τους εργαζόμενους να λαμβάνουν πιο σοβαρά υπόψη τα εξατομικευμένα μέτρα και τους δίνει τη βεβαιότητα ότι οι παρεχόμενες πληροφορίες είναι αξιόπιστες και ουσιαστικές.
- Οι ιατρικές εξετάσεις συνιστούν βασικό στοιχείο των προγραμμάτων προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας. Οι ατομικές εκθέσεις σχετικά με τους κινδύνους για την υγεία, οι οποίες βασίζονται σε τέτοιου είδους αξιολογήσεις, παρέχουν πληροφορίες στους εργαζόμενους για τον σχετικό κίνδυνο διαφόρων ψυχικών και σωματικών παθήσεων, κάτι το οποίο μπορεί να τους ενθαρρύνει να συμμετέχουν στη λήψη μέτρων και την ανάληψη δράσεων για την προαγωγή της υγείας στους χώρους εργασίας. Σε γενικές γραμμές, η διενέργεια εκτιμήσεων κινδύνου για την υγεία και η παροχή ατομικών συμβουλών με βάση τα αποτελέσματα των εν λόγω εκτιμήσεων, βοηθά τους εργαζόμενους να κατανοήσουν τα ατομικά χαρακτηριστικά τους και τους ενθαρρύνει να αναλάβουν δράση. Η τήρηση της εμπιστευτικότητας και η προστασία των δεδομένων προσωπικού χαρακτήρα πρέπει να διασφαλίζεται καθ' όλη τη διάρκεια της διαδικασίας.
- Τα θετικά μηνύματα, που απευθύνονται σε κάθε εργαζόμενο μεμονωμένα, συνιστούν μια επιτυχημένη στρατηγική για την ενθάρρυνση της συμμετοχής των εργαζομένων σε προγράμματα προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας. Η αξιοποίηση τόσο επίσημων όσο και ανεπίσημων διαύλων επικοινωνίας μπορεί να συμβάλει στην ενίσχυση της συμμετοχής των εργαζομένων στη θέσπιση μέτρων και στην ανάληψη δράσεων για την προαγωγή της υγείας στους χώρους εργασίας. Ωστόσο, είναι σημαντικό οι στοχευμένες πληροφορίες σχετικά με την υγεία και οι διάλογοι επικοινωνίας να μην θίγουν την αυτονομία και την ιδιωτική ζωή του εργαζόμενου.
- Έχει παρατηρηθεί ότι η παροχή κινήτρων (είτε υλικών είτε κοινωνικών) συμβάλλει στην προαγωγή της συμμετοχής των εργαζομένων. Παρ' όλα αυτά, η παροχή κινήτρων απαιτεί προσεκτικό χειρισμό για διάφορους λόγους. Η ενίσχυση της εγγενούς κινητοποίησης του εργαζομένου μέσω της παροχής κοινωνικών κινήτρων, και όχι αποκλειστικά υλικών, είναι ένας πιο ασφαλής τρόπος για την επίτευξη μακροχρόνιων αλλαγών συμπεριφοράς.

## Ο ρόλος της πολυμορφίας του εργατικού δυναμικού ως προς τη συμμετοχή του σε δράσεις προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας

Από την επισκόπηση της βιβλιογραφίας προέκυψε ότι:

- Οι ομάδες που αναλαμβάνουν δράσεις προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας δεν είναι απαραίτητα οι ομάδες που συμμετέχουν στην υλοποίηση των εν λόγω δράσεων σε βάθος χρόνου.
- Οι άνδρες εργαζόμενοι, οι εργαζόμενοι με υψηλό μορφωτικό επίπεδο, οι εργαζόμενοι σε διοικητικές θέσεις και οι παντρεμένοι εργαζόμενοι είναι πιο πιθανό να αναλαμβάνουν δράσεις προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας ενώ, αντιθέτως, οι γυναίκες υπάλληλοι, οι εργαζόμενοι με χαμηλό μορφωτικό επίπεδο, οι

εργαζόμενοι σε μη διοικητικές θέσεις και οι ανύπαντροι εργαζόμενοι είναι πιο πιθανό να συμμετέχουν ενεργά στην υλοποίηση των εν λόγω δράσεων σε βάθος χρόνου.

- Τα ποσοστά της σε βάθος χρόνου συμμετοχής αυξάνονται σημαντικά με την ηλικία, είναι δε υψηλότερα στο γυναικείο φύλο.
- Είναι σημαντικό κατά τον σχεδιασμό των προγραμμάτων προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας να λαμβάνεται υπόψη ο ρόλος που διαδραματίζει η πολυμορφία του εργατικού δυναμικού, καθώς και ο τρόπος με τον οποίο αυτή μπορεί να επηρεάσει τα ποσοστά προσέλκυσης και ενεργού συμμετοχής των εργαζομένων.

## Βασικές συστάσεις

Βάσει των αποτελεσμάτων της βιβλιογραφικής ανασκόπησης, διατυπώθηκαν διάφορες βασικές συστάσεις για την αύξηση της προσέλκυσης και της συμμετοχής των εργαζομένων σε δράσεις και μέτρα προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας:

- Ενεργός και συνεχής συμμετοχή των εργαζομένων στον σχεδιασμό και στην εφαρμογή δράσεων προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας.
- Λήψη μέτρων προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας, προσαρμοσμένων και εστιασμένων στις ατομικές ανάγκες των εργαζομένων.
- Χρήση επίσημων και ανεπίσημων στρατηγικών επικοινωνίας για την προαγωγή μέτρων προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας και την ευαισθητοποίηση των εργαζομένων σε θέματα υγείας.
- Παροχή στους εργαζομένους επαρκών, εξατομικευμένων και ενθαρρυντικών πληροφοριών όσον αφορά τις εφαρμοζόμενες δράσεις προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας τους.
- Οι δράσεις προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας πρέπει να ικανοποιούν τις ατομικές και κοινωνικές ανάγκες των εργαζομένων.
- Η πρόσβαση στις δράσεις και στα μέτρα προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας πρέπει να είναι εύκολη.
- Η άσκηση σαφή ηγετικού ρόλου και η παροχή συνεχούς υποστήριξης από τους εργοδότες και τα ανώτερα διοικητικά στελέχη είναι καθοριστικής σημασίας για την εφαρμογή προγραμμάτων προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας.
- Θα πρέπει να εξετάζεται σοβαρά ο ρόλος που διαδραματίζει η πολυμορφία του εργατικού δυναμικού κατά τον σχεδιασμό των μέτρων και των δράσεων προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας.

Η βιβλιογραφική ανασκόπηση εντόπισε επίσης ορισμένους τομείς οι οποίοι χρήζουν περαιτέρω διερεύνησης. Ειδικότερα, απαιτούνται περισσότερες πληροφορίες σχετικά με α) τον τρόπο με τον οποίο οι παράγοντες κινητοποίησης επιδρούν στους εργαζομένους στον χώρο των μικρομεσαίων επιχειρήσεων (ΜΜΕ), καθώς η πλειονότητα των παρεμβάσεων που αξιολογήθηκαν αφορά σε μεγάλες επιχειρήσεις, β) τον τρόπο κινητοποίησης του προσωπικού που εργάζεται υπό ειδικό καθεστώς, όπως οι εργαζόμενοι μερικής απασχόλησης και οι εργαζόμενοι σε βάρδιες, καθώς και γ) τον αντίκτυπο των πολιτισμικών διαφορών στην κινητοποίηση των εργαζομένων, λαμβάνοντας υπόψη τα χαρακτηριστικά στοιχεία του ευρωπαϊκού περιβάλλοντος.

Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την **προαγωγή της υγείας στους χώρους εργασίας** διατίθενται στη διεύθυνση: <http://osha.europa.eu/el/topics/whp>

**Η βιβλιογραφική ανασκόπηση σχετικά με την παροχή κινήτρων στους εργαζόμενους για συμμετοχή τους σε δράσεις προαγωγής της υγείας στους χώρους εργασίας** διατίθεται στη διεύθυνση: [https://osha.europa.eu/el/publications/literature\\_reviews/motivation-employees-whp/view](https://osha.europa.eu/el/publications/literature_reviews/motivation-employees-whp/view)