



За достойни условия и
заплащане на нощния
труд и предотвратяване
на последствията от него



Психологически измерения на нощния труд

Гл. ас. СТОЙКА КАЛЧЕВА
доктор по психология

В съвременното общество професионалният труд заема най-важната част от живота на хората. Изследователите са отделили значително внимание за разбиране на организационно поведение на човека. Професионалният живот е рационален, отличава се с влияние на стресови фактори, процеси на умора и монотонност, в т.ч. професионално прегаряне. Нощният труд се свързва с недоспиване, умора, депресия, безпокойства, тревожност, нарушаване на семейното и социално функциониране, смущения в когнитивната сфера, насилие и конфликти. Нощният труд заема 17 процента от работещите в България и 15 процента – в Съединените щати. Предвид глобализацията вероятно тези проценти няма да намаляват.

- Шест централни теми в психологическите изследвания на нощния труд:
 - (1) Семейство и нощен труд;
 - (2) Мотиви за полагане на нощен труд: заплащане;
 - (3) Роля на социалната подкрепа през нощните смени;
 - (4) Влияние на нощния труд върху когнитивната сфера на човека;
 - (5) Насилие и конфликти през нощните смени;
 - (6) Социално функциониране и нощен труд.

СЪЩНОСТ НА ПРОБЛЕМА «РАБОТА / СЕМЕЙСТВО»

- Проблемът за постигане на баланс между работата и семейството произтича от конфликта «Работа/семейство», което отразява взаимната несъвместимост между изискванията на ролята в работата и изискванията на семейната роля, които се изпълняват от индивида.
- Най-разпространеният вид и форма на конфликт «Работа/семейство» възниква, когато времето за изпълнение на едната роля, затрудняват пълноценното участие в изпълнение на другата роля.
- Графикът и претоварването е втора форма на конфликта «Работа/семейство»: формата на взаимодействие между двете роли могат да доведат до поява на симптоми на психично напрежение (напр. безпокойство, умора, раздразнителност, тревожност и др.), генерирани от изискванията на работата или задълженията в семейството.₅

- Третият вид на конфликта «Работа/семе́йство» възниква, когато поведението, което се очаква като подходящо в семейството (изразителност, емоционална чувствителност) са неподходящи или нефункционални в служебните отношения.
- В семейните отношения има най-голям проблем при работещите жени в сменна и нощна работа, което се решава с развод в отделни случаи.
- Тези видове конфликти «Работа-семе́йство» могат да доведат до трудности за служителите, техните семейства, за работодателите, така и за обществото като цяло.

- Неблагоприятни ефекти на конфликта «Работа/семејство» създава в най-голяма степен нощния труд. Отсъствието на член от семејството в нощните часове нарушава семејното функционирање. Материалните средства не са достатъчна компенсација за липсата от къщи. Нарушава се провеждане на празници, религиозни ритуали, възпитание на децата в семејството (контакт и контрол над децата, нарушава се процесите на детско развитие и привързаност на децата към родителите). Нощните смени оставят трајни неблагоприятни следи във всички възрасти на децата (ефект на привързаност на Долби в нај-ранна възраст, трајно недоверие в юношеството и пр.

Нощен труд и мотиви за работа

Основен мотив за поемане на нощни дежурства освен професионалната реализация е заплащането. Има данни, че в някои браншове по света заплащането достига до 10 пъти повече в сравнение с дневните смени. Американската психологическа асоциация (АРА) посочва 23-годишни изследвания на 861 хиляди американски полицаи в Ню Йорк от организационния психолог д-р Джон Виоланти. При тази извадка има оплаквания от висок стрес, умора, нарушения на съня и др., но 40 процента от полицаите са посочили, че заплащането е основния мотив за нощния им труд.

Ролята на социалната подкрепа при нощните смени

Социалната подкрепа в труда се приема като протектор понижаващ стреса, снижаващ тормоза на работното място и пр. При нощните смени подкрепата на администрацията е решаващ фактор за медицински сестри от „Спешна помощ“ в Кралство Суадитска Арабия. В изследване на 128 медицински сестри (мъже и жени) на цялата територия на страната се посочва, че те разчитат на болничната администрация в критичните спешни случаи.

–Когнитивна сфера и нощна работа

- Работното време и сменността на работата оказват силно влияние върху когнитивната сфера (усещане, възприятие, памет, внимание, мисловни процеси, психомоторика).
- Благоприятстващи фактори върху баланса „Нощна смяна/ когнитивна сфера и психомоторика „ се оказват професионалният опит, професионалните умения, емоционалното удовлетворение от работата и др.
- В Американско списание по хирургия се посочва, че през нощните смени се наблюдава нарушение на психомоториката. Статистиката за неуспешни операции и манипулации са непренебрежимо повече (дори и с летален изход).
- Най-много грешки се отбелязват от 23 ч. до 1 часа.

НАСИЛИЕ ПО ВРЕМЕ НА НОЩЕН ТРУД

Насилието характеризира цялостния живот в глобален план. Стотици изследвания на над 400 000 сайта в немскоезични страни характеризират **насилието на работното място.**

В нощните смени обемът на актовете на насилие преобладава. В сферата на медицинските грижи медицинските сестри са буфер между лекар и пациент при възникнали инциденти.

В рамките на нощните дежурства има и насилие сред персонала.

- СОЦИАЛНО ФУНКЦИОНИРАНЕ И НОЩЕН ТРУД
- Социалните контакти се ограничават и редуцират до най-неотложните
- Повишава се употреба на алкохол, цигари и психотропни вещества
- Пропускане и системно отсъствие от семейни дейности и събития
- Внимание върху религиозни ритуали
- Подменя се брой на приятели и социални контакти
- Повишават се брой на стресови събития в живота
- Явява се необходимост от психологически и психиатрични консултации

В изследване на професионалния стрес в БАН чрез Копенхагенския психосоциален въпросник бяха сравнени данните за сменна работа и редовен режим и беше използван t-критерий за независими извадки.

По показател «Сменност» работещите на редовна смяна имат по-високи стойности по параметрите: общи изисквания към работата, когнитивни изисквания, ролеви конфликти (между длъжностите), влияние върху работата.

Работещите на смени имат по-високи стойности на параметрите: количествени изисквания към работата, емоционални изисквания към работата, безпокойство за работата. Поради малкия брой изследвани лица част от различията се проявяват на равнище на тенденция.

БЛАГОДАРЯ ЗА ВНИМАНИЕТО!

За въпроси: skalcheva2003@yahoo.com

