

PSICHOSOCIALINIAI DARBO VEIKSNIAI VISUOMENĖS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS SPECIALISTŲ DARBE

Ieva Tarozė, Neringa Tarvydienė, Arnoldas Jurgutis

Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakultetas

Santrauka

Tyrimo tikslas – nustatyti ir palyginti psichosocialinių darbo veiksmų paplitimą tarp visuomenės sveikatos priežiūros specialistų, dirbančių visuomenės sveikatos biuruose.

Medžiaga ir metodai. Tyrimui pasirinktas kiekybinio tyrimo anketinės apklausos metodas. Apklausti 209 visuomenės sveikatos specialistai (95,2 proc. moterų, 4,8 proc. vyrų) iš 33 visuomenės sveikatos biurų.

Rezultatai ir išvados. Visuomenės sveikatos biuruose dirbantys visuomenės sveikatos priežiūros specialistai darbe patiria stresą (13,6 proc.). Daugiausia respondentų streso lygį darbe įvertino kaip vidutinį (47,3 proc.). Stresas darbe dažniausiai patiriamas žiemą ir rudenį. Stresą darbe pagal amžiaus grupes dažniausiai patiria 40–49 metų tiriamieji (27,6 proc.). Streso paplitimui statistiškai reikšmingos įtakos turėjo šie psichosocialiniai darbo veiksniai: nuolatinis skubėjimas, darbo apmokėjimas, atsakingumas, darbo vieta ($p < 0,05$). Pagal pareigas dažniausiai stresą darbe patiria vadovai (40 proc.). Statistiškai reikšmingos įtakos turėjo šie psichosocialiniai darbo veiksniai: darbo įvairumas, nerviškai įtemptas darbas ($p < 0,05$). Rajonuose dirbantys visuomenės sveikatos priežiūros specialistai dažniausiai patiria stresą darbe (46,3 proc.). Statistiškai reikšmingiausi psichosocialiniai darbo veiksniai: sunkūs periodai, trumpam nutrauktas darbas, kad pailsėtų ($p < 0,05$). Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai įvardijo, kad dažniausiai stresą darbe sukelia mažas atlyginimas (50,7 proc.). Streso paveikti visuomenės sveikatos priežiūros specialistai su stresu darbe kovoja įvairiais būdais, tačiau labiausiai padeda sportas, mėgstama veikla. Stresinės reakcijos dažniausiai pasireiškia erzinimu, nervingumu, vienišumo jausmu.

Reikšminiai žodžiai: psichosocialiniai darbo veiksniai, stresas darbe, visuomenės sveikata, streso įveika.

ĮVADAS

Pasaulio sveikatos organizacija psichikos sveikatą pripažįsta viena svarbiausių XXI a. pradžios visuomenės sveikatos sričių. Manoma, kad siekiant saugoti individo ir visuomenės sveikatą reikia pakankamai dėmesio skirti aplinkai, kurioje žmogus praleidžia daugiausia laiko: darbui, mokyklai, šeimai. Dirbantys asmenys dažniausiai patiria depresinius ir stresinius psichikos sveikatos sutrikimus [1].

Psichosocialinė nuostata yra jungtinis terminas, apimantis psichologinių ir socialinių veiksmų įtaką fiziologiniams procesams. Individo psichosocialinę nuostatą veikia šie veiksniai: stresas, depresija, nerimas, pyktis ir savigrąža, taip pat socialiniai veiksniai – išsilavinimas, socialinė izoliacija, gyvenamoji vieta [2].

Lietuvoje pastaraisiais metais stresas, psichosocialiniai veiksniai taip pat tapo viena iš labiausiai nagrinėjamų ir opiausių dabarties problemų. Stresą tyrinėja įvairių sričių, kaip antai medicinos, psichologijos, socialinių mokslų, mokslininkai. Higienos instituto Darbo medicinos centre streso ir psichinių veiksmų darbe moksliniai tyrimai vykdomi nuo 1994 metų. Lietuvoje, kaip ir Europos Sąjungoje (ES), jau aštuonerius metus galioja teisės aktai, kurie įpareigoja darbdavius užtikrinti, kad darbuotojai nepatirtų žalos dėl psichosocialinių veiksmų poveikio, t. y. valdyti stresą darbe ir išvengti streso darbe sukeltų neigiamų pasekmių. Darbdavys privalo vykdyti streso darbe prevenciją, įvertinti streso darbe riziką ir imtis tinkamų veiksmų, kad išvengtų žalos. Nuo 2005 m. rugpjūčio 31 d. Lietuvos įmonėse psichosocialiniai rizikos veiksniai identifikuojami, tiriami ir nustatomi vadovaujantis bendraisiais psichosocialinių rizikos veiksmų vertinimo reikalavimais, kurie yra išdėstyti teisės akte „Psichosocialiniai rizikos veiksmų tyrimo metodiniai nurodymai“ [3].

Kiekvienas žmogus kasdien patiria didesnę ar mažesnę stresą, nes stresas yra kasdienio gyvenimo

Adresas susirašinėti: Ieva Tarozė
Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakulteto
Visuomenės sveikatos katedra
H. Manto g. 84, LT-92294 Klaipėda
El. p. i.taroze@visuomenessveikata.lt

sudėtinė dalis. Trumpas, pozityvus stresas naudingas, nes mobilizuoja psichines ir fizines galias bei padeda nugalėti sunkumus. Labai stipri ar užsitęsusi stresinė būseną gali sukelti nemalonius fizinius ir emocinius simptomus, silpninti adaptacinius gebėjimus, mažinti atsparumą ligoms, stiprinti kitų rizikos veiksnių žalingą poveikį. Stresą darbe tiriantys užsienio šalių mokslininkai pabrėžia, kad biologine prasme žmogus per paskutiniuosius 100 tūkst. metų keitėsi labai nežymiai, o aplinka, ypač darbas, kito labai sparčiai. Tobulėjant technologijoms keitėsi darbo pobūdis, taigi atsirado naujų psichosocialinių streso veiksnių. Manoma, kad daugelis šių veiksnių, darbo sąlygos ar jų tarpusavio sąveika gali sukelti stresą – tam tikrą permainą, prie kurios tenka prisitaikyti [4].

Darbe patiriamas stresas yra viena didžiausių sveikatos ir saugos problemų, su kuriomis susiduriama Europoje. Stresą patiria ketvirtadalis darbuotojų. Tyrimai rodo, kad stresas yra 50–60 proc. visų nedarbo dienų priežasčių. Streso sukeliama nuostoliai yra milžiniški – kenčia žmonių sveikata, blogėja ekonominiai rodikliai [5.]

„Eurobarometro“ 2007 m. atlikto tyrimo duomenimis, lietuviai – daugiausia streso darbe patiriantys Europos Sąjungos piliečiai. 71 proc. Lietuvos gyventojų savo darbą laiko pernelyg įtemptu. Pagal šį rodiklį Lietuva užima pirmą vietą ES. Tyrimo autoriai pažymi, kad dėl streso darbe vietoje daugiausia skundžiasi vadovai (45 proc.) ir sau dirbantys žmonės (44 proc.), dėl pavojingų darbo sąlygų – paprasti darbininkai [6]. Stresas darbe būdingas ne tik Lietuvai. Tai yra antroji pagal paplitimą su darbu susijusi sveikatos problema, su kuria susiduria 22 proc. darbuotojų, dirbančių 27-iose ES valstybėse narėse. Be to, tikėtina, kad daugės žmonių, patiriančių stresą dėl sąlygų, kurias sukelia arba pablogina darbas [7]. Taip pat beveik vienas iš trijų darbuotojų Europoje, t. y. daugiau nei 40 mln. žmonių, praneša, kad yra paveiktas streso darbe. Todėl 2002 m. buvo nutarta minėti Europos saugos ir sveikatos darbe savaitę, kuri skirta psichologinės rizikos ir streso prevencijai [8].

Šio darbo tikslas – nustatyti ir palyginti psichosocialinių darbo veiksnių paplitimą tarp visuomenės sveikatos priežiūros specialistų, dirbančių visuomenės sveikatos biuruose.

TYRIMO MEDŽIAGA IR METODAI

Tyrimas atliktas 2013 m. sausio–vasario mėnesiais. Tyrimui pasirinktas kiekybinio tyrimo anketinės apklausos metodas. Tyrimo objektas – visuomenės sveikatos priežiūros specialistai, dirbantys visuomenės

sveikatos biuruose. Iki šiol Lietuvoje psichosocialinių veiksnių įtaka visuomenės sveikatos specialistams nebuvo tirta. Tyrimo analizei panaudotos 209 anketos. Gautas atsako dažnis – 57,69 proc. Anketos pagrindas sudarytas remiantis Higienos instituto Darbo medicinos centro metodinėmis rekomendacijomis „Streso darbe įvertinimas pagal psichosocialinius darbo veiksnius ir stresines dirbančiojo reakcijas“ [4]. Anketa apima pagrindinius darbo organizavimo, jo turinio ir žmonių tarpusavio santykių aspektus. Ją sudaro 30 klausimų. Anketos klausimai sugrupuoti į penkis skyrius:

- 1) asmens duomenys (lytis, amžius, išsilavinimas, šeiminė padėtis, pareigos, savivaldybė);
- 2) kintantys darbo veiksniai (poveikio galimybės ir socialiniai santykiai);
- 3) suvokiama darbo aplinka (darbo charakteristikos ir įtampos veiksniai, protiniai darbo reikalavimai);
- 4) stresas ir stresinės reakcijos (pasitenkinimas darbu ir gyvenimu, psichiniai simptomai: nuovargis, įtampa, nervingumas, vienišumas, irzlumas);
- 5) streso priežastys ir įveikimo būdai.

Anketos buvo pateiktos 220 visuomenės sveikatos specialistų, dirbančių 33 savivaldybių visuomenės sveikatos biuruose. Duomenys analizuoti naudojantis SPSS 17.0 statistinių programų paketu. Taikytas χ^2 kriterijus, laisvės laipsnių skaičius (Ils) ir statistinis reikšmingumas (p). Skirtumas laikytas statistiškai reikšmingu, kai $p < 0,05$.

REZULTATAI

Tyrimo dalyvavusių visuomenės sveikatos priežiūros specialistų charakteristika. Iš 220 anketas gavusių visuomenės sveikatos specialistų atsakė 209 respondentai, 199 moterys (95,2 proc.) ir 10 vyrų (4,8 proc.). Respondentai buvo suskirstyti į 4 amžiaus kategorijas: 18–29 m. (27,4 proc.), 30–39 m. (15,9 proc.), 40–49 m. (27,9 proc.), daugiau nei 50 m. (28,8 proc.). Daugiausia buvo tiriamųjų, kuriems daugiau nei 50 metų. Pagal šeiminę padėtį respondentai pasiskirstė šitaip: nevedusių (netekėjusių) buvo 49 (23,7 proc.), vedusių (ištekėjusių) – 130 (62,8 proc.), išsiskyrusių – 25 (12,1 proc.) ir 3 (1,4 proc.) asmenys buvo našliai (-ės). Daugiausia respondentų (141; 67,8 proc.) nurodė turintys aukštąjį išsilavinimą, baigę aukštesniąją mokyklą buvo 32,2 proc. (67) apklausos dalyvių.

Pagal pareigas darbuotojai suskirstyti į vadovus, visuomenės sveikatos specialistus (toliau – VS spec.) ir mokyklų visuomenės sveikatos priežiūros specialistus (toliau – MVSP spec.). Daugiausia

1 lentelė. Respondentų charakteristika

Charakteristika	N (proc.)	Charakteristika	N (proc.)
Lytis		Išsilavinimo lygis	
Moterys	199 (95,2)	Aukštasis	141 (67,8)
Vyrai	10 (4,8)	Aukštesnioji mokykla	67 (32,2)
Amžiaus grupės		Pareigos	
18–29 m.	57 (27,4)	Vadovai	20 (9,6)
30–39 m.	33 (15,9)	Visuomenės sveikatos specialistai	48 (22,9)
40–49 m.	58 (27,9)	Mokyklų visuomenės sveikatos priežiūros specialistai	141 (67,5)
daugiau kaip 50 m.	60 (28,8)	Visuomenės sveikatos specialistai	
Šeiminė padėtis		Visuomenės sveikatos stiprinimo specialistai	14 (6,6)
Nevedęs (netekėjusi)	49 (23,7)	Visuomenės sveikatos stebėsenos specialistai	15 (7,2)
Vedęs (ištekejusi)	130 (62,8)	Vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros specialistai	19 (9,1)
Išsiskyres (-usi)	25 (12,1)	Našlys (-ė)	3 (1,4)

tiriamųjų (141; 67,5 proc.) buvo MVSP spec., vadovų – 9,6 proc. (20), VS spec. – 22,9 proc. (48). Respondentų pasiskirstymas pagal pareigas: visuomenės sveikatos stiprinimo specialistai – 6,6 proc. (14), visuomenės sveikatos stebėsenos specialistai – 7,2 proc. (15), vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros specialistai – 9,1 proc. (19). Didžiąją dalį sudarė vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros specialistai (19; 9,1 proc.) (1 lentelė).

Kintančių darbo veiksmų paplitimas. Kintančių darbo veiksmų grupei priskirti veiksniai, atspindintys darbuotojų poveikio darbo procesui galimybes ir socialinius santykius.

Vertindami poveikio galimybes, 53,1 proc. respondentų teigė, kad visada atsižvelgiama į jų nuomonę darbo klausimais, 54,6 proc. apklausos dalyvių gali dirbti savarankiškai. Daugiau nei pusė tiriamųjų (56,5 proc.) santykius su bendradarbiais vertina gerai.

Vertinant socialinius santykius paaiškėjo, kad 37,9 proc. respondentų visada padeda ir paremia vadovas.

Suvokiamos darbo aplinkos paplitimas. Suvokiamos darbo aplinkos grupei priskirti veiksniai, atspindintys darbo reikalavimus, skubėjimą, pasiskirstymą, darbo aiškumą, komfortą. Bandyta išsiaiškinti, ar respondentų darbas nerviškai ir fiziškai įtemptas, ar darbe yra grįžtamasis ryšys.

Apklausoje rezultatai atskleidė, kad visuomenės sveikatos priežiūros specialistų darbas yra įvairus (58,2 proc.). 2 lentelėje matyti, kad dažnai ir visada savo įgūdžius ir žinias darbe gali panaudoti 89,9 proc.

2 lentelė. Psichosocialinių darbo veiksmų (suvokiamos darbo aplinkos) pasiskirstymas

Psichosocialiniai darbo veiksniai	Retai ir niekada N (proc.)	Kartais N (proc.)	Dažnai ir visada N (proc.)
Ar galite savo įgūdžius ir žinias panaudoti darbe?	2 (1)	19 (9,1)	188 (89,9)
Ar Jūs priverstas skubėti, kad padarytumėte darbą?	39 (18,8)	83 (40,1)	85 (41,1)
Ar galite trumpam nutraukti darbą ir pailsėti?	32 (15,5)	100 (48,3)	75 (36,2)
Ar Jūsų darbe teisingai paskirstytas darbas?	25 (12,2)	48 (23,4)	132 (64,4)
Ar Jūsų darbe būna labai sunkių periodų?	45 (21,6)	115 (55,3)	48 (23,1)
Ar kolegos vertina Jūsų darbą?	23 (11,3)	58 (28,6)	122 (60,1)

tiriamųjų, nutraukia darbą ir pailsi – 36,2 proc., skuba atlikti darbus – 41,1 proc., darbas paskirstytas teisingai – 64,4 proc., darbe būna sunkių periodų – 23,1 proc., kolegos vertina jų darbą – 60,1 proc. respondentų.

Tyrimo duomenimis, visuomenės sveikatos priežiūros specialistų netenkina darbo užmokestis (34,4 proc.).

Vertindami darbo įtampą, 47,1 proc. tyrimo dalyvių nurodė, kad darbas šiek tiek nerviškai įtemptas, o 52,2 proc. apklausos dalyvių teigė, jog jų darbas visai fiziškai nesunkus. Vertindami darbo aiškumą, grįžtamojo ryšio ir komforto pasiskirstymą, 27,9 proc. tiriamųjų teigė, kad jų darbas labai svarbus ir prasmingas, 54,3 proc. respondentų savo darbą laiko svarbiu, 15,5 proc. apklausos dalyvių teigė, jog šeima (draugas) labai vertina jų darbą. Daugiau nei pusė (61,5 proc.) respondentų aišku, už ką darbe jie yra atsakingi. Dažnai patys galintys įvertinti savo darbą nurodė 52,2 proc. tiriamųjų, 56 proc. apklausos dalyvių savo darbo vietą laiko malonia.

Psichosocialinių darbo veiksmų pasiskirstymas pagal amžiaus grupę, pareigas ir savivaldybes. Apklausoje duomenimis, dažnai stresą darbe jaučia 40–49 m. amžiaus visuomenės sveikatos specialistai (27,6 proc.), dirbantys vadovaujantį darbą (40 proc.). Vidutinio lygio stresą darbe patiria 53,1 proc. 30–39 m., 54,3 proc. 40–49 m. ir 50 proc. vyresnių nei 50 m. respondentų atitinkamai. Vadovai, MVSP spec. ir rajono respondentai nurodė patiriantys vidutinio lygio stresą darbe, atitinkamai 70 proc., 51,1 proc. ir 52,2 proc.

Tyrimo duomenimis, daugiausia vyresnių nei 50 m. tiriamųjų (64,4 proc.) teigė, jog „visada atsižvelgiama į tiriamųjų nuomonę darbo klausimais“.

Šitaip teigė ir 70 proc. vadovų, 56,3 proc. VS spec., 49,6 proc. MVSP spec. ir 53,7 proc. rajoninių savivaldybių respondentų. 18–29 m. VS spec. ir MVSP spec. bei miestų savivaldybių tiriamieji nurodė, kad jų darbas savarankiškas, atitinkamai 64,9 proc., 59,6 proc., 55 proc. ir 57,7 proc. Vertindami vadovo paramą, daugiausia 18–29 m. ir vyresnių nei 50 m., rajoninių savivaldybių tiriamųjų teigė, kad visada sulaukia vadovo paramos, atitinkamai 45,6 proc., 46,6 proc. ir 38,8 proc. Daugiau nei trečdalis (35,4 proc.) VS spec. nurodė, jog visada sulaukia vadovo paramos, o vadovai (47,3 proc.) teigė, kad dažniausiai padeda ir paremia. Pagal amžiaus grupes tiriamieji nurodė nei gerus, nei blogus kolegų santykius, atitinkamai 21,1 proc., 24,2 proc., 25,9 proc. ir 26,6 proc. Vertindami pagal pareigas, 50 proc. vadovų, 52,1 proc. VS spec., 58,9 proc. MVSP spec. nurodė gerus santykius. Atsižvelgiant į savivaldybių padėtį galima teigti, kad 63 proc. miesto darbuotojų gerai sutaria su bendradarbiais, ketvirtadalis (25 proc.) rajoninių savivaldybių – nei gerai, nei blogai.

Suvokiamos darbo aplinkos veiksnių vertinimas pagal amžiaus grupes, pareigas ir savivaldybes. Kad jų darbas įvairus, daugiausiai (85,9 proc.) nurodė 18–29 m., 87,9 proc. 30–39 m., 85,9 proc. 40–49 m. ir 86,6 proc. vyresnių nei 50 m. respondentų. 85 proc. vadovų dažnai ir visada savo įgūdžius ir žinias gali panaudoti darbe, taip pat šitaip teigė 98,3 proc. vyresnių nei 50 m. tiriamųjų, 90 proc. vadovų, 89,6 proc. VS spec. ir 90,1 proc. MVSP spec., 87,7 proc. miesto bei 91,1 proc. rajono apklausos dalyvių.

Nustatant skubėjimą ir darbo paskirstymą paaiškėjo, kad dažniausiai ir visada norėdami atlikti darbus priversti skubėti 48,4 proc. 30–39 m., 48,3 proc. 40–49 m., 55 proc. vadovų, 44,7 proc. VS spec. ir 44,8 proc. rajono savivaldybių respondentų. Daugelis 18–29 m. (40,4 proc.), 20–29 m. (57,6 proc.), 40–49 m. (50 proc.), vyresnių nei 50 m. (48,3 proc.) tirtų asmenų, vadovų (65 proc.), MVSP spec. (48,6 proc.), miesto savivaldybių (49,3 proc.) respondentų nurodė, kad kartais trumpam nutraukia darbus ir pailsi. Kad dažnai ar visada darbas paskirstytas teisingai, nurodė 66,1 proc. 18–29 m., 69,7 proc. 20–29 m., 51,8 proc. 40–49 m., 72,9 proc. vyresnių nei 50 m. tirtų asmenų, po 60 proc. vadovų ir VS spec., 66,4 proc. MVSP spec., 66,7 proc. miesto ir 63,2 proc. rajono respondentų. Kad dažnai ir visada darbe pasitaiko sunkių periodų, nurodė 30,3 proc. 30–39 m. apklausos dalyvių, o pagal pareigas visi respondentai teigė, kad kartais darbe būna sunkių periodų, atitinkamai 50 proc., 51,1 proc. ir 57,5 proc. Miestų ir rajoninių

savivaldybių darbuotojai dažniausiai nurodė, kad kartais darbe būna sunkių periodų, atitinkamai 65,8 proc. ir 49,6 proc. respondentų.

Kad dažnai ir visada kolegos vertina jų darbą, daugiausiai nurodė 18–29 m. (64,3 proc.) respondentų, taip pat šitaip teigė 59,3 proc. 20–29 m., 57,1 proc. 40–49 m. ir 60,3 proc. vyresnių nei 50 m. apklausos dalyvių. 60,3 proc. 40–49 m. respondentų manė, kad jų darbas svarbus ir prasmingas, taip pat teigė 61,7 proc. vyresnių nei 50 m. apklausos dalyvių, 50 proc. vadovų, 55,3 proc. VS spec. ir 54,6 proc. MVSP spec., 58,9 proc. miesto ir 51,8 proc. rajoninių savivaldybių tiriamųjų. 18–29 m. (37,5 proc.), 20–29 m. (50 proc.), 31 m. (51,8 proc.) ir vyresnių nei 50 m. (45,7 proc.), miestų (43,8 proc.), rajonų (37,5 proc.) apklausos dalyvių, VS spec. (44,7 proc.), MVSP spec. (40 proc.) teigė, kad dažniausiai jų darbą vertina šeimos nariai. O 31,6 proc. vadovų nurodė, jog šeima pakankamai vertina jų darbą.

Tyrimas parodė, kad darbo užmokestis niekada netenkina 39,4 proc. 30–39 m., 33,9 proc. 40–49 m., 40,7 proc. vyresnių nei 50 m. tirtų asmenų, 36,7 proc. MVSP spec., o vadovus (40 proc.) ir VS spec. (34,1 proc.) – retai tenkina. Trečdalis (30,1 proc. ir 35,3 proc.) rajonų tiriamųjų teigė, kad retai ir niekada netenkina darbo apmokėjimas, o mieste darbo užmokesčiu nepatenkinti atitinkamai 24,7 proc. ir 32,9 proc. apklausos dalyvių.

Nustatant darbo įtampą paaiškėjo, kad „darbas šiek tiek nerviškai įtemptas“ 66,7 proc. 18–29 m., 51,4 proc. miestų ir 44,9 proc. rajonų apklausos dalyvių, 46,9 proc. VS spec. ir 51,8 proc. MVSP spec., 40 proc. vadovų nurodė, jog jų darbas pakankamai nerviškai įtemptas. Kas antras 18–29 m. (52,6 proc.) VS spec. nurodė, kad darbas visai nėra fiziškai sunkus, šitaip teigė 51,5 proc. 30–39 m., 51,7 proc. 40–49 m., 53,3 proc. vyresnių nei 50 m. tirtų asmenų, 50 proc. vadovų, 52,1 proc. VS spec. ir 52,5 proc. MVSP spec., 56,2 miestų ir 50 proc. rajonų apklausos dalyvių.

38,6 proc. vyresnių nei 50 m. respondentų nurodė, jog yra grįžtamasis ryšys ir visada gali įvertinti savo darbą, kitų amžiaus grupių apklausos dalyviai atsakė panašiai, atitinkamai 18–29 m. – 32,2 proc., 30–39 m. – 33,3 proc., 40–49 m. – 36,8 proc. Kad dažnai patys gali įvertinti, kaip atliko darbą, nurodė 60 proc. vadovų, 59,6 proc. VS spec. ir 48,5 proc. MVSP spec., 56,3 proc. miestų ir 50 proc. rajonų respondentų.

Visiems darbuotojams aišku, už ką darbe atsakingi. Šitaip teigė 47,4 proc. 18–29 m., 69,6 proc.

30–39 m., 69 proc. 40–49 m., 62,7 proc. vyresnių nei 50 m. tiriamųjų, 60 proc. vadovų, 59,6 proc. VS spec., 48,5 proc. MVSP spec. 10 proc. daugiau rajonų (65,2 proc.) nei miestų (54,8 proc.) respondentų aišku, už ką jie darbe atsakingi. Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai teigė, kad jiems maloni jų darbo vieta (42,9 proc. 18–29 m., 69,7 proc. 30–39 m., 55,2 proc. 40–49 m., 62,7 proc. vyresnių nei 50 m., 50 proc. vadovų, 46,8 proc. VS spec., 60 proc. MVSP spec., 56,2 proc. miestų, 56 proc. rajonų savivaldybių tiriamųjų).

Streso ir stresinių reakcijų darbe apibūdinimas.

Tyrimo rezultatai parodė, kad 26,7 proc. apklausos dalyvių šiomis dienomis visai nejaučia tokio pobūdžio streso, beveik kas antras tiriamasis (46,6 proc.) truputį jaučia, dešimtadalis (9,2 proc.) – pakankamai, 13,6 proc. – jaučia, ir tik 3,9 proc. respondentų labai jaučia šiomis dienomis tokio pobūdžio stresą. Respondentai įvertino streso darbe lygį – žemas (42,1 proc.) arba vidutinis (47,3 proc.), labiausiai pasireiškia rudens (44,4 proc.) arba žiemos (44,9 proc.) sezonu.

Vertinant tiriamųjų asmenų sveikatos būklę su kitais bendraamžiais tyrimas parodė, kad pusė (52 proc.) apklausos dalyvių savo sveikatą vertino gerai, 4,9 proc. respondentų teigė, kad jų sveikata bloga. Daugiau nei pusė (52,4 proc.) apklausos dalyvių patenkinti, o 8,3 proc. tiriamųjų teigė, kad nepatenkinti savo dabartiniu darbu. Savo dabartiniu gyvenimu patenkinti 57,2 proc., nepatenkinti – 5,8 proc. respondentų. Nagrinėta, ar respondentams sunku susikaupti darbo metu. 10,7 proc. apklausos dalyvių niekada nebūna sunku, atitinkamai 40,5 proc. ir 42,9 proc. tiriamųjų teigė, kad kartais arba retai susikaupti sunku. Prislėgta nuotaika dažnai vargina 5,8 proc. tirtų asmenų, kartais – 30,6 proc., 17 proc. respondentų teigė, kad jų niekada nevargina prislėgta nuotaika.

Tyrimas parodė, kad dažnai (28 proc.), kartais (42,5 proc.) respondentai jautėsi neįprastai pavargę, kartais (39,4 proc.) arba retai (40,9 proc.) juos erzina žmonės, kartais (30,6 proc.) arba retai (48,1 proc.) būna nervingi. Beveik kas antras (47,8 proc.) tiriamas asmuo teigė, kad niekada nesijaučia vienišas.

Visuomenės sveikatos priežiūros specialistų streso priežastys. Respondentų buvo prašoma pasirinkti tas sritis, kurios dažniausiai jiems kelia stresą darbe. Dažniausiai respondentams stresą darbe kelia mažas atlyginimas (50,7 proc.), rečiausiai – pamaininis ir naktinis darbas, atitinkamai 1,4 proc. ir 1,9 proc. Po trečdalį (29,7 proc.) apklausos dalyvių streso darbe priežastimi nurodė atsakomybės našta ir tai, kad nespėja atlikti pavesto darbo. Taip pat po vienodai



1 pav. Streso priežastys

(7,2 proc.) apklausos dalyvių nurodė, jog patiria stresą, nes nesugeba suderinti įsipareigojimų ir atsakomybės bei vėluoja į darbą (1 pav.).

Streso įveikimo būdai. Šiandieniniame gyvenime yra daugybė būdų, padedančių sumažinti stresą darbe ir po darbo. Pagrindine streso darbe malšinimo priemone respondentai įvardijo sportą (50,2 proc.). Antrasis įveikimo būdas – poilsis su šeima, draugais (24,9 proc.). Mažiausiai tiriamųjų streso įveikimo būdu nurodė visuomeninę veiklą (5,3 proc.). Taip pat daug tiriamųjų asmenų teigė, kad stresą mažina pasivaikščiojimas gryname ore ar miegas, atitinkamai 15,8 proc. ir 10 proc. Net 6,7 proc. respondentų vartoja medikamentus.

IŠVADOS

1. Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai, dirbantys visuomenės sveikatos biuruose, patiria stresą darbe (13,6 proc.). Daugiausia respondentų streso lygį darbe įvertino kaip vidutinį (47,3 proc.). Stresas darbe dažniausiai patiriamas žiemą (44,9 proc.) ir rudenį (44,4 proc.). Dažniausia streso priežastimi nurodomas mažas atlyginimas (50,7 proc.). Streso paveikti visuomenės sveikatos priežiūros specialistai su stresu darbe kovoja įvairiais būdais, tačiau labiausiai padeda sportas ir mėgstama veikla.
2. 40–49 m. tiriamieji dažniausiai (27,6 proc.) patiria stresą darbe. Dažniausiai jaučiamas vidutinis streso

lygis. Streso paplitimui statistiškai reikšmingos įtakos turėjo šie psichosocialiniai darbo veiksniai: nuolatinis skubėjimas, darbo apmokėjimas, atsakingumas, maloni darbo vieta ($p < 0,05$). Stresą darbe dažniausiai patiria *vadovai* (40 proc.). Dažniausiai jaučiamas vidutinis stresas. Statistiškai reikšmingos įtakos turėjo šie psichosocialiniai darbo veiksniai: dažni sunkūs periodai, nerviškai įtemptas darbas

($p < 0,05$). *Rajonų visuomenės sveikatos priežiūros specialistai* dažniausiai patiria stresą darbe (46,3 proc.). Labiausiai jaučiamas vidutinio lygio stresas. Statistiškai reikšmingiausi psichosocialiniai darbo veiksniai: sunkūs periodai, trumpam nutrauktas darbas norint pailsėti ($p < 0,05$).

Straipsnis gautas 2014-03-28, priimtas 2014-08-12

Literatūra

1. Stanislavovienė J. Psichosocialinių darbo veiksnių, susijusių su depresija ir depresiškumu, išaiškinimas. Daktaro disertacija. Biologinė psichiatrija ir psichofarmakologija. 2009. Prieiga per internetą: http://www.pri.kmu.lt/Biologine%20psichiatrija%28zurnalas%29/2009_11biolog.psichiatrija/2009_Stanisloviene_disertacija.pdf [žiūrėta 2013-04-11].
2. Bagdonas A, Adaškevičienė V. Bendrojo lavinimo mokyklų pedagogų psichosocialinės nuostatos raiška ir jai įtaką darantys veiksniai. Socialiniai mokslai. 2010;2(68):60-70.
3. Šiurkaitė R. Psichosocialinių darbo veiksnių paplitimas tarp Vilniaus miesto biomedicinos srities institutų darbuotojų. Magistro darbas. Vilnius, 2008.
4. Pajarskienė B, Jankauskas R. Streso darbe įvertinimas pagal psichosocialinius darbo veiksnius ir stresines dirbančiojo reakcijas. Metodinės rekomendacijos. Vilnius, 1998.
5. Šniepis E. Stresas darbe. Smeltės krantas. Profesinė sąjunga, 2013. Prieiga per internetą: <http://www.krantas.portas.lt/?p=244> [žiūrėta 2013-04-11].
6. Dromantaitė A, Raišienė AG, Račelytė D, Jurčiukonytė A, Vyšniauskienė L. Organizacinės elgsenos pagrindai. Vilnius, 2012.
7. Europos saugos ir sveikatos darbe agentūra. Stresas, 2005. Prieiga per internetą: https://osha.europa.eu/lt/topics/stress/index_html [žiūrėta 2012-05-18].
8. Krupavičienė K. LPS „Solidarumas“ tyrimas, 2006. Prieiga per internetą: senas.lps.lt/usr_img/ATASKAITA.doc [žiūrėta 2012-05-17].

Psychosocial work factors of public health care professionals

Ieva Tarozė, Neringa Tarvydienė, Arnoldas Jurgutis
Faculty of Health Sciences, Klaipėda University

Summary

Objective. To determine and compare the prevalence of psychosocial work factors among specialists of healthcare working in offices of public health.

Methods: specialists of public healthcare working in offices of public health were chosen as an object of the research as it is a group of working people that has not been extensively studied. In total 207 questionnaires were used for the analysis of the research (95.2 percent women, 4.8 percent men) out of 33 offices of public health. The method of quantitative research questionnaire survey was chosen for the research.

The results and conclusions: public healthcare specialists working at offices of public health experience stress at work (13.6 percent). Stress at work is most often experienced in winter and fall. By age group stress at work is most often experienced by respondents at the age of 40-49 (27.6 percent). The following psychosocial work factors had significant effect on the prevalence of stress: permanent rush, payment for work, responsibility, pleasant workplace ($p < 0.05$). By position, stress at work is most often experienced by directors (40 percent). The following psychosocial work factors had significant effect: variety at

work, stressful work ($p < 0.05$). District public healthcare specialists experience stress at work most often (46.3 percent). Most significant psychosocial work factors statistically: heavy periods, briefly stopped work to rest ($p < 0.05$). Public healthcare specialists named low salary as the most stressful factor at work (50.7 percent). Stress affect public healthcare specialists fight stress at work by various ways, but sport and hobbies are most are the most helpful ones. Stressful situations usually occur with teasing, nervousness, and loneliness.

Keywords: psychosocial work factors, stress at work, public health, overcoming stress.

Correspondence to Ieva Tarozė

Faculty of Health Sciences, Klaipėda University
H. Manto str. 84, LT-92294 Klaipėda, Lithuania
E-mail: i.taroze@visuomenessveikata.lt

Received 28 March 2014,
accepted 12 August 2014