

Zagrożenia psychospołeczne na stanowisku archiwisty

Ocena ryzyka zawodowego wynikającego z psychospołecznych zagrożeń na stanowisku archiwisty wykonana została metodą wskaźnikową RISK SCORE, w której poziom ryzyka szacuje się w oparciu o trzy elementy, tj. ekspozycję na zagrożenie (E), prawdopodobieństwo wystąpienia zdarzenia (P) oraz możliwe skutki zdarzenia (S), według zasad przedstawionych w ramce nr 1. Podstawą do analizy czynników stresogennych na stanowisku pracy były dane o psychospołecznych warunkach pracy pracowników urzędów uzyskane od 419 osób na podstawie kwestionariusza Psychospołecznych Warunków Pracy¹ oraz wywiad strukturalizowany z dwiema osobami wykonującymi pracę archiwisty w urzędzie państwowym, a także obiektywna ocena cech pracy dokonana w oparciu o Kwestionariusz do oceny cech pracy². Skutki zagrożeń oceniane były z uwzględnieniem właściwości działania stresu na organizm człowieka, tj. kumulowania się obciążenia oraz zróżnicowania ludzi pod względem ujawnianych reakcji na stres.

Psychospołeczna charakterystyka stanowiska pracy

Praca w zawodzie archiwisty praktycznie sprowadza się do zarządzania zasobem informacji zebranych w dokumentach znajdujących się w archiwum. Do podstawowych obowiązków archiwisty należy:

- porządkowanie i ewidencjonowanie akt i dokumentów zgodnie z odpowiednimi przepisami, z podziałem akt na te, które przechowuje się wiecześnie – akta kategorii A i takie, które po pewnym czasie są niszczone – akta kategorii B,
- przechowywanie akt w należyтым porządku i właściwe ich zabezpieczenie,
- kontrolowanie warunków (temperatury i wilgotności) w pomieszczeniach, w których znajduje się archiwum,
- przekazywanie do składnicy surowców wtórnych lub do zniszczenia akt brako-



- wanych (tj. akt kategorii B, posiadających określony termin przechowywania),
- sygnaturowanie,
- opracowywanie akt (w tym porządkowanie akt niewłaściwie opracowanych),
- tworzenie baz danych (także informatycznych),
- paginowanie dokumentów,
- udostępnianie zasobów archiwum.

Wbrew pozorom praca archiwisty to nie tylko porządkowanie akt w magazynach. Bardzo często są to spotkania z ludźmi, którzy przychodzą do archiwum, szukają pomocy. Wtedy należy udostępnić im dokumenty, często także wystawić potrzebne zaświadczenia lub poświadczenia, czy też pomóc w odnalezieniu akt. Z tymi czynnościami związane są wszelkiego rodzaju prace administracyjno-biurowe.

Archiwista w kontakcie z klientami, którzy przychodzą do archiwum, powinien wykazać się obok komunikatywności także spokojem, opanowaniem i cierpliwością. Musi być także odporny na stres i konfliktowe sytuacje. Bardzo ważna w tej pracy jest także dobra organizacja i skrupulatność. Wykonywanie zawodu archiwisty wymaga dobrego wzroku i słuchu, a także, co może wydać się zaskakujące, niemal stałego uczenia się nowych rzeczy. Archiwista musi także odznaczać się dosko-

nałą zdolnością koncentracji uwagi oraz bardzo dobrą pamięcią. Praca ta nie wiąże się z odpowiedzialnością za innych ani z odpowiedzialnością materialną, jednak błędy mogą spowodować dość poważne konsekwencje (np. ujawnienie tajemnicy państwowej). Zawód archiwisty wymaga także względnie wysokich kwalifikacji zawodowych. Aby wykonywać ten zawód, należy ukończyć stosowne kierunkowe studia wyższe albo właściwe kursy zawodowe (kurs kancelaryjny I i II stopnia). Praca odbywa się w pomieszczeniach, w stałych godzinach. Należy także zauważyć, że dość często zdarza się, iż archiwista wykonuje prace na wysokości powyżej 1 m.

Psychospołeczne czynniki szkodliwe i uciążliwe na stanowisku

- wymagana stała, pełna sprawność psychofizyczna – wymagany dobry wzrok i słuch, pamięć, zdolność koncentracji uwagi, równowaga i koordynacja wzrokowo-ruchowa,
- duże konsekwencje błędów w pracy,
- stały dyskomfort termiczny i oświetleniowy (temperatura optymalna dla zasobów archiwum jest 3-5 stopni niższa niż temperatura optymalna dla człowieka, dokumentacja musi być także chroniona przed nasłonecznieniem, co ogranicza dopływ światła dziennego).

Karta informacji o zagrożeniach psychospołecznych na stanowisku archiwisty

Czynniki zagrażające	Źródło zagrożenia (sytuacje zagrażające)	Możliwe skutki zagrożeń	Środki ochrony przed zagrożeniami
1. Przeciążenie ilościowe pracą	– zbyt dużo pracy do wykonania (okresowo)	W zależności od ekspozycji i zasobów jednostki (odporności i umiejętności radzenia sobie, a także zdolności regeneracyjnych) wystąpić mogą: a) zaburzenia somatyczne – bezsenność – migreny – obniżenie odporności organizmu (osłabienie, zwiększona podatność na infekcje) – zaburzenia metabolizmu i choroby układu trawiennego – zaburzenia gospodarki hormonalnej – choroby naczyniowe: • nadciśnienie tętnicze • choroba wieńcowa • zawał serca • udar mózgu – przeciążenie układu mięśniowo-szkieletowego – zwiększona podatność na choroby nowotworowe (np. przez wzmożone palenie tytoniu)	– właściwa ustalanie czasu potrzebnego do wykonania zadań – przestrzeganie norm czasu pracy (w tym udzielanie dni wolnych po pracy w nadgodzinach lub w dni wolne, przestrzeganie udzielania urlopów) – szczególna troska o jakość doboru kadry
2. Przeciążenie jakościowe pracą	– przeciążenie sensoryczne (szczególnie wzroku) – duże konsekwencje błędów w pracy – powtarzalność czynności	b) zaburzenia natury psychicznej – deficyty poznawcze, w tym obniżenie koncentracji uwagi i kłopoty z pamięcią – podniesienie poziomu agresji, drażliwość – nerwice (zaburzenia odżywiania, obsesje, kompulsje, fobie) – depresje – alkoholizm – narkomania (w tym lekomania), – wypalenie zawodowe (wyczerpanie emocjonalne, depersonalizacja, utrata satysfakcji z pracy)	– szczególna troska o jakość doboru kadry – zapewnienie możliwości stałego podnoszenia kwalifikacji (szkolenia merytoryczne, dostęp do literatury fachowej) – przestrzeganie norm czasu pracy (w tym także przerw w pracy, dni wolnych za pracę w godzinach nadliczbowych oraz urlopów) – rygorystyczne przestrzeganie obowiązku okresowych badań lekarskich, a w razie potrzeby także kierowanie na badania częściej niż wynika to z przepisów – szkolenia z zakresu rozwoju kompetencji społecznych: asertywności oraz komunikacji i technik radzenia sobie ze stresem – okresowo powtarzane
3. Przeciążenie roli	– konieczność kooperacji z wieloma osobami i/lub firmami zewnętrznymi		– szkolenia z zakresu rozwoju kompetencji społecznych: asertywności, komunikacji oraz technik radzenia sobie ze stresem – okresowo powtarzane
4. Fizyczne warunki pracy	– wymuszona pozycja ciała – stała ekspozycja na obniżoną temperaturę oraz oświetlenie dostosowane do wymagań przechowywania dokumentacji		– przerwy w pracy – opieka medyczna – w miarę możliwości zapewnienie, by część pracy była wykonywana w pomieszczeniach z normalnym dostępem do światła dziennego
5. Ograniczony zakres kontroli nad pracą	– brak możliwości decydowania o doborze współpracowników – brak wpływu na fizyczne warunki pracy – niewielki wpływ na podejmowane decyzje wpływające na organizację pracy		– rekrutacja pracowników z uwzględnieniem nie tylko kwalifikacji merytorycznych, ale też umiejętności społecznych, w miarę możliwości uwzględnianie opinii pracowników przy rekrutacji nowych osób – pozostawienie pracownikom marginesu swobody w decydowaniu o warunkach pracy – informowanie i konsultowanie planowanych w firmie zmian, które mogą oddziaływać na pracę archiwum

Oszacowanie wielkości ryzyka wynikającego z zagrożeń psychospołecznych na stanowisku archiwisty

Zagrożenie/rodzaj ryzyka	Możliwe skutki	Ekspozycja na czynniki zagrażające	Prawdopodobieństwo zdarzenia	Ryzyko początkowe	RYZYKO KOŃCOWE (po zastosowaniu środków ochrony)
Skrajne przeciążenie (śmierć na skutek przeciążenia pracą)	bardzo duże (jedna ofiara śmiertelna) S=15	częsta (codzienna) E=6	mało prawdopodobne, możliwe P=1	istotne Rp=90	S=15 E=6 P=0,5 R=45 małe potrzebna okresowa kontrola warunków pracy
Chroniczne przeciążenie (poważna choroba somatyczna lub psychiczna)	duże (ciężkie uszkodzenie ciała) S=7	częsta (codzienna) E=6	praktycznie możliwe P=3	istotne Rp=126	S=7 E=6 P=1 R=42 małe potrzebna okresowa kontrola warunków pracy
Przeciążenie okresowe (lżejsze dolegliwości somatyczne lub zaburzenia stanu psychicznego)	średnie (absencja) S=3	częsta (codzienna) E=6	całkiem możliwe P=6	istotne Rp=108	S=3 E=6 P=3 R=54 małe potrzebna okresowa kontrola warunków pracy

Uwagi końcowe

Ryzyko zawodowe jest zawsze ściśle związane z konkretnym środowiskiem pracy. Takie samo stanowisko, ale w różnych warunkach pracy, może się różnić poziomem ryzyka. Dla przykładu, inne będą warunki pracy archiwisty w konkretnym urzędzie czy zakładzie pracy, a inne w firmie świadczącej usługi archiwizacji dla wielu różnych podmiotów. Inaczej pracuje się w archiwum w pełni zdigitalizowanym, a inaczej w takim, gdzie wszystkie zasoby informacyjne mają postać dokumentów papierowych. Dlatego dokonując oceny ryzyka, należy

zawsze brać pod uwagę konkretne warunki pracy. Szacując stopień szkód, przyjmuje się zawsze możliwe największe skutki. Dla stresu zawodowego największym możliwym, a jednocześnie prawdopodobnym skutkiem jest śmierć człowieka. W przypadku osób pracujących intensywnie umysłowo przez wiele godzin, z dużą odpowiedzialnością i z nieregularną aktywnością fizyczną, niekiedy związaną także z przenoszeniem ciężkich przedmiotów może dojść do wypadków śmiertelnych w postaci zawałów serca lub udarów mózgu, nawet u osób młodych i wcześniej zupełnie zdrowych. W Polsce ok. 10 proc. ofiar tego typu wypadków przy pra-

cy stanowią pracownicy biurowi³. W przypadku archiwisty możliwe są także wypadki związane z upadkiem z wysokości, np. wskutek zmęczenia wynikającego z długotrwałej koncentracji uwagi.

Szacując prawdopodobieństwo wystąpienia skutków, warto przeanalizować również historię absencji chorobowych pracowników oraz wziąć pod uwagę warunki pracy, w których te absencje wystąpiły. Po wiedzę można też sięgnąć do wyników badań naukowych prowadzonych w zakresie związków stresu z różnego rodzaju chorobami, a także do danych statystycznych o wypadkach przy pracy i chorobach zawodowych.

Ramka nr 1

METODA RISK SCORE jest jakościową, wskaźnikową metodą oceny ryzyka, w której ryzyko szacowane jest oddzielnie dla każdego zidentyfikowanego zagrożenia. Poziom ryzyko (R) oznaczany jest przez iloczyn wag przyporządkowanych potencjalnym skutkom zdarzenia (S), ekspozycji na zagrożenie (E) i prawdopodobieństwu zaistnienia określonego zdarzenia (P), zgodnie z poniższym wzorem:

$$R = S \times E \times P, \text{ gdzie:}$$

S – potencjalne skutki to średnia arytmetyczna oceny strat ludzkich i materialnych

Wartość	Strata	Straty ludzkie	Straty materialne
100	poważna katastrofa	wiele ofiar śmiertelnych	ponad 30 mln PLN
40	katastrofa	kilka ofiar śmiertelnych	10-30 mln PLN
15	bardzo duża	ofiara śmiertelna	300 tys.-1 mln PLN
7	duża	ciężkie uszkodzenie ciała	30-300 tys. PLN
3	średnia	absencja	3-30 tys. PLN
1	mała	udzielenie pierwszej pomocy	poniżej 3 tys. PLN

E – czas ekspozycji oddziaływania szkodliwych czynników na pracownika

Wartość	Oddziaływanie
10	stałe
6	częste (codzienne)
3	sporadyczne (raz na tydzień)
2	okazjonalne (raz na miesiąc)
1	minimalne (kilka razy rocznie)
0,5	znikome (raz do roku)

P – prawdopodobieństwo wystąpienia zagrożenia dla pracownika

Wartość	Zagrożenie	Szansa
10	bardzo prawdopodobne	50% (1 na 2)
6	całkiem możliwe	10% (1 na 10)
3	praktycznie możliwe	1% (1 na 100)
1	mało prawdopodobne, możliwe	0,1% (1 na 1000)
0,5	tylko sporadycznie możliwe	0,01% (1 na 10 000)
0,2	możliwe do pomyślenia	0,001% (1 na 100 000)
0,1	tylko teoretycznie możliwe	0,0001% (1 na 1 000 000)

R – ryzyko zawodowe, wartość liczbowa

Wartość R	Kategorie ryzyka	Działanie zapobiegawcze
$R \leq 20$	pomijalne	wskazana kontrola
$20 < R < 70$	małe	potrzebna kontrola
$70 < R < 200$	istotne	potrzebna poprawa
$200 < R < 400$	duże	potrzebna natychmiastowa poprawa
$R > 400$	bardzo duże	wskazane wstrzymanie pracy

Źródło: Romanowska-Słomka I., Słomka A., Poradnik Ocena ryzyka zawodowego w zakładach służby zdrowia, Stowarzyszenie Inspektorów Sanitarnych RP, Wrocław 2001, s. 34-35

Prawidłowe szacowanie ryzyka wynikającego ze stresu zawodowego z wykorzystaniem metody Risk Score wymaga przyjęcia następujących założeń:

1. czynniki zagrażające i sytuacje zagrożenia są w istocie elementami zwykłej, codziennej pracy,
2. skutki muszą uwzględniać kumulatywną właściwość stresu, stąd określanie ich oddzielnie dla każdego czynnika zagrażającego nie jest możliwe; oceniać je zatem należy łącznie dla wszystkich występujących czynników zagrażających,
3. rzeczywistym zagrożeniem dla pracownika jest ryzyko utraty zdrowia, a więc szacowanie ryzyka odbywać się powinno na poziomie zdarzeń szkodliwych,
4. ze względu na różnice prawdopodobieństwa wystąpienia określonych skutków zdrowotnych konieczne jest oddzielne szacowanie określonych rodzajów ryzyka utraty zdrowia wskutek stresu.

Przyjęcie tych założeń pozwala zdefiniować zagrożenia jako:

- a. **przeciążenie okresowe**, powodujące względnie lżejsze dolegliwości somatyczne lub zaburzenia stanu psychicznego, których skutkiem jest krótkotrwała absencja,
- b. **przeciążenie chroniczne**, niosące ryzyko poważnej choroby somatycznej (np. choroba wrzodowa, nadciśnienie tętnicze, choroba wieńcowa) lub poważne zachwianie stanu psychicznego (depresja, nerwica), skutkujące jednorazową absencją dłuższą niż 28 dni albo absencją powtarzalną,
- c. **skrajne przeciążenie** organizmu, niosące ryzyko wystąpienia choroby zagrażającej życiu (np. udar mózgu, zawał serca, nagłe zatrzymanie krążenia) albo trwałej choroby psychicznej, skutkujące śmiercią lub kalectwem.

Prawidłowe oszacowanie poziomu ryzyka wynikającego z tych zagrożeń wymaga także uprzedniej, szczegółowej analizy czynników zagrażających (tj. przeciążenie ilościowe i jakościowe, niedociążenie, konfliktowość, warunki fizyczne, poziom kontroli, poziom wsparcia) oraz sytuacji zagrażających, będących źródłem tych czynników na danym stanowisku w konkretnych warunkach pracy.

Katarzyna Orlak
menedżer i psycholog, Stowarzyszenie Zdrowa Praca

Konsultacja:
Liliana Gudalewicz
główny specjalista bhp, firma LIWAX

¹ Cieślak R., Widerszal-Bazyl M., Psychospołeczne warunki pracy, CIOP-PIB, Warszawa 2000

² Dudek B., Waszkowska M., Merecz D., Hanke W., Ochrona zdrowia pracowników przed skutkami stresu zawodowego, Instytut Medycyny Pracy, Łódź 2004

³ Państwowa Inspekcja Pracy, Nagłe przypadki medyczne jako wypadki przy pracy (w latach 2000-2004)