

Świadomość ergonomiczna pracowników biurowych i ich pracodawców

**Halina Pawlak,
Agnieszka Buczaj,
Anna Pecyna,
Magdalena
Konowałek**

Uniwersytet Przyrodniczy
w Lublinie

Wydział Inżynierii Produkcji

Abstrakt: Świadomość ergonomiczna pracowników i pracodawców odgrywa ogromną rolę na każdym stanowisku i w każdym zakładzie pracy. Praca biurowa wiąże się z występowaniem wielu zagrożeń dla zdrowia pracowników, do których powstania przyczynia się między innymi brak przestrzegania zasad ergonomii już podczas projektowania i organizacji tych stanowisk. Celem badań była analiza świadomości ergonomicznej pracowników biurowych oraz zatrudniających ich pracodawców. Podjętą problematykę opracowano na podstawie badań ankietowych przeprowadzonych w grupie 40 osób aktywnych zawodowo, w firmach na terenie województwa lubelskiego. Do badań wykorzystano dwa kwestionariusze ankietowe, których pytania zwracają uwagę na kilka istotnych kwestii dotyczących poziomu świadomości pracowników i pracodawców w zakresie ergonomii.

Badania wykazały, że pracownicy zatrudnieni na stanowiskach biurowych mają wiedzę na temat ergonomii dotyczącą przygotowania stanowiska do bezpiecznej pracy, ale wiedza ta jest przez nich rzadko wykorzystywana w praktyce. Pracodawcy twierdzą, że posiadają dużą wiedzę w tej dziedzinie, czego jednak nie potwierdzają opinie pracowników na temat prowadzonych szkoleń, organizacji stanowisk oraz procesu pracy.

Słowa kluczowe: świadomość ergonomiczna, pracownik biurowy, ergonomia w biurze

1. Wprowadzenie

Świadomość, zgodnie ze *Słownikiem języka polskiego*, to zdolność zdawania sobie sprawy w kategoriach pojęciowych z tego, co jest przedmiotem postrzegania, doznawania (Szymczak [red.], 1989). Zagadnienie świadomości bezpieczeństwa pracy poruszają w swojej pracy Anna Berkowska, Milena Drzewiecka i Beata Mrugalska (2014). Opracowane przez autorki podejście można wykorzystać do określenia składowych świadomości ergonomicznej, do których należą:

- samowiedza na temat aspektów dotyczących ergonomii;
- czuwanie nad spełnieniem zasad ergonomii;
- postrzeganie, na które składa się wiedza na temat tego, jak postrzega się ergonomię;

Korespondencja:
Anna Pecyna
Uniwersytet Przyrodniczy w Lublinie
Wydział Inżynierii Produkcji
Katedra Podstaw Techniki
Zakład Ergonomii
ul. Głęboka 28
20-612 Lublin, Poland
Tel. +48 81 531 97 47
E-mail: anna.pecyna@up.lublin.pl

– uwaga – rozumiana jako należyta staranność, dbałość o ergonomiczne warunki pracy w związku z ogromną wagą tego zagadnienia.

Wiedzę na temat aspektów ergonomicznych w pracy powinni posiadać zarówno pracodawcy, jak i pracownicy (Bartuzi, Kamińska, 2010). Powinni oni czuwać nad przestrzeganiem zasad ergonomii na stanowiskach i w zakładzie pracy oraz zdawać sobie sprawę z kryteriów technicznych i organizacyjnych wpływających nie tylko na stan bezpieczeństwa, higieny pracy, ale i ergonomii.

Świadomość ergonomiczną powinni zatem mieć zarówno pracownicy, jak i pracodawcy. Przepisy dotyczące ergonomii oraz bezpieczeństwa i higieny pracy dotyczą wielu ważnych aspektów, a nieprzestrzeganie ich może spowodować poważne konsekwencje zdrowotne i prawne. Oczywiście inne zagrożenia występują w pracy biurowej, a inne w hali produkcyjnej, jednak wszędzie należy przestrzegać praw i obowiązków, dbając o zdrowie i życie pracowników.

Zgodnie z art. 207 Ustawy z dnia 26 czerwca 1974 roku Kodeks pracy (Dz.U. z 1998 r., nr 21, poz. 94 z późn. zm.) pracodawca ponosi odpowiedzialność za stan bezpieczeństwa i higieny pracy w przedsiębiorstwie oraz jest zobowiązany chronić zdrowie i życie pracowników przez zapewnienie bezpiecznych i higienicznych warunków pracy, przy odpowiednim wykorzystaniu osiągnięć nauki i techniki. Prawidłowa organizacja i wyposażenie stanowiska pracy jest obowiązkiem pracodawcy wynikającym z Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 26 września 1997 roku w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy (Dz.U. z 2003 r., nr 169, poz. 1650).

Pracodawca jest zobowiązany do oceny i dokumentacji ryzyka związanego z wykonywaniem określonej pracy oraz stosowania odpowiednich środków profilaktycznych. Powinien tak zorganizować pracę i stanowisko pracy swoich pracowników, aby zabezpieczyć ich przed czynnikami i uciążliwościami szkodliwymi dla zdrowia – głównie przez stosowanie odpowiednich technologii, urządzeń i materiałów. Stanowiska pracy powinny być urządzone stosownie do rodzaju wykonywanych na nich czynności oraz psychofizycznych właściwości pracowników, zapewniając swobodę ruchu wystarczającą do wykonywania pracy w sposób wygodny i bezpieczny, z uwzględnieniem wymagań ergonomii (Ustawa z dnia 26 czerwca 1974 r. Kodeks pracy; Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 26 września 1997 r. w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy).

Obowiązki pracodawcy w zakresie zapewnienia bezpieczeństwa pracy na stanowiskach komputerowych szczegółowo reguluje Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 1 grudnia 1998 roku w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe (Dz.U. z 1998 r., nr 148, poz. 9), które precyzyjnie opisuje obowiązki pracodawcy oraz wymagania dotyczące tych stanowisk w zakresie bezpieczeństwa i ergonomii.

Pracodawca jest zobowiązany do wszechstronnej oceny warunków pracy oraz eliminacji wykrytych zagrożeń i uciążliwości, a w szczególności:

- nieprawidłowego rozmieszczenia elementów wyposażenia,
- obciążenia wzroku,
- obciążenia układu mięśniowo-szkieletowego,
- nieodpowiedniego oświetlenia,
- obciążenia psychicznego związanego z organizacją pracy.

Pracodawca powinien również zapewnić pracownikom zatrudnionym na stanowiskach biurowych łączenie przemienne pracy związanej z obsługą komputera z innymi rodzajami pracy nieobciążającymi narządu wzroku i wykonywanymi w innych pozycjach ciała oraz stosowanie przerw po każdej godzinie pracy przy komputerze (Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 1 grudnia 1998 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe).

Należy nadmienić, że z uwagi na rozwój nowych technik i technologii związanych z wykorzystaniem sprzętu komputerowego na stanowiskach pracy konieczne jest uaktualnienie aktów prawnych zawierających wymagania dotyczące pracy na stanowiskach komputerowych (Józwiak, 2015).

Obowiązkiem pracodawcy jest też zapewnienie profilaktycznej opieki zdrowotnej w zakresie i na zasadach określonych w odrębnych przepisach. Jeśli wyniki badań okulistycznych wykażą taką potrzebę, pracodawca musi zapewnić pracownikowi odpowiednie okulary do pracy przy monitorze (Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 1 grudnia 1998 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe).

W myśl art. 212 Kodeksu pracy podstawowym obowiązkiem pracownika jest nie tylko przestrzeganie zasad bhp, ale także ich znajomość. Pracownik nie może zatem odmówić wzięcia udziału w szkoleniu i instruktażu ani wycofać się z egzaminów sprawdzających swoją wiedzę. Obowiązek szkolenia pracowników w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy wynika z Ustawy z dnia 26 czerwca 1974 roku Kodeks pracy oraz wydanego na jej podstawie Rozporządzenia Ministra Gospodarki i Pracy z dnia 27 lipca 2004 roku w sprawie szkolenia w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy (Dz.U. z 2004 r., nr 180, poz. 1860 z późn. zm.) i spoczywa na pracodawcach. Powinni oni zapewnić pracownikom odbycie szkolenia odpowiedniego dla wykonywanej przez nich pracy. Szkolenia organizowane i prowadzone są przez pracodawców lub podmioty uprawnione do prowadzenia działalności szkoleniowej w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy na podstawie przepisów o systemie oświaty. Programy szkolenia powinny być dostosowane do rodzajów i warunków prac wykonywanych przez uczestników szkolenia.

Zagadnienia ergonomii są zawarte w wytycznych dotyczących ramowego programu szkolenia pracodawców wykonujących zadania służby bezpieczeństwa i higieny pracy. Również w wytycznych dotyczących ramowego programu szkolenia pracowników administracyjno-biurowych znajdują się zagadnienia związane z organizacją stanowisk pracy biurowej, z uwzględnieniem zasad ergonomii, w tym stanowisk wyposażonych w monitory ekranowe i inne urządzenia biurowe (Rozporządzenia Ministra Gospodarki i Pracy z dnia 27 lipca 2004 r. w sprawie szkolenia w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy).

Celem tego artykułu jest analiza świadomości ergonomicznej pracowników biurowych oraz zatrudniających ich pracodawców.

2. Metody badań

Badania przeprowadzono w województwie lubelskim wśród pracowników biurowych różnych firm oraz ich pracodawców. Grupę badawczą tworzyło łącznie 40 osób aktywnych

zawodowo (20 pracowników i 20 pracodawców). Przebadana grupa jest różnorodna pod względem zajmowanego stanowiska, stażu pracy, a także odbytych szkoleń dotyczących ergonomii oraz bezpieczeństwa i higieny pracy. Wśród respondentów było 18 kobiet i 22 mężczyzn. Najliczniejszą grupę wśród ankietowanych pracowników stanowiły osoby ze stażem pracy od dwóch do pięciu lat, a wśród pracodawców większość to osoby ze stażem pracy powyżej 10 lat (tabela 1).

Tabela 1. Staż pracy pracowników i pracodawców
(Table 1. Seniority employees and employers)

| Staż pracy (Seniority) | Pracownicy (Employees) | Pracodawcy (Employers) |
|---------------------------|---------------------------|---------------------------|
| 1 rok | 20% | — |
| 2–5 lat | 50% | 25% |
| 6–10 lat | 25% | 30% |
| powyżej 10 lat | 5% | 45% |

Źródło: opracowanie własne.

Do przeprowadzenia badań zastosowano dwa kwestionariusze autorskich ankiet, które składały się z 14 pytań zamkniętych dla pracowników i 13 pytań zamkniętych dla pracodawców. Ankieta obejmuje pytania wstępne dotyczące płci, zajmowanego stanowiska i stażu pracy, a w dalszej części pytania dotyczą wiedzy na temat ergonomii, stosowania się do zasad ergonomicznych w pracy oraz ich wpływu na efektywność pracy (np. „Czy w Państwa firmie odbywają się szkolenia, w których poruszana jest tematyka ergonomii?”; „Czy świadomość ergonomiczna Pana/Pani zdaniem ma wpływ na efektywność w pracy?”). Uzupełnieniem ankiety były wywiady przeprowadzone z pracownikami.

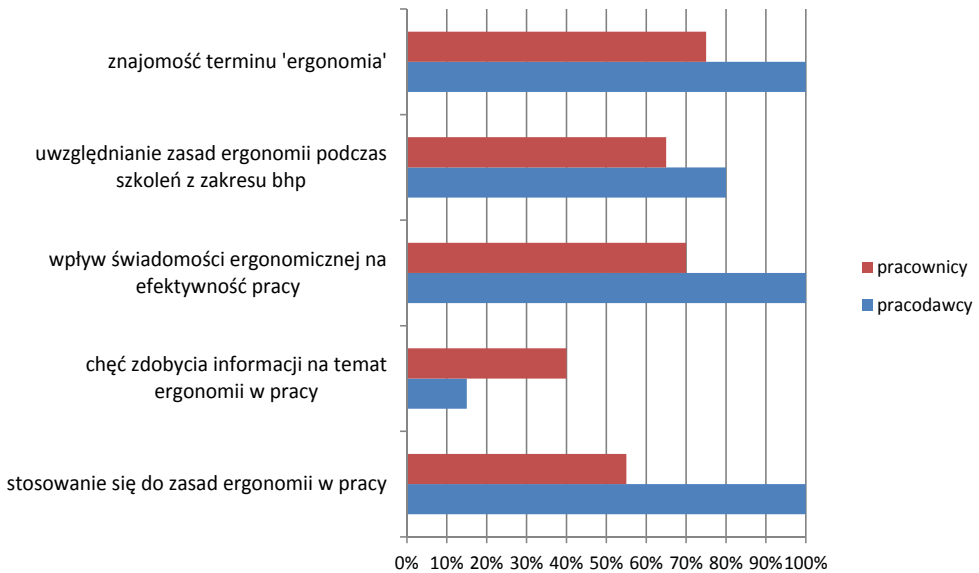
3. Wyniki badań

Świadomość w dziedzinie ergonomii jest bardzo ważnym aspektem w każdej pracy. Znajomość pojęcia „ergonomia” deklarowało 75% badanych pracowników (rysunek 1).

Aż 35% badanych twierdzi, że nie uczestniczyło w szkoleniach z zakresu bhp i ergonomii, ponieważ ich zakłady pracy nie organizują takich kursów. Większość (70%) badanych osób uważa, że świadomość ergonomiczna w pracy ma wpływ na jej efektywność, a 30% sądzi, że nie ma takiego związku.

Z odpowiedzi, których udzielili ankietowani, wynika, że 40% z nich chciałoby dowiedzieć się więcej na temat ergonomii, a 60% twierdzi, że posiada wystarczającą wiedzę z tego zakresu.

Ponad połowa ankietowanych (55%) stosuje się do zasad ergonomii w pracy. Z przerw w pracy korzystają wszyscy ankietowani, jednak różnią się one czasem trwania – 85% badanych korzysta z przerw trwającej od 10 do 15 minut, a 15% korzysta z przerw dłuższych niż 15 minut. Mimo korzystania z przerw aż 90% badanych odczuwa zmęczenie związane z wykonywanymi czynnościami.



Rysunek 1. Świadomość ergonomiczna pracowników i pracodawców
(Figure 1. Ergonomic awareness of workers and employers)

Źródło: opracowanie własne.

Odpowiednio wyposażone i zorganizowane stanowisko pracy ma zapewnić komfort pracownikowi oraz zminimalizować zagrożenia występujące na stanowisku pracy. Spośród badanych pracowników 85% stwierdziło, że na ich stanowiskach pracy nie wymienia się sprzętu i wyposażenia stanowiska, tak by je prawidłowo zorganizować i dostosować do indywidualnych cech psychofizycznych. Jednak tylko 25% badanych uważa, że sprzęt, jakiego używają, zmniejsza ich efektywność w pracy. Jak wynika z przeprowadzonych badań, większość przełożonych (90%) nie dostarcza swoim pracownikom instrukcji dotyczących prawidłowego rozmieszczenia elementów wyposażenia stanowiska, możliwości regulacji siedzisk, monitorów itp.

Wszyscy badani pracodawcy zadeklarowali, że wiedzą, czym zajmuje się ergonomia. Na pytanie dotyczące szkoleń, podczas których poruszana jest problematyka ergonomii, 80% odpowiedziało, że w ich firmach takie szkolenia się odbywają, a 20% przyznało, że takich szkoleń nie organizuje. Według odpowiadających pracodawców świadomość ergonomiczna ma wpływ na efektywność pracy, ale tylko 15% ankietowanych chciałoby dowiedzieć się więcej na temat ergonomii, a 85% badanych pracodawców uważa, że nie potrzebuje poszerzać swojej wiedzy z tego zakresu.

Z odpowiedzi, których udzielili pracodawcy, wynika, że wszyscy stosują się do zasad ergonomii w pracy i każdy z nich zaleca swoim pracownikom 10–15-minutowe przerwy w pracy. 85% ankietowanych pracodawców twierdzi, że nie docierają do nich informacje dotyczące zmęczenia pracowników. Jedynie do 15% z nich takie informacje docierają. Wszyscy pra-

codawcy mówią, że dokonują wymiany sprzętu na stanowiskach biurowych, 55% deklaruje wymianę sprzętu co pięć lat i więcej, 35% dokonuje takich zmian co rok, a 10% co pół roku.

4. Dyskusja

Na podstawie badań ankietowych przeprowadzonych wśród pracowników biurowych i zatrudniających ich pracodawców można zauważyć, że ogólna świadomość w tej dziedzinie jest dość duża, jednak wiedza ta jest rzadko wykorzystywana przez nich w praktyce, w przeciwieństwie do pracowników przemysłu owocowo-warzywnego, którzy według Haliny Pecyny i Anny Pawlak (2014) znają problematykę z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy, mają świadomość zagrożeń występujących w miejscu pracy i potrafią wykorzystać zdobytą podczas szkoleń wiedzę na swoim stanowisku pracy.

Sami pracownicy podczas rozmów twierdzili, że niestosowanie się do zasad ergonomii wynika zarówno z braku czasu i pośpiechu, jak też z przyzwyczajęń. Brak zrozumienia ze strony pracowników może być spowodowany bagatelizowaniem tematyki bhp i ergonomii (Pawlak, Maksym, Pecyna, 2014).

Wyniki analiz prowadzonych przez Jacka Romankowa (2015) w zakresie negatywnych skutków pracy operatorów monitorów ekranowych świadczą o wzroście świadomości w zakresie higieny pracy z monitorami ekranowymi i pozytywnych skutkach postępu ergonomicznego w biurach.

Badania Agnieszki Wolskiej i Andrzeja Najmca (2013) potwierdzają, że zapisy rozporządzenia dotyczącego stanowisk komputerowych są dla większości pracodawców zrozumiałe i użyteczne, lecz w samoocenie znajomości prawa 20,4% badanych pracowników nie wiedziało o istnieniu aktów prawnych na temat bezpieczeństwa i higieny pracy z monitorem ekranowym pomimo odbycia szkoleń w tym zakresie.

Z rozmów z pracownikami wynika opinia, że większość szkoleń organizowanych w ich firmach jest zwyczajnie nudna, przez co nie przywiązują wagi do przekazywanej im wiedzy. Za odbycie szkoleń z zakresu bhp i ergonomii odpowiadają pracodawcy, którzy powinni zapewnić takie metody i formy szkolenia, aby zainteresować pracowników zagadnieniami bezpieczeństwa i ergonomii w pracy (Wolska, Najmiec, 2013; Szkutnicki, 2001).

Z badań wynika, że 70% badanych respondentów uważa, iż świadomość ergonomiczna w pracy ma wpływ na jej efektywność, 40% chciałoby dowiedzieć się więcej na temat ergonomii, zatem szkolenia przeprowadzone ciekawie i w formie dostosowanej do grupy pracowników mogą stanowić przyczynek do zainteresowania i wdrożenia w praktyce zasad ergonomii przez pracowników.

Zaledwie 55% ankietowanych twierdzi, że stosuje się do zasad ergonomii podczas pracy, ale aż 90% badanych odczuwa zmęczenie w pracy mimo korzystania z przerw. Wynika stąd wniosek, że niewłaściwa organizacja samego stanowiska pracy oraz nieprawidłowo zorganizowany proces pracy mogą się przyczynić do powstawania zmęczenia. W cytowanych badaniach (Wolska, Najmiec, 2013) pracownicy uskarżali się na ogólne zmęczenie, dolegliwości wzroku i układu mięśniowo-szkieletowego bez względu na dzienny czas pracy z komputerem. Dolegliwości te mogły być związane przede wszystkim z wytężoną pracą w wymuszonej pozycji siedzącej, bez zapewnienia stosowanych przerw na odpoczynek. Ponadto

istotny wpływ na występowanie tych dolegliwości mogły mieć: nieodpowiednie oświetlenie stanowiska, niewłaściwe ustawienie monitora względem okien i opraw oświetleniowych, nieodpowiednio dobrane wyposażenie stanowiska lub niewłaściwe jego stosowanie, co skutkowało złą pozycją ciała podczas wykonywania pracy. W opinii pracodawców wdrożenie rozporządzenia dotyczącego bhp przy monitorach ekranowych, a zatem stosowanie się do zasad bhp i ergonomii, wpływa na zmniejszenie zmęczenia pracowników, redukcję odczuwanych dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego, poprawę jakości i zwiększenie zadowolenia z pracy (Wolska, Najmiec, 2013).

Ważnym aspektem jest również wymiana sprzętu na taki, który pozwoli zapewnić komfort i wygodę podczas pracy. Należy jednak pamiętać o jednoczesnym szkoleniu i zaznajomieniu pracowników z jego obsługą oraz prawidłowym wykorzystaniem. Wszyscy ankietowani pracodawcy deklarują dokonywanie wymiany sprzętu. Odbywało się to jednak zbyt rzadko, co potwierdzają pracownicy z niewielkim stażem, którzy takich zmian nawet nie zauważyli. Mimo to pracownicy zwrócili uwagę, że sprzęt, z którego korzystają, nie zmniejsza efektywności ich pracy. Zazwyczaj jest to spowodowane przyzwyczajeniem i takim rozkładem pracy, aby nie miało to wpływu na wydajność, co z kolei wpływa na nieergonomiczne warunki pracy i powstawanie zmęczenia.

5. Podsumowanie

Przeprowadzone badania z wykorzystaniem autorskich ankiet pozwoliły uzyskać wiedzę na temat świadomości ergonomicznej pracowników biurowych oraz zatrudniających ich pracodawców. Wyniki badań sugerują, by opracowany kwestionariusz ankiety rozszerzyć i uzupełnić o bardziej szczegółowe pytania dotyczące między innymi organizacji stanowiska oraz czasu pracy.

Świadomość ergonomiczna pracowników i pracodawców odgrywa ważną rolę w każdym zakładzie pracy i na każdym stanowisku pracy. Praca biurowa wiąże się z występowaniem wielu zagrożeń powodujących powstawanie różnego rodzaju dolegliwości, co przekłada się na zdrowie pracowników i komfort pracy.

Wraz z szybkim rozwojem technologii ważne jest, aby umieć korzystać z rozwiązań ergonomicznych. Pracownicy zatrudnieni na stanowiskach biurowych mają wiedzę na temat ergonomii dotyczącą przygotowania stanowiska do bezpiecznej pracy, ale wiedza ta jest przez nich rzadko wykorzystywana w praktyce. Pracodawcy twierdzą, że posiadają dużą wiedzę w tej dziedzinie, czego jednak nie potwierdzają opinie pracowników na temat prowadzonych szkoleń, organizacji stanowiska oraz procesu pracy. Konsekwencją różnic w świadomości ergonomicznej występujących między pracownikami biurowymi i ich pracodawcami są niewłaściwie zorganizowane i niedostosowane do indywidualnych cech pracowników stanowiska pracy, co przyczynia się do powstawania różnych dolegliwości (głównie ze strony układu mięśniowo-szkieletowego czy narządu wzroku). Szkolenia w tej grupie zawodowej nie mogą być tylko szkoleniami teoretycznymi. Osoby prowadzące szkolenia powinny uwzględnić ćwiczenia praktyczne, w trakcie których uczestnicy nauczą się dostosowywania stanowiska pracy do indywidualnych cech antropometrycznych przez między innymi dobór wysokości manipulacyjnych, prawidłowe ustawienie monitora, klawiatury czy krzesła.

Zarówno pracodawcom, jak i pracownikom należy uświadomić fakt, że na ergonomiczne warunki pracy wpływa nie tylko właściwie wyposażone i zorganizowane stanowisko pracy, ale przede wszystkim odpowiednia wiedza, jej świadomość i prawidłowe stosowanie zasad ergonomicznych w praktyce.

Bibliografia

- Bartuzi, P., Kamińska, J. (2010). Obciążenie i dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego a poziom wiedzy pracowników o ergonomii stanowiska komputerowego. *Bezpieczeństwo Pracy*, 2, 21–23.
- Berkowska, A., Drzewiecka, M., Mrugalska, B. (2014). Świadomość pracodawców o istocie bezpieczeństwa pracy a poziom wypadków przy pracy w małych i średnich przedsiębiorstwach. *Zeszyty Naukowe Politechniki Śląskiej. Organizacja i Zarządzanie*, 71, 21–31.
- Jóźwiak, Z. (2015). O potrzebie aktualizacji rozporządzenia – część 1. *Atest*, 9, 4–11.
- Pawlak, H., Maksym, P., Pecyna, A. (2014). Analysis of awareness concerning the occupational health and safety of food sector employees. *Inżynieria Rolnicza*, 3(151), 129–137.
- Pecyna, A., Pawlak, H. (2014). Zasady zarządzania bezpieczeństwem i higieną pracy w wybranym zakładzie przemysłu owocowo-warzywnego. W: M. Pawlak (red.). *Nowe tendencje w zarządzaniu*. T. 5 (s. 237–247). Lublin: Wydawnictwo KUL. ISBN 978-83-7702-877-3.
- Romankow, J. (2015). Wyniki badań profilaktycznych pracowników biurowych – ograniczenia negatywnych skutków pracy operatorów monitorów ekranowych w okresie ostatnich 20 lat. *Hygeia Public Health*, 50(1), 215–218.
- Szkutnicki, P. (2001). *Przekonać załogę do zmian*. Rozmowa z Piotrem Szkutnickim, dyrektorem personalnym w General Electric Power Controls Polska. Rozmawiała Halina Guryn. *Personel i Zarządzanie*, 15/16, 32–34.
- Szymczak, M. (red.). (1989). *Słownik języka polskiego*. Warszawa: PWN. ISBN 8301002816.
- Wolska, A., Najmiec, A. (2013). Ocena wdrożenia postanowień dyrektywy unijnej dotyczącej bhp na stanowiskach pracy wyposażonych w monitory ekranowe. *Bezpieczeństwo Pracy*, 1, 16–19.

The ergonomic awareness of office workers and their employers

Abstract: Ergonomic awareness among employees and employers is important in every institution and every workplace. Office work is associated with the occurrence of hazards for workers, which are caused by failure to obey the principles of ergonomics during designing and organisation of these workplaces.

The objective of the conducted study is the analysis of ergonomic awareness among employees and employers.

The scope of the problems undertaken was elaborated based on a survey conducted in a group of 40 persons working in companies from Lublin Region. The study

was conducted by using two questionnaires. The questions pay particular attention to a few important issues concerning the level of ergonomic awareness.

The results of the study showed that the office workers have the knowledge of ergonomics, concerning the arrangement of safety workstations, but the knowledge is seldom used in practice.

The employers say that have the great knowledge of ergonomics, but it is not confirmed in the opinions of employees concerning ergonomic training, the organisation of workstations and work process.

Key words: ergonomic awareness, office ergonomics, office worker