

**XV Российский Национальный Конгресс с
международным участием
« ПРОФЕССИЯ и ЗДОРОВЬЕ »**



ПСИХОСОЦИАЛЬНЫЕ РИСКИ И НАРУШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ РАБОТНИКОВ

**Волынская Е.И.
Горблянский Ю.Ю.
Понамарева О.П.**

**Самара
2019**

АКТУАЛЬНОСТЬ

ИЗМЕНЕНИЯ В ХАРАКТЕРИСТИКАХ РАБОТЫ ЗА 12 ЛЕТ: ДАННЫЕ НАЦИОНАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ В США ЗА 2002–2014 ГГ.

- За 2002-2014 гг. наблюдалось статистически значимое увеличение рабочего напряжения (+0,09 стандартных отклонений (SD), $P = 0,02$), отсутствия свободы в принятии рабочих решений (+0,10 SD, $P = 0,03$) и конфликта между семьей и работой (+0,15 SD, $P = 0,001$). Никаких значительных изменений не наблюдалось в отношении высоких требований к работе, низкой социальной поддержки и низкого вознаграждения. Наибольшее увеличение отсутствия свободы в принятии рабочих решений было замечено среди работников сферы услуг.
- Увеличение двух факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний – рабочего напряжения и отсутствия свободы в принятии рабочих решений – может частично объяснить замедление снижения распространенности сердечно-сосудистых заболеваний в США и смертности от инсульта.

РАБОЧЕЕ НАПРЯЖЕНИЕ И ДОЛГОСРОЧНОЕ ОТСУТСТВИЕ ПО БОЛЕЗНИ: ДЕСЯТИЛЕТНЕЕ ПРОСПЕКТИВНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ТРУДОСПОСОБНОГО НАСЕЛЕНИЯ ГЕРМАНИИ

- Высокое рабочее напряжение и низкий уровень свободы в принятии решений связанные с долговременным отсутствием по болезни (LTSA)
- Высокое рабочее напряжение [отношение рисков (HR) = 1,28, 95% доверительный интервал (95% ДИ) = 1,12-1,46] и пассивные рабочие задания (HR = 1,14, 95% ДИ = 1,01-1,30) были достоверно связаны с LTSA после корректировки на дополнительные факторы, причем риск был выше у более взрослых участников (> 45) в отношении пассивной работы (HR = 1,33, 95% ДИ = 1,08-1,63) и высокого рабочего напряжения (HR = 1,56, 95% ДИ = 1,27-1,92).
- Рабочие места с низким уровнем свободы в принятии рабочих решений были связаны с LTSA у немецких рабочих.

Mutambudzi, Miriam, Theorell, Töres, Li, Jian, Job Strain and Long-Term Sickness Absence From Work. A Ten-Year Prospective Study in German Working Population. Journal of Occupational and Environmental Medicine: April 2019 - Volume 61 - Issue 4 - p 278–284

ОПРЕДЕЛЕНИЕ

- ▶ **Психосоциальный фактор** (psychosocial factor): Взаимодействие между содержанием работы, ее организацией и управлением, другими внешними и организационными условиями, компетенциями и потребностями работников.(ГОСТ Р 55914-2013)
- ▶ **Психосоциальный риск** (psychosocial risk): Вероятность того, что психосоциальные факторы окажут опасное воздействие на здоровье работника через его восприятие и опыт, и тяжесть болезненного состояния, вызванного ими(ГОСТ Р 55914-2013)

Менеджмент риска.Руководство по менеджменту психосоциального риска на рабочем месте :Национальный стандарт Российской Федерации , ОКС 03.100.99 13.100 ,2014 стр11
https://standartgost.ru/g/ГОСТ_P_55914-2013

- **«Психосоциальные факторы на работе -взаимодействия** между рабочей средой, содержанием работы, организационными условиями и возможностями работников, потребностями, культурой, личными навыками. Соображения о работе, которые могут через восприятие и опыт влиять на здоровье, производительность труда и удовлетворенность работой (ILO 2016) (1)
- **Психосоциальный фактор риска(Psychosocial risk factor)** - опасности, включая элементы рабочей среды, управление практики и / или организационные аспекты, которые увеличивают риск для здоровья.(2013 BNQ/CSA Group/МНСС) (2)

(1)Kivimäki M, Batty GD, Steptoe A, Kawachi I, editors. The Routledge international handbook of psychosocial epidemiology. New York: Routledge; 2018.

(2)National Standard of Canada .Psychological health and safety in the workplace – Prevention,promotion, and guidance to staged implementation. Published in January 2013 by CSA Group and BNQ

ПСИХОСОЦИАЛЬНАЯ РАБОЧАЯ СРЕДА

– включает такие аспекты работы и рабочей среды, как организационный климат или культура, рабочие роли, межличностные отношения на работе, а также структуру и содержание задач (Reiner Rugulies -2019)



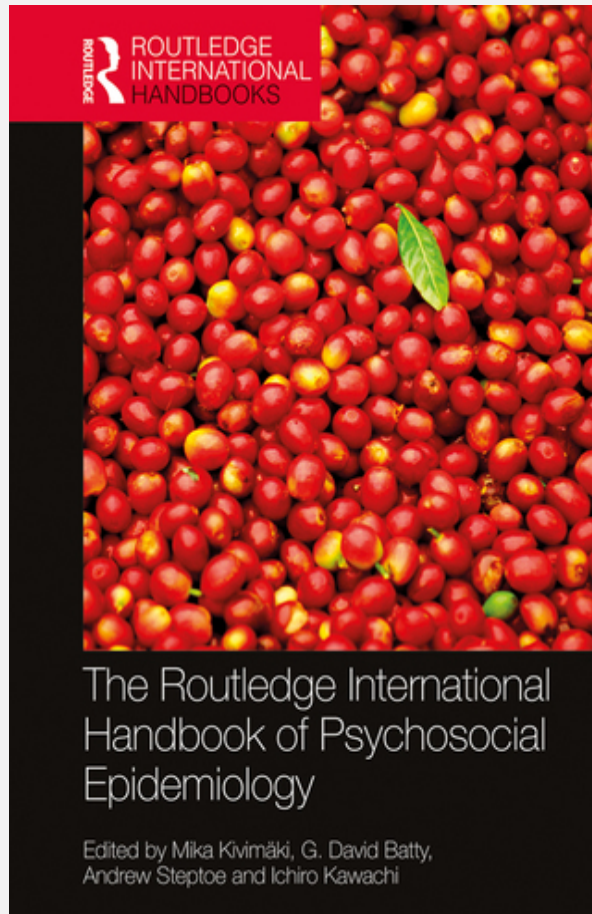
Ругулис Р.(Rugulies R,mph,Phd.)- работает в Национальном исследовательском центре рабочей среды, Копенгаген, Дания(National Research Centre for the Working Environment –NRCWE). NRCWE является государственным научно-исследовательским институт при Министерстве занятости Дании, занимающийся исследованиями в области гигиены труда и техники безопасности.

*Rugulies R .Editorial What is a psychosocial work environment?Scand J Work Environ Health 2019– online first.
[doi:10.5271/sjweh.3792](https://doi.org/10.5271/sjweh.3792)*

ОСНОВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ ЗДОРОВОГО РАБОЧЕГО МЕСТА



ПОНЯТИЕ ПСИХОСОЦИАЛЬНОЙ ЭПИДЕМИОЛОГИИ



«Психосоциальные факторы» - это широкий спектр факторов, некоторые из которых относятся к личности, позитивному психологическому благополучию, депрессии и другие, имеющие более социальный характер, такие как социальные сети, рабочие характеристики и религия и также их последствия на здоровье (M. Kivimäki ,2018)

- ▶ Психосоциальная эпидемиология -это отрасль эпидемиологии, в которой исследователи изучают психосоциальные детерминанты здоровья и болезни, включая особенности психосоциальных факторов , которые влияют на здоровье, а также на основные пути и механизмы M. Kivimäki ,2018).

Kivimäki M, Batty GD, Steptoe A, Kawachi I, editors. The Routledge international handbook of psychosocial epidemiology. New York: Routledge; 2018

БРЕМЯ ПСИХОСОЦИАЛЬНЫХ РИСКОВ

- ▶ Каждый третий работник в Европе (более 40 миллионов людей) заявляют, что они подверглись стрессу на рабочем месте.
- ▶ 1 из 5 канадцев сталкивается с проблемами психического здоровья (Julie Holden, 2015)
- ▶ Распространенность депрессии и тревоги отмечается у 24 и 31% работников (Zhu S. 2017)
- ▶ Распространенность напряженной работы у 22,5% работников в Австралии (McTernan et al. 2013)
- ▶ Стрессоры на рабочем месте в США 7,9-17,4% (у мужчин) и 9,3-34,5% (у женщин) Goh et al. (2016)

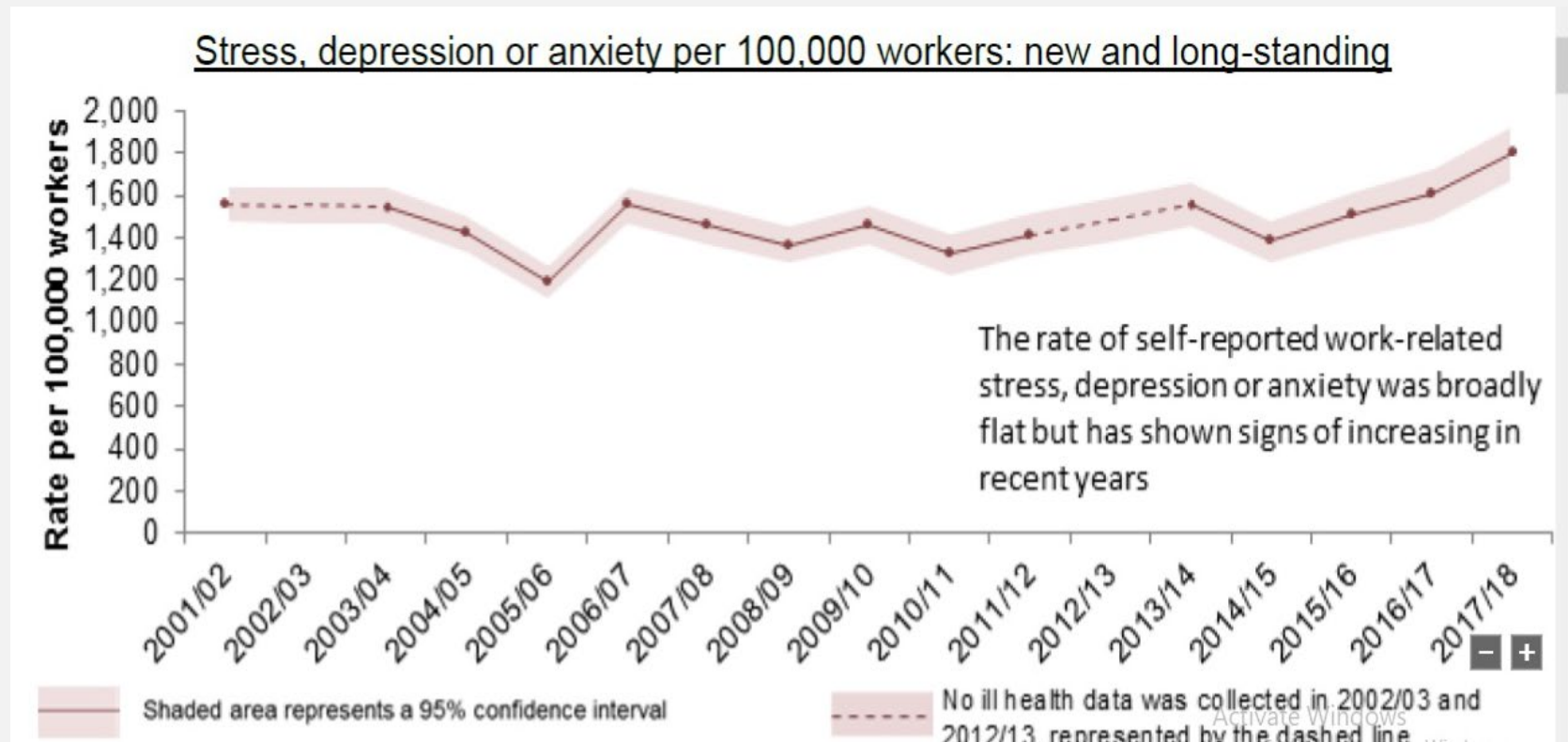
Hassard, J., Teoh, K. R. H., Visockaite, G., Dewe, P., & Cox, T. (2018). The cost of work-related stress to society: A systematic review. *Journal of Occupational Health Psychology*, 23(1), 1-17.

<http://dx.doi.org/10.1037/ocp0000069>

ФИНАНСОВОЕ БРЕМЯ ПСИХОСОЦИАЛЬНЫХ РИСКОВ

- ▶ В Европе финансовое бремя связанной с работой депрессии составляет **617 миллиардов евро ежегодно.**(Matrix 2013).
- ▶ Психические расстройства возглавляют список самых дорогостоящих болезней в США с затратами более чем 200 млрд долларов в год, превышая бремя заболеваний ССС, рака и ожирения(Roehrig С. 2016)
- ▶ Ежегодные затраты на психические заболевания для экономики оцениваются : в Великобритании 74–99 миллиардов фунтов стерлингов , более 450 миллиардов евро для Европейского союза и около 2,5 триллионов долларов США глобально (Stavroula Leka, Paul James Nicholson 2018)
- ▶ Психические заболевания в Канаде обходятся в 51 миллиард долларов в год (Julie Holden, 2015)

БРЕМЯ ПСИХОСОЦИАЛЬНЫХ РИСКОВ В ВЕЛИКОБРИТАНИИ



В 2017/18 году стресс, депрессия или тревога составляли 44% всех связанных с работой заболеваний, а также 57% всех рабочих дней, потерянных из-за плохого здоровья

ПСИХОСОЦИАЛЬНЫЕ РИСКИ РАБОЧЕЙ СРЕДЫ

- Стресс
- Выгорание
- Любая форма насилия:
 - психологическое преследование
 - издевательства
 - моббинг
 - сексуальные домогательства
 - насилие

Karina Nielsen, Marie Birk Jørgensen, Healthy workers, thriving companies - a practical guide to wellbeing at work .Tackling psychosocial risks and musculoskeletal disorders in small businesses . European Agency for Safety and Health at Work / ESENER 2018 p14-18

<https://osha.europa.eu/en/tools-and-publications/publications/healthy-workers-thriving-companies-practical-guide-wellbeing/view>

ПРИМЕРЫ УСЛОВИЙ ТРУДА, ПРИВОДЯЩИХ К ПСИХОСОЦИАЛЬНЫМ РИСКАМ

- Чрезмерная рабочая нагрузка, плохой баланс между работой и личной жизнью.
- Недостаток участия в принятии решений, влияющих на работника
- Отсутствие четкой роли, противоречивые требования
- Плохое информирование об изменениях, которые вносятся на рабочем месте
- Отсутствие гарантии занятости
- Отсутствие поддержки со стороны руководства или коллег,
- ▶ Работа с трудными клиентами, пациентами, учениками, студентами

Karina Nielsen, Marie Birk Jørgensen, Healthy workers, thriving companies - a practical guide to wellbeing at work .Tackling psychosocial risks and musculoskeletal disorders in small businesses . European Agency for Safety and Health at Work /ESENER 2018 p14-15

<https://osha.europa.eu/en/tools-and-publications/publications/healthy-workers-thriving-companies-practical-guide-wellbeing/view>

ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ

- Генетика
- Предыдущий жизненный опыт
- Жизненные события
- Травматические происшествия
- Социальная поддержка
- Навыки преодоления
- Ресурсы
- Поведение, связанное с личным здоровьем, алкоголь и наркотики

- Настроение
- Тревожность
- Стресс
- Плохое совладание
- Выгорание
- Психическое заболевание



- Плохое общение
- Издевательства
- Насилие
- Токсины
- Плохая организация работы
- Плохой дизайн работы

- Производительность
- Абсентеизм /презентеизм
- Леветизм
- Моральное состояние
- Репутация

Richard Wynne , Karla Vandebroek. Promoting mental health in the workplace: Guidance to implementing a comprehensive approach European comission ,November 2014 p11-145. <http://docplayer.net/15610195-Promoting-mental-health-in-the-workplace-guidance-to-implementing-a-comprehensive-approach.html>

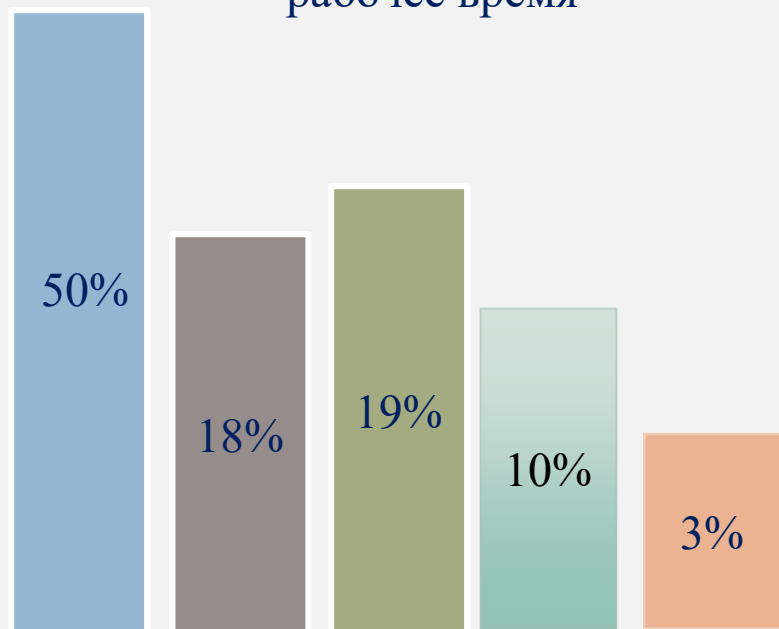
ЛЕВЕИЗМ

- Использование отпускного времени, выходных дней, отгулов работниками для выполнения работы.
- Взятие отпусков во время болезни вместо больничного.
- Сотрудники берут работу домой, которая не может быть завершена в рабочее время;
- Работники, работающие во время отпуска или во время больничного, чтобы наверстать упущенное время на работе.

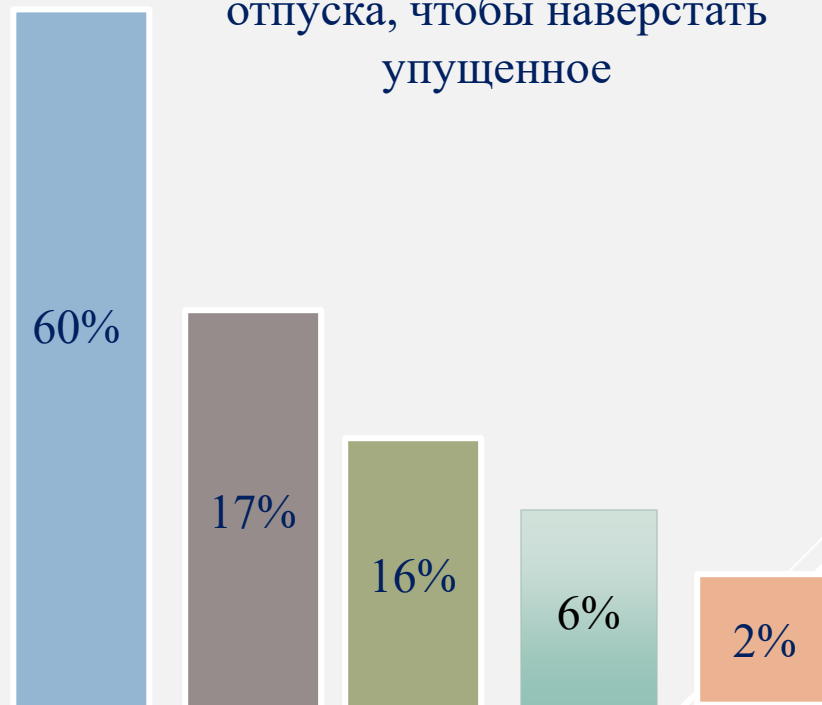
J. Houdmont¹ , M. Elliott-Davies¹ and J. Donnelly .Leaveism in English and Welsh police forces: baseline reference values. Occup Med (Lond). 2018 Dec 26;68(9):593-599. doi: 10.1093/occmed/kqy147

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ ЛЕВЕИЗМА СРЕДИ ПОЛИЦЕЙСКИХ АНГЛИИ

Взяли работу домой, которая не может быть завершена в обычное рабочее время



Работали во время ежегодного отпуска, чтобы наверстать упущенное

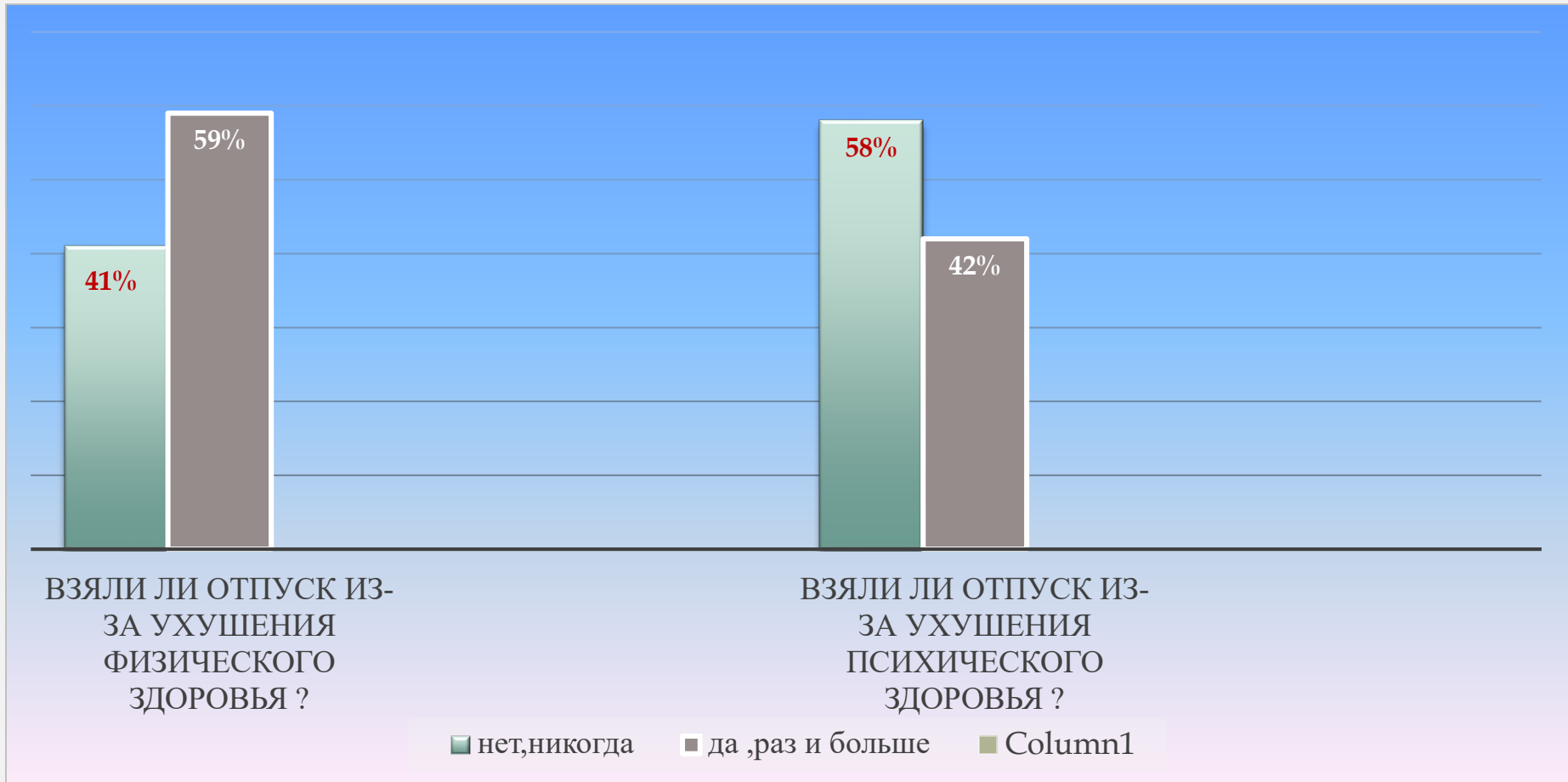


■ Никогда ■ Редко ■ Иногда ■ Часто ■ Всегда

Houdmont, J. "Officer Demand, Capacity and Welfare Survey Descriptive Statistics Summary Report Absence Behaviours January, 2017". Police Federation England and Wales.

<http://www.polfed.org/documents/WelfareSurveyABSENCEBEHAVIOURS-SummaryReport-25-01-2017-V.1.pdf>

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ ЛЕВЕИЗМА СРЕДИ ПОЛИЦЕЙСКИХ В АНГЛИИ



Houdmont, J. "Officer Demand, Capacity and Welfare Survey Descriptive Statistics Summary Report Absence Behaviours January, 2017". Police Federation England and Wales. <http://www.polfed.org/documents/WelfareSurveyABSENCEBEHAVIOURS-SummaryReport-25-01-2017-V.1.pdf>

ПРОФИЛАКТИКА ЛЕВЕИЗМА

- В целях борьбы с растущим уровнем увольнений, презентеизма и стресса на рабочем месте работодатели во всех секторах должны убедиться, что работники берут отпуск, на который имеют право, и что это отпуск, а не продолжение работы.
- В 2014 году компания Daimler представила новую инициативу, согласно которой все 100 000 сотрудников имели возможность автоматически удалять все входящие электронные письма, когда они были в отпуске..
- Множество других организаций также внедрили меры по защите досуга сотрудников, такие как блокирование прихода рабочих электронных писем по вечерам или выходным дням и обращение к менеджерам с просьбой не общаться с сотрудниками в нерабочее время.

Hesketh, I; Cooper, C; Ivy, J (2015). "Leaveism and Work-Life Integration: The Thinning Blue Line?". *Policing*. 9 (2): 183–194. [doi:10.1093/police/pau029](https://doi.org/10.1093/police/pau029)

"Health and Well-being at Work". CIPD and Simply Health

ВЛИЯНИЕ ПСИХОСОЦИАЛЬНЫХ РИСКОВ НА ЗДОРОВЬЕ

Психосоциальные риски повышают риск возникновения:

- Диабета
- Сердечно-сосудистых заболеваний
- Рака
- Инфекционных заболеваний
- Самоубийств
- Расстройств сна
- Нарушения когнитивных функций и расстройства настроения,
- Депрессии .

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СТРЕСС

- Стресс на работе (work-related stress): Комбинация эмоциональных, когнитивных, поведенческих, и психологических реакций на неблагоприятные и вредные аспекты должностных обязанностей, организации и условий работы.

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СТРЕСС

- Стресс – это болезненная физическая и эмоциональная реакция, вызванная нарушением равновесия между требованиями, имеющимися ресурсами и способностями людей удовлетворить этим требования.
- Стресс зависит от организации труда, трудовых отношений и механизмов взаимодействия.
- Профессиональный стресс возникает в том случае, если требования к работнику не соответствуют или превосходят его возможности, ресурсы или потребности, или если знания или способности работника (группы работников) не удовлетворяют ожиданиям, предъявляемым культурой предприятия.

WORKPLACE STRESS: A collective challenge : International Labor Organisation 2016. p6

https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_466547.pdf

СТРЕСС И ЗДОРОВЬЕ

- В популяции дисбаланс между усилиями и вознаграждением увеличивает риск ишемической болезни сердца на 7% (Dragano et al., 2017)
- Задержка на работе увеличивает риск инсульта на 6% у штатных сотрудников

Kivimäki M, Batty GD, Steptoe A, Kawachi I, editors. The Routledge international handbook of psychosocial epidemiology. New York: Routledge; 2018 ,Workplace stressors

ПОСЛЕДСТВИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА

Предприятие

- рост абсентеизма и презентеизма
- напряженные трудовые отношения,
- снижение мотивации коллектива,
- рост неудовлетворенности,
- сокращение новаторства, высокая текучесть кадров,
- распространенность внутренних переводов и переобучения,
- ухудшение имиджа в целом.
- снижение производительность,
- снижение конкурентоспособность предприятия

Здоровье

- психические и поведенческие расстройства(истощение, ощущение беспокойства, депрессию, а также другие физические расстройства)
- сердечно-сосудистые заболевания
- заболевания опорно- двигательного аппарата.
- злоупотреблению алкоголем и наркотиками, курению, нездоровому питанию,
- расстройству сна
- повышение уровнем неинфекционных заболеваний.
- повышение производственного травматизма

ИНСТРУМЕНТЫ ДИАГНОСТИКИ ПСИХОСОЦИАЛЬНЫХ РИСКОВ

- Копенгагенская психосоциальная шкала (COPSOQ) (Kristensen et al., 2005, [2002])
- Дисбаланс усилий-вознаграждения (ERI) (Siegrist et al. 2004) [1994]
- Общая Скандинавская анкета (QPSNORDIC) (Lindstrom 2002) [2000]
- Опросник содержания работы (JCQ) (Karasek et al. 1998) [1985]
- Психосоциальные условия труда PWC

Tabanelli M.C. et al. Available instruments for measurement of psychosocial factors in the work environment. IntArchOccupEnvironHealth (2008) p1-12.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18338178> Available instruments for measurement of psychosocial factors in the work environment.



Head of Department Gorblyansky Yuri Yurievich
The Department of Occupational Medicine
Rostov State Medical University
Rostov
Russia

National Research
Centre for the
Working Environment
Lerso Parkallé 105
DK-2100 Copenhagen
Denmark

28th of March 2017

Ref.:
Thomas Clausen

Direct phone:
(+45) 39 16 53 68

e-mail:
tcl@nrcwa.dk

Permission to use the COPSOQ II-questionnaire

Dear Gorblyansky Yuri Yurievich,

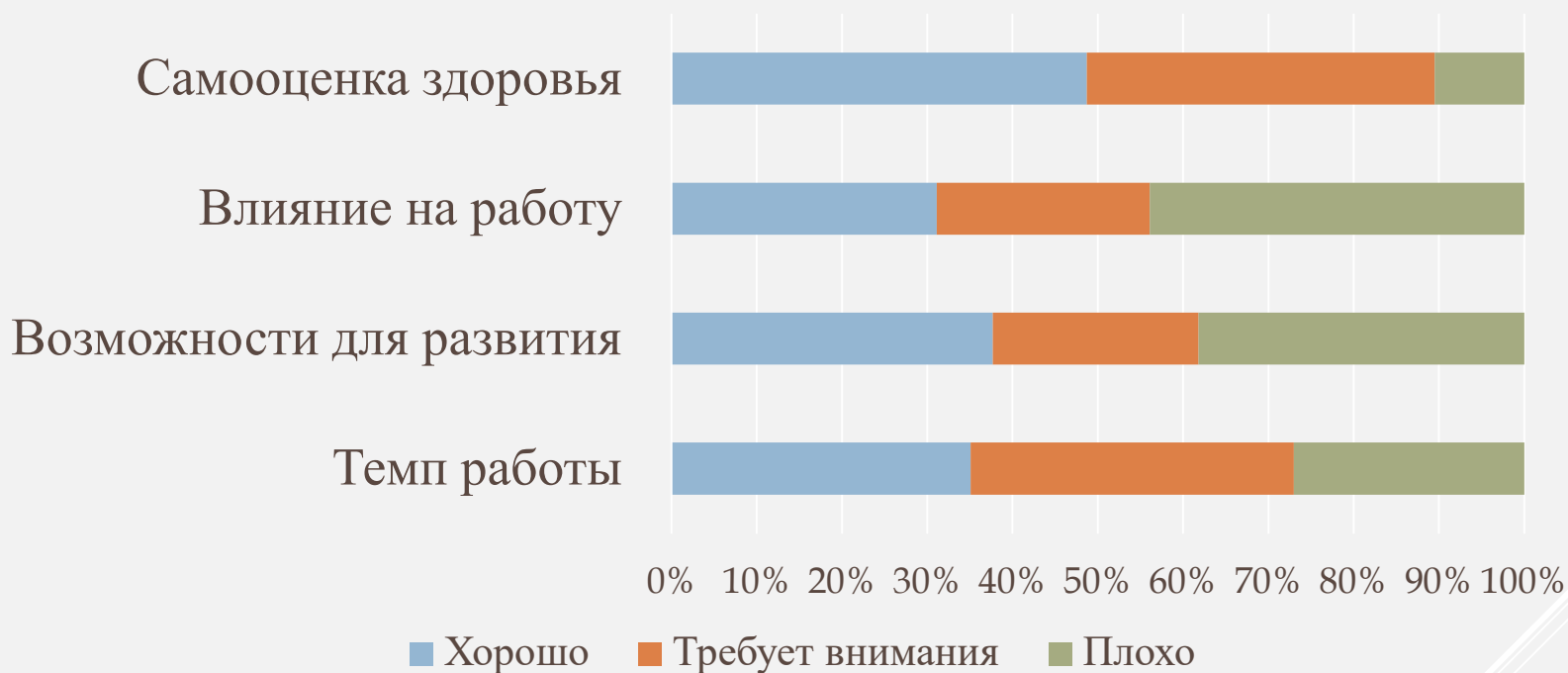
This is to certify that The Department of Occupational Medicine, Rostov State Medical University, Rostov, Russia has been given permission to use the Copenhagen Psychosocial Questionnaire II (COPSOQ II) for her research in the area of Psychosocial risks among workers.

On behalf of the National Research Centre for the Working Environment,
Denmark,

Thomas Clausen
Senior Researcher, MSc, PhD

- Сотрудниками кафедры профпатологии с курсом МСЭ ФПК и ППС ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России получено официальное разрешение на использование опросника COPSOQ II .
- Проведена оценка психосоциальных производственных факторов у работников производственной сферы **n=228** , средний возраст которых составил **42 ± 12**, средний стаж работы **9.3 ± 5,95**.
- В соответствии с опросником оценены отдельные психосоциальные факторы.

ПСИХОСОЦИАЛЬНЫЕ ПРОИЗВОДСТВЕННЫЕ ФАКТОРЫ*



Из личного архива Конторович Е.П., Горблянского Ю.Ю., 2018

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ (1)*

- **Наиболее распространенные психосоциальные производственные факторы для обследованных работников:**
 - **высокий темп работы (64,9%)**
 - **отсутствие возможностей для развития (62,3%)**
 - **низкое влияние на работу (43,9%)**
 - **требующая внимания самооценка здоровья (40,8%)**

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ (2)*

- Выявлена статистически значимая связь между самооценкой здоровья и развитием сердечно-сосудистых заболеваний.
- Увеличение показателя «самооценка здоровья» на 1 единицу приводит, в среднем, к снижению шансов развития сердечно-сосудистых заболеваний на 80% (OR= 0,2; 95% CI: 0,05 – 0,69, p= 0,01).
- Установлена достоверная связь (p=0,03) между психосоциальным фактором «стресс» и формированием ранних признаков нарушения здоровья (симптомов, признаков и отклонений от нормы, согласно МКБ-10).
- Развитие когнитивных нарушений достоверно ассоциировано с психосоциальным фактором «эмоциональное напряжение» (OR= 4,18; 95% CI: 1,07 – 17,54, p= 0,04).

**Благодарю за
внимание!**