

2024. gada 20.septembris

# Darbinieku mentālā veselība un labbūtība darbavietās Latvijā



RĪGAS STRADIŅA  
UNIVERSITĀTE

VITA BREVIS ARS LONGA

Ivars Vanadziņš,  
Kontakti: [ivars.vanadzins@rsu.lv](mailto:ivars.vanadzins@rsu.lv)

## Citāti no fokusa grupas diskusijām (1/2)

- » «Ir arī tādas lietas, ka **vienam darbiniekam tiek radīti labvēlīgāki nosacījumi nekā citam izpildot darbus**. Tas bija attiecināms gan uz to, ka darbinieks **varēja ātrāk aiziet no darba, vēlāk atnākt uz darbu, bet citam darbiniekam atkal bija jāierodas minūte minūtē** un arī par grafikiem bija sūdzības, ka grafiki tika sastādīti vienam ar labvēlīgākiem nosacījumiem, otram nē.»
- » «Tas arī psihoemocionālais darba vides risks, kad darbiniekam vienam nācās strādāt virsstundu darbu un svētku dienās, brīvdienās saņemot arī attiecīgu šo atalgojumu augstāku un cits atkal veica to darbu pa dienām un viņam tā, kā **tika liegta iespēja nopelnīt**.»

*Darba aizsardzības speciālists (diskusija veikta projekta MentalHealthMatters ietvaros)*



# Citāti no fokusa grupas diskusijām (2/2)

- » «Arī pie individuāliem aizsardzības līdzekļiem tad, kad **mazā uzņēmumā nodarbinātais radnieks saņēma visus individuālos aizsardzības līdzekļus, bet otrs nē.** Un tad viņš arī vērsās, kad pret mani tiek īstenots šis mobings darba vietā, par tiem sliktākiem darba rīkiem izsniegtiem.»
- » «Arī bija tādas situācijas, kad par koplīgumu sūdzējās, kad **vienam ir koplīgumā paredzētās garantijas, otram nav** un to arī tā kā novirzīja uz šo aizspriedumaino attieksmi.»
- » «Tad arī **aprunāšanas** ir bijušas darba vietā un darbinieks bija vērsies pie darba devēja...»

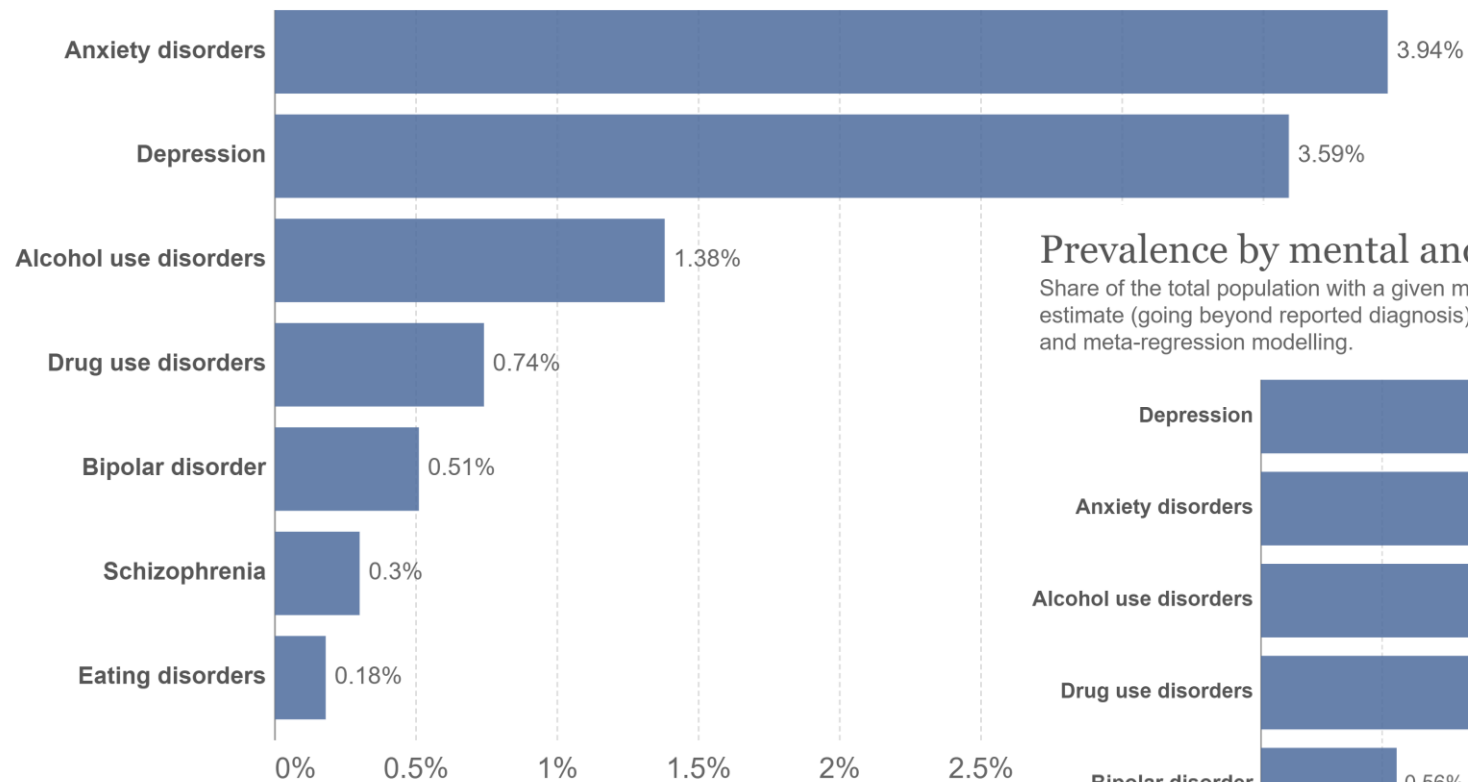
*Darba aizsardzības speciālists (diskusija veikta projekta MentalHealthMatters ietvaros)*



# Prevalence by mental and substance use disorder, World, 2019

Our World  
in Data

Share of the total population with a given mental health or substance use disorder. Figures attempt to provide a true estimate (going beyond reported diagnosis) of disorder prevalence based on medical, epidemiological data, surveys and meta-regression modelling.

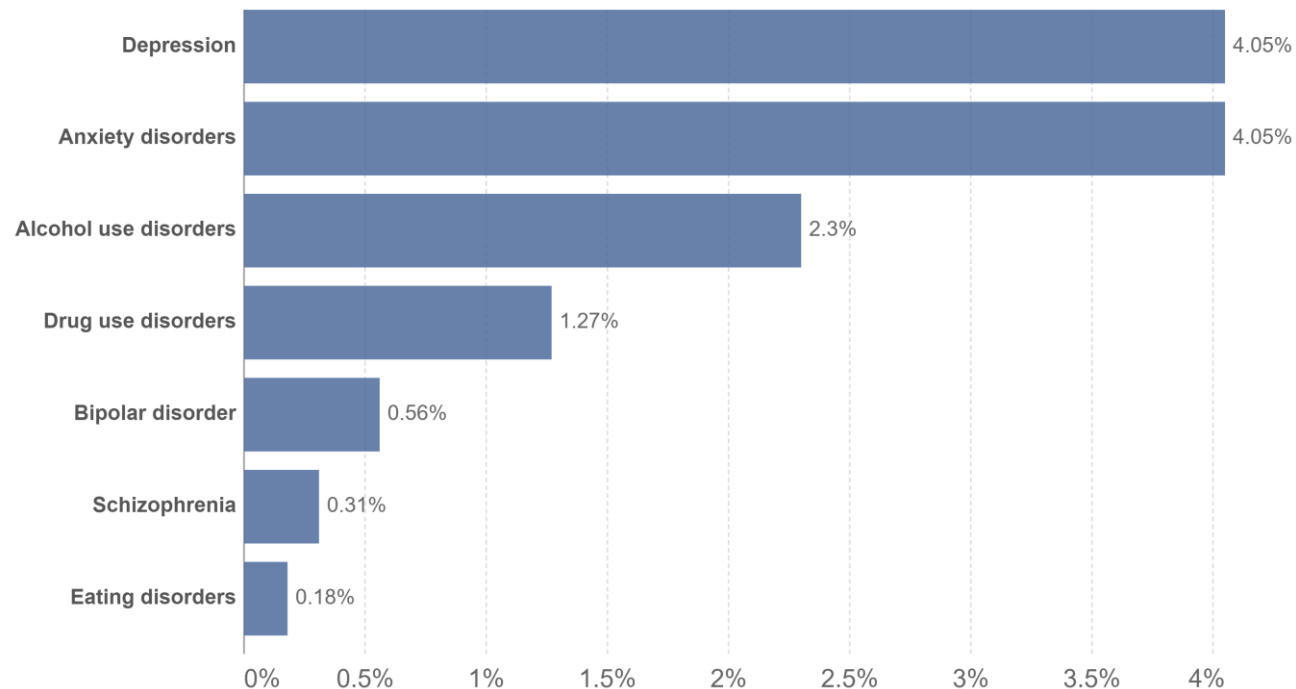


Source: IHME, Global Burden of Disease (2019)

# Prevalence by mental and substance use disorder, Latvia, 2019

Our World  
in Data

Share of the total population with a given mental health or substance use disorder. Figures attempt to provide a true estimate (going beyond reported diagnosis) of disorder prevalence based on medical, epidemiological data, surveys and meta-regression modelling.



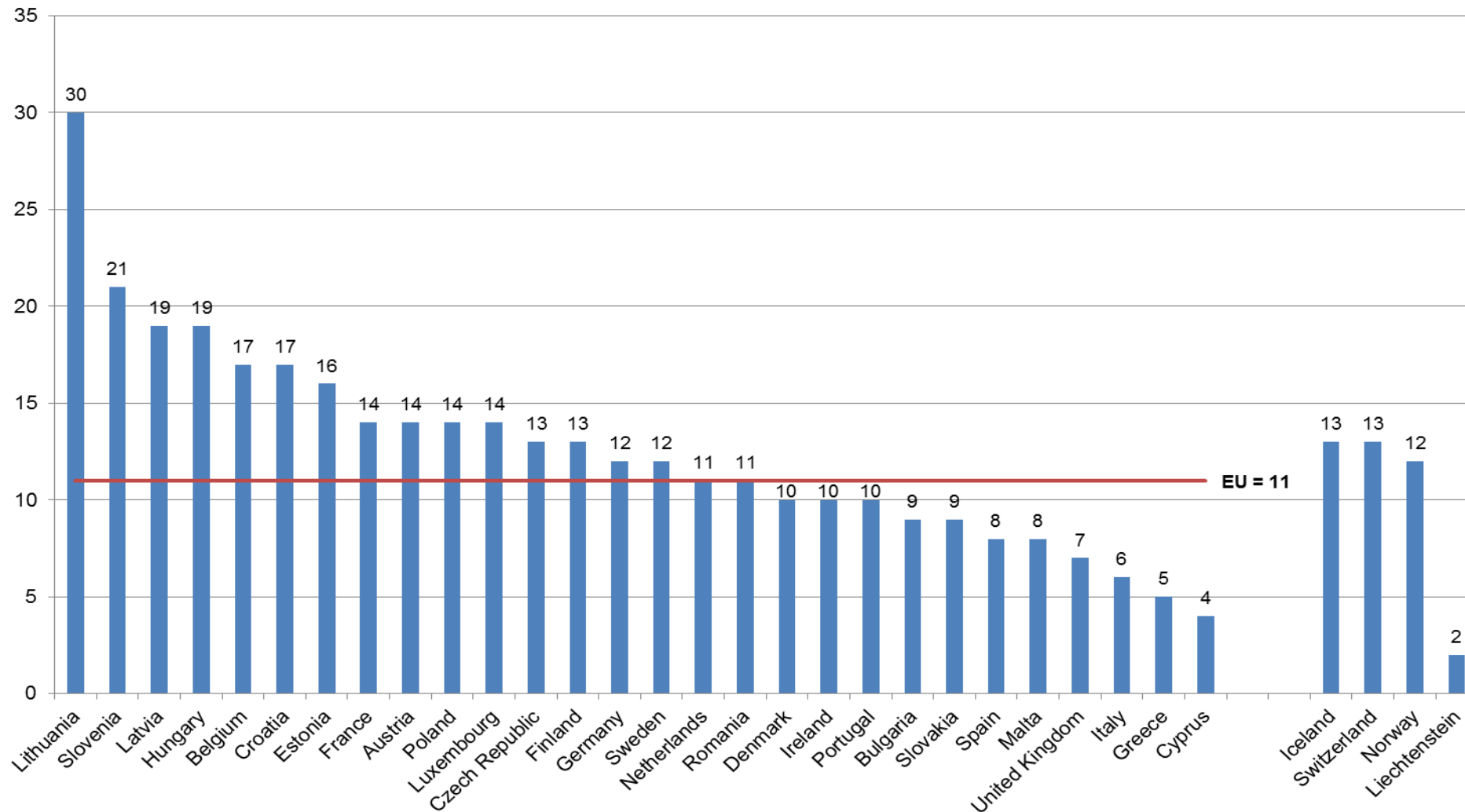
Source: IHME, Global Burden of Disease (2019)

OurWorldInData.org/mental-health • CC BY



# Suicide rate in the EU Member States, 2015

(number of deaths due to suicide per 100 000 inhabitants)

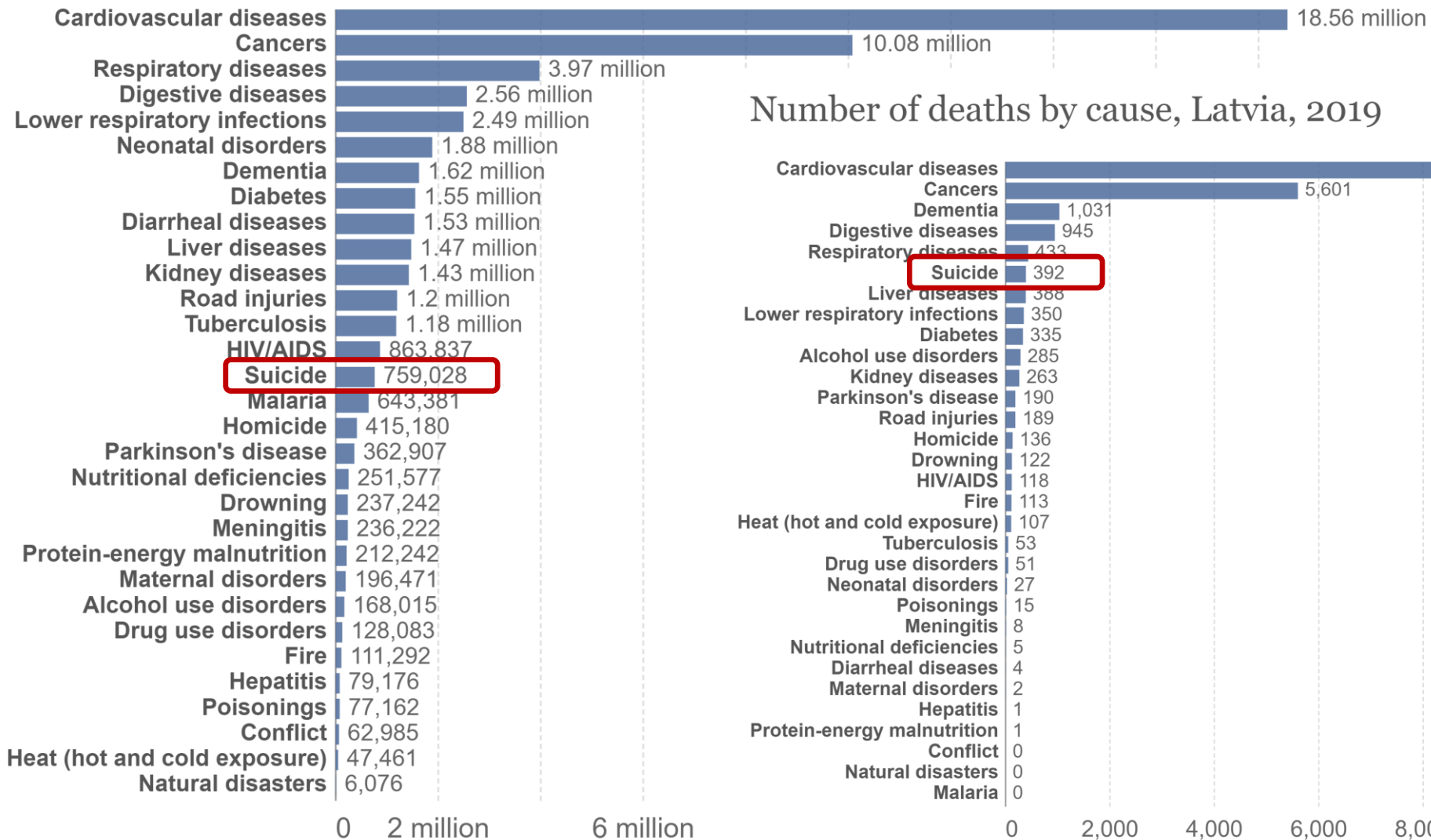


[ec.europa.eu/eurostat](http://ec.europa.eu/eurostat)

Darba drošības un vides veselības institūts

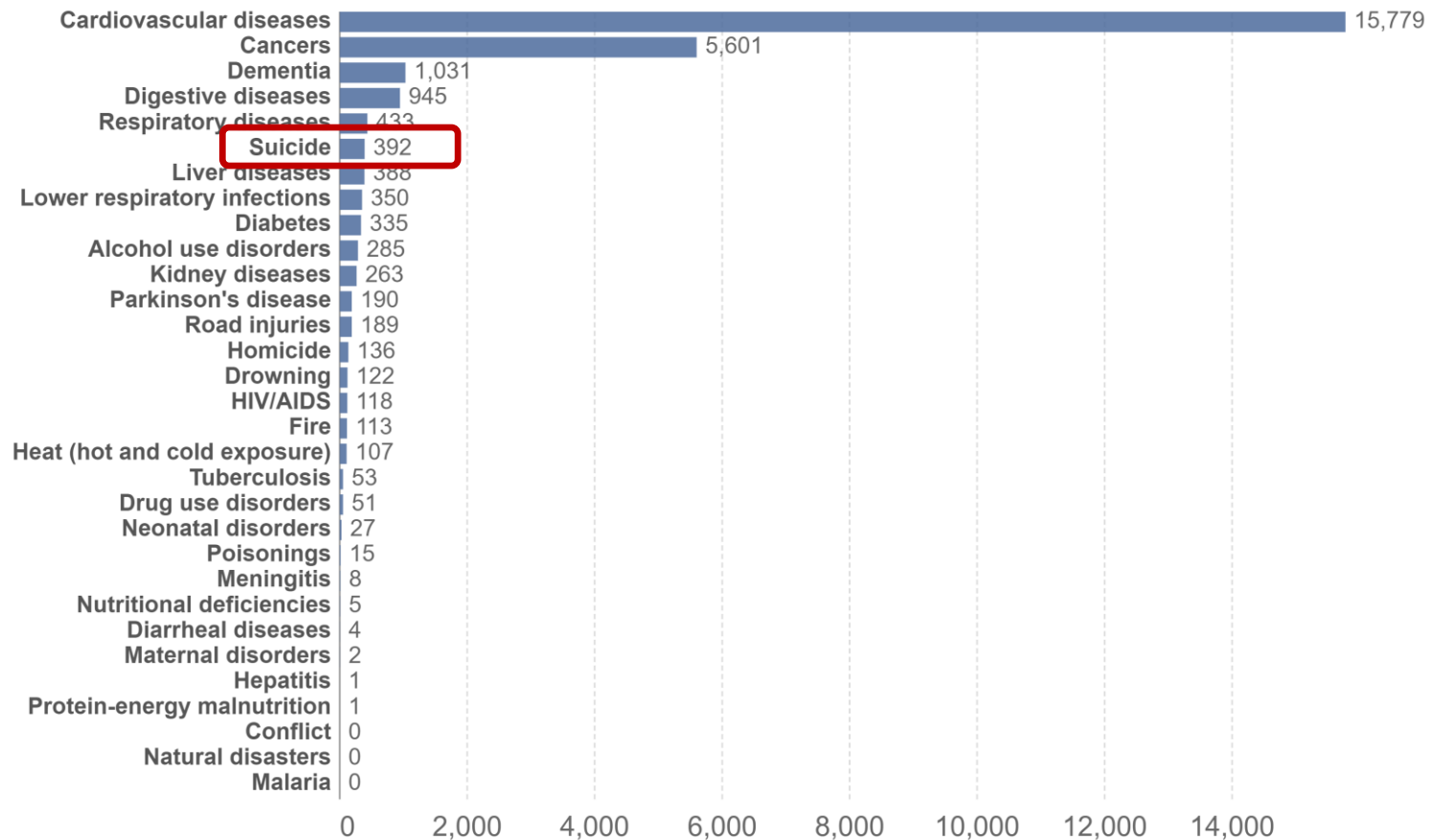


# Number of deaths by cause, World, 2019



Source: IHME, Global Burden of Disease (2019)

# Number of deaths by cause, Latvia, 2019

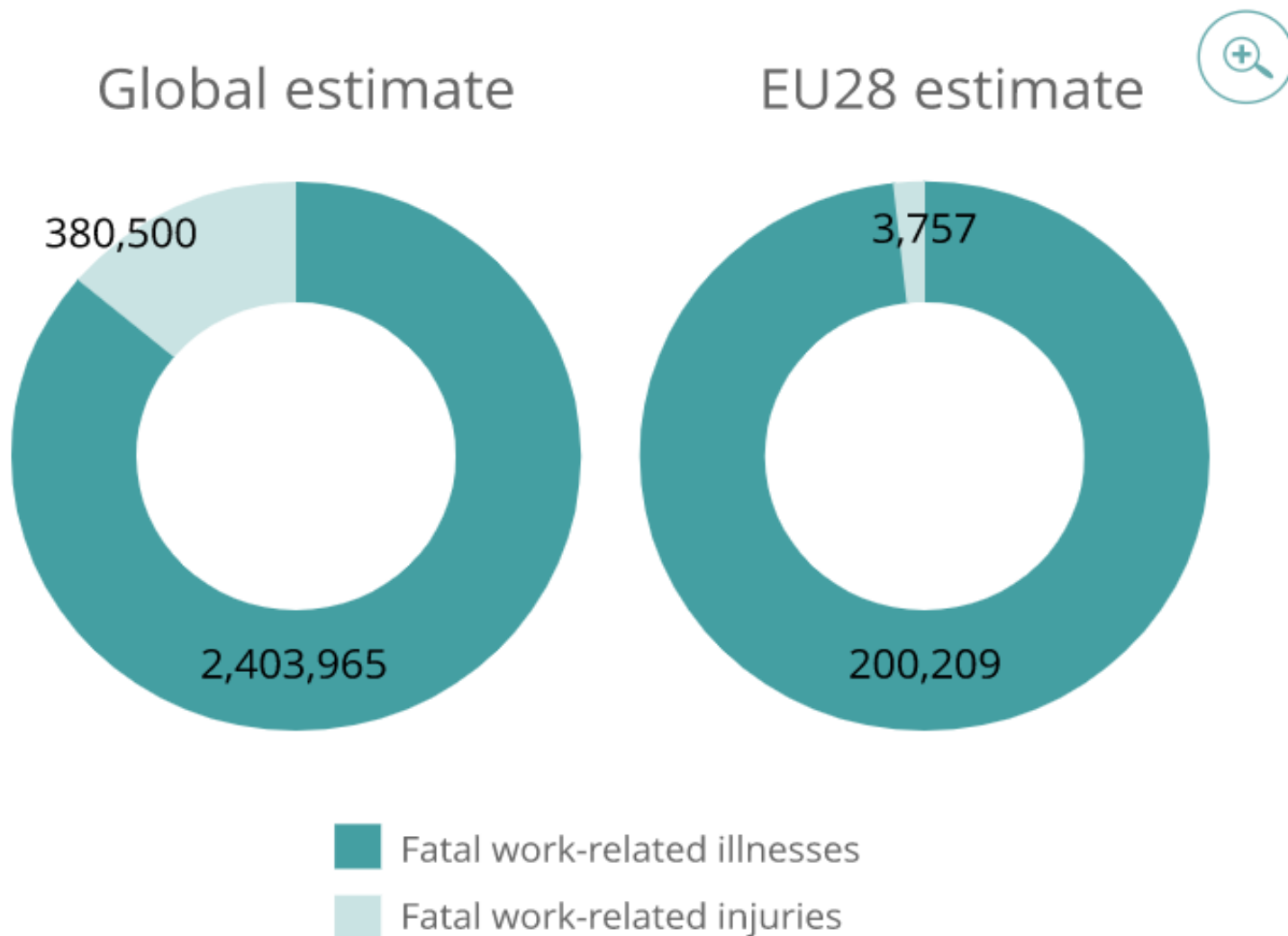


Source: IHME, Global Burden of Disease (2019)

OurWorldInData.org/causes-of-death • CC BY



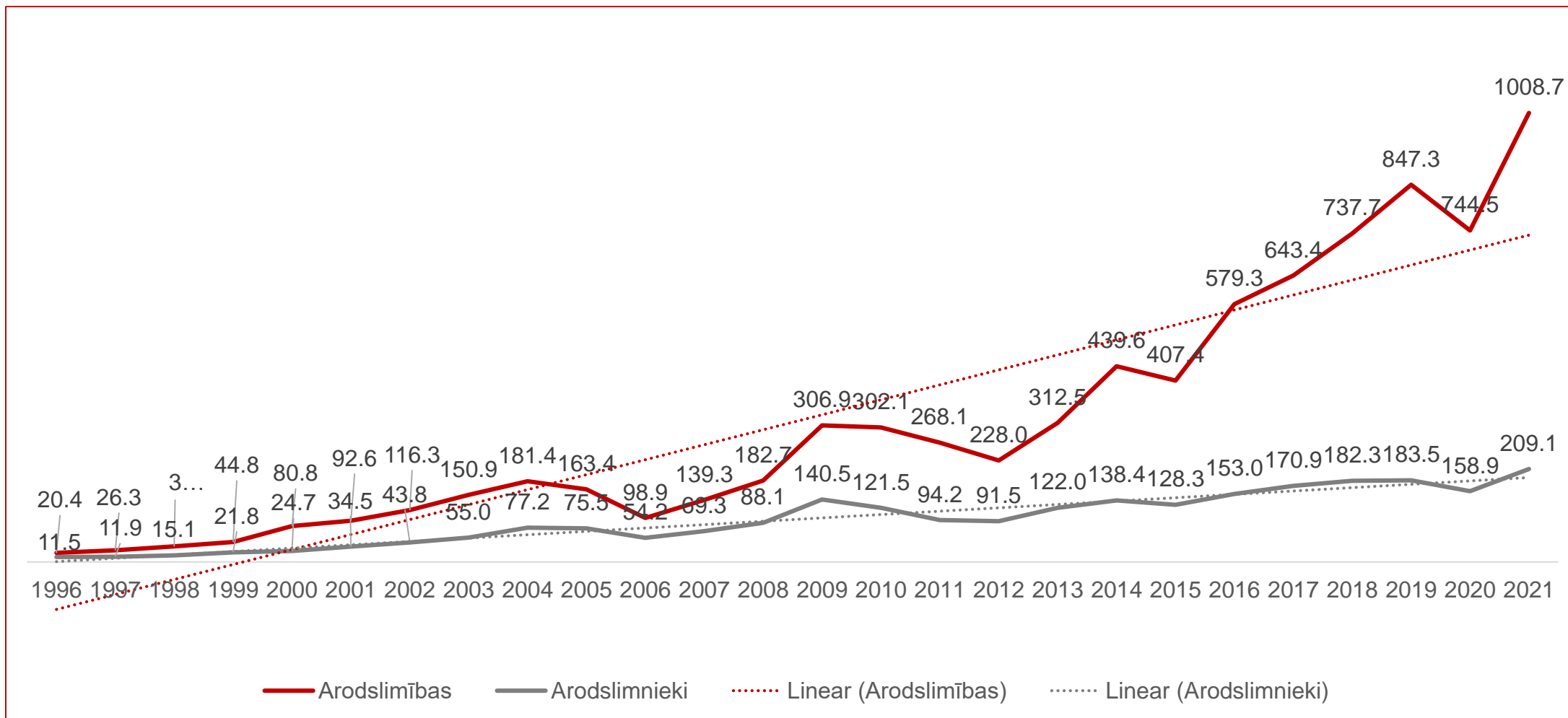
# Nāve darbā – iemesli? Akcents – slimības, nevis NG!



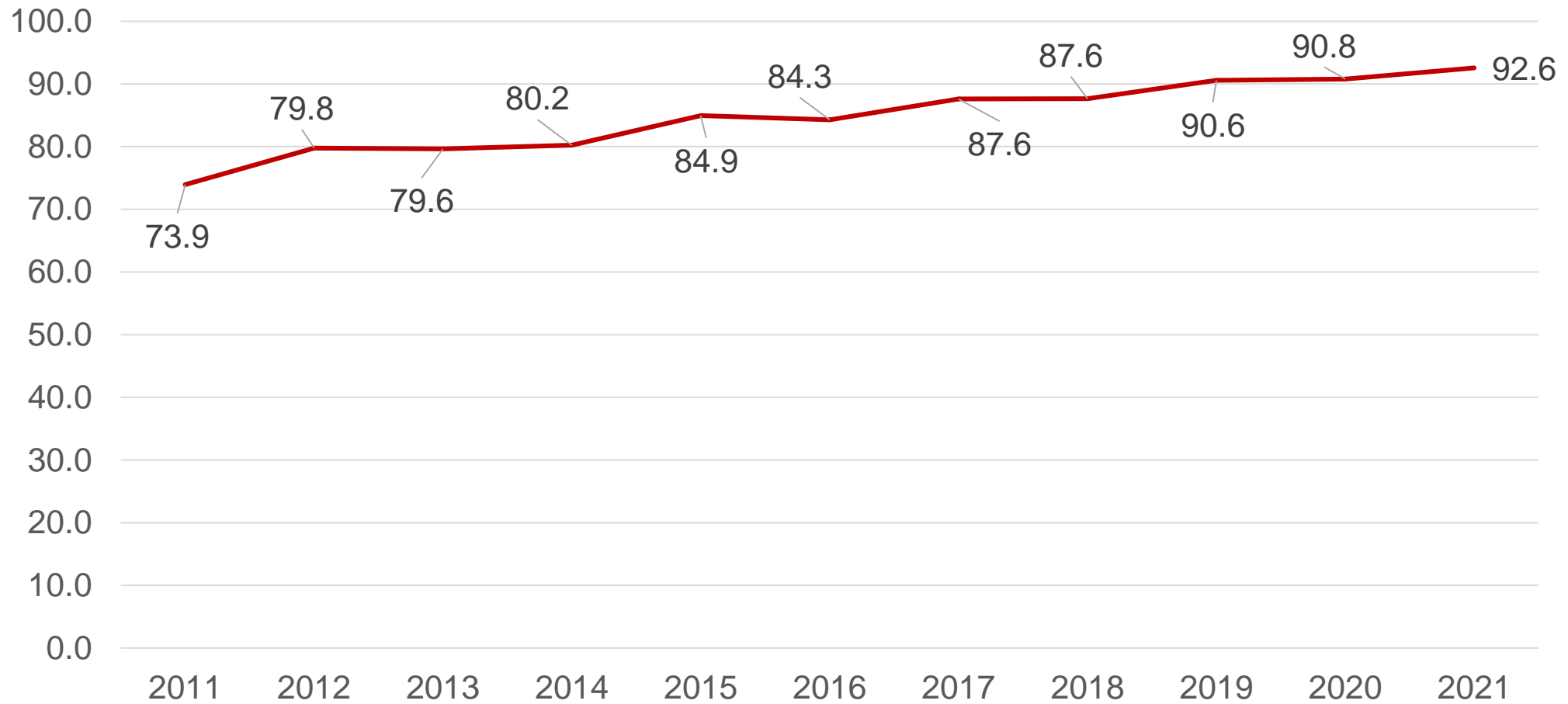
Avots: ILO, 2017



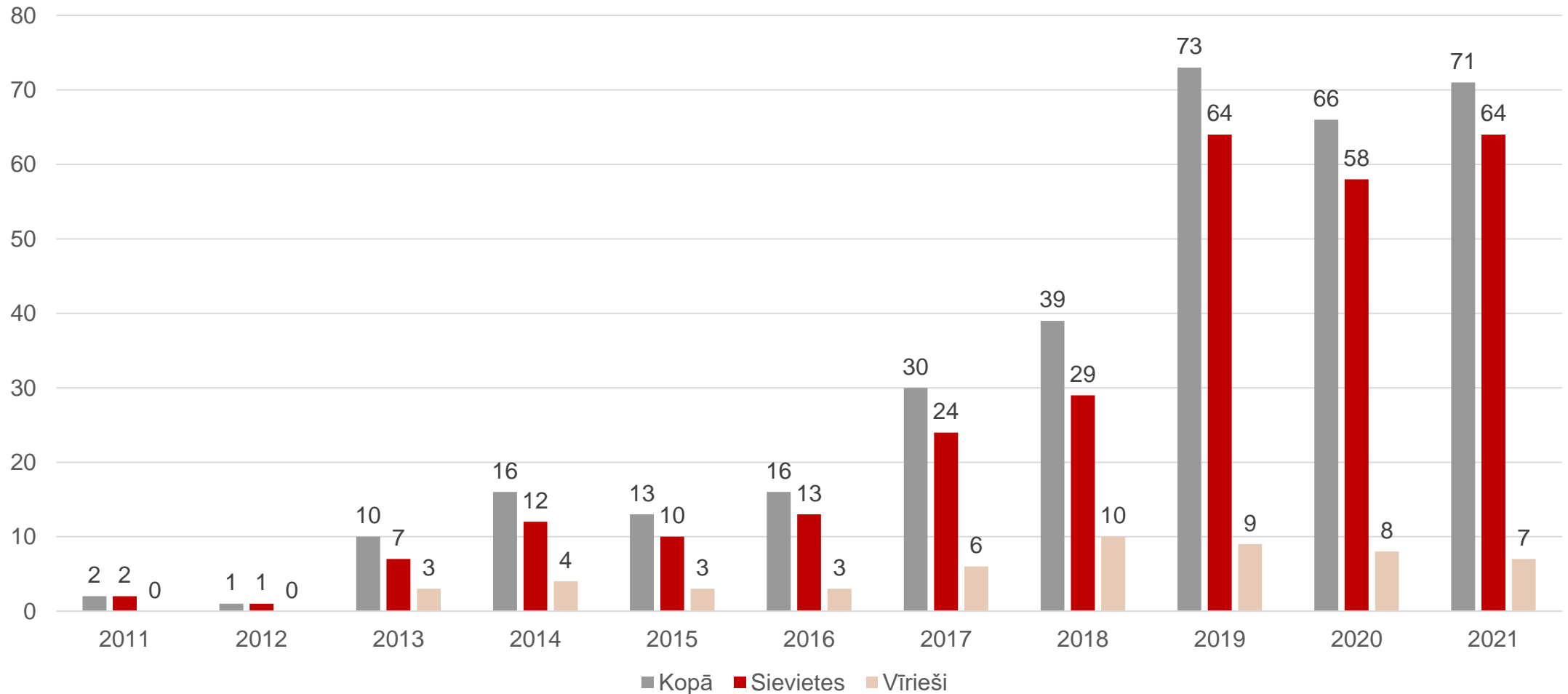
# Arodslimību un arodslimnieku skaits uz 100 000 nodarbinātajiem



# Ar balsta un kustību sistēmu saistīto pirmreizēji reģistrēto arodslimību skaita īpatsvars no pirmreizēji reģistrēto arodslimību skaita sadalījums pa gadiem, 2011.-2021.g., %



# Pirmreizēji reģistrēto arodslimību gadījumu skaits Latvijā - reakcija uz smagu stresu un adaptācijas traucējumi (SSK-10 kods F43)



# RSU ZC Darba drošības un vides veselības institūta projekti saistībā ar psihosociālajiem darba vides riskiem (1/2)

- Attīstības un projektu departamenta projekta “Iekšējā RSU un ārējā RSU ar LSPA konsolidācija” grants “BALANCE4LV pētījums: Privātās un darba dzīves līdzsvara novērtēšana un veicināšana Latvijas kontekstā”;
- Interreg Baltic Sea Region projekts “MentalHealthMatters”;
- ERASMUS+ projekts Mental Wellbeing in SMEs.



# RSU ZC Darba drošības un vides veselības institūta projekti saistībā ar psihosociālajiem darba vides riskiem (2/2)

- VPP projekts "Dzīve ar COVID-19";
- ESF projekts "Darba apstākļi un riski Latvijā 2019 – 2021".



# TOP 10 darba vides riska faktori

## Darba devēju viedoklis (%)

Riska faktors	2006	2010	2013	2018	2022
Darbs ar datoru	60,9	75,5	70,3	59,9	77,7
<b>Tiešs kontakts ar cilvēkiem, kuri nav darbinieki darba vietā</b>	-	-	-	75,8	74,9
<b>Ātru un svarīgu lēmumu pieņemšana</b>	-	-	-	-	74,9
Darbs piespiedu pozā	33,1	48,4	41,5	67,5	52,6
<b>Attālinātais darbs</b>	-	-	37,8	-	51,8
Vienveidīgas kustības	-	-	-	55,6	-
<b>Summētais darba laiks</b>	37,6	43,7	42,2	42,2	-
Darbs ārā dažādos laika apstākļos	30,9	52,5	36,9	-	-
Smagu priekšmetu nešana un pārvietošana	-	42,9	-	-	-
<b>Laika trūkums</b>	32,2	-	-	-	-

Darba devēju aptaujas rezultāti, pētījumi "Darba apstākļi un riski Latvijā"

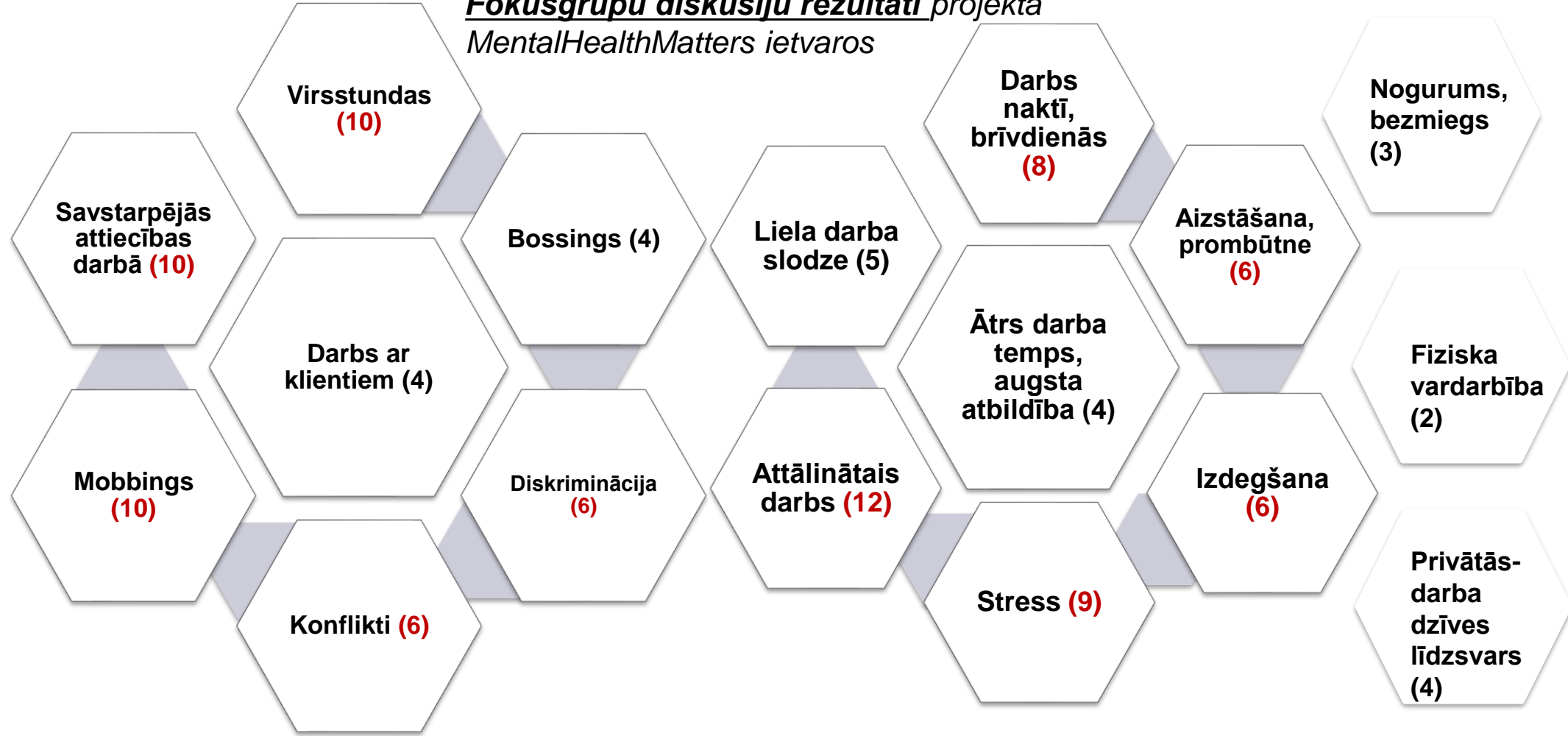
# TOP 10 darba vides riska faktori

## Nodarbināto viedoklis (%)

Riska faktors	2006	2010	2013	2018	2022
Ātru un svarīgu lēmumu pieņemšana	-	-	-	-	74,8
Tiešs kontakts ar cilvēkiem, kuri nav darbinieki Jūsu darba vietā	63,8	75,4	63,9	60,9	65,9
Liela darba slodze, daudz darba pienākumu	-	-	-	-	62,1
Darbs ar datoru	-	-	-	53,0	60,4
Darbs piespiedu pozā	63,8	70,2	-	75,1	60,2
Vienveidīgas kustības	56,1	55,9	53,6	66,6	-
Smagu priekšmetu nešana vai pārvietošana	52,4	56,2	49,5	51,0	-
Laika trūkums	-	50,4	52,0	-	-
Caurvējš	51,7	-	45,4	-	-
Virsstundu darbs	51,7	-	-	-	-

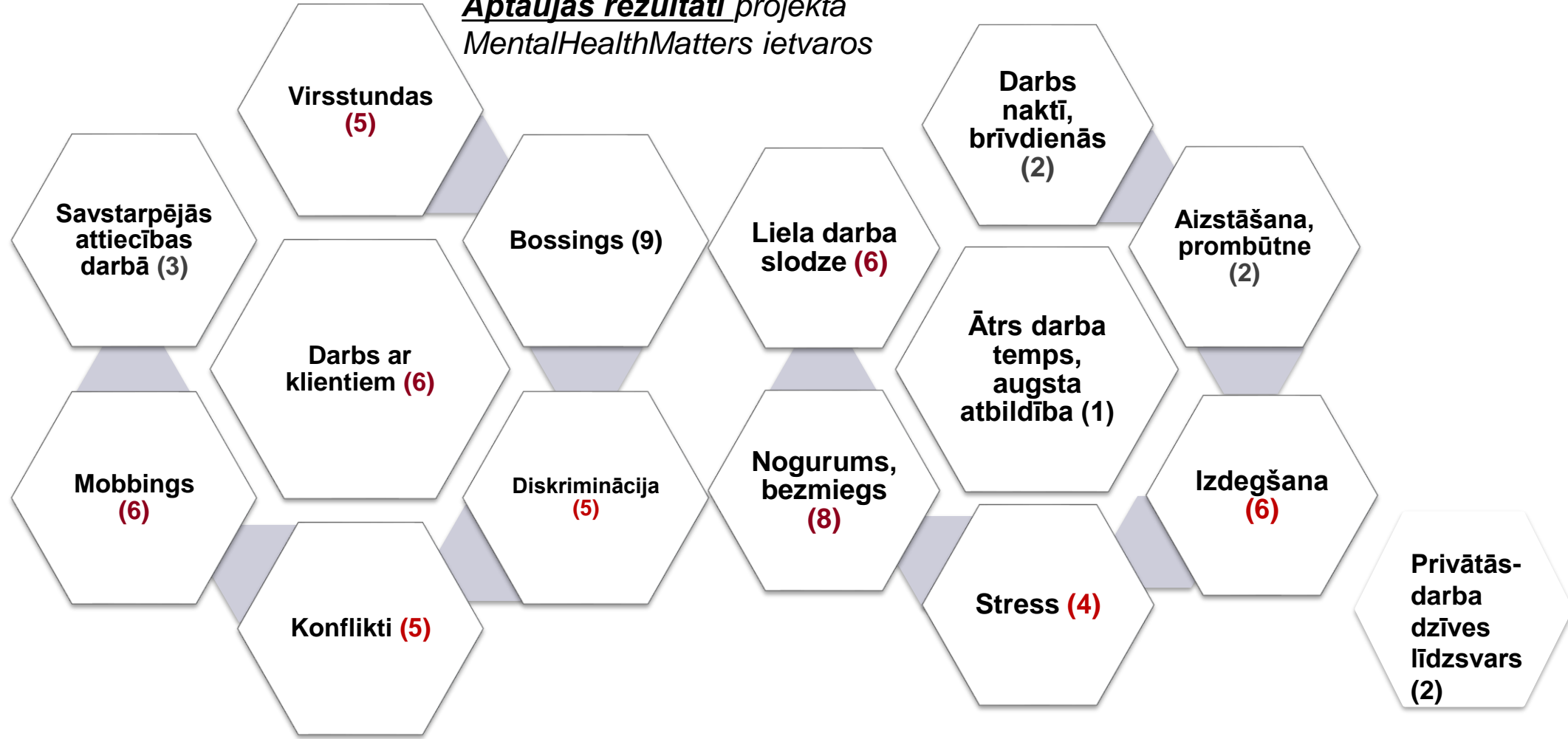
# Izplatītākie psihosociālie darba vides riski

*Fokusgrupu diskusiju rezultāti projekta  
MentalHealthMatters ietvaros*



# Izplatītākie psihosociālie darba vides riski

*Aptaujas rezultāti projekta  
MentalHealthMatters ietvaros*



# Psihosociālo riska faktoru ietekme uz darba privātās dzīves līdzsvaru

Darba privātās dzīves līdzsvara trūkums

Seksuāla uzmākšanās		<b>5.43</b>
	<b>Jā</b>	(2.34-12.62)*
Psiholoģiska vardarbība vai draudi		<b>3.80</b>
	<b>Jā</b>	(3.04-4.75)*
Individuālie konflikti starp kolēģiem		<b>3.77</b>
	<b>Jā</b>	(3.15-5.52)*
Konflikti starp darba ņēmēju grupām		<b>3.80</b>
	<b>Jā</b>	(3.13-4.61)*
Konflikti ar vadītājiem		<b>3.48</b>
	<b>Jā</b>	(2.88-4.18)*
Sāncensība starp kolēģiem		<b>3.70</b>
	<b>Jā</b>	(3.08-4.45)*
Konflikti ar klientiem		<b>2.91</b>
	<b>Jā</b>	(2.43-3.49)*
Fiziska vardarbība vai draudi		<b>2.46</b>
	<b>Jā</b>	(1.78-3.41)*



# Vai pagājušā gada laikā Jūsu darba devējs Jūsu uzņēmumā/iestādē citiem nodarbinātajiem nodrošināja....?

Pasākums	%
Darbinieku instruktāžu un speciālo apmācību (piemēram, ugunsdrošības u.tml. jautājumos)	70,3
Ugunsdzēsības līdzekļu iegādi, uzturēšanu	69,0
Pirmās palīdzības aptieciņu iegādi	62,5
Darba apģērbu un individuālās aizsardzības līdzekļus	60,8
Veselības apdrošināšanas polises (kas sedz arī vakcināciju, obligātās veselības pārbaudes, u.tml.)	55,8
Darbinieku obligātās veselības pārbaudes (bez polises)	55,6
Drošības zīmju izvietojumu (piemēram, uzmanību - elektrība!)	49,9
Darba vides riska faktora novērtēšanu	45,6
Ar darbu saistītu ikdienas sadzīves apstākļu uzlabošanu (piemēram, ģērbtuves, dušas, atpūtas telpas)	35,2
Apmācību pirmās palīdzības sniegšanā	33,8
Darba vides uzlabošanu (piemēram, ventilācijas izbūve)	28,8
Darbinieku vakcināciju (bez polises, piemēram, pret ērču encefalītu, B hepatītu, gripu))	18,9
Darba vietu ergonomikas uzlabošanu (piemēram, galdus ar regulējamu augstumu, ergonomiskus krēslus, modernāku aprīkojumu u.tml.)	17,1

Pētījums "Darba apstākļi un riski Latvijā, 2019-2021", nodarbināto aptauja, n=2503



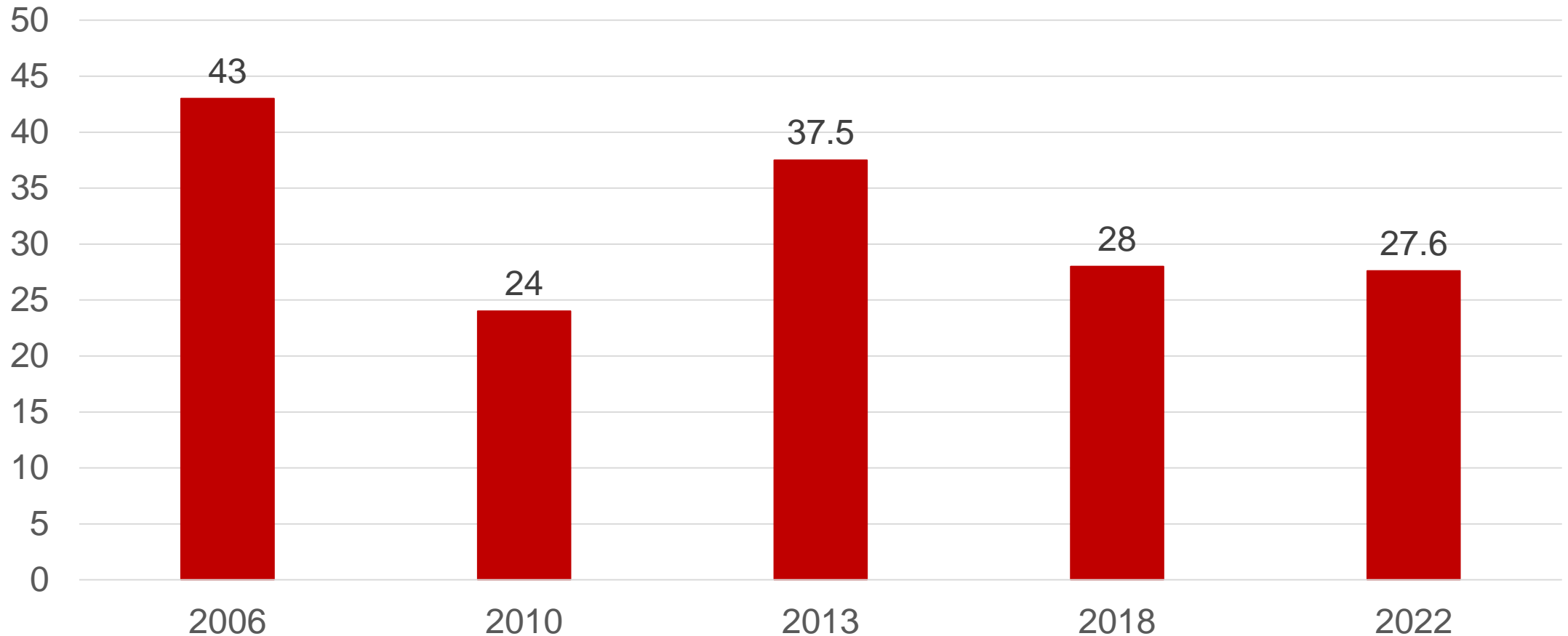
# Cik nodarbinātajiem tika nodrošināti pasākumi, kas uzlabo psihoemocionālo darba vidi?

Pasākums	Nodarbināto īpatsvars (%)
Pusdienas darbā	1,5
Sporta nodarbības (trenažieru vai sporta zāle, baseins, vingrošana, joga u.tml.)	1,8
Sporta svētki, spēles, pasākumi	2,3
Aktīvā atpūta pie dabas, pārgājieni, ekskursijas	0,9
Veselības uzlabošanas pasākumi (rehabilitācija, masāža, zobārstniecība u.tml.)	0,6
Lekcijas, semināri par veselīgu dzīvesveidu	0,6
Kolektīva saliedēšanas pasākumi	0,2
Stresa mazināšanas pasākumi	0,2
Bezmaksas svaigi sezonas augļi	0,1
Citi veselības veicināšanas pasākumi	0,2
Citu, kas saistīts ar darba aizsardzības jautājumiem	0,1

Pētījums “Darba apstākļi un riski Latvijā, 2019-2021”, nodarbināto aptauja, n=2503



# To darba devēju īpatsvars, kuri uzskata, ka neviens no viņu darbiniekiem nav pakļauts darba vides riska faktoriem, %



■ Darba aizsardzības speciālistu īpatsvars, vērtējot obligāto veselības pārbaužu kvalitāti, %



2024. gada 20.septembris

**Paldies par uzmanību!**



RĪGAS STRADIŅA  
UNIVERSITĀTE

VITA BREVIS ARS LONGA

Ivars Vanadziņš,

Kontakti: [ivars.vanadzins@rsu.lv](mailto:ivars.vanadzins@rsu.lv)

# Projekts “Multidisciplināra pieeja noturīgu fizisko aktivitāšu paradumu izveidei nodarbinātajiem ar mazkustīgu darba veidu” Nr. RSU/LSPA-PA-2024/1-0013 (Nr. 3-PD-2/606/2024)

**Meklējam uzņēmumus praktiskajam pētījumam!**

Mērķgrupa: «mazkustīgi» darbinieki, kuri vēlētos mainīt savus paradumus;

Plānots: 4 dažādu intervenču grupas, katrai:

- intensīvā fāze (21 diena);
- 3 mēnešu atbalsta programma;
- 12 mēnešu efektivitātes novērtējums.

Kontakti: [ivars.vanadzins@rsu.lv](mailto:ivars.vanadzins@rsu.lv)